

وقت الفراغ وعلاقته بادمان الانترنت لدى المراهقين

* د / على أحمد على حسنين

1- المقدمة ومشكلة البحث

تعد مرحلة المراهقه من أخطر المراحل التي يمر بها الفرد لذلك فان تنظيم وقت الفراغ ينبغي ان يسير فى مساره الطبيعى حتى يصبح طرق استخدام وقت الفراغ يتم بصورة ايجابية و من خلاله يتم اخراج الطاقات الزائده والطاقات الابتكاريه وايضا وسيله يتم اشباع الرغبات والانفعالات فى قالب من الانشطه الترويحيه المفضله الهادفه الذى له مردوده الفعال على الفرد والجماعه ومن الملاحظ ان معظم الاسباب الاساسيه لمشكلات وقت الفراغ التي يعانى من المراهقين تكمن فى الاسره والمرحله الدراسيه والاصدقاء

ويبين السيد على وفاديه عمر (2003) ان المجتمعات اهتمت بالفراغ وانشطه شغله محاوله منها لتجنب المشكلات الناجمه عن تزايد ساعات الفراغ لدى الشباب والاستفاده منه فى اكساب الشباب مزيدا من الصحه النفسيه والجسميه و الاجتماعيه خاصه بعد أن كشفت النظريات الاجتماعيه المختلفه عن طبيعه الوظائف التي يؤديها الفراغ للانسان من الناحيه التربويه والاجتماعيه والنفسيه والصحيه والاقتصاديه ومن ثم يتضح ان الانشطه الترويحيه بأبعادها المختلفه تشكل ضروره اجتماعيه لشغل أوقات فراغ الشباب واستثماره لصالح الشباب خاصه وان للتلاميذ ظروفهم الدراسيه كما لديهم اوقات فراغ محدوده موزعه بين اوقات الدراسه واوقات العطله الاسبوعيه والفصليه والسنويه (5 : 5 ، 52)

يوضح عثمان سيد (2001) ان يمثل ملء أوقات الفراغ لدى الشباب المراهقين بما هو مفيد أهميه بالغه فى العالم المعاصر ويتطلب توجيه المراهقين والشباب العربى الى نشاطات مخطط لها بعنايه تنفعه ومجمعه فوق وقت الفراغ ليس عبثا بل سلوك يجب أن يتسم بالجديه ليحقق الصحه النفسيه للشباب والمراهقين ويقلل من اضطراباتهم السلوكيه ويزيد من انتاجيتهم، وعند استعراض حياه الشباب والمراهقين فى العصر الراهن يتضح أن التعبير عن الدوافع لديه ليس فى مساره الطبيعى لذلك فان تنظيم وقت الفراغ كى يصبح متنفسا لاشباع الرغبات والانفعالات والطاقات الابتكاريه والابداعيه فى قالب هوايات وأعمال يدويه ونشاطات اجتماعيه له مردوده الفعال على الفرد والجماعه (15 : 78 ، 81)

* د . على احمد حسنين - مدرس بقسم الاداره الرياضيه والترويح - كلية التربية الرياضيه للبنين - جامعة الأسكندرية.

ويضيف عثمان سيد (2001) ان تتوافر لدى الشباب و المراهقين فى المجتمعات المعاصره طاقات زائده وأوقات فراغ عريضه مما يجعلهم فى مسيس الحاجه الى النشاطات الترويحيه الموجهه لاستثمار أوقات فراغهم حيث تحقق ممارسه النشاطات والهوايات فى أوقات الفراغ اشباعا لحاجات متعدده للمراهقين جسما وعقليا وانفعاليا واجتماعيا وعمليا

(15 : 83 ، 120)

ويشير عبد العزيز بن حمود (2001) الى ان فهم طبيعه المراهقين وماتتطوى عليه من سمات نفسه وخصائص اجتماعيه يصبح امرا ضروريا لكل من يتعامل معهم ولكل من يعمل فى مجال تخطيط برامج الانشطه الترويحيه التى توضع من اجل تنميه قدراتهم وشغل أوقات فراغهم بمايفيد وخاصة فى هذا العصر الذى يشهد حضاره متقدمه وتغيرا اجتماعيا سريعا فى مختلف مجالات الحياه كان من نتائجه ازدياد معدل الفراغ مع انتقاص عدد ايام العمل الاسبوعى وساعات العمل اليومى كما ان وقت الفراغ ظاهره اجتماعيه شأنها شأن ظواهر المجتمع الاخرى لها جوانبها الايجابيه والسلبيه كما انها ترتبط بسائر النظم والظواهر الاجتماعيه فى المجتمع وان من الجوانب السلبيه لوقت الفراغ انه يصبح تربيه صالحه للجريمه والانحراف حيث اشارت العديد من الدراسات التى اجريت على مرحله المراهقه الى ان نسبه كبيره من الانحرافات للمراهق تحدث اثناء وقت الفراغ كما اشارت البحوث ايضا الى ان الاماكن التى ينتمى اليها المراهقون المنحرفون هى الاماكن التى تتعدم فيها الانديه الرياضيه والاجتماعيه مما يدل على حاجه المراهقين الى الانشطه الترويحيه (12 : 159 ، 171)

ويؤكد خليفه طالب (2008) الى ان العمل مع المراهقين من المهام الصعبه حيث ان هناك اهتمام ومخاوف فيما يتعلق بالصحه الاجتماعيه ورفاهيه مراهقى اليوم ونتيجته لذلك فان العديد من المنظمات المختصه فى وقت الفراغ والترويج تبذل جهدا أكبر فى توفير مصادر أكثر لهذه المجموعه العمريه وتقول مؤسسه Carnegie (1992) ان اكبر تحديات المراهقين تحدث اثناء ساعات الفراغ مابعد المدرسه وفى احدى الدراسات لمؤسسه Carnegie وجدوا ان حوالى 40 % من ساعات المراهقين تضيع دون استفاده فى وقت الفراغ ولايوجد التزام بأيه أنشطه كما ان العديد من المراهقين يقضون وقتهم دون مصاحبه او اشراف من الكبار فعندما يكون المراهقين مع أقرانهم فهم غالبا فى خطر كبير فقد يشتركوا فى أنشطه غير مناسبه أو غير قانونيه فالضغط كبير من جماعه الاقران وغيرهم (8 : 64)

وفى هذا الصدد يشير محمد أحمد (2011) الى ان أصبحت مرحله المراهقه حقيقه واقعه لاتدع مجالا للشك فى مجال النمو الانسانى فهى مرحله دقيقه وفاصله من الناحيه الاجتماعيه يتعلم فيها

الناشئون تحمل المسئوليات الاجتماعيه وواجباتهم كمواطنين فى المجتمع ومن ثم فالمراهقه مرحله تستحق الانتباه والاهتمام وفيها تتبلور الشخصيه وفيها يحدث ما هو خطير وينبغى الالتفاف اليه ولقد تعددت وتوعدت تعاريف المراهقه ولكن ان البعض يخلط بين كلمه مراهقه adolescence وكلمه بلوغ puberty و الحقيقه أن هناك اختلاف فى معنى اللفظين فالمراهقه تعنى التدرج نحو النضج الجسمى والجنسى والعقلى والنفسى فى حين ان البلوغ يقتصر على ناحيه واحده فقط من نواحى النمو الناحيه الجنسيه اى ان البلوغ مرحله من مراحل النمو العضوى التى تسبق المراهقة (19 : 146، 152)

ويذكر أيمن شمس (2010) ان يحمل كثير من الالباء والامهات هم مرحله المراهقه باعتبارها أخطر مرحله يمر بها الابن او البنت وذلك لان الاطفال الذين يجتازون مرحله المراهقه وقد صانوا أنفسهم عن الانحراف فليس عليهم خطر كبير فقد أنهوا مرحله دقيقه معقده من حياتهم ويرجى منهم فى مرحله الجديده ان يبقوا امنين بصفه عامه ويمكن تقسيم مرحله المراهقه الى مرحلتين اساسيتين وان قسمها البعض الى ثلاث مراحل المرحله الاولى والتى تتعلق ببدايه البلوغ الجنسي وتنتهى فى حوالى 15 سنه وهو العمر المقابل للتعليم الاعدادى وبدايه التعليم الثانوى والمرحله الثانيه وتبدأ مع اكتمال التغيرات الجسميه وتمتد الى سن الرشد اى 18 سنه او الرشد القانونى 21 سنه (4 : 7، 11)

ويبين لوكيا الهاشمى، بوعجوج الشافعى (2013) ان مع ضروره السلطه الوالديه الا انها لا بد ان تتم فى جو أسرى يسوده الاحساس بالامن والانتماء الذى لا يأتى للابناء الا اذا سمحت هذه السلطه بتحقيق حد مقبول من اشباع وتطوير الحاجات النفسيه الاجتماعيه للابناء خاصه فى مرحله المراهقه لما يبرز فيها لدى المراهقين من تحولات فسيولوجيه مرافقه لعملية البلوغ ومظاهر نفسيه واجتماعيه تبرز فيها النزعه الى الاستقلاليه والتحرر من الوصايه الوالديه.

(18 : 11، 12)

ويوضح ساندى مان، بول سيجر (2010) أن اثناء انتقال المراهق من الطفوله الى المراهقة، فانه يتطور من كونه شخصا يسعد بمشابهتك واتباع مثلك وقيمك الى كائن يبذل كل طاقته كى ينفصل بنفسه عنك وعن كل ما تمثله فلم يعد يقاسمك الذوق فى اختيار الملابس والتسليه والترفيه والانشطه العامه ويلعب وجود الاصدقاء فى حياه المراهق دورا اكثرا اهميه من دور الاسره فأحيانا مايمثل الاصدقاء مركز اهتمام رئيسى بالنسبه للمراهق وتعد احدى القضايا التى تشغل أكبر مساحه اهتمام لدى المراهقين (10 : 31، 32)

ويذكر أنس شكشك (2010) ان مجموع جوانب السلوك تؤلف مقاطع للشخصيه وغموض هويه المراهق وميوله المتناقضه وصرعته النفسيه وقلقه الجنسي تؤلف جميعها فى هذه المرحله عوامل اساسيه فى انهيار توازنه عامه واضطراب علاقاته مع ذاته ومع الاخرين فهذا الانهيار فى التوازن الحيوى والنفسى هى مظهر من مظاهر ما يطلق عليه اسم أزمة المراهقه أزمة تخلق مواقف متناقضه ورفضاً وثورته فالمراهق يرفض الخضوع لسلطه الاهل ويكف عن الثقه بالافكار السابقه (3 : 17) .

وتنوه مروه شاکر (2006) الى ان مدى نجاح المراهق فى ملاءمته نفسه فى المواقف الاجتماعيه الجديده خلال فتره المراهقه يعتمد الى حد كبير على خبراته الاجتماعيه الاولى وماكونه من اتجاهات نتيجته الخبرات ان انتقال الطفل من مرحله الطفوله الى مرحله المراهقه يكون مصحوباً بتغيرات تظهر أثارها فى سلوكه الاجتماعى ومعنى ذلك انه كلما كانت بيئته الطفل ملائمه ساعد ذلك على أن يكون علاقات اجتماعيه ملائمه حيث أن البذور الاولى لتكوين شخصيه المراهق الى ان نلاحظ أن المراهقين فى المجتمع الحديث يتعرض للعديد من الضغوط والشدائد النفسيه وازداد فعلا رصد الظاهر المرضيه فى مرحله المراهقه وربما يرجع ذلك الى الانتشار السريع للمعلومات بواسطه وسائل الاعلام وتناقل الانباء التى يبالغ فيها أحيانا فتهدد الشعور بالامان بالاضافه الى دور وسائل الاعلام التى يبالغ فيها أحيانا فتهدد الشعور بالامان بالاضافه الى وسائل الاعلام فى تداخل الثقافات بما يضع المراهق أمام تناقضات عديده.

(31 : 79 ، 90)

وفى هذا الصدد يشير محمود عطيه (2010) الى ان لم يعد خافيا على أحد ان الامم المتطلعه الى رفايتها تدرك ان المستقبل الحقيقى لها هو باستثمار طاقات البشر لديها وخاصه طاقه شبابها التى تسهم باستثمارها فى رفايه الفرد والمجتمع وتدفعه خطوات الى الامام وفى بلادنا مازلنا نحتاج الى كثير من المجهودات لاستثمار ثرواتنا البشريه من شبابنا التى لو أحسن استغلالها لتبدل حالنا كثيرا خاصه ونحن نلمح بكل أسف ونسمع فى كثير من وسائل اعلامنا مايشبه بالتقريع اليومى من تنامى الثروه البشريه ونعتها بأنها سبب رئيسى فى العديد من مظاهر التقهقر خاصه فى التعليم وفيما يحياها الشباب من معاناه لاتخفى على أحد بل وفى تخلفنا أيضا غير أن المنطق لايعنى غير أننا لم ندرك نعمه استغلال طاقات البشر (29 : 4) .

كما يذكر محمود عطيه (2010) فى ان دائما مانسمع الاباء والمربون يشكون من سوء حال المراهقين وشباب هذه الايام ومن ان الوهن قد أصاب نسق القيم الاخلاقيه بجميع أشكالها وأنواعها ويدات تظهر أنماط من السلوك السلبي ويفسر علماء النفس ذلك الوهن بأنه يعود الى اضطراب

العلاقات الانسانيه نتيجته التقدم الحضارى السريع مع نقص المهارات الحياتيه خاصه لدى المراهقين والشباب أو بالتحديد فقدان مهارات مواجهه coping skills الايجابيه وبالتالي ينقص هؤلاء الشباب تعلم كيفيه التعامل مع المواقف الضاغطة ومشكلات الحياه بطرق وسلوكيات ايجابيه ونعرف العديد من الطلاب الذين كانوا متفوقين دراسيا وبدت عليهم مظاهر التوافق النفسى والاجتماعى فى مراحل الطفوله وقد تعثروا فى مرحله المراهقه ومن ثم فى دراساتهم الثانويه ودراساتهم الجامعيه وساءت احوالهم وأصبحوا أو أصبح بعضهم على الاقل قاب قوسين أو أدنى من الجناح والجريمه (29 : 7).

وفى هذا الصدد يرى عبد الفتاح بيومى (2002) الى ان الاجرام الانترنتى يتم من خلاله استخدام المراهقين لارتكاب أفعال الابتزاز والفساد المتعمد لانظمه معلومات الغير أو التهديد أو التخويف أو السرقة وهى جرائم تشبه جرائم الكومبيوتر لكنها ترتكب على شبكه الانترنت وتستهدف مستخدمى الشبكه والحقيقه أن المجتمع أو البيئه المحيطه بالمراهق لها دورا فى انحرافه بسبب الانترنت وتملك هذه البيئه بمكوناتها الثلاث الاسره والمدرسه والاصدقاء ولاينكر أحد أهميه الانترنت وتأثيرها على المجتمع بكل فئاته وطبقاته من حيث العمر والجنس والثقافه ولذلك فقد قامت جامعه عريقه مثل جامعه أكسفورد فى بريطانيا بافتتاح معهد يكرس كليا لدراسه تأثيرات الانترنت على المجتمع يسمى معهد اكسفورد للانترنت وخاصه للمراهقين لان شريحه كبيره من المراهقين لاتعنى معنى الانترنت بالمفهوم الصحيح وتدخل الى الشبكه تتجول فيها حيثما تشاء وعلى ذلك تحصل على خبرات بعضها نافع وأكثرها ضار (13 : 275،276).

ويؤكد محمد عمر (2002) على ان من الناس يركز على سلبيات هذه الوسائل ويغض الطرف عن ايجابياتها ومنهم من يضع المجاهر المكبره على ايجابيات هذه الوسائل ثم يغض الطرف عن أى سلبيه من سلبيتها ومن هنا فلا بد تسليط الاضواء على بعض الجوانب الايجابيه للانترنت من حيث كونه نعمه انعم الله بها على هذا العصر وتسليط الاضواء على بعض الجوانب السلبيه للانترنت (27 : 49).

ويوصف محمد النوبى (2010) ادمان شبكه الانترنت بحاله انعدام السيطرة والاستخدام المدمر لهذه الوسيله التقنيه كما ان الشخص الذى لايستطيع مقاومه رغباته فى الاتصال بشبكه الانترنت وتظهر عليه أعراض اضطرابيه فى حاله التوقف أو التقليل من استخدام شبكه الانترنت، وادمان الانترنت هو حاله نظريه من الاستخدام المرضى للانترنت الذى يؤدى الى اضطراب فى السلوك وهى ظاهره قد تكون منتشره تقريبا لدى جميع المجتمعات بسبب توفر أجهزه الحاسوب فى كل بيت وان لم يكن موجودا فى كل بيت يكفى الفرد الذهاب الى احدى الاصدقاء أو المقاهى التى توفر استخدام

الانترنت او الاستخدام عن طريق التليفون المحمول ويرجع ظاهره الادمان على الانترنت لعدة أسباب الملل، الفراغ، الوحده، المغريات التي يوفرها الانترنت للفرد وغيرها الكثير حسب ميول الفرد (23 : 54).

ويبين يامين محمد (2014) ان من اعراض ادمان الانترنت الشعور بالسعاده والنشوه عند استخدام الانترنت لعدد ساعات كبيره، القلق والتوتر الشديد عند وجود اى عائق يحول دون استخدام الانترنت، التكلم عن شبكه الانترنت فى الحياه اليوميه، اهمال الوجبات الاجتماعيه والاسريه والوظيفيه بسبب استخدام الشبكه بشكل مبالغ فيه، استمرار استخدام الانترنت على الرغم من وجود بعض المشكلات، النهوض من النوم المفاجئ والرغبه فى فتح البريد الالكترونى، عدم تخصيص وقت للاتصال الاجتماعى، الكذب على أفراد العائله خاصه على الوالدين بخصوص المده الزمنيه التى يقضيها فى استخدام الانترنت، اما فيما يتعلق بأنواع ادمان الانترنت فقد قسمته يونغ yong بيونغ الى مواقع الجنس الاباحيه، علاقات قاعات الدردشه، المقامره او الشراء عبر الانترنت، البحث عن المعلومات الزائده عبر الانترنت، واخيرا ادمان العاب الكومبيوتر الزائد عن الحد (37 : 118، 119).

ويرى أحمد سعيد (2008) ان لقد انبهر المراهقون بالانترنت قبل الكبار حيث ظل البعض منهم واقفا يراقب فى توجس وقلق و البعض أخذ يتعلم مهارات الانترنت والبعض الثالث قام بتوظيف الجيد لما تعلمه من مهارات فى تنميه علومه وامكانياته واقتصاديات حياته وخدمه البشريه أما البعض الاخر فقد تطرق فى علاقته بالانترنت الى الحد الذى لم يعد يطيق الابتعاد عنه وقد أكد المؤتمر الدولى الاخير للاتصالات أن عدد مستخدمى الانترنت فى العالم بلغ أكثر من مليار مستخدم أكبر من 15 % من سكان العالم أى مايعادل سدس سكان العالم ووصلت نسبه مشاركته مصر فى استخدام الانترنت الى نسبه 7 % من عدد السكان وبلغ عدد مستخدميه أكثر من سته ملايين مشترك والانترنت فتحت عصرا جديدا من التفاعل بين البشر بسبب وفره المعلومات والمعارف والخدمات التى تقدم لمستخدميها ولكن هناك مخاوف من الاثار السلبيه التى نتجت من تزايد الاقبال على الانترنت وسوء استخدامها وقضاء وقت طويل فى الابحار فى عالمها وعلى رأس تلك السلبيات بل وأهمها ادمان الانترنت والذى أضحى كظاهرة لايمكن تجاهلها من قبل الباحثين وتتلور الظاهره فى الاستخدام التوافقى للانترنت والذى يؤدى الى اضطرابات ومشكلات نفسيه واجتماعيه وصحيه (1 : 1، 2).

وفى هذا الصدد تشير العديد من الدراسات مثل دراسته فؤاد الصيد (2012) (16) دراسته وسام عزت (2011) (36)، دراسته أحمد سعيد (2008) (1)، دراسته محمد القطب (2006)

(22) دراسة وائل عبد الرؤوف (2005) (35)، دراسته امانى شعبان (2004)
(2) (2) دراسته عبد الفتاح بيومي (2002) (13)، دراسته عبد العزيز بن حمود (2001)
(12)، دراسته ابيب عبدالعزيز (1993) (17) ولقد استفاد الباحث من نتائج تلك الدراسات
فى ان انتشار استخدام الانترنت فى المجتمع أصبح بنسبه كبيره من فئاته ويعد المراهقين أكثر
فئات المجتمع اساءه لاستخدامه نتيجة لقضائهم ساعات طويله امام الانترنت كما ان مرحله
المراهقه تعد من أخطر المراحل التى يمر بها الانسان وذلك للعديد من التغيرات التى تطرأ عليه
والذى يؤدى بدوره الى التأثير على حياته المستقبلية بصورة واضحة وكبيره وذلك ينبغى الاستفادة
بوقت الفراغ بصورة ايجابية ومفيدة تعود على المراهق بالجوانب الايجابية على شخصيته الا ان
يتضح ان نسبه كبيره من المراهقين يتعرضون الى ادمان الانترنت
الامر الذى دعى الباحث الى الاهتمام بهذه الدراسة للتعرف على ظاهره ادمان الانترنت وعلاقتها
بوقت الفراغ لدى المراهقين.

أهداف البحث :

حدد الباحث الهدف العام من هذه الدراسة فى محاولة التعرف على:
" وقت الفراغ وعلاقته بادمان الانترنت لدى المراهقين "

تهدف الدراسة الى التعرف على

- 1- العلاقة بين مدمنى الانترنت و ميزانيه وحجم وقت الفراغ من المراهقين .
- 2- مفهوم وقت الفراغ لدى مدمنى الانترنت المراهقين .
- 3- الانشطة الترويحيه المفضله لدى مدمنى الانترنت المراهقين .
- 4- أماكن الممارسه المفضله لدى مدمنى الانترنت المراهقين

تساؤلات البحث :

حدد الباحث التساؤل العام من هذه الدراسة فى:

" وقت الفراغ وعلاقته بادمان الانترنت لدى المراهقين "

والذى يمكن تحقيقه من خلال مجموع التساؤلات التالية:

- 1- ماهى العلاقة بين مدمنى الانترنت و ميزانيه وحجم وقت الفراغ من المراهقين .
- 2- ماهو مفهوم وقت الفراغ لدى مدمنى الانترنت المراهقين .
- 3- ماهى الانشطة الترويحيه المفضله لدى مدمنى الانترنت المراهقين .
- 4- ماهى أماكن الممارسه المفضله لدى مدمنى الانترنت المراهقين .

إجراءات البحث :

. أولاً : منهج البحث :

استخدام الباحث المنهج الوصفي، وذلك نظراً لمناسبته لطبيعة وهدف البحث .

- ثانيا عينه البحث :

تم اختيار عينه البحث بالطريقه العمدية وقد بلغ اجمالى عدد عينه البحث الاساسيه المستخدمه للانترنت (207) مراهق من تلاميذ المدارس الحكوميه (الصف الاول و الثانى الثانوى بنين) بالادارات التعليميه بمحافظة الاسكندريه وذلك فى الادارات التاليه (المنتزه، وسط، شرق، غرب، الجمرك، العجمى) وقد تبين ان عدد مدمنى الانترنت من مستخدميه من المراهقين طبقا لعدد عينه البحث الاساسيه (80) مراهق ومتوسطى الادمان (60) وغير المدمن (67) وتم استبعاد (111) استماره كما اشتملت عينه البحث على (81) مراهق لاجراء الدراسات الاستطلاعيه وبذلك أصبح العدد الكلى لمجتمع البحث (399) مراهق من سن 15 الى 18 سنة.

توصيف عينه الدراسات الاستطلاعيه

- تم تقنين مقياس الادمان أعداد حسام الدين عزب 2001 م على 81 تلميذ خارج عينه البحث الاساسيه لمستخدمى الانترنت من الادارات التعليميه المختلفه
- تم تقنين استماره مفهوم وقت الفراغ واستماره ممارسه الانشطه الترويحيه المفضله واستماره الامكان المفضله لممارسه الانشطه الترويحيه على 28 تلميذ فقط من خارج عينه البحث الاساسيه المشتمله على 81 تلميذ لدراسات الاستطلاعيه بمعنى تم تطبيق مقياس ادمان الانترنت واستماره مفهوم وقت الفراغ واستماره ممارسه الانشطه الترويحيه المفضله واستماره الامكان المفضله لممارسه الانشطه الترويحيه على 28 تلميذ فقط من 81 تلميذ الذين تم تطبيق الدراسات الاستطلاعيه عليهم للمقياس .

توصيف عينه الدراسه الاساسيه

- تم تطبيق البحث على 207 تلميذ وهم مستخدمى الانترنت (مدمن 80 تلميذ، متوسطى الادمان 60 تلميذ، غير المدمن 67 تلميذ) طبقا لمستويات الادمان لمقياس حسام الدين عزب 2001 م

توصيف العينه للاستمارات المحذوفه للدراسه الاستطلاعيه والاساسه

- تم حذف (22) استماره لعدد 22 تلاميذ من اجمالى 103 استماره (الدراسات استطلاعيه)
- تم حذف (89) استماره لعدد 89 تلميذ من اجمالى 296 استماره (الدراسه الاساسيه)

جدول (1) توزيع عينه الدراسه الاساسيه والاستطلاعيه

وفقاً لأسماء المدارس الحكوميه المختاره والادارات التعليميه

| اسم المدرسه | اسم الاداره التعليميه | عدد التلاميذ | عدد الاستمارات المحذوفه |
|---|-----------------------|--------------|--------------------------------|
| محمد رمضان | المنتزه | 14 | 10 |
| البكاتوشى | المنتزه | 30 | 6 |
| المشير الجمسى | المنتزه | 37 | 6 |
| المجموع | | 81 | 22 |
| المجموع الكلى للدراسات الاستطلاعيه | | 103 تلميذ | |
| جمال عبد الناصر | شرق | 20 | 5 |
| 25 يناير | شرق | 20 | 2 |
| جناكليس | شرق | 22 | 5 |
| حسين طه | المنتزه | 21 | 4 |
| شدوان | وسط | 15 | 6 |
| المشير احمد بدوى | وسط | 16 | 7 |
| الوردبان | غرب | 20 | 9 |
| السادات | غرب | 14 | 7 |
| الانفوشى | الجمرك | 11 | 7 |
| رأس التين | الجمرك | 18 | 13 |
| حسان بن ثابت | العجمى | 10 | 4 |
| عباس حلمى | العجمى | 20 | 20 |
| المجموع الكلى لمستخدمى الانترنت | | 207 | 89 |
| 296 تلميذ | | | 111 اجمالى الاستمارات المحذوفه |
| مجموع مدمنى الانترنت | | 80 | |
| مجموع متوسطى الاستخدام | | 60 | |
| مجموع غير المدمنين | | 67 | |
| اجمالى المجموع لمستخدمى الانترنت | | 207 | |
| <p>المجموع الكلى لمجتمع البحث 399 تلميذ</p> <p>81 مجموع عينه الدراسه الاستطلاعيه بعد حذف 22 استماره، اجمالى المجموع 103</p> <p>207 مجموع عينه مستخدمى الانترنت لعينه الدراسه الاساسيه بعد حذف 189 ستماره اجمالى المجموع 296</p> <p>111 اجمالى الاستمارات المحذوفه لدراسات الاستطلاعيه والاساسيه</p> | | | |

ثالثاً المجال الزمنى :

قام الباحث بتنفيذ إجراءات الدراسة على مجتمع بحث قوامها (399) تلميذ بالصف الاول والثانى بالمرحلة الثانويه بالمدارس الحكوميه خلال الفترات الزمنية من 5 / 3 / 2014 إلى 6 / 4 / 2014 وذلك بالتطبيق التالى :

1- 5 / 3 / 2014 استخراج الخطابات الاداريه من وكيل اول وزاره التربيه والتعليم بمحافظه الاسكندريه

2- 12 / 3 / 2014 مدرسه الشهيد محمد رمضان

3- 13 / 3 / 2014 مدرسه البكاتوشى

4- 17 / 3 / 2014 مدرسه المشير الجمسى

5- 24 / 3 / 2014 مدرسه جمال عبد الناصر العسكريه

6- 25 / 3 / 2014 مدرسه 25 يناير

7- 25 / 3 / 2014 مدرسه جناكليس

8- 26 / 3 / 2014 مدرسه حسين طه

9- 27 / 3 / 2014 مدرسه شدوان

10- 27 / 3 / 2014 مدرسه المشير احمد بدوى

11- 31 / 3 / 2014 مدرسه الورديان

12- 31 / 3 / 2014 مدرسه السادات

13- 1 / 4 / 2014 مدرسه الانفوشى

14- 2 / 4 / 2014 مدرسه رأس التين

15- 3 / 4 / 2014 مدرسه حسان بن ثابت

16- 6 / 4 / 2014 مدرسه عباس حلمى

رابعاً: أدوات جمع البيانات

مقياس ادمان الانترنت اعداد حسام الدين عزب (2001) مرفق (2)

استماره استبيان مفهوم وقت الفراغ لدى مدمنى الانترنت المراهقين مرفق (3)

استماره الانشطه الترويحيه المفضله لدى مدمنى الانترنت المراهقين مرفق (4)

استماره أماكن الممارسه المفضله لدى مدمنى الانترنت المراهقين مرفق (5)

استماره حجم وقت الفراغ لدى مدمنى الانترنت المراهقين مرفق (6)

مقياس ادمان الانترنت اعداد حسام الدين عزب (2001) (مرفق) (2)

وقع اختيار الباحث علي مقياس ادمان الانترنت من خلال المسح المرجعي للمراجع العلميه والدراسات والابحاث العلميه والمرتبطة بموضوع البحث كما ان هذا المقياس يناسب الفترة العمريه لعينة الدارسة، بالإضافة إلي سهولة وبساطة المقياس كما ان هذا المقياس يتواجد به مجموعه من العبارات التي تقيس مدى استخدام المراهق للانترنت من حيث نوعيه المواقع ومقدار الوقت الذي يتم قضاؤه على الانترنت ومستوى تأثيره على حياه المراهق الاجتماعيه والدراسيه وقام الباحث باستخدام ميزان التقدير الثلاثي (اوافق - متردد - أعترض) كبدائل للإجابة على عبارات المقياس .

اعاده تقنين المقياس :-

الصدق: صدق الاتساق الداخلي: كما يوضحه جدول (2)

وهو عبارة عن معامل الارتباط بين درجة كل عباره والدرجة الكليه لمقياس ادمان الانترنت

جدول (2)

معاملات الارتباط بين درجة كل عباره والدرجة الكليه لمقياس ادمان الانترنت

(ن81)

| معامل | رقم | معامل | رقم | معامل | رقم | معامل | رقم | معامل | رقم | معامل | رقم |
|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|
| الارتباط | العباره | الارتباط | العباره | الارتباط | العباره | الارتباط | العباره | الارتباط | العباره | الارتباط | العباره |
| 0.728 | 26 | 0.602 | 21 | 0.729 | 16 | 0.76 | 11 | 0.732 | 6 | 0.619 | 1 |
| 0.554 | 27 | 0.665 | 22 | 0.778 | 17 | 0.781 | 12 | 0.796 | 7 | 0.781 | 2 |
| 0.566 | 28 | 0.618 | 23 | 0.710 | 18 | 0.573 | 13 | 0.586 | 8 | 0.519 | 3 |
| 0.565 | 29 | 0.701 | 24 | 0.706 | 19 | 0.661 | 14 | 0.732 | 9 | 0.514 | 4 |
| 0.635 | 30 | 0.623 | 25 | 0.642 | 20 | 0.703 | 15 | 0.751 | 10 | 0.493 | 5 |

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (0.01)=0.286

يتضح من جدول (2) أن قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى

دلالة (0.01) مما يدل على صدق الاستمارة

الثبات: تم التأكد من ثبات مقياس إدمان الإنترنت بطريقة الفا لكرونباك ويوضحه جدول (3)

جدول (3)

معاملات ثبات الفا لمفردات مقياس إدمان الإنترنت

(ن=81)

| رقم العبارة | معامل الثبات | رقم العبارة | معامل الثبات | رقم العبارة | معامل الثبات | رقم العبارة | معامل الثبات | رقم العبارة | معامل الثبات | رقم العبارة | معامل الثبات |
|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|
| 1 | 0.839 | 6 | 0.863 | 11 | 0.871 | 16 | 0.819 | 21 | 0.833 | 26 | 0.829 |
| 2 | 0.846 | 7 | 0.846 | 12 | 0.832 | 17 | 0.83 | 22 | 0.799 | 27 | 0.856 |
| 3 | 0.839 | 8 | 0.855 | 13 | 0.846 | 18 | 0.833 | 23 | 0.798 | 28 | 0.844 |
| 4 | 0.847 | 9 | 0.863 | 14 | 0.839 | 19 | 0.814 | 24 | 0.829 | 29 | 0.853 |
| 5 | 0.859 | 10 | 0.844 | 15 | 0.840 | 20 | 0.84 | 25 | 0.843 | 30 | 0.799 |

يتضح من جدول (3) أن قيم معاملات ثبات الفا لمفردات المقياس جاءت أقل من معامل الثبات الكلي والذي بلغ (0.876) مما يدل على أن حذف أي مفردة يؤثر سلباً على المقياس كما يتضح أن معاملات ثبات الفا للمفردات كانت في حدود (0.8) تقريباً وهذا معامل ثبات مقبول

جدول رقم (4)

يوضح عبارات مقياس ادمان الانترنت قبل التعديل وبعد التعديل

| م | العبارات قبل التعديل | العبارات بعد التعديل |
|---|--|---|
| 6 | يشكو أفراد أسرتي من شغلي لخط التليفون لفترات طويلة بسبب الانترنت | يشكو أفراد أسرتي من كثره استخدامي للتليفون المحمول لفترات طويلة بسبب الانترنت |

استمارة استبيان مفهوم وقت الفراغ لدى مدمني الانترنت المراهقين مرفق (3)

للتأكد من صدق وثبات استمارة مفهوم وقت الفراغ تم تطبيقها على عينة استطلاعية (عددها 28 طالب) من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وحساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستمارة ويوضحها الجدول (5)

الصدق: صدق الاتساق الداخلي:

وهو عبارة عن معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستمارة مفهوم وقت الفراغ كما يوضحه جدول (5)

جدول (5)

معاملات الارتباط بين درجة عباره والدرجة الكلية لاستمارة مفهوم وقت الفراغ

(ن=28)

| رقم العباره | معامل الارتباط | رقم العباره | معامل الارتباط | رقم العباره | معامل الارتباط | رقم العباره | معامل الارتباط | رقم العباره | معامل الارتباط | رقم العباره | معامل الارتباط |
|----------------|-------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------|
| 1 | 0.719 | 6 | 0.694 | 11 | 0.685 | 16 | 0.777 | 21 | 0.719 | 26 | 0.666 |
| 2 | 0.753 | 7 | 0.709 | 12 | 0.715 | 17 | 0.698 | 22 | 0.736 | 27 | 0.598 |
| 3 | 0.746 | 8 | 0.736 | 13 | 0.726 | 18 | 0.754 | 23 | 0.746 | 28 | 0.632 |
| 4 | 0.761 | 9 | 0.694 | 14 | 0.692 | 19 | 0.761 | 24 | 0.687 | 29 | 0.711 |
| 5 | 0.746 | 10 | 0.682 | 15 | 0.728 | 20 | 0.746 | 25 | 0.715 | 30 | 0.706 |

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة $0.479=(0.01)$

يتضح من جدول (5) أن قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى

دلالة (0.01) مما يدل على صدق الاستمارة

الثبات :

تم التأكد من ثبات مقياس إدمان الإنترنت بطريقة الفا لكرونباك ويوضحه جدول (6)

جدول (6) :

معاملات ثبات الفا لمفردات مقياس إدمان الإنترنت

(ن=28)

| رقم العباره | معامل الثبات | رقم العباره | معامل الثبات | رقم العباره | معامل الثبات | رقم العباره | معامل الثبات | رقم العباره | معامل الثبات | رقم العباره | معامل الثبات |
|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|
| 1 | 0.825 | 6 | 0.761 | 11 | 0.811 | 16 | 0.826 | 21 | 0.816 | 26 | 0.843 |
| 2 | 0.794 | 7 | 0.786 | 12 | 0.824 | 17 | 0.817 | 22 | 0.825 | 27 | 0.825 |
| 3 | 0.752 | 8 | 0.744 | 13 | 0.816 | 18 | 0.809 | 23 | 0.834 | 28 | 0.814 |
| 4 | 0.719 | 9 | 0.793 | 14 | 0.798 | 19 | 0.805 | 24 | 0.843 | 29 | 0.831 |
| 5 | 0.738 | 10 | 0.806 | 15 | 0.791 | 20 | 0.824 | 25 | 0.808 | 30 | 0.813 |

يتضح من جدول (6) أن قيم معاملات ثبات الفا لمفردات المقياس جاءت أقل من معامل الثبات الكلي والذي بلغ (0.859) مما يدل على أن حذف أي مفردة يؤثر سلباً على المقياس كما يتضح

أن معاملات ثبات الفا للمفردات كانت في حدود (0.8) تقريباً وهذا معامل ثبات مقبول

استمارة الأنشطة الترويحية المفضلة لدى المراهقين .

للتأكد من صدق وثبات استمارة الأنشطة الترويحية المفضله تم تطبيقها على عينة استطلاعية (عددها 28 طالب) من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وحساب الاتساق الداخلي بين

درجة كل نشاط والدرجة الكلية للاستمارة ويوضحها جدول (7)

جدول (7)

معاملات الارتباط بين درجة عباره والدرجة الكلية لاستمارة الأنشطة الترويحية المفضله

| | | |
|---|------------------|----------------|
| 1 | الأنشطة المفضلة | معامل الارتباط |
| 2 | النشاط الرياضي | 0.795 |
| 3 | النشاط الاجتماعي | 0.825 |
| 4 | النشاط الثقافي | 0.816 |
| 5 | النشاط الفني | 0.844 |
| 6 | النشاط الخلوي | 0.839 |

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة $(0.01)=0.479$

يتضح من جدول (7) أن قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى

دلالة (0.01) مما يدل على صدق الاستمارة

الثبات : تم التأكد من ثبات استمارة الأنشطة الترويحية المفضلة لدى عينة الدراسة عن طريق

معامل الفا لكرونباك ويوضحه جدول (8)

جدول (8)

معاملات ثبات أبعاد استمارة الأنشطة الترويحية المفضلة لدى عينة الدراسة

| | | |
|---|---------------------------|--------------|
| 1 | الأنشطة الترويحية المفضلة | معامل الثبات |
| 2 | النشاط الرياضي | 0.819 |
| 3 | النشاط الاجتماعي | 0.852 |
| 4 | النشاط الثقافي | 0.798 |
| 5 | النشاط الفني | 0.843 |
| 6 | النشاط الخلوي | 0.832 |

يتضح من جدول (8) أن قيم معاملات الثبات لمحاور استمارة الأنشطة الترويحية المفضلة لدى

عينة الدراسة أقل من أوتساوى معامل الثبات الكلي للاستمارة والذي بلغ (0.861) مما يدل على أن

حذف أى نشاط يؤثر سلباً على الاستمارة

استمارة أماكن الأنشطة الترويحية المفضلة لدى المراهقين مرفق (5)
 للتأكد من صدق وثبات استمارة أماكن الأنشطة الترويحية المفضله تم تطبيقها على عينة
 استطلاعية عددها 28 طالب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وحساب الاتساق
 الداخلي بين درجة كل نشاط والدرجة الكلية للاستمارة

جدول (9)

معاملات الارتباط بين درجة عباره والدرجة الكلية لاستمارة أماكن الأنشطة الترويحية المفضله

| | | |
|----------------|------------------|---|
| معامل الارتباط | أماكن الأنشطة | 1 |
| 0.753 | النشاط الرياضي | 2 |
| 0.719 | النشاط الاجتماعي | 3 |
| 0.698 | النشاط الثقافي | 4 |
| 0.749 | النشاط الفني | 5 |
| 0.777 | النشاط الخلوي | 6 |

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة $(0.01)=0.479$

يتضح من جدول (9) أن قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى
 دلالة (0.01) مما يدل على صدق الاستمارة
 الثبات : تم التأكد من ثبات استمارة الأنشطة الترويحية المفضله لدى عينة الدراسة عن طريق
 معامل الفا لكرونباك ويوضحه جدول (10)

جدول (10)

معاملات ثبات أبعاد استمارة أماكن الأنشطة الترويحية المفضلة لدى عينة الدراسة

| | | |
|--------------|------------------|---|
| معامل الثبات | أماكن الأنشطة | 1 |
| 0.844 | النشاط الرياضي | 2 |
| 0.837 | النشاط الاجتماعي | 3 |
| 0.826 | النشاط الثقافي | 4 |
| 0.795 | النشاط الفني | 5 |
| 0.805 | النشاط الخلوي | 6 |

يتضح من جدول (10) أن قيم معاملات الثبات لمحاور استمارة الأنشطة الترويحية المفضلة لدى عينة الدراسة أقل من أوتساوى معامل الثبات الكلي للاستمارة والى بلغ (0.848) مما يدل على أن حذف أى نشاط يؤثر سلباً على الاستمارة

استمارة استبيان حجم وقت الفراغ اعداد الباحث مرفق (6)

ويتم فيها تحديد مجموعه من الانشطه والسلوكيات التى تتم خلال وقت الفراغ ويتم تقسيم الانشطه والسلوكيات الى اليوم الدراسى واعمال مرتبطه بالدراسه مثل استذكار الدروس الاشتراك فى مجموعات التقويه و الحاجات الضروريه أو الاساسيه مثل الاستحمام، الملابس، قضاء حاجات أساسيه، طعام، النوم وأخيرا وقت الفراغ المتبقى من (24) ساعه للمراهق والتي يتم قضاؤه فى ممارسه الانشطه الترويحيه بأنواعها المختلفه .

خامساً: المعالجات الأحصائية

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى - النسبة المئوية - معامل الارتباط - نسبة الترجيح

- 2ك

سادساً: عرض ومناقشة النتائج

عرض النتائج ومناقشتها والتي تتعلق بالتعرف على وقت الفراغ وعلاقته بأدمان الانترنت لدى المراهقين وذلك من خلال الإجابة على تساؤلات الدراسة
1- ما هي العلاقة بين مدمنى الانترنت و ميزانيه وحجم وقت الفراغ من المراهقين.

جدول (11)

يوضح العلاقة بين مستخدمى الانترنت وحجم وقت الفراغ

ن = (207)

| مستوى الدلالة | قيمة "ف" | متوسط المربعات | درجات الحرية | مجموع المربعات | | |
|-----------------|----------|----------------|--------------|----------------|----------------|-----------------------|
| 0.01 | 5.62 | 21.9 | 2 | 43.718 | بين المجموعات | وقت الفراغ |
| | | 3.89 | 204 | 793.161 | داخل المجموعات | |
| | | | 206 | 836.879 | الكلية | |
| غير دالة (0.85) | 0.16 | 15.9 | 2 | 31.778 | بين المجموعات | أعمال مرتبطة بالدراسة |
| | | 99.4 | 204 | 20280.956 | داخل المجموعات | |
| | | | 206 | 20312.734 | الكلية | |
| 0.05 | 3.46 | 204 | 2 | 408.312 | بين المجموعات | الحاجات الضرورية |
| | | 59.1 | 204 | 12049.379 | داخل المجموعات | |
| | | | 206 | 12457.691 | الكلية | |
| غير دالة (0.22) | 1.54 | 139 | 2 | 277.832 | بين المجموعات | اليوم الدراسي |
| | | 90.1 | 204 | 18383.946 | داخل المجموعات | |
| | | | 206 | 18661.778 | الكلية | |

قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (2. 204) ومستوى دلالة (0.01)=4.605

قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (2. 204) ومستوى دلالة (0.05)=3.00

يتضح من جدول (11) أن قيمة "ف" لبعده وقت الفراغ (5.62) وهى أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.01) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات وقت الفراغ ترجع إلى اختلاف درجة إدمان الإنترنت، وفى بُعد الحاجات الضرورية قيمه ف (3.46) وهى أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، ولمعرفة دلالة واتجاه الفروق تم إجراء اختبار شيفية لدلالة واتجاه الفروق

جدول (12)

اختبار شيفية لدلالة واتجاه الفروق بين عينه الدراسه

| العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة إدمان الإنترنت | | | قيمة شيفية الدرجة |
|-------|-----------------|-------------------|---------------------|--------|------------|-------------------|
| | | | حاده | متوسطه | غير مدمن ت | |
| 80 | 26.463 | 2.354 | | | م-1م-2 | 0.825 |
| 60 | 25.333 | 1.258 | *1.129 | | م-1م-3 | 0.800 |
| 67 | 25.970 | 1.992 | 0.492 | 0.637 | م-2م-3 | 0.859 |
| 80 | 60.813 | 6.934 | | | م-1م-2 | 3.215 |
| 60 | 64.100 | 7.637 | *3.287 | | م-1م-3 | 3.118 |
| 67 | 63.134 | 8.537 | 2.322 | 0.966 | م-2م-3 | 3.346 |

دالة عند مستوى دلالة (0.05)

يتضح من جدول (12) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وقت الفراغ ترجع إلى اختلاف درجة إدمان الإنترنت بين التلاميذ ذوى درجة الإدمان الحادة والمتوسطة لصالح درجة الإدمان الحادة، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة الإدمان المتوسطة وغير المدمن، بالنسبة للحاجات الضرورية توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأفراد ذوى درجة الإدمان الحادة والمتوسطة لصالح الحادة .

جدول (13)

تحليل التباين الأحادي لوقت الفراغ تبعاً لدرجة إدمان الإنترنت

| مستوى الدلالة | درجات الحرية | متوسط المربعات | درجات الحرية | مجموع المربعات | وقت الفراغ |
|---------------|--------------|----------------|--------------|----------------|----------------|
| 0.05 | 3.305 | 2.414 | 2 | 4.829 | بين المجموعات |
| | | 0.731 | 204 | 149.032 | داخل المجموعات |
| | | | 206 | 153.861 | الكلي |

قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (2، 204) ومستوى دلالة (0.01)=4.605

قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (2، 204) ومستوى دلالة (0.05)=3.00

يتضح من جدول (13) أن قيمة "ف" للفروق بين متوسط درجات وقت الفراغ ترجع إلى اختلاف درجة إدمان الإنترنت بين التلاميذ ذوى درجة الإدمان الحادة والمتوسطة لصالح درجة

الإدمان الحادة، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة الإدمان المتوسطة وغير المدمن .

جدول (14)

حجم وميزانيه وقت الفراغ لدى مدمنى الانترنت

ن = 80

| وقت الفراغ هو الوقت المتبقى بعد قضاء الحاجات الاساسيه للتلميذ | الحاجات الضرورية كالمأكل والمشرب والنوم | أعمال مرتبطة بالدراسة كالمجموعات التقويه | اليوم الدراسي | الانشطه والسلوكيات اليوميه |
|--|--|---|---------------|-------------------------------|
| الاجمالي 24 ساعه | 6 ساعه | 9.1 ساعه | 3.5 ساعه | 5.4 ساعه |

يتضح من نتائج الجدول (14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وقت الفراغ ترجع إلى اختلاف درجة إدمان الإنترنت بين التلاميذ ذوى درجة الإدمان الحادة والمتوسطة لصالح درجة الإدمان الحادة، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة الإدمان المتوسطة وغير المدمن . كما يتضح من نتائج جدول (11) أن قيمة "ف" للفروق بين متوسط درجات وقت الفراغ ترجع إلى اختلاف درجة إدمان الإنترنت بين التلاميذ ذوى درجة الإدمان الحادة والمتوسطة لصالح درجة الإدمان الحادة، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة الإدمان المتوسطة وغير المدمن حيث ان متوسط عدد ساعات وقت الفراغ للتلاميذ ذوى الادمان الحاد للانترنت 6 ساعات وحاجات ضروريه بمتوسط عدد ساعات 9.1 ساعه و الاعمال المرتبطه بالدراسه 3.5 ساعه واخيرا اليوم الدراسي 5.4 ساعه كما ان بلغ عدد المدمنين للانترنت 80 تلميذ بنسبه مؤييه 64. 38 % ومتوسطى الاستخدام للانترنت 60 تلميذ بنسبه مؤييه 98. 28 % وغير المدمنى للانترنت 67 تلميذ بنسبه 32.36 %

وفى هذا الصدد تذكر هدايه الله أحمد (2008) ان من أفات بعض المجتمعات عدم الاهتمام بالوقت أو احترامه ولكن لينتفكر كل منا فى هذا المثال لو سطا لص على بيت وسرق بعض مافيه فلايد ان أصحابه سينزعجون لذلك ويأسفون على مافقده فهل لو ضاع منهم الوقت الذى هو العمر كله والحياه ذاتها حزنوا كذلك واعتبروا ذلك مشكله او كارته لذلك يجب ان نغرس فى ابنائنا وخاصة فى مرحله المراهقه احترام الوقت واغتنامه وحسن ادارته بل وتسعيه وترشيده ليعطوا أوقاتهم الوزن والقيمه الحقيقيه ولنعودهم على اغتنام الاوقات واستثمارها .

(34 : 429)

يبين محمد على (1981) ان هذه المرحلة من العمر تبدو هي المرحلة العمريه التى تبلغ فيها نشاطات الفراغ ذروتها من حيث المده والتنوع وتتميز هذه المرحلة بعدد من الخصائص النفسيه فهى فى الغالب فتره اضطراب وقد تكون هذه الفتره مليئه بالنشاط الخلاق والتجارب الجديده بحيث تتناسب تلك الانشطه مع ميولهم ورغباتهم ومبلغ تحقيقها لاهدافهم وغايتهم لذلك فهم قد يثورون ضد كل الضغوط من أجل تنظيم اوقات فراغهم او تخطيطها (26 : 165،166)

ويؤكد محمد الحماحمى (2004) نقلا عن برتراند راسل ان الاستخدام الواعى لوقت الفراغ انما يعد الحصيله للتربيه والحضاره كما يؤكد رالف جليسر على ان اختيار طرق استثمار اوقات الفراغ انما يعبر عن القدره فى التعبير عن الذات ولذا فان وقت الفراغ قد اصبح فى القرن المعاصر يرتبط بحريه استخدام الفرد له بطرق متعدده ولانتهائيه (20 : 22)

يوضح محمد على (1985) ان من الضرورى أن تستخدم ساعات الفراغ استخدما ايجابيا يسمح بنمو امكانات الشخصيه وقدراتها من جهه وتعتبر المدرسه من بين الاجهزه الاساسيه التى تتولى الاعداد لقضاء وقت الفراغ كما نجد ان النظم التعليميه المعاصره اخذت تولى التعليم على كيفيه قضاء وقت الفراغ والترويج اهتماما واضحا باعتباره يمثل المدخل الى التعليم من أجل الحياه (25 : 217)

وفى هذا الصدد يؤكد عبد الفتاح مراد (2013) على ان المراهقين فى الولايات المتحده الامريكيه يمارسون الانشطه الترويحيه بعد انتهاء اليوم الدراسى اى فى وقت الفراغ ولكن على الرغم من ان هذه الانشطه تتم بصوره اختياريه الا ان السياسه العامه للنظام التعليمى الامريكى تعطى هذه الانشطه الاهتمام لكى يتم الوصول بالطالب الى تنميه قدراته الى أقصى مدى وبهذا فان السياسه التعليميه الامريكيه تعطى للانشطه التى تمارس فى وقت الفراغ وزنا كبيرا سواء بعد ساعات الدراسه او الاجازات السنويه الطويله (14 : 30،31)

وتشير دراسه جيلبو ومريم Galipeau, Miriam (2012) (39) و دراسه بيرن واندريا Byrne, Andrea (2005) (38) ودراسه محمود على (2002) (30) دراسه سيلفى ومائليفي Mainville, Sylvie (1998) (42) ودراسه لبيب عبد العزيز (1993) (17) الى ان المدارس أصبحت غير قادره على اعداد المراهقين للحياه فى عالم سريع ومتغير ولذلك الانشطه الاضافيه المستمره للتربيه خارج المؤسسات التعليميه يجب ان يكون متوصلا فى صوره النشاطات الترويحيه المتنوعه والمختلفه ومن ضمن هذه الانشطه الانترنت التى أصبحت لغه العصر وينبغى ان يتم استثمار وقت الفراغ بصورة ايجابيه وهادفه من خلال ممارسه تلك الانشطه التى تمثل لغه العصر فى الوقت الحالى

ويرى الباحث ان اهتمام المراهقين بالكمبيوتر والانترنت على وجه الخصوص حتى انه يكاد يطغى على ممارسه الانشطه الترويحيه على الرغم من تنوعها وتعددتها واختلافها الا ان اصبح الانترنت هو المستحوز الاكبر على اهتمام المراهقين فى المدارس وخاصه فى المدارس الحكوميه مما يؤثر على تنميه شخصيه المراهق بالشكل المتكامل من مختلف النواحي بدنيا و نفسيا او اجتماعيا او عقليا والذى يؤثر على حياته المستقبليه لذا ينبغى الاهتمام بممارسه الانشطه المتنوعه والمختلفه فى وقت الفراغ وتنظيم وقت الفراغ للمراهق وعدم اقتصاره على الانترنت على الرغم من اهميته .

وفى هذا الصدد يشير هانى الناظر (2014) الى ان لاشك ان العلم بجناحيه التعليم والبحث العلمى هو الطريق الوحيد لتحقيق نهضه الامم والمتابع لاحوال دول العالم المتقدمه خاصه الدول الثمانى الكبرى يجد ان تلك الدول وصلت الى ماهى عليه الان من تقدم وقوه بسبب اهتمامها بالعلم ووضعها على قمه أولوياتها بل ان قضايا العلم باتت الشغل الشاغل لادارات تلك الدول فراحت ترصد له الميزانيات الضخمه وتضع البرامج التى تعمل على تفعيله وتطويره بصفه مستمره وتحقيق أقصى استفاده من مخرجاته (33 : 112)

و يرى الباحث ان ينبغى الاهتمام بالبرامج المنظمه للانشطه الترويحيه المتنوعه حتى نستطيع توجيه اهتمام المراهقين بجانب الانترنت للعديد من الانشطه الترويحيه التى تعود بالنفع على تلاميذ المرحلة القبل الجامعية.

ويشير محمد النوبى (2010) الى ان لاحظ جون جرهول أستاذ علم النفس الامريكى أن ادمان الانترنت عمليه مرحليه حيث أن المستخدمين الجدد عاده هم الاكثر استخداما للانترنت بسبب انبهارهم بهذه الوسيله الا ان يتواجد بعض الافراد قد تطول هذه المرحله معهم ولايستطيعون الاستغناء عنه (23 : 50)

كما يبين الباحث ان مرحله المراهقه من المراحل التى يوجد بها العديد من الصراعات والتغيرات التى تطرأعلى الفرد وخاصه فى الجوانب الفسيولوجيه لذاينبغى استخدام الانترنت بصوره مقننه حيث من الممكن ان يصبح المراهق او تلميذ المرحله الثانويه فريسه للكثير من الانماط السلوكيه الغير مرغوبه مثل الافلام الاباحيه، الشات الاباحى، الانتماء الى جماعات متطرفه، الانتماء الى تشكيلات عصابيه عبر الانترنت لذا ينبغى ان يتم استخدام الانترنت بصوره مقننه مع الاهتمام بالجوانب الايجابيه من الاستخدام للانترنت.

ويذكر محمد عمر (2002) لاشك للانترنت بعض السلبيات فهو كما ذكرنا سابقا سلاح ذو حدين يمكن الاستفاده منه فى كثير من القضايا ويمكن جلب الضرر من استخدامه (27 : 69)

ويرى وسام عزت (2011) ان تكمن المشكله فى تفاعل المراهقين مع الانترنت ذا التأثير البالغ على حياه الانسان ولايختلف الناس فى التقدير الدور الايجابى للانترنت باعتباره وسيله لادماج الجيل الجديد فى متطلبات الحياه المعاصره ولكن زياده استخدامه فى غياب توجه فاعل تجاوزت بكثير الحدود الايجابيه فبات المراهقين عرضه لما تفرزه هذه الاداه من سلبيات (36 : 4) كما يؤكد فى نفس المرجع السابق على ان لقد انبهر بالانترنت المراهقين والشباب فالبعض ظل واقفا يراقب فى توجس وقلق والبعض اخذ يتعلم مهارات الانترنت والبعض الثالث قام بالتوظيف الجيد لما تعلمه من مهارات فى تنميه علومه وامكاناته اما البعض الاخير فقد تطرف فى علاقته بالانترنت الى الحد الذى لم يعد معه يطيق الابتعاد عنه وكأنه لايجد شيئاً له قيمه فى حياته عدا الانترنت فتدهورت اتصالاته الاجتماعيه وعلاقاته وتأثرت دراسته او مهاراته الاكاديميه فأصبح هذا البعض الاخير مصابا بما يطلق عليه ادمان الانترنت (36 : 4) وبهذا يرى الباحث طبقاً لنتائج الدراسه الحاليه كلما تزايد وقت الفراغ ادى ذلك الى استخدام الانترنت بصورة اكبر مما يؤدى الى ادمان للانترنت لذلك ينبغى الاستفاده من وقت الفراغ بصورة ايجابيه من خلال ممارسه الانشطه الترويحيه المتنوعه والهادفه بجانب الاستخدام السوى للانترنت حتى يعود ذلك على المراهق بالنفع لمختلف جوانب الشخصيه .

2- ماهومفهوم وقت الفراغ لدى مدمنى الانترنت المراهقين

جدول (15)

مفهوم وقت الفراغ لدى مستخدمى الانترنت ن = 207

| 2 ك | لا | | نعم | | |
|--------|-------|-----|-------|-----|---|
| | % | ت | % | ت | |
| 68.41 | 21.26 | 44 | 78.74 | 163 | 1 وقت الفراغ هو الوقت الفائض |
| 23.00 | 66.67 | 138 | 33.33 | 69 | 2 وقت الفراغ هو الوقت الضائع |
| 68.41 | 21.26 | 44 | 78.74 | 163 | 3 وقت الفراغ هو الوقت الذى يتحرر فيه الفرد من أعباء الدراسة |
| 19.17 | 34.78 | 72 | 65.22 | 135 | 4 وقت الفراغ هو الوقت الذى تكون فيه المسئولية فى ادى مستوياتها |
| 88.04 | 17.39 | 36 | 82.61 | 171 | 5 وقت الفراغ هو وقت الاسترخاء |
| 57.40 | 23.67 | 49 | 76.33 | 158 | 6 وقت الفراغ هو وقت التسلية واللهو |
| 13.57 | 37.20 | 77 | 62.80 | 130 | 7 وقت الفراغ هو الوقت الذى تنمى من خلاله شخصيه الفرد |
| 38.27 | 28.50 | 59 | 71.50 | 148 | 8 وقت الفراغ هو التحرر من القيود والواجبات الضرورية |
| 19.17 | 34.78 | 72 | 65.22 | 135 | 9 وقت الفراغ هو فتره زمنيه يتم استثمار الوقت فيها أم لا |
| 101.57 | 14.98 | 31 | 85.02 | 176 | 10 وقت الفراغ هو الوقت المتبقى من 24 ساعه بعد طرح ساعات الدراسة والنوم و الحاجات الضرورية |
| 104.39 | 14.49 | 30 | 85.51 | 177 | 11 وقت الفراغ هو مجموعه من الأنشطة التى يقوم بها الفرد بحثا عن التسلية أو تنميه معلوماته أو تحسين مهاراته أو تقديم خدمات تطوعيه |
| 80.39 | 18.84 | 39 | 81.16 | 168 | 12 وقت الفراغ هو وقت الإحساس بالنعمة والسلام |
| 11.60 | 38.16 | 79 | 61.84 | 128 | 13 وقت الفراغ هو وقت الاهتمام بالآخرين |
| 49.28 | 25.60 | 53 | 74.40 | 154 | 14 وقت الفراغ هو وقت التجديد والابتكار |
| 101.57 | 14.98 | 31 | 85.02 | 176 | 15 وقت الفراغ هو وقت الشعور بالسعادة |
| 88.04 | 17.39 | 36 | 82.61 | 171 | 16 وقت الفراغ هو وقت ممارسه الأنشطة |
| 16.82 | 35.75 | 74 | 64.25 | 133 | 17 وقت الفراغ هو وقت اكتساب المعلومات الثقافية ومتابعه كل ما هو جديد من معلومات فى مختلف العلوم |
| 20.41 | 34.30 | 71 | 65.70 | 136 | 18 وقت الفراغ هو وقت التعبير عن الذات |
| 116.06 | 12.56 | 26 | 87.44 | 181 | 19 وقت الفراغ هو وقت الإشباع للممارسه الهوايات المختلفه |
| 68.41 | 21.26 | 44 | 78.74 | 163 | 20 وقت الفراغ هو وقت المرح |
| 88.04 | 17.39 | 36 | 82.61 | 171 | 21 وقت الفراغ هو وقت ممارسه الأنشطة المختلفه بدون إجبار |
| 96.04 | 15.94 | 33 | 84.06 | 174 | 22 وقت الفراغ هو وقت الاستمتاع بالحياة |

| | | | | | | |
|-------|-------|-----|-------|---------|--|----|
| 73.09 | 20.29 | 42 | 79.71 | 16 5 | وقت الفراغ هو وقت الذى تستخدمه حسب ما ترى | 23 |
| 63.89 | 22.22 | 46 | 77.78 | 16 1 | وقت الفراغ هو وقت التأمل والخلوة | 24 |
| 53.26 | 24.64 | 51 | 75.36 | 15 6 | وقت الفراغ هو وقت الإنجاز والابتكار والإبداع | 25 |
| 70.73 | 20.77 | 43 | 79.23 | 16 4 | وقت الفراغ هو وقت الانتماء لجماعه نشاط والشعور بالألفة والصدقة | 26 |
| 88.04 | 17.39 | 36 | 82.61 | 17 1 | وقت الفراغ هو الانطلاق والتغير والبعد عن الملل | 27 |
| 77.92 | 19.32 | 40 | 80.68 | 16 7 | وقت الفراغ هو وقت التقرب من الله | 28 |
| 4.06 | 57.00 | 118 | 43.00 | 89 | وقت الفراغ هو وقت بلا فائده | 29 |
| 63.89 | 22.22 | 46 | 77.78 | 16 1 | وقت الفراغ هو وقت انطلاق الطاقة فى اتجاه سلوكى طيب | 30 |

طبقا لنتائج الجدول (15) يتضح ان مفهوم وقت الفراغ لدى مستخدمى الانترنت هو وقت الإشباع للممارسة الهوايات المختلفة 181 تلميذ بنسبه 87.44 % وايضا جاء فى الترتيب الثانى لمفهوم وقت الفراغ لمستخدمى الانترنت مجموعه من الأنشطة التى يقوم بها الفرد بحثا عن التسلية أو تنميه معلوماته أو تحسين مهاراته أو تقديم خدمات تطوعيه 177 تلميذ بنسبه 85.51 % وجاء فى الترتيب الثالث لمفهوم الفراغ هو الوقت المتبقى من 24 ساعه بعد طرح ساعات الدراسة والنوم و الحاجات الضرورية 176 تلميذ بنسبه 85.02 %

جدول (16)

مفهوم وقت الفراغ لدى مدمنى الانترنت

ن = 80

| كأ | لا | | نعم | | مفهوم وقت الفراغ | ن |
|-------|-------|----|-------|----|--|----|
| | % | ت | % | ت | | |
| 0.05 | 51.25 | 41 | 48.75 | 39 | وقت الفراغ هو الوقت الفائض | 1 |
| 7.20 | 65.00 | 52 | 35.00 | 28 | وقت الفراغ هو الوقت الضائع | 2 |
| 6.05 | 36.25 | 29 | 63.75 | 51 | وقت الفراغ هو الوقت الذى يتحرر فيه الفرد من أعباء الدراسة | 3 |
| 14.45 | 71.25 | 57 | 28.75 | 23 | وقت الفراغ هو الوقت الذى تكون فيه المسئولية فى ادنى مستوياتها | 4 |
| 11.25 | 68.75 | 55 | 31.25 | 25 | وقت الفراغ هو وقت الاسترخاء | 5 |
| 0.05 | 51.25 | 41 | 48.75 | 39 | وقت الفراغ هو وقت التسلية واللهو | 6 |
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | وقت الفراغ هو الوقت الذى تنمى من خلاله شخصيه الفرد | 7 |
| 14.45 | 71.25 | 57 | 28.75 | 23 | وقت الفراغ هو التحرر من القيود والواجبات الضرورية | 8 |
| 0.80 | 55.00 | 44 | 45.00 | 36 | وقت الفراغ هو فتره زمنييه يتم استثمار الوقت فيها أم لا | 9 |
| 0.05 | 48.75 | 39 | 51.25 | 41 | وقت الفراغ هو الوقت المتبقى من 24 ساعه بعد طرح ساعات الدراسة والنوم و الحاجات الضرورية | 10 |
| 14.45 | 71.25 | 57 | 28.75 | 23 | وقت الفراغ هو مجموعه من الأنشطة التى يقوم بها الفرد بحثا عن التسلية أو تنميه معلوماته أو تحسين مهاراته أو تقديم خدمات تطوعيه | 11 |

| | | | | | |
|-------|-------|----|-------|----|---|
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | 12 وقت الفراغ هو وقت الإحساس بالنعمة والسلام |
| 14.45 | 71.25 | 57 | 28.75 | 23 | 13 وقت الفراغ هو وقت الاهتمام بالآخرين |
| 11.25 | 68.75 | 55 | 31.25 | 25 | 14 وقت الفراغ هو وقت التجديد والابتكار |
| 0.80 | 55.00 | 44 | 45.00 | 36 | 15 وقت الفراغ هو وقت الشعور بالسعادة |
| 11.25 | 68.75 | 55 | 31.25 | 25 | 16 وقت الفراغ هو وقت ممارسه الأنشطة |
| 3.20 | 60.00 | 48 | 40.00 | 32 | 17 وقت الفراغ هو وقت اكتساب المعلومات الثقافية ومتابعه كل ما هو جديد من معلومات فى مختلف العلوم |
| 0.05 | 48.75 | 39 | 51.25 | 41 | 18 وقت الفراغ هو وقت التعبير عن الذات |
| 1.25 | 56.25 | 45 | 43.75 | 35 | 19 وقت الفراغ هو وقت الإشباع للممارسة الهوايات المختلفة |
| 0.80 | 55.00 | 44 | 45.00 | 36 | 20 وقت الفراغ هو وقت المرح |
| 0.80 | 55.00 | 44 | 45.00 | 36 | 21 وقت الفراغ هو وقت ممارسه الأنشطة المختلفة بدون إجبار |
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | 22 وقت الفراغ هو وقت الاستمتاع بالحياة |
| 6.05 | 36.25 | 29 | 63.75 | 51 | 23 وقت الفراغ هو وقت الذى تستخدمه حسب ما ترى |
| 1.25 | 56.25 | 45 | 43.75 | 35 | 24 وقت الفراغ هو وقت التأمل والخلوة |
| 0.80 | 55.00 | 44 | 45.00 | 36 | 25 وقت الفراغ هو وقت الإنجاز والابتكار والإبداع |
| 11.25 | 68.75 | 55 | 31.25 | 25 | 26 وقت الفراغ هو وقت الانتماء لجماعه نشاط والشعور بالألفة والصدقة |
| 36.45 | 83.75 | 67 | 16.25 | 13 | 27 وقت الفراغ هو الانطلاق والتغير والبعد عن الملل |
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | 28 وقت الفراغ هو وقت التقرب من الله |
| 22.05 | 23.75 | 19 | 76.25 | 61 | 29 وقت الفراغ هو وقت بلا فائده |
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | 30 وقت الفراغ هو وقت انطلاق الطاقة فى اتجاه سلوكى طيب |

طبقا لنتائج الجدول (16) أتضح أن مفهوم وقت الفراغ لدى مدمنى الانترنت هو وقت بلافائده 61 تلميذ بنسبه 76.25 % وايضا جاء فى الترتيب الثانى ان وقت الفراغ هو الوقت الذى يتحرر فيه الفرد من أعباء الدراسة 51 تلميذ بنسبه 63.75 % كما جاء ايضا فى الترتيب الثانى وقت الفراغ هو وقت الذى تستخدمه حسب ما ترى 51 تلميذ بنسبه 63.75 % .

وفى هذا الصدد يشير ساندى مان، بول سيجر (2010) الى ان تعد المدرسه والامتحانات والتطبيقات والواجبات المدرسيه هى الشغل الشاغل للمراهقين وابائهم وأمهاتهم وذلك لاسباب عديده تبدو واضحه تماما فالمدرسه هى المكان الذى يقضى فيه الابناء معظم اوقاتهم ويمكن للنجاح او الفشل فيها ان يؤثر على مستقبلهم بأكمله (10 : 87)

ويرى الباحث ان وقت الفراغ ومفهومه يتضح بصوره واضحه حينما يكون اولياء الامور على درايه واضحه بأهميه استثمار اوقات الفراغ بصوره ايجابيه ويكون ذلك من خلال ممارسه الانشطه الترويحيه المختلفه والمتنوعه التى تؤثر على شخصيه الفرد بصوره ايجابيه وذلك يتضح من خلال ماتبين من النتائج ان مفهوم وقت الفراغ لدى مستخدمى الانترنت فى المرتبه الاولى هو وقت

الإشباع للممارسة الهوايات المختلفة 181 تلميذ بنسبه 87.44 % وبالنسبه لمدمنى الانترنت هو وقت بلافائده 61 تلميذ بنسبه 76.25 %

ويبين وائل عبد الرؤف (2005) ان الانشطه الترويحيه بصفه عامه وأنشطه الانترنت بصفه خاصه لها دور هام فى تنميه شخصيه التلاميذ فى خلال المراحل التعليميه المختلفه لتأثيرها على جوانب شخصيه الفرد المتعدده كما أن لدورها أهميه فى استثمار الوقت لديهم وبناء على اخر احصائيات المراهقه بلغ تعداد المراهقه الذى وصل حتى الان الى حوالى 16 مليون مما يتطلب الاهتمام بكيفيه التخطيط لاستثمار أوقات الفراغ عن طريق وضع البرامج الترويحيه المناسبه لتلك المرحله(35 : 3)

ويذكر خليفه البهبهانى (2008) ان خدمات وأنشطه وقت الفراغ والترويج مصممه لتطوير ورفع مستوى جوده حياه الشباب من الذين يشاركون فى هذه الانشطه حيث توجد بعض اوجه الشبه بين كل هذه الانشطه وبين المجموعات العمريه فكل الافراد لديهم رغبه فى النمو والتطور وأن يكون لهم أصدقاء او المشاركه فى أنشطه بناءه تستحق الاهتمام ولاختبار أنفسهم وللمشاركه فى أنشطه بدنيه واجتماعيه وذهنيه (8 : 61)

وفى هذا الصدد يشير السيد على وفاديه عمر الجولانى (2003) نقلا عن ك رپورتس على فاعليه الدور الوظيفى للفراغ وأنشطته فى تحقيق النمو الشخصى للفرد اما هربرت سبنسر فقد اكد على فاعليه الفراغ وأنشطته فى تحقيق الارضاء النفسى يضاف لذلك ماذهب اليه كونراد لانج عندما اشار الفراغ وأنشطته ينشط لدى الفرد انواع النزوع التى تجعلها فى ظروف الحياه وضغوطها فى حاله ثبات وكمون ومن ذلك يتضح ان للفراغ وأنشطته اثارها الواضحه على شخصيه الفرد كما اشار فريق العلماء (5 : 61)

وفى هذا يشير الباحث الى ان استثمار وقت الفراغ من خلال استخدام الانترنت فى انشطه هادفه وبناءه يعود على المراهق بتنميه شخصيته بصوره واضحه وذلك حينما يحدد المفهوم الايجابى عن وقت الفراغ وذلك طبقا لنتائج حيث جاء فى الترتيب الثانى لمفهوم وقت الفراغ لمستخدمى الانترنت مجموعه من الأنشطة التى يقوم بها الفرد بحثا عن التسليه أو تنميه معلوماته أو تحسين مهاراته أو تقديم خدمات تطوعيه 177 تلميذ بنسبه 85.51 % وجاء فى الترتيب الثالث لمفهوم الفراغ هو الوقت المتبقى من 24 ساعه بعد طرح ساعات الدراسة والنوم و الحاجات الضرورية 176 تلميذ بنسبه 85.02 % .

وفى هذا الصدد يرى عبد العزيز بن حمود (2001) ان مرحله المراهقه هى التى يتوافر لدى الفرد فيها فراغ غير قليل بالاضافه الى انها فى الوقت ذاته تعتبر مرحله تفتح طاقات وزياده

القدرات الجسمية والعقلية والنفسيه والاستعداد لتبنى القيم والاتجاهات المختلفه وهى مع ذلك كله تنقصها خبره والتجربه وتحركها الغرائز وتدفعها الشهوات ومن هنا نشأ هذا الاهتمام بدراسه أوقات الفراغ لدى الشباب والمراهقين ووضع الخطط اللازمه لشغله والافاده منه ومحاولة تجنب الشباب والمراهقين ماقد يرتبط به من مشكلات ومايصاحبه من انحراف (12 : 167) ويشير محمد على (1985) الى ان من الضرورى أن تستخدم ساعات الفراغ استخدما ايجابيا يسمح بنمو امكانات الشخصيه وقدراتها من جهة وبتطوير النظام الاجتماعى العام من جهة اخرى حقيقه أنه يجب الاستمتاع بوقت الفراغ ولكنه أيضا وقت ملائم تماما لاثراء الخبره الشخصيه والاعداد لحياه اكثر اشباعا وتحقيق أقصى استثمار لوقت الفراغ يتعين الاحساس بالقيم والا كان البديل هو ان يشغل الانسان نفسه بنشاطات عديمه المعنى وخاليه من القيمة.

(25 : 215)

ويبين وسام عزت (2011) ان المراهقه هى الفتره التى يكون فيها الفرد غير ناضجا انفعاليا وذا خبره محدوده فالمراهق ليس طفلا وليس راشدا ولكنه يقع فى مجال القوى والمؤثرات والتوقعات المتداخله فيما بينها ومن هنا نجد الانترنت يعد وسيله تؤدى دورا ثلاثيا للمراهقين فهى توفر متنفسا يعبرون من خلاله عن ميولهم كما انها تقدم الافكار الجديده والمعارف كذلك تؤدى دورا مهما فى بناء قيم الفرد وخبراته ومن وجه نظر المراهقين فان هذه الوسائل هى رفاقهم فى وقت الفراغ (36 : 3)

ويرى الباحث ان ينبغى ان تكون استثمار وقت الفراغ بصوره مقننه ومخططه مسبقا سواء من الجهات المعنيه او المؤسسات الترويحيه او من قبل الاسره حتى يتم استثمار هذا الوقت بصوره سليمه وموجهه وذلك من خلال وضوح مفهوم وقت الفراغ لدى المراهق ومعرفه قيمته الان طبقا لنتائج البحث اتضح ان مدمن الانترنت يرى ان مفهوم وقت الفراغ هو الوقت الذى يتحرر فيه الفرد من أعباء الدراسة 51 تلميذ بنسبه 63.75 % كما جاء ايضا فى الترتيب الثانى وقت الفراغ هو وقت الذى تستخدمه حسب ما ترى 51 تلميذ بنسبه 63.75 %.

كما يبين الباحث ان مرحله المراهقه مرحله تقلبات وصراعات وحاجات نفسيه واجتماعيه ينبغى ان يحققها المراهق واذا لم يتم اشباع تلك الحاجات يؤدى الى عدم الاتزان النفسى والانفعالى ومن ثم ان الانترنت ومابه من معلومات وثقافات متنوعه من الممكن ان تؤثر على المراهق وعلى جوانب شخصياتهم طبقا للغزو الثقافى للانترنت ويؤدى ذلك الى اكتساب المراهق الكثير من السلوكيات والاتجاهات التى لاتتفق مع مجتمعنا مما يكون التأثير للانترنت تأثيرا سيئا وليس هادفا مما يؤدى ذلك الى اهدار وقت الفراغ وعدم تقدير قيمه الصحيحه له .

وتذكر يامين محمد (2012) ان فى دراسه تم اجراها على مجموعه من الشباب والمراهقين كان الاسئله الموجهه هل الانترنت لملا الفراغ فقط،ضروريه نوعاما، ضروريه جدا حاذ اكثر تكرر على انها ضروريه نوعا ما 234 بنسبه 59 % وتتوافق نتائج هذه الدراسه مع العديد من الدراسات الاجنبيه لكل من البلدان الاتيه بليجكا، فرنسا، ايطاليا، اسبانيا، البرتغال، لديهم تصور ايجابى جدا للانترنت وينظرون على انها اداه تتيح لهم ممارسه مايشعرون به وانها وسيله جذابه غيرت الكثير من جوانب حياتهم (37 : 52،53)

وفى هذا الصدد يؤكد الباحث على اهميه استخدام الانترنت مع ادراك قيمه الوقت فى ضوء التخطيط المنظم لوقت الفراغ ومفهومه للمراهق حيث ان مرحله المراهقه من المراحل التى تؤثر على شخصيه الفرد بصورة كبيره مما تؤدى الى الانحراف السلوكى اذا لم تعالج الكثير من المشاكل فى مهدها الاول لذلك ينبغى توجيه الرعايه الكامله من الاسره،المدرسه،المؤسسات الترويحيه على ضروره الاهتمام بانشطه وقت الفراغ بصفه عامه وبصفه خاصه انشطه الانترنت المتنوعه والمختلفه ولكن فى ضوء قيم والمعتقدات الخاصه بمجتمعنا ولكن لن يتم تحقيق ذلك بدون تضافر جهود كل من الاسره، المدرسه والمؤسسات الترويحيه وحين تكتمل المنظومه يؤدى ذلك الى التوصل لشخصيه المراهق المتزنه مع تقديره لقيمه كل من وقت الفراغ و طرق استخدام الانترنت بصورة سليمه ومتنوعه توصلنا الى تحقيق النجاح فى حياته المستقبليه .

3- ماهى الانشطه الترويحيه المفضله لدى مدمنى الانترنت المراهقين .

جدول (17)

الانشطه الترويحيه المفضله لدى مستخدمى الانترنت

ن = 207

| م | النشاط الرياضى | نعم | | لا | |
|---|----------------|-----|-------|-----|-------|
| | | ت | % | ت | % |
| 1 | كرة القدم | 166 | 80.19 | 41 | 19.81 |
| 2 | كرة السلة | 45 | 21.74 | 162 | 78.26 |
| 3 | كرة اليد | 45 | 21.74 | 162 | 78.26 |
| 4 | كرة الطائرة | 41 | 19.81 | 166 | 80.19 |
| 5 | السباحة | 137 | 66.18 | 70 | 33.82 |
| 6 | ألعاب قوى | 107 | 51.69 | 100 | 48.31 |
| 7 | المشي | 100 | 48.31 | 107 | 51.69 |
| 8 | الجري | 141 | 68.12 | 66 | 31.88 |
| 9 | التنس الأرضي | 65 | 31.40 | 142 | 68.60 |

| | | | | | | |
|--------|-------|-----|-------|-----|--------------------------|----|
| 85.45 | 82.13 | 170 | 17.87 | 37 | ملاكمه | 10 |
| 47.35 | 73.91 | 153 | 26.09 | 54 | كاراتيه | 11 |
| 15.70 | 63.77 | 132 | 36.23 | 75 | مصارع | 12 |
| 0.24 | 51.69 | 107 | 48.31 | 100 | كمال أجسام | 13 |
| 85.45 | 82.13 | 170 | 17.87 | 37 | لريشة الطائرة | 14 |
| 0.12 | 51.21 | 106 | 48.79 | 101 | تنس الطاولة | 15 |
| 57.40 | 76.33 | 158 | 23.67 | 49 | كرة السرعة | 16 |
| 14.61 | 63.29 | 131 | 36.71 | 76 | الألعاب الصغيرة | 17 |
| | | | | | النشاط الاجتماعي | |
| 3.02 | 43.96 | 91 | 56.04 | 116 | الحفلات العامة | 1 |
| 8.12 | 40.10 | 83 | 59.90 | 124 | الحفلات الترفيهية | 2 |
| 59.52 | 23.19 | 48 | 76.81 | 159 | المحادثة | 3 |
| 6.61 | 58.94 | 122 | 41.06 | 85 | لعب الورق | 4 |
| 13.57 | 62.80 | 130 | 37.20 | 77 | المأدب | 5 |
| 2.13 | 44.93 | 93 | 55.07 | 114 | الزيارات | 6 |
| 0.00 | 49.76 | 103 | 50.24 | 104 | المهرجانات | 7 |
| 5.26 | 42.03 | 87 | 57.97 | 120 | لعب الدومينو | 8 |
| 6.61 | 58.94 | 122 | 41.06 | 85 | لعب الطاولة | 9 |
| 0.82 | 53.14 | 110 | 46.86 | 97 | لعب الشطرنج | 10 |
| 24.35 | 32.85 | 68 | 67.15 | 139 | الجلسات العائلية | 11 |
| 6.61 | 41.06 | 85 | 58.94 | 122 | الرحلات العائلية | 12 |
| 16.82 | 35.75 | 74 | 64.25 | 133 | تناول الطعام خارج المنزل | 14 |
| 1.74 | 45.41 | 94 | 54.59 | 113 | العبادة | 13 |
| 13.57 | 37.20 | 77 | 62.80 | 130 | الرحلات بالسيارة | 15 |
| 10.67 | 38.65 | 80 | 61.35 | 127 | حفلات القهوة والشاي | 16 |
| | | | | | النشاط الثقافي | |
| 16.82 | 35.75 | 74 | 64.25 | 133 | القراءة و الاطلاع | 1 |
| 101.57 | 14.98 | 31 | 85.02 | 176 | الإنترنت | 2 |
| 77.92 | 19.32 | 40 | 80.68 | 167 | اللعاب الكمبيوتر | 3 |
| 1.40 | 54.11 | 112 | 45.89 | 95 | حلقات المناقشة والدراسة | 4 |
| 11.60 | 61.84 | 128 | 38.16 | 79 | الاستماع الراديو | 5 |
| 45.45 | 26.57 | 55 | 73.43 | 152 | مشاهدة التلفزيون | 6 |
| 4.06 | 57.00 | 118 | 43.00 | 89 | المناظرات | 7 |
| 5.92 | 58.45 | 121 | 41.55 | 86 | المحاضرات | 8 |
| 9.78 | 60.87 | 126 | 39.13 | 81 | الندوات | 9 |
| 31.70 | 69.57 | 144 | 30.43 | 63 | متابعه الصالون الثقافي | 10 |
| 34.90 | 70.53 | 146 | 29.47 | 61 | كتابه الشعر | 11 |
| 23.00 | 66.67 | 138 | 33.33 | 69 | كتابه القصص | 12 |

جدول (17)

الانشطة الترويحية المفضله لدى مستخدمي الانترنت ن = 207

| م | النشاط الفنى | نعم | | لا | |
|----|------------------------|-----|-------|-----|-------|
| | | ت | % | ت | % |
| 1 | التشكيل بخامات البيئه | 83 | 40.10 | 124 | 59.90 |
| 2 | الرسم بالقلم الرصاص | 120 | 57.97 | 87 | 42.03 |
| 3 | اشغال الجلد | 60 | 28.99 | 147 | 71.01 |
| 4 | الغناء | 111 | 53.62 | 96 | 46.38 |
| 5 | الاستماع الى الموسيقى | 154 | 74.40 | 53 | 25.60 |
| 6 | العزف الموسيقى المنفرد | 79 | 38.16 | 128 | 61.84 |
| 7 | الكورال | 48 | 23.19 | 159 | 76.81 |
| 8 | الملاهى والسيرك | 123 | 59.42 | 84 | 40.58 |
| 9 | العروض المسرحيه | 104 | 50.24 | 103 | 49.76 |
| 10 | العروض السينمائيه | 128 | 61.84 | 79 | 38.16 |
| | النشاط الخلوى | | | | |
| 1 | ارتياح الحدائق | 115 | 55.56 | 92 | 44.44 |
| 2 | السياحة | 130 | 62.80 | 77 | 37.20 |
| 3 | معسكرات اليوم الواحد | 80 | 38.65 | 127 | 61.35 |
| 4 | المعسكرات المفتوحة | 90 | 43.48 | 117 | 56.52 |
| 5 | رياضات الخلاء | 113 | 54.59 | 94 | 45.41 |
| 6 | الرحلات الخلوية | 106 | 51.21 | 101 | 48.79 |
| 7 | النزهات | 150 | 72.46 | 57 | 27.54 |
| 8 | التجوال | 133 | 64.25 | 74 | 35.75 |
| 9 | الكشافة | 92 | 44.44 | 115 | 55.56 |
| 10 | صيد الأسماك | 116 | 56.04 | 91 | 43.96 |
| 11 | ملاحظة الطيور | 109 | 52.66 | 98 | 47.34 |
| 12 | نزهات بالسيارة | 117 | 56.52 | 90 | 43.48 |
| 13 | تتبع حياة الحيوانات | 116 | 56.04 | 91 | 43.96 |
| 14 | تتبع حياة الزهور | 89 | 43.00 | 118 | 57.00 |
| 15 | ركوب الدراجات | 134 | 64.73 | 73 | 35.27 |

يتضح من نتائج جدول (17) أن الاستماره اشتملت على (70) نشاط تم توزيعها على النحو التالى النشاط الرياضى (17) نشاط، النشاط الاجتماعى (16) نشاط، النشاط الثقافى (12) نشاط، النشاط الفنى (10) نشاط، واخيرا النشاط الخلوى (15) نشاط وبالنسبه للنشاط الرياضى جاء فى الترتيب الاول كره القدم 166 تلميذ بنسبه 80.19 % و الترتيب الثانى الجرى 141 تلميذ بنسبه 63.12 % الترتيب الثالث السباحه 137 تلميذ بنسبه 66.18 % والنشاط الاجتماعى جاء فى الترتيب الاول

المحادثة 159 تلميذ بنسبه 76.81 % والترتيب الثانى الجلسات العائليه 139 تلميذ بنسبه 67.15 % و فى الترتيب الثالث تناول الطعام خارج المنزل 133 تلميذ بنسبه 64.25 % والنشاط الثقافى جاء فى الترتيب الاول الانترنت 176 تلميذ بنسبه 85.02 % وفى الترتيب الثانى العاب الكمبيوتر 167 تلميذ بنسبه 80.68 % والترتيب الثالث مشاهده التلفزيون 152 تلميذ بنسبه 73.34 % والنشاط الفنى جاء فى الترتيب الاول الاستماع الى الموسيقى 154 تلميذ بنسبه 74.40 % والترتيب الثانى العروض السينمائيه 128 تلميذ بنسبه 61.84 % وفى الترتيب الثالث الملاهى والسيرك 123 تلميذ بنسبه 59.42 % وأخيرا النشاط الخلوى جاء فى الترتيب الاول الزهات 150 تلميذ بنسبه 72.46 % والترتيب الثانى ركوب الدرجات 134 تلميذ بنسبه 64.73 % و الترتيب الثالث التجوال 133 تلميذ بنسبه 64.25 % .

جدول (18)

الانشطه الترويحيه المفضله لدى مدمنى الانترنت

ن = 81

| م | النشاط الرياضى | نعم | | لا | |
|----|-------------------|-----|-------|----|-------|
| | | ت | % | ت | % |
| 1 | كرة القدم | 62 | 77.50 | 18 | 22.50 |
| 2 | كرة السلة | 15 | 18.75 | 65 | 81.25 |
| 3 | كرة اليد | 32 | 40.00 | 48 | 60.00 |
| 4 | كرة الطائرة | 35 | 43.75 | 45 | 56.25 |
| 5 | السباحة | 24 | 30.00 | 56 | 70.00 |
| 6 | ألعاب قوى | 36 | 45.00 | 44 | 55.00 |
| 7 | المشي | 35 | 43.75 | 45 | 56.25 |
| 8 | الجرى | 28 | 35.00 | 52 | 65.00 |
| 9 | التنس الأرضي | 41 | 51.25 | 39 | 48.75 |
| 10 | ملاكمه | 42 | 52.50 | 38 | 47.50 |
| 11 | كاراتيه | 36 | 45.00 | 44 | 55.00 |
| 12 | مصارعه | 38 | 47.50 | 42 | 52.50 |
| 13 | كمال أجسام | 42 | 52.50 | 38 | 47.50 |
| 14 | الريشة الطائرة | 34 | 42.50 | 46 | 57.50 |
| 15 | تنس الطاولة | 28 | 35.00 | 52 | 65.00 |
| 16 | كرة السرعة | 36 | 45.00 | 44 | 55.00 |
| 17 | الألعاب الصغيره | 35 | 43.75 | 45 | 56.25 |
| | النشاط الاجتماعى | | | | |
| 1 | الحفلات العامة | 21 | 26.25 | 59 | 73.75 |
| 2 | الحفلات الترفيهيه | 24 | 30.00 | 56 | 70.00 |
| 3 | المحادثة | 39 | 48.75 | 41 | 51.25 |
| 4 | لعب الورق | 35 | 43.75 | 45 | 56.25 |

| | | | | | | |
|-------|-------|----|-------|----|--------------------------|----|
| 0.05 | 48.75 | 39 | 51.25 | 41 | المآدب | 5 |
| 6.05 | 36.25 | 29 | 63.75 | 51 | الزيارات | 6 |
| 22.05 | 76.25 | 61 | 23.75 | 19 | المهرجانات | 7 |
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | لعب الدومينو | 8 |
| 11.25 | 68.75 | 55 | 31.25 | 25 | لعب الطاولة | 9 |
| 4.05 | 61.25 | 49 | 38.75 | 31 | لعب الشطرنج | 10 |
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | الجلسات العائلية | 11 |
| 7.20 | 65.00 | 52 | 35.00 | 28 | الرحلات العائلية | 12 |
| 4.05 | 61.25 | 49 | 38.75 | 31 | تناول الطعام خارج المنزل | 14 |
| 8.45 | 66.25 | 53 | 33.75 | 27 | العبادة | 13 |
| 0.05 | 48.75 | 39 | 51.25 | 41 | الرحلات بالسيارة | 15 |
| 3.20 | 60.00 | 48 | 40.00 | 32 | حفلات القهوة والشاي | 16 |
| | | | | | النشاط الثقافي | |
| 0.45 | 53.75 | 43 | 46.25 | 37 | القراءة و الاطلاع | 1 |
| 80.00 | 0.00 | 0 | 100 | 80 | الإنترنت | 2 |
| 4.05 | 38.75 | 31 | 61.25 | 49 | اللعاب الكمبيوتر | 3 |
| 6.05 | 63.75 | 51 | 36.25 | 29 | حلقات المناقشة والدراسة | 4 |
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | الاستماع الراديو | 5 |
| 0.20 | 47.50 | 38 | 52.50 | 42 | مشاهده التلفزيون | 6 |
| 0.45 | 53.75 | 43 | 46.25 | 37 | المناظرات | 7 |
| 0.80 | 55.00 | 44 | 45.00 | 36 | المحاضرات | 8 |
| 22.05 | 76.25 | 61 | 23.75 | 19 | الندوات | 9 |
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | متابعه الصالون الثقافي | 10 |
| 1.80 | 57.50 | 46 | 42.50 | 34 | كتابه الشعر | 11 |
| 6.05 | 63.75 | 51 | 36.25 | 29 | كتابه القصص | 12 |

جدول (18)

الانشطة الترويحية المفضله لدى مدمنى الانترنت ن = 81

| م | النشاط الفنى | لا | | نعم | |
|----|------------------------|-------|----|-------|----|
| | | % | ت | % | ت |
| 1 | التشكيل بخامات البيئه | 66.25 | 53 | 33.75 | 27 |
| 2 | الرسم بالقلم الرصاص | 76.25 | 61 | 23.75 | 19 |
| 3 | اشغال الجلد | 77.50 | 62 | 22.50 | 18 |
| 4 | الغناء | 36.25 | 29 | 63.75 | 51 |
| 5 | الاستماع الى الموسيقى | 53.75 | 43 | 46.25 | 37 |
| 6 | العزف الموسيقى المنفرد | 68.75 | 55 | 31.25 | 25 |
| 7 | الكورال | 75.00 | 60 | 25.00 | 20 |
| 8 | الملاهى والسيرك | 23.75 | 19 | 76.25 | 61 |
| 9 | العروض المسرحيه | 63.75 | 51 | 36.25 | 29 |
| 10 | العروض السينمائيه | 73.75 | 59 | 26.25 | 21 |
| | النشاط الخلوى | | | | |
| 1 | ارتياح الحدائق | 73.75 | 59 | 26.25 | 21 |
| 2 | السياحة | 56.25 | 45 | 43.75 | 35 |
| 3 | معسكرات اليوم الواحد | 76.25 | 61 | 23.75 | 19 |
| 4 | المعسكرات المفتوحة | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 |
| 5 | رياضات الخلاء | 65.00 | 52 | 35.00 | 28 |
| 6 | الرحلات الخلوية | 60.00 | 48 | 40.00 | 32 |
| 7 | النزهات | 73.75 | 59 | 26.25 | 21 |
| 8 | التجوال | 75.00 | 60 | 25.00 | 20 |
| 9 | الكشافة | 77.50 | 62 | 22.50 | 18 |
| 10 | صيد الأسماك | 76.25 | 61 | 23.75 | 19 |
| 11 | ملاحظة الطيور | 82.50 | 66 | 17.50 | 14 |
| 12 | نزهات بالسيارة | 66.25 | 53 | 33.75 | 27 |
| 13 | تتبع حياة الحيوانات | 73.75 | 59 | 26.25 | 21 |
| 14 | تتبع حياة الزهور | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 |
| 15 | ركوب الدراجات | 81.25 | 65 | 18.75 | 15 |

يتضح من نتائج جدول (18) أن النشاط الرياضى جاء فى الترتيب الاول نشاط كره القدم 62 تلميذ بنسبه 77.50 % والترتيب الثانى نشاط كمال الاجسام 42 تلميذ بنسبه 52.50 % والترتيب الثانى نشاط الملاكمه 42 تلميذ بنسبه 52.50 % والنشاط الاجتماعى جاء فى الترتيب الاول نشاط الزيارات 51 تلميذ بنسبه 63.75 % وفى الترتيب الثانى نشاط المأدب 41 تلميذ بنسبه 51.25 % وفى الترتيب الثانى نشاط الرحلات بالسياره 41 تلميذ بنسبه 51.25 % والنشاط الثقافى جاء فى الترتيب الاول

الانترنت 80 تلميذ بنسبه 100 % والترتيب الثانى العاين الكمبيوتر 49 تلميذ بنسبه 61.25 % والترتيب الثالث مشاهدين التلفزيون 42 تلميذ بنسبه 52.50 % والنشاط الفنى فى الترتيب الاول نشاط الملاهى والسيرك 61 تلميذ بنسبه 76.25 % والترتيب الثانى نشاط الغناء 51 تلميذ بنسبه 63.75 % والترتيب الثالث نشاط الاستماع الى الموسيقى 37 تلميذ بنسبه 46.25 % والنشاط الخلوى فى الترتيب الاول نشاط السياحه 35 تلميذ بنسبه 43.75% وفى الترتيب الثانى نشاط الرحلات الخلويه 32 تلميذ بنسبه 40 % وفى الترتيب الثالث رياضات الخلاء 28 تلميذ بنسبه 35 % .

ويذكر محمود اسماعيل (2010) ان استثمار وقت الفراغ فى أنشطه مفيده يسهم فى تنميه شخصيه الفرد من خلال المشاعر الايجابيه الذى يكون مصدره الرضا والسعاده من خلال ذاتيه وحرية النشاط وكذلك حريه التصرف أثناء ممارسته ولقد وجد أن الفرد يميل الى الانشطه التى تمنحه المكانه الاجتماعيه لذا كان الواجب على الفرد ان يستمر فى البحث عن طرق مفيده لاستثمار وقت فراغه (28 : 47)

ويؤكد محمد عبد العزيز (2010) ان يعتبر استثمار وقت الفراغ من الاسباب الهامه التى تؤثر على تطور ونمو الشخصيه ويرى الكثير من العلماء ضروره الاهتمام بتشكيل أنشطه وقت الفراغ بصوره تسهم فى اكساب الفرد العديد من الخبرات الساره الايجابيه وفى نفس الوقت تساعد فى نمو شخصيته وتكسبه العديد من الفوائد الخلقيه والصحيه والبدنيه والنفسيه وكذلك الاجتماعيه من هنا لابد وان يدرك كل فرد فى المجتمع أهميه انشطه الترويح وأوقات الفراغ فتقاس الان تقدم الامم بمدى تقدمها فى الرياضه والانشطه الترويحيه وبكيفية استثمار وقت الفراغ فالترويح هو أسلوب حياه تتميز بأنه يحتوى على نشاط ما (24 : 10،5)

وفى هذا الصدد تشير تهانى عبد السلام (2001) الى ان الحاجه للترويح حاجه انسانيه ولها اهميتها وعاده مانجد اننا نضع الترويح والنشاط الترويحي فى مكان جانبي من حياتنا ولانعطيه من الاهميه شيئاً ويتوقف ذلك على الوعى الترويحي عند الفرد وأن يدرك الفرد مدى أهميه الترويح لصالح الفرد والمجتمع فالترويح مظهر من مظاهر النشاط الانسانى يتميز بتحقيق السعاده فان الفرد الذى يقود حياه غنيه بفرص الترويح يتميز بالصحه والاتزان والصحه بمعناها الواسع الذى يشمل الصحه الجسمانيه والعقليه والعاطفيه وليس فقط خلو الفرد من الضعف والمرض (6 : 103)

كما تبين فى نفس المرجع ان المحور الاساسى للترويح هو السعاده فهناك بعض المشاعر التى يكتسبها الفرد من خلال ممارسته للانشطه الترويحيه تتمثل فى الاخاء والانجاز والابتكار والابداع والشعور بالغبطه لما يتمتع به الفرد من قدرات بدنيه وعقليه وعاطفيه وتذوق الجمال

والاسترخاء والسعادة عند خدمه الاخرين وبناء على ذلك فان درجه الاستمتاع والسعاده التى يبحث عنها الفرد فى مختلف أشكال الترويج تعتبر اساس تقسيم الانشطه الترويحيه ويعتبر هذا التقسيم عونا فى تقييم القيمه الترويحيه للانشطه (6: 106)

ويذكر محمد الحماحمي، عايدة عبد العزيز (1998) أن:-الفرد الممارس للانشطه الترويحيه المتنوعه والمختلفه يعود عليه بالعديد من القيم الاجتماعيه والفسولوجيه والبدنيه والتربويه كما أن الترويج يسهم في إشباع حاجات الفرد(21: 34)

وفى هذا الصدد اشارت دراسه تيلور شيلى وآخرون alTaylor, Shallie M. (2012) (43) ودراسه هندرج وأندرو Harding, Andrew (2009) (40) ودراسه هاردين ومثيل Harden,D Michael (2008) (41) الى ان الشباب والمراهقين من حقهم الاستمتاع بالانشطه الترويحيه وذلك من خلال جميع المؤسسات الترويحيه سواء الحكوميه او المدنيه وذلك بتحديد كل جهه لدورها وبمسئولياتها فى توفير البيئه الملائمه للممارسه الانشطه الترويحيه كما يساعد ذلك على تفاعل المراهقين والشباب فى ممارسه الانشطه الترويحيه فى أنشطه ترويحيه هادفه وبناءه ومفيده للمراهق وبناء على قدرات المؤسسات الترويحيه تكون هى النواه التى تستقطب اكبر عدد ممكن من الشباب وذلك من خلال توافر العديد من الامكانيات التى تسهل من ممارسه الانشطه الترويحيه وتكون ذو تأثير فعال على شخصيه المراهق

و يبين الباحث بضروره توضيح حق المراهقين فى وقت الفراغ وممارسه الرياضه وأنشطه الترويج المتنوعه واختيار الانشطه وتوجيه الرعايه الكامله عند ممارسه تلك الانشطه على اختلاف انواعها وتوفير الفرص الكامله للممارسه الانشطه سواء كانت خلويه رياضيه ثقافيه فنيه اجتماعيه، وذلك لان مراهقى اليوم هم شباب الغد ولا بد ان توفر الاجهزه المعنيه الفرص لمشاركه المراهقين للانشطه الترويحيه وذلك حفاظا على الثروه البشريه وعلى الاجهزه المعنيه ان تضع البرامج والخطط وتوفر الامكانيات البشريه والماديه مع ايجاد الرقابيه المناسبه وذلك لتهيئه مراهقى اليوم وشباب الغد لتحمل المسئوليه والاندماج فى العمل المنتج المناسب للامكانيات المتنوعه والمختلفه للشباب وتقجير الطاقات الكامنه بداخلهم والعمل على حمايتهم من الانحراف وتوجيه قدراتهم البناءه نحو الابداع .

ويوضح مسعد عويس (2008) أن عندما نقدم للنشئ أنماطا عديده من الانشطه الترويحيه التى تقدم فى وقت الفراغ علينا أن نكتشف مبكرا مدى أقبالهم على أنشطه محدده لعلها تكون فى المستقبل مؤشرا يتم على أساسه اختيار العمل الذى يود الانسان ان يتخصص فيه ويقبل عليه ويتفوق وينبغ ويبدع ويتميز فيه ولعله من المفيد ان فترة التعليم لاتستغرق من العمر الزمنى

للشخص أثناء فترة التعليم أكثر من نحو 10% من عمره الزمنى المتوقع اى هى الفتره التى يقضيها داخل جدران المؤسسة التعليميه اى ان هناك نحو 90% من الميزانيه الزمنيه للمراهقين والشباب فى سن التعليم تصرف فى أماكن أخرى فى صورته أنشطه غير محدده بدقه وذلك يضاعف من مسئوليته المجتمع فى الافاده من هذه الفتره الزمنيه (32 : 11،13)

ويعضد طه عبد الرحيم (2006) على ان المدرسه هى المؤسسة التربويه المباشره التى أقامها المجتمع لتعمل على خدمه أهم هدف من أهدافه ألا وهو تنشئه الجيل الصاعد تنشئه قائمه على المبادئ واعداده ليؤمن بالمجتمع وقيمه ويعمل على تطوره وتقدمه كما ان لممارسه الانشطه الترويحيه فى المدارس كمجال لاستثمار وقت الفراغ والتنمية البشريه كما أن الاعتمادات الماليه لممارسه هذه الانشطه من أدوات وأجهزه ومنشآت وغيرها ماهى الا استثمار فى العنصر البشرى (11 : 78،81)

ويؤكد محمد عبد العزيز (2010) على ان المدرسه تعد من أفضل المؤسسات التربويه التى يمكن أن تساعد المراهقين على قضاء وقت فراغهم لذا ينبغى الاهتمام بأنشطه وقت الفراغ والترويح فى المدرسه وخاصه ان معظم المدارس تقع فى أماكن تتوسط البيئه فيسهل على التلاميذ التردد على المدرسه هذا الى جانب استخدام المدارس كمراكز ترويحيه يوفر الكثير من الاعباء الماليه التى تتفق فى بناء مراكز ترويحيه (24 : 85)

وتبين تهانى عبدالسلام (2001) ان يقضى معظم التلاميذ وقتا بدون دراسه وتقدم بعض المدارس برامج ترويحيه وهناك ضروره لتوفير أجهزه، اما أثناء العطلات الدراسيه وبعد انتهاء اليوم الدراسى فان اداره المدرسه أن تفتح الابواب مركزا للنشاط للمجتمع الذى تخدمه المدرسه وفى النطاق الجغرافى للتلاميذ (6 : 215)

ويرى حسين فؤاد (2003) نقلا عن بول هويت ان ينبغى العمل على تكوين اتجاهات وعادات رياضيه وترويحيه لضمان ممارسه الافراد للانشطه الرياضيه والترويحيه لضمان ممارسه الافراد للانشطه الرياضيه والترويحيه وأهميه النظر الى الرياضه والترويح على أنها من الامور التى تقف على نفس المستوى من الاهميه لكل من العمل والنوم والتغذيه (7 : 3)

وفى هذا الصدد يرى الباحث ينبغى ان تتوحد الجهود فى مختلف المؤسسات المعنيه بدايه من الاسره باعتبارها هى الخليه الاولى التى يتم تنشئه الطفل من خلالها وهى التى توضع الاساس القوى لرجل الغد كما انها هى النواه الاساسيه فى مجمل المؤسسات سواء التربويه أو الترويحيه أو الاجتماعيه فى تربيته المراهق التربيه الترويحيه على مختلف الانشطه الترويحيه بجانب الانترنت كأحد المتغيرات العصريه الحديثه التى تحوز على اهتمام القطاع الاكبر من المراهقين الى الحد

الذى يصل بهم الى الادمان ومن ثم يجب ان يكون هناك جهد مشترك على كيفية التخطيط السليم والمتنوع للمشاركة فى جميع المناشط الترويحيه هذا مع تحفيز المراهقين على المشاركة فى الانشطه الترويحيه وتوضيح قيمه تلك الانشطه الترويحيه لهم .

4 - ماهى اماكن الممارسه المفضله لدى مدمنى الانترنت المراهقين؟

جدول (19)

اماكن الممارسه المفضله لدى مستخدمى الانترنت

ن = 207

| م | النشاط الرياضى | نعم | | لا | |
|----|-------------------|-----|-------|-----|-------|
| | | ت | % | ت | % |
| 1 | الانديه | 118 | 57.00 | 89 | 43.00 |
| 2 | مراكز الشباب | 165 | 79.71 | 42 | 20.29 |
| 3 | الساحات الشعبيه | 125 | 60.39 | 82 | 39.61 |
| 4 | المنتزهات | 144 | 69.57 | 63 | 30.43 |
| 5 | الشارع | 130 | 62.80 | 77 | 37.20 |
| 6 | المنزل | 126 | 60.87 | 81 | 39.13 |
| م | النشاط الاجتماعى | | | | |
| 1 | الكافيتريا | 152 | 73.43 | 55 | 26.57 |
| 2 | المنزل | 127 | 61.35 | 80 | 38.65 |
| 3 | الشارع | 137 | 66.18 | 70 | 33.82 |
| 4 | المسارح العامه | 77 | 37.20 | 130 | 62.80 |
| 5 | المسارح الخاصه | 82 | 39.61 | 125 | 60.39 |
| 6 | أدوار السينما | 108 | 52.17 | 99 | 47.83 |
| 7 | دار الاوبرا | 64 | 30.92 | 143 | 69.08 |
| 8 | أماكن التسويق | 113 | 54.59 | 94 | 45.41 |
| 9 | المطاعم | 137 | 66.18 | 70 | 33.82 |
| 10 | المقاهى | 143 | 69.08 | 64 | 30.92 |
| 11 | المساجد | 133 | 64.25 | 74 | 35.75 |
| م | النشاط الثقافى | | | | |
| 1 | المكتبات | 114 | 55.07 | 93 | 44.93 |
| 2 | مقاهى الأترنت | 140 | 67.63 | 67 | 32.37 |
| 3 | المنزل | 134 | 64.73 | 73 | 35.27 |
| 4 | الجمعيات الثقافيه | 71 | 34.30 | 136 | 65.70 |
| 5 | الأحزاب السياسيه | 62 | 29.95 | 145 | 70.05 |
| 6 | الصالون الثقافى | 68 | 32.85 | 139 | 67.15 |
| 7 | الأنديه | 128 | 61.84 | 79 | 38.16 |
| 8 | مراكز الشباب | 138 | 66.67 | 69 | 33.33 |

| | | | | | النشاط الفني | |
|-------|-------|-----|-------|-----|-----------------------------------|---|
| 41.78 | 46.38 | 96 | 53.62 | 111 | قصور الثقافة | 1 |
| 1.09 | 27.54 | 57 | 72.46 | 150 | مراكز الشباب | 2 |
| 57.40 | 65.70 | 136 | 34.30 | 71 | الأندية | 3 |
| 20.41 | 70.05 | 145 | 29.95 | 62 | المسارح | 4 |
| 5.92 | 58.45 | 121 | 41.55 | 86 | المراكز الفنية المتخصصة | 5 |
| 45.45 | 73.43 | 152 | 26.57 | 55 | دار الأوبرا | 6 |
| 33.28 | 76.33 | 158 | 23.67 | 49 | المراكز الثقافية التابعة للسفارات | 7 |
| | | | | | النشاط الخلوي | م |
| 51.25 | 25.12 | 52 | 74.88 | 155 | الحدائق | 1 |
| 41.78 | 27.54 | 57 | 72.46 | 150 | المنتزهات | 2 |
| 80.39 | 18.84 | 39 | 81.16 | 168 | الشواطئ | 3 |
| 59.52 | 23.19 | 48 | 76.81 | 159 | المصايف | 4 |
| 8.93 | 39.61 | 82 | 60.39 | 125 | القرى السياحية | 5 |
| 8.12 | 59.90 | 124 | 40.10 | 83 | الصحارى | 6 |
| 0.58 | 47.34 | 98 | 52.66 | 109 | الأنهار | 7 |
| 34.90 | 29.47 | 61 | 70.53 | 146 | البحار | 8 |
| 1.40 | 45.89 | 95 | 54.11 | 112 | البحيرات | 9 |

جدول (20)

اماكن الممارسه المفضله لدى مدمنى الانترنت

ن = 80

| م | النشاط الرياضى | لا | | نعم | |
|---|------------------|----|-------|-----|-------|
| | | ت | % | ت | % |
| 1 | الانديه | 60 | 75.00 | 20 | 25.00 |
| 2 | مراكز الشباب | 42 | 52.50 | 38 | 47.50 |
| 3 | الساحات الشعبيه | 59 | 73.75 | 21 | 26.25 |
| 4 | المنتزهات | 64 | 80.00 | 16 | 20.00 |
| 5 | الشارع | 60 | 75.00 | 20 | 25.00 |
| 6 | المنزل | 56 | 70.00 | 24 | 30.00 |
| م | النشاط الاجتماعى | | | | |
| 1 | الكافيتريا | 34 | 42.50 | 46 | 57.50 |
| 2 | المنزل | 16 | 20.00 | 64 | 80.00 |
| 3 | الشارع | 60 | 75.00 | 20 | 25.00 |
| 4 | المسارح العامه | 65 | 81.25 | 15 | 18.75 |
| 5 | المسارح الخاصه | 56 | 70.00 | 24 | 30.00 |
| 6 | أدوار السينما | 26 | 32.50 | 54 | 67.50 |
| 7 | دار الاوبرا | 62 | 77.50 | 18 | 22.50 |

| | | | | | | |
|-------|-------|----|-------|----|-----------------------------------|----|
| 14.45 | 71.25 | 57 | 28.75 | 23 | أماكن التسويق | 8 |
| 14.45 | 71.25 | 57 | 28.75 | 23 | المطاعم | 9 |
| 22.05 | 76.25 | 61 | 23.75 | 19 | المقاهى | 10 |
| 12.80 | 70.00 | 56 | 30.00 | 24 | المساجد | 11 |
| | | | | | النشاط الثقافى | م |
| 4.05 | 38.75 | 31 | 61.25 | 49 | المكتبات | 1 |
| 64.80 | 5.00 | 4 | 95.00 | 76 | مقاهى الانترنت | 2 |
| 24.20 | 22.50 | 18 | 77.50 | 62 | المنزل | 3 |
| 7.20 | 65.00 | 52 | 35.00 | 28 | الجمعيات الثقافية | 4 |
| 16.20 | 27.50 | 22 | 72.50 | 58 | الأحزاب السياسية | 5 |
| 16.20 | 27.50 | 22 | 72.50 | 58 | الصالون الثقافى | 6 |
| 0.45 | 53.75 | 43 | 46.25 | 37 | الأندية | 7 |
| 0.20 | 47.50 | 38 | 52.50 | 42 | مراكز الشباب | 8 |
| | | | | | النشاط الفنى | |
| 4.05 | 38.75 | 31 | 61.25 | 49 | قصور الثقافة | 1 |
| 11.25 | 31.25 | 25 | 68.75 | 55 | مراكز الشباب | 2 |
| 4.05 | 38.75 | 31 | 61.25 | 49 | الأندية | 3 |
| 24.20 | 77.50 | 62 | 22.50 | 18 | المسارح | 4 |
| 24.20 | 77.50 | 62 | 22.50 | 18 | المراكز الفنية المتخصصة | 5 |
| 48.05 | 88.75 | 71 | 11.25 | 9 | دار الأوبرا | 6 |
| 61.25 | 93.75 | 75 | 6.25 | 5 | المراكز الثقافية التابعة للسفارات | 7 |
| | | | | | النشاط الخلوى | م |
| 0.20 | 52.50 | 42 | 47.50 | 38 | الحدائق | 1 |
| 18.05 | 73.75 | 59 | 26.25 | 21 | المتنزهات | 2 |
| 4.05 | 38.75 | 31 | 61.25 | 49 | الشواطئ | 3 |
| 12.80 | 30.00 | 24 | 70.00 | 56 | المصايف | 4 |
| 28.80 | 80.00 | 64 | 20.00 | 16 | القرى السياحية | 5 |
| 4.05 | 61.25 | 49 | 38.75 | 31 | الصحارى | 6 |
| 18.05 | 73.75 | 59 | 26.25 | 21 | الأنهار | 7 |
| 0.20 | 47.50 | 38 | 52.50 | 42 | البحار | 8 |
| 7.20 | 65.00 | 52 | 35.00 | 28 | البحيرات | 9 |

يتضح من الجدول (19) ان اماكن الممارسه المفضله لدى مستخدمى الانترنت بالنسبه للنشاط الرياضى جاء فى الترتيب الاول مراكز الشباب 165 تلميذ 79.71 % وفى الترتيب الثانى المتنزهات 144 تلميذ 69.39 % وفى الترتيب الثالث الشارع 130 تلميذ 62.80 % والنشاط الاجتماعى جاء فى الترتيب الاول الكافيتريا 152 تلميذ بنسبه 73.43 % والمقاهى فى الترتيب الثانى 143 تلميذ بنسبه 69.08 % و فى الترتيب الثالث الشارع 137 تلميذ بنسبه 66.18

% والنشاط الثقافي فى الترتيب الاول مقاهى الانترنت 140 تلميذ بنسبه 67.63 % و الترتيب الثانى مراكز الشباب 138 تلميذ بنسبه 66.67 والترتيب الثالث المنزل 134 تلميذ بنسبه 64.73 % والنشاط الفنى فى الترتيب الاول مراكز الشباب 150 تلميذ بنسبه 72.46 % وفى الترتيب الثانى قصور الثقافة 111 تلميذ بنسبه 53.62 % وفى الترتيب الثالث المراكز الفنية المتخصصة 86 تلميذ بنسبه 41.55 % والنشاط الخلوى فى الترتيب الاول الشواطئ 168 تلميذ بنسبه 81.16 % وفى الترتيب الثانى المصايف 159 تلميذ بنسبه 76.81 % وفى الترتيب الثالث الحدائق 155 تلميذ 74.88 %

ويتضح من الجدول (20) ان اماكن الممارسه المفضله لدى مدمنى الانترنت النشاط الرياضى جاء فى الترتيب الاول مراكز الشباب 38 تلميذ بنسبه 47.50 % وفى الترتيب الثانى المنزل 24 تلميذ بنسبه 30.00 % وفى الترتيب الثالث الشارع 20 تلميذ بنسبه 25.00 % وبالنسبه للنشاط الاجتماعى جاء فى الترتيب الاول المنزل 64 تلميذ بنسبه 80.00 % وفى الترتيب الثانى أدوار السينما 54 تلميذ بنسبه 67.50 % وفى الترتيب الثالث الكافيتريا 46 تلميذ بنسبه 57.50 % والنشاط الثقافى فى الترتيب الاول مقاهى الانترنت 76 تلميذ بنسبه 95.00 % و فى الترتيب الثانى المنزل 62 تلميذ بنسبه 77.50 % وفى الترتيب الثالث الاحزاب السياسيه 58 تلميذ بنسبه 72.50 % والنشاط الفنى جاء فى الترتيب الاول مراكز الشباب 55 تلميذ بنسبه 68.57 % والترتيب الثانى قصور الثقافه 49 تلميذ بنسبه 61.25 % وجاء ايضا فى الترتيب الثانى الانديه 49 تلميذ بنسبه 61.25 % والنشاط الخلوى جاء فى الترتيب الاول المصايف 56 تلميذ بنسبه 70.00 % وفى الترتيب الثانى الشواطئ 49 تلميذ بنسبه 61.25 % وفى الترتيب الثالث البحار 42 تلميذ بنسبه 52.50 %

وفى هذا الصدد يشير خليفه البهبهانى (2008) الى ان بسبب اختلاف أشكال الانشطه الترويحيه أدى ذلك الى زياده الطلب على توافر أماكن تناسب هذه الانشطه من حيث المساحات والخدمات التى يمكن أن تحتويها فالمنشآت الرياضيه تتنوع أشكالها وخدماتها عن بقيه الانشطه الاخرى مثل الصالات المغلقه للانشطه الرياضيه لذا فقد أصبح من المهم تأهيل القيادات الترويحيه على كيفيه اداره وصيانته المنشآت التى بدأت التكنولوجيا تلعب دورا أساسيا مثل حمام السباحه - الاستادات الرياضيه - والصالات المغلقه ناهيك عن أن بعض البرامج الترويحيه مثل المسارح والسينما تحتاج أيضا لاساليب اداره فنيه حتى يمكن الاستفاده منها اداريا وفنيا ويسهل استخدامها من الافراد (9 : 289)

ويؤكد محمد عبدالعزيز (2010) نقلا عن تهناني عبدالسلام ان هناك العديد من المشكلات التي يعاني منها مجتمعنا في مجالات العمل والاداره والقدرة على الانجاز والابتكار وترجع جمعيا الى ظروف سلبيه واجهت الطفل المصري في مراحل نموه المتعاقبه ومعطيات التنشئه الاجتماعيه ومحصله خبراته في التعامل مع الشارع المصري والمؤسسات التي أسهمت في بناءه وتكوين شخصيته ومن هنا كانت مواجهه احتياجات النشئ في مراحل نموه المختلفه مطلباً ضروريا لنجاح خطط التنميه الاجتماعيه والاقتصاديّه (24 : 92)

ويشير طه عبد الرحيم (2006) الى ان المؤسسات التربويه هي جماعه ذات تنظيم مستمر تتألف من عدة أشخاص بغرض تحقيق الرعايه لافرادها عن طريق تقديم ألوان متعدده من الانشطه للمساهمه في تكامل بناء الفرد بدنيا واجتماعيا وعقليا ونفسيا وصحيا واذا كانت التربيه هي التعديل في نمو سلوك الفرد الى الافضل فالترويح يعد جزءا بالغ الاهميه من التربيه فمن خلال اشتراك الفرد في برامج المتنوعه يكتسبون المهارات اللازمه لقضاء وقت الفراغ بطريقه مثمره تعود على الفرد بالفائده وبالتالي على المجتمع (11 : 73)

كما يذكر طه عبد الرحيم (2006) نقلا عن عزه حمدي ان التنشئه الاجتماعيه التي تعتبر التربيه قرينه لها لا تقتصر على مؤسسه واحده أو موقف واحد من مواقف الحياه بل انها عمليه متصله تشارك فيها جميع الدوائر الاجتماعيه التي تتمثل في وسائط الثقافه كالاسره والمدرسه والانديه ومراكز الشباب وقصور الثقافه ووسائل الاعلام (11 : 73)

وفي هذا الصدد يرى الباحث ان على الرغم من الجهود المبذوله من الدوله للمشاركة الفعاله للشباب والمراهقين لممارسه مختلف الانشطه التربويه والتي لها الاثر في حياتهم الحاضره والمستقبله الا ان الواقع العملي يتواجد به العديد من المعوقات التي تحول من مشاركة المراهقين في برامج الانشطه التربويه المتنوعه وبالتالي يؤثر ذلك على اندماجهم مع المجتمع الان من اهم العوامل المساهمه في عدم الاندماج المجتمعي للشباب والمراهقين هو استبعادهم سياسيا واقتصاديا واجتماعيا مما يكون له اكبر الاثر في عمليه التنميه والتطور المجتمعي .

وتشير تهناني عبد السلام (2001) الى ان التربيه لوقت الفراغ وحسن استخدامه تعتبر تحديا يواجه المربين فأن المدرس قد يعلم في الفصل مهارات واتجاهات وتذوق لبعض المهارات ويتفق ذلك مع ما ننشده في التربيه التربويه فالتربيه التربويه امتداد للتربيه في الفصل وكذلك فان التربيه التربويه تهئ الفرص لتوفير معامل تعليميه للاستمرار في ممارسه أنشطه في مجالات التربيه الغنيه والموسيقه والرياضه ومجالات اخرى ويحتم علينا المستقبل أن نعطي اهتماما كبيرا لتعلم فن الحياه في مجتمع دائم التغيير (6 : 133، 134)

ويؤكد الباحث ان ممارسه الانشطه الترويحيه المتنوعه هى مسئوليه مشتركه من الاسره والمدرسه والمجتمع فعلينا ان نهتم بحتياجات النمو المتنوعه للمراهقين وان يتم توجيههم الى المؤسسات الترويحيه التى تستثمر وقت الفراغ فى أنشطه تساعد على نمو شخصيتهم وتطويرها بصوره مستمره طبقا لمتغيرات العصريه الحديثه واننا سنكون على مفترق الطرق مع التقدم الحضارى اذا لم نوفر الى ابنائنا الحريه والسعى الى ابراز قدراتهم من خلال الاهتمام الاسرى والمؤسسى المتمثل فى الامكانيات البشرىه المؤهله والماديه المتطوره توصلنا الى شخصيه سويه للمراهق من كل الجوانب البدنيه والنفسيه والاجتماعيه والعقليه .

الاستنتاجات

فى ضوء ماتوصل اليه الباحث من نتائج فقد توصل الباحث لمجموعه من الاستنتاجات التاليه

- 1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وقت الفراغ ترجع إلى اختلاف درجة إدمان الإنترنت بين التلاميذ ذوى درجة الإدمان الحادة ومتوسطى الاستخدام لصالح درجة الإدمان الحادة، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة متوسطى الاستخدام وغير المدمن وقيمة "ف" للفروق بين متوسط درجات وقت الفراغ ترجع إلى اختلاف درجة إدمان الإنترنت بين التلاميذ ذوى درجة الإدمان الحادة و درجة متوسطى الاستخدام لصالح درجة الإدمان الحادة، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة متوسطى الاستخدام وغير المدمن حيث ان متوسط عدد ساعات وقت الفراغ للتلاميذ ذوى الادمان الحاد للانترنت 6ساعات وحاجات ضروريه بمتوسط عدد ساعات 9.1 ساعه و الاعمال المرتبطه بالدراسه 3.5 ساعه واخيرا اليوم الدراسى 5.4 ساعه كما ان بلغ عدد المدمنين للانترنت 80تلميذ بنسبه مئويه 64.38 % ومتوسطى الاستخدام للانترنت 60 تلميذ بنسبه مئويه98.28 % وغير المدمنى للانترنت 67 تلميذ بنسبه 32.36 %
- 2- أتضح أن مفهوم وقت الفراغ لدى مدمنى الانترنت هو وقت بلافائده 61 تلميذ بنسبه 76.25 % وايضا جاء فى الترتيب الثانى ان وقت الفراغ هو الوقت الذى يتحرر فيه الفرد من أعباء الدراسة 51 تلميذ بنسبه 63.75 % كما جاء ايضا فى الترتيب الثانى وقت الفراغ هو وقت الذى تستخدمه حسب ما ترى 51 تلميذ بنسبه 63.75 %
- 3- يتضح أن الانشطه الترويحيه المفضله لدى مدمنى الانترنت هو النشاط الرياضى جاء فى الترتيب الاول نشاط كره القدم 62 تلميذ بنسبه 77.50 % والترتيب الثانى نشاط كمال الاجسام 42 تلميذ بنسبه 52.50 % والترتيب الثانى مكرر نشاط الملاكمه 42 تلميذ بنسبه 52.50 % والنشاط الاجتماعى جاء فى الترتيب الاول نشاط الزيارات 51 تلميذ بنسبه 63.75 % وفى الترتيب الثانى نشاط المأدب 41 تلميذ بنسبه 51.25 % وفى الترتيب الثانى مكرر نشاط الرحلات

بالسياره 41 تلميذ بنسبه 51.25 % والنشاط الثقافى جاء فى الترتيب الاول الانترنت 80 تلميذ بنسبه 100 % والترتيب الثانى العاب الكمبيوتر 49 تلميذ بنسبه 61.25 % والترتيب الثالث مشاهده التلفزيون 42 تلميذ بنسبه 52.50 % والنشاط الفنى فى الترتيب الاول نشاط الملاهى والسيرك 61 تلميذ بنسبه 76.25 % والترتيب الثانى نشاط الغناء 51 تلميذ بنسبه 63.75 % والترتيب الثالث نشاط الاستماع الى الموسيقى 37 تلميذ بنسبه 46.25 % والنشاط الخلوى فى الترتيب الاول نشاط السياحه 35 تلميذ بنسبه 43.75 % وفى الترتيب الثانى نشاط الرحلات الخلويه 32 تلميذ بنسبه 40 % وفى الترتيب الثالث رياضات الخلاء 28 تلميذ بنسبه 35 % .

4- اماكن الممارسه المفضله لدى مدمنى الانترنت النشاط الرياضى جاء فى الترتيب الاول مراكز الشباب 38 تلميذ بنسبه 47.50 % وفى الترتيب الثانى المنزل 24 تلميذ بنسبه 30.00 % وفى الترتيب الثالث الشارع 20 تلميذ بنسبه 25.00 % وبالنسبه للنشاط الاجتماعى جاء فى الترتيب الاول المنزل 64 تلميذ بنسبه 80.00 % وفى الترتيب الثانى أدار السينما 54 تلميذ بنسبه 67.50 % وفى الترتيب الثالث الكافيتريا 46 تلميذ بنسبه 57.50 % والنشاط الثقافى فى الترتيب الاول مقاهى الانترنت 76 تلميذ بنسبه 95.00 % و فى الترتيب الثانى المنزل 62 تلميذ بنسبه 77.50 % وفى الترتيب الثالث الاحزاب السياسيه 58 تلميذ بنسبه 72.50 % والنشاط الفنى جاء فى الترتيب الاول مراكز الشباب 55 تلميذ بنسبه 68.57 % والترتيب الثانى قصور الثقافه 49 تلميذ بنسبه 61.25 % وجاء ايضا فى الترتيب الثانى الانديه 49 تلميذ بنسبه 61.25 % والنشاط الخلوى جاء فى الترتيب الاول المصايف 56 تلميذ بنسبه 70.00 % وفى الترتيب الثانى الشواطئ 49 تلميذ بنسبه 61.25 % وفى الترتيب الثالث البحار 42 تلميذ بنسبه 52.50 %

التوصيات

- 1- اهتمام أجهزه الدوله باستثمار وقت الفراغ للمراهقين من خلال عمل مراكز ترويحيه يقوم بالاشراف عليها كوادر علميه متخصصه داخل المؤسسات الترويحيه او خارجها
- 2- عمل ورش عمل داخل النشاط المدرسى او المؤسسات الترويحيه لتوجيه المراهقين للاستثمار وقت الفراغ بصوره هادفه مع الاهتمام بتوجيه سلوكيات المراهقين للاستخدام الايجابى للانشطه الانترنت المتنوعه بصوره ايجابيه وهادفه .
- 3- استثمار وسائل الاعلام المتنوعه فى توجيه المراهقين الى استثمار وقت الفراغ فى أنشطه بناءه مع توجيه سلوكياتهم الى الاستخدام الايجابى للانترنت .
- 4- اجراء المزيد من الدراسات التى تهتم بالتعرف على المشكلات النفسيه، البدنيه، الاجتماعيه، العقلية، الصحيه التى يتعرض لها المراهق من الاستخدام السلبى للانترنت فى وقت الفراغ وسبل استثماره بطرق بناءه .
- 5- زياده ميزانيه الانشطه الترويحيه فى وقت الفراغ التى توافرها المؤسسات الترويحيه المختلفه للمراهقين .
- 6- زياده عدد أخصائى الترويح الذين يستطيعون الاشراف على الانشطه الترويحيه المتنوعه داخل المؤسسات الترويحيه المختلفه.
- 7- عمل ندوات توعيه دائمه لاولياء الامور من الجهات المعنيه لزياده معرفتهم بسلبيات ويجابيات الانترنت وتأثر ابنائهم بها وخاصة فى مرحله المراهقه .
- 8- الاهتمام بأنشطه الترويح المختلفه التى توفرها المدرسه سواء داخل المدرسه أو خارجها وعدم أقتصار اهتمامها على النشاط الاجبارى الذى يتمثل فى المواد الاجباريه داخل الجدول المدرسى

أولاً: المراجع العربية

- 1- أحمد سعيد السيد
 - 2- أمانى شعبان عبد اللطيف
 - 3- أنس شكشك
 - 4- أيمن شمس الدين
 - 5- السيد على شتا، فاديه عمر الجولانى
 - 6- تهانى عبد السلام
 - 7 - حسين فؤاد جاب الله
 - 8- خليفه طالب بهبهانى
 - 9 - خليفه طالب البهبهانى
 - 10- ساندى مان، بول سيجر
 - 11- طه عبد الرحيم طه
 - 12- عبد العزيز بن حمود
 - 13- عبد الفتاح بيومى حجازى
 - 14 - عبد الفتاح مراد
 - 15- عثمان سيد أحمد
- أهم المشكلات النفسية والاجتماعيه الناجمه عن ادمان المراهقين
للاترننت، ماجستير غير منشور، جامعه عين شمس، 2008 م
- دراسه تحليليه لاوقات الفراغ والانشطه الترويحيه لتلميذات الحلقة
الثانيه من التعليم الاساسى بمدينة المنيا، رساله ماجستير غير
منشوره كليه التربيه الرياضيه جامعه المنيا 2004 م
- شخصيه المراهق المشكلات والحلول، شعاع للنشر والعلوم، الطبعة
الاولى سوريا ، 2010
- فن التعامل مع المراهقين دار القيروان للنشر والتوزيع ، الطبعة
الاولى 2010 م
- الترويج واستثمار أوقات الفراغ فى المجتمع العربى، المكتبه
المصريه، الطبعة الأولى الاسكندريه، 2003 م
- الترويج والتربية الترويحيه، دار الفكر العربى، الطبعة الأولى
القاهرة 2001م .
- تأثير استخدام الالعاب الترويحيه المقترحه على تعلم بعض المهارات
الاساسيه فى التنس للاطفال، رساله ماجستير، غير منشوره كليه
التربيه الرياضيه جامعه حلوان 2003
- القياده فى خدمات أوقات الفراغ والترويج والمنتزهات، الطبعة
الاولى، الكويت 2008 م
- إدارة الترويج الرياضى الطبعة الاولى الكويت 2008
- المراهق المزعج،، دار الفاروق للاستثمارات، الطبعة الاولى القاهره،
2010م
- مدخل الى الترويج ، دار الوفاء للطباعة والنشر الطبعة الاولى
،إسكندرية 2006 .
- وقت الفراغ وشغله فى مدينه الرياض دراسه ميدانيه، الطبعة الاولى،
الرياض 2001 م
- الاحداث والانترنت، دار الفكر الجامعى الطبعة الاولى، الاسكندريه،
2002 م
- الجامعات والمدارس والتعليم على شبكه الانترنت، الطبعة الاولى
،الاسكندريه، 2013 م
- الشباب وأوقات الفراغ اكاديميه نايف العربيه للعلوم الامنيه،، الطبعة
الاولى الرياض، 2001

- 16 - فؤاد الصيد محمد
فلسفه وقت الفراغ وعلاقتها بمؤشرات السلوك الطلابي المرحله
الثانويه بشعبه طرابلس بالجماهيريه الليبيه، دكتوراه غير منشوره،
جامعه الاسكندريه 2012م
- 17- لبيب عبدالعزیز لبيب
الاتجاهات الوالديه وعلاقتها باتجاهات الابناء نحو النشاط الرياضى
وسلوکهم فى وقت الفراغ، رساله ماجستير غير منشوره، كليه التربيه
الرياضيه جامعه حلوان، 1993 م .
- 18- لوکيا الهاشمى، بوعجوج
سلطه الوالدين وعلاقتها بالصراعات المختلفه، دار الايام للنشر
والتوزيع ، الطبعة الاولى الاردن، 2013 م
- 19- محمد أحمد محمد
الاعلام والمراهقين والقضايا الاجتماعيه،، الطبعة الاولى ، مركز
الاسكندريه للكتاب، 2011 م
- 20 - محمد محمد الحماحمى
الترويج المائى الفلسفة والتسويق ، مركز الكتاب للنشر، الطبعة
الأولى، 2004 .
- 21- محمد الحماحمى، عايدہ عبد العزيز
الترويج بين النظرية والتطبيق، دار الكتاب للنشر ، الطبعة الثانية
القاهرة 1998م .
- 22- محمد القطب أنيس
دور الأسرة في تكوين الوعي الثقافي الترويحي على استثمار وقت
الفراغ، رساله ماجستير غير منشوره، جامعه طنطا 2006 م.
- 23- محمد النبوى محمد
ادمان الانترنت فى عصر العولمه، دار صفاء للنشر والتوزيع،
الطبعة الاولى عمان، 2010
- 24- محمد عبد العزيز سلامه
مقدمة فى الترويج واوقات الفراغ ، الطبعة الاولى إسكندرية 2010
.
- 25 - محمد على محمد
وقت الفراغ فى المجتمع الحديث، دار المعرفة الجامعيه، الطبعة
الاولى ، 1985 م .
- 26- محمد على محمد
وقت الفراغ فى المجتمع الحديث دار المعرفة الجامعيه ، الطبعة
الاولى 1981 م .
- 27- محمد عمر الحاجى
الانترنت ايجابياته وسلبياته، دار المكتبى، الطبعة الاولى، سوريا ،
2002 م
- 28 - محمود اسماعيل طلبه
سيكولوجية الترويج واوقات الفراغ ، الطبعة الاولى، المنيا، 2010 م
- 29- محمود عطيه
ضغوط المراهقين والشباب وكيفية مواجهتها، ، مكتبه الانجلو،
الطبعة الاولى، القاهرة، 2010
- 30 - محمود على حسن
اتجاهات تلاميذ المرحله الاعداديه نمو الترويج فى وقت الفراغ،
رساله ماجستير غير منشوره، كليه التربيه الرياضيه للبنين، جامعه
حلوان، 2002 م

- 31- مروه شاکر الشریبى
المراهقه وأسباب الانحراف، دار الكتاب الحديث، الطبعه
الاولى، القاهره، 2006 م
- 32 - مسعد على عویس
الترویح وأوقات الفراغ، رساله الى الشباب فوق الستین، الطبعه
الاولى، القاهره 2008 .
- 33- هانى الناظر
دور العلم فى بناء دوله مصر الحديثه، احوال مصريه مجله فصلیه
تصدر عن مركز الاهرام الدراسات السياسيه والاستراتيجيه، العدد
52، 2014 م
- 34- هدايه الله أحمد
موسوعه التربيه العمليه للطفل دار السلام للطباعه والنشر، الطبعه
الثالثه القاهره، 2008 م
- 35- وائل عبد الرؤوف جلال
وقت الفراغ والاهتمامات الترویحیه لدى الموهبين وغير الموهبين
رياضيا بالمرحله الثانويه بمدنيه المنيا دراسه مقارنه، ماجستير غير
منشوره، جامعه المنيا، 2005 م
- 36- وسام عزت محمد
ادمان الانترنت وبعض المشكلات النفسیه الاكثر شيوعا لدى
المراهقين من الجنسين، ماجستير غير منشور، جامعه عين شمس،
2011 م
- 37- يامين محمد بودهان
الشباب والانترنت، دار مجدلاوى للنشر والتوزيع، الطبعه الثالثه
عمان، 2014 م

المراجع الاجنبية

- 38 Byrne, Andrea An exploratory analysis of Internet gambling among youth- McGill University (Canada), UMI Dissertations Publishing, 2005
- 39Galipeau, Miriam A Case Study of Alberta's Future Leaders Program (AFL): Developing Aboriginal Youth Leadership through Cross-Cultural Mentorship, and Sport, Recreation, and Arts Programming University of Ottawa (Canada), , UMI Dissertations Publishing, 2012.
- 40 Harding, Andrew Physical activity participation: An exploration of what it will take to get Nova Scotia south shore youth more physically active, Dalhousie University (Canada, UMI Dissertations Publishing, 2009.
- 41-Harden,D Michael. The five factor model of personality and leisure experience California State University, Fullerton, , UMI Dissertations Publishing, 2008.
- 42- Mainville, Sylvie Investigating the delivery of therapeutic recreation services on the Internet: A pilot study using leisure education for the prevention of alcohol abuse University of North Texas, UMI Dissertations Publishing, 1998.
- 43-Taylor, Shallie Influences on Active Family Leisure and a Healthy Lifestyle Among Adolescents ; Leisure Sciences. Jul-Sep2012,
M.,al

وقت الفراغ وعلاقته بادمان الانترنت لدى المراهقين

* د / علي أحمد علي حسنين

تهدف هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة بين وقت الفراغ وعلاقته بادمان الانترنت لدى المراهقين أصبح استخدام الانترنت فى المجتمع بنسبه كبيره من فئاته ويعد المراهقين أكثر فئات المجتمع اساءه لاستخدامه نتيجة لقضائهم ساعات طويله امام الانترنت كما ان مرحله المراهقه تعد من أخطر المراحل التى يمر بها الانسان وذلك للعديد من التغيرات التى تطرأ عليه والذى يؤدي بدوره الى التأثير على حياته المستقبلية بصوره واضحه وكبير ه وذلك ينبغى الاستفاده بوقت الفراغ بصوره ايجابيه ومفيده تعود على المراهق بالجوانب الايجابيه على شخصيته الا ان يتضح ان نسبه كبيره من المراهقين يتعرضون الى ادمان الانترنت وقد تناول هذا البحث المنهج المسحى واشتملت عينه البحث الاساسيه على (80) مراهق ومن وسائل جمع البيانات مقياس ادمان الانترنت اعداد حسام الدين عزب (2001) ، استماره استبيان حجم وقت الفراغ ، استماره مفهوم وقت الفراغ لدى المراهقين ، استماره الانشطه الترويحيه المفضله لدى المراهقين ومن نتائج هذا البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وقت الفراغ ترجع إلى اختلاف درجة إدمان الإنترنت بين التلاميذ ذوى درجة الإدمان الحادة ومتوسطى الاستخدام لصالح درجة الإدمان الحادة، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة متوسطى الاستخدام وغير المدمن و قيمة "ف" للفروق بين متوسط درجات وقت الفراغ ترجع إلى اختلاف درجة إدمان الإنترنت بين التلاميذ ذوى درجة الإدمان الحادة و درجة متوسطى الاستخدام لصالح درجة الإدمان الحادة، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة متوسطى الاستخدام وغير المدمن حيث ان متوسط عدد ساعات وقت الفراغ للتلاميذ ذوى الادمان الحاد للانترنت 6ساعات وحاجات ضروريه بمتوسط عدد ساعات 9.1 ساعه و الاعمال المرتبطه بالدراسه 3.5 ساعه واخيرا اليوم الدراسى 5.4 ساعه كما توصى هذه الدراسة بالآتى

- اهتمام أجهزة الدولة باستثمار وقت الفراغ للمراهقين من خلال عمل مراكز ترويحيه يقوم بالاشراف عليها كوادر علميه متخصصه داخل المؤسسات الترويحيه او خارجها
- عمل ورش عمل داخل النشاط المدرسى او المؤسسات الترويحيه لتوجيه المراهقين للاستثمار وقت الفراغ بصوره هادفه مع الاهتمام بتوجيه سلوكيات المراهقين للاستخدام الايجابى للانشطه الانترنت المتنوعه بصوره ايجابيه وهادفه .
- استثمار وسائل الاعلام المتنوعه فى توجيه المراهقين الى استثمار وقت الفراغ فى أنشطه بناءه مع توجيه سلوكياتهم الى الاستخدام الايجابى للانترنت .

- اجراء المزيد من الدراسات التى تهتم بالتعرف على المشكلات النفسيه، البدنيه، الاجتماعيه، العقلية، الصحيه التى يتعرض لها المراهق من الاستخدام السلبى للانترنت فى وقت الفراغ وسبل استثماره بطرق بناءه
- زياده ميزانيه الانشطه الترويحيه فى وقت الفراغ التى توافرها المؤسسات الترويحيه المختلفه للمراهقين .
- زياده عدد أخصائى الترويح الذين يستطيعون الاشراف على الانشطه الترويحيه المتنوعه داخل المؤسسات الترويحيه المختلفه
- عمل ندوات توعيه دائمه لاولياء الامور من الجهات المعنيه لزياده معرفتهم بسلبيات وايجابيات الانترنت وتأثر ابنائهم بها وخاصه فى مرحله المراهقه
- الاهتمام بأنشطه الترويح المختلفه التى توفرها المدرسه سواء داخل المدرسه أو خارجها وعدم أقتصار اهتمامها على النشاط الاجبارى الذى يتمثل فى المواد الاجباريه داخل الجدول المدرسى .

Research Summary

The study titles "spare time and its relation by Internet addiction for the Teenagers"

Dr. Aly Ahmed Aly Hassanein

This study is targeting to identify the relation between the spare time and its relation by Internet addiction for the Teenagers.

The use of the internet in the society became with a big percentage of its citizens, Teenagers are the worst categories to use it as they have spending long time in front of the Internet as that the Teenagers stage considered one of most dangerous stages of human's life, because of the changes incurred by it, that leads by its rule to influence the future of his life in a clear and large image. And thus should be utilize the spare time positively and usefully return on the teenagers with its advantage side on their character, now it appears with a big image that the teenagers exposed by the internet addiction, this research has addressed the survey method, the same basic research included on (80) teenagers, one means of measure data collection of Internet addiction, prepared by Hossam Eldin Azab (2001), Questionnaire of spare time, the concept of spare time form for the teenagers, recreational activities favorite for the teenagers form, from the result of this research found that the differences with static indication in the spare time due to the difference in the degree of Internet addiction among students, those with severe and middle using degrees of internet addiction for the benefit of severe degree addiction, While there are no statistically significant differences between the degree of middle-use and non-addict, and value of (F) difference between the middle degree at the spare time, the difference degree of internet addiction between the students those with severe and middle using degrees of internet addiction for the benefit of severe degree addiction, while there are no statistically significant differences between the degree of middle-use and non-addict, where the average of spare time hours of the students those have severe addiction for the internet 6 hours and the necessary needs by average of hours 9.1 hour and the related works to the studies 3.5 hour and finally the academic day 5.4 hour, this study also recommends the following:-

The attention of the state bodies is to invest spare time for teenagers through the recreational centers work to supervise the specialized scientific cadres institutions inside or outside recreational.

- Action workshops within the school activity or recreational establishments to guide teenagers to invest spare time in a meaningful way with attention to the guidance behaviors of teenagers use the Internet Activities positive for miscellaneous positively and purposeful.

- Investment and diverse media guide teenagers to invest spare time in constructive activities with guiding their behavior to the positive use of the Internet.
- Further studies that interested in the psychological, physical, social, mental and health problems that the teenager exposed of the passive use of the Internet in spare time and ways to invest in build ways.
- Increase the budget of recreational activities in spare time, which provided by different recreational establishments for teenagers .Increase the number of recreation Specialist who can supervise the various recreational activities within the different recreational establishments .
- Permanent awareness seminars for the parents who are concerned to increase their knowledge by the pros and cons of the internet and influenced their children, especially in teenager stage.
- Concerning by the various recreation activities that provided by school whether within the school or out of school and not be confined their attention on the mandatory activitv. which is the mandatory subjects listed in the school's schedule.