

إدمان الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من الشباب الجامعي

أ.د/ أمانى عبد المقصود عبد الوهاب

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي

ووكيل كلية التربية النوعية-جامعة المنوفية

مقدمة:

يعد الانترنت أبرز ما أسفر عنه توظيف تكنولوجيا الكمبيوتر والاتصالات فى خدمة البشرية، وتمثل شبكة الانترنت جزء أساسى من الحياة اليومية للكثيرين، وتمثل تكنولوجيا المعلومات والانترنت فى القرن الحالى تحديا قويا للفرد والمجتمع على حد سواء، حيث يعتبر من أهم مظاهر العولمة، مما يتطلب مواجهة تحديات العولمة والتي من بينها إدمان الانترنت (صلاح طه إبراهيم، ٢٠٠٤). وعلى الرغم مما قدمته تكنولوجيا الانترنت من تطبيقات وتسهيلات، إلا أنها ارتبطت أيضا بالعديد من المشكلات والتي من بينها إدمان الانترنت وما صاحبه من العديد من المشكلات والاضطرابات النفسية والاجتماعية والجسدية.

وقد شهدت السنوات الأخيرة تغيرات كمية ونوعية متلاحقة وسريعة فى تكنولوجيا المعلومات، كان لها أكبر الأثر على كافة جوانب المجتمع الانسانى، حيث التغير من مجتمع الصناعة إلى مجتمع المعلومات، والانتقال من العمل البدنى إلى العمل العقلى، والانتقال من إنتاج البضائع إلى إنتاج المعلومات وتسويقها.

ويعتبر إدمان الانترنت اضطراب نفسى يرتبط بالعديد من المشكلات والاضطرابات النفسية التى تتمثل فى: القلق، الاكتئاب، الوحدة النفسية، وانخفاض الثقة بالنفس (عصام محمد زيدان، ٢٠٠٨)، ضعف التفاعل الاجتماعى (محمد النبوى محمد، ٢٠٠٨؛ إبراهيم بن سالم وآخرون، ٢٠١٠).

وأوضحت يونج Young (١٩٩٩) أن إدمان الانترنت له أعراض تتمثل فى: الأفكار الوسواسية حول الانترنت، انخفاض التحكم فى الاندفاع، العجز عن التوقف عن استخدام الانترنت، وجميعها تؤكد على الاستخدام غير الصحى للانترنت. ويرى البعض أن مستخدمى الانترنت بإفراط يعانون من اضطرابات اجتماعية ومشكلات نفسية كالشعور بالوحدة النفسية، ضعف المساندة الاجتماعية، العزلة الاجتماعية، والاكتئاب خاصة لدى الشباب (Young, et al., 2001; Pawlak, C., 2002; Gross, E., 2004).

مشكلة البحث:

تتبع مشكلة البحث من أهمية موضوع الانترنت والاستخدام المرضى له والآثار النفسية السلبية المترتبة على هذا الاستخدام بوصفه ظاهرة أصبحت شائعة وتمثل تحديات تواجه الأفراد.

ويعتبر استخدام شبكة الانترنت إشكالية تؤدي إلى أنواع مختلفة من المشاكل النفسية والاجتماعية والجسدية، ومن ثم فإن إدمان الانترنت (IA) هو اضطراب سببه إشكالية استخدام الانترنت (Haghighi, B.T., 2011). ومما يعمق هذه الإشكالية تزايد القلق في الآونة الأخيرة لدى الآباء والمربين بسبب الزيادة الهائلة في معدلات استخدام الانترنت من جانب الأبناء، وما يعكسه ذلك من توتر في المناخ الأسرى، مما دفع الباحثين لدراسة هذه الظاهرة من جوانب متعددة (Cablan, 2003; Selfhout, et al., 2008; Hengging, T., 2009).

وعلى الرغم من أهمية الانترنت كوسيلة للتواصل والحصول على المعلومات والتدريب على المهارات وتسويق المنتجات وخلافه، إلا أن الأمر لا يتوقف عند هذا الحد، بل قد يتطور إلى حد ينتهي بإدمان الانترنت على نحو مرضى يؤثر على الفرد والمجتمع. ونظراً لحدوث شبكة الانترنت، فإن عملية دراسة ورصد ومتابعة تأثيرها مازالت عملية معقدة وشائكة، ومازالت البحوث العلمية والدراسات التجريبية في بدايتها.

وفي ضوء ما سبق ترى الباحثة وجود حاجة ملحة لمزيد من الدراسات الميدانية حول مشكلة إدمان الانترنت، والإقبال المتزايد عليه، من قبل طلاب الجامعة وما يترتب عليه من آثار سلبية الأمر الذي يشكل خطورة على أداء مهامهم الحياتية وأنشطتهم اليومية بصفة عامة وتحصيلهم الأكاديمي بصفة خاصة.

وبناء على ما سبق تتحدد مشكلة البحث في الإجابة على التساؤلات الآتية:

- ١- إلى أي مدى يرتبط إدمان الانترنت بكل من الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية والضغوط الأسرية، وما هي طبيعة العلاقة إن وجدت.
- ٢- هل يختلف مستوى إدمان الانترنت لدى الذكور عنه لدى الإناث.
- ٣- هل يختلف الطلاب عن الطالبات (عينة البحث) على كل مقياس من المقاييس المستخدمة في قياس المتغيرات موضع الاهتمام في البحث.
- ٤- هل توجد علاقة بين درجات المتغيرات النفسية موضع البحث ببعضها البعض.
- ٥- أي من المتغيرات النفسية موضع الاهتمام في البحث يمكن التنبؤ من خلالها بإدمان الانترنت.

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى دراسة العلاقة بين إدمان الانترنت وعدد من المتغيرات النفسية التي تتمثل في: الرضا عن الحياة، المساندة الاجتماعية والضغوط الأسرية، وذلك لدى عينة من طلاب الجامعة. بالإضافة إلى دراسة العلاقات الارتباطية بين هذه المتغيرات في علاقتها بإدمان الانترنت، ودراسة الفروق بين الذكور والإناث بالنسبة لكل متغير من هذه المتغيرات، وأي المتغيرات يعتبر منبئاً لإدمان الانترنت عن غيره.

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث الحالي في أهمية الجانب الذى يتصدى لدراسته، حيث أنه يسعى إلى دراسة علاقة إدمان الانترنت أو الاستخدام المرضى له لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعة بعدد من المتغيرات النفسية، لما لهذه الظاهرة من آثار سلبية على الفرد والمجتمع على حد سواء، تجعله يحد من نشاطاته اليومية وأداء منخفض لمهامه الحياتية. ومما لا شك فيه أن هذا الجانب ينطوى على أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية أو من الناحية التطبيقية: فمن الناحية النظرية فقد حظى موضوع إدمان الانترنت باهتمام من قبل الباحثين ولكن هذا الاهتمام لم يرق إلى حجم الآثار النفسية المترتبة على إفراط استخدامه وما ينتج عنه أيضاً من ضعف فى توافق الفرد على المستوى النفسى والاجتماعى، وضعف فى شبكة علاقاته الاجتماعية الفعلية، كما أنه قد يكون سبباً فى إحداث قصور أكاديمى ومهنى للفرد (Rapee,1995; King,1995)، وضعف فى درجة الانجاز بصفة عامة (على صالح، ٢٠٠٨: ٢١٥)، ومن ثم انخفاض مستوى الصحة النفسية لديه. ويرى ماكيرت وبامبلا ويتن Mackert&Whitten,P. (٢٠٠٣: ٦٣) أن إدمان الانترنت مشكلة واسعة الانتشار تؤثر على مختلف جوانب حياة الفرد. ونظراً لحدثة هذا الموضوع، فإن الحاجة مازالت ماسة لإجراء المزيد من البحوث عن إدمان الانترنت الذى لم يكن معروفاً حتى عام ١٩٩٠م (Douglas, et al.,2008). ونظراً لاهتمام البحث الحالي بدراسة العلاقة بين إدمان الانترنت وكل من الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية، والضغوط الأسرية، وذلك فى ضوء الفروق بين الجنسين، فإن ذلك من شأنه أن يلقي مزيداً من الضوء والثراء على دينامية وطبيعة العلاقة بين إدمان الانترنت وكل من المتغيرات السابقة.

كما ترجع أهمية البحث إلى أهمية المرحلة النمائية "مرحلة الشباب"، وهى المرحلة التى تواجه الفرد بمطالب جديدة، وتفرض عليه أدوار حياتية مختلفة، وتتطلب مزيداً من الاستقلالية والنقّة. وتعد فئة الشباب أحد القطاعات الهامة والحيوية التى يعول عليها المجتمع كثيراً فى التنمية والتقدم، تلك الفئة هى الأكثر تأثراً إيجابياً أو سلبياً بما أفرزته ثورة الاتصالات، ويعد الانترنت أحد أهم نتائج هذه الثورة التى يعنى به الشباب. وقد أوضحت نتائج العديد من الدراسات أن الشباب أكثر عرضة لخطر إدمان الانترنت (Kendall,1998; Kraut,et al.,1998; Hengging,T.,2009; Choo,Siow, 2011; Haghghi,B.T., 2011) أما عن أهمية البحث من الناحية التطبيقية فهى تتمثل فى توفير قدر من البيانات عن إدمان الانترنت والمتغيرات والظواهر المرتبطة به، ومن ثم محاولة معرفة الأسباب الكامنة وراء هذا السلوك ومحاولة البحث عن اساليب وطرق وبرامج للحد منه.

الإطار النظري والمفاهيم الأساسية:

إدمان الانترنت: (IA) Internet addiction

يشير مفهوم الإدمان إلى الاعتماد الفسيولوجي بين شخص ومنبه معين (عادة مادة نفسية)، لهذا السبب لا يستخدم الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية (DSM-IV) مصطلح "الإدمان" لوصف الاستخدام المرضى لمادة أو أخرى على سبيل المنبه. فلا يصف القمار القهري بأنه إدماناً بل يستخدم مصطلح "الاعتماد" -في حالة المواد النفسية- ومصطلح "المرض" في حالة الاضطرابات المرتبطة بالقمار. وعلى ذلك يمكن أن يطلق على مجموعة الأعراض المميزة للاستخدام المفرط للانترنت اسم "الاستخدام المرضى للانترنت" (Davis,2001) Pathological Internet use. ويختلف هولدن Holden (٢٠٠١) مع سابقه في أن مختلف أشكال الاعتماد على المواد النفسية وصور القهر الأخرى تنطوي على جوانب مشتركة، مما دعا هولدن Holden إلى إطلاق مصطلح السلوك الإدماني على الاستخدام المفرط للانترنت.

وبالرغم من شيوع هذه الظاهرة وانتشارها (أسامة أبو سريع، ٢٠٠١؛ شابييرا وآخرون، et al. Shapira، ٢٠٠٣؛ شارتون، Charlton، ٢٠٠٥؛ تشين وآخرون، Chen, et al.، ٢٠٠٧) فقد تباينت آراء الباحثين في تسميتها، حيث أطلق عليها البعض "الاعتماد على الانترنت" (Lin&Tsai,2001) Internet dependence، وأطلق عليها فريق من الباحثين الاستخدام المشكل للانترنت (Caplan,2002; Yellowless&Marks,2005) use Problematic Interne، والاستخدام المرضى للكمبيوتر (Griffiths,2000) Pathological Computer use، واضطراب إدمان الانترنت (Goldberg,1996) Internet addiction disorder، والاستخدام المرضى للانترنت (Martin & Schumacher,1997; Davis,1999,2001) Pathological Internet us، إلا أن جولديرج Goldberg (١٩٩٦) استخدم مصطلح إدمان الانترنت لأول مرة ثم تبعته يونج Young (١٩٩٦). ونظراً لتباين الآراء حول تحديد مسمى واحد منفق عليه للاستخدام غير الصحي للانترنت، فإنه تبعاً لذلك لم يتوفر إطار تفسيري يوحد جهود الباحثين لفهم أسباب استخدام هذه الوسيلة بشكل غير صحي. وكذلك برامج واضحة فاعلة من أجل ترشيد استخدامه.

ويرجع تعدد المصطلحات في هذا المجال إلى حداثة في البحث السيكولوجي، وأن مفهوم إدمان الانترنت لم ينضج بعد وما زال في مرحلة التكوين والنضج (سيلبي وآخرون، Cilebbi, et al.، ٢٠٠٧؛ مورالي وجورج، Murali&George، ٢٠٠٧؛ دانيال وآخرون، Daniel, et al.، ٢٠١١؛ عبد الناصر السيد، ٢٠١١).

إن إدمان الانترنت وإن كان لا يتطابق تماما مع إدمان المخدرات، فإنه أقرب ما يكون إلى الإدمان، فكلاهما (إدمان الانترنت وإدمان المخدرات) يعبران عن تجربة ذاتية متشابهة يجمع بينهما تغيير المزاج، والانسحاب الاجتماعي، والصراع، والشعور بالضيق والكدر، وغالبا ما تحدث تلك الأعراض عند التوقف عن استخدام الإنترنت ومن ثم تحدث انتكاسات متعددة مع تزايد السلوك القهري.

ويفرق سلفهوت وآخرون Selfhout,et al. (٢٠٠٨) بين الاستخدام المفرط الطوعي للانترنت بدون مبرر منطقي، ومن يستخدمه بإفراط لطبيعة عمله التي تحتاج استخداما مفرطا للانترنت؛ فالحالة الأولى هي إدمان للانترنت، أما الحالة الثانية فهي لا تقع ضمن هذا التصنيف.

ويقصد بإدمان الانترنت "زيادة مفرطة واضطرابية في استخدام الانترنت والابتعاد عنه يؤدي إلى سلوكيات مزاجية عصبية" (Mitchell,2000:632).

ويعرفه فريي Frey,R.J. (١٩٩٩) بأنه "اعتماد الطالب على سلوك لا يمكنه مطلقا التوقف عنه".

ويعرفه حسام عزب (٢٠٠٣) بأنه "متلازمة الاعتماد النفسي للمداومة على ممارسة التعامل مع شبكة الانترنت لفترات طويلة أو متزايدة، دون ضرورة مهنية أو أكاديمية (بل على حساب هذه الضرورات وغيرها) مع ظهور المحكات التشخيصية المألوفة من الإدمانات التقليدية.

وهو "حالة من الإدمان المرضى غير التوافقى لاستخدام الانترنت تؤدي إلى حدوث اضطرابات إكلينيكية يستدل عليها من بعض المظاهر كالانسحاب والشعور بالوحدة والعزلة" (Charlton,2002).

ويعرفه شابييرا وآخرون Shapira,et al. (٢٠٠٣) بأنه "عدم قدرة الأفراد على السيطرة على استخدامهم للانترنت مما يؤدي إلى تأثيرات نفسية واجتماعية ومدرسية وصعوبات في حياة الأفراد وعملهم".

ويعرفه أورزاك Orzck (٢٠٠٦) بأنه "تعبير يصف الذين يقضون على الانترنت وقتا طويلا جدا، ويصبحون منعزلين عن أصدقائهم وأسرهم ولا يبالون بأعمالهم وواجباتهم، ومن ثم يغيرون إدراكهم عن العالم من حولهم".

ويعرف إدمان الانترنت -كما حددته الجمعية الأمريكية للطب النفسي- بأنه "استخدام الانترنت بما يتجاوز ٣٨ ساعة أسبوعيا لغير حاجة العمل، مع الميل لزيادة ساعات استخدام الانترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها من قبل ساعات أقل، مع المعاناة من أعراض نفسية واجتماعية عند انقطاع الاتصال بالشبكة ومنها: التوتر النفسي والحركي، الفلق، تركيز التفكير حول الانترنت بشكل قهري، حركات إرادية ولا إرادية من الأصابع مشابهة لحركات الأصابع على الكمبيوتر(في: عصام منصور، وعبد الله الدبوي، ٢٠١١).

ويعرفه هان وآخريـن Han,et al. (٢٠١٠) بأنه "عدم قدرة الأفراد على التحكم فى استخدامهم للانترنت، مما يؤدى إلى حدوث اضطراب شديد وعجز وظيفى فى مجالات الحياة المختلفة.

ويرى كايم وآخرون Kim,et al.(٢٠٠٦) أن الزيادة الهائلة فى استخدام الانترنت أدت إلى تغييرات نفسية قد تكون إيجابية وقد تكون سلبية.

وقد أظهرت نتائج بعض الدراسات جملة من الآثار السلبية لإدمان الانترنت منها: العزلة الاجتماعية، البعد عن الحياة الواقعية، انخفاض عدد ساعات النوم وما يترتب عليه من إجهاد وتوتر، وفقدان الشهية وانخفاض معدل تناول الطعام (Young&Rodgers,1998;Anderson,2001) والاكئاب، والشعور بالوحدة النفسية، وانخفاض تقدير الذات، ونقص الكفاءة الذاتية، وانخفاض القدرة على تحمل الأعباء الأسرية (O'Reilly,1996)، وتأثير سلبى على العلاقات الاجتماعية، والقلق، والخجل الاجتماعى(Henderson, et al.,2002;Stanton,2002).

وقد أشار الدليل التشخيصى والإحصائى الرابع للاضطرابات النفسية (DSM-IV) إلى معايير إدمان الانترنت والتي تتمثل فى: توق شديد لاستخدام الانترنت، عدم السيطرة على الوقت المستخدم فى الانترنت، أعراض السحب فى حال عدم استخدام الانترنت أو تقليل الوقت، واختفاء هذه الأعراض عند استخدامه مرة ثانية، نمو القدرة على التحمل ومن ثم زيادة مدة الاستخدام، تضيق الحياة وقصرها على استخدام الانترنت وإهمال مظاهر مهمة أخرى مثل: شريك الحياة، والأسرة، والمهنة، ومجالات الاهتمام الأخرى. فى حين اعتبر الدليل التشخيصى والإحصائى الخامس للاضطرابات النفسية (DSM-V) إدمان الانترنت اضطراب نفسى (Warden,et al.,2004; Blok, 2008; Danil,L.,et al.,2011). وتؤكد جولى بيورستن وآخر Bursten,J.,et al.(٢٠٠٤) على أنه ينبغى النظر إلى إدمان الانترنت على أنه اضطراب حقيقى.

*ويعد الشعور بالرضا عن الحياة Life of Satisfaction واحداً من المكونات الأساسية للسعادة، ومؤشراً من مؤشرات التكيف والصحة النفسية (دنى Diener,١٩٨٤؛ مايكل أرجايل، ١٩٩٣؛ رياض مالكوش، ١٩٩٥؛ كمال مرسى، ٢٠٠٠).

وأوضحت بعض الدراسات أن إدمان الانترنت يشعر المستخدم للانترنت بالرضا عن ذاته، فى حين أوضحت نتائج دراسات أخرى أن إدمان الانترنت يقلل الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة الذى يعتبر مكون من مكونات السعادة (الشمياء أحمد عبد الفتاح، ٢٠١٣).

* ويعتبر مفهوم المساندة الاجتماعية Social support واحداً من المفاهيم التي تعتبر مؤشراً من مؤشرات الصحة النفسية. وأوضح عدد من الباحثين أن الإفراط في استخدام الانترنت من شأنه أن يؤدي إلى آثار اجتماعية سيئة مثل نقص التفاعل الأسرى، وفقدان الأصدقاء والعزلة الاجتماعية، مما يعنى ضعف شبكة العلاقات الاجتماعية الواقعية للفرد (Chebbi,Koong,Liu& Rottman, 2007).

ويرى كمال مرسى (٢٠٠٠) أن سعادة الإنسان وتنمية صحته النفسية والجسمية فى المساندة الاجتماعية التى يحصل عليها من الآخرين، ومن يحرم هذه السعادة يعيش فى عزلة ووحدة نفسية تجعله عرضة للاضطرابات والأزمات والشقاء فى حياته (ص١٨٣).

كما يرى العديد من الباحثين أن شعور الفرد بالمساندة الاجتماعية يعتبر مؤشرا من مؤشرات الصحة النفسية، حيث تؤدي المساندة الاجتماعية إلى توافق نفسى أفضل للأفراد ومن ثم ارتفاع مستوى الصحة النفسية لديهم (Flynn, R.et al., 1994; Commerford, M.C.,et al., 1996; Halamandaris &Power, 1997; Liu, 1999; Christopher, et al, 2004; Manual, et al., 2004).

وأوضح شابايرا Shpira (١٩٩٨) أن الأفراد الذين يقضون وقت كبير على الانترنت يواجهون مشكلات عديدة منها انقطاع علاقاتهم وفقدان عملهم والتسرب من المدرسة او الجامعة. كما أنهم يكونون أكثر شعورا بالوحدة النفسية ويفقدون الى حد ما المهارات الانفعالية والاجتماعية، ومن ثم ضعف فى درجة المساندة الاجتماعية.

كما أوضح استين ولاروز Estin&Larose (٢٠٠٠) وجود علاقة سالبة بين ادمان الانترنت وانخفاض المساندة الاجتماعية. كما أوضحت يونج Young أن إفراط استخدام الانترنت يؤدي إلى آثار سلبية منها اللامبالاة خاصة فيما يتصل بالعلاقات الاجتماعية.

وأوضح كيم وآخرون Kim,et al. (٢٠٠٦)، وموهيوو Muhu (٢٠٠٧) أن إدمان الانترنت نجم عنه العديد من المخاطر والأضرار السلوكية منها: تجنب العلاقات الاجتماعية المباشرة مع المحيطين، وتقل القدرة على المواجهة، وانخفاض مستوى التعاون مع المحيطين.

وأوضح تشين وآخرون Chen,et al. (٢٠٠٧) وجود فروق بين مدمنى وغير مدمنى الانترنت فى كل من الاكتئاب والقلق وضعف المساندة الاجتماعية لصالح مدمنى الانترنت. ويؤكد كرايج Craig (٢٠٠٢) فى دراسة له على أن انخفاض المساندة الاجتماعية يرتبط بادمان الانترنت.

وترى بشرى إسماعيل (٢٠٠٧) أن إدمان الانترنت يجعل الفرد ينسحب من العلاقات الاجتماعية ومن ثم انخفاض المساندة الاجتماعية (الانفعالية-المادية) مما يؤدي به إلى العزلة والوحدة النفسية ويصبح منطويا عن الآخرين، غير اجتماعي أو أن يكون هو في الأصل لديه استعدادا للانطواء والعزلة نظرا لسمات شخصيته الانطوائية أو لقلقه الاجتماعي، لا يستطيع مواجهة الآخرين ومن ثم ينسحب الى عالمه الخاص به ويجد ونيسا له في ذلك هو الانترنت ويدعم انطوائيته وخجله وخوفه من مواجهة الآخرين.

وأوضح انجلبرج وسجورج Engelberg, E. & Sjoberg, L. (٢٠٠٤) وجود علاقة بين استخدام الانترنت والمهارات الاجتماعية والتوافق لدى طلاب الجامعة، حيث أن مستخدمى الانترنت بافرط يميلون الى العزلة والوحدة ولديهم قيم شاذة ونقص فى المهارات الاجتماعية.

*وتعد الضغوط الأسرية أحد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا المعاصرة، وهذه الضغوط ما هي إلا رد فعل للتغيرات الحادة والسريعة التي طرأت علي كافة مناحي الحياة، وهى السبب الرئيسي وراء الإحساس بالآلام النفسية والأمراض العضوية (أمانى عبد المقصود، وتهانى عثمان، د.ت).

ويرى اورالى ORrilly (١٩٩٦) ويونج وروجرز Young & Rogers (١٩٩٨) أن إدمان الانترنت له تأثير سلبي على العلاقات الاجتماعية، وانخفاض القدرة على تحمل الأعباء الأسرية، والعزوف عن المشاركة فى الأنشطة الاجتماعية.

ويفسر الإدمان لشبكة الانترنت بأنه يقدم للفرد العديد من المعززات كالحب والمتعة والراحة النفسية، كما تعد طريقة سهلة للهروب من مشكلات الواقع والضغوط التي يواجهها الفرد سواء كانت أسرية أو نفسية، وجميعها معززات السلوك لدى الفرد فيسعى الفرد وراء هذه المعززات عن طريق استخدام الانترنت (التفسير السلوكي للإدمان) (Jennifer & Ferris, 1999).

وقد يكون لدى الفرد استعداد لإدمان الانترنت، ومع ذلك لا يقع فى فخ الإدمان، ولكن إذا ما تعرض لأحداث ضاغطة فى وقت معين من حياته، فإنه يصبح أكثر ميلا لأن يكون مدمنا بالفعل، وبهذا إذا وجد الشخص المناسب (ذو الاستعداد) والظروف المناسبة (الضاغطة) يظهر الإدمان على السطح (التفسير الدينامي للإدمان) (Jennifer & Ferris, 1999).

وقد أوضح هام وآخرون Ham, et al. (٢٠٠٧) أن ضغوط الحياة بما فيها الضغوط الأسرية لها تأثير إيجابى ودال بالنسبة لإدمان الانترنت.

ويشير صالح سليمان (٢٠٠٤) إلى أن سلبيات الانترنت تمثلت فى إهمال الحياة والأنشطة الاجتماعية، تهديد الاستقرار الأسرى وتدهور العلاقات الاجتماعية.

ويرى محمد السيد أبو المجد (٢٠٠٨) أن إدمان الانترنت أدى الى ضعف العلاقات بالأسرة والآخرين فى المجتمع، تذبذب القيم الاجتماعية (لما يتداوله الأفراد ن آراء ومفاهيم سلبية واتجاهات سلبية قد تؤثر على القيم والسلوك الاجتماعى المستقر). كما يؤثر ادمان الانترنت سلبيا على السلوك الاجتماعى، واكتساب البعض سلوكيات سلبية منها التدخين، الكذب، الادمان.

تحديد المصطلحات:

١- إدمان الانترنت:

يقصد به "الاستخدام المرضى للانترنت دون سبب منطقى أو موضوعى، ودون ضرورة مهنية، وتفضيله على ما عداه من أنشطة أخرى لها أولوية بالنسبة للفرد، مما يؤثر سلبا على مختلف جوانب حياة الفرد، مع ظهور أعراض اضطرابية فى حالة التوقف أو تقليل استخدام الانترنت، كما تدل درجته على المقياس المستخدم" (الباحثة).

٢ - الرضا عن الحياة Life satisfaction

ويقصد به "حالة داخلية يشعر بها الفرد وتظهر فى سلوكه واستجاباته، وتشير إلى ارتياحه وتقبله لذاته، ولأسرته، وللآخرين، وتقبله للبيئة المدركة، وتفاعله مع خبراتها بصورة متوافقة، وذلك كما تقاس بالمقياس المستخدم (الباحثة).

٣- المساندة الاجتماعية Social support

ويقصد بها "الدعم الانفعالى والمادى والأدائى الذى يتلقاه الفرد من قبل الآخرين المحيطين به- الأسرة، الأصدقاء، الجيران، الزملاء، فى العمل أو فى الفصل - ومدى قدرة الفرد على تقبل وإدراك هذا الدعم " وتحدد إجرائيا بالدرجة التى يحصل عليها المفحوص على مقياس المساندة الاجتماعية (أسماء السرسى، وامانى عبد المقصود، ٢٠١٣).

٤- الضغوط الأسرية: Family Stresses

تعرف الضغوط الأسرية بأنها "حالة يتعرض فيها الوالدين والأبناء لظروف أو مطالب تفرض عليهم نوعا من عدم التوافق، وعدم استقرار النظام الأسرى، وكلما ازدادت تلك الظروف أو المطالب وطأة أو استمرت لفترات طويلة تزداد هذه الحالة خطورة (أمانى عبد المقصود، وتهانى عثمان، ٢٠٠٦، ص١٦).

دراسات سابقة:

من الملفت للنظر أن الدراسات العربية التي تناولت موضوع إدمان الانترنت سواء كاضطراب مستقل في علاقته ببعض المتغيرات الأخرى أو كاضطراب يستأهل العلاج كانت قليلة- في حدود علم الباحثة- مما يوضح أهمية الموضوع الذى تتصدى له الباحثة بالدراسة.

قام كريستوفر وآخرون Christopher,et al.(٢٠٠٠) بدراسة للتعرف على علاقة استخدام الانترنت بالاكنتاب والعزلة الاجتماعية بين المراهقين، على عينة قوامها ٨٩ من طلاب المرحلة الثانوية، وأظهرت نتائج الدراسة أن منخفضى استخدام الانترنت أفضل فى علاقاتهم مع أمهاتهم وأقرانهم عن مرتفعى استخدام الانترنت. مما يوضح أن ارتفاع استخدام الانترنت يرتبط بضعف الروابط الاجتماعية.

وقام باولاك Pawlak(٢٠٠٢) بدراسة لفحص العلاقة بين الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية وإدمان الانترنت لدى طلاب المدارس الثانوية، لدى عينة قوامها ٢٠٠٢ طالبا. وأظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط دال بين الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية وإدمان الانترنت، وأن طلاب المدرسة الثانوية الذين لديهم مستوى مرتفع من الوحدة النفسية وانخفاض مستوى المساندة الاجتماعية يتجهون نحو الانترنت لخفض تلك المشاعر، وأوضح أنه من الممكن أن يؤدي الشعور بالوحدة النفسية وضعف المساندة الاجتماعية الى إدمان الانترنت.

وقام كرايج Craig(٢٠٠٢) بدراسة هدفت الى فحص العلاقة بين الوحدة النفسية والدعم الاجتماعى وإدمان الانترنت لدى طلبة المدارس الثانوية، وذلك على عينة قوامها ٢٠٢ فى الصفوف من ٩-١٢. وأظهرت النتائج أن الوحدة ونقص الدعم الاجتماعى ارتبطا بإدمان الانترنت، حيث أن أفراد العينة الذين لديهم مستوى مرتفع من الوحدة ومستوى منخفض من الدعم الاجتماعى ربما يلجأون إلى الانترنت لتخفيف مشاعر الوحدة، ولإيجاد الدعم من خلال التواصل مع آخرين من خلال شبكة الانترنت.

وقامت شابيرا وآخرون Shapira,et al.(٢٠٠٣) بدراسة بهدف معرفة مشكلات استخدام الانترنت وأنواع الرضا والمعايير التشخيصية. وأظهرت النتائج وجود مشكلات لسوء استخدام الانترنت منها: الانشغال الاجتماعى والعاطفى السلبى، وعدم السيطرة على الانفعالات، والسلوكيات الاندفاعية، والمعاناة أحيانا من الاكنتاب والقلق.

وقام أندريد Andrade (٢٠٠٣) بدراسة عن تأثير استخدام الانترنت على المساندة الاجتماعية كما يدركها الأطفال، حيث اهتم بدراسة ماهية تأثير الانترنت على العلاقات الاجتماعية لمستخدميه، وأظهرت النتائج أن قضاء وقت طويل على الانترنت يؤدي إلى ارتفاع مستويات الاكنتاب والعزلة الاجتماعية لدى الراشدين.

وقامت كريمة مهدى (٢٠٠٤) بدراسة تهدف إلى التعرف على الآثار النفسية والاجتماعية التي يسببها استخدام الانترنت وذلك على عينة قوامها ٢٤٠ طالبا وطالبة من طلبة جامعة الازهر بالقاهرة والأقاليم. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في استخدام الانترنت لصالح الذكور، وأن طلاب الجامعة بالقاهرة أكثر استخداما للانترنت من طلاب الأقاليم، ووجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الآثار النفسية والاجتماعية "العلاقات الأسرية"، العلاقات مع الأصدقاء، مع المجتمع، اغتراب الذات، المشكلات الجنسية، التدخين" لصالح الذكور.

وقام إكسيومنج Xiaoming (٢٠٠٥) بدراسة عن مشكلات الصحة النفسية للطلاب مدمنى الانترنت مستخدما عدة أدوات تضمنت: مقياس الاكتئاب، تقدير الذات، الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة احصائيا بين الطلاب مدمنى الانترنت والطلاب غير المدمنين بالنسبة للمساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة والقلق التفاعلى والاكتئاب وتقدير الذات.

وقام تشين وآخرون Chen,et al. (٢٠٠٧) بدراسة عن الصحة النفسية لاضطراب إدمان الانترنت لدى طلاب الجامعة، وذلك على عينة قوامها ٣٦٠ من طلاب الجامعة مستخدما مقياس للاكتئاب، والمساندة الاجتماعية. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين مدمنى وغير مدمنى الانترنت فى كل من الاكتئاب والقلق وضعف المساندة الاجتماعية لصالح مدمنى الانترنت، وأن نسبة الذكور الذين يستخدمون الانترنت أكبر من نسبة الإناث، وخلصت الدراسة الى نتيجة مؤداها أن إدمان الانترنت يؤثر بشكل خطير على الصحة النفسية للطلاب.

وقام ليو Liu (٢٠٠٧) بدراسة عن العوامل النفسية والاجتماعية المرتبطة بإدمان الإنترنت وذلك على عينة مكونة من ٥٨٠ طالبا ، ومستخدما أدوات تضمنت مقياس للاكتئاب، القلق، طرق مواجهة الضغوط، والعلاقات الأسرية. وأوضحت نتائج الدراسة وجود فروق دالة بين مدمنى الانترنت وغير المدمنين بالنسبة للعلاقات الأسرية والاتجاه نحو المدرسة وأساليب مواجهة الضغوط، وارتفاع القلق والاكتئاب لدى مدمنى الإنترنت وأوضح الباحث أن الأسر المضطربة وعدم الرضا عن الحياة المدرسية والأساليب السلبية فى مواجهة الضغوط والقلق والاكتئاب هى منبئات لإدمان الإنترنت.

وقامت الشيماء أحمد عبد الفتاح (٢٠١٣) بدراسة موضوعها "إدمان الإنترنت والهناء النفسي- الإجتماعي" وذلك بهدف التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والهناء النفسي- الإجتماعي من خلال مكوناته وهي: الخجل- الإكتئاب- الإنطواء الإجتماعي- تقدير الذات - الرضا عن الحياة، وكذلك الوقوف على دلالة الفروق بين المدمنين وغير المدمنين على متغيرات الهناء النفسي- الإجتماعي، وكذلك الفروق بين الذكور والإناث فى كل من إدمان الإنترنت والهناء النفسي الإجتماعي لديهم، وكذلك مدى إسهام كل متغير من متغيرات الهناء النفسي- الإجتماعي فى التنبؤ بحدوث إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي (٠,٠١) بين إدمان الإنترنت وكل

من الخجل الإجتماعي والإنطواء الإجتماعي والإكتئاب لدى عينة الدراسة، ووجود علاقة إرتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١) بين إيمان الإنترنت وكل تقدير الذات والرضا عن الحياة، وأسهم كل من (الإنطواء الإجتماعي، الإكتئاب، الرضا عن الحياة، الخجل، تقدير الذات على الترتيب في التنبؤ بحدوث إيمان الإنترنت لدى عينة الدراسة

تعقيب:

يتضح من العرض السابق قلة الدراسات العربية التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية حيث أنها لم تلق الاهتمام الكافي بالنسبة لحجم الظاهرة، كما أن هناك اتفاق عام بين معظم الدراسات حول ارتباط إيمان الانترنت بالعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية، وتأثيره على التوافق بصفة عامة ومن ثم مستوى الصحة النفسية لدى الأفراد في مختلف الفئات.

فروض البحث :

وضعت الباحثة لهذه الدراسة عدة فروض مؤداها:

- ١- لا توجد علاقة ارتباطيه دالة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة(ذكور-إناث- العينة الكلية) على مقياس إيمان الانترنت من ناحية، ودرجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية، والضغط الأسرية من ناحية أخرى.
- ٢- لا توجد علاقة ارتباطيه دالة بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة على المتغيرات النفسية موضع الدراسة وبعضها البعض.
- ٣- لا توجد فروق دالة بين متوسطات الدرجات التي يحصل عليها الذكور ومتوسطات الدرجات التي تحصل عليها الإناث على مقياس إيمان الانترنت.
- ٤- لا توجد فروق دالة بين متوسطات الدرجات التي يحصل عليها الذكور ومتوسطات الدرجات التي تحصل عليها الإناث على مقياس الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية، والضغط الأسرية.
- ٥- يمكن التنبؤ بإيمان الانترنت من خلال المتغيرات النفسية موضوع البحث .

الطريقة والإجراءات:

أ- عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (٢٠٠) طالبا وطالبة من طلبة وطالبات كلية التربية النوعية جامعة المنوفية طبق عليهم مقياس إيمان الانترنت ممن تتراوح أعمارهم الزمنية بين (١٨-٢٠) سنة ومتوسط عمرى قدره ١٩,٥ سنة، وانحراف معيارى قدره ٠,٩١، وممن حصلوا على درجة مرتفعة على مقياس إيمان الانترنت، وروعى توافر الشرطين الآتيين فى المجموعتين:

- ١- أن يكون لدى الطلاب كمبيوتر واشترك فى خدمة الانترنت، ٢-الحصول على درجة مرتفعة فى اختبار إيمان الانترنت.

ب- أدوات الدراسة:

١- اختبار إيمان الانترنت (يونج، ١٩٩٨)

أعدت هذا الاختبار يونج Young (١٩٩٨) وقام عبد الناصر السيد عامر بترجمته وتقنيته (٢٠١١) على البيئة المصرية في دراسة له، حيث تم التوصل إلى معاملات صدق يمكن الاطمئنان إليها عند استخدام هذا الاختبار. ويتكون الاختبار من (٢٠) عبارة بصيغة الاستفهام ولكل عبارة خمس بدائل للإجابة تتراوح ما بين "بدرجة كبيرة جدا إلى بدرجة قليلة جدا".

٢- مقياس الرضا عن الحياة: Life of satisfacti تقنين : أماني عبد المقصود

قام بإعداد هذه الأداة سكوت هيوينر Huebner, Scott (٢٠٠١) بهدف تقييم مستوى الشعور بالرضا عن الحياة لدى الراشدين. وقامت الباحثة بتقنين المقياس في البيئة العربية نظرا لندرة مقاييس الرضا عن الحياة في المجتمعات العربية، خاصة عندما يقاس الشعور بالرضا عن الحياة لدى الراشدين. ويتكون المقياس من (٧٢) بنداً مقسمة على خمس أبعاد رئيسية هي: الشعور بالرضا عن الذات "الرضا الذاتي" (١٨) بند، والرضا عن الحياة الأسرية "الرضا الأسري" (١٠) بنود، والرضا عن العلاقات الاجتماعية "الرضا الاجتماعي" (١٨) بند، والرضا عن العمل "الرضا المهني" (١١) بند، والخلو من الأعراض العصبية والميول الانسحابية (١٥) بند. وقد تم قياس الصدق والثبات بطرق متعددة، حيث تم التوصل إلى معاملات صدق وثبات يمكن الاطمئنان إليها عند استخدام هذا المقياس.

٣- مقياس المساندة الاجتماعية:

أعد هذا المقياس في الأصل سوزان ديون وآخرون Dunn, S. et al. عام (١٩٨٧) وقامت كل من أسماء السرسى، وأماني عبد المقصود (٢٠٠٠) بترجمة وتقنين هذه الأداة في البيئة المصرية بهدف تقدير المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقين، وقد تضمنت الأداة أربع أبعاد رئيسية هي: المساندة من قبل النظراء، والمساندة من قبل الأسرة، والرضا الذاتي عن المساندة. ويتضمن الاختبار (٢٥) عبارة، حيث يطلب من كل مفحوص إبداء رأيه بالنسبة لكل عبارة على مقياس متدرج من ثلاث اختيارات هي (دائماً، أحياناً، أبداً) حيث يختار المفحوص استجابة واحدة مع تخصيص الدرجات (٣، ٢، ١) للعبارات الموجبة، والدرجات (١، ٢، ٣) للعبارات السالبة. وقد تم قياس الصدق والثبات بطرق متعددة، حيث تم التوصل إلى معاملات صدق وثبات يمكن الاطمئنان إليها عند استخدام هذا المقياس.

٤- مقياس الضغوط الأسرية: تقنين: أماني عبد المقصود وتهاني عثمان

قام بإعداد هذا المقياس كل من بيركي وهانسن Berkey & Hanson. وقامت كل من تهاني عثمان وأماني عبد المقصود بترجمة وتقنين هذا المقياس، الذي يتضمن ثلاث مقاييس فرعية هي: "الضغوط المؤثرة على نظام الأسرة بصفة عامة"، والضغوط المؤثرة على نظام الأسرة بصفة خاصة" و" قوة النظم الأسرية"، وقد تم قياس الصدق والثبات بطرق متعددة، حيث تم التوصل إلى معاملات صدق وثبات يمكن الاطمئنان إليها عند استخدام هذا المقياس. مع العلم أن الباحثة الحالية اكتفت بتطبيق المقياس الفرعي الأول. وقد تم قياس الصدق والثبات بطرق متعددة، حيث تم التوصل إلى معاملات صدق وثبات يمكن الاطمئنان إليها عند استخدام هذا المقياس.

نتائج البحث وتفسيرها:

النتائج المتعلقة بالفرض الأول وتفسيرها:

ينص الفرض الأول على أنه " لا توجد علاقة ارتباطيه دالة بين الدرجات التي يحصل عليها الطلاب والطالبات والعينة الكلية على مقياس إيمان الانترنت من ناحية، ودرجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية، والضغوط الأسرية من ناحية أخرى.

وقد استخدمت الباحثة أسلوب معامل ارتباط بيرسون للتحقق من صحة أو بطلان هذا الفرض، وفيما يلي جدول (٦) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجات الطلاب ودرجات الطالبات على مقياس إيمان الانترنت ودرجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية، والضغوط الأسرية.

ضغوط أسرية	المساندة الاجتماعية	الرضا عن الحياة	المتغيرات النفسية إيمان الانترنت
*٠,١٢٧	**_٠,٤٣٩	**_٠,٢٧٠	طلاب
*٠,١٤١	**_٠,٤٧١	**_٠,٤٥٢	طالبات
*٠,٣١٣	**_٠,٤٣٥	**_٠,٣٤١	العينة الكلية

** يتضح من الجدول السابق (٦) وجود علاقة ارتباطيه سالبة ودالة عند مستوى (٠,٠١) بين الدرجات التي حصل عليها الطلاب والطالبات والعينة الكلية على مقياس إيمان الانترنت ودرجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة حيث كانت قيمة معامل الارتباط (٠,٢٧٠) بالنسبة للطلاب، و(٠,٤٥٢) بالنسبة للطالبات، و(٠,٣٤١) بالنسبة للعينة الكلية. وتعني هذه النتائج أنه كلما أساء الفرد استخدام الانترنت كلما قل شعوره بالرضا عن الحياة. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات عدد من الباحثين الذين أوضحوا وجود علاقة وثيقة بين إيمان الانترنت والرضا عن الحياة (شابايرا وآخرون-Shapira,etal, ٢٠٠٣؛ إكسيومنج Xiaoming, ٢٠٠٥؛ الشيماء أحمد عبد الفتاح، ٢٠١٣).

كما يتضح من نفس الجدول وجود علاقة ارتباطيه سالبة ودالة عند مستوى (٠,٠١) بين الدرجات التي حصل عليها الطلاب والطالبات والعينة ككل على مقياس إيمان الانترنت ودرجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية، حيث كانت قيمة معامل الارتباط (٠,٤٣٩) بالنسبة للطلاب، و(٠,٤٧١) بالنسبة للطالبات، و(٠,٤٣٥) بالنسبة للعينة الكلية. وتعني هذه النتائج أنه كلما كان الفرد مدمنا لشبكة الانترنت كلما قلت شبكته علاقاته الاجتماعية الطبيعية. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات التي أوضحت أن ارتفاع استخدام الانترنت يرتبط بضعف الروابط الاجتماعية. وأنه يوجد ارتباط دال بين وإيمان الانترنت ونقص المساندة الاجتماعية (كريستوفر وآخرون Christopher,et al, ٢٠٠٠؛ باولاك Pawlak, ٢٠٠٢؛ كرايج Craig, ٢٠٠٢؛ أندريد Andrade, ٢٠٠٣؛ كريمة مهدي، ٢٠٠٤؛ إكسيومنج Xiaoming, ٢٠٠٥؛ تشين وآخرون Chen,et al, ٢٠٠٧).

كما يتضح من نفس الجدول وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة بين الدرجات التي حصل عليها الطلاب والطالبات والعينة ككل على مقياس إيمان الانترنت ودرجاتهم على مقياس الضغوط الأسرية حيث كانت قيمة معامل الارتباط (٠,١٢٧) بالنسبة للطلاب، و(٠,١٤١) بالنسبة للطالبات، وهي دالة عند مستوى (٠,٠٥) و(٠,٣١٣) بالنسبة للعينة الكلية وهي دالة عند مستوى (٠,٠١). وتعنى هذه النتائج أنه كلما كان الفرد مدمنا على استخدام الانترنت كلما زادت الضغوط الأسرية لديه نتيجة عدم تفرغه لأفراد أسرته وعدم تفاعله معهم. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات عديد من الباحثين الذين أوضحوا وجود علاقة بين إيمان الانترنت والضغوط الأسرية، ووجود فروق دالة بين مدمنى الانترنت وغير المدمنين بالنسبة للعلاقات الأسرية والاتجاه نحو المدرسة وأساليب مواجهة الضغوط (ليو ٢٠٠٧؛ كريمة مهدى، ٢٠٠٤).

النتائج المتعلقة بالفرض الثانى وتفسيرها:

ينص الفرض الثانى على أنه "لا توجد علاقة ارتباطيه دالة بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة على المتغيرات النفسية موضع الدراسة وبعضها البعض". وقد استخدمت الباحثة أسلوب معامل ارتباط بيرسون للتحقق من صحة أو بطلان هذا الفرض، وفيما يلى جدول (٧) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج فى هذا الصدد.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة على المتغيرات النفسية موضع الدراسة وبعضها البعض.

المتغيرات النفسية	رضا عن الحياة	مساندة اجتماعية	الضغوط الأسرية
رضا عن الحياة	-----	**٠,٣٣٩	*٠,١٢٦-
مساندة اجتماعية		-----	*٠,١١٨-
الضغوط الأسرية			-----

يتضح من الجدول السابق (٧) وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة بين الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس الرضا عن الحياة والدرجات التي حصل عليها نفس الأفراد على كل من مقياس المساندة الاجتماعية، حيث بلغت قيم معامل الارتباط (٠,٣٣٩) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١). ووجود علاقة ارتباطيه سالبة ودالة بين الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس الرضا عن الحياة والدرجات التي حصل عليها نفس الأفراد على كل من مقياس الضغوط الأسرية، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,١٢٦-).

كما يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطيه سالبة ودالة بين الدرجات التى حصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية والدرجات التى حصل عليها نفس الأفراد على مقياس الضغوط الأسرية، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (-٠,١١٨)، وهى قيمة دالة عند مستوى (٠,٠٥). وتتفق هذه النتيجة مع ما أوضحه هام وآخرون Ham,et al.(٢٠٠٧) أن ضغوط الحياة بما فيها الضغوط الأسرية لها تأثير إيجابى ودال بالنسبة لإدمان الانترنت.

وتعنى النتائج السابقة بصفة عامة أنه كلما كان الفرد لديه درجة مناسبة من المساندة الاجتماعية كلما كان راضيا عن حياته، أما لو كان الفرد لديه درجة مرتفعة من الضغوط الأسرية ولا يمتلك أساليب مواجهة مناسبة للتعامل مع هذه الضغوط كلما انخفض رضاه عن حياته.

النتائج المتعلقة بالفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض الثالث على أنه "لا توجد فروق دالة بين متوسطات الدرجات التى يحصل عليها الطلاب ومتوسطات الدرجات التى تحصل عليها الطالبات على مقياس إدمان الانترنت".

وقد استخدمت الباحثة اختبار "ت" T-test للتحقق من صحة أو بطلان هذا الفرض، وفيما يلى جدول (٨) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج فى هذا الصدد.

جدول (٨)

الفروق بين متوسطات الدرجات التى حصل عليها الطلاب والدرجات التى حصلت عليها الطالبات على مقياس إدمان الانترنت

العينة	م	ع	قيمة "ت"	الدلالة
طلاب	١٣,٦٤١	٤,١٧١	٤,١٢٥	دالة عند ٠,٠١
طالبات	١١,٢٩١	٥,٣٢٠		

يتضح من الجدول السابق (٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسط الحسابى للدرجات التى حصل عليها الطلاب والمتوسط الحسابى للدرجات التى حصلت عليها الطالبات أفراد عينة البحث على مقياس إدمان الانترنت، حيث بلغت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة (٤,١٢٥) وهى قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١) لصالح الطلاب.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات التى أوضحت فروق دالة بين الذكور والإناث لصالح الذكور (هبة بهى الدين، ٢٠٠٣؛ شين وآخرون Chen,et al.، ٢٠٠٧؛ إبراهيم بن سالم وآخرون، ٢٠١٠؛ وسام عزت، ٢٠١٠). فى حين تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة وودز Woods (٢٠٠١) التى أوضحت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فى كمية الوقت المستخدم فى الانترنت.

وتعزى الباحثة ارتفاع نسبة الذكور عن الإناث إلى مساحة الحرية التي تسمح بها الثقافة العربية للذكور عن الإناث مما يتيح لهم فرص أكبر للتعامل مع الانترنت داخل المنزل وخارجه وفي أى وقت حتى مع عدم وجود جهاز كمبيوتر وذلك من خلال استخدام الانترنت من جهاز المحمول، كما أن انشغال الإناث بالعديد من المهام المنزلية والدراسية، والمكلفة بأدائها، وتعدد الأدوار المنوطة بها، بالإضافة إلى الرقابة من قبل الأسرة، والقيود التي قد تفرض عليها، يجعلها أقل استخداما للانترنت عن الذكور.

النتائج المتعلقة بالفرض الرابع وتفسيرها:

ينص الفرض الرابع على أنه "لا توجد فروق دالة بين متوسطات الدرجات التي يحصل عليها الطلاب ومتوسطات الدرجات التي تحصل عليها الطالبات على مقياس الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية، والضغوط الأسرية".

جدول (٩)

الفروق بين متوسطات الدرجات التي حصل عليها الطلاب والدرجات التي حصلت عليها الطالبات على مقياس الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية، والضغوط الأسرية".

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الطالبات		الطلاب		العينة المقياس
		ع	م	ع	م	
٠,٠١	٢,٣٣٠	١٤,٢٤٦	١٢٤,١٨٨	١٣,٨١٥	١٠٢,٤١٦	رضا عن الحياة
غير دالة	٠,٩١٠	٦,٩١١	٥١,٧٥٥	٦,٢٣٤	٥١,٢٣٤	مساعدة اجتماعية
غير دالة	٠,٠٧١	٢١,٢٤٧	٩٧,٢٥٥	١٦,٩٧٤	٩٢,١٥٦	ضغوط أسرية

كما يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للدرجات التي حصل عليها الطلاب والمتوسط الحسابي للدرجات التي حصلت عليها الطالبات أفراد عينة البحث على كل من مقياس المساندة الاجتماعية، والضغوط الأسرية، حيث كانت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة بين هذه المتوسطات تبلغ ٠,٩١٠، ٠,٠٧١ على الترتيب، وهي قيم تقل كثيرا عن القيمة الحدية المطلوبة لكي يصبح أيا منهما دال عند مستوى ٠,٠٥ على الأقل.

وتتفق هذه النتيجة في جزء منها مع نتائج دراسة كل من أسماء السرسى وأماني عبد المقصود (٢٠٠٠) من حيث عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث من حيث المساندة الاجتماعية. في حين تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة عدد من الباحثين الذين أوضحوا أن الإناث كن أكثر إدراكا للمساندة الاجتماعية عن الذكور

(Wiseman, et al., 1995; Commerford, M. & Reznikof, M., 1996). كما تتفق هذه النتيجة

مع نتائج دراسة أماني عبد المقصود وتهاني منيب (٢٠٠٦) التي أوضحت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث من حيث إدراكهم للضغوط الأسرية.

النتائج المتعلقة بالفرض الخامس وتفسيرها:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق دالة إحصائية فى إيمان الانترنت بين متوسطات درجات الذكور والإناث أفراد المجموعة الكلية لصالح الذكور".

واستخدمت الباحثة اختبار "ت" لتحديد مدى دلالة الفروق ووجهة كل من هذه الفروق، وفيما يلي جدول (١٠) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج فى هذا الصدد.

جدول (١٠)

نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد المجموعة الكلية وفقاً للنوع (ذكور - إناث) لمقياس إيمان الانترنت

مجموعة	م	ع	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
ذكور	٧٤,٣٦٧	٦,٧٣٥	٥,٦٦٤	دال	٠,٠١
إناث	٦٨,١٨٣	٤,٩٩٧			

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى إيمان الانترنت، حيث بلغت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة (٥,٦٦٤) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١) وجاءت هذه الفروق لصالح الذكور.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات التى أوضحت فروق دالة بين الذكور والإناث لصالح الذكور (هبة بهى الدين، ٢٠٠٣؛ شين وآخرون، Chen, et al., ٢٠٠٧؛ إبراهيم بن سالم وآخرون، ٢٠١٠؛ وسام عزت، ٢٠١٠). فى تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة وودز Woods (٢٠٠١) التى أوضحت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فى كمية الوقت الذى يقضونه فى استخدام الانترنت.

وتعزى الباحثة ارتفاع نسبة الذكور عن الإناث إلى مساحة الحرية التى تسمح بها الثقافة العربية للذكور عن الإناث مما يتيح لهم فرص أكبر للتعامل مع الانترنت داخل المنزل وخارجه وفى أى وقت حتى مع عدم وجود جهاز كمبيوتر وذلك من خلال استخدام الانترنت من جهاز المحمول، كما أن انشغال الإناث بالعديد من المهام المنزلية والدراسية، والمكلفة بأدائها، وتعدد الأدوار المنوطة بها، بالإضافة إلى الرقابة من قبل الأسرة، والقيود التى قد تفرض عليها، يجعلها أقل استخداماً للانترنت عن الذكور.

النتائج المتعلقة بالفرض السادس وتفسيرها:

ينص الفرض السادس على أنه " يمكن التنبؤ بدرجة إيمان الانترنت من خلال عدد من المتغيرات النفسية المتمثلة في: الرضا عن الحياة، المساندة الاجتماعية، والضغط الأسرية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، استخدمت الباحثة أسلوب الانحدار المتعدد لمعرفة أقوى المتغيرات تأثيراً في إيمان الانترنت، الجدول التالي يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد. ويوضح الجدول التالي ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد.

جدول (١٠)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد لمتغيرات البحث
على إيمان الانترنت

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة (المنبئة)	نسبة المساهمة	المعامل البنائي	الخطأ المعياري للمعامل البنائي	قيمة بيتا	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
إيمان الانترنت	رضا عن الحياة	٠,١١٣	-٠,١٠٢	٠,٠١٤	-٠,٣٢١	٥,٢١٠	٠,٠١
	مساندة اجتماعية	٠,١٦٤	-٠,١١٣	٠,٠٣٣	-٠,٤١٥	٨,٠٦٢	٠,٠١
	ضغط أسرية	٠,٠١٧	٠,١٢	٠,٠١٣	٠,١١٣	١,٣٤٠	٠,٠٥

يتضح من جدول (١٠) أنه يمكن التنبؤ بإيمان الانترنت من خلال كل من الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية، والضغط الأسرية، حيث جاءت نسبة مساهمة الرضا عن الحياة ٠,١١٣، ونسبة مساهمة المساندة الاجتماعية ٠,١٦٤، ونسبة مساهمة الضغط الأسرية ٠,٠١٧، وجميعها دال عند مستوى ٠,٠١، ماعدا الضغط الأسرية كانت الدلالة عند مستوى ٠,٠٥، مما يعنى أنها متغيرات منبئة لإيمان الانترنت.

وتعنى هذه النتيجة أنه كلما زادت درجة إيمان الانترنت انخفض درجة الرضا عن الحياة، والمساندة الاجتماعية، وارتفعت الضغوط الأسرية. وتتفق هذه النتيجة مع ما أوضحه ليو Liu (٢٠٠٧) من أن الأسر المضطربة وعدم الرضا عن الحياة المدرسية والأساليب السلبية في مواجهة الضغوط والقلق والاكتئاب هي منبئات لإيمان الانترنت.

كما يتضح من الجدول السابق أن أكثر المتغيرات تنبؤاً بإيمان الانترنت كان المساندة الاجتماعية، حيث بلغت قيمة "ت" ٩,٠٦٧، يليه متغير الرضا عن الحياة، حيث بلغت قيمة "ت" ٥,٢١٠، وجميع قيم "ت" دالة عند مستوى ٠,٠١، يليه متغير الضغوط الأسرية، حيث بلغت قيمة "ت" ١,٣٤٠، وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠٥.

وتعنى هذه النتيجة بصفة عامة أن المساندة الاجتماعية، والرضا عن الحياة، والضغط الأسرية هي أكثر المتغيرات تنبؤاً بإيمان الانترنت. وأن المساندة الاجتماعية هي أكثر المتغيرات تنبؤاً بإيمان الانترنت، يليها الرضا عن الحياة، ثم الضغوط الأسرية.

البحوث المقترحة والتوصيات والتطبيقات التربوية:**أولاً: البحوث المقترحة:**

- ١- فاعلية برنامج إرشادى فى التغلب على إدمان الانترنت لدى المراهقين من الجنسين.
- ٢- دراسة للعلاقة بين إدمان الانترنت وبعض المتغيرات النفسية (مفهوم الذات، تقدير الذات، الدافع للإنجاز، الرضا عن الحياة) لدى شرائح عمرية مختلفة.
- ٣- دراسة للعلاقة بين إدمان الانترنت وبعض سمات الشخصية لدى طلبة وطالبات الجامعة.
- ٤- المناخ الأسرى وعلاقته بإدمان الانترنت لدى طلاب الجامعة من الجنسين.

ثانياً: التوصيات والتطبيقات التربوية:

- ١- أهمية إرشاد الوالدين والمربين إلى تبنى أفكار عقلانية إيجابية فى المواقف الاجتماعية المختلفة.
- ٢- نشر الوعى لدى الطلاب حول خدمة الانترنت وإرشادهم إلى المواقف النافعة والهادفة.
- ٣- ضرورة تبنى قطاع التعليم مسئولية إنشاء مواقع تربوية ثقافية موجهة للنشء، ودعم تلك المواقع بالكوادر البشرية والدعم المادى نظراً لأهمية هذه الخدمة بالنسبة لهم.
- ٤- تصميم برامج وقائية لتنمية وعى الطلاب بمخاطر استخدام الانترنت، من خلال دمجها فى بعض المقررات أو تدريسها كبرامج مستقلة.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- إبراهيم بن سالم، محمود يوسف رسلان، ومحمد النبوى محمد (٢٠١٠). إيمان الانترنت ودوافع استخدامه فى علاقتهم بالتفاعل الاجتماعى لدى طلبة الجامعة. المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل (العلوم الإنسانية والإدارية)، المجلد الحادى عشر، العدد الأول، ص ص ٩١- ١٤٤.
- ٢- أسامة أبو سريع (٢٠٠٠). هل يسبب سوء استعمال الانترنت إيماننا نفسياً؟: مراجعة نظرية للدلائل المؤيدة والمعارضة. ندوة علم النفس وتطلعات المستقبل فى دول التعاون الخليجى، مسقط ٢٥-٢٧ سبتمبر، قسم علم النفس،كلية التربية، جامعة الملك قابوس.
- ٣- أمانى عبد المقصود وتهانى منيب (٢٠٠٦). الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون "دراسة مقارنة فى كل من الريف والحضر، وبرنامج إرشادى للتغلب على الضغوط الأسرية"، مؤتمر علم النفس، العدد ٥٢، المجلد السادس عشر، يوليو، ص ص ٢٩- ١١٢.
- ٤- حسام الدين عزب (٢٠٠٣). فاعلية برنامج علاجى متعدد النظم فى علاج إيمان الانترنت. مؤتمر الطفل العربى والتحدى، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس. القاهرة، ص ص ١١٤-١٣٨.
- ٥- عبد الناصر السيد عامر(٢٠١١).إيمان الانترنت: المصادقية والتمايز العاملى والنسبة بين طلاب المراحل التعليمية المختلفة فى المجتمع المصرى. مجلة كلية التربية، بنها، العدد (٨٥)، يناير، ص ص ٩٧-١٤٥.
- ٦- عصام محمد زيدان(٢٠٠٨). إيمان الانترنت وعلاقته بكل من القلق، والاكتئاب، والوحدة النفسية، والثقة بالنفس.مجلة دراسات عربية فى علم النفس،مج٧،ع٢، إبريل، ص ص ٣٧١-٤٥٢.
- ٧- عصام منصور وعبد الله الدوبوى (٢٠١١). إيمان الانترنت وآثاره الاجتماعية السلبية لدى طلبة الثانوية العامة فى عمان كما يدركها الأخصائىون الاجتماعيون.مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد الخامس والثلاثون، الجزء الثانى، ص ص ٢٣١-٢٥٥.

- ٨- مايكل أرجايل (١٩٩٣). سيكولوجية السعادة، ترجمة فيصل عبد القادر يونس، مراجعة شوقي جلال. الكويت: عالم المعرفة.
- ٩- محمد السيد أبو المجد (٢٠٠٨). دراسة لبعض الآثار السلبية لإدمان الطلاب للانترنت ودور الخدمة الاجتماعية في التخفيف من حدتها. المؤتمر العلمي الدولي الحادي والعشرون للخدمة الاجتماعية، مج ١١، ص ص ٥٤٧٥-٥٤٢٢.
- ١٠- محمد النبوي محمد على (٢٠٠٨). إدمان الانترنت ودوافع استخدامه وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة الموهوبين المصريين والسعوديين (دراسة عبر ثقافية)، مجلة كلية التربية-جامعة طنطا، ع ٣٨، مج ١، ص ص ٦١٢ - ٦٥٩.
- ١١- هبة بهي الدين ربيع (٢٠٠٣). إدمان شبكة المعلومات والاتصالات الدولية (الانترنت) في ضوء بعض المتغيرات. دراسات نفسية، مج ١٣، ع ٤، أكتوبر، ص ص ٥٥٥-٥٨٠.
- ١٢- وسام عزت محمد (٢٠١٠). إدمان الانترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية الأكثر شيوعا. مجلة كلية التربية-جامعة عين شمس، العدد الرابع والثلاثون، الجزء الرابع.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 13-Anderson,K.(2001).Internet use among college students: An exploratory study. *Journal of American College Health*,50,1,21-26.
- 14-Block,J.(2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *The American Journal of Psychiatry*, 165(3), 306-307.
- 15-Bursten,Julia&Dombeck,Mark(2004). Internet addiction treatment. *Mental Help.net*.
- 16-Charlton,J.P.(2002).A factor analytic investigation of computer addiction and engagement. *BrJPPsychol*.93(3),329-344.
- 17-Charlton,J.P.(2005).Measuring perceptual and motivational facts of computer control: The development and validation of the computing. control scale. *Computer sin Human Behavior*,21,791-815.
- 18-Chen,P.;Zhou,L.&Luo,I.Jun (2007). A study on the psychological health of Internet addiction disorder of college students. *Chinese, Journal of Clinical Psychology*, 15(1),40-41.
- 19-Choo Siow Ling(2011). Malaysian internet surfing addiction(MISA):Factors affecting the Internet use and its consequences and industrial Electronics(ICCAIE),IEEE International Conference on.4-7,Dec.
- 20-Daniel L. King; Paul H. Delfabbro; Mark D. Griffiths; Michael Gradisar(2011) Assessing clinical trials of Internet addiction treatment: A systematic review and CONSORT evaluation .*A School Clinical Psychology Review* 31 ,1110-1116.
- 21-Davis,R.A.(1999). Internet addiction.: Is it real? *Catalyst*. Available at: [http:// www. victoriapoint.com/internet addiction. htm](http://www.victoriapoint.com/internet%20addiction.htm).
- 22-Davis,R.A.(2001).A Cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*,17,178-195.
- 23-Deiner, E.(1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), PP. 542-575.
- 24-Douglas,A.C.;Mills,J.E.Niang,M.;Byun,S.;Ruffni,C.;Lee,S.K.(2008).Inter net addiction.Meta-synthesis of qualitative research forth decade. *Computers in Human Behavior*,24(6),3027-3044.
- 25-Goldberg,I.(1996).Internet addictive disorder(IAD).Diagnostic criteria. [http://www. psycom.net/iadcriteria.html](http://www.psycom.net/iadcriteria.html).20-11-2004.
- 26-Haghighi,B.T.(2011). Internet addiction. and dependency: A case study in UNITEN, Malaysia. *Information Technology and Multimedia (ICIM) International Conference on*.14-16 Nov.,pp1-4.
- 27-Henderson,L.,Zimbardo,P.&Graham,J.(2002).Social fitness technology use: Adolescence interview study.USA: Stanford University and Shyness Institute.

- 28-Hengging Tong(2009). Analysis of relationship between psychological health and life qualities of Internet addiction by SEM. Bioinformatics and Biomedical Engineering. 3d International Conference.
- 29-Kim,K.;Ryu,E.;Chon,M.;Yeun,E.;Choi,S.Seo,J.&Nam,B.(2006).Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depressing and suicidal ideation: questionnaire survey. International Journal of Nursing Studies,4,185-192.
- 30-Kraut,R.,Urdmar,K.V.;Patterson,M.;Kiesler,S.;Mukopadhata,T.&Scherlis,W.(1998). Internet paradox: A social technology that reduce social development and psychological well- being?.American Psychologist,53,1017-1031.
- 31-Mackert,M.&Whitten,Pamela(2003). Internet addiction disorder: A descriptive study of college counselor in four-year institution. Dissertation Abstracts International, 66, A1,96.
- 32-Mitchell,P.(2000). Internet addiction: Genuine diagnosis or not?.The Lancet,355 (9204), 632.
- 33-O`Reilly,M.(1996). Internet addiction: A new disorder enters the medical lexicon. Canadian Medical Association Journal,154(12),1882-1883.
- 34-Selfhout,M.;Branje,S.;Delsing,M.;Bogt,T.&Meeus,W.(2008).Different types of internet use, depression and social anxiety: The role of perceived friendship quality. Journal of Adolescence,xx,1-15.
- 35-Shapira,N.A.;Goldsmith,T.D.;Keck,P.E.,JrKhosla,U.M.&McElory,S.L.(2003). Psychometric features of individuals with problematic internet use. Journal of Affective Disorders,57(1-3),267-272.
- 36-Stanton,J.M.(2002).Web addict or happy employee? Company profiles the frequent internet user. Communications of the A C M,45(1),55-59.
- 37-Young,K.(1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. University of Pittsburgh at Bradford. Paper presented at the 104th annual meeting of the American Psychological Association, August 15,Toronto,Canada.
- 38-Young,K.&Rodgers,R.(1999).The relationship between depression and Internet addiction. Cyber Psychology and Behavior,1(1), 25-28.