جامعة زيان عاشور الجلفة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس والفلسفة

ادمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى المراهق المتمدرس

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص **علم النفس العيادي**

إعداد الطالبة: إشراف الأستاذ: د/ ضيف فاطنة

امينة بن دنيدينة

الموسم الدراسي :2023/2022

بسم الله الرحمن الرحيم

كلمة شكر وعرفان

الحمد لله رب العالمين والصلاة و السلام على أشرف المرسلين نبينا و حبيبنا و معلمنا محمد المصطفى الأمين صلى الله عليه و سلم و على اله الطاهرين، و صحبه أجمعين، أما بعد فإنا نشكر الله تعالى وافر الشكر أن وفقنا و أعاننا إلى إتمام هذه الدراسة ثم نتوجه بالشكر و العرفان للأستاذة ضيف فاطنة

المشرفة على دراستنا، حيث منحتنا من علمها ووقتها وجهدها وكل الأساتذة الكرام والقائمين على إنجاح هذه الدراسة، جزاكم عنا كل الخير .

إهداء

إلى أمي التي من دونها لما وصلت لهذا المستوى

إلى كل أفراد أسرتي وإخوتي دمتم سندا لي ما حييت

إلى من برعوا في تركيب معنى الصداقة عندي

إلى أساتذتي الأفاضل وكل من ساهم في صقل رصيدي المعرفي طوال سنواتي الدراسية

ولكل من ساهم في إنجاح هذا البحث العلمي ومنحه في صيغته البحثية

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت الدراسة إلى محاولة الكشف عن مستوى الإدمان على الانترنت و الربط بينه و بين علاقته بالوحدة النفسية لدى عينة محددة في مجتمع البحث (المراهقين) و تم تطبيقها في مؤسسة رويني لخضر بالجلفة تبعا لمتغيري (إدمان الانترنت) و (الوحدة النفسية) حيث تم اعتماد المنهج الوصفي كونه الأنسب لموضوع الدراسة و تم استخدام مقياس يونغ للإدمان على الانترنت و مقياس راسل للوحدة النفسية ، و تم تطبيقه على أربعين عينة و كانت نتائج الدراسة كالتالي:

.توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الانترنت و الوحدة النفسية لدى التلاميذ المراهقين أصحاب العينة .

.لدى تلاميذ متوسطة رويني لخضر درجة مرتفعة من الإدمان على الانترنت .

.لدى تلاميذ متوسطة رويني لخضر درجة مرتفعة من الشعور الوحدة النفسية .

.وجود فروق في مستوى إدمان الانترنت لدى تلاميذ متوسطة الرويني لخضر تعزى لمتغير الجنس.

.وجود فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى تلاميذ متوسطة الرويني لخضر تعزى لمتغير الجنس.

Summary of the study in English:

The study aimed at trying to detect the level of addiction to the Internet and link it with its relationship to psychological loneliness in a specific sample of the research community (adolescents); And it was applied in the Rweny Lakhdar Foundation in Djelfa according to the variables (internet addiction) and (psychological unit), where the descriptive approach was adopted as it is the most appropriate for the subject of the study, and the Young's scale of addiction to the Internet and the Russell scale of psychological loneliness were used, and it was applied to forty samples and The results of the study were as follows:

There is a statistically significant correlation between addiction to the Internet and psychological loneliness among teenage students with the sample.

Rweny Lakhdar middle school students have a high degree of addiction to the Internet.

Rweny Lakhdar middle school students have a high degree of feeling psychological loneliness.

There are differences in the level of Internet addiction among middle school students of Ruwaini Lakhdar due to the variable of sex.

There are differences in the level of psychological loneliness among middle school students of Ruwaini Lakhdar due to the gender variable.

الفهرس

ملخص الدراسة باللغة العربية	
فهرس	
قائمة الاشكال	
قائمة الجداول	
مقدمة	أ
الاطار النظري	04
الفصل الأول : الإطار العام للدراسة.	05
1- الإشكالية .	06
2- الفرضيات .	08
3- مصطلحات الدراسة .	09
4- الهدف من اختيار الدراسة	10
5- أهمية الدراسة .	11
6- الدراسات السابقة .	11
. الفصل الثاني : الإدمان على الانترنت.	20
تمهيد .	21
1- نشأة و تطور الانترنت.	22
2- ماهية الإنترنت.	23
3- خدمات الانترنت.	24
4- استخدامات الانترنت.	25
5- الآثار السلبية لاستخدام الانترنت.	25
6- مزايا استخدام الانترنت.	27
7- إدمان الانترنت.	28
8- تعريف الإدمان على الانترنت.	29

9- أسباب الإدمان على الانترنت.	30
10- أعراض الإدمان على الانترنت .	30
11- مراحل الإدمان على الانترنت.	31
12- أُثار الإدمان على الانترنت.	32
13- النظريات المفسرة للإدمان على الانترنت.	33
الفصل الثالث: الوحدة النفسية .	35
• تمهيد.	36
1- تعريف الوحدة النفسية.	37
2- أشكال الوحدة النفسية.	38
3- عناصر الوحدة النفسية.	39
4- أسباب الوحدة النفسية.	39
5- النظريات المفسرة للوحدة النفسية.	40
6- مظاهر الوحدة النفسية لدى المراهق.	42
7- أضرار الوحدة النفسية.	44
8- طرق الحد من الوحدة النفسية.	44
الجانب التطبيقي	46
الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة	47
• تمهيد .	48
1-المنهج المتبع في الدراسة .	49
2-الدراسة الاستطلاعية.	49
3- عينة الدراسة .	50
4- حدود الدراسة الأساسية.	55
5- أدوات الدراسة.	56
6-أساليب المعالجة الإحصائية	63
الفصل الخامس : عرض ومناقشة النتائج	65

• تمهيد :	66
1-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى .	66
2- عرض و مناقشةنتائج الفرضية الثانية .	67
3- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة .	68
4- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة .	69
5- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة .	70
7- الاستنتاج العام .	71
الخاتمة	72
قائمة المصادر والمراجع	74
الملاحق	81

قائمة الاشكال

شكل رقم (1) :خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث الجنس.	**51**
شكل رقم (2) :خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث السن.	**52**
شكل رقم (03): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.	**54**
شكل رقم (04): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب السن	**55**

قائمة الجداول

جدول رقم (1) :خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث الجنس.	**51**
جدول رقم (2) :خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث السن.	**52**
جدول رقم (03): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.	**54**
جدول رقم (04): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب السن	**55**
جدول رقم(05): دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في الإدمان على الانترنيت	**57**
جدول رقم(06): يبين معامل ثبات مقياسالإدمان على الانترنيت باستخدام ألفا كرونباخ.	**58**

جدول رقم(07): معامل ثبات مقياس الإدمان على الانترنيت بطريقة التّجزئة النّصفية.	58
جدول رقم(08): دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في الوحدة النفسية.	61
جدول رقم(09): يبين معامل ثبات مقياس الوحدة النفسية باستخدام ألفا كرونباخ.	61
جدول رقم(10): معامل ثبات مقياس الوحدة النفسية بطريقة التّجزئة النّصفية.	62
جدول رقم(11): قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان على الانترنيت والوحدة النفسية .	66
جدول رقم(12): قيمة اختبار ت لعينة واحدة.	67
جدول رقم(13): قيمة اختبار ت لعينة واحدة	68
جدول رقم(14): نتائج اختبار "ت" للفروق في الجنس.	69
جدول رقم(15): نتائج اختبار "ت" للفروق في الجنس.	70

مقدمة

يشهد العالم ثورة معرفية و تكنولوجية هائلة في شتى مجالات الاتصال و شبكات المعلومات التي مكنت الفرد من إمكانية التواصل مع الآخرين في كل مكان ، و من أهم وسائل الاتصال المتوفرة في العالم هي الانترنت بحيث تعد أحدث وسيلة إعلامية ،عالمية الانتشار ،سريعة التطور قامت بغزو كافة مجالات الحياة كوسيلة للاتصال و تبادل الأفكار و المعلومات ،كذلك المجالات الاقتصادية و السياسية و غيرها،و هي من أبرز التقنيات التي تقدم للإنسان بتكلفة أقل ووقت أقصر أفضل النتائج .

نظرا للخدمات المتعددة التي يقدمها مثل البريد الإلكتروني ، نقل الملفات ، الأخبار التجارة الإلكترونية .....و غيرها من الخدمات المتخصصة في مجالات أنشطة الإنسان ، هذا ما أدى إلى تزايد أعداد مستخدمي الانترنت بشكل رهيب ، حيث يتزايد عاما بعد عام خاصة مع النمو الهائل في كم و كيف المعلومات المتاحة على الشبكة .

و قد ظهر مفهوم الانترنت أو ما يسمى بالاستخدام المرضي للانترنت في القاموس الطبي عام 1995 حيث كان أول من أشار إليه الطبيب النفسي **إيفان جولدبرج** ،و يعرف إدمان الانترنت بأنه حالة انعدام السيطرة و الاستخدام المدمر لهذه الوسيلة التقنية ، و تشابهه الأعراض المرضية المصاحبة له بالأعراض المرضية المصاحبة لإدمان المخدرات و تستدل عليه بعدة أعراض حددتها الجمعية الأمريكية للطب النفسي بالأعراض التالية :استخدام الانترنت بما يتجاوز 38 ساعة أسبوعيا ، مع الميل إلى زيادة ساعات استخدام الانترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها من قبل ساعات أقل مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية عند انقطاع الاتصال بالشبكة .

تركيز التفكير بشكل قهري حول الانترنت و ما يجري فيه ،حركات لاإرادية و إرادية تؤديها الأصابع مشابهة لحركات الأصابع على الكمبيوتر ، الرغبة في العودة لاستخدام

الانترنت لتخفيف و تجنب أعراض الانسحاب ، إضافة إلى الميل إلى استخدام الانترنت بمعدل أكثر تكرارا أو لمدة زمنية أطول تتجاوز ما كان الفرد يخصصه له من الأساس و يجدر بنا الذكر أنه لم يصنف بعد كاضطراب قائم بذاته و هذا ما دفع الباحثين لدراسة هده الظاهرة ، لما لها من انعكاسات سلبية على حياة و سلوكات الأفراد، فالجلوس أمام الجهاز المتصل بالانترنت لمدة طويلة يؤدي إلى عزل الفرد عن مجتمعه ، و تدني التفاعل الاجتماعي مع أفراد الأسرة و تقليص عدد الأصدقاء و عدم امتلاك مهارات الاتصال الإيجابي ، و تضاؤل فرص التعبير و تحقيق الذات ، مما يجعله يشعر بعدم القدرة على ضبط الأحداث و التحكم فيها ،و بالتالي يفقد الثقة في نفسه و من ثم الشعور بالوحدة النفسية علما أنها ليست خاصة بفئة عمرية معينة غير أن المراهقين أكثر عرضة للشعور بالوحدة النفسية نظرا للتغيرات المصاحبة للفترة الفيزيولوجية منها و النفسية .

و من هنا فالدراسة تربط بين الانترنت كمفهوم مرضي و الوحدة النفسية كشعور خطير النتائج، وتسلط الضوء على الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها بإدمان الانترنت في ضل عصر العولمة و التزايد الكبير في استعمال وسائل استخدام الانترنت خاصة لدى فئة المراهقين نظرا لأهمية هذه المرحلة و خصائصها الانتقالية .

قسمت الدراسة إلى جانبين :جانب نظري و جانب ميداني .

إحتوى الجانب النظري على ثلاث فصول :

الفصل الأول: تناولنا الإطار العام للدراسة ، من تحديد الإشكالية و عرض الدراسات السابقة ثم الأهمية و الأهداف ، و تم تحديد المفاهيم إجرائيا ، كما تم صياغة الفرضيات.

الفصل الثان : تم تخصيصه لعرض عناصر الإدمان على الأنترنت من ماهية و نشأة الأنترنت ،خدمات و إستخدامات الأنترنت وصولا لأثار و مزايا الأنترنت بشكل عام ثم

التخصيص لإدمان الأنترنت من تعريف و أسباب و أعراض الإدمان وصولا لمراحل و أثار و النظريات المفسرة لها.

الفصل الثالث: تم التحدث فيها عن عناصر الوحدة النفسية من تعريف و أشكال و عناصر و أسباب الوحدة النفسية، ثم المظاهر و الأضرار و طرق الحد منها.

الجانب التطبيقي إحتوى على فصلين:

الفصل الرابع: تناولنا فيه إجراءات الدراسة الإستطلاعية و الدراسة الأساسية ، التي تطرقنا فيها إلى: مجالات الدراسة، و المنهج المستخدم،و أدوات جمع البيانات.

الفصل الخامس: خصصناه لعرض النتائج و تحليلها و مناقشتها على ضوء الفرضيات التي إنطلقنا منها، قصد الوصول إلى تقديم اقتراحات من خلال ما توصلنا إليه من المادة المعرفية.

الاطار النظري

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة.

8-الإشكالية .

9-الفرضيات .

10-مصطلحات الدراسة .

11-الهدف من اختيار الدراسة

12- أهمية الدراسة .

13-الدراسات السابقة .

1-الإشكالية :

احتلت الانترنت دورا بارزا في حياتنا اليومية ،بحيث أصبح الكمبيوتر و الهاتف عالما منفردا يقضي به الفرد أغلب ساعات يومه من تصفح المواقع و جمع المعلومات وصولا إلى العمل و التواصل مع مختلف الأفراد ناهيك عن استخدامه في البحث العلمي و الاتصال بين مراكز الأبحاث و المراكز الطبية و الصناعية و الاستخدامات التربوية و التعليمية المختلفة و مما مكن من تقليل المسافات و سهولة جمع المعلومات بحيث أصبحت الانترنت الوسيلة الرئيسية لتداول المعلومات في مختلف المجالات و لجميع الفئات العمرية و خاصة فئة المراهقين منها ،نظرا للحاجة المتزايدة لمختلف شرائح المجتمع لهذه التقنية الحديثة تم توفيرها في أغلب الأماكن و تسهيل السبل إليها مما جعلها كفيروس سهل التنقل يغزو أدمغة الشباب خاصة و كافة الشرائح عامة فلا يمكننا غض النظر على أنها أصبحت مرض العصر الحديث .

و من أبرز المشاكل التي قد تواجه مستخدمها هي الانعزال أو التقوقع عن العالم الخارجي بحيث تخلق له الانترنت عالما خاصا به يمكنه من طرح أفكاره و مصدرا للتسلية و التعليم و كذا التواصل فبهذا تكون الانترنت خطرا فعليا على مستخدمها إذا تم استخدامها بشكل سلبي و أكثر فئة متضررة منها هي فئة المراهقين مما قد يصادفونه من التغيرات الفزيولوجية و النفسية في هذه المرحلة .

و إذا تم استخدامها بأسلوب سلبي مبالغ فيه و لغير الأغراض التي أنشأ من أجلها ، فإنه سوف يتحول هذا الاستخدام إلى سلوك مرضي يدعى اعتمادية الانترنت الذي يعتبر من بين المفاهيم النفسية الحديثة التي لامجال لتجاهلها من قبل الدارسين و الباحثين حيث أشارت مجلة اليوزيك إلى أن 32%من مستخدمي الانترنت يعانون من الإدمان الشديد عليه **(العصيمي،2010،ص4)**

كما أشار علماء النفس البريطانيون إلى أن هناك شخص من بين كل 200 فرد من مستخدمي الانترنت تظهر عليه أعراض الإدمان ،بل إن هناك أشخاص يقضون 38ساعة أوأكثر على الانترنت دون عمل يدعو لذلك.**(الطراونة و الفنيخ،2012،ص4)**

و هنا تؤكد غالبية الدراسات أن الإدمان على الانترنت مرتبط بمشكلات و اضطرابات نفسية ن غالبيتها ترتبط بالاكتئاب و الاغتراب النفسي إلى جانب العزلة و الوحدة النفسية **(العيسوي، 2000،ص228)** .

حيث ظهرت دراسات تناولت ظاهرة إدمان الأنترنت و خاصة بعد أن ظهرت هذه الشبكة في البيوت و المقاهي و زاد عدد مستخدميها ، ففي داسة لعالمى النفس الأمريكية كيمبرلي يونغ أظهرت النتائج أن 6 بالمئة من مستخدمي الأنترنت في العالم مدمنين.(يونغ ،1998،ص107)

كما أكدت دراسة سعد بن عبد الله الحميد و خالد بن عبد الرحمان (2013) بعنوان إدمان مواقع شبكات التواصل الإجتماعي الفيس بوك و علاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية . أن هناك علاقة بين إدمان الأنترنت و الوحدة النفسية بشكل ملحوظ .

هذه الأخيرة التي تتجلى في السلوك الذي من شانه أن يؤدي على عزل الفرد عن مجتمعه، و تدني التفاعل الاجتماعي مع أفراد أسرته ، و تقليص عدد الأصدقاء و عدم امتلاك مهارات الاتصال الإيجابي **(علي،2010،ص56)**.

و من هنا يمكننا تحديد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية :

التساؤل الرئيسي:

- ✓ هل توجد علاقة إرتباطية بين الإدمان على الانترنت و بين الوحدة النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة ؟

للإجابة على السؤال الرئيسي للدراسة لابد من الإجابة على الأسئلة الفرعية :

- ✓ ما مستوى الإدمان على الانترنت لدى المراهقين المتمدرسين للحالات المدروسة؟
- ✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الانترنت لدى تلاميذ مرحلة المتوسطة تعزى لمتغير الجنس؟
- ✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية لدى تلاميذ مرحلة المتوسطة تعزى لمتغير الجنس ؟

2-الفرضيات:

الفرضية الرئيسية :

- ✓ توجد علاقة إرتباطية بين الإدمان على الانترنت و بين الوحدة النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة.

الفرضيات الفرعية:

- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الانترنت لدى تلاميذ مرحلة المتوسطة تعزى لمتغير الجنس.
- ✓ مستوى الإدمان على الانترنت لدى أفراد العينة مرتفع.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة تعزى لمتغير الجنس.
- ✓ مستوى الوحدة النفسية لدى أفراد العينة مرتفع.

3-مصطلحات الدراسة:

✓ **إدمان الانترنت:**

عرفته الباحثة سهام معيجل على أنه :حالة من الاستخدام المرضي لشبكة الانترنت يؤدي إلى اضطرابات نفسية و سلوكية(**معيجل،2016،ص7**).

كما أن الإدمان على الأنترنت هو إدمان عملية و ليس مادة شأنه شأن المقامرة أو الميسر ،و معاييره مشتقة من معايير المقامرة كما جاءت في الدليل التشخيصي و الإحصائي الأمريكي الرابع (DSM_IV ,1994)

وهي أيضا حالة إستخدام مرضي و لا توافقي لشبكة المعلومات تؤدي إلى إضطرابات اكلينيكية تتمثل مظاهرها في الأعراض الإنسحابية ، و يستدل عليها من بعض المظاهر و الأعراض المميزة(charlton,2002,p12)

أما في الدراسة الحالية فمصطلح إدمان الأنترنت يتحدد إجرائيا بمجموع الدرجات التي يتحصل عليها تلاميذ المرحلة المتوسطة،من خلال إجابتهم على بنود مقياس إدمان الأنترنت المعد من خلال يونغ و المستخدم في الدراسة الحالية.

✓ **الوحدة النفسية :**

هي حالة نفسية غير سوية يصاحبها أعراض من التوتر و الضيق مع انخفاض تقدير الذات و احترام الآخرين و عجز عن تحقيق تواصل انفعالي و اجتماعي سوي مع الآخرين مع ميل الأفراد للعزلة و شعور الشخص أنه غير مرغوب أو محبوب و هو سلوك غير سوي و مضطرب(**شقير،2002،ص65**)

تعرف على أنها إحساس الفرد بفقد الإهتمام بأي شيء ، و عدم الرضا على النتائج و الإحباط ، نتيجة لفقدان التواصل مع الأخرين أو نبذه من خلال المجتمع ، مما يجعله يائسا

، و كثير من محاولات الإنتحار ،أو إستجابة لفقدان الحب أو الشعور بأنه غير مرغوب فيه أو أنه لا فائدة منه (الحفني ،1978،ص440)

هو مفهوم ينشأ من إحساس الفرد بأنه ليس على قرب نفسي مع الأخرين و هذه الوحدة ناتجة عن إفتقار الفرد على أن يكون طرف في علاقة محددة أو مجموعة من العلاقات ، و يترتب عليها كثير من صنوف الضيق و الضجر (عطا،1993،ص274)

و هي من خلال الدراسة الحالية الدرجات التي يتحصل عليها أفراد العينة المتمثلة في تلاميذ الطور المتوسط على إجابتهم المسجلة في بنود مقياس الوحدة النفسية لراسيل .

4-الهدف من اختيار الدراسة:

تهدف الدراسة إلى ما يلي:

- ✓ معرفة العلاقة التي تربط بين إدمان الانترنت و الوحدة النفسية .
- ✓ التعرف على الفروق الفردية بين تلاميذ المتوسطة في درجة إدمان الانترنت بمتغير الجنس .
- ✓ التعرف على الفروق الفردية بين تلاميذ المتوسطة في مستوى الشعور بالوحدة النفسية بمتغير الجنس.

5-أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة فيما يلي:

- ✓ تسليط الضوء على النوع الجديد من الإدمان (إدمان الانترنت) في البيئة المحلية .
- ✓ تحديد الأسباب و الدوافع التي تؤدي بالمراهق لعزل نفسه و الانغماس في عالم الانترنت.
- ✓ تحديد الآثار السلبية لهذا المرض و جعل المختصين يراعون هذا النوع من الخطر لفتح المجال للحوارات و محاولة إيجاد حلول موضوعية .

- ✓ التحقق من الخصائص السيكسومترية للمقاييس المستخدمة فيما يخص إدمان الانترنت للاستفادة منها في إجراء البحوث و الدراسات التي تتعلق بهذه الظاهرة .
- ✓ توسيع المجال للبحث عن العزلة أو الوحدة النفسية في إطار الدراسة و أسبابها.
- ✓ التركيز على فئة المراهقين لمعرفة علاقة إدمان الانترنت بالوحدة النفسية و تأثيرها على هذه الفئة بالذات كونها مرحلة انتقالية و حساسة تتميز بمتغيرات عدة فزيولوجية و نفسية، ونشر الوعي اللازم من خلال نتائج هذه الدراسة لتعليم الطرق التعامل الإيجابي مع هذه الظاهرة و الاستفادة منها نظرا لإيجابيتها الكثيرة .

6-الدراسات السابقة:

دراسة إبراهيم الشافعي إبراهيم (2010):"إدمان الانترنت و علاقته بالوحدة النفسية و الطمأنينة النفسية لدى طلاب و طالبات جامعة الملك خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية ."

هدفت الدراسة إلى البحث عن علاقة إدمان الانترنت بكل من الوحدة النفسية و الطمأنينة النفسية ، و الفروق بين الجنسين في إدمان الانترنت ، و أثر بعض المتغيرات الديموغرافية على إدمان الانترنت لدى 444 من طلاب و طالبات جامعة الملك خالد بالسعودية ، حيث استعان بأدوات الدراسة المتمثلة في : اختبار إدمان الانترنت من إعداد يونج، و مقياس الطمأنينة النفسية ، و استمارة بيانات ديموغرافية ، و مقياس الوحدة النفسية من إعداد راسل و أظهرت الدراسات النتائج التالية :

-توجد علاقة إرتباطية موجبة بين إدمان الانترنت و الوحدة النفسية .

-توجد علاقة إرتباطية سالبة بين إدمان الانترنت و الطمأنينة النفسية.

-توجد فروق دالة بين الجنسين من طلاب الجامعة في إدمان الانترنت لصالح الذكور .

– يوجد أثر دال لكل من العمر و عدد ساعات استخدام الانترنت و تفاعلهما معا على إدمان الانترنت.

دراسة عيسى الشماس (2006): تحت عنوان "الشباب و مقاهي الانترنت "

تمت هذه الدراسة على 2024 من طلبة السنة الأولى في كليتي التربية و العلوم بجامعة دمشق، تمحور هدفها حول معرفة مستوى إدمان الشباب على الانترنت في المقاهي، و استخدمت استبيان يضم مجموعة من الأسئلة عن أراء الطلبة حول مقاهي الانترنت من إعداد الباحث و أسفرت نتائج الدراسة إلى :

–72 %من الشباب أفراد العينة يقضون في المقهى من (1.3) ساعات أسبوعيا

80.82 %من أفراد العينة يرتادون مقاهي الانترنت بقصد التسلية و الترفيه و تبادل الرسائل مع الآخرين، 54.60 يفضلون الدخول للمواقع العربية .

دراسة حسام الدين عزب (2001) بعنوان "إدمان الانترنت و علاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية".

تناولت الدراسة طبيعة العلاقة بين إدمان الانترنت و بعض أبعاد الصحة النفسية ، حيث أستخدم فيها 200 طالب و طالبة من شريحة عمرية تتراوح بين 16 و 18 سنة، من طلاب و طالبات المرحلة الثانوية ، و أشترط في جميع أفراد العينة أن يكون لدى كل واحد منهم كمبيوتر ، و يكون مشترك في شبكة الانترنت ، و توصلت الدراسة إلى وجود ارتباطات سالبة بين درجات الإدمان ، و كانت الارتباطات الموجبة لدى غير المدمنين ،كما وجد فروقا بين المدمنين و غير المدمنين من الذكور لصالح غير المدمنين في كل أبعاد الصحة النفسية ، مثل الشعور بالكفاءة ، المقدرة على التفاعل الاجتماعي ، الثقة بالنفس و ضبط النفس ،كما وجد الفروق ذاتها بالنسبة للإناث .

أما الدراسة التي أجراها عامر (1997):تحت عنوان" تباين مستويات الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين من الجنسين و مدى قدرتها التنبؤية ببعض متغيرات الشخصية "

فقد كانت تهدف إلى دراسة تباين مستويات الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين من الجنسين و أيضا مدى قدرتها التنبؤية بمتغيرات:العصابية و الاكتئاب و القلق و دافعية الإنجاز و التحصيل الدراسي ، و ذلك على مجموعة من المراهقين و المراهقات تراوحت أعمارهم ما بين (12.15)عاما،بلغ إجمالي عددهم 820فردا ، منهم 400 ذكر و 420 أنثى و قد كان أهم ما كشفت عنه نتائج هذه الدراسة ما يلي:

. تتباين درجات متغيرات الدراسة تبعا لتباين مستويات الشعور بالوحدة النفسية (المنخفض و المتوسط و المرتفع لدى أفراد عينة الدراسة الكلية) .

.توجد قدرة تنبؤية لكل مستوى من مستويات الشعور بالوحدة النفسية المنخفض و المتوسط و المرتفع بكل متغيرات الدراسة (العصابية و الإكتئاب و القلق و دافعية الإنجاز و التحصيل الدراسي)لدى أفراد عينة الدراسة الكلية.

.توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينتي الدراسة من الذكور و الإناث في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الإناث .

الدراسات الأجنبية :

دراسة باولاك كريج (2002):"العلاقة بين استخدام الانترنت و الإدمان لدى المراهقين "

ركزت هذه الدراسة على نقص العلاقة بين الوحدة و المساندة الاجتماعية و إدمان الانترنت في أوساط تلاميذ المدرسة الثانوية ، و أجريت على 202 تلميذ، يمثلون المراحل من التاسعة إلى الثانية عشر و أظهرت نتائجها :

-هناك علاقة إرتباطية بين استخدام الانترنت و الوحدة و الانعزالية و مستوى المساندة و الإعانة الاجتماعية .

-هناك علاقة بين استخدام الانترنت كعملية تعويضية للوحدة و الانعزالية و ضعف الإعانة و المساندة الاجتماعية .

-لا توجد علاقة بين نوعية الشخصية و المستوى التعليمي و استخدام الانترنت .

دراسة كيمبرلي يونغ (1998):بعنوان " إدمان الانترنت " تمت هذه الدراسة على 396 حالة من المستخدمين السابقين للإنترنت ، و 100 حالة من المستخدمين الجدد للانترنت و استخدم تاستبانه من ثمان فقرات عن استخدام الانترنت من إعداد الباحثة بأسئلة مفتوحة عن الساعات التي يقضونها على الانترنت و المشاكل التي سببها ن و أسفرت عن النتائج التالية:

- إدمان الانترنت إدمان سلوكي .

- المستخدمون السابقون يقضون حوالي 8مرات أكثر من المستخدمون الجدد أسبوعيا.

- ظهور مشكلات كبيرة في حياة المستخدمين القدامى.

- لم يبلغ المستخدمون الجدد عن أي مشكلات أو تأثيرات لأنهم قادرين على السيطرة على الكمية التي استخدموا فيها الانترنت.

التعقيب على الدراسات السابقة :

من خلال ما ورد في الدراسات السابقة التي تناولت موضوع إدمان الانترنت و الوحدة النفسية كتغيرات مشتركة و أخرى منفصلة و بمقارنتها مع الدراسة الحالية التي تناولت موضوع إدمان الانترنت و علاقته بالوحدة النفسية لدى عينة من المراهقين المتمثلة في المرحلة المتوسطة فقد وجد الاختلاف في مجموعة من النقاط التي تمثلت في الاختلاف في:

من حيث الهدف: تنوعت الدراسات من حيث الهدف بحيث كانت دراسة (إبراهيم الشافعي إبراهيم2010)البحث عن علاقة الإدمان على الانترنت بكل من الوحدة النفسية و الطمأنينة النفسية و الفروق بين الجنسين في إدمان الانترنت و أثر بعض المتغيرات الديمغرافية على إدمان الانترنت في حين دراسة (عيسى الشماس2006) كان هدفها يتمحور حول معرفة مستوى إدمان الشباب على الانترنت في المقاهي أما دراسة(حسام الدين عزب 2001)هدفت إلى معرفة العلاقة بين إدمان الانترنت و بعض أبعاد الصحة النفسية ، بالنسبة لدراسة (عامر 1997) فقد هدفت دراسة تباين بين مستويات الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين من الجنسين و أيضا مدى قدرتها التنبؤية بمتغيرات : العصابية و القلق و الاكتئاب و دافعية الإنجاز و التحصيل الدراسي أما الدراسات الأجنبية كدراسة(بولاك كريج 2002) كان هدفها معرفة العلاقة بين استخدام الانترنت و الإدمان لدى المراهقين أما بالنسبة لدراسة(كيمبرلي يونغ) فهدفت إلى معرفة مستوى إدمان الانترنت لدى المستخدمين القدامى و الحديثين للانترنت ، و غيرها من الدراسات التي تم تناولها بينما الدراسة الحالية هدفت لكشف العلاقة بين إدمان الانترنت و الوحدة النفسية لدى المراهقين في مؤسسة روبني لخضر بالجلفة.

من حيث العينة: بما يتعلق بالعينات التي اعتمدت في الدراسات السابقة فقد كان الاختلاف من حيث نوع العينة و حجمها ، فمنها من تناول الطلاب كمجتمع دراسة مثل دراسة (إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) و دراسة (عيسى الشماس 2006)و أيضا دراسة(حسام الدين عزب 2001) أما بالنسبة لدراسة (عامر 1997) فقد تمحورت الدراسة حول مجموعة من المراهقين و المراهقات ، دراسة (بولاك كريج2002) ركزت على تلاميذ المدرسة الثانوية كعينة أما دراسة (كيمبرلي يونغ 1998) فركزت على المستخدمين السابقين و الجدد للانترنت كعينة للدراسة ، بينما تمثلت عينة الدراسة الحالية في المرهقين المتمدرسين في الطور المتوسط .

من حيث المنهج : يتضح أن أغلب أو معظم الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي مثل: دراسة (إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) و (عيسى الشماس2006)

و(حسام الدين عزاب 2001) و..... إلخ،حيث اعتمدنا في دراستنا أيضا على المنهج الوصفي .

من حيث الأدوات:يوجد عدد من الباحثين في الدراسات السابقة قام بإعداد أدوات لقياس إدمان الانترنت و متغيرات أخرى مثل دراسة (عيسى الشماس 2006) و(حسام الدين عزاب 2001).....إلخ، و دراسات أخرى تم فيها استخدام اختبارات و استبيانات جاهزة من إعداد باحثين مثل دراسة (إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) ،و في الدراسة الحالية تم استخدام مقياس(إدمان الانترنت ليونغ) و مقياس(الوحدة النفسية لراسل).

من حيث المتغيرات: تم في الدراسات السابقة الاعتماد على متغيرالجنس كل من دراسة (عيسى الشماس2006) و دراسة (حسام الدين عزاب 2001)تبعا لمتغير الإدمان و(عمار 1997) تبعا لمتغير الجنس و المتغيرات العصابية و القلق و التحصيل الدراسي و الاكتئاب و المتغيرات الديموغرافية في دراسة (إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) ، أما دراسة (بولاك كريج 2002) فاعتمدت على نوعية الشخصية و المستوى التعليمي كمتغيرات و أخيرا دراسة (كيمبرلي يونغ 1998) اعتمدت على متغير المدة الزمنية ،في الدراسة الحالية تم الاعتماد على متغير الجنس.

من حيث النتائج: أكدت بعض الدراسات أنه يوجد فروق بين متوسطات إدمان الانترنت

و الوحدة النفسية على حد سواء تبعا لمتغير الجنس مثل دراسة (إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) لصالح الذكور، أما دراسة(حسام الدين عزاب 2001) لصالح الذكور و الإناث لصالح الغير مدمنين بدرجة الإيجاب في إدمان الانترنت ودراسة (عمار 1997) لصالح الإناث و تتباين درجات متغيرات الدراسة تبعا لتباين مستويات الشعور بالوحدة النفسية

(المنخفض و المتوسط و المرتفع لدى أفراد عينة الدراسة الكلية) وتوجد قدرة تنبؤية لكل مستوى من مستويات الشعور بالوحدة النفسية المنخفض و المتوسط و المرتفع بكل متغيرات الدراسة (العصابية و الاكتئاب و القلق و دافعية الإنجاز و التحصيل الدراسي) لدى أفراد عينة الدراسة الكلية ، أما (بولاك كريج 2002) فأكد أن هناك علاقة إرتباطية بين استخدام الانترنت و الوحدة و الانعزالية و مستوى المساندة و الإعانة الاجتماعية وأن هناك علاقة بين استخدام الانترنت كعملية تعويضية للوحدة و الانعزالية و ضعف الإعانة و المساندة الاجتماعية و أنه لا توجد علاقة بين نوعية الشخصية و المستوى التعليمي و استخدام الانترنت ، و أخيرا دراسة (كيمبرلي يونغ 1998) فأكدت أن إدمان الانترنت إدمان سلوكي والمستخدمون السابقون يقضون حوالي 8 مرات أكثر من المستخدمون الجدد أسبوعيا وظهور مشكلات كبيرة في حياة المستخدمين القدامى لم يبلغ المستخدمون الجدد عن أي مشكلات أو تأثيرات لأنهم قادرين على السيطرة على الكمية التي استخدموا فيها الانترنت أما نتائج الدراسة الحالية فقد أكدت أنه يوجد علاقة إرتباطية بين إدمان الانترنت و الوحدة النفسية، و أن لدى تلاميذ متوسطة رويني لخضر درجة مرتفعة من الإدمان على الانترنت ، و أن لدى تلاميذ متوسطة رويني لخضر درجة مرتفعة من الشعور الوحدة النفسية، و أيضا وجود فروق في مستوى إدمان الانترنت لدى تلاميذ متوسطة الرويني لخضر تعزى لمتغير الجنس، إضافة إلى وجود فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى تلاميذ متوسطة الرويني لخضر تعزى لمتغير الجنس.

علاقة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة:

بالاعتماد على ما سبق من خلال ما ورد في الدراسات السابقة التي تناولت إدمان الانترنت و الوحدة النفسية و بمقارنتها مع الدراسة الحالية التي تناولت إدمان الانترنت و الوحدة النفسية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور المتوسط فقد وجد أن هناك أتفاق

في مجموعة من النقاط التي تمثلت في الاتفاق من ناحية الهدف ، من ناحية المنهج، من ناحية الأدوات ،من ناحية المتغيرات ، من ناحية النتائج و التي كانت كالتالي:

من ناحية الهدف :اتفقت دراستنا مع دراسة (إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) في معرفة العلاقة بين إدمان الانترنت و الوحدة النفسية .

من ناحية العينة: فيما يتعلق بالعينة فقد اتفقت مع دراسة (باولاك كريج 2002) و التي تمثلت في مرحلة المراهقين.

من ناحية العينة:يتضح أن أغلب الدراسات قد اتفقت مع دراستنا في استخدام المنهج الوصفي .

من ناحية المنهج:اتفقت دراستنا مع أغلب الدراسات في استخدام المنهج الوصفي كأنسب منهج للدراسة .

من ناحية الأدوات: اتفقت دراستنا مع دراسة (إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) من ناحية الأداة مقياس إدمان الانترنت ليونغ و مقياس الوحدة النفسية لراسل.

من ناحية المتغيرات:اتفقت دراستنا مع دراسة (حسام الدين عزاب 2001) و (عامر 1997) و(باولاك كريج2002) و دراسة(إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) في مغير الجنس.

من ناحية النتائج:توصلت دراسة (إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) أن هناك علاقة إرتباطية بين إدمان الانترنت و الوحدة النفسية ، و اتفقت دراستنا مع دراسة (حسام الدين عزاب 2001) و (عامر 1997) و(باولاك كريج2002) و دراسة(إبراهيم الشافعي إبراهيم 2010) أن هناك فروق في إدمان الانترنت تعزى لمتغير الجنس.

الفصل الثاني: الإدمان على الانترنت.

تمهيد .

1- نشأة و تطور الانترنت.

2- ماهية الإنترنت.

3- خدمات الانترنت.

4- استخدامات الانترنت.

5- الآثار السلبية لاستخدام الانترنت.

6- مزايا استخدام الانترنت.

7- إدمان الانترنت.

8- تعريف الإدمان على الانترنت.

9- أسباب الإدمان على الانترنت.

10- أعراض الإدمان على الانترنت .

11- مراحل الإدمان على الانترنت.

12- أُثار الإدمان على الانترنت.

13- النظريات المفسرة للإدمان على الانترنت.

تمهيد:

تعتبر ظاهرة الإدمان على الانترنت من الظواهر الجديدة سريعة التطور التي تغزو العقل البشري و أيضا من أهم الوسائل المستعملة في عصرنا الحالي نظرا لسهولتها في الاستعمال في مختلف الميادين و لمختلف الفئات العمرية ، فهي تفتح فضاء واسعا للتواصل و البحث عن المعلومات و توفر العديد من الخدمات التي تعود بالنفع على مستخدمها و بوقت وجيز إلا أنه إذا تم استخدامها بشكل مفرط فقد تنعكس سلبيا على الفرد إذ يقوم بتجاهل الواقع المعاش و الابتعاد عن المناسبات و الأنشطة الاجتماعية و واجباته المهنية و الدراسية و تعويضها باستخدامه للانترنت ، فهناك من يلجئ للانترنت من أجل الهروب من الواقع و ما يترتب عنه من مشاعر سلبية مثل : الاكتئاب و القلق، الشعور بالوحدة فيترتب على ذلك اضطراب أو مشكل نفسي أو اجتماعي يسمى إدمان الانترنت ،و مما سبق سنتطرق في هذا الفصل للتعمق و التعرف و البحث عن هذه الظاهرة النفسية المعاصرة.

1-نشأة و تطور الانترنت:

كان أول ظهور لشبكة الحاسوب في الولايات المتحدة الأمريكية و ذلك من أجل الأبحاث العلمية و لكنها تحولت بعد ذلك من وزارة الدفاع إلى مؤسسة تجارية واسعة الاستخدامات تتوسع بتوسع عدد المستخدمين حول العالم فقد ظهر البريد الإلكتروني سنة 1972(العوض.2005،ص15) .

في عام 1989 تم إنشاء النسيج العالمي للمعلومات و يختصر اسمه و هي وسيلة للتصفح تحوي الملايين من الصفحات في مختلف المجالات الفنون و العلوم و الآداب و العلوم التجارية و الأخبار . (العاج،2013،ص51)

أما في عام 1990 فقد كانت سنة الانطلاقة الدولية للانترنت و تم بثها عبر الأقمار الصناعية ووسائل الاتصال المتطورة حيث تم وصول عدد الشبكات 9000 شبكة في أكثر من 150 دولة . (أحمد،2011،ص112)

و في عام 1996 تعددت برامج التجول في الشبكة الموجودة في الأسواق فظهرت برامج منافسة مثل نت سيب و مثل كشاف الشبكة لشركة ميكروسفت و قد أضافت هذه التحديثات إمكانية التحول في الانترنت إضافة إلى وضيفتها الأصلية . كما ظهرت في الأسواق تجارة جديدة للشركات المحلية الصغيرة و هي تجارة توصيل الانترنت. (الحسيني1996 ص 18)

في عام 1997تم اعتماد بعض التكنولوجيات على الشبكات التلفونية و أصبح من خلال الموديم السريع و المسئول عن النقل المتزامن للصوت و الصورة و البيانات عبر الخطوط التلفونية العادية و المتاحة لدى المستخدمين و بذلك توفير إمكانية البحث عن المعلومات و المناقشة حولها و في مضمونها لكل كمبيوتر خاص به سواء في مكتبه أو بيته متصل تلفونيا. (منصور 2001ص82)

2- ماهية الانترنت:

أ/التعريف اللغوي:

internet إسم الأنترنت في الانجليزية

اي الشبكة البينية, التي تعني شبكة –**net**– التي تعني بين،و كلمة –**inter**– يتكون من البادئة و الإسم دلالة على بينية الأنترنت باعتبارها شبكة ما بين الشبكات. (أبوعيشة،2010ص38.39)

ب/التعريف الاصطلاحي:

يعرفها عوض النواسية على أنها : شبكة من الحاسبات الإلكترونية سواء كانت متشابهة أو مختلفة الأنواع و الأحجام ، و ترتبط مع بعضها البعض عن طريق بروتوكولات معينة و منظمة. (النواسية ،2010ص27)

أما النصيري 1997 عرفها على أنها دائرة معارف عملاقة ، حيث يمكن للناس من خلالها الحصول على التراسل عن طريق البريد الإلكتروني. (الحيلة ،2007ص118)

أما محمد صاحب سلطان فيعرفها على أنها شبكة عالمية تربط ألاف من الشبكات و الحواسيب الصغيرة ، و بالتالي الملايين من الحواسيب في العالم و هي تعمل كطريق لنقل البيانات ، و تستعمل بشكل كامل للبريد الإلكتروني و كذلك لجمع المعلومات و التجارة الإلكترونية كمنبر للحوار. (سلطان،2007ص164)

كما يمكن تعريف الانترنت على أنها نظام تتصل فيه أجهزة الكمبيوتر و الأجهزة الذكية ببعضها البعض حتى يمكنها مشاركة المعلومات . (برس، 2004، ص5)

و مما سبق فاقتصرت التعاريف السابقة على وصف شبكة الانترنت على أنها مجموعة من الحواسيب مرتبطة بطريقة منظمة وفق بروتوكول تقدم مجموعة من الخدمات و لم تتعمق بمفهوم الانترنت لا بطريقة الاستعمال و لا لوازم إدارة الشبكة .

3 –خدمات الانترنت:

تعد الانترنت من أهم الإنجازات في عصرنا الحالي و يمكن لأي شخص من أي مكان في العالم استخدامها و تعددت خدماتها مع تطور التكنولوجيا. (النوايسة،2010، ص38)

و يمكننا تلخيصها فيما يلي:

- **البريد الإلكتروني:**

و هو نظام يمكن المستخدمين من تبادل الرسائل مع بعضهم البعض و يكون لكل مشترك فيه مساحة فرعية خاصة به و يعطي المشترك عنوانا خاصا به من خلال استقبال الرسائل الإلكترونية و التواصل مع الآخرين. (أبو عيشة ،2010، ص71)

- **خدمة تلنت:**

تسمح بالاتصال مع حاسب أخر في مكان مختلف قد يكون بعيدا جدا و من ثم يمكن التعامل مع ملفات أو معلومات حاسب أخر بعيد ، و غالبا ما يشترط أن يكون لدى المستخدم حاسب أو الرقم أو كلمة سرية للدخول إلى جهاز الأخر و التعامل مع محتوياته.

- **خدمة نقل الملفات :**

عرفت على أنها تسمح بنقل الملفات من حاسب بعيد إلى حاسب المستخدم ، و يسمى **The download**

أو يمكن عمل العكس بنقل الملفات من حاسب المستخدم إلى الحاسوب البعيد (مهدلي،2005،ص161) .

4- استخدامات الانترنت:

- المحادثة و البريد الإلكتروني.

- التعليم و الدراسة (البحث العلمي)
- الهروب من الواقع.
- المظهرية و إثبات الذات و حرية التعبير عنها.
- المسايرة و تكوين الصداقات.
- التسلية و اللعب و شغل وقت الفراغ .
- استخراج و تبادل المعلومات.(الرافعي،2011،ص338)

5-الآثار السلبية لاستخدام الانترنت:

- في الجانب الصحي:

أثبتت الدراسات أن الإدمان التصفحي بسبب الأرق و اضطرابات النوم و عدم انتظام أوقات النوم يؤدي إلى الإفراط في استخدام الانترنت

- في جانب الحياة العملية:

تزيد مشاكل مدمن الانترنت في العمل و يصبح المصاب بالإدمان سريع الاستثارة و الغضب و يهمل في عمله بسبب تصفح مواقع الانترنت و الصفحات الجديدة مما يؤجل العمل و يهدر الطاقة الإبداعية في صاحبها. (نخلة ،2011ص135)

- **في جانب الأسرة و المجتمع:**

أصبحت الانترنت خطرا كبيرا و رعبا للأسر العربية و خصوصا ما يعرف بغرف الدردشة و التي يكون زوارها من فئة المراهقين و الذين هم أكثر تعرضا لإدمان الانترنت و أكد علماء النفس أن هناك علاقة بين إدمان الانترنت و عدم الاهتمام بالمشاركة بالآراء العامة و ساندهم علماء الاجتماع في تأكيد أن التصفح المبالغ للانترنت يؤدي إلى انعزالية الفرد و

انسحابه من العلاقات الاجتماعية و تعميق إحساسه بالوحدة و فقدان التواصل مع الآخرين و إهمال الواجبات المدرسية و قد لعب الإدمان دورا هاما في ابتعاد الأبناء على الآباء و التسبب بالتفكك الأسري و انهيار البناء الاجتماعي و تدمير القيم و الأخلاق بسبب إقامة علاقات غير شرعية عبر الانترنت بحيث تتأثر العلاقات الزوجية فيشعر الطرف الأخر بالخيانة و قد أطلق لقب على الزوجات التي تعاني من هذه الحالة بـ (أرامل الانترنت) و يعترف 53% أن لديهم هذه المشكلة و ذلك وفقا للدراسة التي نشرتها كمبرلي يونغ في مؤتمر مؤسسة علماء النفس الأمريكية المنعقد عام 1997 إضافة إلى ارتياد مواقع ذات ثقافات و عادات غريبة تتنافى مع معتقداتنا (حمودة ،2015ص221)

- **الأضرار المتعلقة بالمفاسد الأخلاقية:**

الكثير من المواقع المتواجدة تهدف إلى إشاعة الفاحشة و لها رواج واسع و أكثر المواقع رواجا و شعبية على الانترنت هي المواقع الجنسية التي تنشر الصور و الفيديوات الفاضحة و الشذوذ بأنواعه و تلقى شعبية كبيرة وسط مستخدمي الانترنت حتى أنه يمكن التواصل بشكل سمعي و مرئي من أجل خلق فضاء لا أخلاقي حتى أن بعض قراصنة هذه المواقع قد قاموا باختراق بعض المواقع مثل الجرائد و المجلات المشهورة ووضعوا صورا مخلة بالحياء عليها مثل ما وقع بجريدة نيويورك تايمز كذلك فإن الأغاني بأنواعها تنتجها الشركات العالمية و هي في سباق لنشرها و يسع أسطوانات الأغاني البذيئة على شبكة الانترنت. (الحربي،2003،ص113)

- **الأضرار المالية:**

و تتمثل في عدة أشياء أبرزها اختلاس رقم الفيزا و كلمة السر و هذا الاختلاس يتم بطريقة تشبه التصنت على الهاتف ببرامج معينة من قبل أشخاص يقومون باعتراض المكالمات عبر

الشبكة التي فيها كلمة السر و يعرف ما يدور في الداخل فيقومون بأخذ أرقام الفيزا و يسرقون من أرصدة أصحابها (الحربي ،2003ص 115)

6- مزايا استخدام الانترنت:

- الشمولية: إذ أن قواعد المعلومات الموجودة في الانترنت تغطي معلومات أشمل بحيث أن مراجع البحث تكون على مستوى العالم بأسره بدلا من أن تكون في المكتبات و الأماكن القريبة فقط.
- السرعة: إن الحصول على المعلومات في الانترنت يتم بشكل فوري مقارنة بالانتقال إلى المكتبات و مصادر المعلومات الأخرى .
- حداثة المعلومات: بحيث أن البحوث و المعلومات يستفيد منها صاحبها في يوم نزولها في المجلة أو المصدر المراد البحث فيه في كل الأماكن بصورة متساوية.
- الراحة: يستطيع الفرد أن يتصل بالانترنت في أي وقت و أي مكان أو زمان في العالم سواء كان في البيت أو المكتب أو أي مكان أخر .
- سهولة التصنيف و الفهرسة: بفضل وجود البرامج و التطبيقات التي يمكن استخدامها لمساعدة الباحث في فهرسة و تصنيف هذه البحوث تلقائيا.
- اختزال التكلفة :حيث تنخفض تكلفة البحث على الانترنت إلى اقل تكلفة ممكنة بسبب انخفاض تكاليفها بالنسبة لهذه الشركات فهي لا تكلفهم إلا مبالغ زهيدة و لا يوجد تكلفة نقل و لا تكلفة أوراق أو طباعة أو غيرها و تكفي نسخة واحدة (ملف إلكتروني واحد) متاحة على الانترنت لجميع المستخدمين. (البخاري،2009ص54) .

7- إدمان الانترنت:

أ/تعريف الإدمان:

لغويا :تعريف معجم اللغة العربية المعاصرة :

أدمن:أدام فعل شيء و لازمه و لم يقلع عنه.

إدمان:مصدر أدمن،تعود الفرد على تناول المكيفات أو المخدرات أو الخمور لدرجة يصعب الإقلاع عن هذه العادة الضارة(أحمد،2008،ص771)

ب/اصطلاحا:

هو سلوك تدفع إليه رغبة عارمة و ملحة و حاجة غالبة الاستمرار و التعود على شيء ما حتى تشبع حاجته بحيث لو حرم منه تظهر أعراض معينة (العمر ،2009)

أما منظمة الصحة العالمية فتعرف الإدمان بأنه الحالة النفسية أو العضوية التي تنتج عن اعتماد الكائن للحصول على الشيء المعتمد عليه ،أو الحاجة الدائمة لزيادة الجرعة الاعتماد النفسي و الجسمي على هذا الشيء أي الخضوع و التبعية النفسية و العضوية بحيث تظهر أعراض جسمية و نفسية عند الامتناع المفاجئ أو الانقطاع الفوري عن الشيء المعتمد عليه و يسمى ذلك بأعراض الانسحاب و لها تأثير ضار على الفرد و المجتمع . (الرفاعي،2011،ص335)

8- تعريف الإدمان على الانترنت:

هو حالة نظرية من الاستخدام المرضي للانترنت و الذي يؤدي إلى اضطرابات في السلوك و هي ظاهرة قد تكون منتشرة تقريبا لدى جميع المجتمعات في العالم بسبب توفر أجهزة الحاسوب في كل بيت و إن لم يكن موجودا في كل بيت يكفي الذهاب لإحدى الأصدقاء او المقاهي أو دور الانترنت لاستخدامها (علي،2010،ص54)

تعرفه كيمبرلي يونغ على أنه:استخدام الانترنت أكثر من 38 ساعة أسبوعيا.(علي، 2010 ،ص70)

كما يعرفه جولدبرج سنة 1996 بأنه : خلل في استخدام الانترنت و اختصاره ، و يظهر ذلك حين تؤدي خبرة الشخص في استخدام الانترنت إلى تقليص العلاقات الاجتماعية و كذلك العلاقات في العمل و العلاقات الأكاديمية و الأسرية و النفسية و المادية و أيضا تقليص الفاعلية الجسدية أو التأثير على الحالة الجسمانية للشخص ، و من ثم التسبب في الأمراض. (الخليفي،2008،ص173)

أما هبة بهي الدين ربيع فتعرفه : أنه حالة انعدام السيطرة و الاستخدام المدمر لهذه الوسيلة التقنية و تشابه الأعراض المرضية المصاحبة له بالأعراض المصاحبة لإدمان المخدرات (ربيع،2003،ص556)

و نستخلص من كل هذه التعريفات أن الإدمان على الانترنت هو الاستخدام المفرط للانترنت بطريقة لا يمكن التحكم فيها و لا مقاومتها و قد يسبب الانقطاع عن استخدامها أعراض إنسحابية و حالة نفسية خطيرة تؤثر على جميع النواحي النفسية و الاجتماعية و الأسرية ،الجسدية و المادية.

9-أسباب الإدمان على الانترنت:

- السرية: بحيث أن الانترنت تمكن الشخص من استخدام الانترنت والتواصل مع الأشخاص و استخراج المعلومات بدون الإفصاح عن الهوية الحقيقة بتفاصيلها بحيث توفر شعورا بالسيطرة و الحرية و السرية و هو ما يطمح له الكثير من الناس.
- الراحة: بحيث أنه لا يتطلب الخروج من البيت أو السفر أو استعمال المبررات من أجل استخدامه و هذا التيسير يوفر حضورا عاليا و سهولة فيما يتعلق بتحصيل المعلومات التي لم نتمكن من تحصيلها بدون انترنت .
- الهروب:تمكن الانترنت الفرد من الهروب من الواقع إلى واقع وهمي و هو الانترنت ،و بهذا يستطيع الفرد المنطوي على نفسه و الفاقد الثقة بنفسه من تكوين صداقات و

علاقات وهمية و يتبنى لنفسه هوية تعوضها على كل ما ينقصه في الواقع (حمزة،2010،ص46)

- إضافة إلى ذلك تنويع الخيارات و عدم وضوح الهدف أو الغاية من الدخول للشبكة العنكبوتية ،فالدخول بلا هدف يجعل للشباب و المراهقين خاصة البحث عن المواقع المشبوهة للتسلية و ملئ أوقات فراغهم. (نخلة ، 2011،ص138).

10- أعراض الإدمان على الانترنت :

- الأعراض الجسمية:(الخمول، الأرق، الحرمان من النوم، ألام في الظهر و العينين، التعب و الإرهاق، الهالات السوداء، ضعف المناعة، اضطرابات في النوم)كاظم، **2008**، ص55).

- **الأعراض النفسية و الاجتماعية:**

*التوتر و القلق الشديد في حالة وجود أي عائق للاتصال بالانترنت.

*الشعور بسعادة بالغة و راحة نفسية حين يرجع لاستخدامها.

*الشعور بالقلق و الاكتئاب أي عائق للاتصال.

*إهمال الواجبات الاجتماعية و الأسرية و الوظيفية بسبب استعمال الانترنت.

*عدم إمكانية السيطرة على الزمن الذي يقضيه المستخدم على الشبكة.

*الجلوس من النوم بشكل مفاجئ و الرغبة في فتح البريد الإلكتروني أو رؤية المتصلين في شبكات التواصل الاجتماعي مثل: الفيسبوك و التويتر ...إلخ

*حدوث الأعراض الإنسحابية للإدمان.(علي،2010،ص50)

- **الأعراض المعرفية و الوجدانية:**

*عدم القدرة على التحكم في فترة الجلوس أمام الانترنت

* ظهور أنماط تفكيرية غير منطقية تكون سالبة للأحداث العادية و تتداخل فيها أفكار متنوعة غير مرغوبة من الناحية الاجتماعية و ليس لها أي التزام من الناحية القانونية أو الدينية أو الأخلاقية .

*الشعور بالانبهار و الحماس و الفاعلية و الجاذبية أمام الانترنت.

11- مراحل الإدمان على الانترنت:

لقد حدد عالم النفس كروهل نموذجا حدد فيه ثلاث مراحل يمر بها الأفراد أثناء اكتشافهم للانترنت هي:

- مرحلة الاستحواذ أو الافتتان تحدث حينما يكون الفرد وافدا جديدا على الانترنت و أنه مستخدم موجود يحدث نشاطا جديدا و هذه المرحلة تمتاز بأنها مسببة للإدمان للأفراد بدرجة عالية حتى الوصول للمرحلة الثانية .
- مرحلة التحرر: في هذه المرحلة يصبح الأفراد غير مهتمين بالنشاطات التي كانوا يدخلون سابقا و في هذه المرحلة يصبح سهلا الوصول للمرحلة الثالثة.
- مرحلة التوازن :و في هذه المرحلة يتلخص الاستخدام المعياري للانترنت ، و يكون الوصول إليها في فترات مختلفة من قبل الأفراد ، و هذه المراحل يمكن أن تعاد في دورتها إذا وجد الفرد نشاطا جديدا مثيرا أخر.(Global 2003.p1).

12-أنواع الإدمان على الانترنت:

حاول الباحثون تحديد الأنواع الفرعية أو الفئات الفرعية من الإدمان على الانترنت و قد صاغت يونغ 1999 الإدمان على الانترنت في خمسة أنواع فرعية هي:

*الإدمان على المواقع الجنسية.

*الإدمان على مواقع العلاقات.

*الإدمان على القمار أو التسوق عبر الانترنت.

*الإفراط في تحميل المعلومات أو البحث القسري عن التحديث.

*الإدمان على الحاسوب و اللعب المفرط بالألعاب الإلكترونية.

أما يفز 2001 فقد وضع تقسيمات فرعية لاستخدام الانترنت و حددها في نوعين:

*المحدد و هو الاستخدام المفرط لوظائف أو فعاليات أو تطبيقات محددة.

*المعمم أو المتعدد الأبعاد و هو الاستخدام المفرط للانترنت بكل أبعاده.(فرنسي، 2007،ص24)

13- أثار الإدمان على الانترنت:

- على الجانب الصحي: يتسبب الإدمان على الانترنت في اضطراب في النوم بسبب حاجته المستمرة إلى تزايد وقت استخدامه للانترنت حيث يقضي أغلب المدمنين ساعات الليل كاملة على الانترنت لا ينامون إلى ساعة أو ساعتين حتى يأتي موعد عملهم أو دراستهم و يتسبب ذلك في إرهاق مخ المدمن مما يؤثر على أدائه في عمله و دراسته كما يؤثر ذلك على مناعته و تجعله أكثر قابلية للإصابة بالأمراض كما أن قضاء المدمن ساعات طويلة دون حركة يؤدي إلى ألام في الظهر و العمود الفقري و إرهاق العينين و أضرار تصيب الأذنين لمستخدمي مكبرات الصوت .
- على الجانب الأسري: يسبب قضاء المدمن جل وقته في الانترنت إلى مشاكل أسرية إذ يهمل المدمن واجباته المنزلية و الأسرية مما يؤدي إلى إثارة أفراد الأسرة عليه ، و يسبب

إقامة البعض علاقات غرامية غير شرعية فمن خلال الانترنت تتأثر العلاقة الزوجية،حيث يحس الطرف الأخر بالخيانة، و عرف 53%من مدمني الانترنت أن لديهم مثل تلك المشاكل و ذلك طبقا للدراسة التي نشرتها كيمبرلي يونغ في مؤتمر مؤسسات علماء النفس الأمريكيين المنعقد عام1997. (العصيمي،2010،ص32)

14-النظريات المفسرة للإدمان على الانترنت:

- النظرية السلوكية: تنظر هذه المدرسة لإدمان الانترنت على أنه سلوك متعلم يخضع لمبدأ المثير و الاستجابة و التعزيز و الإشراط و يمكن تعديل سلوك الإدمان.
- النظرية السيكوديناميةَ :ينظر لإدمان الإنترنت على أنه استجابة هروبية من الإحباطات و رغبة في الحصول على لذة بديلة لتحقيق الإشباع و النسيان و إنكار الواقع.
- النظرية المعرفية: يرجى أصحاب هذه النظرية أن إدمان الشبكة المعلوماتية يرجع إلى الأفكار و البنى المعرفية الخاطئة التي تجعل من الشبكة محور حياتها و تستغني بها عن الواقع.
- النظرية التكاملية: ينظر إليها على أنها عبارة عن تضافر عوامل شخصية وانفعالية و اجتماعية و بيئية و يمكن تلخيص المشكلة بالاستعداد .
- النظرية الاجتماعية الثقافية: يرى أصحاب هذا الاتجاه أن إدمان الشبكة المعلوماتية يرجع إلى ثقافة المجتمع و بالتالي فإن المجتمع هو من يغذي هذا الإدمان.

الفصل الثالث: الوحدة النفسية .

- تمهيد.

9-تعريف الوحدة النفسية.

10- أشكال الوحدة النفسية.

11- عناصر الوحدة النفسية.

12- أسباب الوحدة النفسية.

13- النظريات المفسرة للوحدة النفسية.

14- مظاهر الوحدة النفسية لدى المراهق.

15- أضرار الوحدة النفسية.

16- طرق الحد من الوحدة النفسية.

- **تمهيد**

يولد الإنسان على فطرة اجتماعية بداية بالأم وصولا إلى الأب و الأخوان ثم تتوسع الدائرة مع مرور السنوات فهو كائن يتغذى على المشاركة الاجتماعية و هو بطبيعته كائن اجتماعي يعيش و يقضي معظم وقته في جماعة يؤثر فيها و يتأثر بها ، و الفرد منذ طفولته تنمو لديه قدرة بالتدريج على إقامة العلاقات الاجتماعية الفعالة مع الآخرين فهو يتفاعل مع أمه ثم باقي أفراد الأسرة و الأهل ثم يمتد التفاعل ليشمل جماعات أخرى ، بدأ من التحاقه بالمدرسة حتى يخرج إلى المجتمع الكبير.**(زهران،1977،ص15)**

و قد يعاني الفرد مرورا بتلك المراحل لمشاكل نفسية و اجتماعية تجعله في انعزال و ابتعاد عن واقعه و خاصة في فترة التطورات التكنولوجيا الحاصلة التي تمكنه من إيجاد بديل أو عوض للمجتمع المحيط به متجاهلا علاقاته الاجتماعية و كينونته الفطرية في التأقلم و التعايش كفرد من هذا المجتمع مسببة الشعور بالوحدة النفسية و ما يتبعها من أعراض التي يصبح بها الفرد كائن منعزل بذاته عن ما حوله غارقا في أوهام و عالم أخر لا يضاهي حقيقة واقعه و هذا التغير في الطبيعة البشرية التي تؤكد على ضرورة وجود علاقة تبادلية بين الفرد و مجتمعه بحيث يتأثر و يؤثر فيه،و ينتج عن ذلك اضطراب في الطابع الاجتماعي المكتسب لدى الأفراد،مما ينتج لديهم شعور بالاغتراب أو الانعزال أو بمصطلح أكثر دقة الشعور بالوحدة النفسية، و عل ضوء ما سبق سنحاول في هذا الفصل التعرف على هذا الاضطراب بشكل أكثر تعمقا.

1-تعريف الوحدة النفسية:

لغويا:و هو بفتح الواو و تسكين الحاء ، و تعني الوحدة ضد الكثرة ، و الوحداني هو المنفرد بنفسه. **(المنجد في اللغة و الإعلام،1988،ص98)**

اصطلاحا:تعرف الوحدة النفسية بأنها مفهوم يمثل حالة نفسية تنشأ بإحساس الفرد أنه ليس على قرب نفسي مع الآخرين ، و هذه الوحدة ناتجة عن افتقار الفرد لأن يكون طرف في علاقة محددة أو مجموعة من العلاقات ،و يترتب عليها كثير من صنوف الضيق و الضجر .**(عطا،1993،ص274)**

و تعرف أيضا على أنها إحساس الفرد بفقد الاهتمام بأي شيء ، و عدم الرضا الناتج عن إحباط حاجاته الطبيعية نتيجة لفقدان التواصل مع الآخرين أو نبذه من قبل مجتمعه،مما يجعله يائسا ن و كثير من حالات الانتحار من مختلفا الأعمار ناتج عن الشعور بالوحدة النفسية أو استجابة لفقدان الحب أو الشعور بأنه غير مرغوب فيه أو أنه لا فائدة منه. **(الحفني،1978،ص440)**

يعرفها الدسوقي أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ نتيجة حدوث خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد سواء كان ذلك بصورة كمية أو في صورة كيفية**(الدسوقي ،1998،ص07)**

و يعرفها استربوه و آخرين على أنها الشعور بالعجز في المحافظة على استمرار التفاعل الاجتماعي كواحدة من رغبات الفرد ، و ينشأ عن العزلة الاجتماعية و العزلة الانفعالية**(جعفر ،2007،ص63)**

تعرفها زينب شقير بأنها الرغبة في الابتعاد عن الآخرين و الاستمتاع بالجلوس وحيدا و منعزلا عنهم بحيث تعتبر الشعور بالوحدة النفسية حالة غير سوية يصاحبها أعراض التوتر و الضيق مع انخفاض تقدير الذات. **(شقير ،2002،ص279)**

و منه يمكننا تعريف الوحدة النفسية إجرائيا كونها حالة من الانعزال عن الوسط الخارجي و العلاقات الاجتماعية مصحوبة بمشاعر توتر و قلق.

2-أشكال الوحدة النفسية:

ميزت يونغ بين ثلاثة أشكال للوحدة النفسية :

- ✓ **الوحدة النفسية العابرة:** شعور الفرد بوحدة نفسية لفترة زمنية قصيرة.
- ✓ **الوحدة النفسية المؤقتة أو التحولية** :تصيب الأفراد الذين كانوا في الماضي لديهم رضا عن حياتهم و علاقاتهم الاجتماعية ، و لكنه يشعر بالوحدة نتيجة للظروف الواقعة.
- ✓ **الوحدة النفسية المزمنة** :يتميز المصابين بها بعدم قدرتهم على تطوير الرضا عن شبكة العلاقات الاجتماعية التي يملكونها ، و قد تستمر لعدة سنوات.**(جمال،2005،ص129)**

يرى ويز أن هناك نوعين من الوحدة النفسية:

- ✓ **الوحدة العاطفية**:و تنتج عن نقص أو قصور في روابط الألفة أو المودة أو الصلة الحميمة و الوثيقة مع الأشخاص الآخرين و الذين لهم أهمية خاصة وكبيرة في حياة الفرد ، كالأفراد الذين مروا بعلاقة عاطفية طويلة و خرجوا منها بالفشل أو وفاة أحد الزوجين فتقوده إلى الشعور بالحزن و الخوف و عدم الارتياح و الفراغ و القلق ز العزلة **(إلهام،2011،ص320)**
- ✓ **الوحدة الاجتماعية:** تنتج عن نقص أو افتقار في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد و تقوده إلى فقدان الثقة بالنفس و الملل و اليأس .

تختلف الوحدة النفسية العاطفية عن الاجتماعية و تختلف في أسلوبي معالجة كل منهما ،فالفرد الذي يعاني من وحدة عاطفية يحتاج إلى تكوين علاقات عاطفية و الاتصال مع الآخرين و الشعور بالألفة و المحبة بينه و بين الآخرين، بينما الفرد الذي يعاني من الوحدة الاجتماعية يحتاج إلى الدخول في علاقات اجتماعية تمنحه الإحساس بالتكامل الاجتماعي(**إلهام،2011،ص320)**

3- عناصر الوحدة النفسية:

اختلفت أراء الباحثين حول عناصر الوحدة النفسية و تم جمع المصادر الأكثر ملائمة للموضوع كالتالي:عناصر الوحدة النفسية حسب روكاتش:يرى أن هناك أربع عناصر أساسية للشعور بالوحدة النفسية

- ✓ **اغتراب الذات :** و هو شعور الفرد بالفراغ الداخلي ، و الانفصال عن الآخرين و اغتراب الفرد عن نفسه و هويته ، و الحط من قدر الذات .
- ✓ **العزلة البين شخصية :** تتمثل في مشاعر الوحدة و الانفعال ، شعور الفرد بعدم الانتماء و نقص في العلاقات ذات المعنى لديه من غياب المودة و إدراك الفرد للاغتراب الاجتماعي و الشعور بالإهمال و الهجر .
- ✓ **ألم و صراع عنيف** :و يتمثل في الهياج الداخلي و الثوران الانفعالي للفرد و سرعة الحساسية و الغضب و فقدان القدرة على الدفاع و الارتباك و الاضطراب و اللامبالاة .**ردود الأفعال الوجهة الضاغطة :** يكون ذا نتاج مزيد من الألم و المعاناة من الخبرة المعاشية للشعور بالوحدة النفسية و المتضمنة الاضطراب و الألم الذي يعايشه الفرد. **(منال،2013،ص39،38)**

4- أسباب الوحدة النفسية:

تتعد أسباب الشعور بالوحدة النفسية و تم تلخيصها حسب النظريات فيما يلي : تتنوع أسباب الشعور بالوحدة النفسية حسب المنطلقات النظرية، فالسيكوديناميون يرجعونها لأسباب فردية ذاتية ، و يكمن الفرق الأساسي بينهما في أن المدرسة السيكودينامية تركز على أحداث الماضي مثل خبرات الطفولة ، بينما تركز المدرسة الظاهرية على الوضع الحالي أما الوجوديون فيرون أن الوحدة النفسية جزء من الطبيعة البشرية و هي موجودة طالما وجدت الحياة على الأرض و يستخدم الاجتماعيون المنظور التاريخي و المنظور المعاصر للتوصل إلى أسباب حدوث الوحدة النفسية و أصحاب النظرية المعرفية و التفاعلية

فيقررون أن أسباب الوحدة النفسية تكمن في كل من الفرد و الموقف معا .**(عبد الرحمان،1434م، ص56)**

5-النظريات المفسرة للوحدة النفسية:

- ✓ **النظرية التحليلية:**يعتبر روادها رواد التحليل النفسي على رأسهم فرويد يرى أصحاب هذه النظرية أن الوحدة النفسية بأنها ذات خصائص مرضية و يرجعونها إلى التأثيرات المبكرة التي مر بها الفرد و يعتبر زيلبورج أول من قام بتحليل نفسي حول الوحدة و فرق بين الشخص الذي لديه شعور مؤقت بالوحدة النفسية و الشخص الوحيد ،فالشعور المؤقت بالوحدة النفسية شعور طبيعي و حالة عقلية عابرة تنتج عن فقدان شخص معين أما الوحدة المزمنة فهي استجابة لفقدان الحب أو شعور الفرد بأنه شخص غير مرغوب و لا فائدة منه مما يؤدي إلى الاكتئاب و الانهيار العصبي و تعود جذور الوحدة النفسية إلى المهد حيث يتعلم الفرد الوظائف التي تجعله محبوبا و مرغوبا فيه، و يتفق سويلفان مع زيلبورج أن جذور الوحدة النفسية أثناء الكبر تعود للطفولة ، حيث افترض أن هناك حاجة للتواصل الإنساني و هذه الحاجة تجعل الطفل يظهر رغبته في الاتصال بالآخرين و يحتاج الطفل قبل المراهقة لصديق يتبادل معه المعلومات و الأطفال الذين تنقصهم المهارات الاجتماعية بسبب التفاعل. **(شيبي،2005،ص15)**
- ✓ **النظرية الظاهرية عند روجرز:** تحدث روجرز في نظرية العلاج المتمركز حول العميل عن الوحدة النفسية و قد ذكر أن ضغوط المجتمع الواقعة على الفرد تجعله يتصرف بطرق محدودة و متفق عليها اجتماعيا،و هذا يؤدي بدوره إلى تناقض بين حقيقة ذاته الداخلية و الذات الواضحة على الآخرين، و من هذا فإن مجرد أداء الفرد لدوره المطلوب في المجتمع و عدم اهتمامه بطريقة أدائها بدقة ينشأ عنه الشعور بالفراغ و تحدث الوحدة كما عبر عنها روجرز عندما تفشل دفاعات الفرد في التواصل مع ذاته الداخلية ، كما أن اعتقاد الفرد بأن ذاته الحقيقية غير محبوبة تجعله متعلقا بوحدته ، لأن الخوف من

الرفض يقوده إلى الإصرار على الظهور بالمظهر الاجتماعي الكاذب ، و ذلك لاستمرار الشعور بالفراغ،و يختلف روجرز مع أصحاب النظريات النفسية الدينامية في أنه لا يعتقد أن المسبب هو ذكريات الطفولة بل يرى في المقابل أن العوامل الحاضرة تساهم في ظهور الشعور بالوحدة النفسية و يلاحظ من تحليل روجرز قد تم أثناء علاج المرضى. **(الحسين،2002،ص378)**

✓ **النظرية الاجتماعية:**

يرى كل من يومان و سلاتر أن هناك ثلاث معايير اجتماعية تؤدي للوحدة النفسية :

- ضعف في علاقات الفرد مع الأسرة.
- زيادة الحراك في الأسرة .
- زيادة الحراك الاجتماعي.

و بنى سلاتر تحليله للوحدة النفسية من خلال دراسة الشخصية الأمريكية و كيف فشل المجتمع في تلبية احتياجات الفرد ، لأن المشكلة الأمريكية تكمن في إحساس الفرد بالفردية و أن كل فرد لديه الرغبة في المشاركة الاجتماعية و الارتباط بالآخرين و لكن هذه الرغبة تضاءلت في المجتمع الأمريكي ، مما أدى لأن يتبع كل فرد مصيره منفردا مما يؤدي للوحدة النفسية ، و من هذا أستنتج سلاتر أن الوحدة النفسية هي نتيجة للتقدم التكنولوجي الحاضر. **(العنزي،2010،ص31)**

✓ **النظرية التفاعلية:**يرى ان الوحدة النفسية تعود إلى :تفاعلات الفرد الاجتماعية الغير كاملة مع ارجحية للعوامل الموقفية، لا تنشأ بسبب العوامل الشخصية أو العوامل الموقفية وحدها بل نتيجة التفاعل بينهما. **(ملحم،2010،ص637)**

✓ **النظرية المعرفيةو نظرية السمات:**

يرى أصحاب النظرية المعرفية الوحدة النفسية تنشأ حينما يشعر الفرد بالتناقض ما بين العلاقات الثائرة و العلاقات التي يود أن تكون لديه، نظرية السمات ترى أن للسمات الشخصية دورا هاما في الشعور بالوحدة النفسية و استمراريتها أي أن هناك أفراد مستهدفون أكثر من غيرهم للوحدة النفسية بسبب السمات الشخصية الموجودة لديهم. **(ملحم،2010،ص638)**

6- مظاهر الوحدة النفسية لدى المراهق:

يرتبط شعور الوحدة النفسية لدى المراهق بأنه منعزل عن الآخرين و غير قادر على التواصل الإيجابي معه كما يوجد لديه شعور بالنقص و الحط من قدات الذات و عدم الثقة بالنفس و التمركز حول الذات ، و يصبح الفرد دائم الإنفراد بنفسه دون اختيار منه مع الخجل المرتفع كما يكون لديه بعض الأفكار الغير عقلانية التي تشعره بالعجز و الفشل في معظم المواقف.**(نيفين،1999،ص11)**

و مما سبق فالإحساس بالوحدة النفسية يمثل حالة نفسية يصاحبها و يترتب عليها كثير من المظاهر لدى الشخص الذي يعاني منها، أو على صعيد علاقاته بالآخرين نبين بعضا منها فيما يلي:

✓ **مظاهر تتعلق بالذات:** و تنقسم إلى :

- **السمات الشخصية:**اهتمت بعض الدراسات بتحديد بعض سمات الشخصية التي ترتبط بالوحدة النفسية فقد كشف كل من بيبلو و بيرلمان عن مجموعة من السمات التي ترتبط بانتظام مع الذين يشعرون بالوحدة و منها الخجل و الانطواء و قلة الرغبة في التجمعات كما رسمت نتائج الدراسات و البحوث صورة واضحة لسمات الشخص الذي يعاني من الشعور بالوحدة النفسية و من بين هذه السمات الحزن و الانعزال و عدم الشعور بالراحة و الضيق العالم، و الاتصاف بالحساسية الشخصية المفرطة و التقدير المنخفض للذات و الاكتئاب و القلق الاجتماعي و الشعور بالخجل بدرجة كبيرة **(حنان 2002،ص23.24)**

- ✓ **مظاهر نفسية و جسمية:**تظهر ببعض الأعراض النفسية الجسمية على الفرد نتيجة لمعاناته مع الوحدة النفسية منها: الصداع و الشعور بالضعف و فقدان الشهية و النوم الزائد. **(فارس،2010،ص24)**

- ✓ **مظاهر تتعلق بعلاقاته بالآخرين:**نذكر منها ما يلي يميل الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية إلى الاستياء و عدم الرضا عن جميع جوانب حياتهم و هم أقل إعجابا بأنفسهم و أقل عقدا للصداقات مع الآخرين كما وجد أنه من الصعب الحديث معهم الأمر الذي يرجع جزئيا لعدم تركيز انتباههم إلى من يتحدث معهم.

يميلون إلى الإحساس بالملل و الإجهاد و انعدام القدرة على التركيز و الانتباه و الاستغراق في أحلام اليقظة ، و افتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة في تكوين العلاقات الاجتماعية كما يشعرون بالنقص و عدم القدرة على التفاعل الإيجابي مع الآخرين و التمركز حول الذات و عدم الثقة بالآخرين و الشعور بالفشل في معظم المواقف التي تواجهه بالإضافة إلى شعورهم بالحزن و عدم الانسجام مع من حولهم و عدم التقبل الأسري و فقدان الشعور بالمحبة و الاهتمام و الثقة بالزملاء و الشعور بالنبذ و الرفض من الآخرين كما يشعرون بعدم القدرة على كشف أفكار و مشاعر الآخرين مما يبعدهم عن العلاقات بحيث أن هناك علاقة بين وجود العلاقات مع الآخرين و الشعور بالوحدة النفسية.**(هدى، 2010،ص76.78)**

7- أضرار الوحدة النفسية:

يشير كل من جونز و نيتو أن الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية يكون وعيه العالم بذاته مرتفعا كما يكون قلق اجتماعيا، و لديه مستويات عالية من الخجل و عدم السواء و تقديره لذاته منخفض و لا يحب الآخرين و تقبله للتجمعات قليل. **(فهد و جمال ،2004،ص10)**

8-طرق الحد من الوحدة النفسية:

طريقة التكيف مع الوحدة النفسية:حيث ترى إيمي روكاتش أنه حتى يستطيع الفرد الذي يعاني من تجربة الوحدة النفسية أن يمارس حياته بشكل أفضل عليه أن يتوافق و يتكيف مع الوحدة النفسية و أن يحاول تحويل الجوانب السلبية إلى جوانب إيجابية و ذلك يتطلب المرور بعدة مراحل.**(الجوهرة ،2003،ص28)**

- ✓ إنجاز المهام و الأعمال اليومية ز منها الذهاب للعمل أو المدرسة أو الاعتناء بالأطفال و أيضا الالتحاق بوظائف إضافية و غير ذلك .
- ✓ تطوير الذات الذي يحدث متزامنا مع أو عقب الالتزام بالمهام اليومية.
- ✓ مزاولة الأنشطة في أوقات الفراغ مثل المشي لفترات طويلة و قراءة الكتب و غيرها.

- **العزلة التأملية:** تعد العزلة التأملية واحدة من أهم العوامل التي تساهم في نجاح التوافق مع الشعور بالوحدة النفسية ، فبينما تعتبر الوحدة النفسية تجربة شعورية مؤلمة و لا تلقى ترحابا من أولئك الذين يشعرون بها ،نجد أن العزلة تعبر عن تجربة مختلفة تماما بحيث أنها تتيح للفرد فرصة للهدوء و استعادة النشاط و تتيح له فرصة إستعاب ما يتلقاه من العالم الخارجي ، غالبا ما يشار للعزلة بكونها تجربة إيجابية من ثمارها تجديد الطاقة و الموارد و إعطاء الفرد حيزا من الوقت للتفكير و التأمل و الإبداع أو حتى لمجرد الاستمتاع بالراحة، و يندرج تحت العزلة التأملية ثلاثة بنود هي:

- **تحويل الإحساس بالوحدة إلى مجرد عزلة:** تستلزم إعادة تشكيل الوحدة الشعورية إلى مجرد عزلة التغيير الواعي للمفاهيم و المدركات الخاصة بموقف بعينه و بالطبع يؤثر مثل هذا التغير في الحالة الشعورية للفرد،و من ثم يسهم في التخفيف من حدة الشعور بالوحدة إن لم يكن للتخلص منها تماما.

الإحساس بالطمأنينة و النظرة إلى الحياة بنظرة ايجابية من أحد فوائد العزلة فقد قام الأفراد بدراسة هذه المواقف و تكوين موقف إيجابي لما صادفهم من تجارب فأصبحوا أكثرا تفاؤلا و أملا و عمل ذلك على زيادة إحساسهم بالثقة في قدراتهم على العيش و الحياة.

تكوين علاقة حميمة مع الذات و البحث على القدرات الذاتية الكامنة إن الوحدة النفسية تجربة شعورية بارزة يتواصل فيها الفرد مع ذاته و من خلال هذا التواصل يستطيع أن يستكشف حقيقة وجوده و حياته و أهدافه و المغزى من وجوده و طبيعة علاقته بالآخرين ، أي أنه من خلال هذه التجربة الشعور بالوحدة يصل به إلى إدراك ذاته و الآخرين بشكل أكثر وضوحا و صحة .**(الجوهرة،2003،ص30،29)**

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة

- تمهيد .

1-المنهج المتبع في الدراسة .

2-الدراسة الاستطلاعية.

3- عينة الدراسة .

4- حدود الدراسة الأساسية.

5- أدوات الدراسة.

6-أساليب المعالجة الإحصائية

- **تمهيد :**

إن الدراسة الميدانية احد أهم مراحل البحث العلمي، حيث تعتبر وسيلة هامة لجمع البيانات عن موضوع البحث بصورة موضوعية ومنهجية، وللتحقق من الفرضيات التي تم طرحها سابقا إلى جانب كونها وسيلة لدعم الدراسة النظرية.

حيث يتناول هذا الفصل الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة، فقد اشتمل على منهج الذي استخدمته الباحثة والدراسة الاستطلاعية، ومجتمع وعينة البحث بالإضافة إلى تحديد حدود الدراسة كما تم عرض أداة الدراسة من حيث بنائها و الإجراءات المتبعة في التأكد من صدقها و ثباتها باستخدام طرق مختلفة وأساليب المعالجة الإحصائية المتبعة في الدراسة.

1- المنهج المتبع في الدراسة :

إن طبيعة مشكلة الموضوع ونوعية المعلومات والحقائق التي يريد الباحث الوصول اليها و طريقة تحليلها و تفسيرها، تفرض علينا تحديد المنهج المستخدم في الدراسة .

وبما أن هدف الدراسة هو التأكد من وجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على الانترنيت والوحدة النفسية لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة فان ذلك يستدعي استخدام المنهج الوصفي الذي يعرف كالتالي:

المنهج الوصفي: يمكن تعريف هذا المنهج بأنه أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة، عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك من اجل الحصول على نتائج عملية تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع معطيات الفعلية للظاهرة. **(عبيدات، ابو نصار، و مبيضين، 1999، صفحة 46)**

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية خطوة هامة في البحوث العلمية و هي أول خطوة يلجأ إليها الباحث للتعرف على ميدان دراسته، ولجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول موضوع البحث، إلى جانب التحقق من وجود العينة بجميع الخصائص المراد البحث فيها، و التحقق من سلامة و صلاحية أدوات جمع البيانات.

و قد عرفها مصطفى عشوي على أنها: "دراسة استكشافية، و هي مرحلة هامة في البحث العلمي نظرا لارتباطها المباشر بالميدان، مما يضفي صفة الموضوعية على البحث، كما تسمح بالتعرف على الظروف و الإمكانات المتوفرة في الميدان، و مدى صلاحية أدوات المنهجية المستعملة قصد ضبط متغيرات البحث. **(عشوي، 1994، ص 133)**

ومن خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها، فالدراسة الاستطلاعية تأتي قبل العمل الميداني وبناء على ذلك، فقبل المباشرة في إجراءات الدراسة الأساسية، قمنا بدراسة استطلاعية و ذلك بغرض تحقيق مجموعة من الأهداف.

✓ **أهداف الدراسة الاستطلاعية:** تكمن أهداف دراستنا الاستطلاعية فيما يلي:

- معرفة الظروف التي سيتم فيها إجراءات البحث.

- التعرف على بعض الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث في البحث.

- التحقق من وضوح تعليمات المقياسين، بالإضافة إلى وضوح العبارات و عدم وجود غموض فيها.

- معرفة حجم المجتمع الأصلي و مميزاته وخصائصه.

- التأكد من صلاحية أداة البحث الخاص بالإدمان على الانترنت والوحدة النفسية من خلال الجوانب التالية:

× وضوح البنود و ملائمتها لمستوى العينة وخصائصها؛

× التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياسين المستخدمين(الصدق والثبات)

- التعرف على مختلف الظروف التي يمكن ان ترافق عملية التطبيق بغرض التحكم فيها من جهة، ولتفادي بعض العراقيل و المشكلات التي قد تواجهنا من جهة أخرى.

✓ **عينة الدراسة الاستطلاعية :**

تم اختيار عينة البحث من متوسطة الرويني لخضر بالجلفة و قد شملت 30 تلميذا، و قد اعتمدنا في اختيارها عن طريق العينة القصدية على أساس أنها تحقق لنا أغراض الدراسة الاستطلاعية التي نسعى لتحقيق أهدافها المسطرة.

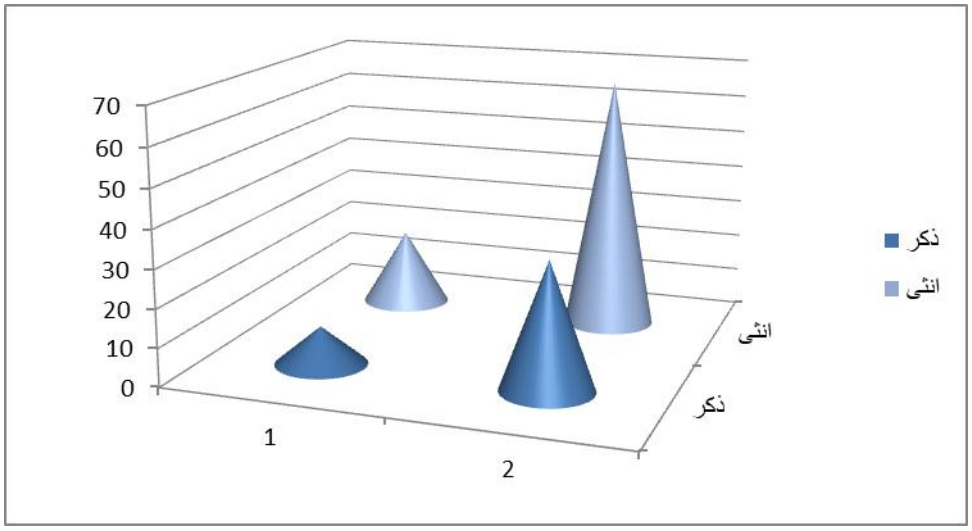
✓ **خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية:**

تتمثل خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية فيما يلي:

من حيث الجنس:

الجنس	التكرار	النسبة المئوية %
ذكر	20	%66.66
انثى	10	% 33.34
المجموع	30	% 100

جدول رقم (1) :خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث الجنس.



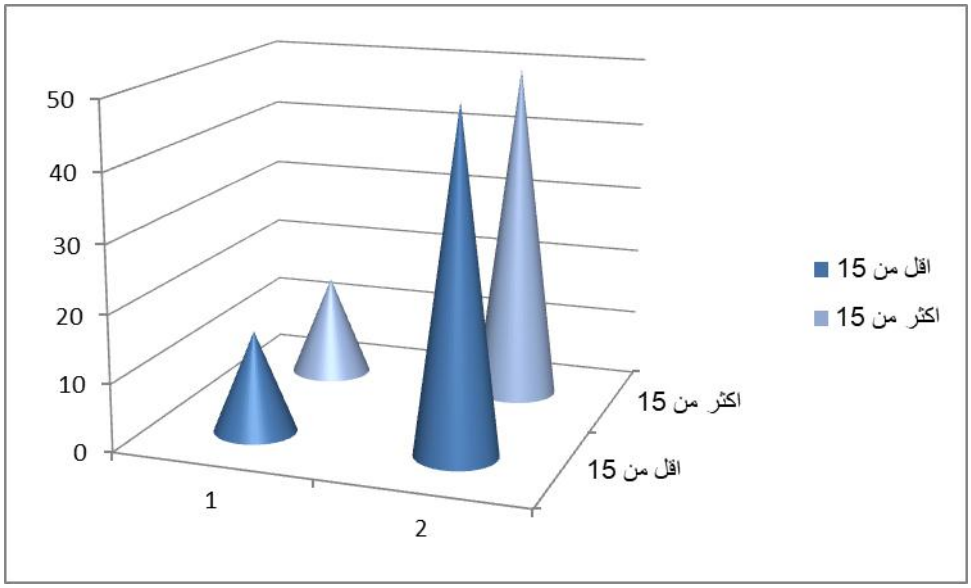
شكل رقم (1) :خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث الجنس.

نلاحظ من خلال الجدول والشكل رقم (1) أن نسبة الإناث (66.66 %) أكبر من نسبة الذكور (33.34%).

من حيث السن:

السن	التكرار	النسبة المئوية %
أقل من 15	15	%50
اكثر من 15	15	% 50
المجموع	40	% 100

جدول رقم (02) :خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث السن.



شكل رقم (02) :خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث السن.

نلاحظ من خلال الجدول والشكل رقم (02) أن نسبة الطلبة الدين سنهم أقل من 15 سنة (50 %) عادل نسبة الطلبة الدين سنهم أكثر من 15 سنة (50%).

✓ **مكان و زمان إجراء الدراسة الاستطلاعية:**

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية بمتوسطة الرويني لخضر في الفترة الممتدة من 05 فيفري إلى غاية 09 فيفري من السنة الدراسية (2023).

✓ **إجراءات تطبيق الدراسة الاستطلاعية:**

– قمنا بتوزيع مقياس الإدمان على الانترنيت والوحدة النفسية على فئة من المراهقين بطريقة الصدفة، ثم استرجعناها بعد أن قام التلاميذ بالإجابة على فقرات المقياسين.

✓ **نتائج الدراسة الاستطلاعية:**

تبين من خلال إجراء الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

- وضوح عبارات وتعليمات المقياسين و ملاءمتها لموضوع الدراسة بإجماع أفراد العينة.

- التأكد من صدق وثبات أداة الدراسة بطريقتين.

3- عينة الدراسة:

✓ **عينة الدراسة الأساسية:**

و تعني مجموع الأفراد الذين يجري عليهم البحث، و قد قمنا باختيار عينة دراستنا من المجتمع الأصلي لكي تكون ممثلة له، حيث عينة البحث يتم اختيارها إذا لم نستطيع دراسة المجتمع الكلي للأفراد نقوم باختيار جزء منه فقط مع التأكد بأن الجزء المختار يمثل حقيقة المجموعة، هذا الجزء من الأفراد هو عينة البحث.

✓ **حجم العينة:**

هو عدد العناصر المنتقاة لتكوين العينة، ومن المتعارف عليه أنه كلما كان حجم العينة الدراسة كبيرا، كلما كانت النتائج المتحصل عليها أكثر دقة و تمثيلا، لكن هناك بعض العوامل التي تمنع الباحث من تبني عينة كبيرة لدراسته، كعامل الوقت و المال، و قد أكدت الدراسات المنهجية الحديثة، أنه كلما كان المجتمع الأصلي كبيرا، كلما كانت للباحث حرية اختيار عينة بحثه.

✓ **طريقة اختيار العينة:**

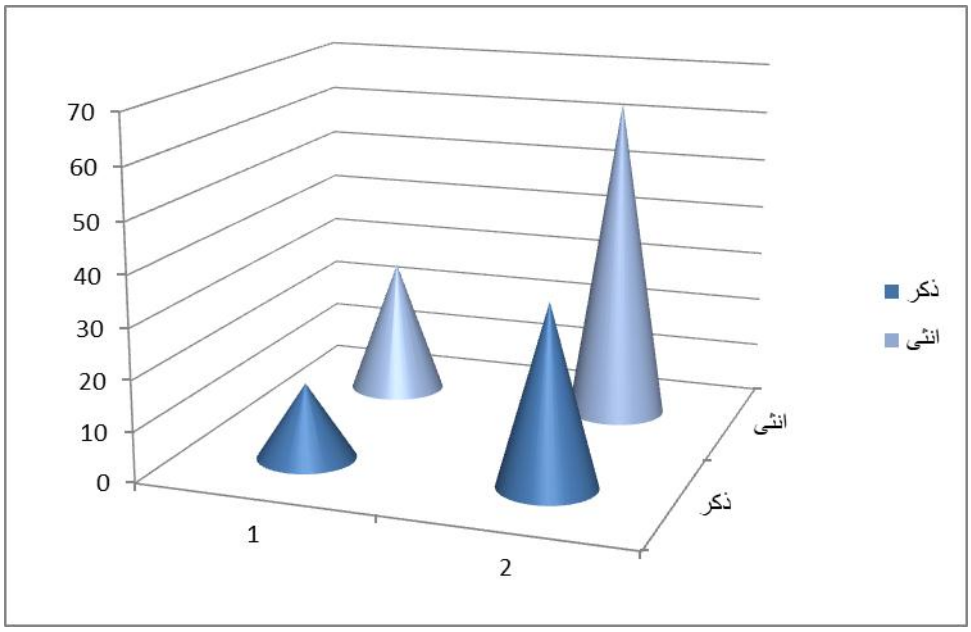
اقتصرت عينة الدراسة على عينة من التلاميذ المراهقين وقد تم اختيارهم بطريقة غير عشوائية أي بطريقة قصدية والبالغ عددهم (42) تلميذا وتلميذة.

✓ **خصائص العينة** :تتمثل خصائص عينة الدراسة الأساسية في ما يلي:

❖ **حسب الجنس:**

الجنس	التكرار	النسبة المئوية %
أنثى	27	%64.3
ذكر	15	%35.7
المجموع	42	% 100

جدول رقم (03): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.



شكل رقم (03): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.

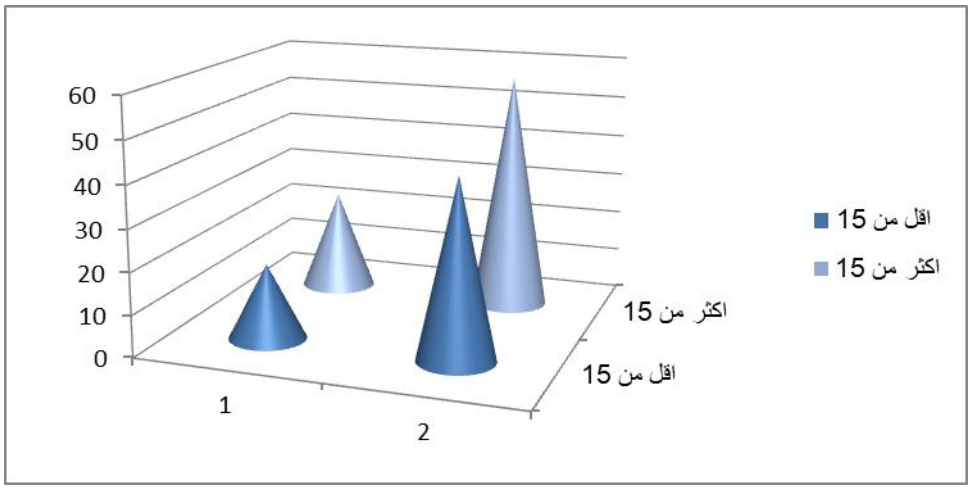
نلاحظ من خلال الجدول والشكل رقم (03) أن نسبة الإناث (64.3 %) أكبر من نسبة الأساتذة الذكور (35.7%).

❖ **حسب السن:**

السن	التكرار	النسبة المئوية %
اقل من 15 سنة	18	%42.86
أكثر من 15	24	%57.14

المجموع	**42**	**% 100**

جدول رقم (04): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب السن



شكل رقم (04): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب السن

نلاحظ من خلال الجدول والشكل رقم (04) أن نسبة الطلبة الدين سنهم أقل من 15 سنة (42.86 %) أقل من نسبة الطلبة الدين سنهم أكثر من 15 سنة (57.14%).

4- حدود الدراسة الأساسية:

- ✓ **الحدود المكانية:** تم إجراء دراستنا بمتوسطة رويني لخضر بمدينة الجلفة.
- ✓ **الحدود الزمانية:** تتحدد هذه الدراسة بالسياق الزمني الذي أجريت فيه وهو السنة الجامعية 2023/2022 واقتصرت الدراسة على المدة الزمنية الممتدة من 05 إلى غاية 09 فيفري

✓ **5- أداوت الدراسة :**

من أجل جمع البيانات من الميدان، يتوجب توفر و استخدام أدوات بحث معينة هي:

✓ **مقياس الإدمان على الانترنيت:**

أ- وصف مقياس:

أعد هذا المقياس كيمبرلي يونغ 1996 كمقياس لتحديد مدى فعالية الأفراد مع الأنترنت و مدى إدمانهم لها و تم قياس صدقه و ثباته و تقنينه و ملائمته للبيئة العربية ، ووضعها كأداة سيكسومترية سهلة التطبيق في البحوث العلمية.

المقياس يتكون من 30 بندا بحيث يتم تقدير استجابة أفراد العينة عليه تبعا لسلم قياسي خماسي البدائل ، حيث يعطي لكل بند من البنود وزن متدرج وفقا لسلم ليكارت"LIKERT" الثلاثي على النحو التالي : (3 ، 2 ، 1) للبدائل (دائما ، أحيانا ، أبدا) على الترتيب وتعكس في البنود السلبية.

وعند جمع درجات المستجيب على كل بنود المقياس نحصل على درجة الإدمان على الانترنيت التي يتمتع بها المستجيب محل الدراسة ، وعليه فإن درجات المقياس تتراوح بين 90 التي تمثل الدرجة الأعلى للمقياس 30 التي تمثل الدرجة الدنيا للمقياس.

ب- كيف يصحح المقياس:

يشمل المقياس في مجمله على (30 بندا تقدر مستوى الإدمان على الانترنيت لدى الفرد، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (90-30) درجة.

× **الخصائص السيكومترية للمقياس:**

- صدق المقياس في الدراسة الحالية:

1- الصدق التمييزي: المقارنة الطرفية:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق التمييزي، بأسلوب المقارنة الطرفية، و"تقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق، وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها"(**معمرية، 2007، ص 158**).

حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة على المقياس في توزيع تنازلي ثم تم سحب 33% من طرفي التوزيع، لنتحصل على (10) فردا من طرفي التوزيع، بمعنى صارت لدينا عينتان

متطرفتان متساويتان، عدد أفراد كل مجموعة يساوي (10) أفراد تسمى إحداهما العينة العليا، والأخرى العينة الدنيا. بعدها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل عينة، ثم حساب قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين والجدول التالي يوضح ذلك.

العينة / المتغير	العينة العليا ن=10		العينة الدنيا ن=10		قيمة "ت"	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الإدمان على الانترنيت	80.37	4.10	52.25	2.54	16.637	دالة عند مستوى الدلالة(α=0.05)

جدول رقم(05): دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في الإدمان على الانترنيت

يتبين من الجدول رقم(07) أنّ قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطين دالة إحصائيا عند مستوى (α=0.05) لدلالة الطرفين، مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين، مما يدل على صدق المقياس.

ب- الثبات:

× **بطريقة ألفا كرونباخ:**

عدد البنود	**30**
معامل الفاكرونباخ	**0.862**

جدول رقم(06): يبين معامل ثبات مقياسالإدمان على الانترنيت باستخدام ألفا كرونباخ.

يتضح من خلال الجدول رقم(08) أنّ معامل الثبات باستخدام معامل (ألفا كرونباخ) تساوي (0.86) وهي قيمة مقبولة جدا، وتشير إلى تمتع المقياس بثبات عال.

× **طريقة التّجزئة النّصفية:**

في هذه الطّريقة، يتمّ تقسيم المقياس إلى قسمين متساويين، ليحصل كلّ فرد من أفراد العيّنة على درجتين إحداهما في النّصف الأوّل وثانيهما على النّصف الأخير، ثم يحسب معامل الارتباط بيرسون بين النّصفين. **(معمرية، 2007، 176)** فبعد حساب معامل ارتباط بيرسون، تمّ تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون أو جوتمان حسب التّباين ومعامل ألفا بين النّصفين للتّصحيح والجدول التّالي يوضح ذلك.

المقياس	عدد البنود	معامل برسون	معامل سبيرمان
الإدمان على الانترنيت	30	0.612	0.815

جدول رقم(07): معامل ثبات مقياس الإدمان على الانترنيت بطريقة التّجزئة النّصفية.

يتّضح من خلال الجدول رقم (09) أنّ معامل الثّبات باستخدام التّجزئة النّصفية للمقياس قد بلغ (0.61) وبعد إجراء تعديل الطّول باستخدام معادلة (سبيرمان) تم الحّصول على قيمة(0.81) وهي قيمة مقبولة جدا وتدلّ على تمتع المقياس بثبات عالي.

✓ **طريقة تطبيق المقياس:**

يطبق هذا المقياس بصفة فردية أو جماعية، حيث يطلب من المفحوص أن يحدد كل بند مع ما يقوم به أو يشعر به في الواقع، و ذلك بوضع علامة (x) أمام الاختيار الذي يتوافق مع حاله، مع العلم أنه لا وجود لإجابة صحيحة أو خاطئة.

✓ **كيف تفسر نتائج المقياس:**

– يستخدم الجمع في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على المقياس، و تشير الدرجة المرتفعة إلى أن الفرد يتمتع بمستوى مرتفع من الادمان على الانترنيت، و العكس الصحيح.

✓ **مقياس الوحدة النفسية:**

أ- وصف مقياس:

أعد هذا المقياس راسيل 1996 كأداة سيكوميرتية سهلة التطبيق في الأبحاث التجريبية لقياس الشعور بالوحدة النفسية ، و هذا المقياس هو النسخة الثالثة المنقحة لمقياس كاليفورنيا لوس أنجلس للشعور بالوحدة النفسية .

و قد قام الدسوقي 1998 بترجمة المقياس و تطبيقه على عينة قوامها(1220) فردا من الجنسين من مستويات عمرية مختلفة ، و تقنين المقياس من خلال حساب معاملات صدقه و ثباته و إخراجه على صورته النهائية يتكون من (20) بند مصاغ على شكل أسئلة (خوج ،2002،ص62)

المقياس يتكون من 20 بندا بحيث يتم تقدير استجابة أفراد العينة عليه تبعا لسلم قياسي خماسي البدائل ، حيث يعطي لكل بند من البنود وزن متدرج وفقا لسلم ليكارت"LIKERT" الرباعي على النحو التالي : (4 ، 3 ، 2 ، 1) للبدائل

ب- كيف يصحح المقياس:

يشمل المقياس في مجمله على (20) بندا تقدر مستوى الوحدة النفسية لدى الفرد، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (80-20) درجة.

× **الخصائص السيكومترية للمقياس:**

أ- صدق المقياس في الدراسة الحالية:

❖ **الصدق التمييزي: المقارنة الطرفية:**

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق التمييزي، بأسلوب المقارنة الطرفية، و"تقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق، وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها"(**معمرية، 2007، ص 158**).

حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة على المقياس في توزيع تنازلي ثم تم سحب 33% من طرفي التوزيع، لنتحصل على (10) فردا من طرفي التوزيع، بمعنى صارت لدينا عينتان متطرفتان متساويتان، عدد أفراد كل مجموعة يساوي (10) أفراد تسمى إحداهما العينة العليا، والأخرى العينة الدنيا. بعدها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل عينة، ثم حساب قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين والجدول التالي يوضح ذلك.

العينة / المتغير	العينة العليا ن=10		العينة الدنيا ن=10		قيمة "ت"	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الوحدة النفسية	70.20	3.07	54.25	1.72	14.357	دالة عند مستوى الدلالة(α=0.05)

جدول رقم(08): دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في الوحدة النفسية.

يتبين من الجدول رقم(10) أنّ قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطين دالة إحصائيا عند مستوى (α=0.05) لدلالة الطرفين، مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين، مما يدل على صدق المقياس.

ب- الثبات:

× **بطريقة ألفا كرونباخ:**

عدد البنود	**20**
معامل الفاكرونباخ	**0.857**

جدول رقم(09): يبين معامل ثبات مقياس الوحدة النفسية باستخدام ألفا كرونباخ.

يتضح من خلال الجدول رقم(11) أنّ معامل الثبات باستخدام معامل (ألفا كرونباخ) تساوي (0.85) وهي قيمة مقبولة جدا، وتشير إلى تمتع المقياس بثبات عال.

× **طريقة التّجزئة النّصفية:**

في هذه الطّريقة، يتمّ تقسيم المقياس إلى قسمين متساويين، ليحصل كلّ فرد من أفراد العيّنة على درجتين إحداهما في النّصف الأوّل وثانيهما على النّصف الأخير، ثم يحسب معامل الارتباط بيرسون بين النّصفين. **(معمرية، 2007، 176)**

فبعد حساب معامل ارتباط بيرسون، تمّ تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون أو جوتمان حسب التّباين ومعامل الفا بين النّصفين للتّصحيح والجدول التّالي يوضح ذلك.

المقياس	عدد البنود	معامل برسون	معامل سبيرمان
الوحدة النفسية	20	0.697	0.795

جدول رقم(10): معامل ثبات مقياس الوحدة النفسية بطريقة التّجزئة النّصفية.

يتّضح من خلال الجدول رقم (12) أنّ معامل الثّبات باستخدام التّجزئة النّصفية للمقياس قد بلغ (0.69) وبعد إجراء تعديل الطّول باستخدام معادلة (سبيرمان) تم الحّصول على قيمة(0.79) وهي قيمة مقبولة جدا وتدلّ على تمتع المقياس بثبات عالي.

× **طريقة تطبيق المقياس:**

يطبق هذا المقياس بصفة فردية أو جماعية، حيث يطلب من المفحوص أن يحدد كل بند مع ما يقوم به أو يشعر به في الواقع، و ذلك بوضع علامة (x) أمام الاختيار الذي يتوافق مع حاله، مع العلم أنه لا وجود لإجابة صحيحة أو خاطئة.

× **كيف تفسر نتائج المقياس:**

– يستخدم الجمع في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على المقياس، و تشير الدرجة المرتفعة إلى أن الفرد يعاني من مستوى مرتفع من الوحدة النفسية، و العكس الصحيح.

6– أساليب المعالجة الإحصائية:

نظرا لأهمية المعالجة الإحصائية في دراسة سنقوم بعرض نظري عنها مع تحديد الإختبارات الإحصائية المستخدمة في دراستنا و هذا للتمكن من شرح كيفية الحصول على البيانات الكمية ثم تحليلها و تفسيرها و هذا ما سيسمح لنا بتحقيق الفرضيات و رفضها و بذلك الحصول على نتيجة الدراسة، أي الحصول على نتائج أكثر مصداقية للدراسة .

و الهدف من التناول الإحصائي هو الكشف عن العلاقات و الفروق الموجودة بين المتغيرات الإحصائية ،يهتم الإحصاء بالبحث في البيانات بجمعها و تنظيمها ،تخليلها و إستقراء النتائج منها، ثم إتخاذ القرارات بناءا على ذلك .**(بوحفص ،2005،ص210)**

و سوف نعتمد على الأساليب للمعالجة الإحصائية التالية :

- النسب المئوية .
- معامل الارتباط .
- اختبار التحليل التباين .

كل هذا باستعمال برنامج التحليل الإحصائي SPSS في نسخته 20 و فيمايلي تقديم نظري لهذه الاختبارات و الوسائل :

➢ **النسب المئوية :**

تعتبر النسبة المئوية تمثيلا للنتيجة المتحصل عليها،عندما تكون العلامة كاملة تمثل بـ 100%من الإجابات الصحيحة،وتحسب هذه النسبة باستعمال الطريقة الثلاثية،حيث:

$$X=\frac{\text{النقطة} \times 100\%}{\text{العلامة الكاملة}}$$

العلامة الكاملة 100% ←

النقطةالمتحصل عليها← **X**

➢ **اختبار«T» للفروق:**

يستخدم غالبا عندما يتعلق الأمر باختيار فرضية بديلة حول الفروق المشاهدة بين عينتين أو أكثر، و يستخدم من أجل معرفة احتمال حدوث مثل تلك الفروق في المجتمع الإحصائي.

➢ **المتوسط الحسابي:**

المتوسط الحسابي لقيم متغير ما، هو مجموع قيم ذلك المتغير، مقسوما على عدد هذه القيم، فهو معلومة رقمية تتجمع حولها سلسلة من القيم، يمكن من خلالها الحكم على بقية المجموعة **(بوعلاق،2009،ص 40)**

➢ **الانحراف المعياري:**

هو الجذر التربيعي للتباين، و التباين يقاس بالوحدات المربعة و الانحراف المعياري يقاس بنفس وحدات المتغير محل ظاهرة الدراسة، و يرمز له S للعينة ، و هو من مقاييس التشتت، و استخدمناه للتعرف على مدى تشتت الدرجات و ابتعادها عن المتوسط الحسابي.

الفصل الخامس : عرض ومناقشة النتائج

- تمهيد :

1-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى .

2- عرض و مناقشةنتائج الفرضية الثانية .

3- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة .

4- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة .

5- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة .

6- الاستنتاج العام .

- **تمهيد :**

ينبغي على الباحث العلمي أن يتصور دراسته بالتفكير في الوسائل التي سيستعملها في كل مرحلة من مراحلها و المقصود هنا هو منهجيتها العلمية ، فانطلاقا من تتبع خطوات هذا المنهج المتبع الذي من خلاله نوضح المسار الخاص لدراسة ، بعدما قمنا به من جمع البيانات و تطبيق أدوات الدراسة و تحليلها ، لذا لابد لنا التأكد من صحة نتائجها بإخضاعها للمعالجة الإحصائية و من ثم تحقيق الفرضيات ومناقشتها بالمقارنة بين ما توصلت إليه الدراسة الحالية و ما توصل له العلماء و الباحثين .

1-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:" توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الانترنيت والوحدة النفسية لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة".

البيانات الإحصائية / المتغيرات	العينة	قيمة "ر"	(قيمة الدلالة المحسوبة) مستوى المعنوية(sig)	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
الإدمان على الانترنيت والوحدة النفسية	42	0.221	0.032	0.05	دالة

جدول رقم(11): قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان على الانترنيت والوحدة النفسية

يُلاحظ من خلال الجدول رقم(13) أنّ قيمة معامل الارتباط بيرسون (ر=0.22) وهي دالة إحصائيا؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (0.032) اصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (α=0.05) وهذا يعني أنّه توجد علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين الإدمان على الانترنيت والوحدة النفسية لدى التلاميذ أفراد عينة الدراسة.

يتبين من خلال نتائج الفرضية الأولى، أنهتوجد علاقة ارتباط طردية بين الإدمان على الانترنت والوحدة النفسية لدى التلاميذ أفراد عينة؛ لأنّ قيمة معامل الارتباط برسون دالة

إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05). وبهذا، يمكن القول ان فرضية بحثنا قد تحققت وتتفق نتائج الفرضية مع نتائج دراسة ابراهيم الشافعي 2010.

وتختلف نتائج الفرضية من نتائج دراسة (لا يوجد).

2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:" مستوى الإدمان على الانترنيت لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة مرتفع".

البيانات الإحصائية المتغيرات	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	قيمة "ت "	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
الإدمان على الانترنيت	42	60	62.54	2.555	0.014	0.05	دالّة

جدول رقم(12): قيمة اختبار ت لعينة واحدة.

يُلاحظ من خلال الجدول رقم(13) أنّ قيمة ت لعينة واحدة (ت=2.55) وهي دالة إحصائيا؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (0.014) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنّه توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الفرضي ومتوسط التلاميذ أفراد عينة الدراسة في مستوى الإدمان على الانترنيت والفروق لصالح المتوسط الحسابي.

يتبين من خلال نتائج الفرضية الثانية، أنمستوى الإدمان على الانترنت لدى التلاميذ أفراد عينة الدراسة مرتفع.حيث بلغ متوسطهم الحسابي (62.54) مقارنة بالمتوسط الفرضية الذي بلغ (60) ومنه يمكننا القول أن مستوى الإدمان على الانترنت لدى التلاميذ أفراد عينة الدراسة مرتفع وعليه يمكننا القول أن فرضية بحثنا قد تحققت.

وتتفق النتيجة مع **دراسة**عيسى الشماس 2006 , حسام الدين عزب 2001 ,كيمبرلي يونغ 1998 . وتختلف نتائج الفرضية مع دراسة باولا كريج 2002 ،ويمكن تفسير هذه النتيجة

من خلال ملاحظة الطالبة : نظرا للمداومة على استخدام الانترنت لساعات طويلة وربطها بالعادات اليومية من دراسة و تمضية أوقات الفراغ يصعب استئصالها من الجدول اليومي فتصبح حاجة ماسة وبذلك ترتفع نسبة الإدمان و تتحقق الفرضية كون إدمان الانترنت مرتفع لدى تلاميذ عينة هذه الدراسة .

3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:مستوى الوحدة النفسية لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة مرتفع.

البيانات الإحصائية المتغيرات	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	قيمة "ت "	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
الوحدة النفسية	**42**	**40**	**48.92**	**7.350**	**0.000**	**0.05**	**دالّة**

جدول رقم(13): قيمة اختبار ت لعينة واحدة

يُلاحظ من خلال الجدول رقم(14) أنّ قيمة ت لعينة واحدة (ت=7.35) وهي دالة إحصائيا؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (0.000) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنّه توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الفرضي ومتوسط التلاميذ أفراد عينة الدراسة في مستوى الوحدة النفسيةوالفروق لصالح المتوسط الحسابي.

يتبين من خلال نتائج الفرضية الثالثة، أنمستوى الوحدة النفسيةلدى التلاميذ أفراد عينة الدراسة مرتفع.حيث بلغ متوسطهم الحسابي (48.92) مقارنة بالمتوسط الفرضي الذي بلغ (40) ومنه يمكننا القول أن مستوى الوحدة النفسيةلدى التلاميذ أفراد عينة الدراسة مرتفع وعليه يمكننا القول أن فرضية بحثنا قد تحققت.

وتتفق النتيجة مع : دراسةعامر 1997.وتختلف نتائج الفرضية مع دراسة : (لا يوجد)، ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال ملاحظة الطالبة: يسبب الانعزال عن الوسط الخارجي والانفصال عن العلاقات الاجتماعية في زيادة مستوى الوحدة النفسية وبذلك يرتفع عند المراهقين المتمدرسين بشكل خاص نسبة للتغيرات النفسية و الفيزيولوجيا لديهم و شعورهم بعدم استيعاب و احتواء وسطهم لهم وبذلك تتحقق فرضية أن الوحدة النفسية لدى التلاميذ أفراد عينة الدراسة مرتفع.

4-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي: "توجد فروق في مستوى الإدمان على الانترنيت لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس."

البيانات الإحصائية المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت "	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
الإدمان علىأنثى	15	61.33	9.66				
الانترنيت ذكر	27	63.22	3.77	-0.906	0.371	0.05	غير دالّة

جدول رقم(14): نتائج اختبار "ت" للفروق في الجنس.

يتّضح من خلال الجدول رقم(15) أنّ قيمة (0.906-=ت) وهي غير دالة احصائيا؛ لأنّ قيمة الدّلالة المحسوبة (0.37) أكبر من مستوى الدّلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنّه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الذكور والاناث في مستوى الادمان على الانترنيت.

يتبين من خلال نتائج الفرضية الرابع، أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين التلاميذ الذكور والإناث في متغير الإدمان على الانترنت وعليه يمكننا القول أن فرضية بحثنا لم تتحقق، و لا يوجد دراسات تتفق مع الفرضية وتختلف مع دراسة إبراهيم الشافعي إبراهيم .2010

5-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:" توجد فروق في مستوى الوحدة النفسية لدى التلاميذ المراهقينأفراد عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس".

البيانات الإحصائية المتغيرات		العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت "	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
الوحدة النفسية	انثى	15	48.33	9.68	-0.361	0.720	0.05	غير دالّة
	ذكر	27	49.25	6.84				

جدول رقم(15): نتائج اختبار "ت" للفروق في الجنس.

يتّضح من خلال الجدول رقم(15) أنّ قيمة (0.361-=ت) وهي غير دالة احصائيا؛ لأنّ قيمة الدّلالة المحسوبة (0.72) أكبر من مستوى الدّلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنّه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الذكور والاناث في مستوى الوحدة النفسية.

يتبين من خلال نتائج الفرضية الخامسة، أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين التلاميذ الذكور والإناث في متغير الوحدة النفسيةوعليه يمكننا القول أن فرضية بحثنا لم تتحقق. زو لا يوجد دراسات تتفق مع الفرضية ، وتختلف مع دراسة عامر 1997 .

6-الاستنتاج العام:

نستنتج من خلال هذه الدراسة أنّ الإدمان على الانترنيت متغير مهم جدا بالنسبة لجميع الأفراد والتلاميذ المراهقين على وجه الخصوص، حيث يؤثر ذلك في تحصيلهم الدراسي

والأكاديمي ومنه يؤدي ذلك إلى التأثير على نفسيتهم وصحتهم النفسية وعليه الشعور بالوحدة، وقد توصلنا من خلال النتائج إلى ما يلي:

* تحقق الفرضية الأولى للدراسة والتي مفادها: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الانترنيت والوحدة النفسية لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة.

* تحقق الفرضية الثانية، والتي مفادها: مستوى الإدمان على الانترنيت لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة مرتفع.

* تحقق الفرضية الثالثة، والتي مفادها:مستوى الوحدة النفسية لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة مرتفع.

* عدم تحقق الفرضية الرابعة، والتي مفادها:- توجد فروق في مستوى الإدمان على الانترنيت لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

* عدم تحقق الفرضية الخامسة، والتي مفادها:- توجد فروق في مستوى الوحدة النفسية لدى التلاميذ المراهقين أفراد عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

وما يمكن أن نستخلصه من هذه الدراسة، أنّ متغيّرياالإدمان على الانترنيت وجودة الحياة متغيران مهمان جدا بالنسبة للتلاميذ المراهقين الجامعين باختلاف سنهم وجنسهم ، يتأثران بعوامل عديدة ومتشعبة، لذا يجب إجراء دراسات حول هذا الموضوع لكشف أهم المتغيرات والعوامل التي تؤثر في هذين المتغيرين وطرق تطوير وتنميته ورفع مستواهما.

الخاتمة

الخاتمة :

يعدّ موضوع الإدمان على الانترنيت والوحدة النفسية من أهم المواضيع التي تدرج تحت علم النفس ، وذلك للأهمية البالغة التي تحظى بها في الوقت الرّاهن؛ حيث تزايد اهتمام الباحثين بدراسة الحياة الانفعالية والنفسية للأفراد عموما والمراهقين المتمدرسين على وجه الخصوص من جميع النواح لاعتبارهم مستقبل المجتمع والبلاد. وهذا ما يتجلّى في مختلف الأبحاث والدراسات التي يسعى العلماء والباحثون من خلالها إلى فهم الفردونفسيته وأساليب تفكيره وصحته النفسية وتوافقه النفسي والاجتماعي، إلى جانب معرفة خصائصه وسماته الانفعالية والسلوكية وكيفية التعامل مع الانترنيت ووسائل التواصل الاجتماعي من اجل الابتعاد عن الإدمان.

ولعلّ هذا ما دفعنا لدراسة الموضوع، حيث انطلقت دراستنا من خمس فرضيات أساسية، واتّبعنا الخطوات المنهجية اللاّزمة لاختبار صحة هذه الفرضيات؛ حيث قمنا في البداية، بدراسة استطلاعية بغرض التّأكد من مدى صلاحية ومناسبة أدوات الدراسة، وبعد حساب صدق وثبات الأداة والتّأكد من ملاءمتهما لدراستنا، قمنا بإجراء الدّراسة الأساسية على عيّنة قوامها (42) تلميذا مراهقا متمدرسا بالتعليم المتوسط بمدينة الجلفة وبعد جمع البيانات اللاّزمة، قمنا بتنظيمها وتفريغها في جداول إحصائية بواسطة البرنامج الإحصائي (Spss22)الذي مكنّنا من اختبار الفرضيات باستخدام اختبار Tلعينة واحدة وللفروق بين عينتينمستقلتين إضافة إلى معامل الارتباط بيرسون ،وعليه يمكن القول بأنّ أغلب فرضيات بحثنا قد تحققت، وتبقى هذه النّتائج نسبية، في حدود عينة الدراسة وأدواتها وكذا مكان وزمن إجرائها.

قائمة المصادر و المراجع

قائمة المصادر و المراجع

الكتب:

أبو عيشة فيصل (2010) .***الإعلام الإلكترونية*** .(طبعة2) ، عمان :دار أسامة للنشر و التوزيع.

برس بورك (2002).***المدخل الميسر إلى الصحة النفسية و العلاج النفسي***(الطبعة الأولى)،المملكة العربية السعودية:دار عالم الكتب .

بوعلاق محمد (2009) .***الموجز في الإحصاء و الوصف الإستدلالي في العلوم النفسية و التربوية والجامعية.*** (الطبعة الاولى) ، الجزائر : دار الأمل للنشر و التوزيع.

حمزة أحمد (2010).***كيف نربي أبنائنا*** .(الطبعة الأولى)، عمان :دار الثقافة للنشر و التوزيع.

الحيلة محمد محمود (2007) .***تكنولوجيا التعليم بين النظري و التطبيق***.(الطبعة الخامسة) عمان : دار الميسر للنشر و التوزيع .

الحسين أسماء (2002). ***المدخل الميسر إلى الصحة النفسية و العلاج النفسي*** (الطبعة الأولى)، المملكة العربية السعودية :دار العالم الكبير .

خليفة إيناس (2005). ***مراحل النمو و تطوره و رعايته*** .(الطبعة الأولى)،الأردن: دار مجدلاوي للنشر و التوزيع.

الدسوقي مجدي محمد (1998).***مقياس الشعور بالوحدة النفسية*** .(الطبعة الثالثة)، القاهرة :مكتب الإنجلزية مصرية.

زهران حامد عبد السلام (2001). ***علم نفس الطفولة و المراهقة.*** (الطبعة الخامسة) ، القاهرة .

سلطان محمد صاحب (2007). ***العلاقات العامة و وسائل الإتصال.*** (الطبعة الأولى) ، عمان :دار الميسرة للنشر و التوزيع و الطباعة.

شقير زينب (2002). ***الشخصية السوية و المضطربة*** .(الطبعة الثانية)،القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.

عبد الكريم(2003). ***الأنترنت و القنوات الفضائية و دورها في الإنحراف و الجنوح*** (الطبعة الأولى) ، الرياض.

عبيدات محمد و أخرون (1994). ***منهجية البحث العلمي*** . (الطبعة الثانية) ،عمان ، الأردن: دار وائل للنشر و التوزيع .

عطوي جودت (2000). ***أساليب البحث العلمي*** .(الطبعة الثانية)، عمان ، الأردن:دار اللغات للنشر .

علي محمد النوبي محمد (2010). ***إدمان الأنترنت لدى طلاب الجامعة الموهوبين*** .(الطبعة الأولى)،عمان: دار الصفاء للنشر و التوزيع.

مهدلي محمد محمود (2005). ***الإتصال الإجتماعي في الخدمة الإجتماعية*** .(الطبعة الأولى) ، المكتب الجامعي الحديث للنشر و التوزيع.

مصطفى عيسوي (1994). ***مدخل علم النفس المعاصر*** .(الطبعة الأولى)،الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

نخلة أشرف (2011). ***أطفالنا و الأنترنت*** .(الطبعة الأولى)، اللإسكندرية: دار الفكر الجامعية .

النوايسة غالب عوض (2010) .***الانترنت و النشر الإلكتروني*** .(الطبعة الأولى) ، عمان: دار الصفاء للنشر و التوزيع .

المعاجم:

أحمد مختار عمر (2008). ***معجم اللغة العربية*** . القاهرة :عالم الكتب .

الخليفي طارق سيد أحمد (2008) .***معمم مصطلحات الإعلام***. (الطبعة الأولى)، دار المعرفة الجامعية .

المنجد في اللغة و الإعلام (1988). بيروت: دار المشرق.

المجلات :

إلهام فاضل عباس (2011) الوحدة النفسية و علاقتها بالحاجات النفسية عن موظفي ، جامعة بغداد ، مجلة الدراسات التربوية و النفسية ، جامعة بغداد ، ع32.

بشير معمرية (2007) بحوث و دراسات متخصصة في علم النفس ، الجزء 3 ، منشورات الحبر ، الجزائر .

الحفني عبد المنعم (1978) موسوعة علم النفس و التحليل النفسي ، الجزء الأولى، مكتبة المدجوليا ، القاهرة .

ربيع هبة بهي الدين (2007) إدمان شبكة المعلومات و الإتصالات الدولية الأنترنت في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة دراسات نفسية ، 13(4) 556.

حمودة سليمة (2015) الإدمان على الأنترنت ، إضطراب العصر و علاقته بالإنحراف ، جامعة بغداد.

جمال السيد تفاحة (2005) الشعور بالوحدة النفسية و المساندة الاجتماعية من الأباء و الأقران لدى الأطفال العميان ، مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة ، ع58.

الطراونة نايف سالم و الفنيخ لمساء سليمان (2012،يناير) إستخدام الأنترنت و علاقتها بالتحصيل الأكاديمي و التكيف الإجتماعي و الإكتئاب و مهارلت الإتصال لدى طلبة جامعة القسيم ، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية.

عطا محمود (1993) تقدير الذات و علاقته بالوحدة النفسية و الإكتئاب لدى طلاب الجامعة ، دراسات نفسية ،م3،ع3.

العمار خالد (2014)إدمان الشبكة المعلوماتية و علاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة دمشق .المجلد30. العدد الأول 2.

مازن ملحم (2010) الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها بالعوامل الخمسة للشخصية دراسة مسحية على عينة من طلبة جامعة دمشق ، المجلد 26 ، العدد 4 .

مطشر معيجل سهام ، عبد الحسن علي بريم (2016) الإدمان على الأنترنت و علاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة ، مجلة أبحاث ميسان ، المجلد 12، العدد 24.

منصور أحمد (2001) الأنترنت إستخداماته التربوية ،المكتبة العصرية ، المنصورة.

الأطروحات و الرسائل:

البخاري إيمان (2009) أهمية إستخدام الانترنت مواقع التعليم اللغة الإنجلزية على شبكة الأنترنت في تحسين مهارتي الإستماع و التحدث من وجهة نظر معلمات و مشرفات المرحلة الثانوية ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية (ماجستر غير منشورة)

جعفر فاكهة ، جعفر محمد (2007) الخجل و علاقته بتقدير الذات و الوحدة النفسية ، دراسة مقارنة على عينيتين من طلبة جامعة دمشق و عدن ، رسالة دكنوراة غير منشورة ، جامعة دمشق .

الجوهرة عبد القادر طه (2003)الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى ، تخصص شخصية و علم نفس إجتماعي(مجاستر غير منشورة) ، جامعة القرى ، مكة المكرمة .

حمد أمل (2011) الإدمان الأطفال و المراهقين على الأنترنت و علاقته بالإنحراف (رسالة دكتوراة غير منشورة) جامعة بغداد.

حنان بن سعد محمد خوج (2002) الخجل و علاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية و أساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة لمرتبة مكة المكرمة ، رسالة ماجستر ، كلية التربية بجامعة أم القرى ، المملكة العربية .

خوج حنان (2002) الخجل و علاقته بكل من العور بالوحدة النفسية و أساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة ، مدينة مكة المكرمة ، رسالة ماجستر ، جامعة القرى ، مكة المكرمة .

الرفاعي صباح (2011)فاعلية برنامج إرشادي لتعديل سلوك إستخدام الأنترنت لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز المدمنات على الأنترنت (رسالة دكتوراة)

سلطان العصيمي (2010) ، إدمان الانترنت و علاقته بالتوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستر في العلوم الإجتماعية ، جامعة نايف العربية للعلوم الإجتماعية ، مدينة الرياض.

شيبي الجوهرة (2005) الوحدة النفسية و علاقتها بسمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة القرى ، مكة مكرمة (ماجستير).

العاج نورية (2015) إستخدام الشبكة المعلوماتية الانترنت في الدراسة و علاقتها بالدافعية للتعلم لدى المراهق من (12.14)

عبد الرحمان بن علي حسن العطا (1434) الشعور بالطمأنينة و الوحدة النفسية و الوحدة لدى الأيتام المقيمين و دور الرعاية و المقيمين لدى ذويهم (دراسة مقارنة) رسالة ماجستير علم نفس تخصص إرشاد نفسي ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية.

العصيمي سلطان عائض مفرح (2010) إدمان الأنترنت و علاقته بالتوافق النفسي الإجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، رسالة ماجستير في العلوم الإجتماعية ، جامعة نايف للعلوم الامنية .

العنزي فارس (2010) الشعور بالوحدة النفسية و علاقته بالسلوك العدواني لدى نزلاء ، دار التربية الإجتماعية بمدينة الرياض ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية (ماستر)

العوض وليد (2005) دور إستخدام شبكة الأنترنت في التحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، ماجستر ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية .

فارس بن حمود بن حماد العنزي (2010) الشعور بالوحدة النفسية و علاقته بالسلوك العدواني لدى نزلاء دار التربية الإجتماعية ، بمدينة الرياض ، رسالة ماجستر في العلوم الإجتماعية ، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، الرياض .

فهد الدليم (2004) الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المراهقين و المراهقات بالمملكة العربية السعودية ، جامعة الملك سعود ، الرياض.

هدى إبراهيم عبد الحميد و هية (2010) المهارات الإجتماعية و علاقتها بأعراض الوحدة النفسية لدى المراهقين ، رسالة ماجستر في الأداب ، تخصص علم نفس ، جامعة عمان.

منال حداوس (2013) الشعور بالوحدة النفسية و علاقته بالتوافق النفسي الإجتماعي و مستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح ، رسالة ماجستر علم النفس الإجتماعي ، جامعة مولد معمري تيزي وزو ، الجزائر .

نيفين زهران (1999) مدى فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي للتخفيف من حدة الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين الشمس .

المراجع باللغة الإنجلزية:

Murali .viafaf george.sanju(2007):advances in psychiatric treatment 13:24/30

Grohol، John (1992) internet addiction depression and chine's teens ،allpsych journal ،november 10

.charlton ,jp(2002) A factor analytic investigation of computer addiction and engagement ,British journal of psychology,39,3 .

قائمة الملاحق

خصائص العينة الاستطلاعية:

Statistiques

		الجنس	السن
N	Valide	30	30
	Manquant	0	0

الجنس

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ذكر	10	33,3	33,3	33,3
	انثى	20	66,6	66,6	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

السن

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	اقل من 15	15	50,0	50,0	50,0
	اكثر من 15	15	50,0	50,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

خصائص العينة الاساسية

الجنس

Statistiques

الجنس

N	Valide	42
	Manquant	0

الجنس

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ذكر	15	35,7	35,7	35,7
	انثى	27	64,3	64,3	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

السن

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	اقل من 15	18	42,86	42,86	42,86
	اكثر من 15	24	57,14	57,14	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

ـ الصدق" الادمان على الانترنيت

صدق التمييزي:

Statistiques de groupe

	العينات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الادمان	العليا	10	80,3750	4,10357	1,45083
	الدنيا	10	52,2500	2,54951	,90139

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الادمان	Hypothèse de variances égales	1,822	,199	16,637	18	,000	28,12500	1,70804	26,46161	33,78839
	Hypothèse de variances inégales			16,637	11,703	,000	28,12500	1,70804	26,39300	33,85700

ـ الثبات:

الفاكرونباخ:

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclue[a]	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,862	30

التجزئة النصفية:

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclue[a]	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,798
		Nombre d'éléments	15[a]
	Partie 2	Valeur	,631
		Nombre d'éléments	15[b]
	Nombre total d'éléments		30
Corrélation entre les sous-échelles			,612
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,815
	Longueur inégale		,815
Coefficient de Guttman			,809

ـ الصدق الوحدة النفسية:

الصدق التمييزي عن طريق المقارنة الطرفية:

Statistiques de groupe

	العينات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الوحدة	العليا	10	70,2000	3,07060	1,08562
	الدنيا	10	54,2574	1,72689	,61055

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	T	Ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الوحدة	Hypothèse de variances égales	,506	,489	14,357	18	,000	15,94260	1,24553	21,20361	26,54639
	Hypothèse de variances inégales			14,357	16,025	,000	15,94260	1,24553	21,13438	26,61562

الثبات:

ـ الفاكرونباخ

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclue[a]	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,857	20

ـ التجزئة النصفية:

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclue[a]	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,798
		Nombre d'éléments	10[a]
	Partie 2	Valeur	,704
		Nombre d'éléments	10[b]
	Nombre total d'éléments		20
Corrélation entre les sous-échelles			,697
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,795
	Longueur inégale		,795
Coefficient de Guttman			,776

الفرضيات:

علاقة الادمان على الانترنيت وعلاقته بالوحدة

Corrélations

		الادمان	الوحدة
الادمان	Corrélation de Pearson	1	,221*
	Sig. (bilatérale)		,032
	N	42	42
الوحدة	Corrélation de Pearson	,221*	1
	Sig. (bilatérale)	,032	
	N	42	42

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

مستوى الادمان على الانترنيت:

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الادمان	42	62,5476	6,46266	,99721

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 60					
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	t	Ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Inférieur	Supérieur
الادمان	2,555	41	,014	2,54762	,5337	4,5615

مستوى الوحدة النفسية

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الوحدة	42	48,9286	7,87213	1,21470

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 40					
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	T	Ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Inférieur	Supérieur
الوحدة	7,350	41	,000	8,92857	6,4754	11,3817

الفروق في الادمان على الانترنيت والوحدة النفسية حسب الجنس

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الادمان	ذكر	15	61,3333	9,66338	2,49507
	انثى	27	63,2222	3,77577	,72665
الوحدة	ذكر	15	48,3333	9,68553	2,50079
	انثى	27	49,2593	6,84775	1,31785

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الادمان	Hypothèse de variances égales	1,775	,190	-,906	40	,371	-1,88889	2,08575	-6,10436	2,32658
	Hypothèse de variances inégales			-,727	16,412	,478	-1,88889	2,59873	-7,38674	3,60896
الوحدة	Hypothèse de variances égales	,747	,392	-,361	40	,720	-,92593	2,56238	-6,10469	4,25284
	Hypothèse de variances inégales			-,328	21,944	,746	-,92593	2,82678	-6,78918	4,93733

إختبار الوحدة النفسية لراسيل

التعليمات:

يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر عما تحس به غالبا،يوجد أمام كل عبارة إختيارات.

المرجو منك:

إقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة و ضع علامة أمام الإختيار المناسب لك.

أن تكون إجابتك على كل عبارة أو إختيار يناسب شخصيتك.

أن لا تضع أمام كل عبارة أكثر من علامة .

لا تنسى الإجابة عن كل العبارات.

شكرا لتعاونك

البيانات الشخصية:-

الجنس: ذكر () ، أنثى ()

السن :

المستوى الدراسي: ، التخصص:

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا
01	أشعر بأنني على وفاق مع المحيطين بي.				
02	أشعر بأني أفتقد الصحبة.				
03	أشعر بأني وحيد في هذه الدنيا.				
04	تشعر بأنك عضو في جماعة أو صحبة.				
05	أشعر بأنني لم أعد قريب من أحد.				
06	لا تدوم علاقتي بأحد لفترة طويلة.				
07	لا يشاركني من حولي إهتماماتي و أفكاري.				
08	أشعر بأنني مهمل ممن حولي.				
09	علاقاتي الإجتماعية سطحية.				
10	لا أحد يعرفني جيدا.				
11	أشعر بأنني معزول عن الأخرين.				
12	أشعر بأني مخلوق تعس لأني منسحب.				
13	أشعر بأن الناس محيطون بي لكن بعيدون عني.				
14	أجد صعوبة في الحديث مع الغرباء.				
15	ليس هناك شخص يمكنني أن أميل إليه.				

16	أشعر بأن هناك أخرين يفهمونني جيدا.				
17	أشعر بالخجل.				
18	أشعر بأن هناك من أستطيع التحدث معه.				
19	أشعر بأن هناك من أستطيع أن ألجأ إليه عندما أريد.				
20	أشعر بأني أشارك الناس في أشياء عديدة.				

إختبار يونغ لإستخدام الأنترنت 1996

البيانات:

الإسم:.....

السن:.....

الجنس:.....

المرحلة الدراسية:.....

التعليمات:

°عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة.

°فيما يلي مجموعة من العبارات التي تقيس مدى إستخدامك لمواقع الإنترنت و مقدار الوقت الذي يتم قضاؤه على الشبكة و مستوى تأثيره على حياتك.

°المطلوب منك هو قراءة كل عبارة بدقة و الإجابة عليها بكل أمانة،و وضع علامة أمام الإختيار الذي ينطبق عليك ، من الإختيارات التالية: دائما ، أحيانا ، نادرا.

علما بأنه:

°عدد الساعات التي تقضيها على شبكة الأنترنت لا تكون لأغراض الدراسة أو العمل بل لأغراض الترفيه و اللعب و إشباع حب الإستطلاع و الإكتشاف.

◦ لا توجد اجابات صحيحة و اخرى خاطئة .

° اجابتك ستكون في منتهى السرية وستستخدم فقط لأغراض البحث العلمي .

° رجاء لا تترك أي فقرة بدون اجابة .

وشكرا لحسن تعاونكم

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا
01	أستمر في إستخدام الأنترنت بالرغم من المشكلات الأسرية التي يسببها لي.			
02	أشعر أن الأنترنت بالنسبة لي كالماء و الهواء.			
03	عندما استيقظ من نومي فإن أول شيء أفكر فيه هو الأنترنت.			
04	ينحصر تفكيري في الأنترنت عندما أكون متصلا به.			
05	أشعر باللهفة من أجل الإتصال بالأنترنت.			
06	أجد أن أفضل الأوقات التي أقضيها هي عندما أكون متصلا بالأنترنت.			
07	أشعر بأنني أصبحت أسيرا لشبكة الأنترنت .			

08	تعتبر الأنترنت ملاذا أمنا لي إذا ضاقت بي الحياة.				
09	يصعب علي تخيل حياتي بدون أنترنت.				
10	أفضل الأوقات التي أقضيها تكون مع أسرتي.				
11	أهم طريقة لتهنئة أصدقائي في المناسبات هي الأنترنت .				
12	أختار الانشطة و الألعاب التي تحتاج وقت طويل في إستخدام الأنترنت.				
13	أقضي أكثر من ثلاث ساعات يوميا متصلا بالأنترنت.				
14	أجد سعادة في إستخدام الأنترنت لفترات طويلة لا أجدها في أشياء أخرى.				
15	أزيد من إستخدام الأنترنت للحصول على السعادة و الرضى.				
16	أقلل من ساعات يومي حتى أوفر الوقت كي أستخدم الأنترنت.				
17	أتناول أطعمتي أمام شبكة الأنترنت.				
18	أجد سعادة في أشياء أخرى في الحياة غير الأنترنت.				
19	أستمر في إستخدام الانترنت لفترات طويلة على الرغم من المشكلات الجسمية التي تسببها لي.				
20	أبتعد عن إستخدام الأنترنت عندما أشعر بمشكلات جسمية.				
21	أستخدم الأنترنت لوقت أطول من الوقت الذي حددته.				
22	اشعر بالضيق عندما تكون سرعة الانترنت بطيئة.				
23	يصيبني الخوف و القلق عندما أفكر في التوقف عن إستخدام الأنترنت.				
24	أغضب عندما يزعجني أحد و أنا متصل بالأنترنت.				
25	إذا إنقطع الأنترنت أبحث عن نشاط أخر بكل هدوء.				
26	أقوم بهز الأرجل بسببشعوري بالضيق من عدم إستخدام الأنترنت.				
27	عندما أتوقف عن إستخدام الأنترنت أشعر كأن صفحة الويب أراها أمامي.				
28	أشعر بالسعادة عندما أنقطع عن إستخدام الأنترنت .				
29	أشعر بالملل عندما أقلل من مدة إستخدامي للأنترنت.				
30	أحلم أثناء نومي بأني أقوم بإستخدام الأنترنت.				