

## إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين

د. بشرى إسماعيل أحمد أرنوط  
قسم علم النفس - جامعة الزقازيق

مقدمة:

تعد الثورة المعلوماتية من التجليات الاتصالية والثقافية للعولمة إذ أن للعولمة تجليات متعددة اقتصادية وسياسية وثقافية. وتتمثل التجليات الثقافية للعولمة في البث الإعلامي من خلال الأعمار الصناعية العربية والأجنبية والقنوات الفضائية والتليفون المحمول والكمبيوتر بكافة أشكاله وأنواعه والإنترنت بمحركات بحثه المتعددة ومواقفه المتنوعة، الأمر الذي أدى إلى انهيار الحواجز الجغرافية والزمانية وجعل الإنسان أينما يكون في هذا العالم، فإنه رغم اتساعه يكون بين يديه.

ولاشك أن التقدم التكنولوجي الهائل في تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الذي يميز العصر الحالي ؛ يجعلنا نطلق على هذا العصر، العصر الرقمي، مما يشير إلى اتساع نطاق استخدام الإنترنت واعتباره السمة المميزة لهذا العصر، فالإنترنت يستخدمه الأطفال والراشدين والمتقدمين في السن، أي كافة فئات المجتمع العمرية وأيضاً كافة طبقات المجتمع الراقية ومحدودة الدخل، فأصبح الإنترنت يغزو كافة مجالات الحياة الاجتماعية كوسيلة للاتصال وتبادل الأفكار والمعلومات، وأيضاً المجالات الاقتصادية والسياسية وغيرها، الأمر الذي يترتب عليه أن أي مجتمع يعجز عن المشاركة في هذا التقدم التكنولوجي الرقمي الهائل، لاشك أنه يتخلف عن بقية الأمم المتقدمة وعن ملاحقة التطورات السريعة العميقة... في الماضي كان هناك أطفال مدمنون للتليفزيون، أما اليوم فهم مدمنون للإنترنت، فقد أشارت مجلة النيوزويك أن ٢: ٣٠% من مستخدمي شبكة الإنترنت يعانون من إدمان الإنترنت الشديد. (بشرى إسماعيل، ٢٠٠٤ ب).

ونظراً لأن الكمبيوتر قد تغلغل في كافة مجالات الحياة، وأصبح يوجد في جميع المؤسسات التعليمية والاقتصادية والتجارية وغيرها، بل أصبح ضرورة من ضروريات الحياة، فقد بات تعليمه في المؤسسات التعليمية مهمة تعليمية ومنهج دراسي لكافة الطلبة في مراحل التعليم المختلفة الابتدائية والإعدادية والثانوية، بل وحتى التعليم الجامعي، كل ذلك جعل الكمبيوتر هو المتحكم والقوى المهيمنة على الإنسان.

وهكذا ليس من الصعب على أى فرد فى المجتمع أن يتعلم الكمبيوتر، أو أن يستخدم الكمبيوتر ، فأصبح الأمر ميسوراً سواء فى المنزل أو المدرسة أو مكاتب الكمبيوتر وغيرها. كذلك أصبح الدخول على شبكة الإنترنت ليس مستحيلاً، فسواء كان الإنسان يملك جهاز كمبيوتر أو لا يملكه، يمكنه استخدام شبكة الإنترنت بما تقدمه من مواقف وخدمات متعددة.

فالإنترنت نعمة من نعم الله المتعددة للإنسان، ولكن إذا أحسن استخدامها، وهو أيضاً نعمة إذا أساء الإنسان استخدامها، فمثلته مثل أى تقدم تكنولوجى آخر، له فوائده وأضراره فهو ثورة فى عالم المعرفة، وأكبر مكتبة عرفها التاريخ ووسيلة ضرورية للحصول على المعلومات، كما أنه وسيلة للتسلية وللتجارة والمراسلة وللصداقة وأيضاً هو وسيلة للعبث وللأذى.

والدخول على الإنترنت لا يقتصر على الكبار دون الصغار أو على جنس بعينه، فيهويه كل من الصغار والكبار والذكور والإناث، وتشير الإحصائيات إلى أنه يوجد حالياً ما يقرب من ٩٥٠ مليون مستخدم للإنترنت، من بينهم ١٣,٥ مليون فى الدول العربية وحدها، ومن أكثر مواقع الإنترنت استخداماً سوق المال (الأسهم وغيرها)، والمننديات، والبريد الإلكتروني المجانى، والمواقع الإخبارية الخاصة بالجوالاات، وكذلك مواقع المشكلات الزوجية.

وعلى هذا تستخدم محركات البحث على الإنترنت سواء النصية أو الصور فى الاستخدامات التالية:

- ١- الحصول على المعلومات، حيث تزخر محركات البحث المتعددة بالمعلومات.
- ٢- التجارة العالمية والتسوق ، فهناك مواقع كثيرة للبيع والشراء أسرع مما لو اشتراها الفرد من داخل بلده أو وطنه.
- ٣- المراسلة من خلال الرسائل السريعة فى دقائق (البريد الإلكتروني).
- ٤- التواصل وإقامة الصداقات وكذلك محادثة الآخرين.
- ٥- التسلية والألعاب.
- ٦- وسيلة للعبث والتسكع فى أروقة ودهاليز الإنترنت دون هدف محدد.
- ٧- وسيلة للأذى والجريمة مثل الهكرز والمواقع الإرهابية التى تبث المعلومات المتطرفة.

وهكذا فالإنترنت سلاح ذو حدين، فهو وسيلة مفيدة، وأيضاً له أضراره، ولا يجب أن نغض أبصارنا عن أضراره، أو أن فوائده تعميّننا عن المشكلات الناجمة الخطيرة.

وقد صدق من أطلق على شبكة الإنترنت بالشبكة العنكبوتية، فهو وصف دقيق لتأثير الإنترنت على مستخدميه. حيث أن البعض قد يقع في خيوط وشباك لا نهاية لها، وبذلك يسيء استخدامه ويفرط فيه ويعتمد عليه اعتماداً شبه تام، ويشعر بالاشتياق الدائم له إذا حدث ما يمنع اتصاله بهذه الشبكة، ويحاول تصفية كل التزاماته قبل أن يمارس الإنترنت، ويصبح شغله الشاغل هو كيف يعود مرة أخرى للدخول على الإنترنت، وبهذا يفقد استقلاليته ويصبح عبداً بل وأسيراً له، لأن الإنترنت أصبح يتحكم في كل أنشطته الحياتية، وهذا هو ما نطلق عليه إدمان الإنترنت.

واضطراب إدمان الإنترنت مشكلة متزايدة، فقد أشار علماء النفس البريطانيون أن هناك شخص من بين ٢٠٠ فرد من مستخدمي الإنترنت تظهر عليه أعراض الإدمان، بل أن هناك أشخاص يقضون ٣٨ ساعة أو أكثر على الإنترنت دون عمل يدعوا لذلك، فمن الممكن أن يضحى البعض بالعمل وبالمدرسة وبالعلاقات الأسرية وبالمال، بل ومن الممكن أن تسوء سمعة الشخص وتدمر حياته من خلال سبب الإنترنت والوقوع في دائرة إدمان الإنترنت يتطلب ٦ أشهر من التعلق الكامل بالإنترنت ويعتبر طلاب الجامعة هم الأكثر تعرضاً لإدمان الإنترنت. (Hardy , 2004).

ومن هنا كان بحق أهمية دراسة إدمان الإنترنت من حيث أسبابه وآثاره السلبية على السعادة النفسية والتوافق النفسي للفرد، وبخاصة بعد انعقاد المؤتمر العالمي الأول لإدمان الإنترنت في سويسرا والذي اعتبر أن مشكلة إدمان الإنترنت مشكلة عالمية عامة.

### أهمية الدراسة:

ترجع أهمية هذه الدراسة إلى أنها تحاول معرفة مدى تأثير إدمان الإنترنت التي تزايدت وبشكل ملحوظ في الآونة الأخيرة على الصعيد العالمي والمحلى على الصحة النفسية للمراهقين، كما ترجع أهمية الدراسة الحالية إلى قلة الدراسات النفسية العربية - في حدود علم الباحثة - التي تناولت هذا الموضوع رغم أهميته النظرية والتطبيقية. فمع الزيادة المطردة في استخدام الإنترنت بدأت السلبيات في الزحف تدريجياً ، تلك

السلبيات المتمثلة في نوع جديد من الإيمان ليس بالاستشقى أو بالابتلاع أو بالحقق بل أخطر من ذلك كله وهو إيمان الإنترنت. كما ترجع أهمية الدراسة إلى أن العينة المستخدمة فيها من المراهقين وهذه الطبقة من المجتمع يمكن القول بأنها أكثر طبقت المجتمع تعرضاً للضغوط الحياتية وللاضطرابات النفسية وللآثار الناجمة عن العولمة بتجلياتها المختلفة السياسية والإقتصادية والثقافية. ومن هنا جاءت أهمية الدراسة الحالية لأن الإنترنت أصبح رعباً حقيقياً للأسر العربية فقد فرق بين الابن وأسرته والمرء وزوجته والفرد وعمله وحطم منظومة القيم الاجتماعية والأخلاقية ويخلصه الابتزاز الأخلاقي والمالي وانتشار الإبلية الجنسية بشكل لا مثيل له ومن ثم زولده في الغالب من المراهقين والمراهقات. وقد أكتت دراسات في العالم العربي أن ٩٠% من متصفحى الإنترنت يلعبون ويتسلون وهذا يرجع إلى كونهم من الأطفال والمراهقين والشباب لأن لديهم وقتاً للعب والتسليه أكثر من شرائح المجتمع الأخرى مع غياب البرامج التى تنمى قدرتهم العقلية وتشبع حاجتهم المختلفة فجاءت الصحف والمجلات والقنوات التلفازية لهالطة.

### مشكلة الدراسة:

#### تتلخص مشكلة الدراسة فى التساؤلات الآتية:

- ١- هل تشكل متغيرات الدراسة (إيمان الإنترنت وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية) نموذجاً سببياً لتفسير العلاقات المتبادلة بين هذه المتغيرات؟
- ٢- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين كل من إيمان الإنترنت و أبعاد الشخصية و بعض الاضطرابات النفسية موضوع الدراسة؟
- ٣- هل تتبىء بعض أبعاد الشخصية لكون غيرها بإيمان الإنترنت؟
- ٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمنى الإنترنت وغير مدمنى الإنترنت فى كل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية موضوع الدراسة لدى المراهقين؟
- ٥- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمنى الإنترنت ومدمنى الإنترنت من المراهقين فى كل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية موضوع الدراسة؟
- ٦- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمنى الإنترنت (من الجنسين) من المراهقين فى جمهورية مصر العربية عن مدمنى الإنترنت (من الجنسين)

من المراهقين بالمملكة العربية السعودية لصالح مدمني الإنترنت بالمملكة العربية السعودية في كل من الاضطرابات النفسية وأبعاد الشخصية موضوع الدراسة؟

### أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى فحص العلاقة بين إدمان الإنترنت وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية ، كما تهدف أيضاً إلى معرفة ما إذا كانت هذه المتغيرات الثلاثة معاً تشكل نموذجاً سببياً فيما بينهم لتفسير العلاقات المتبادلة ، كذلك تهدف إلى معرفة ما إذا كانت أبعاد معينة للشخصية تتنبأ بإدمان الإنترنت ، وكذلك معرفة الفروق بين الجنسين المدمنين للإنترنت في كلاً من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية ، كذلك تهدف الدراسة الحالية لمعرفة الفروق بين مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية ، ومعرفة الفروق بين مدمني الإنترنت (من الجنسين) في جمهورية مصر العربية عن مدمني الإنترنت (من الجنسين) بالمملكة العربية السعودية لصالح مدمني الإنترنت بالمملكة العربية السعودية في الاضطرابات النفسية وأبعاد الشخصية.

هذا فضلاً عن أن هذه الدراسة تهدف إلى تصميم مقياس "إدمان الإنترنت" ذو ثبات وصدق مناسبين ، وتصميم استمارة بيانات شخصية عن السن والجنس والمستوى التعليمي واستخدام الإنترنت أو عدم استخدامه ، ومدى استخدامه سواء مفرد أو معتدل أو منخفض ، وأهم المواقع المفضلة في الإنترنت.

### مصطلحات الدراسة والإطار النظري:

#### أولاً: إدمان الإنترنت

إن الإدمان يركز في الأساس على الزيادة أو الارتفاع الناتج بسبب فرط استخدام العقاقير أو القوى الخارجية الأخرى التي تؤثر على الاستجابة الكيميائية للمخ. ومن ناحية أخرى فقد تنامي لذهن العديد من الأشخاص أن هذا قد يحدث من استخدام الإنترنت. وأطلق على هذا المرض اضطراب إدمان الإنترنت. ويعد البحث في هذا الاضطراب جديد ونادر ولكن النتائج قد تركت التفكير في المشكلة ودراستها. وهذا الاضطراب يؤثر على كل شخص يتورط في استخدام الإنترنت. وعلاوة على ذلك فإن القليل من علماء النفس من يعرفون هذا الاضطراب وعلاجه. (Duran, 2003)

وتشير ماريا دورين Duran (٢٠٠٣) أنه لم يتم إجراء إلا القليل من الأبحاث في هذا المجال حتى الآن. ولا يزال هناك جدل كبير حول السؤال الذي يتعلق بوجود مثل هذا الاضطراب أم لا. ويقول البعض أن الإنترنت إدمان يتحكم في حياة الشخص ويسيطر عليه ويقول البعض الآخر أنه لا يتجاوز درجة الارتفاع أو الإفراط، ومع هذا فإن الإنترنت لا يزال يؤثر على الذين يستخدمونه بشكل مفرط، فلم يعد من المهم أين يكون الشخص، وهل لديه مكان خالي في حقيقته لحمل الكمبيوتر، فقد أصبح من السهل الحصول على الكمبيوتر بصرف النظر على أى مشكلة تواجه الشخص.

وهذا التوافر والإتاحية تفتح الباب للدخول على الإنترنت من أى مكان يحتاج فيه الشخص لخدمات الإنترنت. فالإنترنت مثله مثل أى هواية يبدأ مستخدميه فى قضاء وقت كبير عليه ، الأمر الذى قد يؤدي إلى إدمانه (Ghrohol, 2003)، لأن الوقت الذى يقضيه الشخص على الإنترنت بحثاً عن ما يهمله يعد أحد أشكال التوازن بين شينين متناقضين بل صراعين متناقضين هما الرغبة فى شيء ما والخوف من شيء آخر كلاهما يريد هما الشخص (Hardy, 2004).

مما يجعل الإفراط فى استخدام الإنترنت أو إدمانه يؤثر على حياة الشخص النفسية والاجتماعية والمهنية والجسمية وغيرها. ففي أحد الدراسات الطولية التى قام بها كروت وآخرون Kraut et al., (١٩٩٨) قاموا فيها بتقديم كمبيوتر لعدد من الأسر التى تم اختيارها وتعليمهم على استخدام الإنترنت، وجدوا أنه بعد مدة تراوحت ما بين عام إلى عامين ارتبطت زيادة استخدام الإنترنت بانخفاض التواصل الأسرى وانخفاض حجم الدائرة الاجتماعية داخل الأسرة. وعلاوة على ذلك قد عايش وعانى المشاركون فى هذه الدراسة من الوحدة النفسية والاكتئاب والمساندة الاجتماعية.

ولقد تزايد عدد مستخدمى الإنترنت، ففي عام ١٩٩٩ ، كان حوالى ١٢% من الأطفال عمر ١٣ - ١٧ سنة يستخدمون الإنترنت. وأن نسبة الأطفال من عمر ٢ - ١٧ عام من مستخدمى الإنترنت كانت ٦,٥% فى عام ١٩٩٦ ، ومن المتوقع أن تزداد فى عام ٢٠٠٢ إلى ٣١,٤% كما أن الأطفال عمر ١٣ - ١٧ عام من المتوقع أن تزداد نسبة استخدامهم للإنترنت أكثر من الضعف وأن يكونوا أكثر نشاطاً فى استخدام الإنترنت وخدماته (Cravatta, 1997)، هذا بالنسبة للأطفال فما بالك بالنسبة المنوية لمستخدمى الإنترنت من المراهقين والشباب.

من أجل ذلك لابد من أن نضع العلامات التحذيرية لإدمان الإنترنت في أذهاننا. حتى لا يقع أى منا فى هذه المشكلة ويتورط فيها .. فما هى تلك العلامات التحذيرية؟  
**العلامات التحذيرية لإدمان الإنترنت:**

إن علامات إدمان الإنترنت تشبه علامات بقية أشكال الإدمان الأخرى، وإذا ظهرت أى علامة من العلامات التالية فإن الشخص حينئذ يحتاج للمساعدة:

- هل الوقت الذى تقضيه على الإنترنت له تأثير سلبي على العلاقات الشخصية والحياة الاجتماعية وخاصة على العمل؟
- هل تجد أنه من الصعب إدارة وقتك كأن تقطع نومك أن تهمل وجبات الطعام ولا تقابل أو ترى الآخرين (زملائك) إلا قليلاً؟
- هل تتسلل إلى الإنترنت عندما ينبغي عليك إنجاز عمل آخر؟
- هل تريد أن تقضى مزيد من الوقت على الإنترنت كي تحصل على الإشباع والرضا؟
- ماذا يحدث لو لم تتمكن من الدخول على الإنترنت لفترة بسيطة. هل تظهر عليك أعراض انسحابية؟ مثل الارتعاش والارتجاف والعصبية والقلق بسبب ما ستفقدته على الإنترنت، وكان تحلم بالإنترنت وتحرك أصابعك كأنك تكتب على الكمبيوتر (كلها علامات للانسحاب)؟
- هل تكلفة الإنترنت تؤثر على دخلك المادى؟
- هل يشكى الآخرون منك وأنت تنكر وتكذب عليهم وعلى نفسك أنك تعاني من مشكلة؟ (Young, 1996)

### **المعايير التشخيصية لإدمان الإنترنت:**

إن الإنترنت هو أداة محايدة تم تصميمها فى الأساس لتسهيل البحث بين المؤسسات الأكاديمية والعسكرية. لكن طريقة استخدام الناس لهذه الوسيلة أثارت اهتمام مجتمع الصحة النفسية وأصبح إدمان الإنترنت موضوع خطير للمناقشة، وهذا النوع من الإدمان ظاهرة جديدة لا يعرفها العديد من الممارسين وبالتالي فإنهم غير جاهزين لعلاجها. بل إن بعض المعالجين لا يعرف الإنترنت وبالتالي يصعب عليه فهم القوى الإغوائية له. إذن لابد من تحديد المعايير التشخيصية التى تساعدنا على تشخيص إدمان الإنترنت وفهمه. ونظراً لأن هذا الاضطراب لم يأت ذكره فى الـ DSM-4 ، فما هى إذن المعايير التشخيصية التى ينبغى أن تكون موجودة فى الـ DSM-4.

يرى ميخائيل فينخل Fenichel (٢٠٠٤) أن أفضل طريقة إكلينيكية لاستكشاف الاستخدام القهري للإنترنت هو مقارنته بمعايير الأنواع الأخرى للإدمان. ومن بين التشخيصات الواردة في DSM-4 فإن القمار المرضى هو أقرب ظاهرة لإدمان الإنترنت. وكانت الأبحاث السابقة قد عرفت إدمان الإنترنت بأنه اضطراب في ضبط الدافع ولا يستلزم بالضرورة إدمان المخدرات. ومن خلال استخدام القمار المرضى كنموذج ، تم وضع استبيان ذو ٨ عبارات تم فيها تعديل المعايير التشخيصية في DSM-4 لكي تستخدم كأداة غربلة لتمييز المستخدمين المعتمدين وغير المعتمدين على الإنترنت وهي:

١- هل تشعر بالانشغال بالإنترنت كأن تفكر فيما قمت بعمله من قبل والشروع في بدء جلسة جديدة على الإنترنت؟

٢- هل حاولت مراراً وتكراراً بشكل غير ناجح ضبط أو التوقف عن استخدام الإنترنت؟

٣- هل تشعر أنك تحتاج إلى استخدام الإنترنت لمدة أطول كي تحقق الرضا والإشباع؟

٤- هل تشعر بعدم الراحة والاضطراب وحدة المزاج عندما تحاول التوقف عن الإنترنت؟

٥- هل تجلس على الإنترنت مدة أطول من التي كنت تحدها؟

٦- هل أنت فقدت أو معرض لفقدان علاقاتك الهامة أو عملك أو مدرستك بسبب الإنترنت؟

٧- هل تكذب على أفراد الأسرة والمعالجين وتخفي مدى جلوسك وتورطك على الإنترنت؟

٨- هل تستخدم الإنترنت كطريقة للهروب من المشكلات أو تخفيف حدة المزاج مثل الإحساس بالقلق والذنب والاكنتاب؟

ويعد الشخص مدمن للإنترنت عندما يجيب بكلمة نعم على خمس أو أكثر من تلك الأسئلة. وقد أوضحت نتائج إحدى الدراسات أن ٤٥% من عينة الدراسة لا يستطيعون العيش بدون النت، وأن ٢٥% أجابوا بأن أصدقائي على النت أكثر من أصدقائي في الواقع، و ٣٥% أجابوا بأنهم يقضون على الإنترنت أكثر من ٥ ساعات في اليوم. وعليه فإن هذا يشير إلى أن ثلث أفراد العينة مدمنين للإنترنت في الوقت الحاضر.



وهكذا فليست المشكلة هي استخدام الإنترنت ولكن:

- كم من الوقت يقضيه الفرد أمام الإنترنت؟
- ما تأثير ذلك على جسم الإنسان وشخصيته وسلوكه؟
- ما مدى تعلق الشخص بالإنترنت؟ وهل وصل إلى حد عدم الاستغناء عنه أو إدمانه وترك غيره من الأنشطة والاستغناء عنها؟

وبناءً على الإجابة عن التساؤلات السابقة يتحدد ما إذا كان إدمان الإنترنت موجوداً أم لا؟ (Gackenbach, 1998).

فأى سلوك يقوم به الفرد هو سلوك طبيعي إذا كان في حدود المعايير الثقافية والاجتماعية المتعارف عليها وإذا كان متناسباً مع مستوى نموه الجسمي والعقلي، أما إذا تجاوز هذه المعايير وكان متكرراً بدرجة بالغة عندئذ نحكم على هذا السلوك أو التصرف بالشذوذ، هكذا الإقبال على الإنترنت إذا اتفق مع معايير السوية يكون أمراً طبيعياً ويساعد على النمو النفسي والعقلي للإنسان، أما إذا تجاوز حدود السواء، وزاد في شدته وانحرف في نوعيته، أصبح إقبال الفرد على الإنترنت سلوكاً مضطرباً وشاذاً وغير سوية، أو ما نطلق عليه إدمان الإنترنت (بشرى إسماعيل ، ٢٠٠٤ ، ب).

ولكن يشير جكينباخ Gackenbach (١٩٩٨) إلى أن أى سلوك يتميز بالمحكات الستة التالية، يمكن تعريفه إجرائياً بالإدمان، وفيما يلي هذه المحكات:

١- أن يكون السلوك سمة بارزة (البروز) وهذا يحدث عندما يصبح هذا السلوك أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الفرد ويسيطر على تفكيره ومشاعره حيث الانشغال البارز والزائد والتحريفات المعرفية واضطراب السلوك الاجتماعي والشعور بالهفة على القيام بهذا النشاط.

٢- تغيير المزاج: Mood Modification ويشير إلى الخبرة الذاتية التي يشعر بها كنتيجة للقيام بهذا السلوك ويمكن رؤيتها كاستراتيجية للمواجهة لكي يتحاشى الآثار المترتبة على افتقادها وقد يصاحبها تحمل أو لا يصاحبها.

٣- التحمل: Tolerance هو العملية التي يزداد بها كمية أو مقدار النشاط أو السلوك المطلوب إتجازه للحصول على نفس الأثر الذي أمكن تحصيله من قبل بمقدار أو كمية أقل فالمقامر قد يضطر تدريجياً لزيادة حجم أو مقدار المقامرة

حتى يشعر بالانتعاش الذى كان يحصل عليه أساساً من كمية صغيرة من القمار.

٤- الأعراض الانسحابية: **Withdrawal Symptoms**: هى مشاعر عدم الراحة أو السعادة و / أو الآثار الفسيولوجية التى يمكن أن تحدث عن الانقطاع عن النشاط أو تقلبه فجأة (مثل الارتعاش والكآبة وحدة الطبع أو غيرها).

٥- الصراع **Conflict** : وهى تشير إلى الصراعات التى تدور بين المدمن والمحيطين به كالصراع البينشخصى **Interpersonal conflict** والصراعات والتضارب بين هذا النشاط وغيره من الأنشطة الأخرى (العمل، الحياة الاجتماعية، الأمنيات، والاهتمامات، والدراسة) أو الصراع الذى يدور داخل الفرد ذاته وهو الصراع البينفسى **Intrapsychic Conflict** المتعلق بهذا النشاط.

٦- الانتكاس: **Relapse** : وهو الميل إلى العودة مرة أخرى لأنواع الأنشطة التى كان يدمنها الفرد ويمارسها.

### أشكال إدمان الإنترنت:

ان إدمان الإنترنت مصطلح كبير ويشمل مختلف السلوكيات والمشكلات التى تنطوى على عدم القدرة على ضبط الدافع ، ويشير هاردى **Hardy** (٢٠٠٤) أن أكثر المواقع جذباً لمستخدمى الإنترنت هى حجرات الشات حيث تستحوذ على ٣٥% من الوقت الذى يقضيه الناس على النت ، يليها جماعات الأخبار ١٥% من الوقت على النت ويليهما البحث فى شبكة الويب ويستغرق ٧% من الوقت بينما البحث وجمع المعلومات فيستغرق فقط ٢% من الوقت المنقضى على الإنترنت.

ومن ثم هناك خمس أشكال فرعية محددة لإدمان الإنترنت:

١- إدمان الجنس فى السيبر **Cyber Sexual Addiction**: وهو عبارة عن استخدام قهرى لشبكات الراشدين بحثاً عن الفحش والجنس فى السيبر.

٢- إدمان علاقات السيبر: **Cyber-Relationship addiction**: وهو الإفراط فى علاقات على الانترنت.

٣- قهر النت Net Compulsions: مثل القمار على الإنترنت أو التسوق على الإنترنت.

٤- عبء المعلومات Information Overload: أي البحث القهري على الويب أو قواعد البيانات.

٥- إدمان الكمبيوتر Computer Addiction: كثرة اللعب بالعباب الكمبيوتر

### من المعرض لخطر إدمان الإنترنت:

على النقيض تماماً مما يعتقد البعض أن الأذكيا والعلماء هم فقط الأكثر احتمالاً لإدمان الإنترنت وأحد المصادر الأساسية للإدمان هي جماعات الشات وجماعات الأخبار واستخدام البريد الإلكتروني لأنها تجعل المستخدم في حالة تفاعل مع الآخرين على الإنترنت. وأيضاً أن من يتميزون بالخجل والاطواء من السهل لهم تكوين علاقات على الإنترنت لذلك هم أيضاً أكثر احتمالاً لإدمان الإنترنت ، لأن هؤلاء قد تنمو لديهم شخصيات غير واقعية تقديرية تختلف عن شخصياتهم الواقعية (Hardy, 2004).

وهناك نقطتين هامتين ينبغي طرحهما يفسران لنا زيادة عدد المعرضين لإدمان الإنترنت وبخاصة فئة المراهقين:

الأولى: تطور الأجهزة الحديثة لتسهيل التفاعل على الإنترنت ومع الآخرين فنجد أن الرسائل السريعة "IMS" تسمح للمستخدمين معرفة متى يكون أصدقائهم على الإنترنت والتسامر معهم عبر شاشات الإنترنت باستخدام مربعات تظهر للطرفين ويقوم كلا منهما بكتابة ما يريد للآخر. ونظراً لأن تلك الرسائل السريعة ثنائية وذات مكون خاص فإنها تعد شكل وظيفي وتركيبى معهم من الأشكال المنتشرة للتفاعل الاجتماعى فى مرحلة المراهقة مثل المقابلة وجهاً لوجه والتحدث على الهاتف وأصبح خمس المراهقين المستخدمين للإنترنت فى الولايات المتحدة الأمريكية مستخدمين للرسائل السريعة حيث أصبحت تلك الرسائل هى الوسيلة الأساسية للتواصل مع الأصدقاء.

الثانية: أنه مع زيادة استخدام المراهقين للإنترنت فى المنازل أكثر من زى قبل أصبح المراهقين يجدون أصدقائهم المقربين على الإنترنت وقت ما يحتاجون إليهم. وهكذا فإنهم ليسوا فى حاجة للتخلى عن علاقاتهم المدرسية عندما يدخلون على الإنترنت

فأصبح الإنترنت مكان يتم فيه التفاعل مع الأصدقاء والغرباء ، بل ووسيلة تكميلية للتواصل الشخصي مع أصدقائهم الحقيقيين. (Elisheva, et al, 2002) لذلك يرى فينخل Fenichel (٢٠٠٤) أن حياة مدمن الإنترنت من الممكن أن يتم وصفها بأنها نوافذ ذات مهام متعددة.

الثالثة: نظراً لأنه من سمات المراهقين البحث عن الإثارة ومحاولة لإشباع هذه الرغبة نجده دائماً يبحث عن كل ما هو جديد ويتشوق لكل ما هو غريب ، لذلك يجد ما يريده فى الشبكة العنكبوتية فإذا أراد المعلومات وجد ، وإذا أراد التحدث مع الآخرين ومناقشتهم وجد المنتديات وإذا أراد الألعاب والتسلية وجدها وإذا أراد التجول والتسكع فى ثابا الإنترنت وجد ما يريده.

#### الاضطرابات والمشكلات المصاحبة لإدمان الإنترنت:

هناك عدة اضطرابات ومشكلات مصاحبة لإدمان الإنترنت مثل اضطراب النوم، والمشكلات البدنية المعتدلة مثل آلام الظهر وإجهاد العين واضطراب الوقت واضطراب اكتئاب - الهوس، القلق الاجتماعى، الشره المرضى واضطرابات الأكل، تعاطى الكحوليات، واضطراب المزاج، وعدم الرضا عن الحياة الزوجية والاحترق المهنى، والتعرض للاغتصاب فى مرحلة الطفولة، الاكتئاب العام، واضطراب قصور الانتباه، الوسواس القهرى، القمار المرضى، الإدمان الجنىسى. (Shapira, 1998, Fenichel, 2004, Young, 1996)

#### النظريات المفسرة لاضطرابات إدمان الإنترنت

أشار جرول Grohol (٢٠٠٣) أن معظم الدراسات الأولى التى أجريت حول موضوع إدمان الإنترنت هى مجرد دراسات استكشافية وإحصائيات وصفية لا تفسر العلاقة السببية بين السلوك المفترض وأسبابه بمعنى أن هذه الإحصائيات تفسر سبب إحساس الشخص وتصرفه بطريقة محددة ولكنها لم تستنتج أن هذا السلوك أو ذلك قد حدث نتيجة الاستخدام المطول للإنترنت.

وأحد هذه التفسيرات الوصفية هو ذلك الذى قدمه لنا "جرول" بأن الناس يقعون فى ذلك لأنهم لا يريدون التعامل مع أو مواجهة مشكلاتهم الحياتية ، ويرى أن مثل هذا السلوك يشبه سلوك الشخص الذى يقضى فترة طويلة فى مشاهدة التلفاز أو قراءة عدد كبير من الكتب.

أما بالنسبة للتفسير العقلاني للأسباب التي تجعل الناس تدمن الإنترنت تفسير واسع جداً، ومتعدد الاتجاهات، فبعض النظريات تقوم بتفسير اضطرابات الإدمان على أنها متصلة في التفسيرات السلوكية أو السيكودينامية أو الشخصية أو الاجتماعية الثقافية أو الكيميائية الحيوية. وسنعرض فيما يلي لأهم هذه التفسيرات التي وضعت حول إدمان الإنترنت.

### ١-الاتجاه السلوكي:

على عكس الاتجاه السيكودينامي الذي يرى أن أسباب السلوك تكمن في الخبرات السابقة للفرد، فإن النموذج السلوكي يرى أن أسباب السلوك تكمن في البيئة الحالية التي تحدث فيها المثبرات ويحدث فيها التدعيم والعقاب لاستجابات محددة لهذه المثبرات. وبمعنى آخر أن أسباب السلوك تكمن في عملية التعلم أى العملية التي يتم بها تغيير سلوك الفرد في استجابته للبيئة، ووفقاً لهذا النموذج فإن السلوك السوى وغير السوى هو نتيجة أنماط للتعلم. وأن أنماط التعلم غير التكيفية هى السبب فى اللاسواء النفسى. ولذلك قد يساعد إعادة التعلم re-learning فى تغيير السلوك. لذلك يسعى العلاج السلوكي إلى تغيير الاستجابات من خلال نفس أنماط التعلم التي ساعدت على حدوثها أساساً. (Bootzin et al., 1993; Frude, 1998)

كما أن هذا الاتجاه يرى أن الوظائف والسلوكيات الفردية تخضع للاشتراط الإجرائي الذي قدمه "سكندر" والذي يتم فيه مكافأة الشخص إيجاباً أو سلباً أو معاقبته على هذا السلوك.

فعلى سبيل المثال بالنسبة للشخص الذي يشعر بالخجل من مقابلة أناس جدد وأقاربه فإنه يجد الإنترنت يمثل له خبرة السرور والرضا والارتياح دون الحاجة للتفاعل المباشر وجهاً لوجه ، ومن ثم فهي خبرة معززة في حد ذاتها. (Duran, 2003)

هذا بالإضافة إلى الافتراضية ، واستخدام كلمة مرور وبريد إلكتروني وهى مستعار وغير حقيقي يتمكن الفرد من قول أو فعل ما يريد ويسمح له بالإفصاح عن رغباته وحاجاته وهواياته وشخصيته المختلفة الدفينة ، وبذلك يتدعم هذا السلوك ويتعزز بإشباع الحاجة للحب ولاهتمام والتقدير وللارتياح الذى لا يتحقق فى الحياة الحقيقية.

ومن ثم وفقاً للاتجاه السلوكي فإن الممارسة والتكرار هي التي أوجدت إدمان الإنترنت وهكذا فإن أي فرد يصبح عرضة لإدمان الإنترنت في أي عمر وفي أي وقت وأياً كانت الطبقة الاجتماعية أو الثقافية للفرد. فمصطلحات السلوكية ليس فقط مجرد وجود الدافع أو 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 الإنترنت في كل مرة. والأدهى من ذلك أن هذا الشعور لا يتغير في نوعه ولكنه يتغير في شدته ويصبح أشد وأشد مما يوقع الفرد في العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية.

## ٢- الاتجاه السيكودينامي:

وهو يركز على خبرات الشخص، وتعتمد تلك الخبرات على الأحداث التي مر بها الطفل في مرحلة الطفولة وأثرت عليه وعلى سماته الشخصية وبالتالي يصبح عرضة لإدمان الإنترنت أو لأي إدمان آخر. ونجد أن هذا التفسير يهتم بالشخص وبالنشاط أو السلوك الذي يمارسه بالإضافة إلى أساس إدمانه.

ويرى ديوران Duran (٢٠٠٣) أن مجهولية التعاملات الإلكترونية أو التعاملات غير معروفة الاسم مع الآخرين. تعد عامل يبرز إدمان الإنترنت ويقدم محيط افتراضي ويغرس التهرب الذاتي من الصعوبات الانفعالية أو المواقف المشككة والصعوبات الشخصية. وحينئذ يستخدم ميكائزم "الهروب" أو أنه يخفف أوقات التوتر والضغط النفسية ويعزز هذا السلوك في المستقبل، وتوضح الحالات الحديثة أن مثل هذه التعاملات المجهولة تستخدم لتشجيع الاحتراف والغش والخداع والإجرام مثل نمو عدوان الإنترنت أو تحميل صور غير مقبولة قانونياً.

وهكذا نستطيع في النهاية القول بأن هذا الاتجاه السيكودينامي يرى أن إدمان الإنترنت هو استجابة هروبية من الإحباطات وللرغبة في الحصول على لذة بديلة مباشرة لتحقيق الإشباع وأيضاً للرغبة في النسيان. وكذلك أن الإفراط في استخدام ميكائزم الإنكار هو أيضاً منبأ ومؤشر على إدمان هذا الفرد للإنترنت.

لأنه كما يرى "أوتو فينخل" أن جميع أنواع الإدمان سواء إدمان مخدر أو غيره إنما هو محاولة فاشلة وغير ناجحة للسيطرة من جانب الفرد على قلقه واكتنابه وإحباطاته ومشاعر الإثم والذنب التي تدب داخله من خلال سلوكه الإدماني مثل إدمان

السرقه (الكليتوماتيا)، وإدمان الأكل (البموليميا)، إدمان القراءة وإدمان الهوايات، والحب وإدمانه والإمان الجنسى الذى يكون فى شكل النيمفوماتيا (شره النكاح عند النساء)، أو الدونجوانية عند الرجال (حسام الدين عزب، ٢٠٠١).

### ٣- الاتجاه الاجتماعى الثقافى:

ينظر التفسير الثقافى الاجتماعى إلى المدمنين وفقاً لجنسهم وعنصرهم وسلالتهم وعمرهم ودينهم وبلدهم وحالاتهم الاقتصادية فمثلاً وجد أن نسبة ٧٠-٨٠% من المستخدمين للإنترنت من الرجال الأمريكان البيض مثلاً. ونادراً ما يذكر الباحثون ذلك مما يجعل النتائج مغلوطة . وكذلك أن معظم مدمنى الإنترنت من المتزوجين وذوى العلاقات. (DeAngeles, 2000)

إذ يرى أنصار الاتجاه الثقافى الاجتماعى أنه لا يمكن فهم أى اضطراب نفسى إلا عندما ينظر إليه فى إطار البيئة الثقافية. وقد تمسكوا بحقيقة أن انتشار العديد من الاضطرابات النفسية تختلف وفقاً للعمر والطبقة الاجتماعية والخلفية الثقافية، وعلى ذلك يرون أن السبب الرئيسى للسلوك اللاسوى ليس بمصطلحات النفس الإنسانية ولكن بمصطلحات المجتمع.

وطبقاً لهذا النموذج فإن المجتمع هو السبب فى السلوك اللاسوى، فما يدب فى المجتمعات اليوم من اضطرابات يجبر أفرادها على الانغماس فى السلوك الشاذ والغريب للتكيف مع معايير وعادات هذا المجتمع التى تختلف من مجتمع لآخر ومن ثقافة لأخرى. ويرى أصحاب الاتجاه الثقافى الاجتماعى أنه لا بد من أن نخصص وندرس المحيط الاجتماعى إذا أردنا أن نفهم السلوك اللاسوى لدى الأفراد. ولذلك ركزت تفسيراتهم على البناء الأسرى والتفاعل الأسرى والتواصل والضغط الاجتماعية والطبقات الاجتماعية، وهكذا أضافوا بعداً هاماً لفهم وعلاج أى اضطراب نفسى، فالآن يأخذ الإكلينيكيون فى حساباتهم البناء الأسرى والموضوعات الاجتماعية عند محاولتهم فهم وتفسير الاضطراب النفسى. (Bootzin et al.,1993; Comer,1996,Frude, 1998)

### ٤- الاتجاه الكيمىائى الحيوى:

حيث يرجع هذا الاتجاه إدمان الإنترنت إلى العوامل الوراثية والوالدية وعدم التوازن الكيمىائى فى المخ والناقلات العصبية.

## ٥- نموذج (جرول) Grohol لإدمان الإنترنت:

يقدم 'جرول' نظرية بديلة ترى أن تفسير سبب استخدام الإنترنت بإفراط هو فكرة مقنعة جداً. وقام بعمل نموذج يطلب فيه من الشخص أن يجتاز مراحل معينة في اكتشاف الإنترنت ومصادره ، وهذه المراحل هي:

المرحلة الأولى: وهي تحدث عندما يكون الشخص وافد جديد ومجرب جديد للإنترنت أو مستخدم لنشاط جديد ويطلق على هذه المرحلة مرحلة "الاستحواذ أو

الافتتان" "The Stage of Enchantment or Obsession"

المرحلة الثانية: المرحلة الأولى هي مرحلة الإدمان حتى يصل الشخص إلى المرحلة الثانية وهي مرحلة "التحرر من الوهم" Disillusionment Stage وفي هذه المرحلة يقل اهتمام الشخص بالنشاط على الإنترنت ويتحقق هذا بشكل كامل في المرحلة الثالثة.

المرحلة الثالثة: وهي مرحلة التوازن The Balance Stage وهي ترمز إلى الاستخدام الطبيعي للإنترنت ويتحقق هذا عندما يجد الشخص نشاط جديد مثير للاهتمام. (Grohol, 2003)

## ٦- الاتجاه المعرفي:

يرى "فينخل" (٢٠٠٤) أن من يقضون أوقات كثيرة أمام الإنترنت بدلاً من قضائها مع أسرهم ، يكون لديهم أساليب معرفية شاملة مكونة من تعدد المهام والمعالجة زائدة السرعة وافتقاد أهداف التوجه متوسطة أو بعيدة المدى ويحطمون أنماط حياتهم ، وعادة ما يستخدمون الكمبيوتر كنقطة أساسية لكل أنماط تواصلهم مع العالم. ولذا فإن إدمان الإنترنت أكثر أو أقل من مجرد اضطراب استخدام العقاقير أحادي البعد. ومن الواضح أن هذه النقطة تحتاج لمزيد من البحوث التي تلقى الضوء على عدد كبير من الموضوعات الخاصة بالحاجات البشرية والدوافع والمعرفة والسلوك.

فيرى أصحاب نوى التوجه المعرفي أن السلوك اللاسوي هو استجابة للطرق التي يقيم أو يدرك بها المثير وليس المثير الخارجى نفسه. فتفسير النموذج المعرفي لسلوك اللاسوي معقد أكثر من تفسير نظرية المثير - الاستجابة (النموذج السلوكي)، لأن الاتجاه المعرفي يركز على العمليات المعرفية. مثل الانتباه والتذكر والعزو وحل



المشكلات كمؤثرات ومحددات هامة للسلوك وكأسباب محتملة للسلوك المرضى  
(Bootzin et al., 1993)

فالنموذج المعرفى ينطبق على مدى واسع من الاضطرابات تشمل الاكتئاب  
واضطرابات القلق ، واضطرابات الأكل ، وإدمان العقاقير ، وقد بدأ النموذج المعرفى فى  
تفسيره للاضطرابات النفسية فى أوائل الستينيات عندما وضع اثنين من الإكلينكيين هما  
'بيك وإيليس' Beck & Ellis (1969) نظريتهما المعرفية للاضطراب ، وافترضوا أن  
العمليات المعرفية هى مركز وأساس السلوك والأفكار والافعال. حيث أن الاضطرابات  
النفسية ناتجة عن العديد من المشكلات المعرفية مثل الافتراضات والاتجاهات غير  
التكيفية والأفكار المختلطة والمضطربة والتفكير غير المنطقى. وقد لاقى هذا النموذج  
قبولاً واسعاً. بالإضافة إلى أن العديد من نوى الاتجاه السلوكى قد أدمجوا أو أضافوا  
المفاهيم المعرفية لنظرياتهم فى التعلم. كما أن ٥% من المعالجين يصفون أنفسهم فى  
فئة المعالجين المعرفيين. (Comer, 1996, Frude, 1998)

**الاتجاه التكاملى :**

(الاستعداد -الاستهداف - المرض)

يرى هذا الاتجاه أن إيمان الفرد للإنترنت يكون نتيجة لعدة عوامل مهينة  
(شخصية - اتفالية - اجتماعية - بيئية) تجعل لديه الاستعداد والاستهداف للإصابة  
بهذا الاضطراب.

فهناك سمات شخصية معينة تجعل هذا الشخص دون غيره يدمن الإنترنت وهناك  
دراسة أجراها 'يونج' فى عام (1997) أوضحت أنه من بين ٦٥ مليون مستخدم  
للإنترنت يوجد حوالى من ٥ - ١٠% منهم مدمنون للإنترنت أى ما يقرب من ١٣  
مليون شخص مدمن للإنترنت. وهذا يجعلنا نتساءل لماذا هؤلاء؟! ولماذا هذه النسبة؟!  
وإيماناً بمبدأ الفروق الفردية سواء بين الفرد والآخرين أو بين الذكور والإناث أو فى  
ذات الفرد ، يمكننا استخلاص ما يلى:

١- أن الذكور يلجأون كما يرى 'يونج' لاستخدام الإنترنت للحصول على الشعور بالقوة  
والمكانة والسيطرة والمتعة ، ولا شك أن هذا يجعلهم يدخلون على مواقع لإثبات  
هذه الحاجات فنجدهم أكثر دخولاً على مواقع مصادر المعلومات والألعاب وبخاصة  
العنوانية منها والهكرز وحجرات الدردشة الجنسية الصريحة والأفلام الخليعة.

على العكس، نجد الإناث أكثر دخولاً على مواقع الشات أو الدردشة من أجل عقد صداقات مع نفس الجنس أو مع الجنس الآخر لإشباع الحاجة للحب وللآخر وللشاركة الاجتماعية ، والبريد الإلكتروني ومجموعات الأخبار لإشباع الحاجة للمعرفة.

٢- أن هناك سمات شخصية تجعل الفرد ينزلق في مصيدة الإنترنت من هذه السمات الخجل وعدم القدرة على المواجهة والانطوائية التي تجعل الإنسان لا يستطيع عقد صداقات مع الآخرين في العالم الواقعي فيهرب إلى هذا العالم الافتراضي الذي يجعله يعيش في أرض الخيال والأحلام المثالية ويعقد صداقاته مع من يريد ومع من لا يستطيعون رؤيته، ومن لا يعرفونه بل والأكثر من ذلك أنه يستعير اسماً غير اسمه الحقيقي وشخصية غير شخصيته الحقيقية، ويتصرف كما يشاء بدون رقيب عليه، ويصبح هذا الإنسان محبوباً وظريفاً ومنبسطاً في هذه العلاقات الوهمية الافتراضية مما يشعره بذاته وأهميته ومكانته بين الناس فنجد في الإنترنت ضالته التي يبحث عنها ويصارع من أجلها في الحقيقة لكن دون جدوى ولا أمل. فإذا كان مفتقداً للمهارات الاجتماعية في عالمه الحقيقي ، يكون أهلاً لها في عالمه الافتراضي. ومن ثم يمكن اعتبار تقدير الذات المنخفض والشعور بالنقص وعدم الكفاية والخوف والرهاب الاجتماعي ومفهوم الذات السلبي والانطوائية هي مؤشرات لإيمان الإنترنت.

٣- أن من لديهم تاريخ مرضي سابق هم الأكثر عرضة للإصابة بإدمان الإنترنت ، فكما أشارت نتائج الدراسات أن من بين مدمني الإنترنت أفراد لهم تاريخ سابق في المعاناة من القلق والاكتئاب وأشكال الإدمان الأخرى وبخاصة أن هؤلاء قد أدمنوا الإنترنت في الشهور الأولى من استخدامهم له.

٤- من يعاني من ضغوط في حياته سواء كانت شخصية أو أسرية أو مهنية ودراسية يكون أكثر عرضة لأن يقع فريسة لهذه الخيوط العنكبوتية بكافة أضرارها لأن ضغوطه تجعله يهرب إلى هذا العالم الافتراضي الذي يتمنى أن يعيش فيه وأن يتبدل حاله إلى ما يريد.

٥- خبرات الطفولة السيئة وأساليب المعاملة الخاطئة هي أيضاً من مؤشرات إدمان الإنترنت. فالخوف الزائد على الابن ، أو عقابه المستمر ولومه وتوبيخه يحاول التحرر من هذه الضوابط الوالدية فينزلقون في إدمان الإنترنت لكي يتحرروا أو

يشعرون ولو كذباً بهذا التحرر ، فلا أحد يراقب مكالمتهم عبر التليفون مع الآخرين أو يحاول التصنت عليه ولا يراقبوا المواقع التي يدخل عليها وأيضاً من كانت لهم فى طفولتهم خبرات سيئة وعانوا من الرفض الوالدى هم الأكثر إيماناً للإنترنت. ونحن لاشك أننا بحاجة للمزيد من البحوث والدراسات حول افتراضات هذا المدخل التكاملى لتفسير ظاهرة إيمان الإنترنت بين الشباب والمراهقين بها وحتى بين الأطفال.

## ثانياً: أبعاد الشخصية:

عرف "إيزنك" Eysenck الشخصية بأنها (المجموع الكلى لأنماط السلوك الفعلية أو الكامنة لدى الكائن) ونظراً لأنها تتحدد بالوراثة والبيئة فإتباعها تنبعث وتتطور من خلال التفاعل الوظيفى لأربعة قطاعات رئيسية تنظم فيها تلك الأنماط السلوكية: القطاع المعرفى، والقطاع النزوعى، والقطاع الوجدانى، والقطاع البدنى. (هول وندزى، ١٩٧١) ومن المفاهيم التى شاع استعمالها فى دراسة الشخصية مفهوم البعد Dimension عند "إيزنك" فى دراسته للشخصية دراسة علمية تجريبية (فيصل عباس، ١٩٨٧) و عرف "إيزنك" البعد بأنه (عامل ثنائى القطب من الرتب الثانية، وهو عبارة عن خط مستقيم له قطبان مثل الانبساط/ الانطواء، والعصابية/ الاتزان (Eysenck, 1960) وهكذا اقترح إيزنك (١٩٧٤) نموذج ثلاثى الأبعاد للشخصية هو:

### أ- بعد الانبساط - الانطواء:

بعد الانبساط/ الانطواء عامل ثنائى القطب يمتد من الانبساط إلى الانطواء، ويتكون من عدة سمات أولية وهى الميول الاجتماعية، الاندفاعية، الميل إلى المرح، الحيوية والنشاط، الاستثارة، سرعة البديهة والتفاؤل، وهذا البعد يمثل تجمعاَ لمتغيرات تربط بينها علاقات معينة، ولذلك فإن الانبساط/ الانطواء ليس بضدين وليس من اليسير أن تحدد فى بعد الانبساط/ الانطواء أى القطبين سوى وأيهما مرضى، فالانطواء إيجابى كالانبساط، ومن الخطأ وضع مزايا للانبساط على حساب الانطواء، فهو بعد يجمع بين المنطوى النموذجى والمنبسط التقليدى مع درجات بينية بطبيعية الحال. (أحمد عبد الخالق، ١٩٨٧، ١٩٩٠).

ولقد ربطا كوستا وماكراى Costa & McCrae الانبساطية مع قائمة موراي (١٩٨٣) للحاجات، ووجدوا أن المنبسطين لديهم حاجة قوية للتعرف الاجتماعى

والحاجة إلى الظهور بالإضافة إلى الحاجة للانتماء إذ وصف موراى (١٩٨٣) التعرف الاجتماعي (بأنه الرغبة فى الثناء والمدح والظهور كمرغبة فى جذب الانتباه، فكلما الحاجتين تتفقان مع الميل لكسب المكافآت الخارجية) (Stewart, 1996)

ب- بعد العصابية:

تشير المعاجم إلى أن العصابية ليست الاضطراب النفسى أو العصاب، بل هى الاستعداد للإصابة بالعصاب، فالعصابية/ الاتزان الانفعالى مصطلحان يشيران إلى النقط المتطرفة أو البعد الذى يتدرج من السواء أو حسن التوافق أو الثبات الانفعالى من طرف إلى سوء التوافق وعدم الثبات الانفعالى فى الطرف المقابل ولكل فرد مركز ودرجة على هذا البعد. (مصطفى سويف، ١٩٧٠).

وفى نظرية "إيزنك" تمثل العصابية بعد من أبعاد الشخصية يعرف بالثبات والقلق المنخفض فى أحد الأطراف، وفى الطرف الآخر بعدم الثبات والقلق المرتفع (Pervin, 1993) والعصابية تتميز بالعلاقات المتبادلة بين سمات القلق والاكنتاب وتقدير الذات المنخفض والخجل (Martin, 1995) وهكذا فإن بعد الانفعالية مقابل الثبات - العصابية يشير إلى توافق الشخص مع البيئة، ومدى ثبات سلوكه طوال الزمن، فبعض الأفراد يميلون لأن يكونوا متوافقين بشكل جيد، وثابتين انفعالياً، بينما يميل الآخريين إلى أن يكونوا أقل توافقاً وثباتاً وعصبيين (Engler, 1995)

ويشتمل عامل العصابية العام والوحدوى على ست من السمات الأولية هى: تقلبات الحالة المزاجية، فقدان النوم، مشاعر النقص، العصبية، القابلية للتهيج والحساسية (أحمد عبد الخالق، ١٩٩٠).

ج- بعد الذاتية:

فى المخطط الإيزنكى للشخصية تشكل الذاتية البعد الثالث للشخصية مستقلاً عن بعدى الانبساطية والعصابية، وقد عرف كمتصل يربط الذهان (الفصام الأولى، الاضطراب الانفعالى المزدوج) مع السيكوباتية التى عرفت بأنها المحطة الوسطى المؤدية للذهان (Heath & martin, 1990)، والذاتية أكثر الأبعاد تعقيداً ويعرف بالعلاقات المتبادلة بين سمات العدوانية والتمركز حول الذات والسلوكيات المضادة للمجتمع، ونقص العاطفية (Martin, 1995)، وهو ليس مماثلاً لأبعاد الانبساط/ الانطواء، والعصابية، فهو بعد ليس له طرف نقيض. وافترض "إيزنك و إيزنك" (Eysenk & Eysenck)

(١٩٨٥) أن السمات المكونة للذهانية هي: العدوانية، تبرد العاطفة، الأنانية، التركيز حول الذات، الاندفاعية، السيكوباتية وعدم الاهتمام بمشاعر الآخرين، العناد وتصلب العقل.

### ثالثاً: الاضطرابات النفسية:

عرفت الجمعية الأمريكية للطب النفسى فى كتابها الدليل التشخيصى والإحصائى للأمراض العقلية "الإصدار الرابع" DSM-IV الاضطراب النفسى بأنه (نمط أو متلازمة سلوكية أو نفسية ذات دلالة إكلينيكية ترتبط سواء بأعراض مؤلمة أو بقصور فى واحد أو أكثر من المجالات الهامة فى الحياة ويستخدم التصنيف العاشر للاضطرابات العقلية والسلوكية (ICD-10) الصادر عن منظمة الصحة العالمية مصطلح الاضطراب Disorder لتجنب مشكلات أكبر قد تتولد عن استخدام مصطلحات مثل المرض Disease أو العطل Illness، وعلى الرغم من الاعتقاد بأنه مصطلح غير دقيق، إلا أنه يستخدم للدلالة على مجموعة من الأعراض أو السلوكيات التى يمكن التعرف عليها إكلينيكياً والتى ترتبط فى معظم الحالات بالألم أو ضرر Distress وتصلب أو تتداخل بالأدوار الشخصية، وهكذا تتفق الجمعية الأمريكية للطب النفسى ومنظمة الصحة العالمية على ثلاث أمور لتعريف الاضطراب النفسى:

- ١- وجود ألم نفسى أو عضوى واضح.
  - ٢- أن يصاحب الاضطراب قصور ذات دلالات إكلينيكية فى النواحي الشخصية والمهنية للمريض.
  - ٣- لا يكفى تعريف الاضطراب أو الحكم على وجوده من خلال الصراع الدائر بين الفرد والمجتمع أو انحراف سلوكه عن معايير المجتمع. (محمد السيد، ٢٠٠٠)
- وهكذا فالاضطراب النفسى له ملامح وأعراض تختلف من مرض لآخر فى شدتها وحدتها، وفى ضوء هذه الملامح والأعراض نحكم على السلوك بالسواء أو اللاسواء. وقد قامت الباحثة بقياس أعراض الاضطرابات النفسية التى يقيسها مقياس الصحة النفسية (إعداد: حسن مصطفى عبد المعطى) فى علاقتها بإدمان الإنترنت. وسوف تلتزم الباحثة بالتعريفات الإجرائية التى جاءت فى هذا المقياس وهى كما يلى:
- ١- الأعراض السيكوسوماتية: *Psychosomatic Symptoms*: هى مجموعة من الأعراض والشكوى الجسمية المزمنة ، التى تتضمن اضطراب أو خلل أو إصابة أحد

الأعضاء أو الأجهزة التي تقع تحت تحكم الجهاز العصبي المستقل (اللاإرادي) ، وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالمتغيرات والعوامل النفسية وتؤدي إلى تراكم حالة الكرب المزمن الذي يظهر في صورة المرض العضوى.

٢- القلق العام: *Anxiety*: حالة مزمنة من الشعور المبهم الغامض غير السار المبالغ فيه الذى يكون خارج نطاق سيطرة الفرد ولا يتناسب مع المنبهات الخارجية ، وتوقع الشر من جراء خطر فعلى أو رمزى ، يظهر فى صورة أعراض جسمية ونفسية.

٣- الاكتئاب *Depression*: هو حالة كآبة فى النفس واتخفاض فى المزاج، وفقدان التلذذ بالحياة وصعوبة فى التفكير، وكساد فى القوى الحيوية والحركية، وهبوط فى النشاط الوظيفى، وأفكار ترتبط بانعدام القيمة واتهام الذات، تنتج عن ظروف محزنة أليمة وتعتبر عن شيء مفقود وإن كان الفرد لا يعى المصدر الحقيقى لذلك.

٤- البارانويا *Paranoia*: حالة تتميز بالمعتقدات الخاطئة فى العظمة أو الاضطهاد والغيرة والشك والارتياب مع الاحتفاظ بالتفكير المنطقى المرتبط بها ، وتميز نمط الشخصية المولعة بالجدل والدفاع.

٥- العدائية *Hostility*: هى كل ما يحرك العدوان وينشطه. وتبدو فى سلوك الأفراد الذين يظهرون عدواناً خفيفاً وغير مباشر فى علاقاتهم بالناس وتظهر فى صور متعددة منها الكراهية والتجهم والعبوس والعدا والتذمر ونوبات سلوكية أو عدائية لفظية أو إعاقة نشاط الآخرين.

٦- العصاب القهرى *Obsessive-Compulsive Disorder* يظهر فى صورتين رئيسيتين هما الأفكار الوسواسية *Obsessions* وهى أفكار أو صور أو اندفاعات تطرأ فى ذهن الشخص المرة تلو المرة بشكل متكرر نمطى مثيرة للالتزاع ويحاول الفرد مقاومتها ولكن دون جدوى. والأفعال القهرية *Compulsion* وهى تلك السلوكيات النمطية أو الطقوس التى تتكرر المرة تلو الأخرى، ولا تحمل فى ذاتها متعة، ويدرك الفرد أن سلوكه هذا لا معنى ولا تفسير له.

٧- الأعراض الهستيرية *Hysteria*: اضطراب نفسى المنشأ يتحول فيه الاضطراب الانفعالى المزمن إلى أعراض جسمية ليس لها أساس عضوى لتحقيق مكسب ثانوى للفرد وهروباً من الصراع النفسى أو من موقف مؤلم بدون أن يدرك الدافع لذلك.

٨- **توهم المرض Hypochondriasis** : عصاب يغلب فيه الانشغال بوظائف الجسم ومخاوف من أمراض خطيرة أو مسببة للعجز أو التشوه ، يتصور الفرد أنها قد أصابت مختلف أعضاء جسمه على الرغم من عدم وجود أساس عضوى لذلك وعدم وجود دليل طبي على مرض حقيقى ولكنها تستحوذ على تفكير الفرد واهتماماته الدائمة بصحته وجسمه.

٩- **الأرق الليلى Insomina** : حالة عدم اكتفاء كفى من النوم تستمر لفترة زمنية طويلة ومن أهم أعراضه صعوبة الاستغراق فى النوم أو الاستمرار فيه ، والتعب الجسمى والنفسى وبالكآبة والتوتر والتهيج والانعراج ويؤدى إلى خلل فى الأداء الاجتماعى والمهنى.

١٠- **الفوبيا (المخاوف المرضية) Phobia Reaction** : هى مجموعة من الاضطرابات يستثار فيها القلق بواسطة مواقف أو أشياء خارجة عن نطاق الشخص ولا تحمل فى ذاتها خطراً ويترتب على ذلك تجنبها أو مكابدة التخوف منها، ويترتب على هذه المخاوف أعراض عضوية كالخفقان أو الشعور بالإغماء ولا يخفف من القلق أن يعرف الشخص أن الآخرين لا يرون خطراً أو تهديداً من الموقف المرهوب، ومن هذه المخاوف: الخوف من المرتفعات (الأكروفوبيا) والخوف من الأماكن المفتوحة ، الخوف من الأماكن المغلقة وهكذا.

١١- **الحساسية التفاعلية Reactive Sensivity** : حساسية مفرطة نحو الهزائم والرفض، الحساسية لمشاعر القصور أو الإحساس بالنقص خاصة فى حالة المقارنة بالآخرين، ويتميز ذو المستوى العالى من الحساسية التفاعلية ببخس الذات والانعراج وعلامات الضيق مع الآخرين.

**الدراسات السابقة:**

أجريت دراسات وبحوث متعددة حول إيمان الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات ، ومنها أيضاً من أجريت حول الآثار السلبية لإيمان الإنترنت.

فقد قامت "شبيرا" Shapira (١٩٩٨) بدراسة عينة قوامها ١٤ شخص ممن يقضون وقت كبير على الإنترنت لدرجة تجعلهم يواجهون مشكلات عديدة مثل انقطاع علاقاتهم وفقدان عملهم والتسرب من المدرسة أو الجامعة ، وذلك بهدف معرفة ما إذا كان ينبغى التعامل مع مشكلة الإنترنت على أنها اضطراب أم عرض لشيء آخر أو أن هناك اضطرابات أخرى تعزز وتدعم الجلوس على الإنترنت.

وقد أُلقيت هذه الدراسة في المؤتمر السنوي للجمعية الأمريكية للطب النفسي، وكان من بين عينة الدراسة شخص يبلغ من العمر ٣١ عاماً يقضى على الإنترنت ١٠٠ ساعة أسبوعياً ويتجاهل أسرته وأصدقائه ويتوقف عن أي شيء حتى النوم. وشخص عمره ٢١ عام من طلبة الجامعة الذي تغيب عن الجامعة لمدة أسبوع وبدأ بوليس الجامعة يبحث عنه حتى وجدوه في معمل الكمبيوتر بالجامعة حيث قضى ٧ أيام متواصلة على الإنترنت.

وقد بلغ متوسط عمر العينة ٣٥ عام ، وتم مقابلتهم لمدة تتراوح ما بين ٣ : ٥ ساعات وطرحت عليهم أسئلة معيارية للبحث عن الاضطرابات السيكاترية. وقد توصل "شيبيرا" من هذه الدراسة إلى أن التعلق بالإنترنت لا يدرك على أنه اضطراب، ولكن قال أن الإفراط في استخدام الإنترنت لدى المشاركين في الدراسة يشبه اضطراب ضبط الدافع بنفس الطريقة مثل هوس السرقة أو التسوق القهري، وفي الحقيقة أشار "شيبيرا" إلى مشكلة الإنترنت بهوس أو جنون الإنترنت بدلاً من إدمان الإنترنت، ولكن الشيء البارز كما قال هو وجود اضطرابات أو مشكلات سيكاترية أخرى، حيث وجد أن:

- ١- تسعة أفراد من بين أربعة عشر فرداً يعانون من اكتئاب - الهوس في وقت المقابلة ، وأن ١١ يعانون من اكتئاب - الهوس في فترات من حياتهم.
- ٢- ونصفهم يعانون من القلق الاجتماعي مثل الفوبيا الاجتماعية وهي عبارة عن خوف مستمر وبدون سبب معقول من الإحراج بين العامة في وقت المقابلة.
- ٣- ثلاثة منهم يعانون من الشره المرضي والأكل بشراهة بالإضافة إلى أن ٦ يعانون من اضطرابات الأكل في بعض الأوقات من حياتهم.
- ٤- أربعة يعانون من نوبات الغضب الشديدة التي لا يمكن التحكم فيها والنصف يعانون من حالات ضبط الدافع أثناء حياتهم.
- ٥- ثمانية يعانون من سوء تعاطي الكحوليات أو بعض العقاقير الأخرى في بعض الأوقات من حياتهم.

كذلك هدفت دراسة "يونج وروجرز" Young & Rogers (١٩٩٨) إلى فحص العلاقة بين الاكتئاب وإدمان الإنترنت. حيث قامت هذه الدراسة بجمع خصائص أو بروفييلات ٢٥٩ مدمن للإنترنت بمتوسط عمرى قدره ٣٢ عام ، من خلال أحد المقاييس



على الإنترنت بالإضافة إلى تحليل البيانات باستخدام قائمة "بيك" للاكتتاب. وأشارت النتائج إلى أن الاكتتاب الإكلينيكي يرتبط بشكل دال بزيادة مستوى استخدام الشخص للإنترنت.

كذلك قام جرينفيلد Greenfield (١٩٩٩) بتحليل تمهيدى للسمات السيكولوجية لاستخدام الإنترنت القهرى وذلك على عينة قوامها (١٧٢٥١) فرد تتراوح أعمارهم ما بين ٨-٨٥ عام ، تم تطبيق مقياس ذو (٣٦) عبارة تتعلق باستخدام وسلوك الإنترنت. واتضح من هذه الدراسة أن ٦% من العينة مدمنى إنترنت. وقامت الدراسة أيضاً بدراسة العوامل الفريدة التى ترتبط بالجنس على الإنترنت وتدعم تكرار الرغبة فى السلوك الجنسى الافتراضى عن العلاقات الجنسية الواقعية. ووجدت الدراسة أن هناك ارتباط واضح بين السلوك الجنسى على الإنترنت فى السبير والنشاط الجنسى فى الواقع. وعلوة على ذلك فإن هناك مقياس للعوامل التى تساهم فى إدمان الإنترنت تم مناقشتها باستخدام تحليل النكوص والنكوص النفسى ووجد أن ٤٦% من تباين إدمان الإنترنت بطريقة فريدة وغريبة مثل الإطلاق وإبدال الكف ، الجهل بالشيء ومعرفة اسمه، سهولة الوصول، تسارع الألفة وتشويه الوقت ، شدة أو استثارة محتوى الإنترنت. وبذلك تدعم الدراسة الطبيعية القهرية لاستخدام الإنترنت لدى أشخاص محددين وتقدم مقترحات للأبحاث المستقبلية.

أما "ريمى" Remy (٢٠٠٠) فى دراسته للدكتوراه فقد فحص العلاقة بين التواصل عبر الكمبيوتر واستخدام الإنترنت ونمو الهوية النفسية والاجتماعية للطلاب فى الجامعة فى ولاية المسيسى ، وقامت هذه الدراسة على عينة قوامها (٤١٧) طالب تم تطبيق أدوات الدراسة عليهم وهى: مقياس سلوك إدمان الإنترنت الذى قدمه "برينر" Brenner (١٩٩٦ - ١٩٩٧) لتحديد مستوى الطلاب من التواصل عبر الكمبيوتر واستخدام الإنترنت ، واستبيان المهمة النمائية وأسلوب حياة الطالب — Winston et al., (١٩٨٧) لقياس نمو الهوية النفسية والاجتماعية.

ولقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة عكسية بين استخدام الطلاب للتواصل عبر الكمبيوتر واستخدام الإنترنت ودرجاتهم على مقياس نمو الهوية النفسية والاجتماعية.

أما دراسة كريستوفر وآخرون، Christopher et al, (٢٠٠٠) فقد هدفت إلى دراسة علاقة استخدام الإنترنت بالاكنتاب والعزلة الاجتماعية بين المراهقين ، حيث قامت هذه الدراسة بدراسة ما إذا كان ارتفاع مستوى استخدام الإنترنت يرتبط بالاكنتاب والعزلة الاجتماعية بين المراهقين أم لا. وقامت عينة قوامها ٨٩ من طلاب السنة الأخيرة بالمدرسة الثانوية بالاستجابة على مقياس يهدف إلى قياس انخفاض (أقل من ساعة يومياً) أو اعتدال (١-٢ ساعة يومياً) أو ارتفاع (أكثر من ساعتين يومياً) استخدام الإنترنت والعلاقة مع الأم والأب والإقران والاكنتاب. ووجدت الدراسة أن انخفاض استخدام الإنترنت أفضل في علاقاتهم مع أمهاتهم وأقرانهم عن مرتفعي استخدام الإنترنت. وهذا يشير إلى أن ارتفاع استخدام الإنترنت يرتبط بضعف الروابط الاجتماعية ، كذلك أوضحت نتائج الدراسة أن مستوى استخدام الإنترنت لا يرتبط بالاكنتاب.

كذلك هدفت دراسة كابي وآخرون، Kubey et al., (٢٠٠١) إلى فحص العلاقة بين استخدام الإنترنت وانخفاض الأداء الأكاديمي لطلاب الجامعة ، وأوضحت النتائج أن انخفاض مستوى الأداء الأكاديمي لطلاب الجامعة يرجع إلى الإفراط في استخدام الإنترنت حيث أن الاستخدام الترويحي والترفيهي للإنترنت بكثرة يعوق الأداء الأكاديمي، وأن الوحدة النفسية والسهر لوقت متأخر والغياب عن الحضور في الفصل أو القاعة الدراسية هي نتائج للاستخدام المفرط للإنترنت.

واهتمت دراسة باولاك Pawlak (٢٠٠٢) بفحص العلاقة بين الوحدة النفسية والمساعدة الاجتماعية وإدمان الإنترنت بين طلاب المدارس الثانوية. وكذلك دراسة نمط شخصية مدمن الإنترنت. وتم حصر تعريف الإنترنت في الألعاب واستخدام الإنترنت وغرف الدردشة وتعرف بالروم شات والرسائل السريعة وشبكة المعلومات حول العالم والبريد الإلكتروني.

وتم جمع البيانات من عينة من طلاب المدرسة الثانوية في نيويورك من أحد المدارس العامة يبلغ عددهم ٢٠٠٢ طالب يمثلون الصف ٨ ، ٩ ، ١٠ ، ١١ ، ١٢ الثانوي. وقام طلاب الدراسة باستكمال خمسة مقاييس وأحد التساؤلات المفتوحة. وكانت الأدوات المستخدمة مقياس UCLA للوحدة النفسية ، والمقياس المعرفي على الإنترنت OCS ، ومقياس تقدير المساعدة الاجتماعية SS-A ، والمقياس الفرعي للاضطواء والانبساط في متنبأ النمط عند 'بريجز' MBTI Briggs بالإضافة إلى

الاستبيان الديموجرافى. ولقد تم حساب معاملات بيرسون لتحديد العلاقة بين الوحدة النفسية والمساعدة الاجتماعية وإدمان الإنترنت. وتوصلت الدراسة للنتائج التالية:

١- هناك ارتباط دال بين الوحدة النفسية والمساعدة الاجتماعية وإدمان الإنترنت.  
٢- أن طلاب المدرسة الثانوية الذين يعيشون مستويات مرتفعة من الوحدة النفسية وانخفاض مستوى المساعدة الاجتماعية يتجهون نحو الإنترنت لخفض تلك المشاعر.

٣- من الممكن أن يؤدي الإحساس بالوحدة النفسية وقلة المساعدة الاجتماعية إلى إدمان الطلاب للإنترنت.

٤- أما نمط الشخصية والنوع وجدت الدراسة أنها لا ترتبط بإدمان الإنترنت.

٥- لا توجد علاقة بين المشاهدة الأسبوعية للتلفاز واستخدام الإنترنت.

وتعد هذه الدراسة كما يرى "باولايك" أنها دراسة استكشافية لا تزال تطرح العديد من التساؤلات التى تتعلق بسبب ونتيجة الوحدة النفسية والمساعدة الاجتماعية وإدمان الإنترنت. ويرى أنه من الضروري ألا تعنى الفوائد التى يقدمها الحاسب الآلى من الأداء بشكل أسرع وأفضل، المجتمع عن الأضرار الممكنة لاستخدام الشباب للإنترنت.

أما دراسة جونزليز Gonzalez (٢٠٠٢) هدفت إلى فحص العلاقة بين اضطراب إدمان الإنترنت والاندفاعية. وتشير هذه الدراسة إلى تزايد معدل استخدام الإنترنت فى البيوت بشكل ثابت ، وأن هناك آثار مرضية ترتبط باستخدام الإنترنت من هذه الآثار مشكلات اجتماعية ومشكلات جسمية.

ومن خلال استخدام معايير المقامرة المرضية كنموذج لمعايير إدمان الإنترنت تلك المعايير التى قدمها DSM-IV للمقامرة المرضية أوضحت أن إدمان الإنترنت يعد اضطراب فى الدافع Impulse أو على الأقل يرتبط بضبط الدافع حيث وجدت الدراسة أن هناك علاقة بين إدمان الإنترنت والاندفاعية ، وتقتراح هذه الدراسة أن الاندفاعية تلعب دوراً فى إدمان الإنترنت ولكن بدرجة غير مرتفعة.

أما دى-جراشيا وآخرون De-Gracia et al., (٢٠٠٢) قام بدراسة استكشافية للمشكلات السلوكية المرتبطة باستخدام الإنترنت ، وقد قامت بتصميم استبيان على الويب وتم نشره من خلال الإنترنت لمدة ٤ أسابيع. وتكونت العينة من ١٦٦٤ من المتطوعين للإجابة على المقياس من الجنسين. وقد أوضحت النتائج أن: ٤,٩% من

العينة أشاروا إلى تكرار المشكلات التالية مع استخدامهم للإنترنت: مثل الإحساس بالذنب والرغبة القوية فى الاتصال وإضاعة الوقت وعدم القدرة على انفلات الضبط، وأشارت تلك المجموعة إلى ارتفاع القلق وخلل الوظيفة الاجتماعية لهؤلاء الأفراد.

كذلك هدفت دراسة كابلان Kaplan (٢٠٠٢) عن الاستخدام المشكل للإنترنت والتوافق النفسى الاجتماعى. وتعتبر هذه الدراسة من الدراسات الاستكشافية قامت بتطوير مقياس نظرى للاستخدام المشكل للإنترنت ، وقد بلغت عينة الدراسة (٣٨٦) طالب من طلاب الجامعة بهدف فحص العلاقة بين الاستخدام المشكل للإنترنت والعديد من المتغيرات النفسية والاجتماعية كالإكتئاب وتقدير الذات والوحدة النفسية والخجل. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط دال بين درجات أفراد العينة على المقاييس الفرعية المكونة لمقياس الاستخدام المشكل للإنترنت ومتغيرات الصحة النفسية الاجتماعية التى تشمل الإكتئاب والوحدة النفسية والخجل وتقدير الذات.

أما دراسة إزاهيفا وآخرون Elisheva et al., (٢٠٠٢) فقد فحصت العلاقة بين استخدام الإنترنت والسعادة النفسية لدى المراهقين. وذلك على عينة قوامها (١٣٠) طالب من طلاب الصف السابع بأحد المدارس العامة فى كاليفورنيا واستجابوا على مقياس الميل نحو السعادة النفسية ومقياس استخدام الإنترنت يومياً لمدة ثلاث ليال متتالية. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن عدد الساعات التى يتم قضاؤها على الإنترنت لا ترتبط بالمزاج أو السعادة النفسية اليومية. ومن ناحية أخرى أشارت نظرية الألفة والمودة أن قرب شركاء التواصل من خلال الرسائل على الإنترنت يرتبط بالقلق الاجتماعى اليومى والوحدة النفسية فى المدرسة وتساهم بشكل كبير فى قياس المزاج فقد بلغ معامل الارتباط بين الرسائل مع الأصدقاء والقلق الاجتماعى ٠,٥٦ دال عند ٠,٠١، والوحدة النفسية ٠,٦١ ودال عند ٠,٠١، ومع السعادة النفسية اليومية -٠,٤٤ دال عند مستوى ٠,٠١.

وقد فحصت دراسة أندريد Andrade (٢٠٠٣) تأثير استخدام الإنترنت على المساندة الاجتماعية كما يدركها الأطفال ، ذلك لأن الدراسات السابقة كما ترى "أندريد" أنها اهتمت بدراسة ماهية تأثير الإنترنت على العلاقات الاجتماعية لمستخدميه من المراهقين ووجدت أن هناك تأثير متناقض لقضاء وقت طويل على الإنترنت حيث يودى إلى ارتفاع مستويات الإكتئاب والعزلة الاجتماعية لدى الراشدين. ولكن فشلت هذه الدراسة حتى الآن لدراسة كيف يمكن لاستخدام الإنترنت أن يؤثر على

الأطفال ولاستكشاف تأثير استخدام الإنترنت على الأطفال تم تطبيق أدوات الدراسة على ٨٢ طالب. وأشارت النتائج إلى أن قضاء وقت كبير على الإنترنت ليس له تأثير على المساندة الاجتماعية أو المزاج. ومن ناحية أخرى تشير إلى أن الوالدين يلعبون دور كبير في مراقبة استخدام أطفالهم للإنترنت وتوجيههم وزيادة وعيهم بأنشطة أطفالهم.

أما دراسة تساي و لين " Tsai & Lin (٢٠٠٢) فتمت بمتابعة سلسلة من الدراسات التي تنطق بإيمان المراهقين للإنترنت في تايوان. ومن خلال تحليل نتائج العديد من المقاييس تم اختيار ١٠ مراهقين من مدمني الإنترنت لإجراء مقابلات متصقة عليهم. وقد أوضحت بيانات المقابلة الآتي:

١- أن أغلب المراهقين الذين تمت مقابلتهم تظهر عليهم أعراض إيمان الإنترنت من بينها الاستخدام القهري والانسحاب والتحمل والمشكلات المرتبطة بالمدرسة والصحة والأسرة وإلترة المال وإلترة الوقت.

٢- وعلاوة على ذلك فإن أغلبهم أشار إلى أن وسائل الإنترنت قد أصبحت مصدرهم الأساسي للمعلومات والمعرفة. وكان العديد منهم مدمني الرسائل على الإنترنت ولكن ليس من خلال الإنترنت كوسيلة بحد ذاته.

٣- وعلاوة على ذلك أصبح عالم الإنترنت هو مكان تخفيف اكتئاب الراشدين.

٤- وأقد أوضحت أغلب من تمت مقابلتهم في تصريحات ذاتية أنهم مدمني إنترنت ولكن لم يتمكن واحد منهم أن يوضح ما أهمية مثل هذا الإيمان.

ويرى تساي و لين " أنه ينبغي على علماء النفس والمعلمين الاهتمام بهذا النوع من الإيمان وعرض الحلول الممكنة للمراهقين.

كذلك هدفت دراسة تالوا وأند " Talwa & Anand (٢٠٠٢) إلى إجراء دراسة استكشافية لمدى انتشار إيمان الإنترنت في المدارس بالهند على عينة بلغت ١٠٠ طالب ممن تتراوح أعمارهم ما بين ١٦ - ١٨ عام ، طبق عليهم مقياس Davis لمعرفة الكمبيوتر وما يتصل به ومقياس Dosc لمقياس الاستخدام المرضي للإنترنت ومقياس UCLA للوحدة النفسية وتم تقسيم العينة لكلية للدراسة إلى مجموعتين: مجموعة معتمدة على الإنترنت عددها ١٨ طالب، ومجموعة أخرى غير معتمدة وعددها ٢١ طالب.

وأظهرت النتائج وجود فروق سلوكية دالة بين المجموعتين. ووجدت الدراسة أن المجموعة المعتمدة على الإنترنت تؤخر عملها لقضاء وقتها على الإنترنت وتعاين من اضطرابات النوم لأنها تستيقظ في وقت متأخر كي تدخل على الإنترنت. كما أن عدد الساعات التي يقضونها تكون أكثر من ساعات عدد غير المعتمدين عليه.

أما في مقياس الوحدة النفسية فقد ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين حيث حققت المجموعة التي تعتمد على الإنترنت درجات أعلى في الوحدة النفسية عن غير المعتمدين عليه.

أما دراسة 'وانج وآخرون' Whang et al, (٢٠٠٣) فقد هدفت إلى فحص الخصائص النفسية لمفرطى استخدام الإنترنت. ولقد تم مقابلة مستخدمي الإنترنت في 'كوريا' لمعرفة الخصائص النفسية التي ترتبط بالإفراط في استخدام الإنترنت من خلال مستوى استخدامه ، ولقد تم استخدام مقياس 'يونغ' Young المعدل لإدمان الإنترنت ، وقد بلغت عينة الدراسة (١٣٥٨٨) مقسمين كالتالي ( ٧٨٧٨ ذكور ، ٥٧١٠ إناث) من بين ٢٠ مليون ومن بين أفراد العينة بلغت نسبة مدمني الإنترنت ٣,٥% بالإضافة إلى ١٨,٤% تم تصنيفهم كمجموعة من المحتمل أن تكون مدمنة للإنترنت.

وتوصلت هذه الدراسة إلى ما يلي:

١- أن هناك علاقة قوية بين إدمان الإنترنت والخلل الوظيفي في العلاقات الاجتماعية.

٢- حاول العديد من مدمني الإنترنت الهروب من الواقع أكثر من المجموعة التي من المحتمل أن تصبح مدمنة للإنترنت أو من غير مدمني الإنترنت.

٣- عندما كان مدمني الإنترنت يشعرون بالقلق أو الاكتئاب يكونوا أكثر رغبة في الدخول على الإنترنت.

٤- كما أشارت تقارير مدمني الإنترنت أنهم أعلى في درجة الوحدة النفسية والمزاج الاكتئابى والاندفاعية مقارنة بالمجموعات الأخرى.

ويرى 'وانج' وزملاؤه أننا بحاجة إلى دراسة العلاقة المباشرة بين التوافق النفسى والإدمان على الإنترنت.

أما دراسة إنجيلبيرج وسجوبيرج Engelberg & Sjoberg (٢٠٠٤) قامت بفحص مدى ارتباط المهارات البيئشخصية والشخصية والذكاء الانفعالى بمدى استخدام

الإنترنت وذلك على عينة من طلاب الجامعة. وقد أوضحت نتائج الدراسة ارتباط استخدام الإنترنت بالوحدة النفسية وعدم التوازن بين العمل ووقت الفراغ وكذلك ارتباطه بالذكاء الوجداني أو الانفعالي. ولم تجد الدراسة ارتباط بين الشخصية (نظرية العوامل الخمسة للشخصية) وبين استخدام الإنترنت. كما تشير النتائج إلى أن متكرري استخدام الإنترنت كانوا أكثر شعوراً بالوحدة النفسية ويفقدون إلى حد ما المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تميز ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع.

أما شك ولينج و Chack & Leung (٢٠٠٤) فقد هدفا إلى دراسة الخجل ووجهة الضبط كمؤشرات لإدمان واستخدام الإنترنت. حيث تم جمع البيانات من عينة قوامها ٧٢٢ من مستخدمي الإنترنت، وأشارت النتائج أنه كلما ازدادت رغبة الشخص في إدمان الإنترنت كلما كان أكثر خجلاً وكلما قل إدمانه كلما ازداد اعتماده على الآخرين وكلما ازدادت ثقة الشخص في الفرص التي تحقق له النجاح في حياته. وقد تبين أن مدمني الإنترنت يستخدمونه كثيراً وبشكل مكثف كل يوم من أيام الأسبوع وفي جميع المواسم وفصول السنة، وخصوصاً التعامل مع البريد الإلكتروني (١) وحجرات الشات (٢) و I CQ جماعات الأخبار. (٣) وألعاب الإنترنت (٤) وعلاوة على ذلك فإن طلاب اليوم الكامل الدراسي هم أكثر عرضة لإدمان الإنترنت بسبب زيادة تعرضهم للمشكلات الناتجة عن عدم مرونة جدولهم الزمني الدراسي وقلة الوقت الذي يتحررون فيه من كونهم طلاب.

ومن الدراسات التي أجريت في البيئة العربية على إدمان الإنترنت هي دراسة حسام الدين عزب (٢٠٠١) والتي هدفت إلى دراسة إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية وذلك على عينة قوامها (٢٠٠) طالباً وطالبة من الذين تتراوح أعمارهم بين ١٦، ١٨ عام من طلبة المرحلة الثانوية بمتوسط عمرى قدره (١٧،٢) وانحراف معيارى قدره (٠،٨٣) طُبق عليهم مقياس إدمان الإنترنت من إعداد الباحث، ومقياس الصحة النفسية للشباب من إعداد عبد المطلب القريطى وعبد العزيز الشخص، ١٩٩٢ وتوصلت نتائج الدراسة إلى الارتباط العكسى بين إدمان الإنترنت والصحة النفسية.

#### تعليق عام على الدراسات السابقة:

من الملاحظ على الدراسات السابقة أنها متعددة الأهداف وأن هذه الأهداف قد اختلفت من دراسة لأخرى. ففي الوقت الذي وجدنا فيه بعض الدراسات قد هدفت إلى

فحص العلاقة بين إدمان الإنترنت والهوس والاكنتاب مثل دراسة "شيبيرا" ١٩٩٨، يونج وروجرز" (١٩٩٨)، "كريستوفر وآخرون" (٢٠٠٠)، كابلان (٢٠٠٢)، نجد بعض الدراسات الأخرى قد كان هدفها فحص العلاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية مثل دراسة "كابي وآخرون" (٢٠٠١)، "باولايك وآخرون" (٢٠٠٢)، "أندريد" (٢٠٠٣)، "وتساي ولين" (٢٠٠٣)، "تالوا وأناند" (٢٠٠٣)، "وانج وآخرون" (٢٠٠٣)، "شاك ولينج" (٢٠٠٤)، كما فحصت دراسة حسام الدين عزب (٢٠٠١) العلاقة بين إدمان الإنترنت وأبعاد الصحة النفسية.

كذلك اختلفت الدراسات السابقة في خصائص العينة المستخدمة من حيث: السن والجنس والحالة الاجتماعية ونوع العمل ومن حيث العدد كذلك، وبناء على اختلاف الهدف من دراسة إلى أخرى واختلاف خصائص العينة، اختلفت كذلك الأدوات المستخدمة في كل منها، ومن طرح الدراسات السابقة نلاحظ عدم وجود دراسة - في حدود علم الباحثة - اهتمت بدراسة النموذج السببي للعلاقة بين إدمان الإنترنت وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية ومن ثم لم توضح أية دراسة العلاقة السببية بين هذه المتغيرات، فلم توضح أيهما السبب وأيها النتيجة، هل إدمان الإنترنت هو سبب للاضطرابات النفسية أم العكس. وهذا ما تهدف إليه الدراسة الحالية. ولم توضح كذلك الفروق بين الذكور والإناث بين متغيرات الدراسة أو الفروق بين المدمنين للإنترنت وغير المدمنين له على أبعاد الدراسة.

### فروض الدراسة:

بناء على كل من الإطار النظري لإدمان الإنترنت الذي تم عرضه، وما توصلت إليه الدراسات السابقة يمكننا اشتقاق فروض البحث الحالي على النحو التالي:

١- تشكل متغيرات الدراسة إدمان الإنترنت وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية نموذجاً سببياً لتفسير العلاقات المتبادلة بين هذه المتغيرات.

٢- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت و كلا من أبعاد الشخصية وبعض الاضطرابات النفسية موضوع الدراسة.

٣- تنبئ بعض أبعاد الشخصية دون غيرها بإدمان الإنترنت.

٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمنى الإنترنت وغير مدمنى الإنترنت من المراهقين في كل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية موضوع الدراسة.



٥- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمنى ومدمنات الإنترنت من المراهقين فى كلا من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية موضوع الدراسة.

٦- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمنى الإنترنت (من الجنسين) من المراهقين فى جمهورية مصر العربية عن مدمنى الإنترنت (من الجنسين) من المراهقين بالمملكة العربية السعودية لصالح مدمنى الإنترنت بالمملكة العربية السعودية فى كلا من بعض أبعاد الشخصية و الاضطرابات النفسية موضوع الدراسة.

### إجراءات الدراسة:

فيما يلى وصف لعينة الدراسة وللأدوات المستخدمة والأساليب الإحصائية المناسبة لاختبار صحة الفروض:

### أولاً: عينة الدراسة:

لقد تم اختيار ألف (١٠٠٠) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة ممن تتراوح أعمارهم بين ١٨ - ٢٥ عام بمتوسط عمرى قدره (١٧,٥)، وانحراف معيارى قدره (٠,٨٩)، منهم (٦٠٠) طالب من طلاب الجامعة فى جمهورية مصر العربية و(٤٠٠) طالب من طلاب الجامعة فى المملكة العربية السعودية ممن يستخدمون الإنترنت.

طلاب الجامعة فى المملكة العربية السعودية		طلاب الجامعة فى جمهورية مصر العربية	
١٠٠ طالب	ذكور	٤٠٠ طالب	ذكور
٣٠٠ طالبة	إناث	٢٠٠ طالبة	إناث
٤٠٠ طالب وطالبة	المجموع	٦٠٠ طالب وطالبة	المجموع
١٠٠٠ طالب وطالبة		العينة الكلية	

### ثانياً: أدوات الدراسة:

سوف نعرض فيما يلى أهم الأدوات المستخدمة فى هذه الدراسة:

#### ١- استمارة بيانات شخصية (إعداد: الباحثة):

لجمع البيانات عن السن والجنس والمستوى التعليمى، استخدام الإنترنت أو عدم استخدام الإنترنت، ومدى استخدام الإنترنت سواء مفرط (أكثر من ساعتين فى اليوم)،

ومعتدل (من ساعة إلى ساعتين)، ومنخفض (أقل من ساعة في اليوم)، والمواقع المفضلة (الشات، البريد الإلكتروني، جماعات الأخبار، الألعاب، الأفلام والأغاني،....).

## ٢- مقياس إدمان الإنترنت (من إعداد: الباحثة)

### Internet Addiction Scale (IAS)

نظراً لعدم وجود مقياس في البيئة العربية - في حدود علم الباحثة - يقىس إدمان الإنترنت بأبعاده المختلفة التى أقرتها الجمعية الأمريكية للطب النفسى فقد تم بناء المقياس الحالى لإدمان الإنترنت لدى المراهقين ليحقق هدف الدراسة الحالية ، وقد مر تصميم المقياس بالخطوات التالية:

#### أ- الدراسة الاستطلاعية:

حيث اطلعت الباحثة على التراث النظرى والدراسات السابقة فى مجال إدمان الإنترنت وبخاصة المعايير الستة التى وضعتها الجمعية الأمريكية للطب النفسى، ومن أهم المقاييس التى اطلعت عليها الباحثة، مقياس إدمان الإنترنت "إيجر وروتبيرر" Egger & Rauterberg (١٩٩٦) ، ومقياس "يونج" للاستخدام المفرط للإنترنت Young (١٩٩٦) ، وقائمة "برينر" Brenner (١٩٩٧) للسلوك الإدمانى للإنترنت، ومقياس "مارتن وشوماكر" Martin & Schumacker (١٩٩٧) للاستخدام المرضى للإنترنت، ومقياس إدمان الإنترنت للأطفال من وجهة نظر الآباء، ومقياس إدمان الإنترنت للزوج أو الزوجة كما يراه الشريك الآخر، واختبار التشخيص الذاتى لإدمان الإنترنت لـ (جرينفيلد) Greenfield (٢٠٠١)، ومقياس إدمان الإنترنت لـ (دافيس) Davis (٢٠٠١)، ومن خلال ما سبق استطاعت الباحثة تحديد الأبعاد الفرعية وتعريفاتها الإجرائية التى أشتمل عليها المقياس، وهى :

١- السيطرة أو البروز.

٢- تغيير المزاج.

٣- التحمل.

٤- الأعراض الانسحابية.

٥- الصراع.

٦- الانتكاس.

## ب- الصورة المبدئية للمقياس:

تم صياغة عبارات هذه الأبعاد الستة بطريقة التقرير الذاتي، وقد حرصت الباحثة أن تكون العبارات قصيرة وسهلة ومفهومة ولا تحمل أكثر من معنى وواضحة لقرارنها، وبعد ذلك عرضت الباحثة الصورة المبدئية للمقياس على عدد من المحكمين وهم أساتذة فى الصحة النفسية وعلم النفس بهدف تحديد العبارات الغامضة أو تلك التى تحمل أكثر من معنى، حتى يتم تعديل هذه العبارات، وكذلك بهدف الاطمئنان على عدم وجود تداخل فى أبعاد المقياس، واتمءاء كل عبارة للبعد الخاص بها، واستبعاد المتشابهة، واقتراح المحكمين لعبارات جديدة، وبناءً على ذلك أصبح المقياس فى صورته النهائية مكوناً من (٦٠) عبارة، موزعة بالتساوى على ستة أبعاد لإدمان الإنترنت، وهى كالتالى:

البعد الأول : السيطرة أو البروز.

البعد الثانى: تغيير المزاج.

البعد الثالث: التحمل.

البعد الرابع: الأعراض الانسحابية.

البعد الخامس: الصراع.

البعد السادس: الانتكاس.

## ج- تصحيح المقياس وتفسير الدرجات:

يجيب الفرد على المقياس باختيار أحد البدائل الثلاثة (تنطبق تماماً، تنطبق إلى حد ما، لا تنطبق)، فإذا أجاب الفرد بتنطبق تماماً يحصل على درجتان، وتنطبق إلى حد ما درجة واحدة، ولا تنطبق صفر، مع الاعتبار بأن جميع عبارات المقياس تصح فى اتجاه واحد حيث لا توجد عبارات عكسية. ووفقاً لمفتاح التصحيح السابق فإن أقصى درجة يمكن أن يحصل عليها الفرد على المقياس الكلى هو (١٢٠) درجة، وهى ما يطلق عليه (سقف الاختبار) ، وأقل درجة يمكن أن يحصل عليها الفرد على المقياس هى صفر (أرضية المقياس) وتشير إلى أن الفرد غير مدمن للإنترنت.

وتعتبر الدرجة المتوسطة هى ٦٠ درجة ومن ثم تعتبر الدرجة المرتفعة (أكبر من

٦٠ درجة) تشير إلى إدمان الإنترنت ، أما الدرجة المنخفضة (أقل من ٦٠ درجة) لا

تشير إلى إدمان الإنترنت.

#### د- تقنين المقياس:

ويقصد به كفاءة المقياس من حيث الصدق والثبات فيما يقيسه أو وضع لقياسه.

#### ثبات المقياس:

تم استخدام ثبات مفردات المقياس (الاتساق الداخلى) بحساب معامل الارتباط بين درجة مجموع كل بعد من الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وقد تراوحت ما بين (٠,٧٩ ، ٠,٨٧)، وكذلك معامل الارتباط بين درجة كل عبارة ومجموع درجات البعد الذى تنتمى إليه، فقد تراوحت هذه المعاملات بين (٠,٦٨ ، ٠,٨١) وجميع هذه المعاملات الارتباطية دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى ارتفاع معامل الاتساق الداخلى للمقياس الكلى.

كذلك تم استخدام معامل ثبات ألفا ، فقد تراوحت معاملات الثبات للأبعاد الفرعية ما بين (٠,٧٧ ، ٠,٩٥) وبلغ معامل ثبات ألفا للمقياس الكلى (٠,٨٧)، مما يعنى دقة المقياس واتساقه واطراداه فيما يزودنا به من معلومات عن إدمان الإنترنت.

كذلك استخدمت الباحثة التجزئة النصفية، فقد تراوحت قيمة معامل ثبات "جتمان" للأبعاد الفرعية للمقياس ما بين (٠,٧٣ ، ٠,٩١)، وتراوحت قيمة معامل ثبات "سبيرمان - براون" ما بين (٠,٧٤ ، ٠,٩٤)، وبلغ معامل ثبات "جتمان" للمقياس الكلى ٠,٨٩ ، ومعامل ثبات "سبيرمان - براون" (٠,٩٠) وهذا يشير إلى ارتفاع معامل ثبات المقياس الكلى. وقد بلغ معامل ثبات إعادة الاختبار بعد أسبوعين (٠,٨٨).

#### صدق المقياس:

تحققت الباحثة من صدق البناء الكامن للمقياس باستخدام التحليل العاملى وذلك باختبار نموذج العامل الكامن العام، الذى حاز على مطابقة تامة، حيث كانت  $\chi^2 = ٢٤$  - صفر ومستوى دلالتها ٠,٠٠١ ، وأسفر التحليل العاملى عن استخلاص ستة عوامل كامنة تستظم حولها الأبعاد، ولقد استقطبت هذه العوامل ٧٢,٤% من التباين الارتباطى للمصفوفة الارتباطية بلغ الجذر الكامن الأول (٢,٩) واستحوذ على (١٥,٧١%) من التباين الارتباطى الكلى للمصفوفة الارتباطية، ويمكن تسميته (بعامل السيطرة أو البروز)، أما العامل الثانى فقد بلغ جذره الكامن (٢,٤) واستحوذ على (١٦,٠٥%) من التباين الارتباطى الكلى للمصفوفة الارتباطية ويمكن تسميته (بمعامل (تغير المزاج)، أما العامل الثالث فقد بلغ جذره الكامن (٢,٢) واستحوذ على (١٧,١٦%) من التباين

الارتباطى الكلى للمصفوفة الارتباطية، ويمكن تسميته بعامل (التحمل)، أما العامل الرابع فقد بلغ جذره الكامن (٢,٤) واستحوذ على (٦,٥١%) من التباين الارتباطى الكلى للمصفوفة الارتباطية، ويمكن تسميته بعامل (الأعراض الانسحابية)، أما العامل الخامس فقد بلغ ذره الكامن (٣,٠١) واستحوذ (١٢,٣٥%) من التباين الارتباطى الكلى للمصفوفة الارتباطية، ويمكن تسميته بعامل (الصراع)، أما العامل السادس فقد بلغ جذره الكامن (٣,١٤) واستحوذ على (٥,١٢%) من التباين الارتباطى للمصفوفة الارتباطية، ويمكن تسميته بعامل (الانتكاس)، وسعياً نحو مزيد من النقاء والوضوح فى المعنى السيكولوجى للعوامل، تقرر اعتبار الحد الأدنى للتشيع الملام يساوى (٠,٠٦) فأكثر لجعل هذه العوامل أكثر نقاءاً.

### ٣- اختبار (ايزنك) للشخصية: (إعداد: مصطفى سويف)

يتكون المقياس من ٩٠ سؤال يقسم على ثلاث صفحات بنظام محدد كما يلى:

الصفحة الأولى من سؤال رقم ١ ← سؤال رقم ٢٦.

الصفحة الثانية من سؤال رقم ٢٧ ← سؤال رقم ٥٨.

الصفحة الثالثة من سؤال رقم ٥٩ ← سؤال رقم ٩٠.

لكل صفحة من الصفحات الثلاث مفتاح خاص بها من الورق الشفاف، ويهدف الاختبار إلى قياس خمس سمات شخصية هى الميل الانبساطى E، الميل العصابى N، الميل الذهاتى P، الكذب L، الميل العدوانى C، يوجد للاختبار معايير خاصة بكل سمة تشير إلى المعيار الطبيعى بحيث إذا زاد الانحراف المعيارى عنها بدرجتين تشير إلى ظهور الاضطراب. وترصد درجات الاختبار بطريقة رصد المجموع الكلى لكل سمة على الثلاث ورقات، وذلك بأن تحسب الاستجابة المعلم عليها أسفل النقطة السوداء.

وقد تم حساب معامل ثبات إعادة الاختبار بعد شهر واحد للمقاييس الأربعة على ثمانى عينات إنجليزية، تراوحت معاملات الثبات بإعادة الاختبار بين (٠,٩٦ ، ٠,٥١) ، بينما تقع معاملات ثبات الاتساق الداخلى لدى أربع مجموعات فى المقاييس الأربعة بين (٠,٦٨ ، ٠,٨٨) وقد أوردت كراسة تعليمات الاختبار المعايير الإنجليزية لدى عينات سوية تبعاً لمختلف المهن بالإضافة إلى جماعات غير سوية مع بيان تأثير متغير العمر. (أحمد محمد عبد الخالق ١٩٨٠)

٤- مقياس الصحة النفسية (التشخيص الإكلينيكي الذاتى للأعراض المرضية)  
إعداد: حسن مصطفى عبد المعطى.

يتكون المقياس من (١١٠) سؤالاً مقسماً على ١١ بعد هي: الأعراض  
السيكوسوماتية، القلق العام، الاكتئاب، الباراتويا، العدائية، العصاب القهري، الأعراض  
الهستيرية، توهم المرض، الأرق الليلي، الفوبيا، الحساسية التفاعلية.

وتم تخصيص عشرة (١٠) أسئلة لكل فئة من الاضطرابات النفسية السابقة، فيما  
عدا السيكوسوماتية التى خصص لها (١٥) خمسة عشر سؤالاً، والحساسية التفاعلية  
(٥) خمسة أسئلة، وقد روعى فى صياغة الأسئلة أن يكشف عن عرض واحد من  
الأعراض الخاصة بالفئة الإكلينيكية المرضية التى ينتمى إليها. ويتم اختيار الاستجابة  
من بين عدة اختيارات وفقاً لمقياس مدرج بطريقة (لا ينطبق - مطلقاً - نادراً - أحياناً  
- كثيراً - دائماً)، على أن يسير تقدير الدرجات على النحو التالى (٠، ١، ٢، ٣، ٤).  
وقد بلغ ثبات إعادة المقياس على عينة مكونة من (٧٠) طالب جامعى أو بالدبلوم  
للخاص فى التربية وبفاصل زمنى أسبوعين، وكان معامل الثبات (٠,٨٨)، كذلك تم  
حساب الاتساق الداخلى لاستجابات أفراد العينة السابقة على المقياس ونك بحساب  
معامل الارتباط بين الاستجابة على كل سؤال والدرجة الكلية للفئة المرضية التى ينتمى  
إليها. وقد تراوحت بين ٠,٢٧، ٠,٦٠ وهى معاملات دالة عند مستوى ٠,٠٥ على  
الأقل. وقد تم حساب صدق المقياس بحساب صدق ارتباط المقياس بمحك خارجى وهو  
مقياس الصحة النفسية (قائمة كورنيل للاضطرابات السيكاترية والسيكوسوماتية) حيث  
تم تطبيقها معاً على عينة مكونة من ٥٠ طالباً جامعياً. وكان معامل الارتباط بينهما  
٠,٤٧٨ وهو ارتباط دال عند مستوى (٠,٠١).

**ثالثاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة:**

تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية المناسبة للتحقق من فروض الدراسة،  
وهذه الأساليب هى معامل الارتباط البسيط "بيرسون"، اختبار "ت" T Test، تحليل  
الانحدار البسيط، تحليل الانحدار المتعدد الخطويات.

**نتائج الدراسة:**

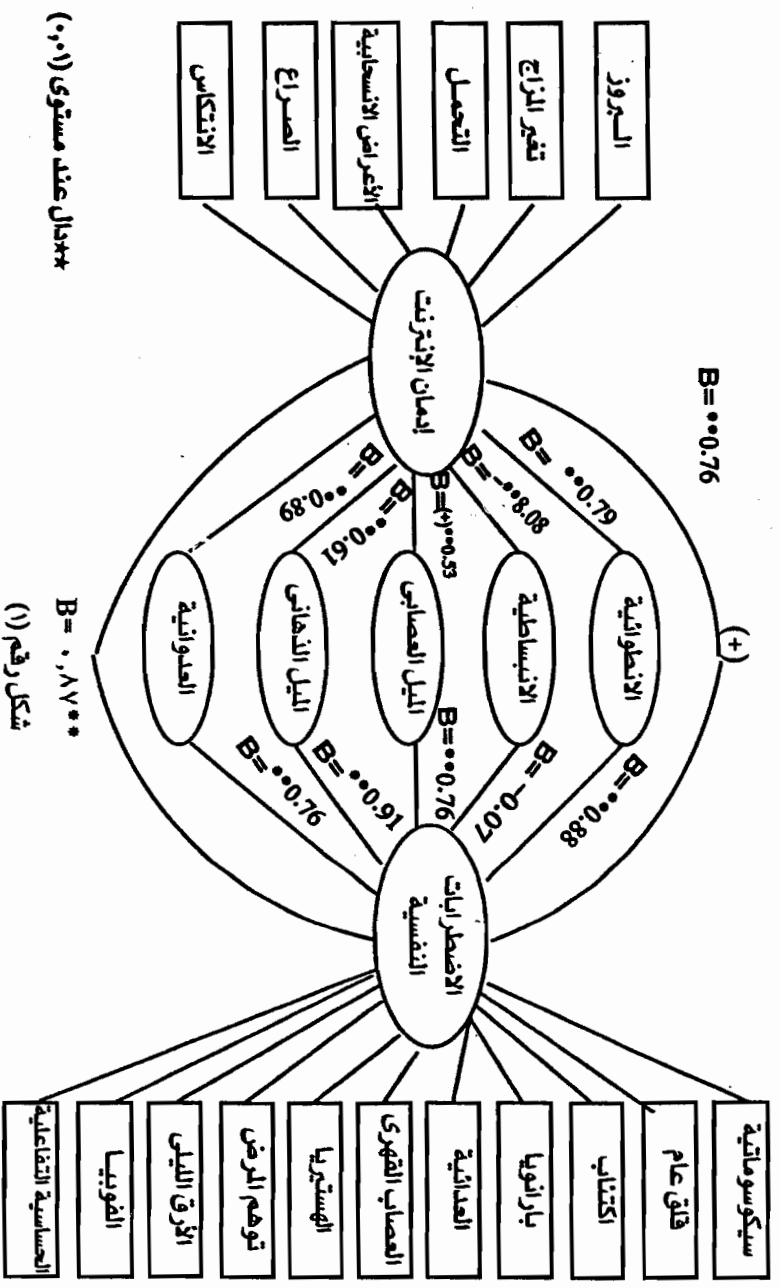
لقد أسفرت المعالجات الإحصائية إلى النتائج التى سوف نعرضها فيما يلى:

**نتائج الفرض الأول:** وينص هذا الفرض على:

تشكل متغيرات الدراسة (إيمان الإنترنت - أبعاد الشخصية - الاضطرابات

النفسية) نموذجاً سببياً لتفسير العلاقات المتبادلة بين هذه المتغيرات.

واقترضت الباحثة النموذج التالي للتحقق من هذا الفرض:



يوضح النموذج السببي المقترح للمتغيرات الأساسية للدراسة

جدال عند مستوى (0.01)

- وقد تم التحقق من هذا النموذج باستخدام حزم البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية والنفسية (SPSS) ويتضح من النموذج السببي السابق ما يلي:
- ١- أن للاضطرابات النفسية موضوع الدراسة تأثيراً موجباً دالاً عند مستوى (٠,٠١) على إيمان الإنترنت لدى المراهقين (قيمة بيتا =  $0,76^{**}$ ).
  - ٢- لإيمان الإنترنت تأثيراً موجباً دالاً عند مستوى ٠,٠١ على الاضطرابات النفسية موضوع الدراسة لدى المراهقين (قيمة بيتا =  $0,87^{**}$ ).
  - ٣- للانطوائية، والميل العصابي، والميل الذهاني، والعدوانية تأثير موجب دال عند مستوى (٠,٠١) على إيمان الإنترنت لدى المراهقين (وكانت قيمة بيتا Beta على الترتيب هي  $0,79^{**}$ ،  $0,53$ ،  $0,61$ ،  $0,89$ ).
  - ٤- يوجد تأثيراً موجباً دالاً عند مستوى ٠,٠١ للانطوائية والميل العصابي والميل الذهاني والعدوانية على الاضطرابات النفسية لدى المراهقين (وكانت قيمة بيتا على الترتيب هي =  $0,88$ ،  $0,76$ ،  $0,91$ ،  $0,76$ ).
  - ٥- الانبساطية لها تأثير سالب غير دال إحصائياً على الاضطرابات النفسية وإيمان الإنترنت لدى المراهقين.

وتتفق نتائج هذا الفرض مع دراسة "شبيراً" Shpira (١٩٩٨) حيث وجدت اضطرابات أو مشكلات طب نفسية أخرى لدى مدمني الإنترنت من بينها اضطراب الهوس - الاكتئاب، والقلق الاجتماعي، اضطرابات الأكل وسوء تعاطي الكحوليات وبعض العقاقير، وكذلك تتفق مع نتائج دراسة "يونج وروجرز" (١٩٩٨) حيث وجدت أن زيادة استخدام الإنترنت ترتبط بالاكتئاب الإكلينيكي، ومع نتائج دراسة "كريستوفر وآخرون" (٢٠٠٠) بأن هناك علاقة بين إيمان الإنترنت وكلاً من الاكتئاب والعزلة الاجتماعية، ومع دراسة "كاسي وآخرون" (٢٠٠١) حيث وجدت علاقة بين إيمان الإنترنت والوحدة النفسية، وكذلك دراسة "باوليك" (٢٠٠٢)، ودراسة "جونزليز" (٢٠٠٢) من وجود علاقة بين إيمان الإنترنت والاندفاعية، وكذلك دراسة "دي جركيا وآخرون" لوجود علاقة بين القلق وإيمان الإنترنت، ودراسة "الزهيفا وآخرون" (٢٠٠٢)، ودراسة "واتج وآخرون" (٢٠٠٣)، ودراسة "تانو وأناند" (٢٠٠٣)، ودراسة "واتج وآخرون" (٢٠٠٣) ودراسة "إتجيلبيرج وسجوبيرج" (٢٠٠٤)، ودراسة "شاك ولينج" (٢٠٠٤).



وهذا يشير إلى وجود تأثير بين أعراض الاضطراب النفسى من الأعراض السيكسوماتية والقلق والاكتئاب والبارانويا والعدائية والعصاب القهرى والهستريا وتوهم المرض والأرق الليلى والفوبيا والحصاسية التفاعلية مما يشير إلى أن كل هذه الأعراض التى تجعل الإنسان لا يستطيع مواجهة الواقع بما فيه من ضغوط ومشكلات وكبد ومشقة وينزلق فى شبك هذه الشبكة العنكبوتية للإنترنت ويجد فيها ملاذاً للأمان والحب والصدافة وعدم التصارع مع الآخرين فنجد المراهق نظراً لما يشعر به من العجز والقصور فى أحد المجالات يحاول تعويض ذلك بل وبشكل مفرط (تعويض زائد) فى مجال الإنترنت فيصبح الإنترنت له جاذبيته ومتعته لأنه يعوضه عن مشاعر التقدير والاهتمام والحب الذى يفقدها، كذلك يعوضه عن الرغبة فى التعديل والتجديد فى معارفه وعلاقاته بالآخرين، ويحرره من التقيد فى هذه العلاقات بما يتفق مع العادات والتقاليد السائدة فى المجتمع، كذلك تعوضه عن الفقر العاطفى والفكرى فيجد التشويق والمتعة والإثارة والإبهار فى مواقع الإنترنت حيث يجد كل ما يرغبه وما لا يرغبه دون رقيب ويجد ما يشغل وقته بين يديه بمجرد فقط الضغط على بعض المفاتيح.

كذلك الإنترنت قد يسبب إدمانه الوقع فى دائرة الاضطرابات النفسية وذلك لأن الشبكة العنكبوتية لا يتوقف تأثيرها فقط على إدمانها، وإنما يمتد تأثيرها المزدوج إلى أنها وسط ملئ بموضوعات وميادين يمكن إدمانها هى الأخرى (كالاخبار والمعلومات أو المنتديات أو الألعاب أو المراسلات أو المقامرة وكذلك الجنس والمواقع الخليعة الماجنة والبريد الإلكتروني والتسوق من على هذه الشبكة أى منتج من المنتجات المشروعة وغير المشروعة فى أى مكان فى العالم من قبيل المخدرات وغيرها وما يسهل وقوع المستخدم فى السلوك العدوانى الإجرامى واتضمامه فى مافيا المخدرات أو مافيا الدعارة والبغاء أو مافيا السطو الإلكتروني على البنوك والودائع البنكية أو أنه يصبح عضو فى أحد المنظمات الإرهابية. ومن ثم فإن إدمانه للإنترنت ينتقل به إلى إدمان سلوكيات سيكوباتية مضادة للمجتمع أخرى بل وأخطر.

كما أن إدمان الإنترنت يجعل الفرد ينسحب من العلاقات الاجتماعية ومن ثم انخفاض المساندة الاجتماعية (الانفعالية-المادية) من الآخرين فيؤدى به إلى العزلة والوحدة النفسية ويصبح منطوياً عن الآخرين، غير اجتماعى أو أن يكون هو فى الأصل لديه استعداداً للانطواء وللعزلة نظراً لسمات شخصيته الانطوائية أو لقلقه اجتماعياً، لا يستطيع مواجهة الآخرين ومن ثم ينسحب إلى عالمه الخاص به ويجد ونيساً له فى ذلك وهو الإنترنت ويدعم له انطوائيته وخجله وخوفه من مواجهة الآخرين.

كذلك الشخص العدوانى نجد أن عدوانيته يجد لها تدعيماً فى إدمان الإنترنت وبخاصة إدمانه للمواقع الخاصة بهذا السلوك، ذلك لأن عدوانيته فى الواقع تلقى عليه باللوم والتوبيخ والعقاب من الآخرين ومن السلطة. أما ممارسته لعدوانيته على الإنترنت تجعله فى مأمن عن كل هذا ومن ثم تزداد عدوانيته ويزداد إدمانه للإنترنت لما يتميز به الإنترنت من الإباحية وعدم الرقابة الخارجية (أى من الآخرين وليس من النفس) والشخص العصابى الذى يتسم بعد اتزان فى الحياة الانفعالية والقلق والاكتئاب وعدم الاستقرار العاطفى وعدم احترام الذات والتقلبات المزاجية وفقدان النوم ومشاعر النقص والعصبية والقابلية للاهتياج والإثارة. (أحمد محمد عبد الخالق، ١٩٩٠ ، Engler, 1995; martin , 1995 , Pervin 1993).

مما يجعله غير متوافق مع الآخرين وغير منسجم مع البيئة قلقاً ومتجهماً ومكتسباً معظم الوقت، ولا يشعر بالسعادة مع الآخرين ولا يشعر بالرضا عن علاقاته الاجتماعية فينزلق فى هاوية إدمان الإنترنت الذى يعوضه ويجعله يعيش فى عالم يجد فيه ضالته، يشعر فيه بالانسجام والسعادة التى يفتردها فى الواقع. وقد يزداد الأمر سوءاً، حيث أن ذلك يؤدى به إلى الشعور بالاغتراب فى العالم الواقعى المألوف الذى يحيط به فى كل مرة يخلق فيها الجهاز ويقوم لقضاء احتياجاته أو يذهب إلى مدرسته أو جامعته أو عمله، والأمر الذى يؤدى وبلا شك إلى زيادة تعلقه بالإنترنت وإهماله لكافة الأنشطة الأخرى ويصبح أسلوب الإدارة فالذى يتحكم فى حياته هو الإنترنت ، أصبح عبداً له مما يؤدى به إلى الوقوع فى دائرة الذهانية، التى هى كما يرى "إنجلر" Engler (١٩٩٥) بأنها فقد وتحريف الواقع ، وعدم القدرة على التمييز بين الواقع والخيال ، فيكون لديه اضطرابات فى التفكير والعاطفة والسلوك الحركى والهلاوس والضلالات مما يجعله يوشك أن يقع فى مرض الذهان. وهكذا فهناك علاقة تأثير وتأثر (تفاعلية) بين إدمان الإنترنت وسمات وأبعاد الشخصية التى تميز الفرد والاضطرابات النفسية التى قد يصاب بها الفرد.

نتائج الفرض الثانى: ينص هذا الفرض على:

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعض الاضطرابات النفسية وأبعاد الشخصية وإدمان الإنترنت. و للتحقق من هذا الفرض تم حساب معاملات الارتباط بطريقة بيرسون.

جدول (١) يبين دلالة معاملات الارتباط بين الاضطرابات النفسية و ابعاد الشخصية و ايمان الانترنت

إيمان الإنترنت	الاضطرابات النفسية أبعاد الشخصية
**٠,٧٥	سيكوسوماتية
**٠,٧١	قلق عام
**٠,٨٤	اكتئاب
**٠,٦٠	البارانويا
**٠,٦٩	العدائية
**٠,٣٩	العصاب القهري
**٠,٧٧	توهم المرض
**٠,٨٩	الأرق الليلي
**٠,٦٣	الفوبيا
**٠,٦٥	الحساسية التفاعلية
**٠,٦٧	الانبساط
**٠,٧٢	الانطواء
**٠,٨٩	الميل العصابي
**٠,٨٨	الميل الذهاني
**٠,٨٣	العدوانية

\*\* دال عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين الاضطرابات النفسية وبين إيمان الإنترنت ، وكذلك توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين أبعاد الشخصية وإيمان الإنترنت ، ما عدا الميل الانبساطي يرتبط ارتباطاً سالباً دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) مع إيمان الإنترنت.

ويتضح من الجدول السابق أن الفرض قد تحقق حيث أشارت النتائج لوجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من الاضطرابات النفسية وأبعاد الشخصية وإيمان

الإنترنت. وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة التي سبق ذكرها. فالفرد الذى لديه سمات شخصية انطوائية يميل للهدوء وتأملى ومتحفظ وخجول ولا يحب الإثارة وعصبى ويستسلم لمشاعر النقص ويسهل استغراقه فى أحلام اليقظة ولا يرحب بالنكت كثيراً ولا يحدب وبخاصة النكت الجنسية. (هول ولندزى ، ١٩٧١)

ولديه ميل للاسحاب من التفاعلات الاجتماعية ومغرم بالقراءة أكثر من التحدث مع الآخرين ويبتعد عن الأضواء والمناسبات الاجتماعية وحريص فى حديثه ويحافظ على مشاعر الآخرين ، ويقاوم عقد صداقات مع الجنس الآخر ، ويشعر بالارتباك الشديد عندما يجد نفسه وسط حشد كبير من الناس. (هول ولندزى، ١٩٧١، Allen, 1983)

ويميل إلى تفضيل الأعمال المنعزلة (Pervin, 1993) كل هذه الصفات والسمات لا شك وأن تجعله يميل إلى استخدام الإنترنت بل ويقع فى برائن إيمانه. كذلك الحال العصابى الذى يتميز بالخجل وتقدير منخفض للذات والشعور بالذنب وعدم الثبات الانفعالى وغير متوافق اجتماعياً ومشاعر النقص والعصبية واضطرابات نفسجسمية متنوعة واستجابات عنيفة جداً لكل أنواع المنبهات ومستوى حافزه أعلى مما عند الأسوياء. (محمد أحمد عبد الخالق، ١٩٩٠، Sutherland, 1991)، كما يجعله ينغمس فى استخدام الإنترنت بشكل مرضى واحتمال إيمانه للإنترنت بمواقفه المختلفة.

كما أن الشخص الذهانى الذى يكون منعزل ولا يهتم بالآخرين، وغير متوافق، وتنقصه المشاعر ويكره الآخرين، عدوانى، متهور ويجازف بحمق ويتغاضى عن المخاطر. وكذلك يحب عمل المقالب فى الآخرين ويشارك فى قليل من التفاعلات الشخصية فهو شخص غير محبوب وغير جذاب وغير مساعد أو معاون ، غريب الأطوار أو لديه أفكار بأن الآخرين يضطهدونه وأقل طلاقة من الناحية اللغوية (هول ولندزى، ١٩٧١؛ Engler, 1995; Heath & martin, 1990)

يتضح من ذلك أن الذهانى يشارك فى قليل من التفاعلات الاجتماعية نظراً لما يتميز به من سمات تعوق توافقه مع الآخرين إلى حد ما ، وبالتالي فإن فرصة شعوره بالوحدة النفسية نتيجة لنقص التدعيم الاجتماعى يودى به إلى إيمان الإنترنت.

أما الشخص العدوانى يتسم بالهجوم اللفظى على الآخرين من قبيل السب والتحقير والتهمك والتقليل من شأن الآخرين وبالهجوم الفعلى عليهم والقتل أو الشروع فى القتل والتحريرض عليه، والضرب. فهو بشكل عام مضاد للمجتمع ولديه ميول لا اجتماعية بسبب ميلى جبلى فيه (بشرى إسماعيل ، ٢٠٠٤، أ).

وبالتأكيد هذه الميول العدوانية لا تجد تفرغاً لها في عالم الواقع وإلا وقع تحت طائلة القانون وأصبح مكروهاً من الآخرين ولكن يجد تفرغ لها في العالم الافتراضى الذى يحققه له الإنترنت.

وهكذا فإن أبعاد الشخصية (الانطوائية - العصابية - الذاتية - العدوانية) لا شك أنها تجعل بنية شخصية الفرد هشة ضعيفة مفككة ، لا تستطيع أن تواجه العالم الواقعى بتغييراته المتلاحقة وبتطورات الهائلة وبمفهومه المتراكم ، فيلجأ للعالم الخيالى الذى هو تلك العالَم الافتراضى للإنترنت، يستخدم فيها كافة الميكانزمات الدفاعية (الإراحة- التعويض- الإبدال- التكوين العكسى- والإنكار- التبرير- التحويل- التخيل- الانسحاب- العدوان- التفكير- العزل).

وتصبح هذه الميكانزمات هى وسيلته الوحيدة للأمن النفسى ، فيزداد اعتماده عليها واستخدامه لها مما يزيد من فرصة وقوعه فريسة فى دائرة الاضطراب النفسى فنجد أنها تجعله قلقاً ومكتئباً ولا يشعر بالسعادة الحقيقية لأنه دائم التفكير فى الإنترنت، ولا يعيش حياته كبقية الأفراد، فلا يرغب فى النوم بل يقاومه لكى يستخدم الإنترنت، وشهيته للطعام غير جيدة، ويعانى من الأرق طوال الليل (حتى وإن كان ليله ساعة فقط) ونقص الوزن وسوء التغذية لأنه لم يعد يتناول كل وجباته الغذائية ، فقد يفقد إحداها ، أو قد يتناول وجبة واحدة فقط فى اليوم، أو قد يضطر بسبب إدمانه للإنترنت وعدم رغبته فى القيام من أمامه إلى تناول بعض الوجبات السريعة الجاهزة مما قد يؤدى أحياناً وليس دائماً للسمنة. ومن ثم الشكوى الجسمية المزمنة كقرحة المعدة والأمعاء، ضغط الدم الجوهري، الصداع النصفى، التهاب المفاصل الروماتيزمى، الإكزيما، أو ظهور أعراض التوتر الحركى من تلمل ورعشة وتوتر عضلى وعدم القدرة على الاسترخاء وكذلك أعراض اضطراب الجهاز العصبى اللاإرادى، الدوار وتصيب العرق وبرودة الأطراف، السهجان وخفقان القلب وسرعة التنفس، وصداع عصبى وجفاف الحلق والغشيان والإحساس بالعصبية طوال الوقت أو قد يزداد الأمر ويصبح لديه إحساس بالعظمة وبأهميته الذاتية المفرطة وتضخم فى تقدير الفرد لذاته ويزداد عدائيته وكراهيته وتزداد لديه الميول العدوانية ويقع فى دائرة العصاب القهرى من قبيل السلوكيات النمطية أو الطقوس التى تتكرر المرة تلو الأخرى ولا يترتب عليها إنجاز مهام مفيدة فى حد ذاتها، ويدرك الفرد أن سلوكه هذا (الإدمان للإنترنت) لا معنى له ولا تفسير له.

نتائج الفرض الثالث: وينص هذا الفرض على:

تنبؤ بعض أبعاد الشخصية دون غيرها بإدمان الإنترنت لدى المراهقين\*  
وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار المتعدد ، والنتائج موضحة  
بالجدول التالي :

جدول (٢) يوضح دلالة معاملات الانحدار المتعدد لأبعاد الشخصية وإدمان

الإنترنت

المتغير	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	النسبة القائية	الثابت	مستوى	الدلالة
الانطوائية	٠,٣٧	٨,٩٤	٧٦٤,٧٧	٥٠,٣٩	٠,٠١	دال
العصابية	٠,٢١	٥,٤٢	٤٨٤,٩٤	٥٣,٥٢	٠,٠١	دال
الذاتية	٠,٢٠	٢,٥١	٣٣٦,٠٨	٥٦,٠٩	٠,٠١	دال
العدوانية	٠,٥٣	٩,١٢	٨٦٢,٢٥	٥٨,٢٨	٠,٠١	دال
الانبساطية	٠,١٤	١,٨٩	٢٢١,١٩	٣٩,٣٥	٠,٠١	دال
الانطوائية	٠,٢٥	٧,٩٩	٢٩٤,٦٦	٧,١٩	٠,٠١	دال
الانبساطية	٠,١٥					
العصابية	٠,٢٠					
الذاتية	٠,١٨					
العدوانية	٠,٢١					

تشير النتائج السابقة الموضحة بالجدول (٢) إلى:

أن الانطوائية والعدوانية والعصابية والذاتية هي أكثر أبعاد الشخصية أهمية في  
التنبؤ بإدمان الإنترنت ، ويمكننا صياغة معادلة الانحدار التي تساعدنا في التنبؤ بإدمان  
الإنترنت وذلك بمعرفة درجته في كل من الانطوائية والعصابية والذاتية والعدوانية في  
الصورة التالية:

$$\text{إدمان الإنترنت} = ٠,٢٥ (\text{الانطوائية}) + ٠,٢١ (\text{العدوانية}) + ٠,٢٠ (\text{العصابية}) + \\ ٠,١٩ (\text{الذاتية}) + ٠,١٥ (\text{الانبساطية}) + ٥٧,١٩$$

والترتيب السابق في معادلة الانحدار يعكس أهميتها النسبية من حيث تأثيرها  
على المتغير التابع (إدمان الإنترنت).

ويتضح من النتائج السابقة صحة الفرض وتحققه، إذ أن درجة انطوائية الفرد أو درجته في العدوانية والعصابية والذهانية هي مؤشرات لإدمان الإنترنت نظراً لما يتميز به الفرد الذي يحصل على درجة مرتفعة على الأبعاد السابقة من صفات تهيؤه للوقوع في الشبكة العنكبوتية وتجعل شخصيته هشة من السهل تأثرها بأى متغيرات أخرى في المجتمع ، وبخاصة المنطوى الذى ينسحب من تفاعلاته الاجتماعية ، ويبتعد عن المناسبات الاجتماعية ويميل للأعمال المنعزلة (Pervin, 1993).

كذلك الحال العصابية التى تتميز بالعلاقات المتبادلة بين سمات القلق والاكتئاب وتقدير الذات المنخفض والخجل (Martin, 1995) ، وتتميز بعدم الاستقرار العاطفى وعدم احترام الذات وتقلبات الحالة المزاجية وفقدان النوم ، ومشاعر النقص.

والذهانية التى تعرف بالعلاقات المتبادلة بين سمات العدوانية ، التمرکز حول الذات والسلوكيات المضادة للمجتمع وتتميز بفقد وتحريف الواقع وعدم القدرة على التمييز والخيال وقد يشتمل أيضاً على درجة من السيكوباتية وهى التى تتميز بالسلوك الاجتماعى المنذفع والأتانية وغياب الشعور بالذنب وأيضاً تتميز بالعدوانية وعدم الاهتمام بمشاعر الآخرين ، والتمرکز حول الذات. (Eysenck & Eysenck, 1985; Engler, 1995, Martin, 1995)

وهذه السمات تقلل من الثقة بالنفس وتزيد من عزلة الفرد الاجتماعية عن الآخرين سواء من أفراد الأسرة أو الأقارب والأصدقاء ومن ثم يقع فى دائرة إدمان الإنترنت. ويستجيبون للإنترنت بشكل مفرط نظراً لما يتميز به ذوى الانطوائية أو العصابية والذهانية من التقلب المزاجى فيجدون ضالتهم فى الإنترنت.

فالانطوائى يجد فى الإنترنت إشباعاً للحاجات التى لم يستطع إشباعها وتحقيقها مع الآخرين فيجد تقدير لذاته واحترام لها ، كذلك يجد القبول الاجتماعى والمرغوبة الاجتماعية التى كان يفتردها مع الآخرين فى العالم الواقعى ، فبدلاً من الخجل الذى كان يشعر به مع الآخرين فى الواقع أصبح فى عالم الإنترنت جريئاً وصريحاً ومحبوباً ومتحرراً مع أصدقائه عبر شبكة الإنترنت الواسعة عبر العالم.

كذلك العصابى الذى يعانى من القلق والاكتئاب وفقدان النوم يجد أن الدخول على الإنترنت هو الحل لكل ذلك ، وهو السبيل الوحيد للتخلص وللتغلب على هذه المشاعر السلبية وبخاصة أنه يعانى من مشاعر النقص فيندفع دفعا نحو الإنترنت وينغرق فيه ذلك لأنه يجعله يشعر بالفخر والزهو مما جعله يحب أن يعيش فى عالم الإنترنت أكثر

من العالم الواقعي ، فيهرب ويختار الإنترنت الذي لا يفرض عليه أية صراعات بل على العكس يجعله يتخلص من كل الصراعات التي كان يواجهها في الحياة الواقعية.

والذهانية بما تتميز به من العلاقات المتبادلة بين العدوانية والسلوكيات المضادة للمجتمع والتمركز حول الذات بالإضافة لتحريف الواقع نجد أن هذه السمات تجعل الفرد لديه الاستعداد الكافي للاستغراق في إدمان الإنترنت فيجد العالم الذي يتفق مع أفكاره وميوله ويعتبر أن هذا العالم الافتراضي هو كنز عثر عليه ومن المستحيل أن يفرط فيه كما أن لهذا العالم جاذبيته التي تجعل الفرد يفقد استبصاره بدرجة أكبر لأن في هذا العالم لا اعتبار للقيم والتقاليد بل تسهيلات للسلوكيات الإجرامية العدوانية ، فيجد مواقع لما في الجرائم لكافة أشكالها سواء جرائم مخدرات ، جرائم جنس ، جرائم إلكترونية ، جرائم السرقة مما تشعب لديه ميوله السيكوباتية المضادة للمجتمع فيتوافق مع هذا العالم الافتراضي ويغترب وينفصل عن العالم الواقعي ، فعالم الإنترنت يتمشى مع بنيته الفكرية الخاطئة ، ومن ثم يصبح الإنسان مشروطاً في سلوكه وأفكاره بالشبكة العنكبوتية للإنترنت ومن ثم فإن سمات الشخصية غير السوية (الانطوائية - العصابية - الذهانية - العدوانية ) تجعل لدى الفرد استعداداً وتهيؤاً لإدمان الإنترنت وإدمان غيره من السلوكيات وتصبح أفضل المنبآت للكشف عن الشخصيات القابلة للإدمان.

نتائج الفرض الرابع: ينص هذا الفرض على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية. تم استخدام اختبار "ت" T test لاختبار صحة هذا الفرض ، وتم التوصل للنتائج الموضحة بالجدول التالي:



### جدول (٣)

يبين الفروق بين مدمنى الإنترنت وغير مدمنى الإنترنت فى أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية

مستوى الدلالة	قيم (ت)	طلاب غير مدمنين ن-٤٥٤		طلاب مدمنين ن-٥٤٦		أبعاد الشخصية الاضطرابات النفسية
		ع	م	ع	م	
دال	٦,٣٧	١,٧٩	٩,١٤	٦,٨٢	١٩,١٦	الانقباض
دال	١١,٥٢	٤,٣٥	٦,٤٥	٨,٣٥	١١,٥٢	الانطواء
دال	١٤,٣٢	٣,٨٢	٩,٣١	٩,٦٢	٢٢,٥٨	العصابية
دال	١٦,٢١	٣,٧٢	٧,٠٤	٥,١١	١٤,٣٨	الذهانية
دال	١٤,٢٨	١,٥٢	٩,٩٢	٦,٣٧	٢١,٤٢	العدوانية
دال	٦,٢٢	٣,٠٥	٧,٢٢	٥,٤٠	١١,٦٧	السيكوسوماتية
دال	٣,٩٥	١,٣٧	٨,٠٣	٢,١١	١٠,٣٥	القلق العام
دال	١٦,٢٨	٤,١٢	١١,٢٢	٧,٠١	٢٢,١١	الاكتئاب
دال	١٣,٣٢	١,٠١	٨,٦٢	١,٥١	٩,٤٤	البارانويا
دال	١١,١٨	١,١٦	٩,٤١	١,٧٨	١٤,١٨	العدائية
دال	٧,٥٦	١,٨٠	٨,٩٣	٥,٢٧	١٣,٦٧	العصاب القهرى
دال	٧,٠٩	١,٣٠	٥,٣٢	٣,٩٤	٨,٥٨	الأعراض الهستيرية
دال	١٥,١٢	٢,٢٨	٧,٣٥	٦,١٨	١٥,٣٢	توهم المرض
دال	١٤,٧٧	٣,١٧	٨,٤٥	٧,٠٢	٢٥,١٢	الأرق الليلي
دال	٤,٥٢	١,٣٢	٨,١١	١,٤٣	٩,٥١	الفوبيا
دال	٦,٦٧	١,٧٠	٩,٢٢	٢,٣٨	١١,٧	الحساسية التفاعلية

ت < ١,٩٦ دالة عند مستوى ٠,٠٥

وجود فروق دالة إحصائياً بين مدمنى الإنترنت وغير مدمنى الإنترنت من المراهقين فى أبعاد الشخصية وفى الاضطرابات النفسية موضوع الدراسة وهذه الفروق لصالح مدمنى الإنترنت فى أبعاد الشخصية وفى الاضطرابات النفسية موضوع الدراسة .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة شيبيرا (١٩٩٨) ، يونج وروجرز (١٩٩٨) ، كريستوفر وآخرون (٢٠٠٠) ، بولايك (٢٠٠٢) ، دى-جراشيا وآخرون (٢٠٠٢) ، اليزاهيفا وآخرون (٢٠٠٢) ، واتج وآخرون (٢٠٠٣) ، شك ولينج (٢٠٠٤) ، حسام الدين عزب (٢٠٠١) ، كما تتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج الفرض التالى الذى وجدت ارتباط دال إحصائياً بين إدمان الإنترنت وأبعاد الشخصية الانطوائية أو العصابية أو الذهانية أو العدوانية الذى يتميز بناء شخصيته بالهشاشة وينجرف فى إشباع رغباته بإفراط شديد ، فلم يعد يستطيع أن يحكم عقله فيما يفعله فيذهب وراء

رغباته وشهواته دون مراعاة لمتطلبات العالم الخارجي، فأصبح الإنترنت هو المسيطر على عقله فيتجنب الآخرين بشكل أكبر حتى يختلي بفعل ما يحبه وما يريده مما يؤدي به إلى الاكتئاب ويصبح أكثر حساسية في علاقاته بالآخرين وانطوائى ولا يرغب فى عقد علاقات مع الآخرين حتى لا يشغله ذلك عن الإنترنت، وإذا اضطر لأن يكون مع الآخرين أو يبتعد عن الإنترنت بسبب عطل ما فى الجهاز أو الشبكة يشعر بالقلق الشديد وينشغل تفكيره وباله إلى درجة كبيرة، ويصاب بالعديد من الاضطرابات الجسمية بسبب قلقه هذا المستمر على الجلوس على الإنترنت وممارسة هوايته، وتزداد وساوسه فيما يتعلق بالإنترنت والتفكير فى كيفية الاختلاء به ويصبح عصبياً، ينفجر لأنفه الأسباب ويصرخ بأعلى صوته وقد يصيب الآخرين بوابل من الكلمات المؤلمة بدون شعور منه بسبب قلقه هذا ، وتزداد لديه ميوله العدوانية تجاه الآخرين، وقد يصاب بالأرق الليلي وعدم القدرة على الدخول فى النوم أساساً أو النوم المتقطع بسبب قلقه وساوسه تجاه الإنترنت فهو يرغب دائماً فى متابعة كل جديد فيما يحب فيصبح مهوساً به عندما يجد ما يحب وما يرغب وما لم يكن متوقفاً أبداً.

وتزداد هذه الأعراض حدة وشدة بإدمان الفرد للإنترنت بشكل أكبر مما يؤدي إلى انفصاله تدريجياً عن العالم الواقعى مما قد يؤدي به إلى ما لا يحمد عقباه.

**نتائج الفرض الخامس: ينص هذا الفرض على:**

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمنى ومدمنات الإنترنت من المراهقين فى كل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية موضوع الدراسة.

للتحقق من هذا الفرض تم حساب قيمة (ت) لبيان الفروق بين متوسطات درجات مدمنى ومدمنات الإنترنت من المراهقين على أبعاد مقياس الشخصية ومقياس الاضطرابات النفسية. ويمكن توضيح النتائج فى الجدول الآتى:

جدول (٤)

يبين دلالة الفروق بين مدمنى و مدمنات الإنترنت من المراهقين فى كل من ابعاد الشخصية والاضطرابات النفسية

الدلالة	(ت)	مدمنات الإنترنت		مدمنى الإنترنت		الأبعاد
		ن=١٣١		ن=٤١٥		
		ع	م	ع	م	
دال	٧,٨٩	١١,٣٢	٥٩,٣٧	١٧,٩٣	٩٦,٤٥	الانبساطية
دال	٥,١٢	١٩,٠٢	٦٧,٧٩	١٠,٣٢	٥١,٢٢	الانطوائية
دال	٤,٤٥	٧,٢٥	١٧,٠٢	٤,٣٨	٢١,٢٤	العصابية
دال	٢,٢٥	٤,٤١	٢١,٢٢	٥,١٧	٣٦,٨٠	الذهانية
دال	٥,٨٢	٦,١٢	٩,٨٠	٢,٣٦	١٣,٥٢	العدوانية
دال	٢,٦٨	٢٦,٠٢	٩,٢٣	١٩,٤٥	٧,٨٧	الأعراض السيكوسوماتية
دال	٤,٢٣	٩,١١	٢٥,٤٦	٤,٣١	٢١,١٥	القلق العام
دال	٢,٠٢	٥,٢٧	٢٦,١٣	٢,٤٥	١٢,٤٨	الاكتئاب
دال	٢,٨٩	٦,٦٧	١٠,١٤	٢,٠٦	١١,٤٨	البارانويا
دال	٤,٣٥	٥,٦٤	١٢,٥٨	٩,١١	١٨,١٢	العدائية
دال	٥,١٢	٤,٨٢	١٥,٤٦	٢,٣٦	١١,٠٤	العصاب القهرى
دال	٦,٠٨	٨,٢١	٢٦,٤٤	٢,٢٢	١٢,٢٠	توهم المرض
دال	٩,١٢	١٠,٦٧	٣٥,٤٢	١٤,٦٧	٥٧,٠٢	الأرق الليلي
دال	٢,١٦	٢,٦٧	١٥,٥٨	٢,٠٨	١١,٣٥	الفوبيا
دال	٤,١٢	٦,٦٨	١٠,١٤	٢,١١	١١,٦٨	الحساسية التفاعلية

ت < ١,٩٦ دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث المدمنين للإنترنت فى كل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية.

فكانت الفروق لصالح الذكور فى الانبساطية، العصابية، الذهانية، العدوانية، البارانويا، العدائية، الأرق الليلي، الحساسية التفاعلية.

فى حين كانت هذه الفروق لصالح الإناث فى الانطوائية، الأعراض السيكوسوماتية، القلق، الاكتئاب، العصاب القهرى، توهم المرض، الفوبيا.

وهذا قد يرجع إلى التنشئة الاجتماعية والثقافية السائدة فى مجتمعنا الشرقى الإسلامى، الذى تكون فيه الأنثى أكثر خجلاً وانطوائية حتى وإن كانت علاقاتها متعددة ومتنوعة، ويجعلها كذلك قلقة دائماً على صورتها أمام الآخرين وتفضل الجلوس فى المنزل أكثر من الخروج على عكس الذكر وإن كان ذلك على غير رغبتها ولكن بسبب

الثقافة السائدة، وهي نتيجة لذلك أكثر اهتماماً بجسدها من الذكر، يهتما جسدها وتقلق إذا ما اضطرب أو اعتل أحد أعضائها ودائماً لديها خوف من المستقبل، عكس الذكر تماماً، وثقافتنا الشرقية هي ثقافة تدعيمية للذكورة، فالذكر أكثر تحراً في علاقاته وأكثر عمقاً في هذه العلاقات ، أكثر جرأة وحكمة وثقة بالنفس ، فهذه التنشئة وما يترتب عليها من سمات شخصية هي التي أدت إلى إدمانهم للإنترنت ومعاتنتهم من الاضطرابات النفسية.

لكن يجب التأكيد على أن هناك فروقاً في أساليب التنشئة الاجتماعية المتبعة مع الذكور والإناث في داخل المجتمع الواحد ، بل وفي داخل الأسرة الواحدة.

نتائج الفرض السادس: ينص هذا النص على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمني الإنترنت (من الجنسين) من المراهقين في جمهورية مصر العربية عن مدمني الإنترنت (من الجنسين) من المراهقين بالمملكة العربية السعودية لصالح مدمني الإنترنت في المملكة العربية السعودية في كل من الاضطرابات النفسية وبعض أبعاد الشخصية موضوع الدراسة.

#### جدول (٥)

يبين دلالة الفروق بين مدمني الإنترنت في مصر والسعودية

الأبعاد	مدمني الإنترنت (العينة المصرية) ن=٢٥٩		مدمني الإنترنت (العينة السعودية) ن=٢٨٧		الدلالة (ت)
	ع	م	ع	م	
الانبساطية	١٥,٣٩	٥٤,٥٢	٩,١١	٨,٤٥	دال
الانطوائية	٤,٢١	٦٧,٧٩	١٩,٢١	١١,١٢	دال
العصابية	٧,١٢	٥٩,٢٥	١٢,٠٨	٩,٢١	دال
النهائية	٢,٠٤	٢٥,١٢	١٠,٢١	٨,١١	دال
العدوانية	٥,١٦	٢٦,٨١	٧,٨٥	٤,٣٢	دال
الأعراض السيكوسوماتية	٩,٢٥	٢٥,٤٥	١٠,٥٧	٢,١٦	دال
القلق العام	١١,٠٢	٧٥,٠٢	١٢,٣٧	٨,٨٦	دال
الاكتئاب	٩,١٨	٢٦,٥٢	٨,٢٢	٢,٩٦	دال
البارانويا	٢,٠٩	١٥,١٦	٤,٤٢	٢,٧٨	دال
العدائية	١١,٢٢	٩١,٢٤	١٤,٤٥	٩,٠٢	دال
العصاب القهري	٤,٩٩	١٨,٢١	٨,٨٩	٤,١١	دال
توهم المرض	٩,٠١	٢٥,٥٨	١٠,٦٨	٩,٤٥	دال
الأرق الليلي	٩,١٨	٥١,١٨	١٠,١٢	٨,٤٤	دال
الفوبيا	٢,٣٩	٦٩,٣٩	١٩,١٢	١٧,٣٢	دال
الحساسية التفاعلية	٢,٨٩	٢٥,٢٧	٩,٩٨	٨,٤٠	دال

ت < ١,٩٦ دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من النتائج الموضحة بالجدول السابق أن:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمنى الإنترنت من المراهقين من جمهورية مصر العربية وبين مدمنى الإنترنت من المراهقين بالمملكة العربية السعودية ، وكانت هذه الفروق لصالح مدمنى الإنترنت بالمملكة العربية السعودية فى كلا من الانطوائية ، الذاتية والعدوانية والاضطرابات النفسية والقلق العام والاعتناء بالبارانويا والعدوانية والعصاب القهرى والأعراض الهستيرية وتوهم المرض والأرق الليلى والتفويها والحساسية التفاعلية.

فى حين كانت هذه الفروق لصالح مدمنى الإنترنت بجمهورية مصر العربية فى الانبساطية والعصابية.

ونتيجة هذا الفرض لا شك وأنها تعكس الفروق بين الثقافات والمجتمعات فلا شك أن الثقافة التى تسود المجتمع السعودى تختلف عن ثقافة المجتمع المصرى الأمر الذى يترتب عليه اختلاف أساليب التنشئة الاجتماعية للأبناء بداخل المجتمع المصرى عن المجتمع السعودى، ومن ثم اختلاف سمات وخصائص شخصية الفرد فى كل من هذين المجتمعين. هذا بالإضافة إلى أن الفروق فى خصائص المجتمع السعودى عن المجتمع المصرى يودى لاختلاف الضغوط الحياتية التى يتعرض لها الأفراد فى هذين المجتمعين. فلا شك أن الضغوط اليومية والأسرية والمادية والمهنية والشخصية فى المجتمع السعودى تختلف عن تلك الموجودة بالمجتمع المصرى ، الأمر الذى يودى إلى اختلاف المشكلات والاضطرابات التى يعانىها الفرد فى المجتمع السعودى عنها فى المجتمع المصرى.

### توصيات الدراسة

يمكن استخلاص التوصيات الآتية فى ضوء نتائج الدراسة:

- ١- ضرورة وقاية شبابنا من الوقوع فى دائرة إدمان الإنترنت فى ظل تلك الآثار السلبية المتلاحقة للعولمة، ويكون ذلك من خلال تقديم البرامج التدريبية لهؤلاء الشباب التى تهدف إلى زيادة فاعليتهم فى الحياة، ومساعدتهم على التخطيط لأهدافهم ووضعها فى صورة محددة دقيقة.
- ٢- عقد دورات تدريبية تجعل من هؤلاء الشباب أشخاصاً مؤثرين فى الآخرين، يتمتعون بدرجة كبيرة من الذكاء الوجدانى والمهارات الاجتماعية تؤهلهم

للتفاعل مع الآخرين، ومن ثم لا يشعرون بالوحدة النفسية أو بالعزلة أو بالاغتراب.

٣- عقد دورات تدريبية للتخلص من عيوب الشخصية التي قد تكون لدى هؤلاء الشباب، والتي قد تدعم إدمانهم للإنترنت.

٤- إتاحة مواهب وهوايات متعددة أمام الشباب.

٥- تقديم برامج تدريبية لهؤلاء الشباب لإدارة الوقت وللإستمتاع بأوقات فراغهم واستثمارها فيما يفيدهم ويفيد بلادهم.

٦- إتاحة فرص عمل مناسبة أمام الشباب حتى تقيهم من الآثار المدمرة للبطالة.

٧- تقديم برامج الإرشاد الأسري لهؤلاء الشباب وزيادة فرص التفاعل الأسري بينهم وبين آبائهم وإخوانهم، حتى يتواصلوا مع أفراد أسرهم، ومن ثم خلق جوٍّ من السِّدْفِء الأسري النفسي، يجدون في ظلِّه من يستمع إليهم، ويحترم أفكارهم ومشاعرهم وآراءهم ورغباتهم، ويقدرونهم، ويكون نتيجة ذلك ابتعاد الشباب عن طرق أبواب أخرى تعوضهم عما يفتقدونه.

٨- تقديم دورات تدريبية لتدعيم الأخلاق والقيم، ومن ثم حماية شباننا من الانبهار بالثقافات الوافدة، وبخاصة الغربية منها، التي تخالف قيمنا وعاداتنا الإسلامية والعربية، ومن ثم يستطيع الشبب أن يميز بين النافع والضار، والصالح والطالح، والغث والسمين، ورفض كل ما هو منافٍ لثقافتنا وديننا.

٩- إعداد برامج تدريبية لزيادة مشاعر الانتماء لدى الشباب، وجعلهم أكثر مشاركة وتعاونًا مع الآخرين؛ فينمو فيهم الشعور بالمسئولية، أي ضرورة القيام بالواجبات الاجتماعية، والشعور بالأمان تجاه الآخرين، والرغبة في تدعيم هويتهم العربية والدينية في هذا العصر الخطير الذي تقترحه العولمة وتهاجمه من مختلف جوانبه.

١٠- تقديم برامج الإرشاد النفسي الفردي والجمعي لمدمني الإنترنت لمساعدتهم على التخلص من المشكلات والاضطرابات التي صاحبت إدمانهم للإنترنت.

١١- كذلك الحال، تقديم برامج إرشادية للوالدين لمساعدة أبنائهم على التخلص من إدمان الإنترنت، وتعليم هؤلاء الآباء كيفية مراقبة أبنائهم دون أن يشعر الأبناء أو يحسوا بهذه المراقبة.

١٢- ضرورة تحكم الدولة في شبكة الإنترنت وما تبثه من مواقع للشباب، مثال ذلك تجربة المملكة العربية السعودية بإنشاء فكرة الشبكة الخضراء green net ، ومن يشترك في هذه الخدمة من الأفراد فإنها تقيه - بمجرد اشتراكه - من المواقع التي لا يرغبها، فهي بمثابة فلتر للشبكة العالمية للإنترنت.

### بحوث مقترحة

تقترح الدراسة الحالية الدراسات الآتية للبحوث المستقبلية في موضوع (إدمان الإنترنت):

١. ضغوط الحياة لدى الشباب وعلاقتها بإدمان الإنترنت.
٢. الذكاء الوجداني وعلاقته بسمات الشخصية وإدمان الإنترنت.
٣. مركز التحكم وعلاقته بإدمان الإنترنت.
٤. الاغتراب وعلاقته بإدمان الإنترنت.
٥. إدمان الإنترنت وعلاقته بمستوى التحصيل الدراسي.
٦. المساعدة الاجتماعية والاكنتاب وإدمان الإنترنت لدى الشباب.
٧. التسرب الدراسي وعلاقته بإدمان الإنترنت.
٨. صعوبات التعلم وإدمان الإنترنت.

### المراجع

#### أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد محمد عبد الخالق (١٩٨٧): الأبعاد الأساسية للشخصية ، ط ٤ ، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- ٢- أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٠): الأبعاد الأساسية للشخصية ، ط ٥ ، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- ٣- بشرى إسماعيل (٢٠٠٤، أ): المساعدة الاجتماعية والتوافق المهني ، القاهرة مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٤- بشرى اسماعيل (٢٠٠٤، ب): الاضطرابات النفسية للأطفال : الأسباب - التشخيص - العلاج ، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

٥- حسام الدين عزب (٢٠٠١): إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (الوجه الآخر لثورة الانفوميديا)، المؤتمر العلمى السنوى للطفل والبيئة ، ٢٤ ، ٢٥ مارس.

٦- حسن مصطفى عبد المعطى (د.ت) : مقياس الصحة النفسية ، التشخيص الإكلينيكي الذاتى للأعراض المرضية ، بدون دار للنشر.

٧- فيصل عباس (١٩٨٧): الشخصية فى ضوء التحليل النفسى ، ط ٢ ، بيروت، دار المسيرة.

٨- ك. هوك ، ج. لندزى (١٩٧١) : نظريات الشخصية ، ترجمة فرج أحمد فرج، قدرى حفى ولطفى فطيم ، مراجعة لويس مليكة، القاهرة ، دار الفكر العربى.

٩- محمد السيد عبد الرحمن (٢٠٠٠) : موسوعة الصحة النفسية : علم الأمراض النفسية والعقلية (الأسباب - الأعراض - التشخيص -العلاج) ، الكتاب الأول ، الجزء الثانى، القاهرة ، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.

١٠- مصطفى سويف (١٩٧٠): الأسس النفسية للتكامل الاجتماعى، ط ٢ ، القاهرة، دار المعارف.

١١- مصطفى سويف (د.ت): استخبار "إيزنك" للشخصية، بدون دار للنشر.

### ثانياً: المراجع الأجنبية:

12- Allen, R. (1993): Personality assessment procedures, psychometric, projective, and other approaches New York, Happer & Brothers publishers.

13- Bootzin, R.; Acocella; J. and Alloy, L. (1993): Abnormal Psychology, Current Perspectives, New York. McGraw-Hill, Inc.

14- Caplan, S. (2002): Problematic internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurment instrument. Computers in human behavior, Vol. 18, PP. 552-575.

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

16- Christopher, E.; Tiffan, M.; Miguel, D.; and Chele, K. (2000): The relationship of internet use to depression and social isolation among adolescents. Adolescence, Vo 1.135, No.138.



- 17- Comer, R. (1996): *Fundamentals of abnormal psychology*, W. H Freeman and Company. New York.
- 18- Cravatta, M. (1997): Online adolescents, *American Demographics*, Vol. 19, No. 8, P. 29.
- 19- DeAngles, T. (2000): Is internet addiction real? More research is being conducted to explore the way people use and misuse the internet. <http://www.apa.org/monitor/aproo/addiction.htm/>
- 20- De-Gracia, M.; Angland, V.; Fernandez, M, and Arboncs, M. (2002): Behavioral problems related with internet usage: an exploratory study, *Anales-de-Psicologia*.VOL.18,NO.2.
- 21- Duran, M (2003): Internet addiction disorder. [http://allpsych.Com/journal/internet addiction.html](http://allpsych.Com/journal/internet%20addiction.html)
- 22- Egger, O. & Rauterberg, M. (1996): *Internet behavior and addiction*. Swiss Federal Institute of Technology, Zurich.
- 23- Elisheva, A.; Landmark, V., and Sausner, R. (2002): The relationship between internet use and psychological Well being at adolescents. *Cyber psychology & behavior*, Vol. 12, No. 8, PP. 22-31.
- 24- Engelberg, E; & Sjoberg, L. (2004): *Cyber psychology and behavior: Internet use, social skills, and adjustment*. *Cyber psychology & behavior*, Vol. 7, No. 1, PP. 41-47.
- 25- Engler, B. (1995): *Personality theories, and introduction*. Houghton Mifflin Company, U.S.A.
- 26- Eysenck, H. & Eysenck, M. (1989): *Personality and individual differences, a natural science approach*, Phenum press, New York.
- 27- Fenichel, M. (2004): *Internet addiction: Addictive behavior, Transference or more?*, Available in , [http:// WWW. fenichel. Com /addiction .shtm I](http://WWW.fenichel.Com/addiction.shtml)
- 28- Frude, N. (1998): *Understanding abnormal psychology*, Blackwell publisher.
- 29- Gackenback (1998): *Psychology and internet. Intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications*, San Diego, CA, Academic Press.
- 30- Gonzalez, J.E (2002):Internet addiction disorder and its relation to impulse control. *DAI (A)*, Vol40,No. 5,P.1302.
- 31- Greenfield, D. (1999): *Psychological Characteristics of Compulsive internet abuse; A preliminary Analysis*. *Cyber psychology & Behavior*, Vol. 2, PP. 403-412.

- 32- Griffith, M.D. (1998): Internet usage and internet addiction in students and its implications for students. *J. of computer assisted learning*, Vol. 15, PP. 89-91.
- 33- Grohol, J. (2003): Internet addiction guide. <http://www.psychcentral.com/netaddiction>.
- 34- Hardy, M. (2004): Life beyond the Screen: Embodiment and identity through the internet, the sociological reviews, Vol. 50, No. 4, PP. 570-585.
- 35- Heath, A. & Martin, N (1990): Psychoticism as dimension of personality: A multivariate genetic test of Eysenck and Eysenck's psychoticism Construct. *J. of personality and social psychology*. Vol. 58., No. 1, PP. 111-121.
- 36- Kimberly, S. (2003): Pathological internet use: the emergence of a new clinical disorder, Available in <http://www.addictions.org/internet.html>
- 37- King, S.A (1996): Is the internet addictive, or are addicts using the internet? Available in , <http://www.concentric.net/~astorm/ioid.html>
- 38- Kraut, R.; Patterson, J.; Lundmark, V; and Scherlis, W (1998): Internet Paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being, *American Psychology*, Vol. 53, PP. 1017-1031.
- 39- Kubey, R.; Lavin, M; and Barrows, J. (2001): Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *J. of communication*, Vol. 51, No. 2, PP. 366-382.
- 40- Martin, J. (1995): *Personality psychology. A student-centered approach*. Sage publications, London.
- 41- Martin, J. (1999): The relationship between loneliness and internet use and abuse, *Cyberpsychology & behavior*, Vol, 2. PP. 431-440.
- 42- Nalwa, K. & Anand, A. (2003): Internet addiction in students: A case of Concern. *Cyberpsychology & behavior*, Vol. 8, PP. 653-656.
- 43- Pawlack, C. (2002): Correlates of internet use and addiction in adolescents. *DAI (A)*, Vol. 63, No. 5, P. 1727.
- 44- Pervin, L. (1994): *Personality theory and research*. John Wiley & Sons Ltd, New York.
- 45- Remy, S. (2000): The relationship between computer-mediated community and internet use, and development of students at Mississippi State University. *DAI (A)*, Vol. 61, No. 4, P. 1309.
- 46- Shapira, N.A; Gold Smith, TD; and Keck, P.E (1998): Psychiatric evaluation of individuals with problematic use of the internet, NR 157, Presented at the 151st Annual Meeting of the American Psychiatric Association, Toronto, June, 1.

- 47- Stern, S.E. (1999): Addiction to technologies : Asocial psychological perspective of internet addiction. *Cyberpsychology & behavior*, Vol. 2, PP. 419-424.
- 48- Stewart, G. (1996): Reward Structure as a moderator of the relationship between extraversion and scales performance. *J. of Applied psychology*, Vol. 81, No. 6. PP. 619-627.
- 49- Sutherland, S. (1991): *Macmillan Dictionary of Psychology*. The Macmillan press Ltd.
- 50- Tsai, C. & Lin, S. (2003): Analysis of attitudes toward computer networks and internet addiction of Taiwanese adolescents. *Cyberpsychology & behavior*, Vol. 4, PP. 373-376.
- 51- Whang, L.S; Lee, S.; and Chang, G. (2003): Internet over-users, psychological profiles: A behavior sampling analysis an internet addiction, *cyberpsychology & behavior*, Vol. 6, PP. 143-150.
- 52- Young, K.S (1996): Internet addiction: the emergence of anew disorders. Poster presented at the 104th Annual meeting of the American psychological Association, Toronto, Canada, August, 1996.
- 53- Young, K. & Rogers, (1998): Internet addiction the emergence of anew disorder. *Cyberpsychology & behavior*, Vol. 1, No. 3, PP. 237-244.

## مقياس إدمان الانترنت

### تعليمات المقياس

الانترنت هو لغة العصر وسمته المميزة. ونظرا لما يتميز به من حرية وديمقراطية في المعلومات وقدرته الهائلة على تخطى الحدود الجغرافية والسياسية والاجتماعية والثقافية، وما يتضمنه كذلك من مواقع للعب والترفيه والتسلية والمسابقات والبحث العلمي. تجعلنا جميعا نقبل على استخدامه بشكل مفرط.

واليك مجموعة من الأسئلة والمطلوب منك هو ان تجيب عنها حتى تساعدنا على معرفة مدى استخدامك للانترنت وأهميته في حياتك.

وفيما يلي هذه الاسئلة:

الاسم (حسب الرغبة):----- السن:----- (عام)

الجنس: نكر ( ) أنثى ( )

المستوى التعليمي :-----

هل لديك كمبيوتر في المنزل ؟ نعم ( ) لا ( )

هل أنت مشترك في الانترنت؟ نعم ( ) لا ( )

كم ساعة تقضيها أمام الانترنت؟----- ساعة

ومتى نقول أن هذا الشخص يسيء استخدام الانترنت؟-----

ما هي أهم المواقع بالنسبة لك على شبكة الانترنت؟-----

لماذا نستخدم الانترنت ؟-----

ما أوجه الاستفادة من الانترنت ؟-----

ما عدد ساعات استخدامك للانترنت؟

(أكثر من ساعتين - من ساعة الى ساعتين - أقل من ساعة في اليوم - غير ذلك )  
وفيما يلي مجموعة أخرى من الأسئلة أجب عنها بما يناسبك من الاختيارات الثلاثة المحددة ، بوضع علامة (صح) أسفل هذا الاختيار. أجب بكل حرية، و تأكد أن بياناتك لم يطلع عليها أحد سوى الباحثة و لأغراض البحث العلمي فقط، و في النهاية لك جزيل شكري على مساعدتك لي لإتمام هذا البحث.

م	العـــــــــــــــــــــــــبارة	تنطبق تماما	تنطبق على الى حد ما	لا تنطبق على اطلاقا
١	أقوم بفتح الانترنت بعد أن أستيقظ من النوم مباشرة			
٢	أكثر من مرة نمت لمدة أقل من أربع ساعات بسبب استخدام الانترنت			
٣	استخدم الانترنت لوقت طويل أكثر مما كنت أتويه			
٤	أشعر بالاكئاب عندما لا أستخدم الانترنت			
٥	لا أستطيع التركيز في دراستي بسبب اشغالي بالانترنت			
٦	استمر في استخدام الانترنت بشكل كبير رغم ما يسببه لي من مشكلات في حياتي			
٧	استخدام الانترنت أحب الأنشطة التي أقوم بها في حياتي			
٨	عندما توجد ضوضاء أو ضجيج من حولي عند استخدام الانترنت تجعلني أتوتر وأشعر بالعصبية			
٩	أزيد من استخدام الانترنت للحصول على الشعور بالسعادة والرضا الذي كنت أشعر به من قبل عند استخدام الانترنت			
١٠	ينتابني القلق لعدم استخدامي الانترنت			
١١	استخدامي للانترنت بشكل كبير جعلني لا أزور أقاربي وأنقطع عنهم			
١٢	رغم أن استخدام الانترنت مكلف ماديا الا أنني ما زلت أستخدمه كثيرا			
١٣	أفضل استخدام الانترنت عن الخروج مع أصدقائي			
١٤	أتأخر في النوم كثيرا من الاحيان بسبب سهرى أمام الانترنت			
١٥	أشعر بالسعادة الغامرة عندما أستخدم الانترنت			
١٦	أشعر بارتعاش في يداي وبخاصة أصابعي عندما أتوقف عن استخدام الانترنت			
١٧	توجد خلافات كثيرة بيني وبين أصدقائي بسبب استخدامي الكثير للانترنت			
١٨	رغم شعوري بالارهاق من استخدام الانترنت بشكل كبير الا أنني أستمر في استخدامه			

م	العبارة	تنطبق تماما	تنطبق على الى حد ما	لا تنطبق على اطلاقا
١٩	أهرب من المشكلات والصعوبات التي تواجهني باستخدام الانترنت			
٢٠	أكذب وأخفي عن أصدقائي الوقت الذي أقضيه في استخدام الانترنت			
٢١	أشعر بتغيرات تضطرنى لزيادة الوقت الذي أقضيه في استخدام الانترنت			
٢٢	إذا لم أفض وقت أمام الانترنت فأتنى لا أشعر بالمتعة طوال اليوم			
٢٣	استخدامى للانترنت باستمرار جعلنى أفقد الكثير من أصدقائى			
٢٤	أستمر فى استخدام الانترنت وبشكل كبير رغم تعرضى للعقاب من والدى			
٢٥	تعرفت على أصدقاء كثيرين من الانترنت			
٢٦	فى كثير من الاحيان أجاأ للكذب على والدى حتى استخدم الانترنت			
٢٧	الوقت الذى أقضيه أمام الانترنت غير كاف			
٢٨	من شدة حبى للانترنت كثيرا ما أحلم أثناء نومى أتنى أقوم باستخدامه			
٢٩	أذهب لاستخدام الانترنت فى أحد النوادى بسبب تحريم والدى على بعدم استخدام الانترنت			
٣٠	ليس لى أصدقاء كثيرين خارج نطاق الانترنت			
٣١	فى كثير من الاحيان أتناول بعض وجباتى أمام الانترنت حتى لا أتوقف عن استخدامه			
٣٢	أختار الأنشطة والالعاب التى تحتاج منى لوقت طويل فى استخدام الانترنت			
٣٣	فى الوقت الذى لا استخدم فيه الانترنت أكون مشغولا جدا بالتفكير فيه			
٣٤	تسربت من الدراسة بسبب حبى الشديد للانترنت			

م	العــــــــــــــــبارة	تنطبق تماما	تنطبق على الى حد ما	لا تنطبق على اطلاقا
٣٥	رغم ما يسببه لى استخدام الانترنت بشكل كبير من مشكلات أسرية الا أننى لا أستطيع أن أمنع نفسى من استخدامه مرة أخرى			
٣٦	إذا خيرونى بين مكان فيه أصدقائى ولكن ليس به انترنت وبين مكان آخر به أصدقاء لى فأتنى أختار الذى به إنترنت			
٣٧	أنقص دائما من عدد ساعات نومي لكى أفضى أكبر وقت ممكن فى استخدام الانترنت			
٣٨	كثيرا ما أقوم بفرقة الاصابع أو هزهة الارجل بسبب شعورى بالضيق من عدم استخدام الانترنت			
٣٩	قمت بمحاولات عديدة لتقليل عدد الساعات التى أفضيها فى استخدام الانترنت			
٤٠	أستمر فى استخدام الانترنت رغم ما يسببه لى من مشكلات جسمية بسبب الحرمان من النوم			
٤١	كثيرا ما أعود لأستخدام الانترنت بعد أن عزمت على التوقف عنه			
٤٢	توقفت عن استخدام الانترنت بسبب عطل مؤقت بالشبكة يجعلنى أشعر بالتوتر والعصبية			
٤٣	استخدامى للانترنت يسبب لى الشعور بالصداع			
٤٤	أهمل ممارسة أى موهبة لدى بسبب حبى الشديد للانترنت			
٤٥	أجد فى الانترنت المتعة و الاثارة التى لا أجدها فى أى شىء آخر			
٤٦	الاصدقاء المخلصين هم أصدقاء الانترنت			
٤٧	الحياة الحقيقية هى حياة الانترنت			
٤٨	أجد متعة شديدة فى محادثة الاخرين على الانترنت (الشات) أكثر من محادثتهم وجها لوجه			
٥٠	عندما أتوقف عن استخدام الانترنت أشعر وكأن صفحة الويب أراها أمام عيني			

م	العـبـارة	تنطبق تماما	تنطبق على الى حد ما	لا تنطبق على اطلاقا
٥١	استخدامى للانترنت جعلنى أشعر بأننى أنسان مرغوب من الاخرين			
٥٢	الانترنت يتسبح لى المعرفة فى أى مجال أكثر بكثير من الكتب			
٥٣	كنت أتمنى ان يكون عدد ساعات اليوم أكبر من ٢٤ ساعة لأمارس هواية تصفح الانترنت			
٥٤	استخدامى للانترنت يسيطر على تفكيرى بدرجة كبيرة			
٥٥	أهمية الانترنت لى تماما مثل أهمية الماء والهواء			
٥٦	أشعر وكأننى مكبل اليدين والساقين من كثرة استخدام الانترنت			
٥٧	أشعر بأننى أصبحت أسير للانترنت و لم أستطع مفارقتة			
٥٨	رغم حرصى التام على الدوام فى الدراسة الا أن تأخرى فى النوم بسبب تصفح الانترنت يمنعنى من ذلك			
٥٩	استخدامى للانترنت يجعلنى أشعر بأننى عظيم			
٦٠	الانترنت ملاذا أمنا لى اذا ضاقت بى الحياة			