الوحدة النفسية لدي الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book

الباحث/ هاني البدري محمد
معلم خبير تربية رياضية ثانوي
بإدارة طما التعليمية
ماجستير العلوم التربوية والنفسية الرياضية
كلية التربية الرياضية
جامعة اسيوط

المقدمة ومشكلة البحث:

استهل القرن الحادي والعشرون إطلالته بمتغيرات جذرية طرحت العديد من التحديات والتداعيات على الصعيد الإنساني، ولم تكن هذه التحديات والتداعيات وليدة تلك الإطلالة، بل نتاج متآلف لعوامل ظهرت بالنصف الثاني من القرن الماضي، ومن أبرزها: التحديات التكنولوجية والتي تطورت معها أنماط التواصل بالعالم بسرعةٍ هائلةٍ متماشيةً مع تقدمها الهائل، ومع استغلال الإنسان هذا الطفرة العلمية ليسخرها لخدمته ويستعملها في شتى مناحي الحياة، ومنها موقع التواصل الاجتماعي Facebook الذي ذاع استعماله وأصبح كالماء والهواء بالنسبة للكثيرين، وأدي لدرجة الإدمان السلوكي له.

حذر الكثير من علماء النفس ومنهم **"كراوت وآخرون Kraut, et al"** من معهد ماساشوسيتس للتقنية Massachusetts Institute من أن الإنترنت سيقود حتمًا لتحطيم معاني المجتمع والتكامل الاجتماعي، خاصةً وأن الكثير من الآباء أصبحوا قلقين من مجرد الإحساس بأن الإنترنت سيعرض أبنائهم لكافة أشكال الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية. (١٠١٧:٥١)

يمثل الإحساس بالوحدة النفسية مشكلة مهمة في حياة الإنسان وهي نقطة البداية لكثير من المشكلات التي يعاني ويشكو منها الفرد وكثيرًا ما يدعم هذا الإحساس مشكلات أخرى كانت قائمة في حياة الفرد قبل بدء إحساسه بالوحدة النفسية. (٣:١)

قد تنتج الوحدة النفسية عن العزلة الاجتماعية التي من أسبابها شغف الفرد وولعه بالجلوس طويلا أمام أجهزة الإنترنت، مما يجعل الفرد معزولًا عن مجالات الحياة المختلفة، وعن الأفراد الآخرين، ويشبع وقت فراغه بالوحدة النفسية. (٤: ٢٣٤)

أكدت نتائج دراسة **"شو وجانت Shaw&Gant"** (٢٠٠٢م) وجود علاقة موجبة بين إدمان الإنترنت وكل من الشعور بالوحدة والضغط النفسي لدي مدمني الإنترنت من طلاب الجامعة، وكذلك وجدت علاقة دالة إحصائيًا بين إدمان الإنترنت والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدي طلاب الجامعة. (٦٧: ١٧٠، ١٧١)

*** معلم خبير تربية رياضية ثانوي بإدارة طما التعليمية، ماجستير العلوم التربوية والنفسية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط**

ولما كان موقع شبكة التواصل الاجتماعي فيس بوك موقع اجتماعي يُكَّون الفرد من خلاله علاقات جديدة ويتعرف على أصدقاء جدد، فمن البديهي أن ينجذب الطلاب إليه ويجذبوا أغلبية أصدقائهم إليه؛ ليكونوا على اتصال شبه دائم بهم بعد الدوام المدرسي أو لأغراض أخرى كثيرة تتوفر في هذا الموقع ولسهولة استخدامه وتوافره بلغات كثيرة من الأسباب الرئيسة التي أدت إلى انتشاره وزيادة عدد مستخدميه، والذي ظهر جليًا وفق إحصاءات موقع مستخدمي الإنترنت في إفريقيا. فقد تضاعف عدد المستخدمين لموقع شبكة التواصل الاجتماعي فيس بوك في جمهورية مصر العربية خلال الأعوام الأخيرة من (٤٨٨٣٠٠٠٠) مشتركًا في ٣٠ ديسمبر ٢٠٢٠م ليصل إلى (٥١٢٨٦٢٠٠) مشتركًا في ٣٠ ابريل ٢٠٢٢م (٧٣).

تَبرز مشكلة البحث في ظل الواقع الذي يشهد تفجرًا معرفيًا كبيرًا، فلم تقتصر شعبية استخدام موقع شبكة التواصل الاجتماعي فيس بوك على الدول المتقدمة فحسب، بل إنها تزداد في المجتمعات العربية بشكل سريع وملفت، فأصبح استخدامه ظاهرة اجتماعية سائدة بين أفراد المجتمع؛ بسبب سهولة توفير خدمات الإنترنت وإمكانية الحصول عليها بتكلفة بسيطة نوعًا ما، وتوافر الحاسوب والهواتف المحمولة كوسيلة لاستخدامه. وكأي نوع من أنواع التكنولوجيا الحديثة فهو

سلاح ذو حدين، فالكثير ممن يستخدمونه لا يشعرون بالجانب السلبي له بسبب المتعة التي يتحصلون عليها والتي يمكن أن تسبب لهم إدمانه، فيُعدُ الاستخدام الزائد لموقع شبكة التواصل الاجتماعي فيس بوك، حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي لشبكات التواصل الاجتماعي، فالاستغراق في استخدامه يؤثر على حياة الفرد الاجتماعية والنفسية؛ مما يؤدي إلى شعوره بالوحدة النفسية، وتأكد ذلك لما جاء في الدراسات التحليلية للمخاطر النفسية لمستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي فيس بوك ومنها دراسة **"أفراح صالح الشمري، عيسى محمد البلهان"** (٢٠١٩م) والتي توصلت إلى أن مستوى المخاطر النفسية من استخدامات شبكات التواصل الاجتماعي قد جاءت بمستويات مرتفعة، ومن أهم هذه المخاطر الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، وتعرض الأبناء للمشاكل الصحية والنفسية، ودراسة **"محمد محمد عبدالمنعم وآخرون"** (٢٠١٨م) توصلت إلى ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي وانخفاض مستوى مهارات التواصل لدى طلاب الجامعة، وتوصلت دراسة **"نهال عماد عبدالرؤف محمد"** (٢٠١٨م) إلى أن الإنترنت قد أثر تأثيرًا سلبيًا على العلاقات الاجتماعية لأفراد العينة بوالديهم وأصدقائهم. ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الاستخدام المكثف للإنترنت ومعدل الانطواء لدى عينة الدراسة ودراسة **"عواطف محمود، ضرار القضاة"** (٢٠١٧م) (٦٩) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الشعور بالوحدة النفسية ودرجة استخدام شبكة التواصل الاجتماعي وتوصلت دراسة **"على بن حمد دغيري"** (٢٠١٧م) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية، وتوصلت دراسة **"نسرين محمود النيرب"** (٢٠١٦م) إلى وجود ارتباط قوي دال إحصائيا في مستوى الشعور بالوحدة النفسية ومقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وتوصلت دراسة **"نجلاء محمد بسيوني"** (٢٠١٦م) إلى إن أفضل التطبيقات المستخدمة عند المفحوصين هو الفيس بوك يليه اليوتيوب كما أن هناك ثماني متغيرات قد تنبئ بإدمان الهاتف المحمول منها الشعور بالوحدة النفسية، وتوصلت دراسة **"هشام سعيد فتحي"** (٢٠١٥م) اعتقاد المبحوثين من الآباء أن استخدام أولادهم لمواقع شبكات التواصل الاجتماعي قد أدى إلى تغيير أو تعديل سلوك أولادهم للأسوأ بسبب "جعلهم في عزلة عن المحيط الأسرى"، وتوصلت دراسة **"مريم مراكشي"** (٢٠١٤م) لوجود علاقة ارتباطية موجبة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي "فيس بوك"، والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعين.

وعلى ضوء ما ذُكر سابقًا؛ أصبح من الضروري دراسة هذا الموضوع دراسةً تخصصيةً نفسيةً؛ للتعرف بشكل علمي على أعراض الوحدة النفسية لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Facebook لاسيما على طلاب المرحلة الثانوية الرياضية.

هـدف البحث:

التعرف على أعراض الوحدة النفسية لدى الرياضين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Facebook.

تساؤل البحث:

ما مستوي أعراض الوحدة النفسية لدى الرياضين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book؟

بعض المصطلحات الواردة في البحث:

الوحدة النفسية: Psychological Loneliness

هـي نقـص قـدرة الفـرد علـى إقامـة علاقـات اجتماعيـة ناجحـة وعـدم الانخـراط فـي علاقـات مشـبعة مـع الآخرين.(١١٩:٥)

الفيس بوك: Face book

ويعرف على انه موقع تواصل اجتماعي تابع لشركة فيس بوك يستطيع أي شخص الوصول إليه عبر الإنترنت والتسجيل به مجانا، ويقوم بالاتصال مع الآخرين والتفاعل معهم. (٦:١٤)

الشعور بالوحدة النفسية:Psychological loneliness

مفهوم الشعور الوحدة النفسية:

لعل الفرق بين التمتع برغد الوحدة واستقلاليتها والحرية الناتجة عنها، وبين كونك وحيدًا، يعتمد في الأساس على شعور كاتجاه التجربة التي تمر بها فعلًا، وإن اخترت أن تكون وحيدًا، فقد يكون ذلك مفيدًا لروحك، أما غير ذلك فقد يكون

مدمرًا، حيث تشعر كأنك منعزل في عالمك الخاص، تتحدث وحدك بلغتك الخاصة، وتسمع أناسًا آخرين، وتسمع أصواتهم، وبإمكانك أن ترى أناسًا آخرين، تسمع أصواتهم، ولكن يبدو أنك لا تملك القدرة على التفاعل معهم، مما يسبب لك ألمًا، وذلًا ومهانةً، وقد ينتج عن الوحدة المستمرة شعور بالخجل وإهمال للذات، مما يجعلك في النهاية تتساءل عما إذا كان هناك بالفعل شخص في العالم يُكن لك الحب والاعتزاز. (٥٥: ٤٧)

يُعرفها **"ناصح حسين سالم"**(٢٠١٢م) نقلًا عن **"زيدان"**(٢٠٠٨م) بأنها: الشعور بفقدان الألفة والمودة وانقطاع التواصل مع الآخرين نتيجة عدم الانسجام معهم مما يؤدي إلى الانسحاب والعزلة وقلة الاندماج في مواقف التفاعل المباشر مع المحيطين بالفرد رغم حاجته إلى الأصدقاء والرفقاء وبحثه عنهم حيث لا يشعر بوجودهم معه لأنهم لا يشبعون حاجاته الاجتماعية ولا يشغلون الفراغ في علاقاته الإنسانية بهم. (٣٠: ٢٧)

كما يذكر **"على بن حمد دغيري"**(٢٠١٧م) بأنها: تفضيل العزلة منفردًا، ونقص العلاقات الشخصية وعدم انخراط الفرد في علاقات مستمرة ومشبعة مع أي من الأشخاص أو موضوعات ذات صلة بالواقع الحقيقي الذي يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله.(٦: ١٨).

يشير **"عبد الرحمن العطاس"**(٢٠١٣م): إلى كونها فجوة نفسية يشعر بها الفرد لوجود تباعد بينه وبين الآخرين لدرجة شعوره بالافتقار للتقبل والتواد والحب من قبل الآخرين؛ مما يؤدي به للحرمان من القدرة على الانخراط في علاقات مثمرة مع أي شخص في بيئته المحيطة. (١٣ : ٥٤)

عرفتها **"عزة مبروك"**(٢٠٠٢م): مشكلة تعبر عن الألم النفسي لقلة العلاقات الاجتماعية المشبعة لدى الفرد وعدم رضائه بما لديه منها. (١٦ : ١٩١)

يشير **"مصطفى عبد المحسن"**(٢٠١١م) نقلاً عن **"ويليام"**(٢٠٠٣م) لكونها: فشل الشخص في إقامة علاقات اجتماعية مع من حوله ممن تتيح لهم الفرصة للتحدث عن اهتماماتهم الشخصية.(٢٨ : ٢٦)

يضيف **"مصطفى عبد المحسن"** (٢٠١١م) بأنها: إحدى خبرات الشخص غير السارة شديدة الحساسية، التي تشتمل على عدة خبرات متداخلة: كافتقاده قيمة ومعاني حياته، والافتقار للمعاني الخاصة بالذات والآخرين؛ لشعور الشخص بالعزلة عن الآخرين لافتقاره المدرك للعلاقات الاجتماعية المثمرة مع المحيطين به المساعدين له في تعامله مع مواقفه الحياتية المتنوعة وعدم الثقة بهم؛ مما يؤدي به للضيق والانطواء وعجزه عن الوصول للقيمة الحقيقية لحياته وللمعاني الخاصة بالذات والآخرين وبالتالي الاستمرار في الإحساس بالوحدة النفسية.(٢٨: ٣٣)

عرفها **"بيرلمان Perlman, D "**(٢٠٠٢م) بأنها: إحدى الخبرات غير السارة التي تنتج عن اختلال شبكة علاقات الشخص الاجتماعية كميًا كان ذلك أو كيفيًا. (٥٨: ٥٩)

تذكر **"نادية الحسيني"**(٢٠٠٠م) بأنها: نقص مهارات الشخص الاجتماعية المطلوبة لإقامة علاقات مشبعة مع الآخرين مما ينعكس على حالته النفسية وشعوره بالاغتراب وقلة الاهتمام والمحبة والصحبة من الآخرين. (٢٩: ٤٨٢)

عرفها **"نيلسون"**(٢٠٠٠م): بالحالة النفسية للشخص يشعر فيها بالابتعاد عن الآخرين يتبعها الشعور بالاغتراب أو الاكتئاب. (٥٦: ٤٥٢)

تُشير **"هدى السبيعي"**(٢٠٠٣م) إلى كونها ظاهرة اجتماعية تنتج عن الافتقار للعلاقات التبادلية مع الآخرين بالإضافة لكونها حالة نفسية. (٣٧: ٤٠)

يشير **"راسيل Russel, D; Peplau, L& Feerhuson, M"**(٢٠٠٣م) إلى كونها: الحالة الانفعالية للشخص عند إحساسه بنقص خبراته في التعامل مع الآخرين لإقامة علاقات اجتماعية مشبعة. (٦٤: ٢٩٧)

عرفها **"محمد حماده"**(٢٠٠٣م): بشعور الشخص بالفجوة النفسية التي تعزله عن وسطه المحيط به نتيجة نقص علاقاته الاجتماعية المشبعة وعجزه عن إقامتها؛ مما يؤدي لإحساسه بالإهمال والشعور بالعزلة والانزواء. (٢٢: ٣٨)

يراها **"أحمد الزغبي"**(٢٠٠٣م) بأنها: الحالة الانفعالية للشخص عندما لا تُحقق خبراته الاجتماعية الإشباع المرجو في تفاعله مع الآخرين وتؤدي لتصدع علاقاته الاجتماعية مع من حوله. (٣: ٤٤)

تعرفها **"نبيلة أبوزيد"**(٢٠٠٧م) بأنها: إحدى حالات الضعف السيكولوجي والتفكك الوجداني وغياب الألفة والمحبة مع الآخرين وتواجد فجوة نفسية تبعد الشخص عمَّن حوله. (٣١: ٢٩٠)

تراها **"نعمات علوان"**(٢٠٠٨م): حالة الشخص النفسية التي تنتج عند إحساسه بابتعاده عن الآخرين نتيجة موقف حياتي ألم به؛ مما يؤدي للعزلة والانسحاب وقلة الأصحاب والشعور بالإهمال. (٣٤: ٤٨)

يُشير **"جاردنر وآخرون"**(٢٠٠٥م) بأنها: إحساس الشخص بتواجد فجوة نفسية تُباعده عن الآخرين وتؤدي لشعوره بعدم القبول ونقص الحب من الآخرين مما يعجزه عن إقامة علاقات بناءة ومشبعة مع الآخرين. (٦١: ٣١)

يعرفها **"يوسف موسى"**(٢٠٠٨م) بأنها: إحدى الحالات الذاتية التي يعرفها الشخص عن نفسه ويعرفها عنه الآخرين، وتتضمن مكونات عاطفية وسلوكية ومعرفية ورغبة الشخص في إقامة العلاقات الاجتماعية المتبادلة. (٣٨ :٤٥)

عرفتها **"تهاني اليوسف"**(٢٠١٥م) بأنها: إحدى الخبرات الشخصية المؤلمة التي يمر بها الشخص عند إحساسه بالافتقار للتقبل والحب والألفة من المحيطين به؛ فيعجز عن تكوين علاقات اجتماعية مشبعة بالألفة والمودة والصداقة مع من حوله؛ فيشعر بكونه وحيدًا رغم إحاطته بالآخرين من حوله.(٧ :٢١)

تذكرا **"نسرين النيرب"**(٢٠١٦م) بأنها: إحساس الشخص الداخلي بفراغ اجتماعي ونفسي وعجزه وفشله في إقامة علاقات اجتماعية فعالة تلبي متطلباته واحتياجاته، مع شعوره المستمر بالألم وعدم الرضا؛ فيشعر بأنه شخص منبوذ غير محبوب. (٣٣: ٧)

تعرفها **"شذى القراعة"**(٢٠١٤م) بأنها: إحساس الشخص بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسي تؤدي لإحساسه بالافتقار للحب والألفة ممن حوله؛ مما يحرمه من الانخراط في مجتمعه المحيط به وممارسة دوره فيه بشكل طبيعي. (١٠: ٢١،٢٢)

يُشير **"على دغيري"**(٢٠١٧م) إلى أنها: تفضيل الشخص للعزلة منفردًا، ونقص العلاقات الاجتماعية وافتقار الشخص لتلك العلاقات المستمرة والمشبعة لمتطلباته مع أي فرد من مجتمعه أو موضوع مرتبط بواقعه الحقيقي الذي يعيش فيه ويمارس دوره الطبيعي من خلاله.(١٩ :٩٣)

تصنيفات وأنواع الوحدة النفسية:

قسمتها **"أنَّا كيروفا Kirova Anna"** (٢٠٠٤م) إلى أربعة أنواع هي:

- **الوحدة العاطفية Emotional Loneliness**: وتأتي بسبب الافتقاد للسند العاطفي، ويشعر خلالها الفرد بالفراغ والقلق؛ لغياب العلاقة الحميمة الوثيقة مع فرد آخر بالحياة.
- **الوحدة الاجتماعية Social Loneliness**: وتأتي من الافتقار لشبكة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين والإحساس بعدم الانتماء والضجر والنبذ ممن حوله من الأفراد.
- **الوحدة الثقافية Culture Loneliness**: وتأتي نتيجة الغربة والبعد عن الوطن والأهل والشوق والحنين له ولأعرافه ولتقاليده.
- **الوحدة الكونية Cosmic Loneliness**: ويشعر بها الفرد عند غياب هدفه في الحياة والافتقار للمعنى الحقيقي للحياة. (٥٠: ٢٤٦)

أتفق **مجدي محمد الدسوقي** (٢٠١٣م) مع كلًا من **"روايح عبد الحميد محمد"** (٢٠١٢م) **و"كواليتر وآخرون Qualter Pamela, Brown Stephen L."**(٢٠١٠م) على تقسيمها لثلاث أنواع من الوحدة وهي:

- **الوحدة النفسية العابرة (الظرفية) Transient Loneliness:** فعلى الرغم من تمتع حياة الفرد الاجتماعية بالتوافق والموائمة إلا أن فئة كثيرة من الأفراد ينتابها مشاعر الوحدة على فترات متباعدة في حياتهم اليومية من وقت لآخر، وتأتي نتيجة خوض تجارب الرفض والخسارة وخيبة الأمل الاجتماعية وغيرها، ولذلك فهذه الوحدة ليست مرضية في حد ذاتها.
- **الوحدة النفسية الموقفية Situational Loneliness:** ويتمتع فيها الشخص بعلاقات اجتماعية مشبعة بالماضي القريب حتى إذا جاءت أزمة معينة كوفاة أحد الأعزاء أو الطلاق جعلته يشعر بالوحد النفسية.
- **الوحدة الدائمة (المزمنة) Chronic Loneliness:** وهي تجربة دائمة للشعور بالوحدة وعدم الرضا عن العلاقات الاجتماعية، وهي تمثل الضغوط التي تكون السبب الرئيسي لذلك والتي تسبب أعراض الاكتئاب وتؤدي

إلى تغيرات في المشاركة الاجتماعية وتقييم الذات، وتؤدي إلى القصور في المهارات الاجتماعية، وذلك على عكس الوحدة المؤقتة أو الظرفية. (٢١: ١٣) (٩: ١٩) (٦٣: ٣٩٤، ٣٩٥)

بعض المفاهيم المرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية:

ارتباط مفهوم الوحدة النفسية Loneliness مع مفهوم العزلةSolitude:

يرتبط مفهوم الوحدة النفسية Loneliness مع مفهوم العزلة Solitude ارتباطًا قويًا، فتأتي كلمة الوحدة من عدم تواجد أحد حول الشخص، فالشخص الذي يحادث صديقه هاتفيًا ليس وحيدًا، والعزلة هي: حالة وحدة طوعية تحدث للعديد من الأشخاص كالفنانين والكتاب وتكون من أسباب إبداعهم في إنتاجهم، هذا وإن الشعور بالوحدة النفسية قد يشعر بها الشخص وإن لم يكن بمفرده بل وحال تواجده مع الآخرين. (٤١: ٤٥٣)

ترى **"كارفيجاي وفيجينيا Carvajai Carrascal,Viginia Clara"** (٢٠٠٩م) أن العزلة تأتي تبعًا لطبيعة العوامل الجغرافية وتقسمها لنوعين:

- العزلة داخل الشخص نفسه وتصنفها من الأمراض النفسية.
- العزلة الوجودية وتأتي نتيجة لانفصال الشخص عن العالم المحيط وتُعرفها: بالتجربة الذاتية للشخص لدى الكثير من العلاقات غير المرغوب فيها.

فالعزلة (الخلوة) هي خيار اجتماعي فالشخص غير العاطفي يقرر أن يكون وحيدًا بدلاً من تواجده مع الأخرين. بينما العزلة الاجتماعية دون خيار هي الوحدة النفسية. (٤٢: ٢٨٣)

تنقل**"Galanaki Evangelia"**(٢٠٠٤م) عن صفوت فرج تعريفه للعزلة النفسية: بمعيشة الشخص في خوف من تعامله مع الآخرين وعدم الرغبة بالتواجد معهم ويعتبر ذلك من أعراض الانفصام، فيما تعتبر الوحدة نوع من الشوق والحنين للاختلاط الاجتماعي مع الآخرين (٤٤: ٤٣٦).

يرى **"رشاد موسى، وآخرون"** (٢٠١٣م) أن الانفراد مفهوم طبيعي وجودي يعكس تفرد الشخص، والانفراد الوجودي حالة تعكس الذاتية المتفردة للشخص، ومحدودية ذات الشخص عن ذوات الآخرين، حيث تكون له فرديته وشخصيته وذاتيته المتميزة فيندرج مع غيره في ثنائي متفتح وصادق يحب بعضهما بعض ولا يندمجا في شخص واحد أو شعور واحد. والانفراد عملية إرادية حيث يحدث في بعض الأحيان أن يعمد الفرد إلى الاعتزال بمحض إرادته، والاختلاء بنفسه مع فكرة أو موضوع ما، ولا يعتري الفرد عندئذ أي إحساس بالضيق أو التوتر بسبب كونه وحيدا، وهذا يختلف عما يتضمنه مصطلح الانسحاب الذي هو: ضعف عام في العلاقات الاجتماعية ونقص في التفاعل الاجتماعي وهذا كله بسبب قصور في المهارات الاجتماعية الخاصة بالفرد.(٨: ٩٤)

ويستنتج الباحث:

أن الوحدة الطوعية (العزلة والخلوة) هي اختيارية يفضلها بعض أصحاب الفكر والإبداع ويكون الفرد فيها أكثر إبداعًا وإنتاجية، بينما الوحدة النفسية (المرضية) هي غير طوعية ودون اختيار، ويتأثر الفرد فيها تأثرًا نفسيًا وعقليًا وشخصيًا كنفوره من الآخرين المُصاحب بالحزن والقلق والإهمال.

الشعور بالوحدة النفسية وسمة الوحدة النفسية:

تُشير **"هنريك وجلون Heinrich Liesl M., Gullone Eleonora "**(٢٠٠٦م) إلى اهتمام الكثير من الباحثين بالتفرقة بين سمة الوحدة النفسية التي تعد تجربة ثابتة نسبيًا من الإحساس بالوحدة النفسية وبين الوحدة النفسية ذاتها. (٤٨: ٧٠٨)

الشعور بالوحدة النفسية والملل:

ترى **"أنَّا كيروفا Kirova Anna"**(٢٠٠٤م) وجود ارتباط وثيق بين مفهوم الملل ومفهوم الوحدة النفسية، فيصاحب الشعور بالوحدة النفسية شعورًا بالملل الذي هو ضجرًا واعيًا ويشبه الشعور بالوحدة النفسية بكافة جوانبه فيما عدا زيادة الكثافة والقوة في الشعور بالوحدة النفسية عنه في الشعور بالملل والضجر. (٥٠: ٢٤٤)

الشعور الوحدة النفسية Loneliness مع مفهوم الانطواء Introversion:

قسم **"عبد الرحمن العيسوي"**(٢٠٠٠م) مصطلح الانطواء إلى مصطلحين لُغويين هما Introأي داخل وVersion أي تحويل، وبذلك يكون مفهوم الانطواء بأنه تحويل العقل إلى الداخل وانغلاقه على نفسه، فتقتصر اهتمامات

الفرد المنطوي في ذاته ومشاعره وأحاسيسه وأفكاره وخياله على نفسه، ويري يونج كون الانطواء حالة من الانعزال والكراهية للبشر. (١٢: ٢٥٤)

يرى "**رشاد موسى، وآخرون**"(٢٠١٣م) أن الانطواء والانسحاب يتداخلان كل منهما في الآخر، ولكن نرى أن الانطواء يُعتبر شكل من أشكال الانسحاب وبالتالي نجد أن مصطلح الانطواء استخدمه يونج للدلالة على اتجاه اهتمام الفرد نحو العالم الداخلي، وليس للعالم الخارجي، حيث يبدي المنطوي ميلا إلى الانسحاب عن الاتصالات الاجتماعية، وإلى التقوقع داخل الذات، وإلى الاهتمام فقط بأفكاره الخاصة وخبراته الذاتية. (٨ :٩٣)

ويستنتج الباحث اشتراك الوحدة النفسية مع الانطواء في انغلاق الفرد على نفسه في اهتماماته ومشاعره وأحاسيسه.

الشعور بالوحدة النفسية والانسحاب:

أتفق "**ناصح صقر**"(٢٠١٢م) مع "**طومسون**"(١٩٩٢م)، "**أشير**"(١٩٩٢م) على الارتباط الوثيق بين الوحدة النفسية والانسحاب، فالأشخاص المعانين من الوحدة النفسية تنعدم لديهم المهارات الاجتماعية ويفضلون قضاء غالبية أوقاتهم بمفردهم لعدم قدرتهم على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين والمحافظة على الاستمرار فيها، فيتجنبون المواقف التي تؤدي بهم للقلق والضيق هروبًا من العدوانية والخضوع لإحباطاتهم. (٣٠ :٥٢)

تضيف "**روايح محمد**"(٢٠١٢م) أن الشخص المنسحب يميل للخيال، فهو الذي يقوم بتعويض اشتراكه في الموضوعات الخارجية الواقعية باختلاق موضوعات خيالية والتعامل معها. (٩ :٢٢)

ويمكن الربط بين الانسحاب والشعور بالوحدة النفسية غالبًا للحصول على كون الفرد وحيدًا من الناحية العاطفية والاجتماعية والشعور بالنفس وعدم الانتماء ونقص العلاقات المهمة في حياة كل فرد. ويرى بعض العلماء أن الشخص يشعر بالوحدة النفسية حين يعي أو يشعر بعزلته، ويبدو مكتئبًا أو مهمومًا من جراء إحساسه بالوحدة ويترتب على هذا الإحساس أن ينأى الفرد بنفسه أو يتباعد عن المجتمع ويبدو بلا رفيق أو صديق، ويشعر تبعًا لذلك كما لو كان مقفر من الوجهة النفسية والمعنوية. هذا وأن الشعور بالوحدة النفسية حالة انفعالية غير سارة تتضمن الشعور بعدم الانسجام مع الآخرين والحاجة إليهم، والإحساس بعدم وجود من يفهمه ويشاركه أفكاره واهتماماته، وأن الآخرين مشغولون دائما عنه. أما السلوك الإنسحابي يظهر نتيجة للصراع بين الرغبة في الظهور والخوف من الفشل في المواقف الاجتماعية لذلك فهو يتجنب التعامل مع الآخرين ويفضل البعد عنهم لكي لا يجد نفسه في موقف لا يتمكن من التصرف فيه. ولا يفضل الصمت لأنه يشعر بسعة الحياة. والوحدة النفسية هي: إحساس يشبع وجوده بصورة مختلفة لدى الناس جميعًا، ويتحدد نصيب الفرد من الوحدة النفسية في ضوء مدى ابتعاده عن الآخرين؛ وبالتالي تعتبر الوحدة النفسية استجابة انفعالية من جانب الفرد لصور الحرمان الاجتماعي. ومن ثم، هناك علاقة ارتباطية بين مفهوم الوحدة النفسية والانسحاب الاجتماعي فكلاهما يتضمن السلبية في العلاقات الاجتماعية، والنقص في التفاعل الاجتماعي، فلا نستطيع أن نفرق بينهما أو نقرر أيهما السبب. (٢٨: ٩٤، ٩٥)

يستنتج الباحث وجود تداخلًا وارتباطًا كبيرًا بين مفهوم الوحدة النفسية والانسحاب الاجتماعي فكلاهما يتضمن السلبية في علاقات الفرد الاجتماعية، والنقص في التفاعل الاجتماعي وابتعاده عمن حوله على الرغم من تواجده مكانيًا معهم.

الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب:

تذكر "**روايح محمد**"(٢٠١٢م) تداخل مفهوم الاكتئاب مع الشعور بالوحدة النفسية، ولكن يوجد فارق بينهم إذ أن الاكتئاب استعداد نفسي وتأتي على العكس منه الوحدة النفسية، فالشخص الذي يعاني من الشعور بالوحدة النفسية يستطيع الوصول للناس ولكنه يعجز عن التعامل معهم والاستمرار في تلك المعاملات، وتؤكد على احتواء الوحدة النفسية للاكتئاب. (٩: ٢٢)

يرى "**رشاد موسى، وآخرون**"(٢٠١٣م) أن الاكتئاب وما يصاحبه من مشاعر الضجر والفتور يؤدي إلى خفض التفاعلات الاجتماعية للفرد وخوفه وقلقه وضعف ثقته بالآخرين. وكثيرًا ما نجد مظاهر مشتركة بينهما من قبل نزعة الفرد إلى الحزن والكآبة والعزلة الاجتماعية، فنجد الاكتئاب أعمق بكثير جدا من الانسحاب. فالاكتئاب يتضمن بالتأكيد الانسحاب كأحد مظاهره وأعراضه المرضية. والشعور بالانسحاب أحيانًا يدفع الشخص إلى التخلص مما يعانيه عن طريق الانخراط والاندماج في علاقات وتفاعلات اجتماعية فعالة. بينما نجد الاكتئاب وسيلة للاستسلام.

ومن هنا تتحدد العلاقة بينهما في بعض النقاط التالية: يمكن أن يكون الاكتئاب نتيجة لقلة النشاط الاجتماعي للفرد، وأحيانًا يكون الانسحاب هو السبب في الشعور بالاكتئاب، وأحيانًا يكون كلٌ منهما نتيجةَ انهيار العلاقات الحميمة، وعليه

فإن الاكتئاب يختلف عن الانسحاب فالاكتئاب خبرة الشعور بخيبة الأمل والوهم والحزن وعدم الرضا والسعادة والتوافق المزاجي وغالبًا ما يكون المكتئب منقبضًا، وقنوطًا، ويائسًا وتعيسًا. (٨: ٩٥)

الشعور بالوحدة النفسية والطب النفسي:

روى **"فان ستندرStaden Van, Coetzee Kobus "** (٢٠١٠م) في تجربته مع العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وجميع الأمراض النفسية أن الوحدة النفسية هي النواة المركزية لجميع الأمراض النفسية فهي نواة الطب النفسي وأشارت نتائج دراسته إلى وجود علاقة ارتباطية وثيقة بين الشعور بالوحدة النفسية والصحة النفسية والعقلية. (٦٨ :٥٢٤)

السلوك الإنسحابي والمهارات الاجتماعية:

يعتبر السلوك الإنسحابي تعبيرًا عن العجز والقصور في المهارات الاجتماعية، كما قد يكون انعكاسًا للعجز في الأداء الاجتماعي، فالأفراد الذين يعانون من السلوك الإنسحابي، عادة يتحاشون الآخرين، ولا يثقون بالغير، وهم متحفظون، ويترددون في الالتزام بمعظم الأشياء، كما أنهم لا يميلون إلى المشاركة في المواقف الاجتماعية، وغالبًا ما يميلون إلى الصمت، والحديث المنخفض، وينظر الآخرون إليهم على أنهم مثيرون للملل يجب تجنبهم، مما يزيد من خجلهم، أن هؤلاء الأفراد يفتقرون إلى المهارات الاجتماعية، ولا يحبون الاتصال بالأخرين، كما أن نقص المهارات الاجتماعية تتباين مسبباتها ويؤدي بهؤلاء الأفراد إلى الانسحاب من التفاعلات الاجتماعية. وكذلك أيضا نقص المهارات الاجتماعية يتضمن تصرفات فردية مثل الصمت الطويل أثناء المحادثة، وانخفاض الصوت، والتحديق، ونقص عام في الاستجابة مثل عدم القدرة على توكيد الذات، أو عدم القدرة على التحديق بكلام ذي معنى لفترة طويلة. ومن ثم يجب وضع برامج تربوية لتعليم هؤلاء الأفراد المهارات الاجتماعية كالعمل الجماعي المشترك، والإسهام في اللقاءات والرحلات والحفلات وتنمية القدرة على التعاون والأخذ والعطاء وعلى حب الناس والميل إليهم"(٨: ٩٣)

بعض المتغيرات المرتبطة بمتغير الوحدة النفسية:

تذكر **"هيلين Helen"**(٢٠٠٧م) أن العديد من الدراسات التي تمت على الشعور بالوحدة النفسية بينت معاناة المراهقين المعانين من الوحدة النفسية من انخفاض تقدير الذات والقلق والاكتئاب ونقص المهارات الاجتماعية المختلفة، كما يرتبط الشعور بالوحدة النفسية ارتباطًا عكسيًا مع التحصيل الدراسي والقدرة على التفكير. (٧٠: ٤٥٦)

يؤكد **"سينجر وليلاش Seigner Rachel, Lilach Efrat "**(٢٠٠٤م) أن من الأعراض المصاحبة للشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين نقص الكفاءة الاجتماعية والخجل والاكتئاب. (٦٥: ٢٤٥)

يذكر **"شين وآخرونChen Xinyin, He Yunfeng "**(٢٠٠٤م) وجود ارتباط وثيق بين الشعور بالوحدة النفسية ومشاعر العزلة وعدم الرضاء الاجتماعي والتي تظهر بمرحلة الطفولة وخاصة فترة المراهقة منها وترتبط بالعديد من الظواهر كالاكتئاب وسوء الفهم للذات وتقديرها. (٤٣: ١٣٧٥)

تنقل **"فيجينيا وكارفيجاي Carrascal Carvajai, Viginia Clara"** (٢٠٠٩م) عن **"جلون"** (٢٠٠٦م) ارتباط مشاعر الوحدة النفسية مع العديد من المشكلات النفسية كالقلق والاكتئاب والحزن وقلة تقدير الذات ومع المشكلات الصحية والبدنية كالصداع والغثيان واضطرابات النوم وقصور آداء القلب والأوعية الدموية، كما تنقل عن **"هاجريتي وآخرون"** (١٩٩٦م) ارتباط مشاعر الوحدة النفسية بانخفاض الشعور بالانتماء. (٤١: ٢٩٢)

أتفق **"ناصح صقر"** (٢٠١٢م) مع **"طومسون"** (١٩٩٢م) على الارتباط الوثيق بين الشعور بالوحدة النفسية وافتقاد الذات للمهارات لاجتماعية والاندفاعية والشعور بالحيرة والثقة المفرطة التي تصل للغرور بالذات.
(٥٢: ٣٠)

أضافت **"روايح محمد"**(٢٠١٢م) ارتباط مشاعر الوحدة النفسية بالعديد من المشاعر النفسية السلبية الأخرى كالنظرة التشاؤمية للذات والإحساس بكل من اليأس والحزن والخوف من المستقبل. (٩ :٢٠)

٥/٣/١/٢ الشعور بالوحدة النفسية والاختلافات الثقافية:

بينت **"روايح محمد"**(٢٠١٢م) اختلاف تجارب الوحدة النفسية بين مختلف المجتمعات والثقافات، فالثقافات الأفريقية تعزي الإحساس بالوحدة النفسية إلى ضعف الترابط الاجتماعي والثقافة الاسبانية ركزت على عدة طرق للتعامل مع الشعور بالوحدة النفسية منها: التأمل وقبول الذات وتطويرها وتنمية وتطوير المهارات الاجتماعية بزيادة شبكة العلاقات الاجتماعية وبالابتعاد عن المحرمات وزيادة الأعمال الصالحة وزيادة النشاطات، والثقافات الهندية والكندية والغربية ركزت على تنمية الشبكات الاجتماعية لتخفيف الشعور بالوحدة النفسية، وتتفق مع جلون (٢٠٠٦م) بأنه على الرغم من تعدد واختلاف المتغيرات بالمجتمعات كالثقافة والجنس واللغة والدين إلا أنه يوجد تشابه بين تلك المجتمعات في الافتقار للحب والقبول وفهم الآخر والإحساس بمتعة الحياة والنفور من التجارب المؤلمة كالشعور بالوحدة النفسية.
(٩ :٢٣)

أسباب الشعور بالوحدة النفسية:

حصرها **"ناصح صقر"** (٢٠١٢م) في:

- **الافتقار للمهارات الاجتماعية:** فتنشأ الوحدة النفسية من نقص وقلة مهارات الاندماج في علاقات اجتماعية ناجحة ومشبعة ومستمرة مع الآخرين.
- **سمات الشخصية:** واتفق فيها "ناصح" مع كلاً من **"إبراهيم قشقوش"** (١٩٨٣م) **"عادل صلاح"** (٢٠٠٥م) **"لارس وآخرون"**(١٩٩٠م)**"على خضر ومحمد الشناوي"**(١٩٩٤م)، على أن الشخص المعاني من الشعور بالوحدة النفسية مضطرب الشخصية ويعاني من الانطواء والخجل، بل يعزيها بعضهم لوجود استعدادات جنينية وراثية مجهولة المعالم، فإن لم تُجرى لها عملية التوازن المضاد من خلال البيئة المحفزة الإيجابية؛ فستؤدي هذه الاستعدادات الجنينية لشعور أصحابها بالوحدة النفسية، فالأشخاص الاجتماعيون المنفتحون على مجتمعهم أقل شعورًا بالوحدة النفسية، ويرون أن تلك السمات الشخصية تجعل صاحبها منبوذًا ممن حوله؛ فتنقص علاقاته الاجتماعية ويصعب عليه المحافظة على ما كان يمتلك منها مما يؤدي به للشعور بالوحدة النفسية.
- **العلاقة بين الوالدين والتفكك الأسري**: فتشير العديد من الدراسات كدراسة **"أندرسون"** (٢٠١٢م)، **"نيفلز"** (١٩٧٨م)، **"بولا وآخرون"** (٢٠٠٠م) إلى أن غياب وفقدان المساندة من الوالدين لاضطراب العلاقة بينهم ولانفصالهم تؤدي للشعور بالوحدة النفسية.
- **الضغوط الحياتية**: اتفق فيها **ناصح** مع كلاً من **"رونالدو وألكسندر"**(١٩٨٧م)، **"سلامه"** (١٩٩١م)، **"ريكارد"** (١٩٩٢م)، **"على عبد السلام"**(٢٠٠٠م) على أن الضغوط الحياتية والبيولوجية والاجتماعية المختلفة تؤدي للشعور بالوحدة النفسية.
- **الحراك:** يتفق مع **"قشقوش"**(١٩٨٣م)، **"الدهان"**(٢٠٠١م) على أن الغربة وترك الوطن والانتقال الجغرافي من مكان لآخر ومن بيئة لأخرى تؤدي لفقد الأصدقاء والشعور بالوحشة والغربة التي ينتج عنها الشعور بالوحدة النفسية.
- **أساليب المعاملة الوالدية**: اتفق فيها **"ناصح"** مع كلاً من **"هوجتن"** (١٩٨٢م)، **"بولانسكي"**(١٩٨٥م) **"الصراف"** (١٩٨٦م)، **"عبد المجيد"**(١٩٨٩م)، **"نفين زهران"** (١٩٩٤م)، **"ستروبل"**(١٩٩٦م)، **"شفيق"** (١٩٩٨م) على أن الإهمال وقلة الدعم والمساندة النفسية وقسوة المعاملة وكثرة العقاب والنبذ والتفرقة في المعاملة من أكثر أساليب المعاملة الوالدية السلبية المتناسبة طرديًا مع الشعور بالوحدة النفسية.
- **الشعور بالاختلاف**: ترى **"أماني عبد المقصود"** (١٩٩٨م) أن الشعور بالوحدة النفسية ينتج لشعور الشخص بالقلة والدونية عن الآخرين إما لنقائص عضوية بدنية ،أو جنسية أو اختلاف الحالة الاقتصادية أو المكانة الاجتماعية. (٣٠: ٤٢- ٧٤)

عزتها **"روايح محمد"** (٢٠١٢م) إلى:

- ضعف العلاقات الاجتماعية وخبراتها مع الأقران.
- قلة رأس المال الاجتماعي وانخفاض الجاذبية الاجتماعية وضعف الإنجاز المدرسي وتدني تقدير الذات والخوف من التقييم السلبي من الآخرين.
- فقدان المساندة والدعم الاجتماعي واضطرابات الصحة الجسمية واضطرابات الشخصية.
- ضعف العلاقات الحميمة مع أفراد الأسرة كالأباء والأخوة وغياب شبكة الدعم الاجتماعي. (٩: ٢٣- ٢٥)

حصرها **"مصطفى أبو ضيف" (٢٠١٦م)** لدى طلاب المرحلة الثانوية الرياضية إلى:

- افتقار الطالب لعلاقات التقبل والعجز عن الشعور بالحب والانتماء للآخرين من حوله وندرة العلاقات الاجتماعية الطيبة مع من حوله.
- تفكك العلاقات الأسرية كانفصال الوالدين.
- العوامل البيئية والاجتماعية والاقتصادية ببيئة الطلاب.
- فقد الأهل أو أحدهم.
- عدم القرب من الله عز وجل وطاعته.
- التطور التكنولوجي والمعلوماتي المتمثل بشبكات التواصل الاجتماعي الرقمية والإنترنت. (٢٧: ٤٧- ٤٩)

ويتفق الباحث مع كلاً من **"بارزان صابر"** (٢٠١٤م) **"عبد الكريم سعودي"** (٢٠١٤م)، **"هشام البرجي"** (٢٠١٥م) **"نسرين النيرب"** (٢٠١٦م) على أنه بالإضافة إلى ما سبق فإن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وإدمانها تؤدي لنشأة الوحدة النفسية.

أهم الأضرار النفسية التي تنتج عن الشعور بالوحدة النفسية:

تتمثل معاناة طلاب المرحلة الثانوية الرياضية من الشعور بالوحدة النفسية في أزمة نفسية عميقة تهز كيانهم، وتعكر صفو وجدانهم وتزعزع استقرارهم الداخلي، فيختل توازنهم النفسي نتيجة لانهيار توافقهم النفسي والاجتماعي، وأقتبس **"الدغيري"** (٢٠١٧م) من **" Neto "**(٢٠٠٢م) أن الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية يكون وعيه العام بذاته مرتفعًا، كما يكون قلقًا اجتماعيًا، ولديه مستويات عالية من الخجل وعدم السواء، وتقديره لذاته منخفض، ولا يحب الآخرين وتقبله لهم ضعيف ويكون في أدني مستوياته، كما نقل **"الدغيري"** عن **"Cheng & Furnham,"** (٢٠٠٢م) أن خبرة الشعور بالوحدة النفسية تؤثر سلبًا على الثقة بالنفس والشعور بالسعادة. ويتضمن الشعور بالوحدة النفسية بعض الأضرار النفسية الأخرى، والتي من أهمها افتقاد المعني الحقيقي للحياة، والعجز عن إقامة علاقات شخصية حميمة ومستمرة مع الآخرين، وفقدان خاصية التواصل العاطفي، والفتور الانفعالي أو العنف. (١٩: ٩٧)

كيفية التغلب على مشاعر الوحدة النفسية:

للوحدة النفسية أضرار خطيرة على الفرد بصفةٍ خاصةٍ وعلى المجتمع بصفةٍ عامةٍ وللتغلب عليها اتجه التركيز على التحفيز للنجاح فإن السعي للنجاح يخفف من الشعور بالوحدة النفسية، كما رأى **"اندريسون"** (٢٠١٢) أن مشاعر الوحدة النفسة تعيق الشخص عن اتصاله الاجتماعي بالآخرين وتزيد عن ذلك لإحباط والافتقار للحنان والحماية والرعاية النفسية، ومن هنا يأتي أهمية دور مساعدة الشخص في إقامة علاقات ناجحة مشبعة مع الآخرين للتغلب على مشاعر الوحدة النفسية. (٣٩: ١١٠)

تشير **"Galanaki Evangelia "**(٢٠٠٤م) أنه يمكن التغلب على مشاعر الوحدة النفسية من خلال:

- تنمية الرضاء عن العلاقات الشخصية.
- وجود الأصدقاء.
- الشعور بوجود الله عز وجل والتقرب بالطاعة والعبادة له.
- العلاقة الطيبة مع الوالدين. (٤٤: ٤٣٩)

تشير **"هينركHeinrich, Gullone "** (٢٠٠٦م) أن الأشخاص الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية يجدون عجزًا في إقامة علاقات ناجحة مشبعة مع الآخرين وينتابهم الغضب والاكتئاب والقلق. ويتم التغلب على ذلك بتعلم مهارات الاتصال والمهارات الإدارية والصداقة. (٤٨: ٧٠٣)

ترى **"لاسجارد Mathias Lasgaard"** (٢٠١٠م) أن للدعم النفسي والاجتماعي من الوالدين والأسرة والأصدقاء دور هام في الحماية من الشعور بالوحدة النفسية ولهما وللتدريب على المهارات الاجتماعية دورٌ كبيرٌ في تخفيف أعراض الوحدة النفسية. (٥٥: ٢١٩)

تذكر "نيفين زهران" (٢٠١٢م) أن لدحض الأفكار اللاعقلانية دور كبير في تخفيف الشعور بالوحدة النفسية. (٣٦: ١١١)

يرى "ناصح صقر" (٢٠١٢م) أن الاستغلال الأمثل للوقت وخاصة أوقات الفراغ في أنشطة إيجابية دور كبير في تخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية. (٣٠: ٥٨)

طرق واجراءات البحث:

منهج **البحث**:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث في طلاب المرحلة الثانوية الرياضية بمحافظة سوهاج وبلغ عددهم (١١٠) طالبًا.

عينة البحث:

وتكون عينة الاستطلاعية من (٢٠) طالبًا من طلاب الصفين الأول والثاني الثانوي بمدرسة الكوثر الثانوية الرياضية واستخدمت درجات هذه العينة في التحقق من صدق وثبات أدوات البحث الحالية، كما تم اختيار عينة البحث الأساسية والتي بلغت (٦٠) طالبًا من طلاب الصف الثاني والثالث من المرحلة الثانوية الرياضية بمدرسة الكوثر الثانوية الرياضية، بمحافظة سوهاج للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢١م.

جدول (١)
توصيف عينة البحث

المتغيرات / عينة البحث	العينة الأساسية			العينة الاستطلاعية			المجموع
	الصف الثاني	الصف الثالث	المجموع	الصف الأول	الصف الثاني	المجموع	
عدد الطلاب	٢٤ طالبًا	٣٦ طالبًا	٣٤ طالبًا	١٠	١٠	٢٠ طالبًا	٨٠ طالبًا

العينة الأساسية:

تتكون عينة البحث الأساسية من (٢٠) طالبًا من طلاب الصفين الأول والثاني الثانوي بمدرسة الكوثر الثانوية الرياضية بمحافظة سوهاج للعام الدراسي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢م وتتراوح أعمارهم ما بين (١٦، ١٧) عامًا، وجدول (١) يوضح ذلك.

شروط اختيار العينة:

- أن تكون العينة من مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي (فيس بوك) أكثر من ثلاث ساعات يوميًا.
- رغبة عينة البحث فى التطبيق.

أدوات جمع البيانات

- تم استخدام مقياس الشعور بالوحدة النفسية (د. مجدي الدسوقي٢٠١٣م) والمكون من ثلاثة أبعاد البعد الأول: (البعد الاجتماعي) ومكون من ٦ عبارات وأرقامها: (١-٥-٦-٩-١٠-١٥) والبعد الثاني: (بعد الرفض من الآخرين) ومكون من ٩ عبارات وأرقامها: (٢-٤-٧-٨-١١-١٢-١٤-١٧-١٨) والبعد الثالث: (بعد فقدان الألفة المتبادلة مع الغير) ومكون من ٥ عبارات وأرقامها: (٣-١٣-١٦-١٩-٢٠) والموضح بمرفق (١)

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة الزمنية من يوم **الأحد** الموافق١٠ / ١٠/ ٢٠٢١ إلى يوم **الخميس** الموافق ١٠/٢٨ / ٢٠٢١م وذلك على عينة استطلاعية قوامها (٢٠) طالبًا من مدرسة الكوثر الثانوية الرياضية من المجتمع الأصلي ومن خارج عينة البحث الأساسية، وقد هدفت الدراسة الاستطلاعية إلى اجراء المعاملات العلمية للمقياس المستخدم.

المعاملات العلمية المستخدمة في البحث:

أ- **صدق الاتساق الداخلي:**

للتحقق من صدق المقياس قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي من خلال تطبيق المقياس على عدد (٢٠) طالبًا وذلك في الفترة من يوم **الأحد** الموافق١٠ / ١٠/ ٢٠٢١ إلى يوم **الخميس** الموافق ١٠/١٤ / ٢٠٢١م، وجدول من (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)
صدق الإتساق الداخلي بين المفردات
ومجموع الأبعاد لمقياس الوحدة النفسية قيد البحث (ن=٢٠)

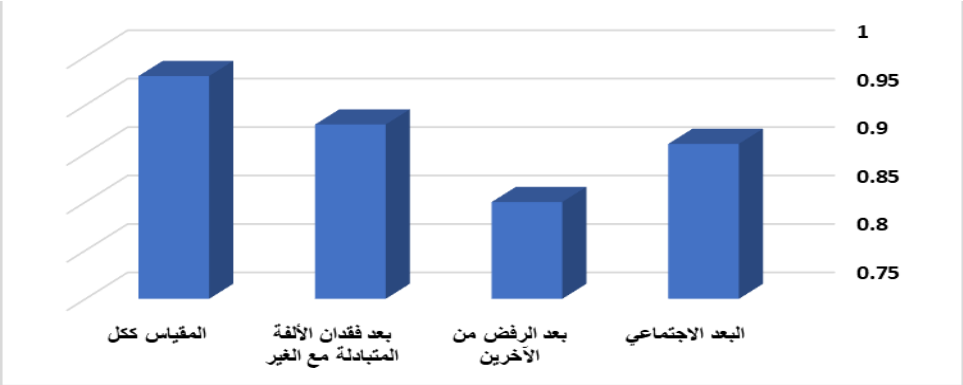
البعد الاجتماعي		بعد الرفض من الآخرين		بعد فقدان الألفة المتبادلة مع الغير	
رقم المفردة	معامل الإرتباط	رقم المفردة	معامل الإرتباط	رقم المفردة	معامل الإرتباط
١	*٠.٩٠	١	*٠.٩٦	١	*٠.٧٦
٢	*٠.٩٣	٢	*٠.٨٩	٢	*٠.٩٢
٣	*٠.٨٩	٣	*٠.٩١	٣	*٠.٨٦
٤	*٠.٨٧	٤	*٠.٩٦	٤	*٠.٩٤
٥	*٠.٩٢	٥	*٠.٨٨	٥	*٠.٩٠
٦	*٠.٩٥	٦	*٠.٨٥		
		٧	*٠.٩٠		
		٨	*٠.٧٨		
		٩	*٠.٨٣		

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٠.٤٢٣ * دالة

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الارتباط بين مفردات مقياس الوحدة النفسية ومحاورها قد تراوحت ما بين (٠.٧٦: ٠.٩٦) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥)؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي لمحاور المقياس.

جدول (٣)
صدق الإتساق الداخلي بين الأبعاد
والمجموع الكلي لمقياس الوحدة النفسية قيد البحث (ن=٢٠)

م	المحاور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ر"
١	البعد الاجتماعي	٣.٦٥	٠.١١	٠.٩١
٢	بعد الرفض من الآخرين	٣.٩١	٠.١٨	٠.٨٥
٣	بعد فقدان الألفة المتبادلة مع الغير	٣.١٤	٠.٢٤	٠.٩٣
٤	المقياس ككل	٣.٥٧	٠.٥٣	٠.٩٨



شكل (١)
يوضح صدق الإتساق الداخلي بين الأبعاد والمجموع الكلي لمقياس الوحدة النفسية قيد البحث (ن=٢٠)

يتضح من جدول (٣) وشكل (١) أن معاملات الارتباط بين بين الأبعاد والمجموع الكلي لمقياس الوحدة النفسية قيد البحث تراوحت ما بين (٠.٨٥: ٠.٩٣) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥)؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

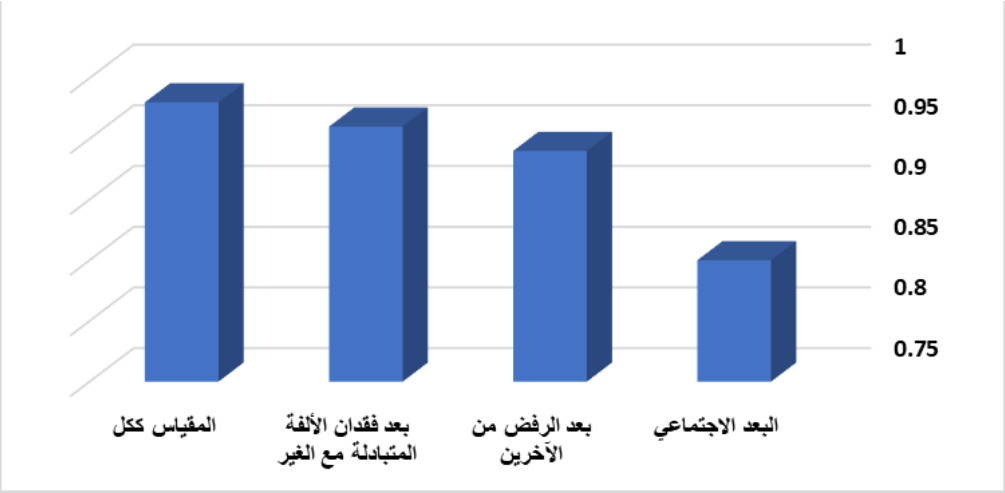
ب- الثبات:

لإيجاد معامل الثبات استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبارات وإعادة التطبيق على نفس العينة المستخدمة في الصدق وذلك في الفترة من يوم **الأحد** الموافق١٠ / ١٠/ ٢٠٢١م إلى يوم **الخميس** الموافق ١٠/٢٨ / ٢٠٢١م وبفارق زمني أسبوعين، وجدول (٤) وشكل (٢) يوضح ذلك.

جدول (٤)
معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في مقياس الوحدة النفسية (ن=٢٠)

م	الأبعاد	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة"ر" المحسوبة
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
١	البعد الاجتماعي	٣.٦٥	٠.١١	٣.٢٧	٠.١٧	٠.٨٥
٢	بعد الرفض من الآخرين	٣.٩١	٠.١٨	٣.٨٤	٠.٢٦	٠.٩٤
٣	بعد فقدان الألفة المتبادلة مع الغير	٣.١٤	٠.٢٤	٣.٠١	٠.٣١	٠.٩٦
	المقياس ككل	٣.٥٧	٠.٥٣	٣.٣٧	٠.٦٨	٠.٩٨

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٢٣



شكل (٢)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في مقياس الوحدة النفسية (ن=٦٠)

يتضح من جدول (٤) وشكل (٢) أن معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني دال إحصائيًا في مقياس الوحدة النفسية قيد البحث؛ مما يدل على ثبات المقياس فتراوحت قيمة معامل الارتباط ما بين (٠.٨٥: ٠.٩٨) وهو أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠.٠٥).

إجراءات تنفيذ البحث:

قام الباحث بإجراء القياسات لمستوي **الوحدة النفسية** لدى عينة البحث الأساسية ٦٠ طالبًا من: (طلاب الصفين الثاني والثالث بالمرحلة الثانوية الرياضية) وذلك يوم **الاثنين** الموافق ٢٠٢١/١١/٧م.

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث الأساليب الإحصائية:

- المتوسطات الحسابية.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء
- اختبار T-Test
- طريقة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach.
- طريقة التجزئة النصفيةSplit .
- الدرجة المقدرة
- الوزن النسبي
- النسبة المئوية

عرض ومناقشة تساؤل البحث:

جدول (٥)
الدرجة المقدرة والمتوسط الموزون والنسبة المئوية لاعراض الوحدة النفسية لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book (ن = ٦٠)

م		درجة مقياس الوحدة النفسية				الدرجة المقدرة	المتوسط الموزون	النسبة المئوية
		أبدًا	نادرًا	أحيانا	غالبا			
		ك	ك	ك	ك			
١	إلى أي مدى تشعر بأنك على وفاق مع الناس من حولك؟	٢٥	١٢	١٣	١٠	١٧٢	٢,٨٦	%٧١,٦٦
٢	إلى أي مدى تشعر بأنك تفتقد الصحبة؟	١٥	١٠	٢٥	١٠	١٣٥	٢,٢٥	%٥٦,٢٥
٣	إلى أي مدى تشعر بأنه لا يوجد الشخص الذي تستطيع أن تلجأ إليه عندما تريد؟	١٥	١٠	١٨	١٧	٩٨	١,٦٣	%٤٠,٨٣
٤	إلى أي مدى تشعر بأنك وحيد؟	١٥	١٠	٢١	١٤	٨٥	١,٤١	%٣٥,٤١
٥	إلى أي مدى تشعر بأنك عضو في صحبة أو جماعة؟	٢٨	١٢	١٣	١٧	١٧٩	٢,٩٨	%٧٤,٥٨
٦	إلى أي مدى تشعر بأنك تشارك الناس في أشياء عديدة؟	٣٠	١٥	١٠	٥	١٦٠	٢,٦٦	%٦٦,٦٦
٧	إلى أي مدى تشعر بأنك لم تعد قريبًا من أحد؟	١٧	١٠	١٦	١٧	٩٦	١,٦	%٤٠,٠٠
٨	إلى أي مدى تشعر بأن الآخرين من حولك لا يشاركونك الاهتمامات والأفكار؟	١٥	١٥	١٣	١٧	١٠٣	١,٧١	%٤٢,٩١
٩	إلى أي مدى تشعر بأنك شخص اجتماعي وانبساطي؟	٢٨	١٢	١٣	٧	١٨١	٣,٠١	%٧٥,٤١
١٠	إلى أي مدى تشعر بأنك قريب من الناس؟	٢٥	١٥	١٤	٦	١٧٩	٢,٩٨	%٧٤,٥٨
١١	إلى أي مدى تشعر بأنك مهمل ومنبوذ؟	١٨	١٧	١٠	١٥	١٥٩	٢,٦٥	%٦٦,٢٥
١٢	إلى أي مدى تشعر بأن علاقتك بالآخرين بلا معنى؟	١٩	١٦	١٠	١٥	١٤١	٢,٣٥	%٥٨,٧٥
١٣	إلى أي مدى تشعر بأنه لا يوجد الشخص الذي يفهمك جيدًا؟	١٥	١٠	١٨	١٧	١٥٧	٢,٦١	%٦٥,٤١
١٤	إلى أي مدى تشعر بأنك في عزلة عن الآخرين؟	١٧	١٠	١٨	١٥	١٥٠	٢,٥	%٦٢,٥
١٥	إلى أي مدى تشعر بأنك سوف تجد الصحبة عندما تريد؟	٣٠	١٢	١٠	٨	١٨٤	٣,٠٦	%٧٦,٦٦
١٦	إلى أي مدى تشعر بأن هناك آخرين يفهمونك جيدًا؟	١٨	١٢	١٣	١٧	١٥١	٢,٥١	%٦٢,٩١
١٧	إلى أي مدى تشعر بالخجل؟	٢٥	١٢	١٣	١٠	١٣٠	٢,١٦	%٥٤,١٦
١٨	إلى أي مدى تشعر بأن الناس من حولك، ولكنهم ليسوا معك؟	١٨	١٣	١٢	١٧	١٤٨	٢,٤٦	%٦١,٦٦
١٩	إلى أي مدى تشعر بأن هناك من تستطيع أن تتحدث معه؟	٣١	٤	١٣	١٢	١٥٧	٢,٦١	%٦٥,٤١
٢٠	إلى أي مدى تشعر بأن هناك من يمكنك أن تلجأ إليه عندما تريد؟	٣٠	١٠	١٠	١٠	١٨٠	٣,٠٠	%٧٥,٠٠

يتضح من جدول (٥) أن أعراض الوحدة النفسية تتوافر لدى عينة البحث حيث تراوحت النسبة المئوية لدى عينة البحث ما بين (**٣٥,٤١%: ٧٦,٦٦%**) بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٦١.٣٦%)؛ مما يدل على مدى توافر مظاهر الوحدة النفسية لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book

تبين من جدول (٥) ما يلى:

- تراوحت الدرجة المقدرة لأعراض الوحدة النفسية لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (٨٥: ١٨٤)
- تراوح المتوسط الموزون لأعراض الوحدة النفسية لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (١,٤١: ٣,٠٦)
- تراوحت النسبة المئوية لأعراض الوحدة النفسية لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (٣٥,٤١: ٧٦,٦٦)

جدول (٦)

الدرجة المقدرة والمتوسط الموزون والنسبة المئوية لأعراض البعد الاجتماعي وهو: (الإحساس بالافتقار للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع الأخرين) لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book (ن = ٦٠)

م	رقم العبارة	العبارة	درجة مقياس الوحدة النفسية				الدرجة المقدرة	المتوسط الموزون	النسبة المئوية
			أبدًا	نادرًا	أحيانا	غالبا			
			ك	ك	ك	ك			
١	١	إلى أي مدى تشعر بأنك على وفاق مع الناس من حولك؟	٢٥	١٢	١٣	١٠	١٧٢	٢,٨٦	%٧١,٦٦
٢	٥	إلى أي مدى تشعر بأنك عضو في صحبة أو جماعة؟	٢٨	١٢	١٣	١٧	١٧٩	٢,٩٨	%٧٤,٥٨
٣	٦	إلى أي مدى تشعر بأنك تشارك الناس في أشياء عديدة؟	٣٠	١٥	١٠	٥	١٦٠	٢,٦٦	%٦٦,٦٦
٤	٩	إلى أي مدى تشعر بأنك شخص اجتماعي وانبساطي؟	٢٨	١٢	١٣	٧	١٨١	٣,٠١	%٧٥,٤١
٥	١٠	إلى أي مدى تشعر بأنك قريب من الناس؟	٢٥	١٥	١٤	٦	١٧٩	٢,٩٨	%٧٤,٥٨
٦	١٥	إلى أي مدى تشعر بأنك سوف تجد الصحبة عندما تريد؟	٣٠	١٢	١٠	٨	١٨٤	٣,٠٦	%٧٦,٦٦

يتضح من جدول (٦) أن أعراض الإحساس بالافتقار للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع الأخرين تتوافر لدى عينة البحث حيث تراوحت النسبة المئوية لدى عينة البحث ما بين (٦٦,٦٦%: ٧٦,٦٦%) بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٧٢.٩٩%)؛ مما يدل على مدى توافر أعراض البعد الاجتماعي لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book

فتبين من جدول (٦) ما يلى:

- تراوحت الدرجة المقدرة لأعراض الإحساس بالافتقار للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع الأخرين لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (١٦٠: ١٨٤)
- تراوح المتوسط الموزون لأعراض الإحساس بالافتقار للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع الأخرين لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (٢,٦٦: ٣,٠٦)
- تراوحت النسبة المئوية لأعراض الإحساس بالافتقار للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع الأخرين لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (٦٦,٦٦%: ٧٦,٦٦%) بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٧٢.٩٩%).

جدول (٧)

الدرجة المقدرة والمتوسط الموزون والنسبة المئوية لأعراض بعد الرفض من الأخرين وهو: (إحساس الفرد بالاغتراب، والشعور بإهمال الأخرين له، والاحساس بالعزلة والوحدة) لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book (ن = ٦٠)

م	رقم العبارة	العبارة	درجة مقياس الوحدة النفسية				الدرجة المقدرة	المتوسط الموزون	النسبة المئوية
			أبدًا	نادرًا	أحيانا	غالبا			
			ك	ك	ك	ك			
١	٢	إلى أي مدى تشعر بأنك تفتقد الصحبة؟	١٥	١٠	٢٥	١٠	١٣٥	٢,٢٥	%٥٦,٢٥
٢	٤	إلى أي مدى تشعر بأنك وحيد؟	١٥	١٠	٢١	١٤	٨٥	١,٤١	%٣٥,٤١
٣	٧	إلى أي مدى تشعر بأنك لم تعد قريبًا من أحد؟	١٧	١٠	١٦	١٧	٩٦	١,٦	%٤٠,٠٠
٤	٨	إلى أي مدى تشعر بأن الآخرين من حولك لا يشاركونك الاهتمامات والأفكار؟	١٥	١٥	١٣	١٧	١٠٣	١,٧١	%٤٢,٩١
٥	١١	إلى أي مدى تشعر بأنك مهمل ومنبوذ؟	١٨	١٧	١٠	١٥	١٥٩	٢,٦٥	%٦٦,٢٥
٦	١٢	إلى أي مدى تشعر بأن علاقتك بالآخرين بلا معنى؟	١٩	١٦	١٠	١٥	١٤١	٢,٣٥	%٥٨,٧٥
٧	١٤	إلى أي مدى تشعر بأنك في عزلة عن الآخرين؟	١٧	١٠	١٨	١٥	١٥٠	٢,٥	%٦٢,٥
٨	١٧	إلى أي مدى تشعر بالخجل؟	٢٥	١٢	١٣	١٠	١٣٠	٢,١٦	%٥٤,١٦
٩	١٨	إلى أي مدى تشعر بأن الناس من حولك، ولكنهم ليسوا معك؟	١٨	١٣	١٢	١٧	١٤٨	٢,٤٦	%٦١,٦٦

يتضح من جدول (٧) أن أعراض إحساس الفرد بالاغتراب، والشعور بإهمال الأخرين له، والاحساس بالعزلة والوحدة تتوافر لدى عينة البحث حيث تراوحت النسبة المئوية لدى عينة البحث ما بين (٣٥,٤١%: ٦٦,٢٥%) بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٥١.٩٢%)؛ مما يدل على مدى توافر أعراض بعد الرفض من الأخرين لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book

وتبين من جدول (٧) ما يلى:

- تراوحت الدرجة المقدرة لأعراض أعراض إحساس الفرد بالاغتراب، والشعور بإهمال الأخرين له، والاحساس بالعزلة والوحدة لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (٨٥: ١٥٩)
- تراوح المتوسط الموزون لأعراض أعراض إحساس الفرد بالاغتراب، والشعور بإهمال الأخرين له، والاحساس بالعزلة والوحدة لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (١,٤١: ٢,٦٥)
- تراوحت النسبة المئوية لأعراض أعراض إحساس الفرد بالاغتراب، والشعور بإهمال الأخرين له، والاحساس بالعزلة والوحدة لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (٣٥,٤١%: ٦٦,٢٥%) بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٥١.٩٢%).

جدول (٨)

الدرجة المقدرة والمتوسط الموزون والنسبة المئوية لأعراض بعد فقدان الألفة المتبادلة مع الغير وهو: (افتقاد الصحبة وفقدان الألفة) لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book (ن = ٦٠)

م	رقم العبارة	العبارة	درجة مقياس الوحدة النفسية				الدرجة المقدرة	المتوسط الموزون	النسبة المئوية
			أبدًا	نادرًا	أحيانا	غالبا			
			ك	ك	ك	ك			
١	٣	إلى أي مدى تشعر بأنه لا يوجد الشخص الذي تستطيع أن تلجأ إليه عندما تريد؟	١٥	١٠	١٨	١٧	٩٨	١,٦٣	%٤٠,٨٣
٢	١٣	إلى أي مدى تشعر بأنه لا يوجد الشخص الذي يفهمك جيدًا؟	١٥	١٠	١٨	١٧	١٥٧	٢,٦١	%٦٥,٤١
٣	١٦	إلى أي مدى تشعر بأن هناك آخرين يفهمونك جيدًا؟	١٨	١٢	١٣	١٧	١٥١	٢,٥١	%٦٢,٩١
٤	١٩	إلى أي مدى تشعر بأن هناك من تستطيع أن تتحدث معه؟	٣١	٤	١٣	١٢	١٥٧	٢,٦١	%٦٥,٤١
٥	٢٠	إلى أي مدى تشعر بأن هناك من يمكنك أن تلجأ إليه عندما تريد؟	٣٠	١٠	١٠	١٠	١٨٠	٣,٠٠	%٧٥,٠٠

يتضح من جدول (٨) أن أعراض افتقاد الصحبة وفقدان الألفة تتوافر لدى عينة البحث حيث تراوحت النسبة المئوية لدى عينة البحث ما بين (٤٠,٨٣%: ٧٥,٠٠%) بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٦١.٩١%)؛ مما يدل على مدى توافر بعد فقدان الألفة لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book

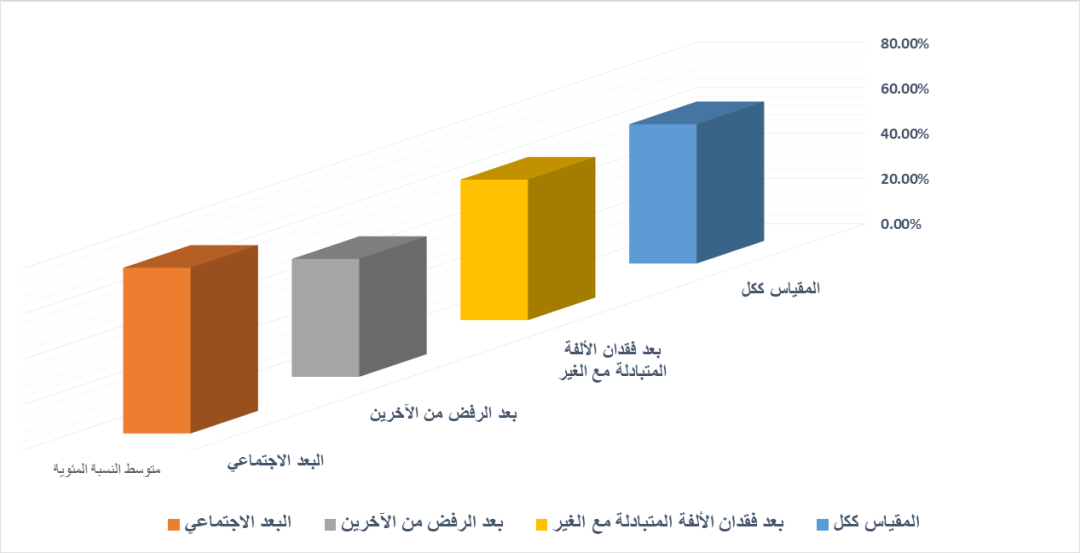
فبين جدول (٨) ما يلى:

- تراوح الدرجة المقدرة لأعراض افتقاد الصحبة وفقدان الألفة لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (٩٨: ١٨٠)
- تراوح المتوسط الموزون لأعراض افتقاد الصحبة وفقدان الألفة لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (١,٦٣: ٣,٠٠)
- تراوح النسبة المئوية لأعراض افتقاد الصحبة وفقدان الألفة لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book ما بين (٤٠,٨٣%: ٧٥,٠٠%) بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٦١.٩١%).

جدول (٩)

النسبة المئوية لأعراض أبعاد الوحدة النفسية لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book (ن = ٦٠)

م	الأبعاد	متوسط النسبة المئوية
١	**البعد الاجتماعي**	%٧٢.٩٩
٢	**بعد الرفض من الآخرين**	%٥١.٩٢
٣	**بعد فقدان الألفة المتبادلة مع الغير**	%٦١.٩١
	المقياس ككل	%٦١.٣٦



شكل (٣) النسبة المئوية لأعراض أبعاد الوحدة النفسية لدى الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book (ن = ٦٠)

وفي ضوء نتائج التحليل الإحصائي، وفي حدود القياسات المستخدمة ومن خلال هدف البحث قام الباحث بمناقشة النتائج، مسترشدًا بنتائج الدراسات المرتبطة والمراجع العلمية المتاحة للإجابة على تساؤل البحث عن مستوي أعراض الوحدة النفسية لدى الرياضين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book؟

يتضح من خلال جدول (٩) وشكل (٣) توافر أعراض الوحدة النفسية لدى عينة البحث بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٦١.٣٦%)، وجاءت أعراض الإحساس بالافتقار للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع الأخرين بالمرتبة الأولى في الارتفاع لدى عينة البحث بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٧٢.٩٩%)، تلاها بالمرتبة الثانية أعراض الافتقاد للصحبة وفقدان الألفة بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٦١.٩١%)، وجاءت أعراض إحساس الفرد بالاغتراب، والشعور بإهمال الأخرين له، والاحساس بالعزلة والوحدة بالمرتبة الثالثة في الارتفاع بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٥١.٩٢%).وجاءت نتائج البحث لتتفق على ما توصلت له دراسة **"محمد محمد عبدالمنعم وآخرون"** (٢٠١٨م) توصلت إلى ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي وانخفاض مستوى مهارات التواصل لدى طلاب الجامعة، ودراسة **"عواطف محمود، ضرار القضاة"** (٢٠١٧م) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الشعور بالوحدة النفسية ودرجة استخدام شبكة التواصل الاجتماعي وتوصلت دراسة **"على بن حمد دغيري"** (٢٠١٧م) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية، وتوصلت دراسة **"نسرين محمود النيرب"** (٢٠١٦م) إلى وجود ارتباط قوي دال إحصائيا في مستوى الشعور بالوحدة النفسية ومقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ودراسة **"نهال عماد عبدالرؤف محمد"** (٢٠١٨م) إلى أن الإنترنت قد أثر تأثيرًا سلبيًا على العلاقات الاجتماعية لأفراد العينة بوالديهم وأصدقائهم. ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الاستخدام المكثف للإنترنت ومعدل الانطواء لدى عينة الدراسة.

حيث حذر في هذا الصدد معهد ماساشوسيتس للتقنية Massachusetts Institute من أن الإنترنت سيقود حتمًا إلى تحطيم معاني المجتمع والتكامل الاجتماعي، خاصة وأن الكثير من الآباء أصبحوا اليوم قلقين من مجرد الإحساس بأن الإنترنت سيعرض أبنائهم لكافة أشكال الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية. (١٠١٧:١٢)

كما أكدت نتائج دراسة **"شو وجانت Shaw&Gant"** (٢٠٠٢م) وجود علاقة موجبة بين إدمان الإنترنت وكل من الشعور بالوحدة والضغط النفسي لدي مدمني الإنترنت من طلاب الجامعة، وكذلك وجدت علاقة دالة إحصائيًا بين إدمان الإنترنت والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدي طلاب الجامعة. (١٣: ١٧٠، ١٧١)

تبرز دراسة **"عادل صلاح غنايم وآخرون"** (٢٠٠٥م) أن الإفراط في استخدام الإنترنت وإدمانه لدي طلاب الجامعة أو طلاب المرحلة الثانوية يجعلهم أكثر اكتئابًا، وأكثر شعورًا بالوحدة النفسية، والعزلة الاجتماعية، وفقدان المساندة الاجتماعية، وانخفاضًا في تقدير الذات، ونقصًا في الدافعية مما يترتب عليه انخفاض مستوي التحصيل الدراسي. (١١:٣)

أشارت دراسة **"بتري وجيون Petrie &Gunn "** (١٩٩٨م) إلى وجود علاقة وثيقة ودالة إحصائيًا بين الاستخدام المفرط للإنترنت (إدمان)، والاتجاهات الإيجابية نحو الإنترنت وكل من الاكتئاب والانطواء، وأن مدمني الإنترنت انطوائيين في الواقع، وأكثر معاناة من الأعراض الاكتئابية. (١٥ :١١٦)

أكدت دراسة **"كراوت وآخرون Kraut, et al"** (١٩٩٨م) على وجود علاقة مباشرة بين استخدام الإنترنت استخدامًا زائدًا عن الحد وكل من الاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية والضغط النفسي للإنترنت، وان ذلك أدى إلي تكوين اتجاهًا سلبيًا نحو الإنترنت، بينما كان الاتجاه ايجابيًا في ارتفاع تقدير الذات، والمساندة الاجتماعية كما يدركها مستخدمي الإنترنت. (١٠٣٠:١٢)

أظهرت دراسة **"لاروز و آخرون Larose ،et al "**(٢٠٠١م) أن إدمان الإنترنت لدي المستخدمين يرتبط ارتباطًا وثيقًا بانخفاض فعالية الذات لديهم، وظهور الضغط النفسي للإنترنت، وشعورهم بالأعراض الاكتئابية، والعزلة الاجتماعية، وفقدان المساندة الاجتماعية.(١٤ :١٠٨)

أكدت دراسة **"هشام سعيد فتحي"** (٢٠١٥م) أن استخدام الأبناء لمواقع شبكات التواصل الاجتماعي قد أدى إلى تغيير أو تعديل سلوك أولادهم للأسوأ بسبب "جعلهم في عزلة عن المحيط الأسرى. (١٣:١١)

الاستنتاجات:

- توافر أعراض الوحدة النفسية لدى عينة البحث من الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book حيث تراوحت النسبة المئوية ما بين (٣٥,٤١: ٧٦,٦٦) بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٦١.٣٦%).
- توافر أعراض البعد الاجتماعي: (الإحساس بالافتقار للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع الأخرين) لدى عينة البحث من الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book وفي المرتبة الأولى من حيث الارتفاع بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٧٢.٩٩%).
- توافر أعراض بعد فقدان الألفة:(الافتقاد للصحبة وفقدان الألفة) لدى عينة البحث من الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book وفي المرتبة الثانية من حيث الارتفاع بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٦١.٩١%).
- توافر أعراض بعد الرفض من الآخرين: (إحساس الفرد بالاغتراب، والشعور بإهمال الأخرين له، والاحساس بالعزلة والوحدة) لدى عينة البحث من الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book وفي المرتبة الثالثة من حيث الارتفاع بمتوسط نسبة مئوية بلغ (٥١.٩٢%).

بذلك يكون البحث أجاب على تساؤله عن مستوي أعراض الوحدة النفسية لدى الرياضين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book؛ تحقيقًا لهدف البحث في التعرف على أعراض الوحدة النفسية لدى الرياضين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book.

التوصيـــات:

- دراسة الآثار السلبية للتطور التكنولوجي لموقع التواصل الاجتماعي فيس بوك خاصة ومواقع التواصل الاجتماعي المستحدثة عامة على الرياضيين والعمل على معالجتها
- تفعيل دور الأخصائيين النفسيين بالمدارس ومراكز الشباب والأندية الرياضية في اكتشاف ومعالجة المشكلات النفسية الناجمة عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي المستحدثة عامة وموقع فيس بوك خاصة.
- وضع البرامج الوقائية للمراهقين مفرطي استخدام شبكات التواصل الاجتماعي عامة والرياضيين منهم خاصة.

قائمة المراجـع

أولاً: المراجع العربيـــة.

١. **إبراهيم الشافعي إبراهيم:** إدمان الإنترنت وعلاقتها بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية مجلة دراسات نفسية، القاهرة، مجلد ٢٠ العدد ٣، يوليو ٢٠١٠م.

٢. **إبراهيم قشقوش:** مقياس الإحساس بالوحدة النفسية لطلاب الجامعات، مكتبة الانجلو، القاهرة، ١٩٩٨م

٣. **أحمد على الزغبي:** مقارنة الإحساس بالوحدة النفسية بين طلاب جامعة صنعاء الوافدين وغير الوافدين، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة دمشق، ٢٠٠٣م.

٤. **أسماء بنت فراج بـن خلـيوي:** الاضطرابات النفسية المرتبطة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، مجلة IUGJEPS، العدد ٢٥، المجلد الرابع، ٢٠١٧م.

٥. **أفراح صالح الشمري، عيسى محمد البلهان:** المخاطر النفسية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي لدى الأطفال في دولة الكويت من وجهة نظر أولياء أمورهم، مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد الرابع والثلاثون، العدد الخامس، ٢٠١٩م.

٦. **بارزان صابر خالد، عمر ياسين إبراهيم:** أثر برنامج إرشادي علاجي لعلاج الإدمان على الفيس بوك لدى طلبة المرحلة الإعدادية بمركز مدينة أربيل، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة صلاح الدين بأربيل، المجلد ١١، العدد٥، العراق، ٢٠١١م.

٧. **تهاني صالح محمود اليوسف:** أثر برنامج إرشاد جمعي مستند إلى العلاج الأسري البنائي في خفض الشعور بالوحدة النفسية وتحسين الرضا عن الحياة لدى عينة من كبار السن الأردنيين، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة الهاشمية، الأردن، ٢٠١٥م.

٨. **رشاد على موسي:** الإرشاد النفسي في حياتنا اليومية، القاهرة، مكتبة الفاروق الحديثة، ٢٠٠١م.

٩. **روايح عبد الحميد أبو العلا محـمد:** فاعلية برنامج إرشادي في خفض مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من الأطفال مرضى الفشل الكلوي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، ٢٠١٢م.

١٠. **شذى جميل القراعة:** علاقة الإدمان على الإنترنت في القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية وكشف الذات جامعة مؤتة، الأردن، رسالة ماجستير، كلية عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن ٢٠١٤م.

١١. **عادل صلاح غنايـم وآخـرون:** إدمـان الإنترنت وعلاقته بكل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة" جامعة الأزهر، ٢٠٠٥م.

١٢. **عبد الرحمن العيسوي:** الاضطرابات النفسجسمية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ٢٠٠٠م.

١٣. **عبد الرحمن بن على حسن العطاس:** الشعور بالطمأنينة والوحدة النفسية لدى الأيتام المقيمين في دور الرعاية والمقيمين لدى ذويهم (دراسة مقارنة)، رسالة ماجستير جامعة أم القرى، مكة المكرمة، ١٤٣٤هـ.

١٤. **عبد الكريم سعودي** إدمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي: دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار: مجلة دراسات نفسية وتربوية - جامعة قاصدي مرباح - الجزائر ع ١٣ ديسمبر ٢٠١٤م.

١٥. **عدة بن عتو، ماحي إبراهيم:** مساهمة كل من الانبساطية والعصابية والجنس والمستوى التعليمي في التنبؤ بالوحدة النفسية لدى مرضى القصور الكلوي، المجلة العربية للجوده والتميز، مركز الوراق للدراسات والأبحاث، المجلد الثالث، العدد (٣)، ٢٠١٦م .

١٦. **عزة عبد الكريم مبـــروك:** تقييم الذات وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين، دراسات عربية في علم النفس، القاهرة، دار غريب للنشر والتوزيع، ٢٠٠٢م.

١٧. **عزت عبد الله سـليمان كوســه:** الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من الطالبات السعوديات الجامعيات وعلاقته بالقبول – الرفض الوادي. مجلة، ٢٠٠٦م.

١٨. **على خضر، محمد الشفاوي:** الشعور بالوحدة النفسية والعلاقات الاجتماعية المتبادلة، رسالة الخليج العربي، مكتب التربية العربي لدول الخليج، العدد ٢٥، ١٩٨٨م.

١٩. **علي بن حمد بن أحمد دغيري:** إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المركز القومي للبحوث غزة، المجلد١، العدد١، ٢٠١٧م.
٢٠. **عواطف محمود الشديفات، ضرار محمد القضاة:** الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته باستخدام شبكات التواصل الاجتماعي لدى عينة من ذوي الإعاقة البصرية في الأردن، مجلة التربية الخاصة والتأهيل، مؤسسة التربية الخاصة والتأهيل، المجلد الخامس، العدد (١٤)، الإردن، ٢٠١٧م.
٢١. **مجدي الدسوقي:** مقياس الشعور بالوحدة النفسية، الطبعة الثانية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ٢٠١٣م.
٢٢. **محمد احمد حماده:** دراسة لبعض العوامل المرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية لدى المتقاعدين من معلمي القطاع الحكومي ووكالة الغوث، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، ٢٠٠٣م.
٢٣. **محمد سالم محمد القرني:** إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بالسعودية، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد ٧٥، الجزء الثالث، يناير ٢٠١١م.
٢٤. **محمد محروس الشـــــناوي:** العملية الإرشادية، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، ١٩٩٤م
٢٥. **محمد محمد عبدالمنعم وآخرون:** أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارات التواصل والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الملك فيصل، المجلة الدولية للآداب والعلوم الإنسانية والاجتماعية، المؤسسة العربية للبحث العلمي والتنمية البشرية، العدد١٦، المجلد الأول، ٢٠١٨م.
٢٦. **مريم ماركشي:** استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين الفيس بوك: دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة بسكرة رسالة ماجستير كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خضير بسكرة، الجزائر٢٠١٤م.
٢٧. **مصطفى أنور محمد أبو ضيف:** فاعلية برنامج قائم على فنيات الإرشاد النفسي الديني في خفض الشعور بالوحدة النفسية وأثره على جودة الحياة لدى عينة من المراهقين ذوي الإعاقة البصرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أسيوط، ٢٠١٦م.
٢٨. **مصطفي عبد المحسن عبـد التـــواب:** فاعلية العلاج بالمعنى في خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين المعاقين بصريًا، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة أسيوط، ٢٠١١م.
٢٩. **نادية السيد الحسيني:** ذاكرة الأحداث اليومية لدى المسن وعلاقتها بالتقاعد ومستوى الطموح والوحدة النفسية، المؤتمر الإقليمي الأول لرعاية المسنين، الجزء الأول، جامعة حلوان، ٢٠٠٠م.
٣٠. **ناصح حسين سالم إبراهيـم صـــقر:** فاعلية برنامج إرشادي لخفض الوحدة النفسية المدركة لدى الأطفال المعاقين سمعيًا وأثره على توافقهم النفسي، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة، ٢٠١٢م.
٣١. **نبيلة أمين على ابوزيد:** علاقة التقاعد المبكر بالشعور بالوحدة النفسية، دراسة نفسية تحليلية، مجلة علم النفس، القاهرة، الهيئة المصرية للكتاب، العددان الثالث والربع والسبعون، السنة العشرون، ٢٠٠٧م.
٣٢. **نجلاء محمد بسيوني:** بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية المنبئة بإدمان الهاتف الذكي، المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، كلية الدراسات الإنسانية، جامعة الأزهر، الأردن، العدد٢، ٢٠١٦م.
٣٣. **نسرين محمود محمد النيـــرب:** الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالنسق القيمي لمدمني مواقع التواصل الاجتماعي, رسالة ماجستير، كلية التربية الجامعة الإسلامية غزة ٢٠١٦م.
٣٤. **نعمات شعبان علوان:** الرضاء عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية، دراسة ميدانية على عينة من زوجات الشهداء الفلسطينيين، مجلة الجامعة الإسلامية، سلسلة الدراسات الإنسانية، المجلد السادس عشر، العدد الثاني، يونيه ٢٠٠٨م.
٣٥. **نهال عماد عبدالرؤف :** العلاقة بين الاستخدام المكثف للإنترنت ومعدل الانطواء لدى المراهقين رسالة ماجستير، كلية الإعلام، جامعة القاهرة، ٢٠١٨م
٣٦. **نيفين محمد على زهران:** انتشار الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بكل من الأفكار اللاعقلانية والسلوك العدواني والعدائي لدى المراهقين والمراهقات من طلاب المدارس المتوسطة والثانوية بالمدينة المنورة، عالم التربية، المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية، المجلد (١٣)، العدد (٣٧)، ٢٠١٢م.

٣٧. **هدى تركي السبيعي:** الوحدة النفسية والحساسية الاجتماعية لدى أطفال المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية والأجنبية بدولة قطر، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، المجلد التاسع عشر، العدد الأول، الجزء الأول، يناير٢٠٠٣م.

٣٨. **يوسف موسي:** الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من طلبة كلية العلوم، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد ٨، العدد ٣، ٢٠٠٨م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

39. **Andreassen, cecilie schou. :**Development of a facebook addiction scale. Psychological reports, 2012, 110, 2,
40. **Benner Aprile D,:** Lotion Adolrdscent's Loneliness Academic performance , and the Buffering Nature of friend ships Journal of youth Adolescence, 2011.
41. **Carrascal Carvajai, Viginia Clara:** Loneliness in adolescence: analysis of the concept, Universidad Colombia, 2009.
42. **Carvajai Carrascal,Viginia Clara:** Loneliness in adolescence: analysis of the Concept, Universidad Colombia, 2009.
43. **Chen Xinyin, et all :** Loneliness and social adaptation in Brazilian. Canadian, Chinese and Italian children: a multi-national comparative study. Journal of Child Psychology and Psychiatry 45: 2004.
44. **Galanaki Evangelia:** Are children able to distinguish among the concepts of aloneness, Loneliness and Solitude? International Journal of Behavior al Development 28(5), 2004.
45. **Gouging et all:** Evaluation of Construction performance time in construction sectors, Yeshiva University, New York Journal of Jewish Communal Service, (2000) vol. 83.
46. **Guay Fredricet all:** Attachment social support and Loneliness in young adult hood, Attest of two models Canada, personality, Social psychology bulletin , vol 28 No5
47. **Hamama Rachael :** Self – Control , anxiety and Loneliness in Siblings of children with cancer , social, work in Health care , vol. 31. No(1). 2000.
48. **Heinrich Liesl M., Gullone Eleonora:**The clinical significance of loneliness. Aliterature review. Journal of Clinical Psychology Review 26, 2006.
49. **Jones, Harry:** Preparing Company Plans: A Workbook for Effective Corporate Planning, N.Y, 1974.
50. **Kirova Anna: Lonely or Bored:**Children's Lived Experiences Reveal the Difference. University of Alberta. Vol. 35/2, 2004.
51. **Kraut, et al:** Internet Paradox:Asocial Technology that reduces Social involvement and Psychological well- being?, American Psychologist, vol.53, 1998.
52. **Kuss, Daria J & Griffiths, Mark D:** Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. International Journal of Environmental Research and Public Health, , 2011.
53. **Larose, R.; Eastin, M.S.& Gregg, J:** Reformulating the internet paradox: social cognitive explanations of Internet use and depression, Journal of On line Behavior, 2001.
54. **Mackenzie, R, A:** The Time Trap, A. M. A, Co, N. Y, 1990.
55. **Mathias Lasgaard, Mette E. Eriksen Annette Nielsen ,and Luc Gosse:** Loneliness and Social Support in Ado Boyswith Autism Spectrum Disorders . Developmental Disorders, Support in Adolescent of and Journal Autismn, 2010.

56. **Neilson, W,:** Webster's New International dictionary of English Language,2ed, springfild, Mass, G, Marrion Comp. publisher, 2000.
57. **Pawlack, C.:** Correlates of internet use and addiction in adolescents. DAI (A), 2002.
58. **Perlman, D:** Per Spectives or Loneliness. In Peplau, L& Perlman, D, (eds), Loneliness: Asource Book of Currently theory Research and therapy, New York: Willey inter science, 2002.
59. **Perra Gilbert et all :** Patterns of change in children's Loneliness. University of Memphis Vol, 57, No 9 . 2011
60. **Petrie,H.&Gunn,D:**Internet addiction :The Effects of Sex ,Age ,Depression and Introversion, Paper Presented at the British Psychological Society Conference, London ,15 December, 1998.
61. **Pickett el all,:** On The out side Looking in Gardner Loneliness and Social Monitoring Personality and Psychology Bulletin. Vol. 31 No 1, 2005.
62. **Prof. Kavitha:** Addiction Facebook Fever vs. Females, Asian Journal of Marketing & Management Research, India, 2013.
63. **Qualter Pamela, Brown Stephen L., Munn Penny, Rotenberg KenJ:** Childhood loneliness as a predictor of adolescent depressive symptoms: an 8-year longitudinal study. Eur Child Adolesc Psychiatry,19, 2010.
64. **Russel, D; Peplau, L& Feerhuson, M:**Developing ameasure of Loneliness, Journal of Personality Assessment, 27, 2003.
65. **Seginer Rachel, Lilach Efrat:** How adolescents construct their future: the effect of oneliness on future orientation. Joumal of Adolescence Volume 27, Issue 6, December,2004.
66. **Shaughnessy Katie:** Loneliness in Children. Wurzweiler School of Social Work, Yeshiva University, New York. Journal of Jewish Communal Service, 2008.
67. **Shaw,L. &Gant, M:**In defense of the internet: The Relationship between Internet Communication and Depression, Loneliness ,Self-esteem and Perceived social support , Cyber Psychology and Behavior, 2002.
68. **Staden Van, Coetzee Kobus:**Conceptual relations between loneliness and culture. Department of Psychiatry, University of Pretoria, Pretoria, South Africa.23, 2010.
69. **Şükrü Balcı, & Gölcü, Abdulkadir:** Facebook Addiction Among University Students In Turkey: Selcuk University Example, Journal of Studies in Turkology, No 34, 2013.
70. **Vassilopoulouu Helen D, Galanaki Evangelia p:**Teacher and children Loneliness: Are view of the literature and educational implications. University of Athens, Greece European. Journal of psychology of Education, 2007.
71. **Yousef Al-Qudah, Nashaat Baioumy:** eISSN 2550-2042 MALAYSIAN JOURNAL FOR ISLAMIC STUDIES VOL 3, BIL 1 2019
72. **Zeinab Zaremohzzabieh, et al:**Addictive Facebook Use among University Students, Asian Social Science, Published by Canadian Center of Science and Education, 2013.

ثالثاً: شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت):

73. http://www.internetworldstats.com/stats1.htm

الملخـص

الوحدة النفسية لدي الرياضيين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book

الباحث/ هاني البدري محمد
معلم خبير تربية رياضية ثانوي
بإدارة طما التعليمية
ماجستير العلوم التربوية والنفسية الرياضية
كلية التربية الرياضية
جامعة اسيوط

يهدف البحث إلى التعرف على أعراض الوحدة النفسية لدى الرياضين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Facebook.

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث.

تمثل مجتمع البحث في طلاب المرحلة الثانوية الرياضية بمحافظة سوهاج وبلغ عددهم (١١٠) طالبًا.
وتكونت عينة الاستطلاعية من (٢٠) طالبًا من طلاب الصفين الأول والثاني الثانوي بمدرسة الكوثر الثانوية الرياضية واستخدمت درجات هذه العينة في التحقق من صدق وثبات أدوات البحث الحالية، كما تم اختيار عينة البحث الأساسية والتي بلغت (٦٠) طالبًا من طلاب الصف الثاني والثالث من المرحلة الثانوية الرياضية بمدرسة الكوثر الثانوية الرياضية، بمحافظة سوهاج للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢م.

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة الزمنية من يوم **الأحد** الموافق١٠ / ١٠/ ٢٠٢١ إلى يوم **الخميس** الموافق ١٠/٢٨ / ٢٠٢١م .

وكانت من أهم الإستنتاجات البحث أجاب على تساؤله عن مستوي أعراض الوحدة النفسية لدى الرياضين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book؛ تحقيقًا لهدف البحث في التعرف على أعراض الوحدة النفسية لدى الرياضين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي Face book.

كما أوصى الباحث بضرورة دراسة الآثار السلبية للتطور التكنولوجي لموقع التواصل الاجتماعي فيس بوك خاصة ومواقع التواصل الاجتماعي المستحدثة عامة على الرياضيين والعمل على معالجتها .

Summary

Psychological loneliness among athletes who use the social network Facebook

Researcher/ Hani Al-Badri Muhammad

Secondary physical education teacher
Tama Education Administration
Master of Educational Sciences and Sports Psychology
Faculty of Physical Education
Assiut University

The research aims to identify the symptoms of psychological loneliness among athletes who use the social network Facebook.

The researcher used the descriptive survey method, due to its suitability to the nature of the research.

The research community consisted of (110) students in the sports secondary stage in Sohag Governorate.

The survey sample consisted of (20) students from the first and second grades of secondary school at Al-Kawthar Secondary School of Sports. The scores of this sample were used to verify the validity and reliability of the current research tools. The basic research sample, which amounted to (60) students from the second and third grades, was selected. Sports secondary school at Al-Kawthar Secondary Sports School, Sohag Governorate, for the academic year 2021/2022 AD.

The researcher conducted the survey during the time period from Sunday 10/10/2021 to Thursday 10/28/2021 AD.

One of the most important conclusions of the research was that it answered his question about the level of symptoms of psychological loneliness among athletes who use the social network Face book; In order to achieve the goal of the research in identifying the symptoms of psychological loneliness among athletes who use the social network. Face book.

The researcher also recommended the need to study the negative effects of the technological development of the social networking site Facebook in particular and the social networking sites developed in general on athletes and work to address them.