

أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال
على بعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة
للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

إعداد

د/ حليلة إبراهيم أحمد الفيلكاوي

أستاذ مساعد/ قسم علم النفس - كلية التربية الأساسية
الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب - دولة الكويت

أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية ١٥٠
لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

د/ حليلة إبراهيم أحمد الفيكاوي*

المقدمة:

يتعجب القارئ عندما يرى كلمة "إدمان" مضافة إلى "موبايل"، فعادة ما يكون الإدمان مرتبطاً باستخدام مواد تدخل جوف الإنسان مثل المسكرات والمخدرات. ولكن الحقيقة أن هناك عدداً من الدراسات الكلينيكية في مجال الإدمان قد توصلت إلى أنه قد ينتج إدمان مرضي من جراء استخدام الموبايل بطريقة غير سليمة.

ويتم تعريف الإدمان بشكل عام على أنه "المداومة على تعاطي مواد معينة أو القيام بنشاطات معينة لمدة طويلة بقصد الدخول في حالة من النشوة أو استبعاد الحزن والاكتئاب" وهذا التعريف لم يقتصر على تعاطي مواد بعينها بل أستخدم تعريفاً فسيحاً بحيث يمكن أن يشمل إدمانات أخرى غير العقاقير (حسام عزب، ٢٠٠٣: ١١٧).

فجميع الإدمانات (بمخدرات أو بغير مخدرات) إنما هي محاولات فاشلة للسيطرة على مشاعر الإثم، أو الاكتئاب، أو القلق، وذلك عن طريق النشاط الإدماني الذي يقوم به المدمن، وإنما تتصل بالاتجاهات المضادة للمخاوف، فمن بعض الأمثلة على الإدمان بغير مخدرات، الكلبتومانيا (هوس السرقة)، والبوليميا (إدمان الطعام)، وإدمان القراءة وإدمان الهوايات (حسام عزب، ٢٠٠١: ٢٨٩).

فالنمو المتسارع للحاسبات الشخصية وصولاً إلى تكنولوجيا الإنترنت والموبايل زادوا من دور ومكانة التكنولوجيا في حياتنا وثقافتنا بشكل مثير وهذه الإثارة جعلت الفرد ملتصقاً بالإنترنت والموبايل الأمر الذي جعله يترك الأنشطة

* د/ حليلة إبراهيم أحمد الفيكاوي: أستاذ مساعد/قسم علم النفس - كلية التربية الأساسية. الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب - دولة الكويت.

الأخرى اليومية المهمة في حياته مما أدى به إلى الاضطرابات النفسية وله أكبر تأثير على صحته النفسية (جوزيف مكلينشي Mcglinchey، ٢٠٠٣: ١٠٣). ويمكن تقسيم مستخدمي شبكة الإنترنت عن طريق الموبايل إلى فئتين أساسيتين الأولى تبغي بلوغ أهداف معلومة ومحددة بدقة بالغة، أما الثانية فهي لا تهدف من وراء استخدام شبكة الإنترنت عن طريق الموبايل سوى المتعة والإثارة وشغل أوقات الفراغ ونجد هنا أن أغلبية أفراد الفئة الثانية هم ممن ينتمون إلى الفئات العمرية الصغيرة والمراهقين مما يزيد من إمكانية تأثرهم السلبي لطول المدة التي يقضونها أمام شاشات الإنترنت على الموبايل وأفادت الدراسة بان مستخدمي الإنترنت وشبكات الموبايل قد سجلوا انخفاضا في التفاعل مع الوالدين مما يوضح انخفاض العلاقات الأسرية بصفة عامة هذا مع الأخذ في الاعتبار الطبيعة الخاصة للمراهقين والتي تجعلهم فريسة سهلة للانعزال والاعتزاب الاجتماعي عن المحيطين حيث تنقلص الفترة التي يقضوها مع أسرهم أو مشاركتهم في أي أنشطة أخرى (دينا عساف، ٢٠٠٥: ٦٧).

فهذه الفترة بها حاجات نفسية للمراهق خاصة الفتيات لا يستطيع إشباعها وعندما لا يحقق المراهق حاجه لديه يصبح مضطربا ومتوترا، وغير مستقر ومن ثم فهو يبحث لنفسه عن هدف محدد يعينه على تخفيف حاله عدم الاتزان التي يعاني منها، وفي وسط هذه المرحلة التي يكون بها الفرد ضعيفا قابلا للانقياد مع أي تيار نجد وسائل الإعلام جميعها بما فيها الإنترنت عن طريق الموبايل تدفع المراهقين لامتناسص اتجاهات وقيم و إرادة عن طريق الغزو الثقافي لا تتفق مع اتجاهات وقيم المجتمع، وقد تنمى فيهم عن طريق التقليد والتوحد مع ما يشاهدون زيادة اتجاهات سلبية. والدراسات التي تناولت تأثير وسائل الإعلام على المراهقين أشارت إلى ضرورة ترشيد المواد التي تقدم لأبنائنا من خلال قنوات التواصل الجماعي لما لها من تأثيرات سيئة (فيوليت فواد، ٢٠٠٥: ٦٤-٦٥).

مشكلة الدراسة:

دخلت شبكة التليفونات الجواله "الموبايل" بشكل مذهل في البيوت، وزاد عدد مستخدميها، وعدد ساعات الاستخدام، مما لفت نظر التربويين والأخصائيين النفسيين لهذا الاضطراب الجديد الذي جعل الفرد يترك الأنشطة الأخرى اليومية

الهامة في حياته وأدى به إلى الاضطرابات النفسية كما له تأثير واضح على الصحة النفسية للفرد.

وتتبلور مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة على التساؤلات الآتية:

- ١- هل الاستخدام المتزايد للموبايل بتطبيقاته (الفيس بوك- تويتر- يوتيوب..الخ) يؤدي لإدمان المستخدم له؟
- ٢- هل توجد علاقة بين إدمان الموبايل وبعض المتغيرات النفسية: (الانتباه - تحقيق الذات- التوافق الاجتماعي- الإنجاز الدراسي) لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت؟
- ٣- هل هناك فروق إحصائية بين متوسط درجات مدمني الموبايل والمستخدمين العاديين في درجة أصابتهم بالمشكلات النفسية؟
- ٤- هل توجد فروق إحصائية بين متوسط درجات طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب مدمني الموبايل بدولة الكويت على مقياس إدمان الموبايل باختلاف التخصص الدراسي (تخصصات علمية/أدبية)؟
- ٥- هل تتباين درجات طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت مدمني الموبايل على مقياس إدمان الموبايل باختلاف أعمارهم الزمنية (من ١٨-أقل من ٢٠ سنة/ ومن ٢٠- أقل من ٢٢ سنة/ ومن ٢٢- أقل من ٢٤)؟

أهداف الدراسة:

- ١- تعرف أهم المشكلات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت المرتبطة باستخدامهم للموبايل.
- ٢- إلقاء الضوء على بعض العوامل التي تؤدي بالبعض لإدمان الموبايل.
- ٣- معرفة هل هناك فروق إحصائية بين متوسط درجات مدمني الموبايل والمستخدمين العاديين في درجة أصابتهم بالمشكلات النفسية.
- ٤- معرفة هل هناك اختلاف بين طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب مدمني الموبايل بدولة الكويت في درجة إدمانهم للموبايل (باختلاف متغير السن- التخصص العلمي).

أهمية الدراسة:

- ١- ترجع أهمية الدراسة إلى أنها ترتبط بوسيلة من أهم وسائل الاتصال الحديثة ألا وهي الموبايل كظاهرة منتشرة لدى المراهقين من الجنسين ومدى أهمية

هذه الوسيلة لهم وطريقتهم ودوافعهم لاستخدامها وتأثيرها على سواءهم النفسي.

٢- تكمن أهمية الدراسة أيضاً إلى أن إدمان الموبايل أصبح ظاهرة من الظواهر المنتشرة بشكل كبير في هذا العصر بل وفي مختلف البيئات والثقافات والمجتمعات سواء العربية أو الغربية.

٣- ترجع أهمية الدراسة أيضاً إلى أنها من أوائل الدراسات العربية في البيئة الكويتية (في حدود علم الباحثة) التي تتناول الموبايل باعتباره نوع جديد من الإدمان وتأثيره على المشكلات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت.

حدود الدراسة:

يتحدد مجال الدراسة الحالية بالأبعاد التالية:

١- **الحدود الموضوعية:** اقتصر موضوع الدراسة الحالية على موضوع: "أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت".

٢- **الحد البشري:** ستجرى الدراسة الحالية على عينة من طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت سيبلغ حجمها (٣٠٦) طالبة تتراوح أعمارهن بين (١٨ - ٢٤) سنة.

٣- **الحد الزمني:** سوف تجرى الدراسة ما بين عامي ٢٠١٦ - ٢٠١٧.

٤- **الحد المكاني:** سيتم إجراء الدراسة على طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت.

كما ستحدد هذه الدراسة بالمنهج والأدوات والأساليب الإحصائية المستخدمة، ولذلك فإن إمكانية تعميم نتائج هذه الدراسة والاستفادة منها ترتبط بحدودها المذكورة سابقاً.

مفاهيم الدراسة:

١- الإدمان: Addiction

هو التعود على استعمال شيء ما أو الحاجة القهرية لاستعماله (عبد العزيز الشخص، ٢٠٠٦: ١٢).

٢- إدمان الموبايل: Mobile Addiction

هو متلازمة الاعتماد النفسي للمداومة على ممارسة التعامل مع شبكة الإنترنت عبر الموبايل لفترات طويلة أو متزايدة ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية (بل وعلى حساب هذه الضرورات وغيرها) مع ظهور المحكات التشخيصية المألوفة في الإدمانات التقليدية من قبيل التكرارية والنمطية والإلحاح والهروب والانسحاب من الواقع الفعلي إلى واقع افتراضي، كما يكون السلوك في هذه الحالة قهرياً عنيداً ومتشبتاً بحيث يصعب الإقلاع عنه دون مساعدة علاجية للتغلب على أعراض الانسحابية النفسية (حسام عزب، ٢٠٠١: ٦).

تعرف الباحثة إدمان الموبايل إجرائياً بأنه: "ذلك الاعتياد الذي يكونه الفرد لنفسه من خلال تفاعله النمطي والمتكرر مع بيئة افتراضية على شاشة الموبايل، ويحدد إجرائياً بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوصون في مقياس إدمان الموبايل المستخدم في هذه الدراسة".

٣- المشكلات النفسية Psychological problems:

هي مشكلات قد يعاني منها الفرد العادي في حياته اليومية لا تصل إلى درجة المرض النفسي. ويجب الاهتمام بحل وعلاج هذه المشكلات قبل أن يستفحل أمرها وتتطور الحالة إلى عصاب أو ربما إلى ذهان أو على الأقل حتى لا تحول دون النمو السوي ودون تحقيق الصحة النفسية (حامد زهران، ١٩٩٧: ٤٠٣).

تعرف الباحثة المشكلات النفسية إجرائياً بأنها: "مجموعة من الصعوبات في بعض مجالات الحياة النفسية: تتمثل في (التوافق الاجتماعي - التفاوض - الاتزان الانفعالي - تحقيق الذات - التحصيل والانجاز الأكاديمي) تظهر من خلال تفاعل الفرد بالبيئة المحيطة به، وتحدد إجرائياً بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوصون في مجالات مقياس المشكلات النفسية المستخدم في هذه الدراسة".

الإطار النظري للدراسة:

تناولت الباحثة إطارها النظري كما يلي:

١- الموبايل كوسيلة اتصال:

يتميز هذا العصر بالتغيرات السريعة الناجمة عن التقدم العلمي والتكنولوجي وتقنية المعلومات، لذا أصبح من الضروري على النظام التربوي مواكبة هذه التغيرات لمواجهة المشكلات التي قد تتجم عنها مثل كثرة المعلومات وزيادة عدد

المتعلمين ونقص المعلمين وبعد المسافات. وقد أدت هذه التغيرات إلى ظهور أنماط وطرائق عديدة للتعليم والتعلم، خاصة مع ظهور الثورة التكنولوجية في تقنية المعلومات، والتي جعلت من العالم قرية صغيرة مما أدى إلى زيادة الحاجة إلى تبادل الخبرات مع الآخرين، وحاجة المتعلم لبيئات غنية متعددة المصادر للبحث والتطوير الذاتي، فظهر الكثير من الأساليب والطرائق والوسائل الجديدة في التعليم والتعلم، ومن ذلك ظهور التعلم الإلكتروني (عبد الله موسى وأحمد المبارك، ٢٠٠٥: ١١). وقد أدى التطور الكبير في تقنيات الاتصالات والمعلومات وانتشار المعرفة الإلكترونية بين طلاب المدارس والجامعات إلى ظهور أشكال جديدة من نظم التعليم، ففي العقد الماضي ظهرت أدوات التعليم والتدريب المعتمدة على الحاسوب بشكل رئيسي وعلى أساليب التفاعل المختلفة معه مستفيدة من الأقراص المضغوطة والشبكات المحلية، وخلال القرن الحالي تطور مفهوم التعلم الإلكتروني وتميزت أدواته باستعمال الإنترنت، أما هذه الأيام فيتم استثمار تقنيات الاتصالات اللاسلكية عامة والنقالة خاصة ليظهر مفهوم جديد هو أنظمة التعلم النقالة Mobile Learning Systems (محمد الحمادي، ٢٠٠٦: ٧٠).

وكان لزيادة قدرات بنية الشبكات التحتية ذات النطاق الترددي العالي، والتقدم في التكنولوجيا اللاسلكية، وزيادة شعبية الهواتف النقالة، الأثر الأكبر على النمو السريع في تكنولوجيا هذه الأجهزة في السنوات الأخيرة، مما أدى إلى انتشارها انتشاراً كبيراً على مستوى العالم، حيث دخلت كل بيت تقريباً، وتملكها كل فرد من أفراد المجتمعات بغض النظر عن مستواه الثقافي أو الاقتصادي أو الاجتماعي، ففي الأردن مثلاً وهو يعتبر من البلدان الفقيرة نسبياً، فقد صرح رئيس مفوضية هيئة تنظيم قطاع الاتصالات أن ما نسبته ٩٤% من سكان الأردن يمتلكون هواتف نقالة، إذ بلغ عدد المشتركين في هذه الخدمة خمسة ملايين وخمسمائة وستون ألف مشترك من أصل حوالي ستة ملايين، وأنهم قد تبادلوا ما بينهم مليار وثمانمائة مليون رسالة نصية، أي بمعدل حوالي ثلاثمائة وستون رسالة للفرد الواحد، وأن عدد الاتصالات قد بلغ ثلاثة عشر ملياراً وثلاثمائة مليون دقيقة، بمعدل ست دقائق للفرد يومياً، وكل ذلك تم في عام واحد وهو عام ٢٠٠٨ (محمد الحوامدة، ٢٠٠٩: ١٥). هذا وقد ارتفع معدل استخدام الهواتف النقالة في العام الحالي إلى ١٤٢%، وتتوقع الحكومة الأردنية ارتفاع نسبة انتشار الهاتف

النقل إلى نحو ١٥٠% في عام ٢٠١٤ وإلى نحو ١٧٥% في عام ٢٠١٦ (الحوامدة، ٢٠١٣:٧٢).

وقد استفادت قطاعات كثيرة من قطاعات المجتمعات من هذه الأجهزة، لما تقدمه من خدمات كبيرة في كل مجال من مجالات الحياة، كالأمن والصحة والاقتصاد والاتصالات والسياسة، ومن أهم هذه الأجهزة الهاتف النقال. وبما أن معظم الطلبة لهم المعرفة الكاملة بكيفية التعامل مع الأجهزة النقال، فقد ساعد ذلك على بدء استخدامها في معظم قطاعات التعليم، وفي كثير من دول العالم المتطورة والنامية على حد سواء.

وكلمة Mobile تعني- متحرك أي قابل للحركة أو للتحرك أو الجسم المتحرك (بعلبكي، ٢٠١٢: ٧٨٠)، ومن هنا يمكن ترجمة المصطلح Mobile-Learning إلى التعلم النقال أو التعلم المتحرك أو التعلم بالجوال أو التعلم بالموبايل أو التعلم عن طريق الأجهزة الجوال (المتحركة) أو المحمولة باليد، مثل المساعد الرقمي الشخصي وغيره ولا تقتصر فقط على الهواتف المتحركة (محمد العمري ومحمد المومني، ٢٠١١: ٨).

وتعد تقنيات التواصل النقال من أكثر مظاهر التكنولوجيا انتشارا في أيامنا هذه، ولذلك فهي من أكثر الأدوات التي يمكن أن تستخدم في عملية التعلم النقال بحيث أنها تستطيع أن تقدم العديد من الخدمات للعملية ككل، ومن هذه الخدمات: الدخول إلى الإنترنت، وتصفح المواقع المختلفة، وإرسال واستقبال البريد الإلكتروني، وتبادل الرسائل النصية ورسائل الوسائط المعدة، وتشغيل الملفات المختلفة وتشغيل الألعاب التعليمية (زينب أمين وأمين الحفاوي، ٢٠٠٨: ١٤-١٧).

ومن الخدمات التي تقدمها هذه التقنية:

- **خدمة الرسائل القصيرة (SMS- Short Message Serves):** وهي خدمة تسمح لمستخدمي الأجهزة النقال بتبادل رسائل نصية قصيرة فيما بينهم ولا تتجاوز حروف الرسالة الواحدة ١٦٠ حرفا.
- **خدمة الواب (WAP – Wireless Application Protocol):** وهو معيار عالمي يتضمن مواصفات وقواعد اتصالات محددة اتفقت عليها مجموعة من الشركات بحيث يساعد المستخدمين على الدخول إلى شبكة الإنترنت لاسلكياً.

- **خدمة التراسل بالحزم العامة (GPRS- General packet radio service):** وهي تقنية تسمح للأجهزة النقالة الدخول إلى شبكة الإنترنت بسرعة فائقة وإمكانية استقبال البيانات والملفات وتخزينها واسترجاعها.
- **خدمة البلوتوث (Bluetooth):** تقنية اتصال لاسلكية تقوم على ربط مجموعة من أجهزة الاتصال النقالة مع بعضها البعض بروابط لاسلكية قصيرة المدى.
- **خدمة الوسائط المتعددة (MMS- Multi Media Service):** تقنية تتيح للمستخدم تبادل رسائل تحمل لقطات فيديو، أو الرسوم المحركة، أو الصور الملونة، أو الصوت (محمد العمري ومحمد المومني، ٢٠١١: ٤٦-٤٨).

٢- أنواع أجهزة الاتصال النقالة:

هي تلك الأجهزة اللاسلكية التي تحمل مع المتعلم وترافقه إلى أي مكان، ويمكن من خلالها إرسال واستقبال المكالمات الهاتفية، أو الرسائل النصية الإلكترونية أو رسائل الوسائط المتعددة، وذلك من خلال إمكانية وصولها إلى شبكة الإنترنت أو أي شبكة أخرى، ويمكنها أيضا تبادل البيانات والملفات التي تحتوي على بيانات إلكترونية، أو مرفقات على شكل صور ثابتة، أو صوت، أو مقاطع الفيديو.

ويمكن تحديد هذه الأجهزة بالآتي:

- ☒ **الهواتف النقالة Mobile Phones:** الهاتف المحمول أو النقال أو الخليوي أو الجوال هو وسيلة من وسائل الاتصال التي تعتمد على الاتصال اللاسلكي، ويمكن حملها والتجوال بها ضمن مساحة معينة مغطاة بشبكة البث اللاسلكية.
- ☒ **الحاسوب اللوحي Tablet PC:** هو نوع من أنواع الحواسيب، حجمه مساوٍ لحجم كف اليد تقريباً، يمكن حمله والتجوال به، ويستخدم في تخزين واستعراض البيانات النصية والوسائط المتعددة، ويمكن استخدامه كالحاسوب المكتبي بكافة تطبيقاته.
- ☒ **الحاسوب المحمول Laptop:** هو نوع من أنواع الحواسيب، حجمه أكبر قليلاً من الحاسوب اللوحي وله نفس الميزات تقريباً، إلا أن سعته التخزينية قد تكون أكبر منها في الحاسوب اللوحي.

☒ المساعدات الشخصية الرقمية (PDAs) Personal Digital Assistants:

هي أجهزة حاسوبية محمولة، تستخدم لتخزين وتنظيم البيانات، وتنظيم المواعيد الشخصية، وإعداد قوائم بالمهام الشخصية، وكتابة الملاحظات، إمكانية تشغيل برامج تنسيق النصوص والجدول الحسابية والألعاب وقراءة الكتب الإلكترونية، والاتصال بشبكة الإنترنت وإرسال واستعراض رسائل البريد الإلكتروني.

وقد أدى هذا التطور إلى تهافت المتعلمين في الجامعة على اقتناء الأجهزة النقالة والتعامل معها بطريقة أو بأخرى مما أدى إلى ظهور ظاهرة الاستخدام المفرط لهذه الأجهزة، وهذا بدوره أدى إلى التساؤل حول جدوى هذا الاستخدام والفائدة منه (عبد الحميد بسيوني، ١٧: ٢٠٠٧-١٩).

٣- إدمان الموبايل:

أ- ماهية إدمان الموبايل:

يختلف العلماء في تعريف كلمة "إدمان" فيصير البعض على أن الكلمة لا تنطبق إلا على مواد قد يتناولها الإنسان، ثم لا يقدر على الاستغناء عنها، وإذا استغنى عنها تسبب ذلك في حدوث أعراض الانسحاب لتلك المادة التي تعرضه لمشاكل بالغة، وبالتالي لا يستطيع أن يستغنى عنها مرة واحدة، بل يحتاج إلى برنامج للإقلاع عن تلك المادة باستخدام مواد بديلة وسحب المادة الأصلية بشكل تدريجي كما هو الحال في أغلب حالات المخدرات.

في حين يعترض بعض العلماء على هذا المفهوم الضيق للتعريف حيث يرون أن الإدمان هو عدم قدرة الإنسان على الاستغناء عن شيء ما.. بصرف النظر عن هذا الشيء طالما استوفى بقية شروط الإدمان من حاجة إلى المزيد من هذا الشيء بشكل مستمر حتى يشبع حاجته حين يحرم منه.

فالإدمان كتعبير لغوي يشير إلى شكل من أشكال فقد السيطرة على السلوك، مما يعجز أمامه المرء عن إيقاف هذا السلوك غير المرغوب، بالرغم من عواقب هذا السلوك على الفرد من حيث القلق والتوتر وتغيير المزاج للأسوأ وغيرها من أعراض الانسحاب سواء على المستوى النفسي أو البدني أو الاجتماعي.

والإدمان كما عرفة عبد العزيز الشخص هو المداومة على تعاطي مواد معينة أو القيام بنشاطات معينة لمدة طويلة بقصد الدخول في حالة من النشوى أو استبعاد الحزن والاكتئاب (عبد العزيز الشخص، ٢٠٠٦: ١٢).

أقر الدليل التشخيصي الرابع DSM,IV والصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA) عام ١٩٩٤، ما يحتويه الإصدار الثالث من أعراض التحمل Tolerance، والانسحاب Withdrawal وهذه الأعراض تمثل مفتاح التشخيص، كما أعادت مجموعة العمل التأكيد على الدور الهام لكلاً من إساءة الاستخدام Abuse كمعلم تشخيصي مستقل عن الاعتماد على المواد المخدرة أو المسكرة، وبالرغم من ذلك فقد اعتبرت مجموعة العمل أن وجود هذه الأعراض إنما ترجع إلى أنه يحقق التمييز الفارق بين نمطين من المدمنين: النمط الذي لديه أعراض التحمل أو الانسحاب (ويتم تشخيصه على أنه اعتماد فسيولوجي Physiological Dependence With Physiological) والآخر الذي ليس لديه أعراض التحمل أو الانسحاب (يتم تشخيصه على أنه بدون اعتماد فسيولوجي Physiological Dependence Without). وترجع أهمية هذا الاعتماد على أنه فتح الباب أمام أشكال أخرى من الإدمان غير التقليدي أو الفسيولوجي (إدمان بدون مخدرات) (Weitzman, 2000:132)

وإذا ما نظرنا نظرة فاحصة وجادة على الأشكال المتنوعة من الإدمان (إدمان بدون مخدرات) نجد منها: إدمان العمل، إدمان التسوق وهوس الشراء، إدمان المخاطرة سواء بالرياضات الخطرة كالدرجات البخارية والتزحلق على الجليد في أماكن خطيرة وغيرها من إدمانات الخطر، وإدمان الطعام، وإدمان التدريبات البدنية، إدمان المضاربة في الأوراق المالية، إدمان المراهقات والمقامرة، وإدمان شاشة جهاز الكمبيوتر، وإدمان مواقع وشبكة الإنترنت.

والحقيقة أننا سنجد أناساً لا يفشلون فحسب في الوصول إلى إمكاناتهم وإنما يعانون في سبيل ذلك معاناة شديدة وقاسية، ولكن نظراً لأن المخدر الذي يتعاطاه أصحاب تلك الأشكال من الإدمانات يعد مقبولاً من الناحية الاجتماعية، فإن الأمر لا يشكل ضغطاً ملحاً على أولئك المدمنين تستوجب مساعدتهم من وجهة نظرهم هم فقط وهنا يكمن الخطر الذي يلحق بهم ويجعلهم فيما بعد متورطين في إدمان تلك السلوكيات وما تنعكس عليهم من سلبيات من خلال تماديهم في تلك الأشكال المتعددة من الإدمانات المقبولة اجتماعياً؟؟ (أحمد فخري، ٢٠٠٨: ٢).

وخلاصة ذلك فإن النظرة العالمية في تعريف الإدمان لم تعد قاصرة على التعريفات التقليدية الضيقة، بل اتسعت لتشمل كل ما يمكن أن يكون موضوعاً

للإدمان حتى، فالقابلية للإدمان تكمن في الإنسان، وهو الذي يسقطها على الأشياء، وهذا ما يفسر أوسع الدائرة الإدمانية يوماً بعد يوم، وعلى ذلك فالعلاج الواقعي والفعال والناجح للإدمان يكمن في وقاية الإنسان من الوقوع في برائته، وذلك بتقوية إرادته وتوعيته وإرشاده من خلال أسرته أولاً ثم من خلاله هو نفسه وأصدقائه، وقبل كل ذلك تقوية إيمانه بربه ودينه ووطنه.

ب- إدمان التواصل الاجتماعي عبر الموبايل:

ويعرف زاهر راضي (٢٠٠٣) مواقع التواصل الاجتماعي بأنها: "منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمشاركة فيها بإنشاء موقع خاص به، ومن ثم ربطه عن طريق نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها.

ويعرفها ميشال انولا (٢٠٠٤) على أنها تجمعات اجتماعية تظهر عبر شبكة الانترنت عندما يدخل عدد كاف من الناس في مناقشات عبر فترة كافية من الزمن، يجمع بينهم شعور إنساني كاف، بحيث يشكلون مواقع للعلاقات الشخصية عبر الفضاء الإلكتروني. وعرفت أيضاً على أنها تلك المجتمعات الافتراضية وتجمعات اجتماعية تظهر عبر شبكة الانترنت، تشكلت في ضوء ثورة الاتصالات الحديثة، تجمع بين ذوي الاهتمامات المشتركة بحيث يتواصلون فيما بينهم ويشعرون كأنهم في مجتمع حقيقي.

كما تعتبر مواقع التواصل الاجتماعي منظومة من الشبكات الإلكترونية عبر الإنترنت تتيح للمشاركة فيها إنشاء موقع خاص فيه ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم نفس الاهتمامات أو جمعه مع أصدقاء الجامعة أو الثانوية أو غير ذلك. وهو أيضاً مصطلح يطلق على مجموعة من المواقع على شبكة الانترنت ظهرت مع الجيل الثاني "للويب"، الذي يتيح التواصل بين الأفراد في بيئة مجتمع افتراضي يجمعهم حسب مجموعات اهتمام أو شبكات انتماء (بلد، جامعة، شركة،...)، كل هذا يتم عن طريق خدمات التواصل المباشر من إرسال الرسائل أو الاطلاع على الملفات الشخصية للآخرين ومعرفة أخبارهم ومعلوماتهم التي يتيحونها للعرض.

تقوم الفكرة الرئيسية للشبكات الاجتماعية على جمع بيانات الأعضاء المشتركين في الموقع ويتم نشر هذه البيانات بشكل علني حتى يجتمع الأعضاء ذوي المصالح المشتركة والذين يبحثون عن ملفات أو صور... إلخ، أي أنها شبكة

مواقع فعّالة تعمل على تسهيل الحياة الاجتماعية بين مجموعة من المعارف والأصدقاء، كما تمكن الأصدقاء القدامى من الاتصال ببعضهم البعض وبعد طول سنوات تمكنهم أيضا من التواصل المرئي والصوتي وتبادل الصور وغيرها من الإمكانيات التي توحد العلاقة الاجتماعية بينهم.

وتعرف مواقع التواصل الاجتماعي أيضا على أنها منظومة من الشبكات الإلكترونية عبر الإنترنت تتيح للمشارك فيها إنشاء موقع خاص فيه ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها (Prell, Christina, 2011:20-21).

وتضع كلية "شريديان التكنولوجية" "cheridan" تعريفا إجرائيا للإعلام الجديد بأنه: "أنواع الإعلام الرقمي الذي يقدم في شكل رقمي وتفاعلي ويعتمد على اندماج النص والصورة والفيديو والصوت، فضلا عن استخدام الكمبيوتر كآلية رئيسية له في عملية الإنتاج والعرض، أما التفاعلية فهي تمثل الفارق الرئيسي الذي يميزه وهي أهم سماته.

وتعرف على أنها تلك المواقع الاجتماعية التي تتيح لمتصفحها إمكانية مشاركة الملفات والصور وتبادل مقاطع الفيديو، وكذلك مكنتهم من إنشاء المدونات الإلكترونية، وإجراء المحادثات الفورية، وإرسال الرسائل، وتصدرت الشبكات الاجتماعية هذه ثلاثة مواقع هامة ورئيسية هي: "الفيس بوك" "تويتر"، وموقع مقاطع الفيديو "اليوتيوب". فقد أصبحت الوسيلة الأساسية لتبادل المعلومات والأخبار الفورية في متابعة مسار وتطورات الأحداث.

ومواقع التواصل الاجتماعي بشكل مبسط هي عملية تساعد الأفراد علي التواصل مع عدد كثير من الناس (أقارب، زملاء، أصدقاء باحثين،...) عن طريق مواقع وخدمات الكترونية توفر سرعة توصيل المعلومات وتبادل للآراء والأفكار والتعليق عليها، وتبادل التهئة في المناسبات العامة والخاصة على نطاق واسع فهي مواقع لا تعطيك معلومات فقط بل تتزامن وتتفاعل معك أثناء إمدادك بتلك المعلومات في نطاق شبكتك وبذلك تكون أسلوب لتبادل المعلومات بشكل فوري عن طريق شبكة الانترنت

وتعرف على أنها المواقع الإلكترونية التي توفر فيها تطبيقات الإنترنت خدمات لمستخدميها تتيح لهم إنشاء صفحة شخصية معروضة للعامة ضمن موقع

أو نظام معين، وتوفر وسيلة اتصال مع معارف منشئ الصفحة أو مع غيره من مستخدمي النظام، وتوفر خدمات لتبادل المعلومات بين مستخدمي ذلك الموقع أو النظام عبر الإنترنت (Hewitt, Hugh, 2005:15-16).

وتعتبر شبكات التواصل الاجتماعي الفيس بوك Face Book والتويتر Twitter وجوجل+ Google Pluse وماي سبيس My Space وهاي فاي HI5 ولايف بورن Life Boon ولينكد ان Linked In وغيرها من أشهر المواقع التي تقدم خدمات للمستخدمين وهي المواقع التي تسمح بإنشاء صفحات خاصة بالأشخاص والتواصل مع أصدقائهم ومعارفهم، ونعرف بعضها منها

الفيسبوك: Face Book وهو موقع إلكتروني للتواصل الاجتماعي، أي أنه يتيح عبره للأشخاص العاديين والاعتباريين (كالشركات) أن يبرز نفسه وأن يعزز مكانته عبر أدوات الموقع للتواصل مع أشخاص آخرين ضمن نطاق ذلك الموقع أو عبر التواصل مع مواقع تواصل أخرى، وإنشاء روابط تواصل مع الآخرين (فتحي حسين عامر، ٢٠١١: ١٨٧).

التويتر Twitter وهو إحدى شبكات التواصل الاجتماعي التي انتشرت في السنوات الأخيرة، ولعبت دورًا كبيرًا في الأحداث السياسية في العديد من البلدان وخاصة الشرق الأوسط، وأخذ تويتير اسمه من مصطلح "تويت" الذي يعني "التغريد" واتخذ من العصفورة رمزًا له، وهو خدمة مصغرة تسمح للمغردين إرسال رسائل نصية قصيرة لا تتعدى ١٤٠ حرفًا للرسالة الواحدة، ويجوز للمرء أن يسميها نصًا، ويمكن لمن لديه حساب في موقع تويتير أن يتبادل مع أصدقائه تلك التغريدات أو التويتيرات من خلال ظهورها على صفحاتهم الشخصية أو في حالة دخولهم على صفحة المستخدم صاحب الرسالة، وتتيح شبكة تويتير خدمة التدوين المصغرة، وإمكانية الردود والتحديثات عبر البريد الإلكتروني، كذلك أهم الأحداث من خلال خدمة «RSS» عبر الرسائل النصية «SMS» Diaz- (Ortiz,Claire, 2011:82)

اليوتيوب «youtube»: اختلفت الآراء حول موقع "يوتيوب" وما إذا كان هذا الموقع شبكة اجتماعية أو لا، حيث تميل بعض الآراء إلى اعتباره موقع مشاركة الفيديو «video sharing site»، غير أن تصنيفه كنوع من مواقع التواصل الاجتماعي نظرا لاشتراكه معها في عدة من الخصائص جعلنا نتحدث عنه كأهم هذه المواقع نظرا

للأهمية الكبيرة التي يقوم بها في مجال نشر الفيديوهات واستقبال التعليقات عليها ونشرها بشكل واسع.

أي أن اليوتيوب موقع الكتروني يسمح ويدعم نشاط تحميل و تنزيل ومشاركة الأفلام بشكل عام ومجاني، وهو يسمح بالتدرج في تحميل وعرض الأفلام القصيرة من أفلام عامة يستطيع الجميع مشاهدتها إلى أفلام خاصة يسمح فقط لمجموعة معينة بمشاهدتها (Burgess, Jean, 2009:22).

٤- دوافع إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عبر الموبايل:

توجد عدة دوافع تجعل الفرد ينتقل من العالم الواقعي إلى العالم الافتراضي وينشأ حسابا واحدا له على الأقل في إحدى مواقع التواصل الاجتماعي، ومن بين أهم العوامل التي تدفع بمختلف الأفراد وخصوصا الشباب للاشتراك في هذه المواقع ما يلي:

أ- المشاكل الأسرية:

تشكل الأسرة الدرع الواقعي للفرد حيث توفر له الأمن والحماية والاستقرار والمرجعية، ولكن في حالة افتقاد الفرد لهذه البيئة المتكاملة ينتج لديه نوع من الاضطراب الاجتماعي الذي يجعله يبحث عن البديل لتعويض الحرمان الذي قد يظهر مثلا في غياب دور الوالدين أو أحدهما بسبب مشاغل الحياة أو التفكك الأسري.

ب- الفراغ:

يعد الفراغ الذي ينتج عن سوء إدارة الوقت أم حسن استغلاله بالشكل السليم الذي يجعل الفرد لا يحس بقيمته ويبحث عن سبيل يشغل هذا الوقت من بينها مواقع التواصل الاجتماعي حيث إن عدد التطبيقات اللامتناهية الذي تنتجه شبكة الفيسبوك مثلا لمستخدميها ومشاركة كل مجموعة أصدقاء بالصور والملفات الصوتية يجعل الفيسبوك خاصة وشبكات التواصل الاجتماعي عامة أحد الوسائل ملء الفراغ وبالتالي يصبح كوسيلة للتسلية وتضييع الوقت عند البعض منهم Wittkower, D:E, 2010: (11-14).

ج- البطالة:

تعتبر عن عملية الانقطاع وعدم الاندماج المهني الذي يؤدي لدعم الاندماج الاجتماعي والنفسي ومنه إلى الإقصاء الاجتماعي الذي هو نتيجة تراكم

العوائق والانقطاع التدريجي للعلاقات الاجتماعية وهي من أهم المشاكل الاجتماعية التي يعاني منها الفرد والتي تدفعه لخلق حلول للخروج من هذه الوضعية التي يعيشها حتى وإن كانت هذه الحلول افتراضية، فهناك من تجعل منه البطالة واستمراريتها شخصا ناقما على المجتمع الذي يعيش فيه باعتباره لم يوفر له فرصة للعمل والتعبير عن قدراته وإيديولوجياته كربط علاقات مع أشخاص افتراضيين من أجل الاحتيال والنصب (شريف درويش اللبان، ٢٠٠٨: ٤١).

د- الفضول:

تشكل مواقع التواصل الاجتماعي عالما افتراضيا مليئا بالأفكار والتقنيات المتجددة التي تستهوي الفرد لتجربتها واستعمالها سواء في حياته العلمية أو العملية أو الشخصية، فمواقع التواصل الاجتماعي تقوم على فكرة الجذب وإذا ما توفرت ثنائية الجذب والفضول تحقق الأمر.

هـ- التعارف و تكوين الصداقات:

سهلت مواقع التواصل الاجتماعي تكوين الصداقات حيث تجمع هذه الشبكات بين الصداقات الواقعية والصداقات الافتراضية فهي توفر فرصة لربط علاقات مع أفراد من نفس المجتمع أو من مجتمعات أخرى مختلفة بين الجنسين أو بين أفراد الجنس الواحد (عادل عائض المغذوي، ٢٠١٩: ١٩-٢٠).

٥- الأسباب التي تدفع بمستخدم الموبايل وتطبيقاته إلى الوقوع في براثن الإدمان:

- عدم القدرة على التعامل مع الضغوط الحياتية اليومية.
- عدم القدرة على مواجهة المشكلات.
- عدم القدرة على شغل وقت الفراغ بهوايات متنوعة.
- عدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية جيدة بسبب الخجل أو الانطواء.
- الشعور بالخواء النفسي والوحدة.
- الهروب من الواقع بضرب من الخيال في علاقات تفتقد فيها الحميمية مع الآخر.

- تجنب مواجهة الآخر وجها لوجه سواء كان الآخر الأسرة أو الزوجة.
- المعاناة من بعض الاضطرابات النفسية المتمثلة في الاكتئاب، القلق، اضطرابات النوم، التلعثم، الرهاب الاجتماعي، وغيرها من الاضطرابات والأمراض النفسية والهروب من مداوتها على يد متخصصين.

- الافتقاد إلى الحب والبحث عنه من خلال الإنترنت.
- الاغتراب النفسي.
- الهروب من الواقع وما يحيط به من أعراف وتقاليد وقوانين منظمة تفرض ضروبا من القيود على الأفعال والكلام مما يدفع الشخص إلى الانفصال عن خلجاته ونفسه والدخول في شخصية أخرى من ضرب خياله (تناقض وجداني) يعمل على عدم نضج الشخص ويعوق نموه النفسي (أحمد فخري، ٢٠٠٨: ٢).
- ٦- **التأثيرات السلبية لإدمان الموبايل:**
 - مثلما يوجد آثار إيجابية لمواقع التواصل الاجتماعي فإنه لها آثار سلبية أيضا فهي سلاح ذو حدين، ومن تلك الآثار السلبية:
 - . لا يقلل من مهارات التفاعل الشخصي: فمع سهولة التواصل عبر هذه المواقع فإن ذلك سيقلل من زمن التفاعل على الصعيد الشخصي للأفراد والجماعات المستخدمة لهذه المواقع، وكما هو معروف فإن مهارات التواصل الشخصي تختلف عن مهارات التواصل الإلكتروني، ففي الحياة الطبيعية لا تستطيع أن تخلق محادثة شخص ما فورا وأن تلغيه من دائرة تواصلك بكبسة زر.
 - . إضاعة الوقت: حيث أنها مع خدماتها الترفيهية التي توفرها للمستخدمين، قد تكون جذابة جدا لدرجة تنسى معها الوقت (بن مزي تش، ٢٠١١: ١٣٢).
 - . الإدمان على مواقع التواصل: إن استخدامها خاصة من قبل ربات البيوت والمتقاعدات، يجعله -بسبب الفراغ- أحد النشاطات الرئيسية في حياة الفرد اليومية، وهو ما يجعل ترك هذا النشاط أو استبداله أمرا صعبا للغاية خاصة وأنها تعد مثالية من ناحية الترفيه لملء وقت الفراغ الطويل.
 - . قلة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لغير الترفيه من قبل مجتمعاتنا العربية.
 - . ضياع الهوية الثقافية العربية واستبدالها بالهوية العالمية لمواقع التواصل: حيث إن العولمة الثقافية هي من الآثار السلبية لمواقع التواصل الاجتماعي بنظر الكثيرين.
 - انعدام الخصوصية: تواجه أغلبية المواقع الاجتماعية مشكلة انعدام الخصوصية مما تتسبب بالكثير من الأضرار المعنوية والنفسية على الشباب

وقد تصل في بعض الأحيان لأضرار مادية، فملف المستخدم على هذه الشبكة يحتوي على جميع معلوماته الشخصية إضافة إلى ما يبثه من هموم، ومشاكل قد تصل بسهولة إلى يد أشخاص قد يستغلونها بغرض الإساءة والنشهير (عبد الكريم عبد الله الحربي، ٢٠٠٤: ٢٦).

- **الصدقات قد تكون مبالغاً فيها أو طاغية في بعض الأحيان:** فجميع الأشخاص الذين تعرفهم عبر مواقع التواصل الاجتماعي نضيفهم كأصدقاء وهو لقب غير دقيق، لأن الصداقة تتشكل مع الزمن وليس فوراً، ففيه نوع من النفاق.

. **انتحال الشخصيات:** تبقى مجهولة المصدر الحقيقي خلف مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي دافعا أحيانا إلى مستخدميها في الابتزاز وانتحال الشخصية ونشر المعلومات المضللة ونشويه السمعة، أو في الجريمة كالدعارة أو السرقة أو الاختطاف.

- **تراجع استخدام اللغة العربية الفصحى لصالح العامية:** أضحي استخدام مزيج من الحروف والأرقام اللاتينية بدل الحروف العربية الفصحى خاصة على شبكات التعارف والمحادثات فتحوّلت حروف اللغة العربية إلى رموز وأرقام باتت الحاء "٧" والعين "٣" وهذا ما أكدته دراسة علي صلاح محمود بعنوان "ثقافة الشباب العربي (علي حنغان العمري، ٢٠٠٨: ١٩-٢٢).

٧- بعض المشكلات النفسية المرتبطة بإدمان الموبايل:

إن الثورة التكنولوجية الحديثة أفرزت أمراضا نفسية لم تكن معروفة من قبل، مثل إدمان الكمبيوتر والإنترنت والتليفون المحمول.

وإن التقدم التكنولوجي، ثورة الاتصالات التي يشهدها العالم حالياً، ستكون وباءاً على الإنسانية، إذا أسئ استخدامها، لدورها في انتشار الجريمة، والعنف، والفوضى، واضطرابات السلوك الأخلاقي الإنساني. فالأمراض النفسية والعصبية سوف تتزايد بشكل عام في السنوات القادمة، خاصة الاكتئاب، والقلق، والاضطرابات العصبية، وأرجع ذلك إلى ظهور الكمبيوتر والإنترنت والمحمول ودورها في عزلة الإنسان وانطوائه، وإنها علاقته وترابطه الأسري وجعلته ينظر إلى ذاته دون الاهتمام بالآخرين، مما أحدث جموداً عاطفياً نتج عنه ظهور الاكتئاب والقلق وعدم الرضا والخوف. وتلخص المشكلات النفسية التي تواجه الطلاب في: القلق، والتوتر وعدم السعادة والشعور بتأنيب الضمير والشعور

بالنقص والخجل والارتباك، وضعف الثقة بالنفس، والخوف من النقد، والعناد وعدم الاستقرار، والعصبية والحساسية الانفعالية، وعدم القدرة على تحمل المسؤولية، والإهمال، وضعف العزيمة والإرادة، والاستغراق في أحلام اليقظة، والأحلام المزعجة والكوابيس (حامد زهران، ١٩٩٧: ٤٦٤).

هذا؛ وقد عرضت الباحثة لأغلب المشكلات التي أكدت عليها البحوث والدراسات في هذا المجال، وهي نفسها المشكلات التي تناولتها في مجال بحثها، وتتمثل تلك المشكلات فيما يلي:

☒ مشكلات التوافق الاجتماعي:

يذكر فاروق الروسان (٢٠٠٠) وجهات النظر المختلفة حول الأسس النظرية لمفهوم السلوك التوافقي، وذلك على النحو التالي:

أ- مفهوم السلوك التوافقي من وجهة النظر الاجتماعية:

تعتبر العلوم الاجتماعية من أكثر العلوم التي ركزت على موضوع التوافق بين الفرد والمجتمع، وتعتبر عن مدى توافق الفرد مع كل المتغيرات الاجتماعية التي تحيط به والتي تمثلها مؤسسات اجتماعية كالأُسرة والمدرسة ومؤسسات العمل والإنتاج، وتبدو مظاهر التوافق الناجح في توافق الفرد الأسرى والمدرسي الاجتماعي، في حين تبدو مظاهر سوء التوافق في الخلافات الأسرية والتصدع الأسرى، الفشل المدرسي، الفشل في مجال العمل، والشعور بالإحباط الاجتماعي.

ب- مفهوم السلوك التوافقي من وجهة النظر النفسية.

يعتبر علم النفس من العلوم التي قدمت تفسيراً لمدى توافق أو تكيف الفرد مع نفسه ومع البيئة التي يعيش فيها. فالشخصية السوية هي تلك الشخصية القادرة على التكيف النفسي الاجتماعي، وتبدو مظاهر التوافق في الرضا عن الذات وتحقيقها، التحصيل الأكاديمي الناجح، التوافق الأسرى الاجتماعي، القدرة على الإنتاج والعمل، القدرة على التفاعل الاجتماعي وبناء علاقات اجتماعية ناجحة، وضع أهداف واقعية والقدرة على تحقيقها وغيرها من مظاهر الصحة النفسية. أما مظاهر عدم التوافق فتبدو في أشكال الدفاع الأولية المتمثلة في الإسقاط والتبرير والإنكار والتقمص والنكوص وغيرها، حيث تمثل حلاً ودياً لمشكلات التوافق النفسي التي يواجهها نتيجة تفاعله الاجتماعي.

ج- مفهوم السلوك التوافقي من وجهة النظر البيولوجية:

تعتبر العلوم الطبيعية والحياتية من أوائل العلوم التي استخدمت هذا المفهوم ومن وجهة النظر البيولوجية فإن نجاح لكائن الحي في القدرة على التكيف يعنى قدرته على تعديل وتكييف تلك الظروف وفقا لحاجاته الأولية، ولهذا السبب اتبع الإنسان كل العوامل والظروف التي تعمل على تكيفه بنجاح مع البيئة التي يعيش فيها (فاروق الروسان، ٢٠٠٠: ٤٩-٥٣).

د - السلوك اللاتوافقي: Mal-adjjective Behavior

إذا كان التوافق السوي هو إحدى الطرق المناسبة والمطلوبة ليقوم الفرد علاقة متزنة مع ذاته ومع الآخرين ملتزما بالقواعد والمعايير المجتمعية، كذلك تخطى مشكلاته من خلال استغلال طاقاته وإمكاناته لإشباع دوافعه ومقابلة مشكلاته، فإن التوافق غير السوي يعنى عجز الفرد عن إقامة التوائم والانسجام بينه وبين بيئته وبين نفسه فيقال أن الفرد سيئ التوافق، كما يبدو سوء التوافق في عجز الفرد عن حل مشكلاته اليومية على اختلافها عجزا يزيد على ما ينتظره الغير منه أو ما ينتظره هو من نفسه (أحمد عزت راجح، ١٩٩٥: ٤٧٨).

ويشير عبد الستار إبراهيم وآخرون (١٩٩٣: ٢٣) إلى السلوك اللاتوافقي على انه سلوك مضطرب ويثير التذمر أو الشكوى من الطفل سواء للوالدين أو الزملاء أو المحيطين بالطفل ويستدعى هذا السلوك بالضرورة تدخل المختصين لتعديل هذا السلوك.

تعقيب للباحثة: من خلال ذلك يكون قد اتضح أن السلوك اللاتوافقي:

- سلوك يخرج به الفرد عن معايير وقيم المجتمع الذي يعيش فيه.
 - ذلك يجعله غير مقبول من المحيطين به ويكون مصدر للشكوى والتذمر.
- فهي تعني تقدم السمات العامة والاجتماعية لأداء الفرد في الحياة، فالأفراد يؤدون بشكل جيد عندما يدركون أن مجتمعهم ذو معنى وقابل للفهم، وأن مجتمعهم يمتلك القدرة علي النمو، وعندما يشعرون أنهم ينتمون إلي هذا المجتمع ويتم قبولهم فيه، وعندما يتقبلون معظم أجزاء المجتمع، وأيضا عندما يدركون أنفسهم على أنهم يساهمون في هذا المجتمع.

بمعنى آخر: هو درجة فعالية الأفراد في التفاعل مع محيطهم الاجتماعي ويحتل نموذج Keyes, 1998 هذا المعنى من حيث درجة إحساس الأفراد بالانتماء (التكامل الاجتماعي)، وإحساس الفرد بقيمته بالنسبة للمجتمع (الإسهام

الاجتماعي) ومعقولية، ومعنى (التماسك الاجتماعي)، والإحساس بإمكانية النمو المستمر في المجتمع، والمؤسسات الاجتماعية (التحديث الاجتماعي)، ودرجة راحة الفرد، وقبول الناس والآخرين (القبول الاجتماعي) (Keyes,2002:209).

☒ **مشكلات التفاؤل/ التشاؤم:**

يقول "تشانغ وزملاؤه (Chang et al 1994): إنه ليس هناك تعريف متفق عليه لكل من التفاؤل والتشاؤم، ولكن يعتبر تعريف: شاير وكارفر (Scheier &Carver,1985) من أشهر التعريفات للمفهومين. وقد أخذ بذلك التعريف كثير من الباحثين ، وهما يعرفان التفاؤل والتشاؤم بأنهما توقعات إيجابية للنتائج بوجه عام (عند المتفائل) أو سلبية (المتشاؤم)، ويعرف "مارشال" وأصحابه (Marshall et al:1992) التفاؤل بأنه استعداد شخصي للتوقع الإيجابي للأحداث (في: عويد سلطان المشعان، ٢٠٠٢:٥٠٧).

ويعرف كل من فليبس، ليزلي (Phillipsen , Leslie.(2006) التفاؤل بأنه أو الميل إلى الاعتقاد بأن الشخص سيمر بشكل عام بمخرجات جيدة في مقابل مخرجات سيئة في الحياة وتماشيا مع نموذج للتنظيم السلوكي، يفترض أن الأفراد سيواصلون التغلب على الصعاب مادامت هناك توقعات متفائلة بشأن النجاح (Phillipsen ,Leslie,2006:130).

وتعرفه "أحلام عبد الستار (٩٤:٢٠١١) بأنه: "التركيز على اختيار النتائج والأحداث السارة في المواقف، وتأكيد الإيجابيات بدلا من التأكيد على الخسائر والسلبيات أثناء التعامل مع الذات والآخرين والخبرات المختلفة.

كما أن مفهوم التفاؤل - التشاؤم يرتبط بمفهوم "مصدر الضبط Locus of control ويقصد به مدى شعور الفرد بقدرته على التأثير في الأحداث التي تعنيه، فالأفراد الذين لديهم "مصدر ضبط خارجي" يعتقدون أن ما ينالهم من أحداث سارة. وسيئة مرده إلي عوامل خارجية (الحظ، ومساعدة الآخرين، أو عدوانيتهم). أما الأفراد الذين لديهم مصدر ضبط داخلي فيرجعون تلك الأحداث إلي عوامل خاصة بذواتهم (قدراتهم، أو تقصيرهم، أو شجاعتهم) الأفراد الذين لا حول ولا قوة "اليائسين Learned Helplessness نتيجة تكرر وقوع أحداث سيئة في حياتهم لم يستطيعوا تجنبها، ولديهم إحساس قوي بمسئولية عوامل خارجية عن ذواتهم فيما يصيبهم من أحداث (عويد سلطان المشعان، ٢٠٠٢:٥٠٨).

في هذا الشكل أو النوع من التفكير يرى الفرد العالم في حالة انحدار وأن الحياة عقيمة وبلا جدوى وليست إلا مشكلة تلو أخرى، وأنها غير منصفة له، وعلى ذلك لا يوجد ما يتطلع له لأنه لن يكون ما يريد. وهو يأخذ أسوأ جانب من أي موقف ولا يستطيع أن ينظر لأي أمر بتفاؤل، ويبتعد عن أية أفكار إبداعية لاستحالتها، ولا يقوم بأي جديد لأنه سينتهي، ويشعر بأنه مقهور (Overwhelmed) وعديم القيمة (Worthless) وغير كفاء (Incompetent) ويشعر بالوحدة والهجر، لأنه يضع الحواجز بينه وبين الناس، وبالتالي فهم يتجنبونه فيجد نفسه منتقدا من الجميع وغير محبوب. والتشاؤم يؤدي بصاحب التفكير السلبي إلى أن يكون ضيق الفكر والرؤية: ومن حديثه الذاتي: أنا لن أكون ناجحاً، لا يوجد سبب للأمل في المستقبل، لا أتوقع أي شيء جيد سيحدث، لا يوجد شيء اسمه السعادة أو النجاح في الحياة، لقد عانيت من سلسلة من الفشل في كل مجالات الحياة. (James J.Messina,2009:5)

✶ مشكلات الاتزان الانفعالي:

أ- المقصود بالاتزان الانفعالي:

وتشير إلى قدرة الفرد على التحكم بصورة مرنة في سلوكه الانفعالي اللفظي وغير اللفظي، وخاصة في مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، وتعديله بما يتناسب مع ما يطرأ على تلك المواقف من مستجدات لتحقيق أهداف الفرد، وبطبيعة الحال فان المرونة الاجتماعية يجب أن توجه ببوصلة معرفة الفرد بالسلوك الاجتماعي الملائم للموقف، واختيار التوقيت المناسب لإصداره فيه. ويؤدي إخفاق الفرد في هذه المهارات الاجتماعية إلى الشعور بالحساسية الزائدة وضعف القدرة على التعبير اللفظي وغير اللفظي، كما تقل قدرته على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، ويكون أقل مكانة بين رفاقه وأقل تعاوناً وتواصلاً معهم (طريف شوقي، ٢٠٠٣: ٥٠-٥١).

ويعني قدرة الفرد على توليد انفعالاته ومعرفة سبب هذه الانفعالات حيث تكسب الفرد القدرة على وصف الأحداث الانفعالية ومعرفة أثر الانفعالات على التفكير ويشمل مجموعة من القدرات هي:

- الانفعالات تسبق التفكير بواسطة الانتباه المباشر للمعلومات الهامة.
- الانفعالات تكون واضحة بشكل كاف ومتاحة بشكل يجعلها تتولد كمعينات للحمم والذاكرة التي تتصل بالمشاعر.

• التقلبات الانفعالية تغير منظور الفرد من التفاؤل إلى التشاؤم. فالحالة النفسية الجيدة تؤدي إلى فكر متفائل والعكس.

• الحالات الانفعالية تشجع على الاختلاف لحل المشكلات والطرق المستخدمة فيها مثل أن السعادة تسهل الاستدلال والإبداع.

ب- فهم الانفعالات وتحليلها وتوظيف المعرفة الانفعالية:

ويقصد بها قدرة الفرد على فهم انفعالاته. والانتقال من حالة انفعالية إلى أخرى وتعكس مدى قدرة الفرد على تطبيق المعرفة الانفعالية وتبدأ المعرفة الانفعالية في الطفولة وتتمو عبر مراحل الحياة مع فهم متزايد لتلك المعنى الانفعالية وتشمل:

- القدرة على تمييز الانفعالات والتعرف على العلاقة بين الألفاظ والانفعالات نفسها مثل العلاقة بين الحب والميل.
- القدرة على تفسير المعاني التي تنقلها الانفعالات فيما يتصل بالعلاقات مثل انفعال الحزن يصحبه فقدان الأمل.
- القدرة على فهم المشاعر المعقدة مثل المشاعر التلقائية للحب والكره والخوف والدهشة.
- القدرة على تعرف التحولات بين الانفعال من الغضب إلى الحزن (Mayer & Salovey,1997:11)

ج- قدرة الفرد على تنظيم الانفعالات سواء ا لموجبة أو السالبة لتشجيع النمو العقلي:

- ويقصد بها قدرة الفرد على إدارة انفعالاته وانفعالات الآخرين وتشكل:
- القدرة على الانفتاح للمشاعر السارة أو غير السارة.
 - القدرة على التحكم في الانفعال لدى الفرد والآخرين وتهدئة الانفعالات السالبة ولا بد لردود الأفعال الانفعالية أن تكون مجازة حتى يكون مرحب بها وتشمل:
 - قدرة الفرد على المراقبة التأملية للانفعالات لدى الفرد ولدى الآخرين.
 - قدرة الفرد على إدارة الانفعالات وتهدئة الانفعالات السالبة لدى الفرد ولدى الآخرين (المرجع السابق: ١٢ - ١٤).
- إن التنظيم الواعي للوجداني يظهر من خلال قدرتين هما:

- إدارة المشاعر الذاتية: تحمل الفرد للمشاعر والانفعالات المختلفة، وخاصة السلبية، وتقبل الانفعال وإدارته باستقلالية عن كونه ساراً أو كدرًا.
- إدارة مشاعر الآخرين: إمكانية تقويم الفرد لوجدان الآخرين، فهذه القدرة تتيح للفرد إمكانية النفاذ إلي الأفكار والمشاعر التي تخلق الوجدان والمزاج (علا عبد الرحمن، ٢٠٠٥: ٢٣).

وتعد القدرة علي مساعدة الآخرين في تعديل حالاتهم المزاجية مهارة من مهارات الذكاء الوجداني، إذ يعتمد الأفراد علي شبكاتهم الاجتماعية لتزويدهم بمصادر عملية وانفعالية ضد أحداث الحياة السلبية، إضافة لذلك يكتسب الأفراد إحساساً بالكفاءة والقيمة الاجتماعية من خلال مساعدة الآخرين في الشعور بشكل أفضل، ومن خلال مساهمتهم في إدخال البهجة إلي قلب شخص محبوب، وإن قدرة إدارة خبرات الآخرين الانفعالية تؤدي كذلك دوراً هاماً في إدارة الانطباع والإقناع. والأفراد القادرين علي إدارة انفعالات الآخرين بفعالية، هم أفضل قدرة علي العمل لتأييد قضية اجتماعية وبناء شبكات اجتماعية داعمة وصيانتها (فتون خرنوب، ٢٠٠٣: ٢٢).

كما أن القدرة علي تنظيم الذات من الممكن أن تمتد لمساعدة الآخرين علي تنظيم ذواتهم، وتأتي هذه القدرة علي شكل تخفيف آلام شخص لديه مشكلة نفسية، أو الإصلاح بين طرفين، وهي مهارة لازمة للاختصاصي النفسي، كما تظهر أيضاً في القدرة علي جذب الآخرين وإعطاء انطباع إيجابي عن الذات، كما هي الحال لدي القيادي كعضو البرلمان مثلاً (عثمان الخضر، ١١٧: ٢٠٠٢).

☒ مشكلات تحقيق الذات:

يتحدد مفهوم تحقيق الذات لدي كمال دسوقي (١٩٩٠: ١٣٣٣) علي أنه عملية تنمية استطاعات ومواهب المرء، وتفهم وتقبل الذات، وتناغم وتكامل الدوافع أو الحال الناتجة عن تلك العمليات، فالاصطلاح يمثل تشكيلة معطيات تفهم خيراً عندما تؤخذ جملة لا حينما تحلل، وتؤشر للسيكولوجي بمشكلات كي يدرسها أكثر من إشارتها لمشكلات قد حلت.

ويفسر ويليام د. الوردج William D. Eldridg (١٩٩١: ٢٢) تحقيق الذات علي أساس أنه الأساليب التي نتبعها في تفسير الأشياء والأحداث العامة والخاصة بناء علي قناعات شخصية أو توجيهات عامة، وتنسحب هذه الأساليب التفسيرية علي عمليات التفكير المنطقي والتحليل العلمي، وصنع القرارات المبنية علي افتراضات

وجهود حل الصراعات أو التأليف بينها واستقرار أو استنباط المعلومات وعمليات العقلنة والتبرير التي تهدف إلى إثبات هويتنا، وإسباغ الصلاحية علي أمورنا، والعمليات الفكرية تنتج من آراء معينة عن أنفسنا وتسهم في تشكيل الأداء التي تتعدي الذات إلى العلم حولنا، وتوفر لنا الحدود الآمنة التي أخذت مكان الحماية الأبوية والسيطرة الأبوية التي عرفناها في الطفولة، وهذه الآراء عن أنفسنا وعن العالم تساعدنا في إنشاء علاقات متسقة مع بعضها إذ نرجع إليها دائما في هذا الشأن لترشدنا إلى اختيار سلوكياتنا الحاضرة التي نأمل أن تساعد علي تعزيز صورتنا المستقبلية عن الذات حين نكرر السلوكيات الايجابية ونبتعد عن السلبية منها، وفلسفاتنا تخلص وتسير إلى قيمة ومعني السلوك الذي نأتيه في عقولنا حيث تتحول إلى رموز بهدف أن يصير الفرد من الوجهة النمائية قابلا للتعريف، أو للحكم عليه من جانب ذاته الداخلية أو الأنا الخاصة به فيعرف أنه طيب راض، أو للحكم من سلطات خارجية أو مختارة ذاتيا مثل الدين وما يعتقد كل إنسان، هذه السلطة الخارجية تحكم عليه بأنه ملتزم، طيب أو انه في حالة هوية وجودية أو وعي وجودي، أو سلام أو توحيد مع ذاته والعالم، وهنا تأتي الصفة التي لها تصنيفات وجدانية أو روحانية، هذه الصفة هي ما يسمى " بالتتوير " ، " الأمن " ، " الإشباع " ، أو تحقيق الذات.

وهكذا يعتبر تحقيق الذات توجهها متناميا يقوم علي التكامل والاتساق بين نشاط الشخص وأفعاله، وبين دوافعه وقدراته ومهاراته، وعلي حسن توظيف قدراته ومهاراته وخبراته، وعلي أساس من القيمة الإنسانية الناضجة، ولهذا يكون توجه الشخص في الحياة علي أساس من الاستقلالية والايجابية والإنتاجية والابتكارية ومن استمرار النمو والتقدم، ولعل هذا يفسر ما يذهب إليه ماسلو Maslow عندما يري في تحقيق الذات قمة الخبرة -الخبرة الذروية- Peak experience للإنسان وتلك الغاية الإنسانية القصوى وفقا لما يقرره ماسلو، ولذا يخلص طلعت منصور وفيولا البيلوي وطبقا لما يراه (جورارد ولاندمان) Jourard & Landsman (١٩٨٠) إلى اعتبار تحقيق الذات غاية الصحة النفسية أو الشخصية السوية.

وربما يعزي لعلم النفس الإنساني أكبر الفضل في دراسة الشخصية السوية، أو ما صار يعرف في المنحي الإنساني بالشخصية ذات الصحة النفسية الايجابية، ولعل ذلك هو ما يتردد في المراجع والدراسات المعاصرة من التأكيد

علي الشخصية الصحية أو السليمة أو السوية ويرتكز التنظير في هذا المنحي علي تناول الصحة النفسية الايجابية من مفهوم تحقيق الذات، وعلي تحليل خصائص الشخصية المحققة لذاتها وللأشخاص المحققين لذواتهم ، بحيث يمكن القول أن تحقيق الذات يمثل مبحثاً أساسياً في علم النفس المعاصر ؛ وبخاصة في النظريات ذات التوجه الإنساني والوجودي ، وهو مبحث يؤكد علي الجانب الإيجابي في الصحة النفسية وفي الشخصية السوية (طلعت منصور وفيولا البيلوي، ١٩٩١: ٥٧).

تعقيب للباحثة: من هنا أمكن التوصل إلي أن:

- تحقيق الذات عملية.
- أن هذه العملية تهدف إلي تنمية قدرات ومواهب الفرد.
- تتضمن هذه العملية الأساليب التي نتبعها في تفسير الأشياء والأحداث العامة منها والخاصة.
- هذه العملية تقوم علي التكامل والاتساق بين نشاط الشخص وأفعاله.

☒ مشكلات دافعية الانجاز الأكاديمي:

يعرف (Abraham Sagie, 1994:51) دافعية الانجاز بأنها استعداد الفرد وقدرته على مواجهة التحديات في سبيل الحصول على النجاح والتميز. وأما (David G Myers, 1996: 331) فيشير إلي أن الدافعية تعتبر تنشيط وتشويق لسلوكنا على سبيل المثال اشتياقنا للطعام أو لطلب الانجاز أو حاجتنا للانتماء.

ويعرف (مجدي محمد أحمد، ١٩٩٦: ٧٩) الدافع للانجاز بأنه استعداد ثابت نسبياً في الشخصية يحدد مدى سعى الفرد ومثابرتة في سبيل تحقيق غاية أو بلوغ نجاح يترتب عليه نوع معين من الإشباع وذلك في المواقف التي تتضمن تقييم الأداء في ضوء مستوى محدد من الامتياز."

تعقيب للباحثة: من هنا أمكن للباحثة التوصل إلي ما يلي:

- الدافعية للانجاز تتضمن رغبة قوية لدى الفرد في إتمام الأهداف على نحو أفضل.
- دافعية الانجاز تهدف لتحقيق النجاح
- دافعية الانجاز تتضمن عوامل داخلية وأخري خارجية تحرك الفرد لإعادة التوازن المختل.

هذا؛ ويتمتع الأفراد ذوى الدافعية العالية للانجاز بمجموعة من السمات التي تميزهم عن غيرهم منها:

- الثقة في النفس والاعتزاز بالذات.
- الاهتمام بالتفوق من أجل التفوق وليس من اجل العائد منه.
- التخطيط للمستقبل بحرص والاهتمام بوضع البدائل ودراساتها.
- الاستمتاع بالمخاطرة في حدود القدرات المتاحة.
- مقاومة الضغوط التي يتعرضون لها.
- تفضيل المكافآت الكبيرة على المدى البعيد عن المكافآت الصغيرة على المدى القريب.
- التحكم في الأفكار وتناولها وتنظيمها بشكل جيد.
- سرعة الأداء والتغلب على العقبات.
- منافسة الآخرين ومحاولة التغلب عليهم.
- الاستقلالية والالتزام بالمسئولية (محمد جعفر، ١٩٩٥: ٥٥، ٥٦).

دراسات سابقة:

١- بحوث ودراسات سابقة اهتمت بايجابيات وسلبيات استخدام الموبايل

وتطبيقاته:

لقد قامت الكثير من الدول،ومن خلال مؤسساتها التعليمية، بإجراء التجارب ونشر الأبحاث والدراسات الميدانية، في محاولة للوقوف على ايجابيات وسلبيات استخدام الموبايل وتطبيقاته:

فقد أجرى تشين وليفر (Chen & Lever, 2004) دراسة وقد تكونت عينة الدراسة من (٦٨٥) طالب وطالبة ممن يدرسون في مرحلة البكالوريوس، منهم (٥١٨) طالبا في الولايات المتحدة الأمريكية، و(١٦٧) طالبا في تايوان. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين الاستخدام المتكرر للهاتف النقال والانجاز الدراسي لدى الطلبة أفراد عينة الدراسة.

وقام أيضاً كيندي وآخرون (Kennedy et al. 2006) بدراسة تكونت عينة الدراسة من طلبة السنة الأولى في جامعة ملبورن الأسترالية وعددها (٢١٢٠)، وقد تم جمع بيانات من أفراد العينة عن تصوراتهم حول ضرورة استخدام الأجهزة النقال لمساعدتهم في دراستهم في الجامعة. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن

(٨٤.٢%) من المشاركين في الدراسة قد وافقوا على ضرورة استخدام الأجهزة النقالة في إرسال واستقبال الرسائل، وأن (٤٥.٥%) منهم أقروا بضرورة استخدام الأجهزة النقالة للوصول إلى المعلومات على شبكة الإنترنت.

وأجرى الزيديين وآخرون (Alzaidiyeen et al, 2011) دراسة وكان الهدف من الدراسة هو معرفة أثر هذه المتغيرات على اتجاهات الطلبة في جامعة ساينس - ماليزيا. وقام الباحثون بتوزيع استبانة على عينة الدراسة المكونة من (٢٥٠) طالباً وطالبة، لجمع البيانات حول المساعدات الرقمية الشخصية واتجاهاتهم نحوها. وخلصت نتائج الدراسة إلى أن معظم المشاركين لديهم اتجاهات إيجابية نحو استخدام تطبيقات الموبايل، وقد وجد أن هناك فرق ذو دلالة إحصائية في الجنس ايجابياً على الاتجاهات نحو المساعدات الرقمية الشخصية ولصالح الطلاب الذكور، ولا أثر ذا دلالة إحصائية للعمر ولا للتخصص على اتجاهات الطلبة نحوها.

وفي دراسة أجراها سوكي (Suki, 2011) وكان الهدف من الدراسة معرفة مدى تقبل المتعلمين لفكرة استخدام التكنولوجيا النقالة في التعليم. قام الباحث بتصميم استبانة مكونة من خمسة أسئلة مفتوحة، وتم توزيعها على عينة مكونة من (٢٠) طالباً في الجامعة المهنية في سيلانغور في ماليزيا، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن المتعلمين لم يكونوا مهتمين باستخدام تكنولوجيا التعلم النقال، وأنهم كانوا أكثر تألفاً مع التعلم باستخدام المحاضرات المصورة أو التعلم وجهاً لوجه من استخدام تكنولوجيا التعلم النقال رغم أنهم يستخدمون الهواتف النقالة، وخلصت الدراسة إلى أن المتعلمين لا يرون أن هناك أي تحسن من الممكن أن يطرأ على عملية التعليم نتيجة لاستخدام التعلم النقال، وأظهرت النتائج أيضاً أن المتعلمين أبدوا اتجاهات سلبية نحو هذه التكنولوجيا.

وأجرى عاشور وآخرون (Ashour, et al, 2012) دراسة وكان الهدف منها هو تحديد مستوى تطبيقات الهاتف المحمول في الفصول الدراسية الجامعية في الأردن. تم توزيع أداة الدراسة على عينة الدراسة المكونة من (٣١٣) طالباً وطالبة من الطلبة الجامعيين في الجامعة الهاشمية في الأردن. وخلصت هذه الدراسة إلى أن تبادل الرسائل المتصلة بالتعليم مع الزملاء، والبحث في فهارس المكتبات وقواعد البيانات، وعقد مناقشات مع الزملاء عن المحاضرات التي تعيبنها، والبحث عن المواد التعليمية على الإنترنت، قد حصلت على تقديرات عالية من

المشاركين بالدراسة، وأن عقد مناقشات مع الزملاء حول المحاضرات التي حضروها، وتخزين البيانات، والاستفسار عن مواعيد الاختبارات والواجبات المنزلية، والحصول على نتائج الاختبارات، وعرض الجدول الدراسي، قد حصلت على تقديرات متوسطة، وأن تسجيل المحاضرات، والتسجيل في المساقات، والتواصل مع الأساتذة المدرسين، قد حصلت على تقديرات منخفضة، ولم يوجد أي فرق ذي دلالة إحصائية في تصورات الطلبة على متغير الجنس.

وفي دراسة أجراها العنزي (٢٠١٢) وكان الهدف من الدراسة الكشف عن درجة استخدام الهاتف النقال في عملية التعليم والتعلم لدى طلبة الجامعة، ومعوقات استخدامه. وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٢) طالباً وطالبة من طلبة البكالوريوس في كليات مختلفة في الجامعة، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية. وخلصت الدراسة إلى أن استخدام تطبيقات الهاتف النقال لدى الطلبة كانت بدرجة متوسطة، وأن معوقات استخدامه كانت بدرجة عالية، ومن أهمها أن اللوائح والأنظمة المطبقة في الجامعة تمنع استخدام الهاتف النقال، وعدم قناعة كثير من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة بجدوى توظيف الهواتف النقالة في العملية التربوية، وقناعة الكثير من أعضاء هيئة التدريس بأن الهواتف النقالة أداة اتصال وترفيه لا فائدة لها في عملية التعليم. ومن المعوقات المادية نفاذ البطارية بشكل سريع، وصغر حجم شاشة عرض البيانات. كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية على كل من متغير الجنس ولصالح الطلاب الذكور، ومتغير الكلية ولصالح كلية هندسة الحاسوب، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على متغير السنة الدراسية.

تعقيب: في ضوء الدراسات السابقة ذات الصلة يمكن القول: أن معظم هذه الدراسات قد ركزت على جزئية واحدة من الموضوع، مثل أثر استخدام أجهزة التعلم النقال في تحسين عملية التعليم. في حين تناولت دراسات أخرى اتجاهات المتعلمين نحو استخدام أجهزة التعلم النقال في العملية التعليمية. وتناولت دراسات أخرى مجالات استخدام أجهزة التعلم النقال في عملية التعليم والتعلم. وركزت دراسات أخرى على مدى الاستخدام وعلى مدى توافر أجهزة التعلم النقال لدى المتعلمين، وهناك دراسات ركزت على المعوقات والسلبيات التي تواجه استخدام التعلم النقال في التعليم، مثل دراسة العنزي (٢٠١٢).

ويلاحظ هنا أن الدراسة الحالية التي تقوم بها الباحثة، تتفق مع بعض الدراسات السابقة من حيث تناولها لاستخدامات الموبايل، ولكنها تختلف عنها من حيث تناولها لمجالات ومدى الاستخدام ومعيقاته، وتختلف معها أيضاً من حيث تطبيق هذه الدراسة على طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت.

٢- الدراسات التي تناولت اثر إدمان الموبايل وتطبيقاته عبر شبكة الانترنت على طلاب الجامعة:

أجرت اندرسون (Anderson,2001) دراسة لتقييم ظاهرة استخدام تطبيقات الموبايل عبر الإنترنت لدى طلاب الجامعة على عينة مكونة من (١٣٠٠) طالب جامعي من ٨ مؤسسات أكاديمية وقد هدفت إلى تحديد الآثار الاجتماعية والأكاديمية التي تترتب على استخدام الإنترنت لفترات طويلة وأظهرت النتائج أن استخدام تطبيقات الموبايل عبر الإنترنت لفترات طويلة يؤدي إلى انخفاض المشاركة في الأنشطة الاجتماعية واضطراب النوم وزيادة الشعور بالوحدة والاكتئاب والمعاناة من عدم الاستقلالية والتشاؤم والتبلد أحيانا والتسرع في الانفعالات مع الآخرين.

هدفت دراسة كريستوفر وآخرون (Christopher et al.,2002) إلى تناول علاقة استخدام تطبيقات الموبايل عبر الإنترنت بالاكتئاب والعزلة الاجتماعية بين المراهقين على عينة قوامها (٨٩) من طلاب السنة النهائية في التعليم الثانوي وقد وضع فئات زمنية لاستخدام الإنترنت استخدام منخفض ساعة أو اقل معتدل من ١-٢ ساعة أو مرتفع أكثر من ساعتين يوميا وأوضحت نتائج الدراسة إن العلاقات مع الوالدين والأقران أفضل عند منخفضي الاستخدام مرتفعي الاستخدام.

وقد تناول كابلان (وقد تناول كابلان (Caplan,2002) التي هدفت إلى تناول الاستخدام المشكل لتطبيقات الموبايل على شبكة وأثره على التوافق النفسي والاجتماعي على عينة مكونة من (٣٨٦) من طلاب الجامعة وقد أشارت النتائج إلى وجود ارتباط بين الاستخدام المشكل لتطبيقات الموبايل على شبكة الإنترنت وبين المقاييس الفرعية للوحدة النفسية وبين الخجل وتقدير الذات والتشاؤم.

وقد قام نالوا واناند (Nalwa&Anan,2003) بدراسة استكشافية للتحقق من مدى انتشار ادمان تطبيقات الموبايل عبر الإنترنت بالمدارس في الهند على عينة بلغت (١٠٠) من الطلاب تراوحت أعمارهم ما بين ١٦-١٨ وتبين من النتائج

أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية ١٨٠
لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

أن المجموعة التي أدمنت استخدام الإنترنت تعاني من اضطرابات النوم وانعقد ساعات استخدام الإنترنت كانت أكثر من المعدل العادي ١٠ ساعات وأكثر وتبين أيضاً وجود أن المجموعة التي أدمنت استخدام الإنترنت كانت أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من الطلبة العاديين.

دراسة هبة السمرى (٢٠٠٣). وعنوانها: والتي هدفت إلى البحث في تأثير استخدام الأطفال للإنترنت على العلاقة الأسرية بين الأطفال ووالديهم، والفروق بين إجابة الأطفال لاستخدام الإنترنت واستخدام الوالدين له، وتوصلت الدراسة لمجموعة من النتائج أهمها أن جميع الأطفال يعرفون الإنترنت، وإن معرفة الأبناء بالإنترنت تفوق معرفة آبائهم، حيث أن ٩١.٣% يجيدون استخدامها بدرجات متفاوتة، مقابل ٢٨.١% للآباء، وأن معدلات استخدام الأطفال للإنترنت تزيد بزيادة السن.

دراسة ماديل ميونسير Muncer (٢٠٠٥)، والتي هدفت إلى تعرف الفروق بين الجنسين في استخدام الإنترنت لدى تلاميذ المدارس الثانوية المراهقين بإنجلترا وهل هناك استخدام مفرط للإنترنت "إدمان الإنترنت" في العينة، وتوصلت الدراسة لمجموعة من النتائج أهمها أن معظم أفراد العينة تستخدم الإنترنت باستمرار، ويشعرون بالراحة عندما يكونون جالسين أمام الإنترنت، وأهم استخداماتهم للإنترنت هي (البريد الإلكتروني - المحادثات - الوصول إلى المعلومات) وأكثر الفئات المستخدمة للإنترنت هي السن الأكبر في العينة فكلما زاد السن كلما زاد استخداماً للإنترنت.

كما أجرى خالد جلال، السعيد عبد الصالحين (٢٠٠٥) دراسة أشارت نتائجها إلى وجود فروق دالة بين مدمني تطبيقات الموبايل على شبكة الإنترنت والمستخدمين العاديين على سمات الشخصية الإيجابية وهي (الإنبساطية، العدوانية، الحاجة للإنجاز وتحقيق الذات والشعور بالذنب) لصالح المستخدمين العاديين وعلى سمات الشخصية السلبية (المشكلات النفسية) وهي (توهم المرض والقلق والوسواسية) لصالح مدمني الإنترنت.

أيضاً دراسة أحمد فوزى (٢٠٠٨) أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين مدمني تطبيقات الموبايل على شبكة الإنترنت وغير المدمنيين لصالح

المدمنين في بعض المشكلات النفسية مثل الاكتئاب والقلق والكذب واضطراب النوم.

دراسة (٢٠٠٩) Muise, Christofides & Desmarais: هدفت الدراسة إلى الكشف عن دور شبكة الفيسبوك في إثارة الغيرة والحسد بين المتحابين، وفيما إذا كان التعرض الكثيف لهذه الشبكة قد ينبئ بعلاقات مبنية على الشك والغيرة بدلا من العلاقات الغرامية والعاطفية، وذلك من خلال إجراء مقابلات مع عينة مكونة من (٣٠٨) من طلبة البكالوريوس ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٧-٢٤) سنة، وقيمون علاقات غرامية مع آخرين. وقد كشفت الدراسة أن التعرض الكثيف لموقع الفيسبوك يقود إلى الغيرة والحسد، وذلك ربما بسبب الإدمان الذي يقود إلى الكشف عن معلومات غامضة عن الشريك لا يمكن الوصول إلى حقيقتها بسهولة، مما يدفع إلى التعرض الزائد لهذه الشبكة بهدف الوصول إلى الحقيقة عن الطرف الآخر، كما كشفت الدراسة أن غالبية المبحوثين يقضون حوالي (٤٠) دقيقة على الفيسبوك يوميا، وأن نسبة تعرض الفتيات من أفراد العينة لموقع الفيسبوك أكثر من الرجال، وأن لديهم ما معدله (٢٥-١٠٠٠) صديق للمشاركة الواحد على الشبكة، وتوصلت الدراسة أيضا إلى أن ما نسبته (٧٤.٦%) من أفراد العينة يضيفون من كانوا على علاقة عاطفية أو يقيمون معهم علاقات جنسية في السابق كأصدقاء، وأن (٩٢.١%) من المبحوثين لدى شريكهم أصدقاء من الغرباء الذين لا يعرفونهم، مما يقود إلى الغيرة والحسد بين المتحابين وما يصاحبه من توتر عاطفي وانفعالي.

كما أجرى الدمارى (٢٠١٠) دراسة بهدف البحث في الاشباع المتحققة من استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على عينة من طلاب كلية الفنون والإعلام بجامعة الفتح بلغ عددها (٢٠٠) وتوصلت الدراسة إلى: أن الفيس بوك احتل المرتبة الأولى في ترتيب استخدام الشبكات الاجتماعية من قبل الطلاب بغرض اكتساب معارف والتواصل مع ذوى الاهتمامات المشتركة. وأظهرت النتائج إن من الآثار السلبية لاستخدامه هو الانصراف عن القراءة وزيادة الشعور بالكسل والتراخي. إن الفيس بوك يشبع الطلاب اجتماعيا بخلق تواصل اجتماعي حتى في وقت الأجازات. كما إن الفيس بوك يشبع الطلاب فكريا بإتاحة الفرصة لتبادل الأفكار والتعبير عنها. أيضا إن الفيس بوك يشبع الطلاب أكاديميا لإعطائهم

الفرصة لمناقشة الدروس والمقررات وتبادل الأسئلة والمحاضرات والدروس والمراجعة.

دراسة (Al-Saggaf, ٢٠١١) : هدفت الدراسة إلى الخروج بوصف دقيق عن تجربة الفتيات السعوديات في تعاملهن مع شبكة الفيسبوك، وذلك من خلال إجراء مقابلات شخصية مع (١٥) فتاة سعودية ممن يستخدمن الفيسبوك، ممن تتراوح أعمارهن بين (١٩-٢٤) سنة، يدرسن في جامعة خاصة بالعربية السعودية، علاوة على اطلاع الباحث على "حائط" ثلاث من المشاركات (بعد أخذ موافقتهم) في المقابلة، لمعرفة عدد الأصدقاء والمجموعات والروابط والاستطلاعات ونوعية الصور الموجودة على صفحات الفتيات المشاركات. وقد توصلت الدراسة إلى أن الفتيات السعوديات يستخدمن الفيسبوك بهدف الحفاظ على روابط الصداقة القائمة مع أقرانهن الجدد والقدامى، وللتعبير عن شعورهن تجاه مختلف القضايا المطروحة ومشاركة الآخرين أفكارهم من خلال تحديث محتوى سيرتهن الذاتية على الموقع، بالإضافة إلى الترفيه عن أنفسهن من خلال الإجابة على أسئلة المسابقات واختبار المعلومات. كما توصلت الدراسة إلى أنه وبالرغم من أن معلومات المشاركات في الدراسة متاحة للجميع من مستخدمي الفيسبوك، فأنهن قلقات جدا على خصوصيتهن، وحتى تتمكن المشاركات من الإدلاء بأرائهن حول الأحداث الجارية، فقد عمدن إلى المشاركة في بعض المجموعات الحوارية على الشبكة. كما توصلت الدراسة أيضا إلى انه وبالرغم من أن بعض المشاركات اعترفن بفضل الفيسبوك بجعلهن يشعرن بالثقة أكثر، وبأنهن أصبحن اجتماعيات أكثر، إلا أن البعض الآخر منهن أبدين تخوفهن من أن هذه الشبكة يمكن أن تؤثر على علاقتهن بأسرهن وعلى تحصيلهن الدراسي.

دراسة نعيم المصري (٢٠١١)، هدفت إلى تعرف مدى استخدام الطلبة الجامعيين الفلسطينيين لمواقع التواصل الاجتماعي، وأثر ذلك على متابعتهم لوسائل الإعلام الأخرى، كما هدفت الدراسة أيضا إلى التعرف على الآثار السلبية والإيجابية لاستخدام الطلبة لهذه المواقع، وذلك بالتطبيق على عينة مكونة من (٥٠) مفردة من طلبة الكليات الفلسطينية بقطاع غزة. وقد توصلت الدراسة إلى أن ما نسبته (٥٢%) من المبحوثين يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي لمدة تصل إلى ساعتين يوميا، كما بينت الدراسة أن أهم سلبيات استخدام المبحوثين لمواقع التواصل الاجتماعي تكمن في تغذية الأزمات السياسية وتهيئة الفرصة

لعمليات الاستقطاب من قبل الآخرين، وزيادة الاحتقان وتعميق الخلافات، وبنسبة وصلت إلى (٧٨%). أما أهم الايجابيات فقد تمثلت في تعريف المستخدمين بموضوعات تساعدهم على النقاش مع الآخرين وبنسبة بلغت (٤٧%). أما ما يتعلق بتأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على وسائل الإعلام والاتصال الأخرى، فقد أظهرت الدراسة أن هناك انخفاضاً ملحوظاً في مطالعة الكتب وقراءة الصحف والمجلات والاستماع للراديو ومشاهدة الفضائيات والتوافق مع المجتمع بصفة عامة وبنسب تراوحت ما بين (٧٦% - ٨٤%).

تعقيب: بالنظر إلى نتائج الدراسات السابقة نجد ما يلي:

- بعض مشكلات استخدام الموبايل وتطبيقاته عبر شبكة الإنترنت أكثرها انتشاراً: التوافق الاجتماعي - التناغم - الاتزان الانفعالي - تحقيق الذات - التحصيل والانجاز الأكاديمي وهي المجالات التي ركزت عليها الباحثة في البحث الحالي.

هذا؛ وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في اختيار أنسب المناهج للدراسة الحالية حيث تتبعت الباحثة لعدد من الدراسات السابقة، ومن ثم اختارت الباحثة المنهج الوصفي المقارن لملاءمته مع الدراسة، كما استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في كيفية جمع المعلومات وطريقة العرض، واختيار أنسب الأدوات وهي المقاييس المختلفة المتغيرات. كما استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في معرفة الأساليب الإحصائية المختلفة وكيفية الوصول إلى النتائج.

كل هذا من شأنه أن دعم الدراسة الحالية للباحثة نظراً لأهمية وندرة مثل هذه الدراسة في المجتمع الكويتي حيث تبين لها أن موضوع الإدمان على الموبايل لازال بحاجة إلى مزيد من الدراسات والبحوث خاصة وأن جميع المؤسسات والمراكز البحثية؛ أفادت بندرة وجود دراسات حول ذلك الموضوع، هذا ما دفع الباحثة وجعل الموضوع جديراً بالدراسة والتبني في المجتمع الكويتي وذلك لمعالجة مشكلة من أهم المشكلات التربوية والنفسية التي لها تأثير على طلاب وطالبات العلم مستقبلاً.

فروض الدراسة:

١. توجد علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة على مقياس إدمان الموبايل وبعض المشكلات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

٢. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب مدمني الموبايل بدولة الكويت على مقياس إدمان الموبايل باختلاف التخصص الدراسي (تخصصات علمية/أدبية).
٣. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات مدمني الموبايل والمستخدمين العاديين في درجة أصابتهن بالمشكلات النفسية لصالح مدمني الموبايل.
٤. تتباين درجات طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت مدمني الموبايل على مقياس إدمان الموبايل باختلاف أعمارهم الزمنية (من ١٨-٢٠ أقل من ٢٠ سنة/ ومن ٢٠-٢٢ أقل من ٢٢ سنة/ ومن ٢٢ سنة/ ومن ٢٢- أقل من ٢٤).

إجراءات الدراسة:

- ١- منهج الدراسة: تعتمد الدراسة الحالية على استخدام منهج وصفي مقارنة.
- ٢- عينة الدراسة:
 - أ- مجتمع الدراسة:

تضمن مجتمع الدراسة طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت من مستخدمي الموبايل، ممن تتراوح أعمارهن ما بين (١٨-٢٤ عاماً)، لتحديد أهم المشكلات التي تتضمنها الدراسة: (الانتباه - تحقيق الذات- التوافق الاجتماعي- الانجاز الدراسي) الباحثة بدراسة استطلاعية على عينة من (٣٠) مفردة تمثل ما يقرب من ١٠% من عينة الدراسة الإجمالية.

ب- خصائص أفراد مجتمع الدراسة:

- ١- النوع: من طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت.
- ٢- السن: لا يقل عن (١٨) سنة، ولا يزيد عن (٢٤) سنة.

ج- العينة النهائية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٣٠٦) طالبة، منهن (٢٠٢) طالبة مدمنة لاستخدام الموبايل: "استخدام مرتفع" من طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت من بين شعب وتخصصات علميه، ومن شعب تخصصات نظريه أو أدبية، وذلك بالطريقة العشوائية القائمة على الاختيار العشوائي للشعبة. كما اشتملت عينة الدراسة على (١٠٤) طالبة من طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت غير المدمنات للموبايل

"استخدام منخفض"، وبمدى عمري يتراوح من (١٨-٢٤) سنة من عينه إجمالية بلغت (٤٠٠) طالبة.

حيث تم الاختيار منهم لتحديد أفراد العينة الأساسية من الطالبات، وفقا لمستوي إيمان الموبايل بحسب الدرجات التالية:

- **مستوي إيمان موبايل منخفض:** حصول الطالبة علي درجات من ٢٦ : ٦٥ درجة علي مقياس إيمان الموبايل.
- **مستوي إيمان الموبايل متوسط:** حصول الطالبة علي درجات من ٦٦ : ٩٩ درجة علي مقياس إيمان الموبايل.
- **مستوي إيمان الموبايل مرتفع:** حصول الطالبة علي درجات من ١٠٠ : ١٣٠ درجة علي مقياس إيمان الموبايل.
- اختارت الباحثة العينة من بين ذوات إيمان الموبايل المنخفض - والمرتفع - وتم استبعاد المجموعة المتوسطة والتي بلغ عددها (٩٤) طالبة. والجدول التالي يوضح عدد أفراد العينة النهائية في التخصصات العملية - والنظرية:

جدول (١) توزيع العينة الكلية

المجموع الكلي	المجموع	السن من ٢٢: أقل من ٢٤		السن من ٢٠: أقل من ٢٢		المجموع	السن من ١٨: أقل من ٢٠		مستوي إيمان الموبايل
		عملية	نظرية	عملية	نظرية		عملية	نظرية	
١٠٤	٣٨	١٨	٢٠	١٥	١٩	٣٢	١٢	٢٠	إيمان الموبايل منخفض
٢٠٢	٦٥	٢٧	٣٨	٣٧	٤٠	٦٠	٢٨	٣٢	إيمان الموبايل مرتفع
٣٠٦	١٠٣	٤٥	٥٨	٥٢	٥٩	٩٢	٤٠	٥٢	مجموع عام

٣- أدوات الدراسة:

أ- مقياس إيمان الموبايل: (إعداد/الباحثة).

هدف هذا المقياس إلى تحديد مستوى إيمان الموبايل؛ حيث اتضح للباحثة ندرة توافر مقياس مناسب على الرغم من أهمية قياس مستوى استخدام الموبايل وتطبيقاته كوسيلة من وسائل الاتصال الحديثة، ومن ثم تحديد عبارات المقياس، وقد مر إعداد المقياس بالخطوات التالية:

(١) الإطلاع على الكتابات النظرية والتراث السيكولوجي الخاص باستخدام الموبايل وتطبيقاته كوسيلة من وسائل الاتصال الحديثة.

(٢) قامت الباحثة بإجراء مسح للبحوث والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت استخدام الموبايل وتطبيقاته كوسيلة من وسائل الاتصال الحديثة ومن خلال هذه الدراسات استطاعت الوصول إلى عدد من المقاييس التي استخدمت في قياس إدمان استخدام الموبايل وتطبيقاته على سبيل المثال لا الحصر:

- استبانة دوافع استخدام شبكات التواصل الاجتماعي: إعداد/ محمد عبد المنعم وآخرون (د.ت).

- استبانة استخدام تطبيقات التعلم النقال: إعداد: محمد عبد القادر العمري (٢٠١٤).

ولقد أفادت هذه المقاييس الباحثة في التعرف على المؤشرات الرئيسية التي يمكن الاعتماد عليها في تصميم المقياس؛ ومن خلال ذلك تم التوصل إلى عدد من العبارات الخاصة بإدمان استخدام الموبايل وتطبيقاته.

(٣) تم التحديد الإجرائي لمفهوم إدمان استخدام الموبايل وتطبيقاته، ثم صياغة مجموعة من العبارات التي يمكن أن يقيسها هذا المفهوم؛ وراعت الباحثة أن تكون صياغة العبارات مرتبطة بالتعريف الإجرائي في صورة مبسطة وسهلة وذات لغة مفهومة مع تحديد المعنى بدقة.

(٤) ثم قامت الباحثة بالخطوات التالية:

. تحديد الهدف العام من المقياس في تعرف مفهوم إدمان استخدام الموبايل وتطبيقاته.

. تحديد عبارات مقياس إدمان استخدام الموبايل وتطبيقاته.

. تصميم عدد من العبارات التي تتناسب والتعريف الإجرائي لعبارات مقياس إدمان استخدام الموبايل وتطبيقاته.

(٥) ثم قامت الباحثة باستطلاع رأي عدد (٥) محكمين (٣) منهم من أساتذة في تخصصات علم النفس بجامعة الكويت، وعدد (٢) من أساتذة في تخصصات علم النفس من جمهورية مصر العربية (ملحق رقم ١)، حيث تم تقديم العبارات لهم، مع تحديد التعريف الإجرائي لمفهوم إدمان استخدام الموبايل وتطبيقاته، وذلك للحكم على عبارات المقياس من حيث:

. مناسبة العبارات في قياس ما صمم المقياس من أجله.

. مدى ارتباط العبارة بالمفهوم من حيث المضمون والصياغة وسهولة المعنى.

. إضافة أي عبارات يراها المحكم لها ارتباط بالبعد ولم يرد ذكرها في العبارات وذلك لإجراء التعديلات المناسبة حتى يصبح المقياس صالحا للتطبيق الميداني.

ولقد أسفرت هذه الخطوة عن موافقة السادة المحكمون على غالبية عبارات المقياس بعد إجراء تعديلات في الصياغة للعبارات أرقام (٤-٥-٧-٨-٩-١٢-١٤-١٥-١٨-٢٢-٢٥-٢٦-٣٠-٣٢) وعددها (١٤) عبارة، لذا فسيتم الإبقاء عليها جميعا وإلغاء العبارات أرقام: (١٠-١١-١٣-١٩-٢٠-٢١-٣١) لعدم مناسبتها أو لوجود تكرار بها وعددها (٧) عبارات، كما تم بناء على رغبة المحكمين تقسيم العبارة رقم (١٥) إلى عبارتين، وعلى ذلك فإن عبارات المقياس أصبحت (٢٦) عبارة. (ملحق ٢-٣، الصورة الأولى والنهائية للمقياس).

وضعت العبارات على تدرج خماسي طبقا لطريقة ليكرت بحيث تكون الاستجابة لكل عبارة بإحدى الاستجابات: تنطبق بشدة- تنطبق- لا تنطبق لحد ما - لا تنطبق بشدة.

(٦) وقد أعطت الباحثة لكل اختيار وزنا، بحيث تعطي الاستجابة (٥) درجات على تنطبق بشدة، و(٤) درجات على تنطبق، و(٣) درجات على لا تنطبق لحد ما، (٢) درجتان على لا تنطبق، درجة واحدة (١) على لا تنطبق بشدة، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين ٢٦-١٣٠ درجة وتدل الدرجة المرتفعة على المقياس على إيمان استخدام الموبايل وتطبيقاته بشكل مرتفع، بينما تدل الدرجة المنخفضة إلى استخدام الموبايل وتطبيقاته بصورة طبيعية.

(٧) التحقق من الصدق والثبات، حيث قامت الباحثة بما يلي:

• التحقق من صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس استخدمت الباحثة، الصدق المنطقي:

حيث قامت الباحثة باستطلاع رأي عدد (٥) محكمين (٣) منهم من أساتذة في تخصصات علم النفس بجامعة الكويت، وعدد (٢) من أساتذة في تخصصات علم النفس من جمهورية مصر العربية (ملحق ١)، وبناء على توجيهاتهم قامت الباحثة فقط بتعديل صياغة بعض العبارات حسب آراء الأساتذة المحكمين كما تم توضيحه سابقا.

• التحقق من ثبات المقياس:

استخدمت الباحثة طريقة ألفا - كرونباخ، والتجزئة النصفية لسبيرمان - براون؛ لحساب ثبات المقياس. والجدول التالي يوضح قيم معاملات الثبات للدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٢) قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا

- كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية (ن = ١٠٠)

التجزئة النصفية لسبيرمان - براون	معامل ألفا - كرونباخ	مقياس إدمان استخدام الموبايل وتطبيقاته
٠.٨٦٧	٠.٩٠٤	الدرجة الكلية لمقياس

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الثبات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

ب- مقياس المشكلات النفسية: (إعداد/الباحثة).

هدف هذا المقياس إلى تحديد مستوى بعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت؛ حيث اتضح للباحثة ندرة توافر مقياس مناسب على الرغم من أهمية دراسة تلك المتغيرات النفسية جراء الإدمان على استخدام الموبايل وتطبيقاته لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت، ومن ثم تحديد أبعاد المقياس وتعريفها إجرائياً، وقد مر إعداد المقياس بالخطوات التالية:

(١) الإطلاع على الكتابات النظرية والتراث السيكلوجي الخاصة بالمشكلات النفسية عامة والمشكلات النفسية جراء الإدمان على استخدام الموبايل وتطبيقاته لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت خاصة.

(٢) قامت الباحثة بإجراء مسح للبحوث والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت المشكلات النفسية جراء الإدمان على استخدام الموبايل وتطبيقاته ومن خلال هذه الدراسات استطاعت الوصول إلى عدد من المقاييس التي استخدمت في قياس المشكلات النفسية على سبيل المثال لا الحصر:

- استبانته نقيس المشكلات السلوكية التي يعكسها استخدام الأطفال للأجهزة الذكية من وجهة نظر ولي الأم: أعداد/ محمد عمر محمد أبو الرب، إلهام

مصطفى القصيري (٢٠١٤)

- استبانته تأثير الهاتف النقال في سلوكيات الأطفال:إعداد /فطيمة زكور (٢٠١٥).

ولقد أفادت هذه المقاييس الباحثة في التعرف على المؤشرات الرئيسية التي يمكن الاعتماد عليها في تصميم المقياس؛ومن خلال ذلك تم التوصل إلى عدد من الأبعاد الرئيسية الخاصة بالمتغيرات النفسية.

(٣) تم التحديد الإجرائي لكل بعد، ثم صياغة مجموعة من العبارات التي يمكن أن يقيسها هذا البعد؛ وراعت الباحثة أن تكون صياغة العبارات مرتبطة بالتعريف الإجرائي في صورة مبسطة وسهلة وذات لغة مفهومة مع تحديد المعنى بدقة.

(٤) ثم قامت الباحثة بالخطوات التالية:

. تحديد الهدف العام من المقياس في التعرف على مستوي بعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت.
 . تحديد أبعاد مقياس المشكلات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت.

. تصميم عدد من العبارات التي تتناسب والتعريف الإجرائي لكل بعد من أبعاد مقياس المشكلات النفسية

(٥) ثم قامت الباحثة باستطلاع رأي عدد (٥) محكمين (٣) منهم من أساتذة في تخصصات علم النفس بجامعة الكويت، وعدد (٢) من أساتذة في تخصصات علم النفس من جمهورية مصر العربية (ملحق رقم ١)، حيث تم تقديم العبارات لهم، مع تحديد التعريف الإجرائي لكل بعد من أبعاد مقياس المشكلات النفسية على حدة وذلك من خلال خمسة أبعاد أساسية وهي على الوجه التالي:

- بعد: التوافق الاجتماعي.
- بعد: الروح التفاؤلية.
- بعد: الاتزان الانفعالي.
- بعد: تحقيق الذات.
- بعد: التحصيل والانجاز الأكاديمي.

وذلك للحكم على عبارات المقياس من حيث:

. مناسبة العبارات في قياس ما صمم المقياس من أجله.

. مدى ارتباط العبارة بالبعد من حيث المضمون و الصياغة وسهولة المعنى.
. إضافة أي عبارات يراها المحكم لها ارتباط بالبعد ولم يرد ذكرها في
العبارات وذلك لإجراء التعديلات المناسبة حتى يصبح المقياس صالحا
للتطبيق الميداني.

ولقد أسفرت هذه الخطوة عن موافقة السادة المحكمون علي جميع عبارات
المقياس وعددها (١٢٥) عبارة، مع إجراء تعديلات في الصياغة فقط على بعض
العبارات؛ لذا فسيتم الإبقاء عليها جميعا مع إجراء تعديل في صياغة بعض
العبارات وأرقامها (٣-٧-٩-٢٠-٢١-٢٨-٣٠-٣٣-٣٦-٣٧-٣٨-٤٤-٥٠-
٥٥-٦٣-٧١-٧٣-٩٣-٩٩-١٠١-١٠٣-١٠٩-١١٠-١١١-١١٦-
١١٧-١٢٢)، وعلى ذلك فان عبارات المقياس كانت موزعة كالتالي: (ملحق ٤-
٥، الصورة الأولى والنهائية للمقياس):

- البعد الأول: التوافق الاجتماعي: (٢٥ عبارة).
 - البعد الثاني: الروح النقائلية: (٢٥ عبارة).
 - البعد الثالث: الاتزان الانفعالي: (٢٥ عبارة).
 - البعد الرابع: تحقيق الذات: (٢٥ عبارة).
 - البعد الخامس: التحصيل والانجاز الأكاديمي (٢٥ عبارة).
- وضعت العبارات على تدرج خماسي طبقا لطريقة ليكرت بحيث تكون
الاستجابة لكل عبارة بإحدى الاستجابات: دائما - غالبا - أحيانا - نادرا - أبدا.
(٦) ثم أعدت الباحثة مفتاح خاص لتصحيح المقياس فقد أعطت لكل استجابة
من هذه الاستجابات الخمس، وزنا بحيث تعطي الاستجابة (٥) درجات على
دائما، و(٤) درجات على غالبا، و(٣) درجات على أحيانا، (٢) درجتان
على نادرا، درجة واحدة (١) على أبدا.
- وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين ١٢٥ - ٦٢٥ درجة وتدل
الدرجة المرتفعة على المقياس على ارتفاع مستوى المشكلات السلوكية، بينما تدل
الدرجة المنخفضة إلى انخفاض مستوى المشكلات السلوكية.
- (٧) التحقيق من الصدق والثبات، حيث قامت الباحثة بما يلي:

- التحقق من صدق المقياس:
- للتحقق من صدق المقياس استخدمت الباحثة، الصدق المنطقي:

حيث قامت الباحثة بعرض المقياس على (٥) من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس، وبناء على توجيهاتهم قامت الباحثة فقط بتعديل صياغة بعض العبارات حسب آراء الأساتذة المحكمين.

• التحقق من ثبات المقياس:

استخدمت الباحثة طريقة ألفا - كرونباخ، والتجزئة النصفية لسبيرمان - براون؛ لحساب ثبات المقياس. والجدول التالي يوضح قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس مفهوم الذات والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٣) قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا -

كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية (ن = ١٠٠)

التجزئة النصفية لسبيرمان - براون	معامل ألفا - كرونباخ	أبعاد المقياس
٠.٨٣٤	٠.٨٣٦	بعد: التوافق الاجتماعي.
٠.٧٨٦	٠.٨٠٣	بعد: الروح التفاؤلية.
٠.٨٤٥	٠.٨٤٨	بعد: الاتزان الانفعالي.
٠.٨٠٨	٠.٨١٤	بعد: تحقيق الذات.
٠.٨١٢	٠.٨١٦	بعد: التحصيل والانجاز الأكاديمي
٠.٨٩٦	٠.٩٠١	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الثبات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

نتائج الدراسة:

١- بالنسبة للفرض الأول: "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة على مقياس إيمان الموبايل وبعض المشكلات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الطالبات المدمنات للموبايل على مقياس إيمان الموبايل ودرجاتهم على أبعاد مقياس المشكلات النفسية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجات الطالبات على مقياس

إيمان الموبايل ودرجاتهم على أبعاد مقياس المشكلات النفسية (ن = ٢٠٢)

التوافق الاجتماعي	التفاؤل	الاتزان الانفعالي	تحقيق الذات	تحصيل وانجاز أكاديمي
**٠.٣٥٦-	**٠.٣١٣-	**٠.٣٢٤-	**٠.٣٠٨-	**٠.٢٣١-

** دال عند المستوى (٠.٠١) * دال عند المستوى (٠.٠٥)

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين درجات الطالبات على مقياس إدمان الموبايل ودرجاتهم على جميع أبعاد مقياس المشكلات النفسية.

ويمكن تفسير النتائج في ضوء أن وصول الطالبات لمستوى مرتفع من استخدام الموبايل وتطبيقاته عبر شبكة الإنترنت، والذي أدخلها في طور الإدمان من حيث الاعتياد عليه قد أثر عليها بالسلب في بعض المتغيرات النفسية، فقد جعلها على مستوى التوافق النفسي تعاني من على سبيل المثال لا الحصر: صعوبة في التمييز بين الصح والخطأ-صعوبة في ضبط التصرفات بين الجد والهزار-التفكير في الهروب -ادعاء المرض خوفاً من تحمل المسؤولية-عدم الاهتمام بتحسين نفسي-صعوبة في تعديل الأخطاء.

كذلك على مستوى التفاؤل جعلها تعاني من مشاعر تشاؤمية على سبيل المثال لا الحصر: الشعور بأن الحياة مملة-الشعور بأن المشاكل التي تواجهني ليس لها حل-الشعور بأن لا أمل لي في المستقبل-الشعور بتعاسة مع النفس-الشعور بأن حياتها غير آمنة وغير هادئة.

أيضا على مستوى الاتزان الانفعالي جعلها تعاني من على سبيل المثال لا الحصر: صعوبة في التغلب علي القلق في المواقف المحرجة-شك في قدرتها علي اجتياز المواقف الصعبة بنجاح-التردد خوفا من أن التصرف بطريقة خطأ-احتباس صوتها إذا طلب مني التحدث أمام الآخرين-يصعب عليها التحكم في انفعالاتها - صعوبة في ضبط نفسها أمام مغريات العالم.

وبالنسبة لتحقيق الذات تعاني من على سبيل المثال لا الحصر: إعطاء أولوية لاهتماماتها الخاصة قبل اهتمامات الآخرين -الشعور بالنقص-عدم تذكر الوعود التي تعطيها-لا تهتم بالاجتهاد لدي الآخرين لتقبل وجهة نظرها-انتقاد الآخرين لها يفقدها احترامها لنفسها - ضعف الثقة بالنفس.

وفي التحصيل والانجاز الأكاديمي تعاني من على سبيل المثال لا الحصر: تجنب الالتزام بواجباتها تجاه كليتي رغم أن ظروفها تسمح بذلك-الشعور بضعف قدرتها على التواصل الدراسي كلما واجهتها المشاكل-الشعور بعدم الفائدة من مذاكرة دروسها الجامعية -الشعور بعدم الرغبة في الذهاب للكلية-الشعور بعدم الجدوى من التحاقها بالجامعة.

وتتفق مع دراسة كريستوفر وآخرون (Christopher et al.,2002)، والتي أوضحت نتائج الدراسة إن العلاقات مع الوالدين والأقران أفضل عند منخفضي الاستخدام عنة مرتفعي الاستخدام.

كما تتفق النتائج مع دراسة كابلان (Caplan,2002) التي أشارت نتائجها إلى وجود ارتباط بين الاستخدام المشكل لتطبيقات الموبايل على شبكة الإنترنت وبين المقاييس الفرعية للوحدة النفسية وبين الخجل وتقدير الذات والتشاؤم.

أيضا اتفقت النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسة نالوا واناند (Nalwa&Anan,2003)، والتي أشارت إلى أن المجموعة التي أدمنت استخدام الإنترنت تعاني من اضطرابات النوم وان عدد ساعات استخدام الإنترنت كانت أكثر من المعدل العادي ١٠ ساعات وأكثر وتبين أيضا وجود أن المجموعة التي أدمنت استخدام الإنترنت كانت أكثر شعورا بالوحدة النفسية من الطلبة العاديين كما تتفق مع نتائج دراسة (احمد فوزي، ٢٠٠٨) التي أشارت إلى أن هناك علاقة بين إدمان تطبيقات الموبايل على الإنترنت وكل من المتغيرات النفسية التالية: الاكتئاب والكذب واضطراب النوم والقلق.

وتتفق مع دراسة الدمارى (٢٠١٠) التي أشارت إلى أن الفيس بوك احتل المرتبة الأولى في ترتيب استخدام الشبكات الاجتماعية من قبل الطلاب بغرض اكتساب معارف والتواصل مع ذوى الاهتمامات المشتركة. وأظهرت النتائج إن من الآثار السلبية لاستخدامه هو الانصراف عن القراءة وزيادة الشعور بالكسل والتراخي.

٢- بالنسبة للفرض الثاني: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب مدمني الموبايل بدولة الكويت على مقياس إدمان الموبايل باختلاف التخصص الدراسي (تخصصات علمية/أدبية). للتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة.

جدول (٥) الفرق لدى مرتفعي مستوى إدمان الموبايل

بين التخصصات النظرية والعملية

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	ع	م	العدد	مجموعة المقارنة	مقياس إدمان استخدام الموبايل وتطبيقاته
غير دالة	١.٢٦٩	٢٢.٦٢	١١٦.٤٠	١١٠	كليات عمليه	الدرجة الكلية
		٢٠.٣٥	١١٢.٨٨	٩٢	كليات نظريه	

تشير بيانات الجدول السابق إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسط درجات مرتفعي مستوى إدمان الموبايل (تخصصات نظرية وعملية) على الدرجة الكلية للمقياس.

ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن كل من الطالبات بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب في عينة الدراسة باختلاف تخصصاتهم "نظرية أو عملية" من مدمنات استخدام الموبايل وتطبيقاته على شبكة الإنترنت لديهن نفس السلوكيات في استخدام الموبايل وتطبيقاته بل وتكاد تكون الأفكار عن الموبايل متشابهة؛ لذا فكانت النتائج تدل على عدم وجود فروق للتخصص على مستوى الإدمان على الموبايل وتطبيقاته. حيث ترى الباحثة أن ذلك يؤكد على أن الطالبات مهما كان تخصصاتهن علمية أو نظرية فكلهن في إدمان الموبايل يتسم بالخصائص التالية على سبيل المثال لا الحصر: وجود صعوبة في وضع حد للمدة التي تستخدم خلالها الموبايل - اشتكت أسرتها بسبب كثرة استخدامي للموبايل - تأثرت علاقاتها الشخصية بسبب كثرة استخدامها للموبايل - قلت ساعات نومها بشكل ملحوظ بسبب كثرة استخدامها لخدمات للموبايل - وجود صعوبة في الامتناع عن استخدام الموبايل لعدة أيام متتالية - توجد خدمات بعينها على تطبيقات الموبايل تجد صعوبة في مقاومتها مثل فيس بوك - تأثرت رغبتها وميلها للقراءة من الكتب والمجلات الثقافية المطبوعة بسبب اندماجها في الموبايل.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه على سبيل المثال لا الحصر: دراسة الزيديين وآخرون (Alzaidiyeen et al, 2011)، والتي أشارت نتائجها إلى أن هناك فرق ذو دلالة إحصائية في الجنس إيجابياً على الاتجاهات نحو استخدام تطبيقات الموبايل ولصالح الطلاب الذكور، ولا أثر ذا دلالة إحصائية للعمر ولا للتخصص على اتجاهات الطلبة نحوها.

٣- بالنسبة للفرض الثالث: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات مدمني الموبايل والمستخدمين العاديين في درجة أصابتهن بالمشكلات النفسية لصالح مدمني الموبايل. وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار " ت للمجموعات المستقلة، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٦) دلالة الفروق بين متوسطات درجات مدمني الموبايل والمستخدمين العاديين على أبعاد مقياس المشكلات النفسية

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المستخدمات العاديات (ن = ١٠٤)		مدمني الموبايل (ن = ٢٠٢)		الأبعاد
		ع	م	ع	م	
٠.٠١	٤.٣٤	٣.٨٢٤	١٠.٩٩	١.٧٦٩	١٣.١٧	التوافق الاجتماعي
٠.٠١	٣.٨٣٨	٣.٩١٦	١٠.٩٧	٢.٤٣	١٣.٠٩	التفاؤل
٠.٠١	٤.٦٨١	٣.٩٦٧	٨.٧٩	٢.٤٢١	١١.٣٩	الاتزان الانفعالي
٠.٠١	٣.٧٣٣	٣.٦٤١	١٢.٣٩	١.٩٥	١٤.٢٣	تحقيق الذات
٠.٠٥	٢.٤٠٩	٣.٧٨٩	١٢.٣٧	٢.٣٦٥	١٣.٦٦	التحصيل والانجاز الأكاديمي

مستوى الدلالة عند (٠.٠١) = ٢.٦١ (٠.٠٥) = ١.٩٨

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات مدمني الموبايل والمستخدمين العاديين على جميع أبعاد مقياس المشكلات النفسية عدا بعد التحصيل والانجاز الأكاديمي فهو دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وقد كانت الفروق على جميع الأبعاد في اتجاه المستخدمين المدمنين.

ويمكن تفسير النتائج في ضوء أن وصول الطالبات لمستوى مرتفع من استخدام الموبايل وتطبيقاته عبر شبكة الإنترنت، والذي أدخلها في طور الإدمان من حيث الاعتياد عليه قد أثر عليها بالسلب في ارتفاع درجة المشكلات النفسية مقارنة بزميلاتها غير المدمنات للموبايل، فقد جعلها على مستوى التوافق النفسي تعاني من على سبيل المثال لا الحصر: صعوبة في الالتزام بالوعد مع الآخرين- عدم الاهتمام بمشاعر الآخرين- تجنب الاشتراك في الأنشطة الجماعية- عدم الاستمتاع بالتعامل مع زميلات الجامعة- عدم الاستمتاع بالاشتراك في المسابقات- شعور بعدم القبول من معظم الزملاء.

كذلك على مستوى التفاؤل جعلها تعاني من مشاعر تشاؤمية مقارنة بزميلاتها غير المدمنات للموبايل على سبيل المثال لا الحصر: الشعور بعدم الرضا عن نفسها وعن حظها في الحياة- الشعور بأنها غير سعيدة معظم الأوقات- الشعور أن لا فائدة من الحياة- توقع حدوث ما يحزنها- الشعور أن المستقبل أسوأ من الحاضر.

أيضا على مستوى الاتزان الانفعالي جعلها تعاني من صعوبات مقارنة بزميلاتها غير المدمنات للموبايل على سبيل المثال لا الحصر: الرد على

انتقادات الآخرين بغضب وصوت عالي-قدرتها في إتمام أي عمل ليست على ما يرام-يصعب عليها التحكم في غضبها مهما كانت الظروف-توجيه الشتائم لحظة الغضب-الاندفاع والتسرع في أي عمل تقوم به-يصعب عليها التحكم في ردود أفعالها تجاه الآخرين-تبكي سريعا كلما انتقدنها الآخرون.

وبالنسبة لتحقيق الذات تعاني من صعوبات مقارنة بزميلاتها غير المدمنات للموبايل على سبيل المثال لا الحصر: تعيش حياتها وفق ميولها وقيمها الخاصة - يصعب عليها أن تتوقف عن تحقيق مصالحها الشخصية حتى لو كانت علي حساب الآخرين- الشعور بأنها عضو غير هام في أسرتها-تلجأ للطرق الملتوية إذا شعرت بالحاجة-لا تهتم بوضع مبادئ لتقودها إلى النجاح-يصعب عليها حل مشكلاتها وتستسلم لها بسهولة-الانقياد سريعا للأفكار والخبرات الجديدة حتى وإن كانت متهورة-عدم الاهتمام بفكرة إثبات الذات.

وفي التحصيل والانجاز الأكاديمي تعاني من صعوبات أيضا مقارنة بزميلاتها غير المدمنات للموبايل على سبيل المثال لا الحصر:الشعور بحالة من تيرم أسأتذتها منها-الشعور بأن الشهادة الجامعة لا قيمة لها-يغالبا النعاس داخل قاعة المحاضرات-تضايقها فكرة المذاكرة-لا تعتقد أن دراستها بالجامعة ستجعل منها فائدة لنفسها ولبلدها-تجنب القيام بالأعمال التي يرى الآخريين أنها تتطلب مهارة وقدره على التفكير.

وتدل النتائج السابقة أن الطالبات المدمنات للموبايل لديهم مشكلات نفسية بالمقارنة بالطالبات غير المدمنات للموبايل ،وتتفق تلك النتائج مع دراسة اندرسون (Anderson,2001) حيث أظهرت النتائج أن استخدام تطبيقات الموبايل عبر الإنترنت لفترات طويلة يؤدي إلى انخفاض المشاركة في الأنشطة الاجتماعية واضطراب النوم وزيادة الشعور بالوحدة والاكتئاب والمعاناة من عدم الاستقلالية والتشاؤم والتبلد أحيانا والتسرع في الانفعالات مع الآخرين. الرشيد

كما تتفق الدراسة الحالية مع دراسة نالوا واناند (Nalwa&Anan,2003) والتي أشارت نتائجها إلى أن المجموعة التي أدمنت استخدام الإنترنت على الموبايل تعاني من اضطرابات النوم وان عدد ساعات استخدام الإنترنت كانت أكثر من المعدل العادي ١٠ ساعات وأكثر وتبين أيضا وجود أن المجموعة التي أدمنت استخدام الإنترنت كانت أكثر شعورا بالوحدة النفسية من الطلبة العاديين.

تتفق مع دراسة (خالد جلال، السعيد عبد الصالحين، ٢٠٠٥) التي أشارت إلى وجود فروق دالة بين مدمني الإنترنت والمستخدمين العاديين على سمات الشخصية الإيجابية وهي (الانبساطية، العدوانية، الحاجة للإنجاز وتحقيق الذات والشعور بالذنب) لصالح المستخدمين العاديين وعلى سمات الشخصية السلبية (المشكلات النفسية) وهي (توهم المرض والقلق والوسواسية) لصالح مدمني الإنترنت.

تتفق مع دراسة (أحمد فوزي، ٢٠٠٨) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين مدمنين الإنترنت وغير المدمنين لصالح المدمنين في بعض المشكلات النفسية مثل الاكتئاب والقلق والكذب واضطراب النوم.

٤- بالنسبة للفرض الرابع: تتباين درجات طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت مدمني الموبايل على مقياس إيمان الموبايل باختلاف أعمارهم الزمنية (من ١٨-أقل من ٢٠ سنة / ومن ٢٠-أقل من ٢٢ سنة / ومن ٢٢-أقل من ٢٤). وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه، والجدولين التاليين يوضحان نتائج هذا التحليل.

جدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطالبات

مدمنات الموبايل طبقاً للأعمار الزمنية على مقياس إيمان الموبايل

من ١٨-أقل من ٢٠ سنة (ن = ٦٠)		من ٢٠-أقل من ٢٢ سنة (ن = ٧٧)		من ٢٢-أقل من ٢٤ (ن = ٦٥)	
ع	م	ع	م	ع	م
٥.٠٨٢	٧٢.٢٧	٧.٠٥٢	٧٢.٢٠	٨.٠٥٢	٧٧.٤٢

جدول (٨) تحليل التباين أحادي الاتجاه لدرجات الطالبات

مدمنات الموبايل على مقياس إيمان الموبايل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٧٣٠.٨٠٧	٢	٣٦٥.٤٠٣	٥.٠٥٢	٠.٠١
داخل المجموعات	٢٨٥٦.٢٧٧	٦٧	٤٢.٦٣٠		
الكل	٣٢٨٧.٠٨٥	٦٩			

يتضح من الجدول السابق وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لمتغير العمر الزمني في تباين درجات الطالبات مدمنات الموبايل على مقياس إيمان الموبايل.

ولمعرفة اتجاه دلالة الفروق التي ترجع لمتغير العمر الزمني استخدمت الباحثة اختبار شفيه Scheffe للمقارنات البعدية، وذلك للمقارنة بين متوسطات

أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية ١٩٨
لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

درجات الطالبات بالمجموعات الثلاث على مقياس إدمان الموبايل، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٩)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطالبات بالمجموعات الثلاث

على مقياس إدمان الموبايل باستخدام اختبار شففيه

المجموعة	العدد	المتوسط	فروق المتوسطات ودلالاتها		
			١	٢	٣
١- من ١٨-اقل من ٢٠ سنة	٦٠	٧٢.٢٧	-		
٢- من ٢٠-اقل من ٢٢ سنة	٧٧	٧٢.٢٠	٠.١٢٢	-	-
٣- من ٢٢-اقل من ٢٤ سنة	٦٥	٧٧.٤٢	**٥.١٦٧	**٥.٠٤٤	

** دال عند المستوى (٠.٠١) * دال عند المستوى (٠.٠٥)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي

درجات كل من:

- الطالبات مدمنات الموبايل من ١٨-اقل من ٢٠ سنة والطالبات مدمنات الموبايل من ٢٢-اقل من ٢٤ سنة، في اتجاه الطالبات مدمنات الموبايل من ٢٢-اقل من ٢٤ سنة.

- الطالبات مدمنات الموبايل من ٢٠-اقل من ٢٢ سنة والطالبات مدمنات الموبايل من ٢٢-اقل من ٢٤ سنة، في اتجاه الطالبات مدمنات الموبايل من ٢٢-اقل من ٢٤ سنة.

- كما يتضح عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات مدمنات الموبايل من ١٨-اقل من ٢٠ سنة والطالبات مدمنات الموبايل من ٢٠-اقل من ٢٢ سنة.

في ضوء ما سبق يتضح أن كلما زاد العمر في استخدام الموبايل وتطبيقاته عبر الإنترنت زاد استخدام الطالبة للموبايل وتطبيقاته، بمعنى الاعتياد بدرجة أكبر وأعمق على الموبايل، حيث تكون مظاهر إدمان الموبايل لديها أكثر عمقا مقارنة بالأقل عمرا، حيث تتمثل تلك المظاهر على سبيل المثال لا الحصر في: تجد نفسها في حاجة مستمرة لزيادة ساعات استخدامها للموبايل لكي تشعر بنفس درجة الإشباع-تستغرق في استخدام الموبايل كوسيلة للتهرب من مشاكلها

الشخصية أو لتحسين حالتها المزاجية -ذهنها منشغلا بتطبيقات الموبايل أو بأصدقاء الإنترنت من خلال الموبايل أثناء فترات عدم استخدامها له -توجد مواقع محددة ومجالات محددة على إنترنت الموبايل تجد أنها من الصعب تقاؤها وإهمالها -تأثر أدائها في الدراسة أو تقديراتها الدراسية بسبب طول الوقت الذي تقضيه في استخدام تطبيقات الموبايل -تشعر أن استخدام الموبايل يسبب لي بعض مشاكل النفسية والاجتماعية سواء في انفعالاتي -تحقيق ذاتي -التوافق.. الخ. واتفقت الدراسة الحالية في ذلك مع دراسة كل من على سبيل المثال لا الحصر: (هبة السمرى، ٢٠٠٣ ؛ ماديل ميونسير Muncer ،٢٠٠٥)، والتي أشارت إلى أنه كلما زاد عمر مدمن تطبيقات الموبايل على شبكة الإنترنت زاد معدل استخدامه.

توصيات الدراسة:

من خلال النتائج التي أشارت إليها الدراسة الحالية فإن الباحثة توصي

بالآتي:

- ١- معالجة أوقات الفراغ لدى الطالبات الجامعيات بالفراغ داء قتال للفكر والعقل والطاقة البدنية، إذ النفس لا بُدَّ لها من حركة وعمل، وعلاج المشكلة هو تأسيس برامج تستهدف ملء الفراغ الذهني والروحي والفكري.
- ٢- يضاف إلى ذلك ضرورة ترسيخ مفهوم قيمة الوقت على أنه هبة من الخالق يجب أن يحسن استغلاله لصحة البدن والعقل واكتساب المهارات لإعداد الإنسان السوي السليم.
- ٣- الإغلاء من قيمة العمل الجماعي وإثراء روح المشاركة داخل الحياة الجامعية عن طريق تنظيم المسابقات العلمية والرياضية بهدف إخراج الطالبات عن العزلة والانطواء.
- ٤- العمل على إصلاح أجهزة الإعلام للقيام بدورها التربوي والتوجيهي والإرشادي والنظر إلى عدم التوازن البرمجي بشئ من العلمية مراعين احتياجات الشباب -خاصة جنس الإناث- بعيداً عن اللامبالاة والتقليد.
- ٥- العمل على رفع الروح المعنوية لدى الطالبات الجامعيات والخروج بهن عن الاحباطات التي تلعب وسائل الإعلام دوراً كبيراً في ترسيخها.
- ٦- وضع برامج علمية منظمة تستهدف الاستخدام الأمثل لتقنية الموبايل التي أصبحت متاحة للأغنياء والفقراء، كبار وصغار، ذكور وإناث بهدف الإثراء العلمي والثقافي.

البحوث المقترحة:

- في ضوء ما أسفرت عنه من نتائج، تمكنت الباحثة من أن تقدم موضوعات لازالت في حاجة لمزيد من البحث والدراسة، وذلك كما يلي:
- ١- الأداء الوظيفي الأسري وعلاقته بإدمان الأبناء للموبايل وتطبيقاته" دراسة ميدانية على المراهقين ووالديهم بدولة الكويت".
 - ٢- فاعلية برنامج تدريبي باستخدام الإرشاد العقلاني الانفعالي علي تحسن مستوي الأداء الوظيفي الأسري للآباء والأمهات وأثره علي خفض مستوى إدمان الأبناء للموبايل وتطبيقاته.

المراجع

أولاً- المراجع العربية:

أحمد عزت راجح (١٩٩٥): أصول علم النفس. ط١٢، القاهرة: دار المعارف.
أحلام علي عبد الستار (٢٠١١). فاعلية برنامج تدريبي لمهارات التفكير الإيجابي وأثره في تنمية بعض الخصائص النفسية والعقلية لدي الطفل. رسالة دكتوراه معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة.

أحمد سعيد فوزي (٢٠٠٨): أهم المشكلات النفسية الناتجة عن إدمان المراهقين للإنترنت. رسالة ماجستير. معهد الدراسات العليا للطفولة: جامعة عين شمس.

أحمد فخري (٢٠٠٨). الإدمان على الإنترنت... ملاحظات،

http://www.hayatnafs.com/mona3at_fi_alnafs/internet-addiction-notes.htm

حامد عبد السلام زهران (١٩٩٧). الوقاية من المرض النفسي، مجلة الصحة النفسية، القاهرة، مارس ص ص ٣٢-٣٥.

حسام الدين محمود عزب (٢٠٠١): إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية - الوجه الآخر للإنفوميديا. المؤتمر العلمي السنوي لجامعة عين شمس - الطفل والبيئة، معهد الدراسات العليا للطفولة: جامعة عين شمس، القاهرة (مارس ٢٠٠١) ص ص ٢٧٩ - ٣٢٢.

حسام الدين محمود عزب (٢٠٠٣): فعالية برنامج علاجي متعدد النظم في علاج إدمان الإنترنت. مؤتمر الطفل العربي والتحدي، معهد الدراسات العليا للطفولة: جامعة عين شمس، القاهرة (مارس ٢٠٠٣) ص ص ١١٤ - ١٣٨.

خالد أحمد جلال، السعيد عبد الصالحين محمد (٢٠٠٥): تأثير الاستخدام المفرط للإنترنت على بعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد الخامس عشر، العدد ٤٩، أكتوبر ٢٠٠٥. ص ص ١ - ٥٥.

دينا محمد محمود عساف (٢٠٠٥): استخدامات المراهقين للإنترنت وعلاقته بالاعتراب الاجتماعي لديهم. رسالة ماجستير. معهد الدراسات العليا للطفولة: جامعة عين شمس.

أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية ٢٠٢
لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

زينب أمين، وليد الحلفاوي(٢٠٠٨): معايير بيانات التعلم الجوال. المؤتمر السنوي التاسع: تطوير كليات التربية النوعية في ضوء معايير الجودة والاعتماد. كلية التربية النوعية. ٢٩-٣٠/٤/٢٠٠٨: جامعة دمياط، جمهورية مصر العربية.

شريف درويش اللبان(٢٠٠٨): تكنولوجيا الاتصال، المخاطر والتحديات والتأثيرات الاجتماعية، (القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب. ص ٤١.

طريف شوقي (٢٠٠٣).المهارات الاجتماعية والاتصالية، القاهرة، دار غريب.
عادل عائض المغنوي (١٤٢٧هـ): الآثار التربوية لاستخدام الإنترنت على طلاب الثانوية العامة بالمدينة المنورة، رسالة ماجستير، قسم التربية الإسلامية والمقارنة، كلية التربية:جامعة أم القرى.

. عبد الحميد بسيوني (٢٠٠٧). التعليم الإلكتروني والتعليم الجوال، القاهرة: مكتبة ابن سينا.

عبد الستار ابراهيم واخرون (١٩٩٣): العلاج السلوكي للطفل: اساليب ونماذج من حالاته. عالم المعرفة. (العدد ١٨٠ الكويت).

عبد العزيز السيد الشخص (٢٠٠٦): قاموس التربية الخاصة والتأهيل لذوى الاحتياجات الخاصة، ط٢، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

عبد الكريم عبد الله الحربي (٢٠٠٤): الإنترنت والقنوات الفضائية ودورها في الانحراف والجنوح، الرياض، السعودية، الطبعة الثانية.

عبد الله الموسى، وأحمد المبارك،، التعليم الإلكتروني (٢٠٠٥). الأسس والتطبيقات، مؤسسة شبكة البيانات، الرياض.

عثمان الخضر (٢٠٠٢): الذكاء الوجداني هل هو مفهوم جديد؟ مجلة دراسات نفسية.المجلد الثاني عشر.العدد الأول. أبريل ٢٠٠٢م.

علا عبد الرحمن (٢٠٠٥): فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني وتأثيره علي التفكير الابتكاري. رسالة دكتوراه.معهد الدراسات والبحوث التربوية:جامعة القاهرة.

علي حنfan العمري (٢٠٠٨): إدمان الإنترنت وبعض آثاره النفسية والاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة محايل التعليمية، رسالة ماجستير، قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة الملك خالد

عويد سلطان المشعان (٢٠٠٢): التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة لدي طلاب الجامعة "مجلة دراسات النفسية: مجلد ١٠ العدد ٤، القاهرة.

فاروق الروسان (٢٠٠٠): مقدمة في الاضطرابات اللغوية. الرياض: دار الزهراء. فتحي حسين عامر (٢٠١١): وسائل الاتصال الحديثة من الجريدة إلى الفيس بوك. القاهرة: العربي للنشر والتوزيع، ص ١٨٧.

فتون محمود خرنوب (٢٠٠٣): بعض الأساليب المعرفية و السمات الشخصية الفارقة بين ذوي الذكاء الوجداني المرتفع وذوي الذكاء الوجداني المنخفض لطلبة المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير. معهد الدراسات و البحوث التربوية: جامعة القاهرة.

فيوليت فؤاد إبراهيم (٢٠٠٥): سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

مجدي احمد محمد (١٩٩٦): علم النفس العام "دراسة في السلوك الإنساني وجوانبه"، القاهرة، دار المعرفة الجامعية.

محمد الحمامي، "التعليم النقال مرحلة جديدة من التعليم الالكتروني". مجلة المعلوماتية. العدد (٦) شهر آب ٢٠٠٦، تم الاسترجاع ٨ حزيران ٢٠١٣ من:

<http://infomag.news.sy/index.php?inc=issues/showarticle&issuebn=6&id=70>

محمد الحوامدة (٢٠٠٩): سنعرض جيل الخلي الثالث على الشركات. صحيفة الرأي الأردنية. عمان، ٢٣ تموز ٢٠٠٩، ع ١٤١٦٥.

محمد الحوامدة (٢٠١٣): توقع ارتفاع انتشار الهاتف الخليوي بنسبة ١٧٥% في ٢٠١٦. صحيفة الرأي الأردنية، عمان، ٢٤ تشرين ثاني ٢٠١٣، ع ١٥٧٢٧.

محمد العمري (٢٠١١): محمد المومني، المستحدثات في عملية التعلم والتعليم ودليل استخدامها خطوة خطوة، إريد: عالم الكتب الحديث.

محمد جعفر جمل الليل (١٩٩٥). دافعية الانجاز وارتباطها ببعض المتغيرات لدى طلاب وطالبات المرحلتين الثانوية والجامعية في المملكة العربية السعودية. مجلة كلية التربية. العدد ٢٧: جامعة المنصورة.

أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية ٢٠٤
لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

- مزري تش: قصة فيس بوك(٢٠١١): ثورة وثروة، ترجمة: الهلالي، وائل محمود محمد، القاهرة: إصدارات سطور الجديدة.
- منير بعلبكي (٢٠١٢): قاموس المورد.عربي- إنجليزي.بيروت: دار العلم للملايين.
- ميشال إنولا(٢٠٠٤): تقنيات اتصال حديثة: الوسائط المتعددة وتطبيقاتها في الإعلام والثقافة والتربية.ترجمة: نصر الدين العياضي، رابح الصادق.باريس: دار الكتاب الجامعي.
- هبه بهجت السمرى (٢٠٠٣): استخدام الأطفال للإنترنت وعلاقته التفاعلية بين الآباء والأبناء.المجلة المصرية لبحوث الإعلام.كلية الإعلام. جامعة القاهرة، ١٨ مارس ٢٠٠٣، ص ص ٢٣٧ - ٣٢٢.
- نعيم المصري (٢٠١٠): استخدامات الطلبة الجامعيين لمواقع التواصل الاجتماعي وأثره على وسائل الإعلام الأخرى: دراسة ميدانية على عينة من طلبة الكليات الفلسطينية. ورقة بحثية قدمت إلى مؤتمر كلية الإعلام بجامعة اليرموك. "الإعلام والتحول المجتمعية في الوطن العربي". في الفترة ما بين ٢٣ - ٢٥ / تشرين الثاني / ٢٠١١، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

ثانياً - المراجع الأجنبية:

- Abraham, Sagie(1994). Assessing Achievement Motivation, Journal Of Psychology ,Vol. 128, N (1 – 6).
- Al- Saggaf, yeslam (2011). Saudi females on face book: An Ethnographic Study. International Journal of emerging Technologies & Society. Vol. 9, No. 1, 2011, PP:1-19.
- Alzaidiyeen, A., Abdullah, A., AlShabatat, A. and Seede, R.(2011).The Information Aged: Examination of University Students' Attitudes Towards Personal Digital Assistance (PDAS) Usage in Terms of Gender, Age and School Variables". The Turkish Online Journal of Educational Technology- Tojet, 2011, 10(3), P287-295.

-
- Ashour, R., ALzghool, H., Iyadat, Y., and Abu-ALruz J. (2012). Mobile Phone Applications in the University Classroom: perceptions of undergraduate students in Jordan". *E-Learning and Digital Media*, 2012, 9 (4).p419-425.
- Burgess, Jean (2009). *You Tube: Online Video and Participatory Culture*, UK: Polity; 1 edition. (August 18, 2009).
- Chen Y. & lever K.(2004). Relationship among Mobile Phone, social networks, & academic achievement: A comparison of USA & Taiwanese college students. (Dissertation abstract) School of communication, information & library studies.
- David, R. myers(1996). *Developmental Psychology , Childhood And Adolescence ,Brooks / Cole Publishing Company , Pacific Grove , California.*
- Diaz,Ortiz (2011). *Claire Twitter for Good: Change the World One Tweet at a Time*, USA: Jossey-Bass; 1 edition.. (August 30, 2011).
- Hewitt, Hugh (2005). *Understanding the Information Reformation That's Changing Your World*, USA: Thomas Nelson, Inc.; First edition.. (January 14, 2005).
- Kennedy, G., Krause, K., Judd, T., Churchward, A., and Gary, K.(2006). First year students' Experiences with Technology: Are they really digital native?" Melbourne, Australasian Journal of Educational Technology, 24 (1).p108-122.
- Keyes, C.I. M.(2002)."the mental health Continuum: from languishing to flourishing in life. journal of Heath and social Behavior:Jun2002
- Mayer. J. & Salvey. P. (1997).What Is Emotional Intelligence. In P. Salvoes Sd. Sluyter. *Emotional Development And*

- Emotional Intelligence: Implications For Educators. Pp. 3-31. New York: Basic Books.
- McGlinchey, Joseph B. (2003). Internet usage of college students and relationship to psychopathology and addiction symptomatology. *Dissertation Abstracts International*, 64, 05B, 2396.
- Muncer. M, Flarian. V, Hirschberger. G. (2005). The Existential Fun of Chosen Relationship: Introducing death into the Science of Love. *Personality & Social psychology Review*,7,1,20-40.
- Muise, Amy. Christofides, Emily & Desmarais, Serge. (2009). More Information than you Ever Wanted: Does Face book Bring out the Green-Eyed Monster of jealousy. ?, *Cybersychology & Behavior*. Vol.12,No.4,2009,pp.441-444.
- Nalwa , K. & Anand, A. (2003): Internet addiction in students: A case of concern.
- Phillipsen, Leslie (2006)."expecting the best.the relation between peer optimism and social competence ",*Journal of positive psychology* ,Vol.1 Lssue3 , Jul.
- Prell, Christina. (November 9, 2011), *Social Network Analysis: History, Theory and Methodology*, USA/Austalia: Sage Publications Ltd.
- Suki, Norazah M.(2011). Using M-learning Device for Learning: From Students' Perspective. Eric ED522204.
- Weitzman, Dawn G. (2000). Family and individual functioning and computer /internet addiction. *Dissertation Abstracts International*, 61, 09B, 5012.
- Wittkower, D:E.(2010). Face book and Philosophy: What's on Your Mind?. USA: Open Court.. (October 1, 2010).