جامعة زيان عاشور الجلفة

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس والفلسفة

مذكرة حول

الإدمان الرقمي وعلاقته بالخرس الزواجي

دراسة ميدانية على عينه من الازواج ولاية الجلفة

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي

إعداد الطالبتين:

قو ريدة دلال

بن معطار مريم

إشراف :

- د_داودي خيرة

لجنة المناقشة

1. د/ .....رئيسا
2. د/داودي خيرة ..... مقررا
3. د/ .....مناقشا

السنة الجامعية 2026/2025

بسم الله الرحمن الرحيم

كلمة الشكر

الحمد لله حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه... الشكر الأول والأخير لله عز وجل الذي ألهمني الارادة والقوة والصبر لإنجاز هذا العمل.

أهدي جزيل الشكر إلى من جرع الكأس فارغا ليسقيني قطرة حب إلى من حصد الأشواك عن دربي ليمهل لي طريق العلم "والداي" و" إخوتي"

بكل امتنان واحترام أشكر استاذتي المشرفة "د / داودي خيرة" على ملاحظاتها وتوجيهاتها القيمة ودعمها لنا طوال المسار والتي لها واسع الفضل في انجاز هذا العمل المتواضع لما قدمته لي من نصائح قيمة فكانت خير مرشد وموجه و داعم فقد يسرت لي الطريق كلماتي لا تكفي للتعبير عن جهدها وتعبها وكرمها جزاها الله كل خير.

كما أتقدم بالشكر الى كل اساتذة التخصص وكل من مد لنا يد العون ووجهنا عند الخطأ وشجعنا عند الصواب ولم يبخل علينا بشيء

اهداء

اؤمن بمقوله لكل نهاية بداية وها انا ارى رحلتي الجامعية قد شارفت على الانتهاء بالفعل لم تكن رحله قصيره ولا ينبغي لها ان تكون لم يكن الحلم قريبا ولا الطريق كان محفوفا بالتسهيلات لكني فعلتها من بعد تعب ومشقه لوقت طويل من بعد دراسة دامت لسنوات انا اليوم احضر اخر محاضرات بكل ما لدي من مهمه ونشاط وبداخلي كل التقدير والامتنان لكل شخص كان له الفضل في مسيرتي وقدم لي المساعدة ولو باليسير الحمد لله حبا وشكرا وامتنانا ما كنت لأفعل هذا لولا فضل الله فالحمد لله على البدء والختام وآخر دعوانا ان الحمد لله رب العالمين.

اهدي هذا النجاح الى كل من سعى معي لإتمام هذه المسيرة دمتم لي سندا اهدي هذا النجاح الى من كلله الله بالهيبة والوقار لمن احمل اسمه بكل فخر ومن كان لي مصدر الدعم والعطاء الى الرجل الأبرز في حياتي الذي طالما عاهدته بالنجاح ها أنا أنجز وأفي بوعدي وأهدي إليك هذا النجاح (والدي الغالي).

والى اليد الخفية التي أزالت عن طريقي الأشواك وأضاءت في ليالي العتمة طريقي الى من افنت عمرها في سبيل ان احقق طموحي إلى من كان دعاؤها سر نجاحي شكرا على كل شيء (امي حفظها الله لي).

والى مصدر قوتي من مدتا لي يد العون في أوقات الضعف الى من راهنتا على نجاحي وبذلتا جهدا في بلوغي هدفي أختاي جزاهما الله عني كل خير

ولا أنسى رفيقة الروح التي شاركتني هذا الطريق خطوة بخطوة فجزيل الشكر والامتنان لك (مريم).

والى الدكتورة المشرفة "داودي خيرة" على كل ما قدمته لنا من توجيهات ومعلومات قيمه.

دلال قوريدة

اهداء

في مقام الامتنان، وعلى عتبة هذه المحطة في مساري نحو غايتي الأسمى، أُسطّر هذه الكلمات اعتزازًا بما تحقق، واستشرافًا لما هو آتٍ بعزيمة لا تلين.

إلى نفسي أولًا، التي آمنت فثابرت، وصبرت فأنجزت، ولم تركن يومًا لضعفٍ أو يأس، بل جعلت من التحديات سُلّمًا للارتقاء، ومن الطموح نورًا تهتدي به في درب العلم.

ثم إلى (والداي الكريمان)، ذلك الحصن الذي احتميت به، والمصدر الذي استمددت منه قوتي وثباتي، و(اخوتي) سندي الذي لولا دعمهم الصادق واحتضانهم الدائم، ما كان لهذا الجهد أن يكتمل ولا لهذا الحلم أن يقترب.

والى صديقة العمرو رفيقة الدرب في الحياة التي احمد الله على رفقتها في اتمام هذا العمل والتي وقفت بجانبي في لحظات التردد، وشجعتني في لحظات اليأس (دلال)

"وخالص شكري وامتناني الى أستاذتي التي قادتني بعلمها وأخلاقها، (داودي خيرة).

إليهم جميعًا، أهدي هذا العمل، عربون وفاء ومحبة.

وبداية طريق أرجو أن يكلله الله بمزيد من النجاح والتميّز.

مريم بن معطار

الملخص

هدفت دراستنا الحالية الى الكشف عن العلاقة بين الادمان الرقمي والخرس الزواجي لدي عينه من الازواج في المجتمع الجزائري والتحقق من وجود علاقة ارتباطيه إحصائية بين الادمان الرقمي والخرس الزواجي بالإضافة الى معرفه مستوى كل الادمان الرقمي والخرس الزواج والى معرفه الفروق تبع المتغيرات الجنس وعدد سنوات الزواج ولتحقيق اهداف الدراسة اعتمدت طالبتان على المنهج الوصفي لأنه الانسب بطبيعة الدراسة كما تم الاعتماد على مجموعه من الادوات مثل في مقياس الادمان الرقمي بصيغه المختصرة ليونغ ومقياس الخرس الزواجي من دراسة وفاء محمد 2021 تم تطبيق العينة على 40 زوجا وزوجه من ولاية الجلفة اختير بطريقه قصديه وتمت المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج spss وقد توصلت الدراسة الى نتائج التالية

- لا توجد مستويات مرتفعة الإدمان الرقمي والخرس الزواج لدي عينة افراد الدراسة
- توجد علاقه ارتباطيه موجبه لا دلاله إحصائية بين الادمان الرقمي والخرس الزواج لدى افراد عينه الدراسة
- لا توجد فروق الدلالة إحصائية في الادمان الرقمي والخرس زواجي تبع المتغير الجنس
- لا توجد فروق ودلاله إحصائية في الادمان الرقمي والخرس الزواجي تبعا للمتغير عدد سنوات زواج

الكلمات المفتاحية: الادمان الرقمي، الخرس الزواج

Abstract

The aim of our current study was to examine the relationship between digital addiction and marital silence among a sample of couples in Algerian society, to verify the existence of a statistically significant correlation between digital addiction and marital silence, to determine the levels of both digital addiction and marital silence, and to identify differences based on gender and the number of years of marriage. To achieve the study's objectives, the two students adopted a descriptive, which is the most appropriate given the nature of the study. A set of tools was also utilized, including the Digital Addiction Scale (short form) by Leong and the Marital Silence Scale from the study by Wafa Muhammad (2021). The sample consisted of 80 husbands and wives from the province of Djelfa, selected through purposive sampling. Statistical analysis was performed using SPSS. The study reached the following conclusions:

- There are no high levels of digital addiction or marital silence among the study sample
- There is a positive correlation, though not statistically significant, between digital addiction and marital silence among the study sample
- There are no statistically significant differences in digital addiction and marital dissatisfaction based on the gender variable
- There are no statistically significant differences in digital addiction and marital dissatisfaction based on the number of years of marriage variable

Keywords: digital addiction, speech impediment in marriage

Résumé

Notre étude actuelle visait à mettre en évidence la relation entre la dépendance numérique et le mutisme conjugal chez un échantillon de couples de la société algérienne, à vérifier l'existence d'une corrélation statistique entre la dépendance numérique et le mutisme conjugal, ainsi qu'à déterminer le niveau de dépendance numérique et de mutisme conjugal et à identifier les différences en fonction des variables de sexe et le nombre d'années de mariage. Pour atteindre les objectifs de l'étude, deux étudiantes ont adopté une approche descriptive, jugée la plus appropriée compte tenu de la nature de l'étude. Elles se sont également appuyées sur un ensemble d'outils, à savoir l'échelle de dépendance numérique dans sa version abrégée de Leung et l'échelle de mutisme conjugal issue de l'étude de Wafa Mohamed (2021). L'échantillon a été appliqué à 80 couples de l'État de Djelfa, sélectionnés de manière intentionnelle. Le traitement statistique a été effectué à l'aide du logiciel SPSS. L'étude a abouti aux conclusions suivantes :

- Il n'existe pas de niveaux élevés de dépendance numérique et de mutisme conjugal chez les individus de l'échantillon de l'étude
- Il existe une corrélation positive, mais sans signification statistique, entre la dépendance numérique et le mutisme conjugal chez les individus de l'échantillon de l'étude
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives en matière de dépendance numérique et de silence conjugal en fonction de la variable « sexe »
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives en matière de dépendance numérique et de silence conjugal en fonction de la variable « nombre d'années de mariage »

Mots-clés : dépendance numérique, mutisme conjuga

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات	الصفحة
كلمة شكر	
اهداء	
ملخص الدراسة	
فهرس المحتويات	
فهرس الجداول	
فهرس الملاحق	
مقدمه	
الجانب النظري	
الفصل الاول الاشكالية واعتباراتها	
اشكالية الدراسة	15
فرضيات الدراسة	18
اهداف الدراسة	18
اهمية الدراسة	19
الدراسات السابقة	20
التعليق علي الدراسات السابقة	23
التعاريف الإجرائية	25
الفصل الثاني الادمان الرقمي	
تمهيد	
مفهوم الادمان الرقمي	28
نشأة الادمان الرقمي	29
اسباب الادمان الرقمي	30
انواع الادمان الرقمي	32
علاج الادمان الرقمي	32
خلاصة	
الفصل الثالث الخرس الزواجي	
تمهيد	
مفهوم الخرس الزواجي	34
انواع الخرس الزواجي	35
عوامل الخرس الزواجي	36
الاثار والانعكاسات الاجتماعية للخرس الزواجي	38
سبل العلاج الخرس الزواجي	39
خلاصة	

الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع الاجراءات المنهجية	
تمهد	
الدراسة الاستطلاعية	42
منهج الدراسة	42
حدود الدراسة	43
عينه الدراسة	44
ادوات الدراسة	45
الاساليب الإحصائية	49
الفصل الخامس	
عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة	51
عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى	53
عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية	56
عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة	58
الاستنتاج العام	62
قائمة المراجع	
قائمة الملاحق	
خاتمة	

فهرس الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
1	يوضح توزيع افراد العينة حسب الجنس	49
2	يوضح توزيع افراد العينة حسب سنوات الزواج	50
3	يوضح معامل الثبات لمقياسي الإدمان الرقمي والخرس الزواجي	53
4	يوضح معامل الثبات لمقياسي الإدمان الرقمي والخرس الزواجي	55
5	يوضح نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي.	56
6	يوضح مستوى الإدمان الرقمي بتحديد الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي	58

7	يوضح مستوى الخرس الزواجي بتحديد الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي	59
8	يوضح الفرق بين الجنسين في الإدمان الرقمي	60
9	يوضح الفرق بين الجنسين في الخرس الزواجي	61
10	يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للإدمان الرقمي حسب سنوات الزواج	61
11	يبين الفروق في مستوى الإدمان الرقمي لدى الأزواج بالنسبة لسنوات الزواج	62
12	يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للخرس الزواجي بالنسبة لسنوات الزواج	78
13	يبين الفروق في مستوى الخرس الزواجي لدى الأزواج بالنسبة لسنوات الزواج	79

مقدمة

مقدمة

في ظل التحولات التكنولوجية المعاصرة التي يشهدها القرن21 فرضت واقعا جديدا كليا اصبحت فيه الاجهزة الذكية اولوية وضرورية في الحياة اليومية، وذلك اهلها لتكون مرافقة للإنسان اينما حل وذهب ولكن رقم الفوائد الواضحة والمتعددة لهذه التقنيات والاجهزة في تسهيل التواصل وتبادل المعلومات الوصول اليها، الا ان استخدامها غير العقلاني و المفرط يؤدي لظهور سلوك ادماني جديد اي ما يسمى ب "الادمان الرقمي " والذي عرفه محمد قاسم (2015، ص 13) بأنه: "ضعف مقاومة المستخدم للأجهزة الإلكترونية من حيث تركها أو محاولة الابتعاد عنها حيث تستحوذ عليه بشكل قسري، أو هو الاستعمال المفرط للأجهزة الإلكترونية، بحيث يصبح الإنسان معتمداً عليها قسرياً، مما يؤدي لضعف الأداء الوظيفي اليومي المدرسي والمهني والاجتماعي".

وبهذا الصدد اشارت الاحصائيات الى تفشي هذه الظاهرة في المجتمع بمختلف فئاته من شباب وكبار في السن ومتزوجين، حيث تخطى حاجز الست ساعات استهلاك يوميا في الكثير من الحالات، وهذا الانغماس لا يؤثر فقط على انتاجية الفرد او أولوياته ومسؤولياته بل امتد ليشمل حتى العلاقات الاجتماعية وبدا في فك ترابطها واضعافها وهذا ما يقودنا الى تفسير جزئي محتمل لظاهرة "الخرس الزواجي" التوي وصفها (عبد الحفيظ، 2023 ص 13) بانها: "حالة من الجمود في المشاعر تصيب الزوجين، و بخاصة بعد مضي فترة على علاقتهما الزوجية، حيث يصاب الزوجان بحالة من الجفاف العاطفي والملل و فقدان التواصل فيلتزمان الصمت كثيرا في وجودهما ولا يجدان ما يملا الفراغ ." من الواضح أن التواصل المستمر بين الأزواج هو أساس الاستقرار في الحياة الزوجية عندما تقضي الشاشات على وقت الفرد، تقلل من فرص التفاعل الحقيقي بين الزوجين هنا لا يحدث الحوار بسبب هذا الانفصال القسري داخل البيت. هذا النوع من المشاكل يعتبر خطيراً بشكل خاص في المجتمع الجزائري، حيث تعتبر الأسرة جزءاً مهماً من الحياة الدينية والاجتماعية وأي مشكلة في الأسرة

تؤدي إلى مشاكل في المجتمع رغم استخدام الهواتف الذكية بشكل واسع في الجزائر، تظل هناك نقص في الدراسات التي تتناول العلاقة بين استخدام الهواتف بشكل مفرط وظاهرة الخرس الزوجي، مما يخلق فراغاً في المعرفة .انطلاقا من هذا الفراغ العلمي، جاءت هذه دراسة لتسليط الضوء على العلاقة بين الإدمان الرقمي والخرس الزوجي اعتمادا على المنهج الوصفي باعتباره الأنسب لموضوع البحث وطبقت الدراسة على 40 زوجا وزوجة من ولاية الجلفة مع الحرص على بعض المتغيرات الديمغرافية كالعمرو الجنس ومدة الزواج. ولأجل البحث في الموضوع تمتم تقسيمه الى قسمين نظري ويشمل ثلاثة فصول الاول الإطار العام للدراسة الذي من خلال التراث النظري وبعض الدراسات السابقة التي تناولت الموضوع بكل متغيراته او جزء منه، تمت صياغة فرضياته كإجابة مؤقتة للتساؤلات، كما تم تحديد الأهداف والأهمية النظرية للدراسة والوقوف على التعاريف الإجرائية وتقديم عرض مختصر لها. والفصل الثاني والفصل الثالث لما جاء في الإطار النظري حول المتغيرين (الادمان الرقمي والخرس الزواجي)، ومحاولة تبيان مواطن الالتقاء بينهما من خلال ما ورد في الدراسات السابقة والتعليق عليها، ثم القسم التطبيقي ويحتوي على فصلين أحدهما الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية وفصل اخر يعرض نتائج الدراسة وتحليلها ومناقشتها انطلاقا واستنادا على الإطار النظري ومخرجات الدراسات السابقة وختمت الدراسة بخلاصة تشمل اهم النتائج والاستنتاجات التي توصلت اليها الدراسة وجملة من التوصيات واقتراحات لدراسات مستقبلية.

الجانب النظري

الفصل الاول

الاطار العام للدراسة

الاشكالية

تعد الأسرة الخلية الاولى في بناء المجتمع فالأسرة هي الإطار الذي يوفر للفرد الامن العاطفي والدعم النفسي والتواصل الضروري لبناء علاقة صحية متوازنة ومع تطور الحالي للتكنولوجيا وتغيير انماط الحياه اصبحت الأسرة تواجه تحديات جديده تهدد تماسك من ابرزها:

استخدام الفرد للتكنولوجيا والاعتماد المبالغ فيه على الانترنت فقد تحول الانترنت من وسيله التواصل ومعرفه يبيئه رقميه معقده تستحوذ على اهتمام الافراد وتعيد تشكيل سلوكياتهم انماطهم وفي السياق الاكلينيكي نعرف الإدمان بأنه حالة من الاعتماد النفسي والجسدي على مادة أو سلوك معين، يتميز بوجود دافع قهري متكرر لتعاطي المادة بصورة مستمرة او دورية مع فقدان القدرة على التحكم في السلوك، واستمرار التعاطي رغم إدراك العواقب السلبية (American Psychiatric Association 2013).

وبذلك فالإدمان الرقمي ليس مجرد تعود، بل هو حاله مرضيه تتميز بعنصره اساسيين: الرابع القهرية فقدان السيطرة وتدل الاحصائيات الحديثة على اتساع رقعه هذه الظاهرة حيث تشير تقارير الجمعية العالمية لمشغلي الهواتف المحمولة GSMA لسنة 2023 إلى أن أكثر من 54% من سكان العالم يمتلكون هواتف ذكية، بينما كشفت دراسات حول النوموفوبيا (Nomophobia) أن نسبة معتبرة من مستخدمي الهواتف الذكية يعانون من القلق عند الابتعاد عن هواتفهم.(Contrepoint Research, 2023) ان اكثر من 50% من المستخدمين يعانون من قلق شديد عند ابتعاد الهاتف عنهم لمسافه متر واحد وهو مؤشر نفسي دال على عمق الارتباط المرضي بالأداة التقنية. على الصعيد التأثير النفسي العميق تشير الادبيات الإكلينيكية الى ان الادمان له اثر بالغ في تدهور البنيه الأخلاقية للشخصية، بحيث يوضح الدكتور مصطفى زيور في كتاب علم النفس المرضي ان الادمان يفسر عن تأكل وظائف الانا الاعلى super ego وضعف الرقابة، مما يدفع الفرد لتبني سلوكيات تكيفيه غير سوية كالكذب والخداع وينتج عنه صراع نفسي يولد شعورا دائما بالذنب والنقص ويعكس عجزا واضحا

في اليات التوافق الاجتماعي إذ ينعزل المدمن تدريجيا عن محيطه الاسري في سلوك انسحابي يؤدي تفكك الروابط الاجتماعية و انهيار دوره الوظيفي(زريو2012) كما اشارت نتائج دراسة Dresp langley ,B 2022 ان الادمان الرقمي له تأثيرات سلبيه كثيره ومن ابرزها انه يؤثر سلبيا على ساعات النوم لدى المدمنين كذلك هو يؤثر على جوده النوم وهذا بدوره يؤدي لاضطرابات نفسيه لدى مدمنين وتشير دراسة Young 1998 الى ان الادمان على الانترنت يشبه الادمان السلوكي من حيث فقدان السيطرة والشعور بالتوتر عند الانقطاع كما لخصت دراسة Griffiths201 الاستخدام المفرط لوسائل تواصل يؤثر مباشره على جوده العلاقات الزوجية ويخلق مشاعر الانعزال داخل الأسرة.

وفي سياق الحياه الزوجية هناك ظاهره جديده تغزو الازواج بسبب الادمان الرقمي وهي اشد خفاء وتعقيدا وهي الخرس الزواج .

يعد الخرس الزواجي من الظواهر النفسية والاجتماعية التي تهدد استقرار العلاقة بين الزوجين يُقصد به انعدام أو ضعف التواصل اللفظي والعاطفي داخل العلاقة، ما يؤدي إلى جفاء وبرود متزايد بين الطرفين وقد أصبح الإدمان الرقمي أحد العوامل الحديثة التي تسهم في ظهور الخرس الزواجي إذ يؤدي انشغال أحد الزوجين أو كليهما بالهواتف الذكية إلى تراجع التفاعل المباشر وانخفاض الحوار وظهور مشاعر الإهمال أو اللامبالاة. وأظهرت دراسة MC Daniel & Coyne (2016)أن الاستخدام المفرط للهواتف أثناء وجود الشريك يؤدي إلى ما يسمى "التجاهل التقني technoference وهو عامل يزيد من النزاعات والفتور العاطفي بين الأزواج. كما بيّنت دراسة عربية أُجريت سنة 2021 أن 63% من الأزواج الذين يعانون من خرس زواجي صرّحوا بأن الهواتف الذكية كانت سببا أساسيا في تراجع التواصل والحوار الخرس الزوجي احدى المشكلات الاجتماعية التي يعاني منها المتزوجين حديثا، وهي مؤشر على فتور العلاقة الزوجية وجمودها، لأن سلامة التواصل الزوجي واستمراريته وصحته له أثر كبير في العلاقة الزوجية وتماسكها واستمرارها وحصول التوافق الزوجي وقوته وأن غياب لغة الحوار للزوجين أو السكوت السلبي بينهما، وانشغال كل منهما

عن الأخر بأموره الخاصة وضعف التفاعل اللفظي والعاطفي (محمد، 2021، ص38) لذلك يعتبر الخرس الزوجي من أهم المشكلات التي تهدد كيان الأسرة، حيث يعيش الزوجان في منزل واحد ولكن لا توجد بينهم مشاعر محبة أو مودة وفي نفس الوقت تكثر المشكلات والصراعات بينهم وينعدم التوافق الزواجي، وتتأثر حياة الزوجين الانفعالية والاجتماعية والمهنية بصورة سلبية .(الصبان،2020،ص140)، لذلك يعتبر الخرس الزوجي من أهم المشكلات التي تهدد كيان الأسرة، حيث يعيش الزوجان في منزل واحد ولكن لا توجد بينهم مشاعر محبة أو مودة وفي نفس الوق ت تكثر المشكلات والصراعات بينهم وينعدم التوافق الزواجي. وتتأثر حياة الزوجين الانفعالية والاجتماعية والمهنية بصورة سلبية. (الصبان،2020، ص140)

تتعدد الأسباب والدوافع التي تجعل كلا من الزوجين يفقدان المشاعر العاطفية فيما بينهم، ومن أهم هذه الأسباب والدوافع ه ي العوامل الاجتماعية التي تتخذ صورا ومظاهر متنوعة تدفع لانصهار المشاعر بين الزوجين والتفكير بالهجر والبعد العاطفي إلى أن تسير الأمور بينهما نحو منحدر خطر ، يتمثل في الخرس الزوجي الذي يعود بآثار وخيمة على الزوجين (العزام،2023، ص209)من هذا توصلت دراس ة قاسم(2008) أن من أهم العوامل وراء النزاعات الزوجية هي الغيرة الزائدة، تدخل الأهل والأقارب في الأمور الزوجية، اختلاف المستوى الاقتصادي والاجتماعي بين الزوجين، استشارة أحد الطرفين الدائمة للأهل والأقارب قبل اتخاذ القرارات الأسرية ، وقد يؤدي الخرس الزوجي إلى الصراع والعنف الأسري أو الانشقاق الزواجي والانفصال العاطفي والذي يتطور إلى الطلاق وتشرد الأبناء وتمزق رابطة الزواج وبالتالي تفكك المجتمع . (أبو سليم، 2022، ص452)، ورغم غزارة الأدبيات التي تناولت آثار الإدمان الرقمي على الصحة النفسية الفردية والاغتراب العام، تظل هناك فجوة علمية واضحة تتمثل في قصور الدراسات العربية عن تناول العلاقة المباشرة بين الإدمان الرقمي وظاهرة أشد خفاءً وهي "الخرس الزواجي". فمعظم الدراسات السابقة ركزت على "النزاع الزوجي" أو "التجاهل التقني (Technoference) "كما في دراسة (MC Daniel &

(Cayne, 2016، لكنها أغفلت معالجة كيف يحول الإدمان الرقمي العلاقة الزوجية من "صراع صريح" إلى "صمت مطبق". فالخرس الزواجي ليس مجرد ضعف تواصل، بل هو حالة من الانعدام التام للحوار العاطفي واللفظي نتيجة استبدال الشريك الواقعي بالشريك الرقمي. وهنا تكمن المشكلة البحثية؛ فالأبحاث لم تفصح بشكل كافٍ عن كيفية مساهمة "الإشباع الرقمي الوهمي" في قتل "الرغبة في الحوار الزوجي الواقعي"، وهو ما تسعى هذه الدراسة إلى معالجته.تتلخص إشكالية البحث في محاولة الإجابة عن التساؤلات التالي:

- ما مستوى الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى أفراد عينة الدراسة؟
- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى عينة الدراسة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى أفراد عينة. الدراسة وفقا لمتغير الجنس ذكر انثى؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى أفراد عينة الدراسة وفقا لمتغير عدد سنوات الزواج؟

❖ **الفرضيات:**

➢ توجد مستويات للإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى أفراد عينة الدراسة

➢ توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى عينة من الأزواج في المجتمع الجزائري

➢ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى أفراد عينة الدراسة وفقا لمتغير الجنس ذكر انثى

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى أفراد عينة. الدراسة وفقا لمتغير عدد سنوات الزواج أهمية الدراسة:

- فهم تأثير الإدمان الرقمي على التواصل الزوجي يساعد في توضيح كيف يؤدي الاستعمال المفرط بالهاتف أو الإنترنت إلى ضعف الحوار بين الزوجين.

- الكشف عن أسباب الخرس الزوجي الحديثة وتوضيح دور الوسائل الرقمية كعامل جديد يساهم في فتور العلاقة الزوجية وانعدام التفاعل
- تعزيز الوعي الأسري توعية الأزواج بخطورة الاستخدام المفرط للتكنولوجيا على استقرار حياتهم الزوجية
- تحسين جودة العلاقة الزوجية من خلال اقتراح حلول تساعد على إعادة بناء التواصل الفعال بين الزوجين.

المساهمة في الدراسات النفسية والاجتماعية و إثراء مجال علم النفس الأسري بدراسة حديثة تربط بين متغيرين مهمين (الإدمان الرقمي والخرس الزوجي) تقديم توصيات للمرشدين والأسريين مساعدة المختصين في الإرشاد الأسري على فهم المشكلة ووضع برامج علاجية مناسبة والحد من التفكك الأسري.

❖ **اهداف الدراسة:**

تهدف الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

- التعرف على مستوى الإدمان الرقمي لدى عينة من الأزواج في المجتمع الجزائري.
- الكشف عن مستوى الخرس الزواجي لدى عينة من الأزواج في المجتمع الجزائري.
- تحديد طبيعة العلاقة الارتباطية بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي.
- معرفة الفروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان الرقمي والخرس الزواجي تُعزى لمتغير الجنس (ذكر-أنثى).
- معرفة الفروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان الرقمي والخرس الزواجي تعزي لمتغير سنوات الزواج.

الدراسات السابقة

- **دراسات الادمان الرقمي.**

يمكننا القول أن الدراسات السابقة حول الإدمان الإلكتروني وعلاقته بالسلوك العدواني قليلة نسبيا لكنهم تناولوا الموضوع من جوانب مختلفة ومنها ما يأتي :

دراسة سحاب فتيحة (2025) :

اثر إدمان الأنترنت على التحصيل الدراس ي وظهور السلوك العدواني لدى المراهق هدفت الدراسة لتعرف على أثر إدمان الأنترنت على التحصيل الدراس ، وضه ور السلوك العدواني لدى المراهق و العلاقة بين إدمان الأنترنت وتدني مستوى التحصيل الدراس من خلال معرفة مدى ارتباط السلوك العدواني ببعديه المادي واللفظي بانخفاض نتائجهم الدراسية، تمثلت عينة الدراسة في880 مراهق وقد تم تطبيق مقياس إدمان الأنترنت والسلوك العدواني وقد كانت نتائجها كالتالي: وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى التحصيل الدراس للمدمنين على الأنترنت لصالح المجموعة 2.

وجود فروق دالة إحصائيا في درجة السلوك العدواني بين المدمنين المتمدرسين والغير متمدرسين .

وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين مستوى الإدمان على الأنترنت ودرجة السلوك العدواني المادي لدى المراهق.

وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين مستوى الإدمان على الأنترنت ودرجة السلوك العدواني اللفظي لدى المراهق .

وبذلك فإن الدراسة تقول بأن الإدمان على الأنترنت يرتبط ارتباطا وثيقا بدرجة السلوك العدواني، أي كلما زادت درجة الإدمان ارتفعت درجة السلوك العدواني.

دراسة أحمد الحويج (2021) :

بعنوان "إدمان الإنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى الشباب" هدفت الدراسة إلى التعرف على عالقة إدمان الإنترنت بالعزلة الاجتماعية لدي الشباب وكانت عينة الدراسة مكونة من 100 طالب أخترت بطريقة عشوائية 50طالب من الذكور و50 طالبة من الإناث وتم استخدام مقياس بشري أسماعيل أحمد ادمان الإنترنت ومقياس العزلة الاجتماعية و توصلت النتائج إلى وجود عالقة ارتباطها موجبة ذات دالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة لمقياس إدمان الإنترنت ومقياس العزلة الاجتماعية ظهرت الدراسة عن وجود علاقه ارتباطيه ايجابيه إحصائية

بين الادمان الانترنت والعزل الاجتماعية اي كلما زاد الادمان انترنت تزداد العزلة الاجتماعية واظهرت نتائج ان الشباب ذوي مستوى الادمان مرتفع يعانون من ضعف التواصل الاجتماعي الى الانسحاب وجود فروق واضحه بين المدمنين والغير المدمنين واشارت دراسة ايضا الى ان الاستخدام المفرط للأنترنت يؤدي الى انخفاض تفاعل المباشر مع الاخرين تراجع العلاقة الاجتماعية وسيله الشعور بالوحدة والانطواء.

دراسة مؤيد وآخرون (2020) :

بعنوان " اضطراب إدمان الإنترنت لدي طلبة الجامعة وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لديهم" هدفت الدراسة إلى التعرف على اضطراب إدمان الإنترنت لدي طلبة الجامعة وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لديهم والكشف عن الفروق بين الجنسين من حيث الإدمان والعزلة وطبقت العينة على 200طالب جامعي وتم أستخدم مقياس إدمان الإنترنت ومقياس العزلة الاجتماعية وتوصلت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من الادمان الانترنت لدى الطلبة الجامعة وايضا وجود عزله اجتماعيه افراد العينة وجود علاقه ارتباطيه موجبه بين ادمان الانترنت والعزلة الاجتماعية اي انها كلما زاد الادمان الانترنت زادت معه العزل الاجتماعية ولا توجد فروق ذات الدلالة إحصائية بين الذكور اناث في الادمان الانترنت.

دراسة سلطان مفرح عائض العصيمي 2010:

إدمان الأنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب ثانوية الرياض .هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين إدمان الأنترنت والتوافق النفس الاجتماعي لدى طلبة مرحلة الثانوية بالسعودية، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي لتفسير العلاقة وتم استخدام عينة عشوائية تكونت من 400 طالب واستخدمت الأدوات الآتية: مقياس الإدمان على الأنترنت، مقياس التوافق النفس، وتوصلت إلى النتائج التالية:

وجود علاقة ارتباطيه بين الإدمان على الأنترنت والتوافق النفس والأسري والاجتماعي والمدرس بين الطلاب وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب مدمن

الأنترنت والغير مدمنين للأنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في كل من التوافق النفس والأسري والمدرس والاجتماعي لصالح المدمنين.

دراسة أحمد عبد الرحيم شاعر 2010:

بعض الاضطرابات السلوكية المصاحبة لسوء استخدام شبكة الأنترنت وإمكانية التحكم فيها .

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين استخدام شبكة الأنترنت وبعض الاضطرابات السلوكية) القلق ، العنف ، الصداع (تكونت من عينة قدرها 140 مراهق استعملت في دراستها الاستمارة كما أنها اعتمدت على المنهج الوصفي، حيث توصلت هذه الدراسة إلى وجود علاقه بين سوء استخدام الانترنت وظهور بعض الاضطرابات السلوكية ارتباط الاستخدام المفرط بزياده القلق والتوتر الانفعالي السريع وتأثير الاستخدام الطويل للأنترنت على التحصيل الدراسية وتنظيم الوقت وجود ارتفاع مستويات العزلة الاجتماعية وضعف التفاعل الاسري لدى المفرقين في استخدام الانترنت

دراسة بشرى إسماعيل أرناؤوط، 2008:

إدمان الأنترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين : هدفت هذه الدراسة إلى معرفة هل هناك علاقة بين الإدمان على الإنترنت وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين، وقد أجريت الدراسة على عينة تقدر بـ 1000 طالب جامعي، كما قامت الباحثة بإعداد مقياس لإدمان الأنترنت، والاستعانة باختبار أيزنك للشخصية، اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي وأظهرت النتائج أن هناك ارتباط دال إحصائيا بين الاضطرابات النفسية، وأنماط الشخصية وإدمان الأنترنت وكذلك وجود فروق بين مدمنين الأنترنت في جمهورية مصر وبين المملكة العربية السعودية في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية.

❖ **دراسات الخرس الزواجي:**

- **دراسة وفاء محمد 2021:**

بعنوان "مواقع التواصل الاجتماعي والخرس الزواجي لدي عينة من الأزواج بمدينة سوهاج "

هدفت الدراسة إلي الكشف عن العالقة بين مواقع التواصل الاجتماعي والخرس الزواجي ومدي انتشار ظاهرة الخرس الزواجي في مدينة سوهاج وبلغت طريقة المسح بالعينة وتوصلت النتائج زوج و زوجة واستخدمت الباحثة 300 العينة إلي وجود ظاهرة الخرس الزواجي بين الأزواج اختلاف الخرس الزواجي باختلاف المهنة (بالنسبة لكل من – مدة الزواج – السن – كل من) المستوي التعليمي العينتين كما أختلف أسباب استخدام مواقع التواصل الاجتماعي باختلاف العوامل.

- **دراسة إبراهيم 2020**

بعنوان الاسهام النسبي يتميز الذات في الرفاهة النفسي هدفت هذه الدراسة الى كشف عن طبيعة العلاقة بين تميز الذات وكل من الرفاه النفسي والخرس الزواجي لدى الازواج معرفه مدى قدره التمايز الذات على التنبؤ بمستوى الرفاه النفسي وايضا الخرس الزواج واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي وتم تطبيق عينة الدراسة210 من زوج من زوجة ومجموعه من المقاييس نفسه على عينه من المتزوجين لقياس الذات والرفاهة النفسي والخرس الزواجي وايضا سعه الدراسة الى تحليل الفروق والعلاقات الإحصائية بين المتغيرات وتواصلت نتائج دراسة الى وجود علاقه ارتباطيه موجبه بين تميز الذات ورافاه النفسي اي كلما ارتفع مستوى التميز الثالث ارتفاع مستوى الرفاه نفس المتزوجين وتوصلت الى وجود علاقه ارتباطيه سالبه بين تميز الذات والخرط الزواجي حيث يقل الخرز الزواج بارتفاع تميز الذات و وصلت الدراسة بأهمية تعزيز التمايز الذات لدى الازواج من خلال برامج الارشاد النفسي والاسري **(مقياس الخرس الزواجي 2019 د أمل جمعة) مقياس تمايز الذات إعداد.**

- **(دراسة نهي أحمد 2016)**

الخرس الزواجي وعلاقته بأنماط التفاعل بين الزوجين وبعض المتغيرات بعنوان كلينيكيه – دراسة سيكو مترية " وقنا الديموجرافيا لدى معلمي محافظتي المنيا هدفت الدراسة إلي التعرف علي الخرس الزواجي وعلاقته بأنماط التفاعل بين مين والمعلمات بمحافظتي (من المعل 500 واشتملت عينه الدراسة من) الزوجين معلمة (وتم استخدام مقياس الصمت في 222

معلما و278 المنيا وقنا بواقع) لخلافات الزواجية ومقياس أنماط التفاعل بين الزوجين وقد أشارت نتائج الدراسة عالقة ارتباطية إيجابية ذات داله إحصائية بين درجات عينه الدراسة علي لوجوداجي ومقياس أنماط التفاعل بين الزوجين وعدم وجود فروق مقياس الصمت الزواجي داله إحصائية بين متوسطات درجات عينه الدراسة فيما عدا أنه توجد فروق ذاتبين متوسطي درجات عينة الدراسة كما توجد 01 ’ 0 داله إحصائية عند مستوي بين متوسطي درجات عينة الدراسة وف 5 0’ 0 فروق دالة إحصائية عند مستوي إعدادي (لصالح المرحلة – للمراحل التعليمية التي يعمل بها المعلم)ابتدائي الإعدادية .

دراسة باروت وباروت (Parrott & parrott, 2013) :

والتي توصلت إلى أن الصمت الزواجي أو الإهمال تؤثر سلباً على العلاقة الأسرية، لأنها تعبر عن عدم الاحترام في الأسرة، وتكون غير مريحة في التعامل اليومي بين الأفراد، فالأزواج الذين يميلون لهذا السلوك هم اقل تواصلاً وأقل رضاً وحميمة في العلاقة الزوجية، وليس بالضرورة أن يكون السبب وراء هذا السلوك عاطفياً، ففي احيان كثيرة يكون السبب فسيولوجياً، وهذا السلوك قد يؤدي الى الطلاق.

دراسة ميرفت محمد إمام (2008)

معرفة العلاقة التي تربط بين نمط التواصل اللفظي بين الزوجين وبعدي الانبساط والانطواء والكشف عن العلاقة التي تربط بين نمط التواصل اللفظي بين الزوجين والسواء النفسي للأطفال، وتكونت عينة الدراسة من 111ثنائي متزوج تم اختيارهم بشكل عشوائي من المقيمين بمحافظة الجيزة، واستخدمت الدراسة استمارة بيانات أولية إعداد الباحثة، ومقياس نمط التواصل اللفظي بين الزوجين إعداد نجوى عبد الجليل عارف، واختبار أيزنك للشخصية إعداد أحمد عبد الخالق، استبيان التوافق الزواجي، اختبار الشخصية للأطفال إعداد عطية هنا، وأوضحت النتائج أنه توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين نمط التواصل اللفظي الزواجي وبعد الانبساط والانطواء، وكذلك توجد علاقة ارتباطيه إيجابية بين نمط التواصل اللفظي الزواجي والسواء النفسي للأطفال.

❖ **التعقيب على الدراسات السابقة**

- **من حيث المنهج:**

اتضح أن أغلب الدراسات التي تناولت كل من الإدمان الرقمي والعلاقات الزوجية اعتمدت على المنهج الوصفي الارتباطي، حيث سعت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المتغيرات، فقد هدفت دراسات الزواج مثل دراسة ميرفت احمد(2008)، ودراسة نها أحمد (2016)، ، ودراسة إبراهيم 2020إلى بحث التفاعل والتوافق والرفاه النفسي بين الأزواج، في حين ركزت دراسات الإدمان الرقمي مثل دراسة أحمد الحويشي (2021)، ومؤيد وآخرون (2020)، وصبرين حامدي، وسحاب فتحي، وأحمد عبد الرحيم شاعر (2010)، وسلطان العسيلي (2010)، علي دراسة العلاقة بين إدمان الإنترنت وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية.

- **من حيث العينة:**

من حيث العينة اختلفت الدراسات السابقة باختلاف أهداف كل دراسة، حيث ركزت الدراسات الخرس الزواجي على فئة الأزواج، بينما اعتمدت دراسات الإدمان الرقمي على فئات مختلفة مثل طلبة الجامعة، المراهقين، وتلاميذ المرحلة الثانوية، وهو ما يبرز تنوع العينات، إلا أن هناك نقصًا في الدراسات التي تناولت فئة الأزواج في سياق الإدمان الرقمي.

- **من حيث الأدوات:**

أغلب الدراسات اعتمدت على استخدام الاستبيانات والمقاييس النفسية، مثل مقاييس التوافق الزوجي وأنماط التفاعل، ومقاييس إدمان الإنترنت، إضافة إلى مقاييس العزلة الاجتماعية والاغتراب النفسي مقياس السلوك العدواني، وقد تم توظيف هذه الأدوات لقياس طبيعة العلاقة بين المتغيرات المدروسة.

- **من حيث النتائج:**

أظهرت نتائج الدراسات الخرس الزواجي أن جودة العلاقة الزوجية ترتبط بجودة بدرجة التواصل والتفاعل بين الزوجين، وأن ضعف التواصل يؤدي إلى ظهور مشكلات مثل الخرس الزوجي وانخفاض التوافق. اما دراسات الإدمان الرقمي اظهرت أن الاستخدام المفرط للإنترنت ومواقع

التواصل الاجتماعي يؤدي إلى العزلة الاجتماعية، والاغتراب النفسي وظهور بعض الاضطرابات السلوكية كالسلوك العدواني، إضافة إلى ضعف التوافق النفسي والاجتماعي.

❖ تعقيب عام:

من خلال الدراسات السابقة تبين أن كلًا من الإدمان الرقمي والعلاقات الزوجية قد حظيا باهتمام بحثي معتبر، غير أن معظم الدراسات تناولت كل متغير على حدة، ولم تربط بشكل مباشر بين الإدمان الرقمي والخرس الزوجي أو جودة العلاقة بين الأزواج، وهو ما تسعى الدراسة الحالية إلى معالجته من خلال الكشف عن طبيعة العلاقة بين الإدمان الرقمي والخرس الزوجي لدى الأزواج.

❖ المفاهيم الاجرائية

- **الادمان الرقمي (المتغير المستقل)**

يعرف على أنه الاستخدام المفرط وغير المنضبط للتكنولوجيا الرقمية، بما فيها الإنترنت، وسائل التواصل، والألعاب الإلكترونية، بحيث يصبح هذا الاستخدام يؤثر سلبًا على الصحة النفسية، العلاقات الاجتماعية، والواجبات اليومية. بعض الباحثين مثل Young (1998) وصفوه بأنه اضطراب سلوكي حديث مرتبط بفقدان القدرة على التحكم في استخدام الوسائل الرقمية .وتعرف اجرائيا الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الادمان الرقمي ليونغ .

- **الخرس الزواجي (المتغير التابع)**

يعرف بأنه انخفاض مستوى الحوار والتواصل بين الزوجين، يصل إلى صمت تام أو انسحاب عاطفي، ويؤثر على الرضا الزوجي واستقرار العلاقة. يعتبر مؤشرًا على وجود فجوة في العلاقة الزوجية، وقد ينشأ بسبب الإهمال أو الانشغال بأمور خارجية مثل الإدمان الرقمي. وتعرف إجرائيا الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الخرس الزواجي ل مقياس الخرس الزواجي وفاء محمد علي محمد2021.

الفصل الثاني

❖ تمهيد

من القضايا الحديثة التي حظيت باهتمام باحثه في مختلف التخصصات وهو الادمان الرقمي نظرا للتأثيرات المتعددة على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية والاداء الوظيفي والاكاديمي للفرد وهو لا يقتصر على الاستخدام متكرر للتكنولوجيا فقط بل يتجاوز ذلك ليصل الى فقدان السيطرة والانغماس المفرط في العالم الافتراضي وانطلاقا من اهميه هذا الموضوع الادمان الرقمي يسعى هذا الفصل الى توضيح على مفهوم الادمان الرقمي من خلال تطرق الى تعريفه ونشاته واهم اسبابه وانواعه المختلفة اضافه الى عرض ابرز الاساليب العلاجية المقترحة للحد من هذه الظاهرة.

❖ الادمان الرقمي

1 . فهوم إدمان الإنترانت:

أوضحت (صباح الرفاعي، 2011) أنه الحالة النفسية أو العضوية التي تنتج من اعتماد الفرد على الشيء المعتمد عليه، أو الحاجة الدائمة لزيادة الجرعة، الاعتماد الجسمي والنفسي على هذا الشيء، أي الخضوع والتبعية النفسية والعضوية، ظهور علي ارض نفسية وجسمية عند الامتناع المفاجئ أو الانقطاع الفوري عن الشيء المعتمد عليه ويسمى ذلك بأعراض الانسحاب وله تأثير ضار على الفرد والمجتمع (الفتاح 2023 ص110)

2 . نشأة الإدمان الرقمي:

لقد أصبح الإدمان الرقمي ظاهرة شائعة تؤثر على ملايين الأفراد حول العالم، لانتشار الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية والتطبيقات الرقمية، مما أدى إلى تأثيرات سلبية على العلاقات الأسرية، وينعكس هذا الإدمان في تراجع التواصل الفعلي بين الأفراد وزيادة الفجوات العاطفية، وضعف الروابط الاجتماعية داخل الأسرة، كما أنها أدت إلى تأثيرات نفسية للأطفال والمراهقين الذين يفتقرون إلى التوجيه والمراقبة الصحيحة في استخدام تكنولوجيا مثل القلق والاكتئاب.(عبد العزيز واخرون2025 ص77(والإدمان الرقمي ظاهرة

حديثة ظهرت في أواخر القرن العشرين وأواخر القرن الحادي والعشرين مع تزايد استخدام الإنترنت والأجهزة الرقمية الذكية، وتعود بداياته تحديداً إلى عام (1982) عندما ظهر مصطلح الإنترنت من قبل شركة (اربانث) الأمريكية التي تأسست عام (1969). ويعد الكاتب الأمريكي (جون بيري بارلو) أول من استعمل الإنترنت، وأوضحت إحصائيات رسمية إلى أن عدد مستخدمي الإنترنت عام (2017 (قد تجاوز (3.7) مليار مستخدم وهو ما يقرب نصف البشرية (العقيلي، 2017 الصفحات 22–24) إن أول ظهور حقيقي للإدمان الرقمي كان في عام (1995) عندما نشر الأديب الأمريكي (أونيل) مقالة بعنوان (سحر وإدمان الحياة على الإنترنت) والتي نُشرت في صحيفة نيويورك تايمز، وبعد ذلك قدمت عالمة النفس الأمريكية (كيمبرلي يونج) في السنة التالية نتائج دراستها الموسومة إدمان الإنترنت: ظهور اضطراب كلينيكي جديد وهكذا نرى أن الإدمان الرقمي قد ظهر نتيجة لتقدم التكنولوجيا حيث أصبحت الأجهزة أكثر سهولة في الوصول، مما زاد من استخدامها، مع توفر المحتوى المتنوع والمشوق على الإنترنت مثل الألعاب والفيديوهات والمحتوى التفاعلي الذي بدأ يجذب المستخدمين ويحفزهم على البقاء مع هذه الأجهزة الرقمية، كما أن وسائل التواصل الاجتماعي بدأت تخلق شعوراً بالانتماء مما أدى إلى قضاء وقت طويل في التفاعل مع الآخرين عبر الإنترنت، وأيضاً أن شعور الأفراد بالضغط لمواكبة الأحداث والتحديثات، مما يدفعهم إلى استخدام الأجهزة الرقمية بشكل مفرط. .(محمود وعبد العزيز 2025 ص779–780) 1) اسباب الادمان الرقمي فقد أوضح (2005(parsons, أن من أهم أسباب إدمان الإنترنت:

–عدم القدرة على مواجهة المشكلات الشعور بالخواء النفسي والوحدة.

–عدم القدرة على التعامل مع الضغوط الحياتية.

–الافتقاد إلى الحب والبحث عنه من خلال الأنترنت.

-الشعور بالاغتراب النفسي والهروب من الواقع وما يحيط به من أعراف وتقاليد وقوانين منظمه ليدخل في شخصية أخري من خياله (تناقض وجداني) يعمل على عدم نضج الشخص ويعوق نموه الشخصي والنفسي ال ادمان الإنترنت : هناك أشكال عدة من إدمان الشبكة المعلوماتية كما أثبت هاردي(Hardy,2004)

- إدمان عالقات السايبر: addiction Relationship –Cyber هو اعتماد المدمن على القيام بالمحادثة مع أشخاص بعيدين أو مجهولين أو غرباء عن طريق الأنترنت وقد تؤدي إلى خيانات وعالقات جنسية وتؤدي إلى الطلاق وتمزق الأسرة.

-الولع القهري بالأنترنت NET Compulsions :

التعلق بالألعاب الإلكترونية مثل ألعاب القمار ومن أجل البيع والشراء والمزايدات هذا يسبب نوع من أنواع الخسائر المادية والسرية للشخص فيؤدي لتدهور العالقات الأسرية.

-المعلوماتي الهوس obsession Overland and Information:

أي البحث القهري على الويب أو قواعد البيانات فيؤدي بالمدمن للهوس في صف وترتيب المعلومات فيؤثر ذلك على باقي جوانب هامة في حياته.

-الكمبيوتر إدمان (عبد الله 2023ص110)Addiction Computer Addiction :

3. انواع الادمان الرقمي

لقد أصبحت الاجهزة الرقمية جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، ومع تزايد استخدام الهواتف الذكية والكمبيوترات، ووسائل التواصل الاجتماعي، وأصبحت ظاهرة الادمان الرقمي تشكل أحد التحديات الكبرى التي تواجه الافراد والمجتمعات، نتيجة الاعتماد المفرط على التقنيات الرقمية، مما أثر سلباً على الصحة النفسية والاجتماعية. وهناك أنواع للإدمان الرقمي هي:

ادمان ألعاب الفيديو: ويتمثل في قضاء الفرد لمعظم يومه أمام الالعاب، وغالباً ما يكون أولئك المدمنون من المراهقين والشباب الذين يقضون احياناً ساعات طويلة متواصلة مع قلة

النوم والسهر مع اللعب الالكتروني بدون توقف، ونجد من خلال هذا ان الطفل والمراهق يتراجعون دراسياً واجتماعياً حيث يفتقدون لمهارات التواصل الطبيعي مكتفين بالاستغراق لساعات طويلة في لعبة الكترونية اضافة الى العنف بشتى انواعه. مثل الادمان على لعبة **(pubg)**و **(Fortnite)**.

ادمان الانترنت:

ويتمثل في كونه سلوك اعتمادي على الانترنت، يدفع بالفرد الى التعامل المتواصل مع الشبكة لفترات طويلة يقضيها مع المواقع، سواء أكانت مواقع التواصل الاجتماعي او ألعاب الفيديو والتسوق الالكتروني ومشاهدة القنوات الفضائية بطريقة تلحق الإضرار به على مختلف الاصعدة.

ادمان الهاتف الذكي:

هو الاشتياق الملح لاستخدام الهاتف الذكي بشكل مفرط مع ظهور اعراض التحمل والانسحاب والاعتماد الزائد عليه والانشغال به والمحاولات الفاشلة في تقليل الاستخدام مع العلم بآثاره السلبية والصدى السلبي للشعور بأهميته للهروب من القلق والتوتر والكذب حول ساعات استخدامه. وهذا يعتبر اكثر انواع الادمان الرقمي انتشاراً في الوقت الحاضر بسبب زيادة اعداد الافراد الذين يمتلكون الهواتف الذكية

لرخص اسعارها وسهولة حملها وللميزات التي تتمتع بها خصوصاً الكاميرات التي تحويها والتطبيقات المختلفة وألعاب الفيديو.

المخدرات الرقمية:

وهي عبارة عن مقاطع نغمات يتم سماعها عبر سماعات بكل من الاذنين، حيث يتم بث ترددات معينة في الاذن اليمنى مثلاً وترددات اقل الى الاذن اليسرى، فيحاول الدماغ جاهداً ان يوحد بين الترددين للحصول على مستوى واحد للصوتين، مما يجعل الدماغ في حالة غير مستقرة على مستوى الاشارات الكهربائية العصبية التي يرسلها.

ادمان وسائل التواصل الاجتماعي:

ويتمثل في الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي والادمان عليها مثل الفاسبوك والتويتر والانستغرام والسناب تشات، الذي يجمع بينهما تغير المزاج والانسحاب الاجتماعي والصراع والشعور بالضيق ولاعتزاليه والوحدة التي غالباً ما تظهر اعراضها عند توقف الفرد من استخدام هذه المواقع.

ادمان التلفزيون:

وهو مشاهدة التلفزيون بشكل مفرط ومتكرر لساعات طويلة خصوصاً لدى فئة الاطفال والمراهقين والشباب.

- ادمان التسوق الالكتروني:

لقد ظهر نوع بارز من أنواع الإدمان الرقمي في وقتنا الحاضر ألا وهو إدمان التسوق الإلكتروني، حيث أصبح الأفراد مدمنين على التسوق عبر الإنترنت بشكل قهري، مما يؤدي إلى سلوكيات متناقضة تؤثر على حياتهم اليومية، مثل الرغبة الملحة في شراء أي شيء حتى لو لم يكن هناك داع للشراء، وقضاء ساعات في تصفح مواقع التسوق، الأمر الذي يؤدي الى انفاق مبالغ كبيرة من المال دون تفكير مسبق، فضلاً عن تدهور العلاقات الاجتماعية، اذ يفضل الافراد قضاء الوقت في التسوق عبر الانترنت بدلاً من التفاعل مع الاصدقاء والعائلة. (محمود وعبد العزيز 2025 ص780-781)

4. علاج الادمان الرقمي:

-**الامتناع التام:** يطلب من المدمن الامتناع التام عن المجال الذي يقلق به داخل الإنترنت في حين تترك له الحرية استخدام الوسائل الأخرى الموجودة على الأنترنت.

-**إعادة توزيع الوقت:** يطلب من المدمن أن يفكر في الأنشطة التي كان يقوم بها قبل إدمانه للإنترنت ليعرف ماذا خسر بإدمانه للإنترنت مثل الرياضة ونطلب منه أن يعاد ممارسة تلك الأنشطة لعله يتذكر طعم الحياة الحقيقية.

-**الانضمام إلى مجموعات التأييد:** نطلب من المدمن زيادة رقعة حياته الاجتماعية الحقيقية ليكون حوله مجموعة من الأصدقاء الحقيقيين.

-**إيجاد موانع داخلية:** نطلب من المدمن ضبط منبه قبل بداية دخوله لشبكة الإنترنت بحيث ينوي الدخول ساعة واحدة قبل نزوله العمل مثال حتى ال يندمج فيه وينسي موعد نزوله للعمل.

-**عمل العكس:** فإذا اعتاد المدمن استخدام الإنترنت طيلة أيام الأسبوع تطلب عنه الانتظار حتى يستخدمه يوم الأجهزة الأسبوعية.

- تحديد وقت الاستخدام: يطلب من المدمن تنظيم وتقليل ساعات استخدامه بحيث إذا كان مثال يدخل لشبكة الإنترنت لمدة 40 ساعة أسبوعيا نطلب منه التقليل إلى 20 ساعة أسبوعيا.

-إعداد بطاقات: من أجل تذكير المدمن بأهم المشكلات الناجمة عن إدمانه للإنترنت وتوضيح أهم الفوائد التي تستنتج عن إقلاعه للإدمان بحيث يذكر نفسه بالمشكلات الناجمة عن اندماجه للإنترنت (عبد الله 2023ص-153-152).

❖ خلاصة الفصل

في ختام هذا الفصل، تم التطرق إلى موضوع الإدمان الرقمي باعتباره من الظواهر الحديثة التي اقرها التطور التكنولوجي المتسارع الذي اصبح يمس مختلف فئات المجتمع دون استثناء فقط تناول هذا الفصل مفهوم الادمان الرقم وتطوره ونشاته واهم الاسباب مساهم في ظهور الادمان الرقمي حيث بينت انها متعددة متشابكه والى ابرز انواع الادمان وعليه، يمكن القول إن الإدمان الرقمي يمثل تحديًا حقيقيًا في العصر الحديث، مما يستدعي تكثيف الجهود التوعوية والبحثية لفهم أبعاده والحد من آثاره، خاصة في ظل التزايد المستمر لاستخدام التكنولوجيا في الحياة اليومية.

الفصل الثالث

تمهيد:

تُعدّ العلاقة الزوجية من أسمى العلاقات الإنسانية وأكثرها تعقيداً، فعليها يقوم بناء المجتمع بأكمله. وتُقاس نسبة نجاح هذه العلاقة بمدى التواصل الفعّال بين الزوجين. وقد منّ الله تعالى بهذه الرابطة وجعلها آية من آياته، فقال تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ اَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ (الروم: 21). غير أن هذا السكن قد يتحول إلى "صمت" قاتل يهدد كيان الأسرة، وهو ما يُعرف بـ"الخرس الزواجي". يُعد هذا الخرس مؤشراً على فتور العلاقة وجمودها، لأن سلامة التواصل الزوجي واستمراريته وصحته له أثر كبير في العلاقة الزوجية وتماسكها واستمرارها وحصول التوافق الزوجي وقوته. ويتمثل ذلك في غياب لغة الحوار للزوجين أو السكوت السلبي بينهما، وانشغال أو تشاغل كل منهما عن الآخر بأموره الخاصة، وضعف التفاعل اللفظي والعاطفي خاصة في عصر التكنولوجيا الحديثة الذي أثر بشكل مباشر على طبيعة العلاقات الأسرية .

1)مفهوم الخرس الزواجي :

عرفت (رباح 2011) الخرس الزواجي على انه تدني القدرة لكلا الزوجين بشكل كبير من ايصال مشاعره واحاسيسه للطرف الاخر بأكثر من وسيلة اتصال، وتتلاشى بذلك القدرة على التواصل والتفاهم بين الزوجين مما يؤدي الى فقدان الحياة السليمة في المنزل، ويصبح من الصعب على ان يكمل كل منهما حياته مع الاخر بالشكل المعتاد اي ان هناك حاجزا نفسيا يقف بين الزوجين يؤدي الى نوع من الخرس في التفاهم بين الزوجين وبالتالي حدوث فشل في العلاقة الزوجية برمتها.

ويعرف بأنه" حالة من الجمود في المشاعر تصيب الزوجين، وبخاصة بعد مضي فترة على علاقتهما الزوجية، حيث يصاب الزوجان بحالة من الجفاف العاطفي والملل وفقدان التواصل فيلتزمان الصمت كثيراً في وجودهما ولا يجدان ما يملأ الفراغ. (عبدالحفيظ، 2023، ص51)

فتتعدد التعريفات للخرس الزواجي تبعاً للزاوية التي ينظر منها إليه: التعريف النفسي: يرى *عواد* (2014) أن الخرس الزواجي هو ذلك النوع من الصمت الذي ينتاب الحياة الأسرية لأسباب نفسية خالصة، ولا يوجد للعوامل البيولوجية سبب في ذلك، وتنحصر المشكلة بين الزوجين في محيط المنزل حيث يسكنان فيه كغرباء.

التعريف الاجتماعي: يُعرف بأنه حالة خاصة من المعاملة الصامتة (Silent Treatment) تحدث بين الزوجين على شكل من أشكال السلبية في سوء المعاملة العاطفية، إذ تأخذ شكل الازدراء أو الرفض من خلال المحافظة على الصمت اللفظي (Parrott & Parrott, 2013 .)

التعريف الإجرائي: هو غياب لغة الحوار والتفاعل بين الزوجين، واختفاء لغة التواصل لتتحول العلاقة إلى حيز خاص يحجب كل طرف فيه نفسه عن الآخر، مما يجعل الحياة الزوجية أكثر تعقيداً وعرضة للتفكك (عبد الله، 2020، ص 58)

2) انواع الخرس الزواجي:

- أولا: الخرس الزواجي الإيجابي:

فمن أهم العوامل الإيجابية التي تؤدي لحدوث الخرس الزواجي:

- أن يكون الصمت للاسترخاء والراحة.
- أن يكون الصمت الاستحواذ مشكلة ما على التفكير والرغبة في حلها.
- أن يكون الصمت عالمة رضا.
- الرغبة في إخفاء حقيقة مؤذية لمشاعر الطرف الآخر كالعلاقات قبل الزواج.

وعلى الرغم من وجود هذه المشاعر الإيجابية تظل الحاجة إلى التواصل اللفظي حاجة ضرورية بين الزوجين فالحياة ال تسير على وتيرة واحدة والإنسان في تغير وتطور مستمر هذا التغيير يشمل أفكاره ومشاعره وموقفه التي البد أن يعيها ويتفهمها الطرف الآخر.

ثانيا : الخرس الزواجي السلبي:

ينتج الخرس الزواجي السلبي عن عوامل سلبية وتظهر في الصمت المتعمد صمت الفراغ العاطفي – التبلد الوجداني، فمن الممكن أن يكون تعبيرا عن الخوف او الضعف كما قد يكون نوعا من العصيان، وفي أوقات معينة يكون الصمت دلالة على عدم الرضا، فالخرس الزواجي من الظواهر المقلقة في الحياة الزوجية، فقد يشكو الشريك من صمت الطرف الآخر مما يؤدي إلى التوتر في العالقة الزوجية وخاصة مع الزوجة التي تحتاج التعبير المباشر من الزوج وكأنه نوع من الطمأنينة والتأكيد.(Ji ,Yangchuan, 2011)

نظرية التفاعل الرمزي

تفترض النظرية أن العالم الرمزي والثقافي يختلف باختلاف البيئة اللغوية والعرقية للزوجين. "وفي ضوء هذه الفرضية يتم دراسة الأسرة بطبيعة الاختلاف بين العالم الرمزي للزوج والزوجة وتأثير هذا الاختلاف على تحديد توقعات أدوارهما... فكلما كان العالم الرمزي مختلفاً ومتبايناً، ضعفت توقعات الأدوار... مما يؤدي إلى نوع من التوتر والصراع ينعكس في صورة صمت وتباعد" (الجندي وأبو زنيد، 2015، ص 23)

نظرية الاستخدامات والإشاعات

تُستخدم هذه النظرية لتفسير لجوء الزوجين إلى وسائل التكنولوجيا الحديثة كبديل عن التواصل الزوجي. ففي ظل غياب الإشباع العاطفي داخل المنزل، يلجأ الأزواج إلى استخدام الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي لإشباع احتياجاتهم النفسية، مما يعمق فجوة الصمت بينهما (محمد، 2021). فيتمثل الفرض الرئيسي للاستخدامات والإشباع في ان الجمهور نشط وان استخدامه لوسائل الاتصال موجه لإشباع احتياجاته، وانه يختار الوسيلة التي تشبع هذه الاحتياجات وايضا يختار انواع المضامين المقدمة في الوسيلة الاعلامية والمضمون الذي يناسبه (وفاء 2021 ص 55)

3) العوامل المسببة للخرس الزوجي :

ضعف العلاقات الزوجية:

تعتبر العلاقات الزوجية التي يسودها جو من العاطفة والحب والتفاهم والانسجام، ينجم عنها جيل مستقر ومتزن من الناحية النفسية والاجتماعية، حيث أن العاطفة بين الزوجين مقومة أساسية للعلاقة الزوجية، وذلك لبناء حياتهما الزوجية واستقرارها، وعلى العكس أن تكون العلاقات الزوجية يسودها جو من الصراعات والخلافات بين الزوجين مما يؤدى الي انهيار العلاقة الزوجية ، لذا من الضروري أن يكون هناك قدر ومستوى من العلاقات العاطفية الفكرية المتبادلة، تسمح بتوافر الراحة والاطمئنان بين أطراف العلاقة والتي تدفعهما نحو البذل والعطاء.(الزهراني،2021،ص433)

ضعف التواصل الزوجي:

يتضمن التواصل في الحياة الزوجية تبادل وتقاسم المشاعر والتحدث والانصات المتبادل، ويتأثر التواصل بالدافعية والاهتمام والتوقعات والرغبة فى كشف الذات والتنشئة الأسرية والخلفية الأسرية للزوجين، ويتأثر بالإضافة لذلك بعوامل ديموغرافية كعدد سنوات الزواج ومستوى دخل الأسرة وحجم الأسرة، وبعوامل جسمية كمشا كل السمع والبصر والارهاق الجسدي.(عبدالرحمن،2014، ص174)

ضعف المسئوليات الزوجية:

ولكي تحقق الحياة الزوجية أهدافها يجب أن يكون هناك فهماً وادراكاً ومعرفة بمعنى الحياة الزوجية والأسرية والمسئوليات المتوقعة لتحملها، والوظائف الأساسية والأدوار التي يلعبها كل طرف في الحياة، فادراك الأزواج والزوجات لأدوارهم في الواجبات والمسئوليات الأسرية يعتبر المدخل الأساسي لحل العديد من المشكلات والصعوبات التي تواجه الأسرة، وعلى النقيض في حال عدم ادراك الزوجين لهذه المسئوليات الأسرية. (سليم وآخرون، 2017، ص10)

- **ضعف حل المشكلات الزوجية:**

تتمثل في هروب كل طرف من أطراف العلاقة الزوجية من مناقشة المشكلات الحياتية والشخصية والاجتماعية التي تواجههم، وكذلك المشكلات المرتبطة بتربية الأبناء وعدم ايجاد حل لها.(الحرتاني،2022، ص15)

- العوامل التكنولوجية (إدمان الإنترنت ووسائل التواصل)

أصبحت التكنولوجيا من أخطر العوامل المؤثرة في العلاقات الزوجية. "رغم الدور الجوهري الذي تلعبه الأسرة المصرية في تشكيل القيم والسلوك وثقافة الأفراد. ... إلا أن ظهور التكنولوجيات الحديثة... أثر بشكل واضح في تغير وظائف الأسرة المصرية... حيث أدت هذه التقنيات إلى ظهور قيم وأنماط سلوكية مختلفة أثرت بشكل مباشر على طبيعة العلاقات الأسرية" (شحاتة، 2019، ص 19). وتشير النتائج إلى وجود "علاقة ارتباطية موجبة بين الخرس الزواجي وإدمان الإنترنت" حيث يلجأ الطرفان إلى العالم الافتراضي هروباً من جمود العلاقة الواقعية. (عبد الحميد وعبد الفتاح، 2023، ص 125).

- العوامل النفسية والشخصية

تتضمن هذه العوامل: "النظرة الدونية للمرأة والتعالي عليها، وأنانية الرجل وعدم التفاته لرغباتها، ووجود تحديات كثيرة كذلك اختفاء التوافق بين الزوجين" (هميسة، 2013، كما ورد في الجندي وأبو زنيد، 2015، ص 13). كما تلعب طبيعة الشخصية دوراً؛ فقد يلوذ أحد الزوجين بالصمت كرد فعل دفاعي نتيجة للغيرة الشديدة أو الاتجاهات الفردية والأنانية (عبد الحميد وعبد الفتاح، 2023)

- العوامل الاجتماعية والبيئية

تنشأ هذه الأسباب من اختلاف التنشئة الاجتماعية والتراث الثقافي بين الزوجين. "فالزوجان ينشآن في بيئة توارثا فيها الظاهرة ولا يستطيعان التخلص منها". كما أن "انعدام لغة الحوار القائمة على التفاهم والاحترام بين الزوجين تسبب بشكل غير مباشر للخرس الزواجي، لأن

الحوار يكون غير عقلاني ومليئاً بالخلافات والمشاجرات فيفضل الزوجان السكوت" (خفاجة، 2019، ص 11).

4) الآثار والانعكاسات النفسية والاجتماعية للخرس الزواجي:

لا يقف الخرس الزواجي عند حدود مجرد الصمت المؤقت، بل يتجاوزه ليصبح "مرضاً قاتلاً وداءً فتاكاً يقضي على الأسس والأصول التي ينبغي أن تبنى عليها الحياة الزوجية" (خفاجة، 2019، ص 9). ويتشابك هذا الخرس مع منظومة من الاضطرابات النفسية والاجتماعية التي تؤثر في الزوجين والأبناء والمجتمع،، ويمكن تفصيلها على النحو التالي:

- الطلاق العاطفي والانفصال المعنوي:

يعد الخرس الزواجي من أخطر المؤشرات على ما يسمى بـ "الطلاق الروحي"، وهو حالة يعيش فيها الزوجان تحت سقف واحد مع انعدام كامل للتواصل العاطفي والفكري.

يشكل الطلاق العاطفي خطراً كبيراً من الناحية النفسية والسلوكية والصحية، بل له من عواقب مؤثرة على حياة الزوجين؛ حيث تسود المشاعر السلبية والتذمر والقطيعة وانعدام المودة والحب والرغبة بين الزوجين، على الرغم من كونهما لا يزالان تحت سقف واحد. كما ينتج عنه مشاكل تضعف بنية المجتمع وتساعد على زيادة معدلات الجريمة والاضطرابات السلوكية، وإنتاج أطفال مضطربين في جميع جوانب النمو؛ وهو ما لا يجعلهم منتجين، بل مدمرين لأنفسهم ولمن حولهم (فاطمة، ص 280) كما يعرف بأنه حالة يعيش فيها الزوجان منفردين بعضهما عن بعض بالرغم من وجودهما في منزل واحد، ويعيشان في انعزال عاطفي، ولكل منهما عاداته الخاصة البعيدة عن الطرف الآخر، وينتج عن ذلك برود الحياة الزوجية وغياب الحب والرضا عن العلاقة. وهو الطلاق غير المعلن وله خطورة كبيرة. هذا الطلاق يختلف باختلاف أسبابه، وإن إمكانية إصلاحه تتعلق مباشرةً بالطرفين (عطية، 2011، ص 10)

- الاضطرابات النفسية وضعف التوافق النفسي:

اعتبر علماء النفس التوافق الزواجي حالة تظهر في تالف الزوجين وتقاربهما. فالتوافق الزواجي يتضمن التحرر النسبي من الصراع والاتفاق النسبي بين الزوج والزوجة على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة (محمد سليمان ،2005، ص26.)

فضعف التوافق النفسي يؤدي تراكم الصمت والجمود في العلاقة وإلى تدهور الصحة النفسية للأزواج.

وقد أظهرت الدراسات ارتباطاً وثيقاً بين الخرس الزواجي ومستوى التوافق النفسي:

تشير نتائج دراسة (محمد 2021) إلى أن "الخرس الزواجي يؤثر على العلاقة بين الزوجين لدرجة أصبح الانفصال بين الأزواج ظاهرة منتشرة."

وقد كشفت دراسة (عبد الحميد وعبد الفتاح 2023) عن وجود "علاقة موجبة دالة إحصائياً بين إجمالي الخرس الزواجي، وإجمالي إدمان الإنترنت"، كما أشارت إلى "وجود علاقة عكسية بين تمايز الذات والخرس الزواجي" (ص 125)، مما يعني أن انخفاض التوافق النفسي والقدرة على التميز يرتبطان ارتباطاً وثيقاً بزيادة حدة الخرس.

- الاغتراب الأسري وانهيار التفاعل الاجتماعي:

يرتبط الاغتراب الأسري ارتباطاً وثيقاً بالخرس الزواجي، بل يمكن اعتبار الخرس الزواجي أحد الأسباب الرئيسة المؤدية إلى الاغتراب الأسري. ففي الأسرة التي يسود فيها الصمت الزوجي المطول، يشعر كل من الزوجين بأنه "غريب" داخل منزله، ويعيش "عزلة عاطفية" رغم وجود الشريك (عطية، 2011، ص 10). وهذا الشعور بالغربة لا يقتصر على الزوجين فقط، بل يمتد ليشمل الأبناء الذين يعيشون في نفس البيئة المتوترة.

وقد أكدت دراسة شحاته (2022) أن "أغلب عينة الدراسة عرفت الاغتراب بأنه الإحساس بالعزلة الاجتماعية" (ص 42)، وهو ما يتطابق تماماً مع جوهر الخرس الزواجي الذي يعزل الزوجين عن بعضهما البعض وعن أفراد أسرتهما. كما أشارت الدراسة إلى أن من

أبرز أسباب الاغتراب الأسري "التفكك الأسري، وانشغال رب الأسرة من أجل زيادة الدخل، وانبهار الشباب بما هو جديد" (شحاته، 2022، ص 43)، وهذه الأسباب نفسها تؤدي إلى تعميق الخرس الزواجي.

تفسير انهيار التفاعل الاجتماعي كنتيجة للخرس الزواجي من خلال الآليات التالية: انسحاب الزوجين من الأنشطة الاجتماعية المشتركة: عندما يسود الصمت بين الزوجين، يفضل كل منهما الانفراد بنفسه، ويتجنبان الخروج معاً أو حضور المناسبات الاجتماعية، مما يحرمهما من فرص التفاعل مع الأقارب والأصدقاء. انتقال العدوى إلى الأبناء: الأبناء الذين يعيشون في بيئة يسودها الخرس الزواجي يتعلمون أن الصمت والعزلة هما السلوك الطبيعي، فيقل تفاعلهم مع أقرانهم ومع المجتمع الخارجي، وتنمو لديهم مهارات اجتماعية ضعيفة .

5)سبل علاج الخرس الزواجي:

الابتعاد عن اختلاق المشاكل: ولحل هذه المشكلة يجب أن يتفق كل من الزوجين على أمر واحد ألا وهو إيجاد حل مناسب للمشكلات والخالف، وعلى الزوجة أن تساعد الزوج في ذلك بأن تهدئ من الأمور وأن تمتص غضب زوجها في وقت المشكلة وعدم الاكتراث لتفاهات الأمور، وألا يجعلا المشاكل الصغيرة تعكر صفو حياتهما وتزعجهما وعلى كليهما الإنصات إلي الآخر.

•الصراحة: في حالة وجود شكوى من أحد الطرفين إلي الآخر فيفضل وقتها التحدث بصراحة وبوضوح حتى يتم حلها في الوقت المناسب ألن عدم التحدث عن المشاكل وعدم إيجاد الحلول لها يضعف العالقة بدرجة أكبر مما يزيد الأمر تعقيدًا.

قبول بعضهما البعض: ومن جهة المرأة عليها أن تشعر زوجها بأنها تقبله كما هو وال تريده أن يتغير أجللها فهذا الأسلوب يقربه منها بدلمن أن تشعره بعدم نجاحه في إدارة علاقتهما مما ينفره منها.

•عدم انشغال الزوجة عن زوجها: وعلى الزوجة أيضًا عدم الانشغال بالأمور آخري (السيد عبد الشافي 2021ص140).

❖ خلاصة الفصل:

في هذا الفصل تطرقنا الى الخرس الزواجي وهو حالة من الجمود العاطفي والصمت المطوَّل بين الزوجين، يؤدي إلى ضعف التواصل وغياب الحوار، وقد يكون إيجابياً (مثل الصمت للاسترخاء) أو سلبياً (مثل الصمت المتعمد الناتج عن الجفاف العاطفي).

يرجع تفسيره إلى نظريات نفسية واجتماعية، أبرزها نظرية بوين للأنظمة الأسرية، ونظرية التفاعل الرمزي، ونظرية الاستخدامات والإشباعات المرتبطة بإدمان التكنولوجيا. وتشمل أسبابه ضعف العلاقات العاطفية، وضعف المسؤوليات، والصراعات، والعوامل النفسية والاجتماعي.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

❖ تمهيد الفصل

في هذا الفصل سنحاول عرض الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية، من خلال التطرق الى نقطتين اساسيتين هما: الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية، حيث تمثلت الاولى في جمع الدراسات السابقة ومقاييس الدراسة، وتمثلت الثانية في الدراسة الاساسية بكل عناصرها.

❖ الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية من الخطوات المنهجية الأساسية التي تساعد الباحث خاصة في اطار البحوث ذات الطابع الميداني فهي تمكنه من الوقوف على أهم الاجراءات المنهجية المتمثلة في جمع الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة مجتمعة، أو احد المتغيرات .

جمع ما هو متاح من المقاييس العربية التي تقيس متغيرات الدراسة والتأكد من صلاحيتها من حيث قياسها لمتغيرات الدراسة وكذا ملائمتها للعينة وفي دراستنا هذه اخترنا المقاييس التالية:

- مقياس ادمان الأنترنت المختصر ليونغ
- مقياس الخرس الزواجي من دراسة وفاء محمد

وفي إطار الدراسة الحالية، تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة مكونة من 20 زوجًا وزوجة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من المجتمع الأصلي للدراسة، وذلك بهدف اختبار مدى وضوح فقرات كل من مقياس الإدمان الرقمي ومقياس الخرس الزواجي والتأكد من ملاءمتها لخصائص أفراد العينة.

❖ منهج الدراسة

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي، وذلك لملاءمته لطبيعة المشكلة وموضوع الدراسة، حيث يرتبط موضوعنا بتحليل العلاقات والارتباطات بين المتغيرات المدروسة

(الادمان الرقمي) (الخرس الزواجي) كما يعرف المنهج الوصفي بأنه المنهج الذي يستخدم لدراسة الواقع أو ظاهرة ما ويهتم بوصفها وصفا دقيقا والتعبير عنها كميا أو كيفيا، إذ التعبير الكيفي يعطينا وصفا للظاهرة موضحا خصائصها، في حين يعطينا التعبير الكمي وصفا رقميا موضحا مقدار هذه الظاهرة وحجمها ودرجة ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى..

حينما نرغب في معرفة العلاقات المتداخلة بين المتغيرات –مثل نوع العلاقة بين جنوح الأحداث ونشأتهم الاجتماعية، أو العلاقة بين سمات الشخصية ومستوى التحصيل –فهنا يأتي دور البحوث الارتباطية؛ ففيها تبذل المحاولات لاكتشاف العلاقات بين المتغيرات، أو توضيحها عن طريق استخدام معاملات الارتباط، ومن خلال اكتشاف هذه العلاقات يمكن التنبؤ بالمتغيرات موضوع الدراسة ".(العساف 2000 ص 271)

❖ حدود الدراسة

تُعد حدود الدراسة من العناصر الأساسية التي تساعد في تحديد نطاق البحث ومجاله، حيث توضح الإطار الذي تمت في نطاقه الدراسة، سواء من حيث المكان أو الزمن أو الفئة البشرية أو الموضوع المدروس. وقد تحددت حدود الدراسة الحالية فيما يلي:

- **الحدود المكانية**

قمنا إجراء الدراسة داخل المجتمع الجزائري، حيث شملت عينة من الأزواج المقيمين داخل ولاية الجلفة وكانت إمكانية التطبيق غير متاحة نوعا ما وتمت الدراسة من خلال استبيان الكتروني

- **الحدود الزمانية:** تمت الدراسة في الفترة الممتدة ما بين شهر فيفري 2026 إلى شهر أفريل2026–

❖ عينة الدراس:

❖*مجتمع الدراسة*

يتمثل مجتمع الدراسة في الازواج في المجتمع الجزائري بولاية الجلفة قد قمنا بتطبيق

الدراسة على عينه قدرها 40 زوج وزوجه من المجتمع الجزائري وتم اختيارهم من بين الازواج المتوفرين والذين ابدوا استعدادهم للمشاركة في الدراسة وقد تم جمع البيانات الوصول الى افراد العينة وجمع البيانات في وقت مناسب.

❖ **خصائص عينة الدراسة**

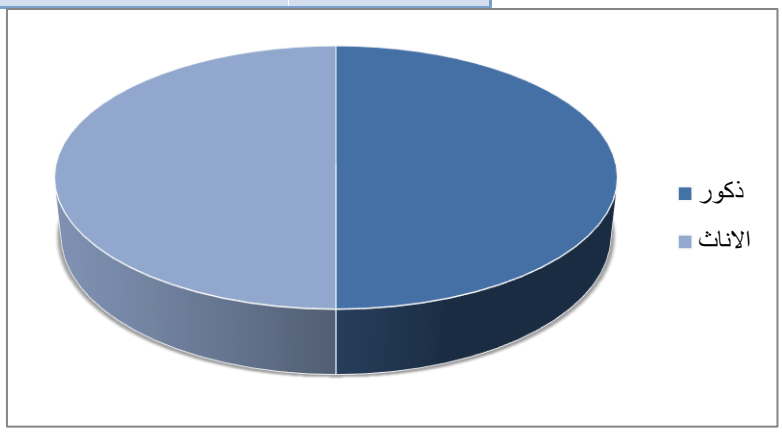
تم وصف عينة الدراسة وفق مجموعة من المتغيرات الديموغرافية التي يُحتمل أن يكون لها تأثير في متغيرات الدراسة، وذلك بهدف التعرف على خصائص أفراد العينة وتحليل الفروق بينهم.

تم توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس إلى فئتين هما الذكور والإناث، وذلك بهدف دراسة الفروق المحتملة بينهما في مستوى الإدمان الرقمي والخرس الزواجي.

وقد جاء توزيع العينة حسب الجنس كما يلي:

جدول (1) توزيع افرا العينة حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكور	40	50
اناث	40	50
المجموع	80	100



الشكل (1) يوضح: توزيع افراد عينة الدراسة حسب الجنس

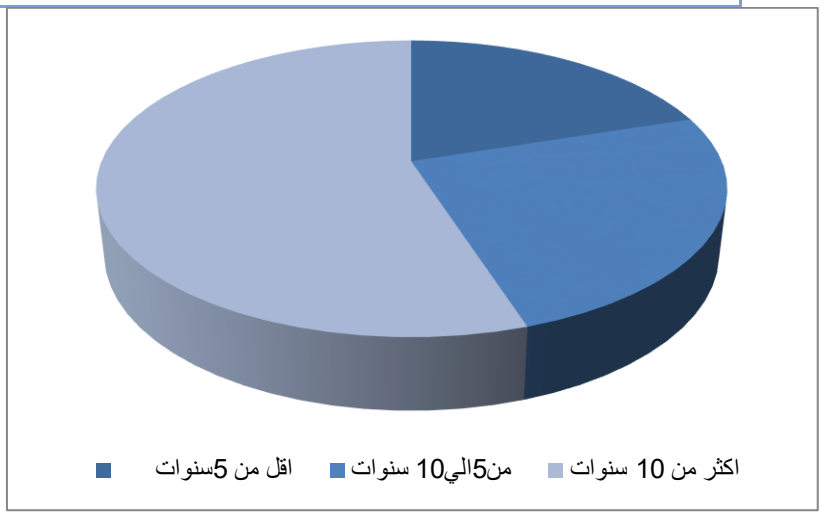
ويُظهر هذا التوزيع توازنًا بين الذكور والإناث داخل العينة، مما يتيح إجراء المقارنات الإحصائية بين الجنسين بدقة وموضوعية.

تم تصنيف أفراد العينة حسب عدد سنوات الزواج، وذلك نظرًا لأهمية هذا المتغير في التأثير على طبيعة العلاقة الزوجية ومستوى التواصل بين الزوجين.

وقد تم تقسيم أفراد العينة إلى ثلاث فئات كما يلي:

جدول رقم(2) توزيع افراد العينة حسب سنوات الزواج

سنوات الزواج	العدد	النسبة
اقل من 5سنوات	16	20
من5الي 10 سنوات	20	25
اكثر من 10 سنوات	44	55
المجموع	80	100



الشكل (2) يوضح : توزيع افراد عينة الدراسة حسب عدد سنوات الزواج

افراد العينة حسب سنوات الزواج ويُعد هذا التقسيم مناسبًا لدراسة الفروق المحتملة في مستوى الخرس الزواجي والإدمان الرقمي تبعًا لمدة الزواج.

❖ أدوات الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على أداتين رئيسيتين لقياس متغيراتها، وهما:

- مقياس الإدمان الرقمي
- مقياس الخرس الزواجي

❖ أولاً: مقياس يونغ لإدمان الانترنت (المختصر)

مقياس إدمان الإنترنت: تم استخدام اختبار يونج الاستخدام الإنترنت(1996) الذي ترجمه وقننه في البيئة العربية الدكتور إبراهيم الشافعي إبراهيم)2009(والذي يتكون من 20 عبارة.

وللإجابة على المقياس يختار المفحوص بين بدائل (5)لا يحدث مطلقا لا يحدث غالبا, يحدث أحيانا، يحدث كثيرا, يحدث تماما (بين درجات (1،2،3،4،5)وقد تم تقنين المقياس من قبل الدكتور إبراهيم حيث تم تحقق من صدق الاختبار في صورته العربية. وقد تم حساب صدق الاختبار من قبل صاحبه من خلال الصدق التجريبي بحساب معامل الارتباط بين درجات عينته من (211) طالب من جامعة السعودية ومقياس كابلان فكانت قيمة الارتباط ر=0.082 وهي دالة عند مستوى > 0 كما تم حساب التماسك الداخلي بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية ودرجة كل عبارة تراوحت قيم معاملات الارتباط بين(0.65 و0.88) وهي دالة عند مستوى>0.أما الثبات فقد تم

التحقق منه عن طريق إعادة الاختبار بفاصل زمني قدر 4 أسابيع .فكان معامل الارتباط 0.89 وهو دال عند مستوى>0.وحساب معامل ألفا كرونباخ حيث وجد انه=0.86 وهو يدل على ثبات مرتفع .

❖ مفتاح تصحيح مقياس ادمان الانترنت

- ✓ **لا يحدث مطلقاً 1**
- ✓ **لا يحدث غالباً 2**
- ✓ **يحدث أحياناً 3**
- ✓ **يحدث كثيراً 4**
- ✓ **يحدث تماماً 5**

ملاحظة: جميع العبارات موجبة (كلما زادت الدرجة، زاد مستوى إدمان الإنترنت)

حساب الدرجة الكلية:

الدرجة الدنيا: 20 × 1 = 20

الدرجة القصوى: 20 × 5 = 100

3تصنيف مستوى الإدمان (وفقاً لتقديرات يونغ المعتمدة في الدراسات)

المجموع:

20 – 39 مستخدم عادي (لا توجد مشكلة)

40 – 69 مستخدم مفرط (يعاني مشكلة محتملة – يحتاج إلى مراقبة)

70 – 100 مدمن إنترنت (مشكلة حادة – يحتاج إلى تدخل(

❖ ثانياً: مقياس الخرس الزواجي

اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس الخرس الزواجي المستخدم في دراسة وفاء محمد (2021) بعنوان:

"مواقع التواصل الاجتماعي والخرس الزوجي: دراسة ميدانية على عينة من الأزواج بمدينة سوهاج"

❖ مفتاح تصحيح مقياس الخرس الزوجي:

يتكون مقياس الخرس الزوجي من 15 عبارة جميعها موجبة، صُممت وفق تدريج ليكرت الخماسي حيث تُمنح الدرجة 5 لـ"أوافق بشدة"، 4 لـ"أوافق"، 3 لـ"غير متأكد"، 2 لـ"أعارض"، و1 لـ"أعارض بشدة".

❖ الخصائص السيكو مترية للمقياس

وقد تمتع المقياس بخصائص سيكو مترية جيدة: إذ تم التحقق من صدقه الظاهري بعرضه على 13 محكماً من المتخصصين في علم النفس والاجتماع، وحظيت جميع العبارات باتفاق نسبته 80% على جودة الصياغة وانتمائها للبعد المخصص لها، كما تم حساب صدق الاتساق الداخلي عبر معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية للمحور، وكانت جميعها دالة إحصائياً. أما الثبات، فقد تم تقديره بطريقة ألفا كرونباخ، وبلغت قيمته 0.89، وهو ما يشير إلى ثبات مرتفع للمقياس. وتُحسب الدرجة الكلية بجمع

درجات العبارات الخمسة عشر، وتتراوح بين 15 (أدنى خرس زوجي) و75 (أعلى خرس زوجي)، وكلما زادت الدرجة زاد مستوى الخرس الزوجي لدى الفرد .

- ✓ الدرجة الدنيا: 15 × 1 = 15
- ✓ الدرجة القصوى: 15 × 5 = 75
- ✓ الدرجة المتوسطة: 45
- ✓ **الثبات :**

لقياس مدى ثبات أدوات الدراسة استخدمنا (معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha (α)) للتأكد من ثبات أدوات الدراسة، والجدول رقم (1) يوضح معامل الثبات لمقياسي الإدمان الرقمي والخرس الزواجي.

جدول رقم (2): يوضح معامل الثبات لمقياسي الإدمان الرقمي والخرس الزواجي.

المقياس	العينة	عدد العبارات	ثبات المقياس
الإدمان الرقمي	20	20	0.778
الخرس الزواجي		15	0.766

يتضح من الجدول رقم (1): أن معامل الثبات العام لمقياس الإدمان الرقمي يقدر ب (0.778) لإجمالي فقرات المقياس العشرون 20، كما يقدر ثبات مقياس الخرس الزواجي ب (0.766)، وهذه القيم تشير إلى أن المقياسين لهما درجة عالية من الثبات؛ وبالتالي يمكن الاعتماد عليهما في التطبيق الميداني للدراسة بحسب مقياس نانلي والذي اعتمد على 0.70 كحد أدنى للثبات.

(Nunnally & Bernstein, 1994, pp. 264-265).

- ✓ **الثبات:**

لقد تم التحقق من الصدق باستخدام الصدق التمايزي او ما يسمى صدق المقارنة الطرفية. صدق المقارنة الطرفية يقوم بحساب الفروق بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا التي لها درجات كبيرة في الدرجة الكلية للمقياس.

جدول رقم (3): الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لمقياسي الإدمان الرقمي والخرس الزواجي:

المقياس	مجموعة دنيا	مجموعة عليا	معامل Ttest	DF	قيمة الدلالة
الإدمان الرقمي	31.83	52.16	7.41	10	0.000
الخرس الزواجي	27.16	42.83	5.24		0.000

من نتائج الجدول رقم (2): نجد أن معاملات الفروق بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا لمقياسي الإدمان الرقمي والخرس الزواجي دالة إحصائيا عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 10 حيث كان معامل الفروق (7.41) لمقياس الإدمان الرقمي أين بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا 31.83 و52.16 للمجموعة العليا، من جهة أخرى كان معامل الفروق للخرس الزواجي يقدر ب (5.24) أين بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا 27.16 و42.83 بالنسبة للمجموعة العليا. وعليه يمكن القول إن المقاييس صادقة كونها قادرة على التفريق بين منخفضي الأداء ومرتفعي الأداء، فالمقاييس صادقة ويمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني لإجراءات الدراسة.

بعد التأكد الحسابي من قيم الصدق والثبات المرتفعة، فهذا يثبت مدى نجاعة وصلاحية المقياسين في قياس السمات الخاصة بهما، وبالتالي يمكن الاعتماد عليهما أثناء عملية جمع البيانات والمعلومات في التطبيق الميداني للدراسة.

❖ الاساليب الاحصائية :

تم تحليل بيانات الدراسة باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) للإجابة عن أسئلة الدراسة واختبار فرضياتها. اعتمدنا على الأساليب الإحصائية التالية:

- **معامل ألفا كرونباخ**

اعتمدت الباحثة على بعض الأساليب الإحصائية بهدف تسهيل عملية العرض والتحليل و التفسير .

- **الإحصاء الوصفي (المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية)**

استخدمناه لوصف خصائص عينة الدراسة وتوزيعها. و تحديد المستوى العام لاستجابات أفراد العينة على متغيري الدراسة .

- **اختبار "ت" لعينة واحدة :(T-test)**

استخدم لاختبار الفرضية الأولى، بمقارنة المتوسط الحسابي الحقيقي (الواقعي) للمتغيرات مع المتوسّط الفرضي (النظري) لتحديد ما إذا كانت مستويات الإدمان الرقمي والخرس الزواجي مرتفعة أو منخفضة لدى أفراد العينة.

- **معامل ارتباط بيرسون**

استخدم لاختبار الفرضية الثانية، للكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية واتجاهها وقوتها بين متغيري الإدمان الرقمي والخرس الزواجي.

- **اختبار "ت" للعينات المستقلة**

استخدم لاختبار الفرضية الثالثة(المقارنة بين الجنسين) وأيضاً للتحقق من الصدق التمايزي (صدق المقارنة الطرفية) في الدراسة الاستطلاعية.

- **تحليل التباين الأحادي :(One-Way ANOVA)**

استخدم لاختبار الفرضية الرابعة، للكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الدراسة ترجع لمتغير "سنوات الزواج" (الذي يحتوي على أكثر من فئتين).

الفصل الخامس

مناقشة نتائج الدراسة

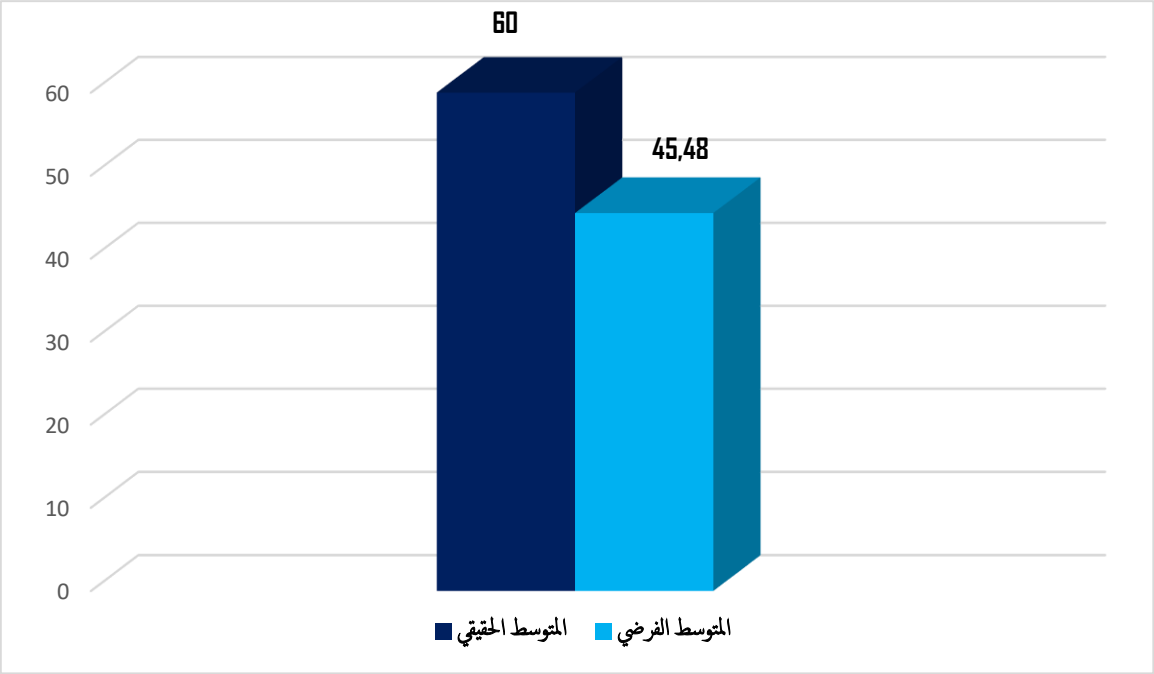
عرض تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية : توجد مستويات مرتفعة لكلٍّ من الخرس الزواجي والإدمان الرقمي لدى أفراد عينة الدراسة.

الجدول (4): يوضح مستوى الإدمان الرقمي بتحديد الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي

المتوسط	المتوسط الحسابي $\overline{X}$	الإنحراف المعياري S	اختبار Ttest	درجة الحرية Df	مستوى الدلالة α	الدلالة المعنوية Sig
الحقيقي	45.48	13.53	9.59	79	0.05	0.00
الفرضي	60	00				

من الجدول رقم (3): نلاحظ أن قيمة المتوسط الحقيقي للإدمان الرقمي للأزواج هو (45.48)، وقيمة الانحراف المعياري (13.53). بينما قدر المتوسط الحسابي الفرضي (60). كما نلاحظ أن قيمة معامل النسية التائية T هي (9.59) عند درجة حرية (79) ومستوى دلالة (0.05). وكانت قيمة الدلالة المعنوية(0.000) sig ، وبمقارنة الدلالة المعنوية مع مستوى الدلالة نجد أن0.05 =α >0.00= sig ؛ فالاختبار دال إحصائيا. وعليه يمكن القول إنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحقيقي والفرضي للإدمان الرقمي لدى الأزواج، وبمقارنة المتوسطين نجد أن المتوسط الحقيقي أقل من المتوسط الفرضي، وهذا ما يشير إلى أن هناك اتجاه سلبي للإدمان الرقمي مما يشير إلى مستويات منخفضة من الإدمان الرقمي وعزوف الأزواج عن الاستخدام المكثف التكنولوجيا.



الشكل رقم (3): يبين مستويات واتجاه الأزواج في الإدمان الرقمي بتحديد الفرق بين المتوسط الحقيقي والمتوسط الفرضي

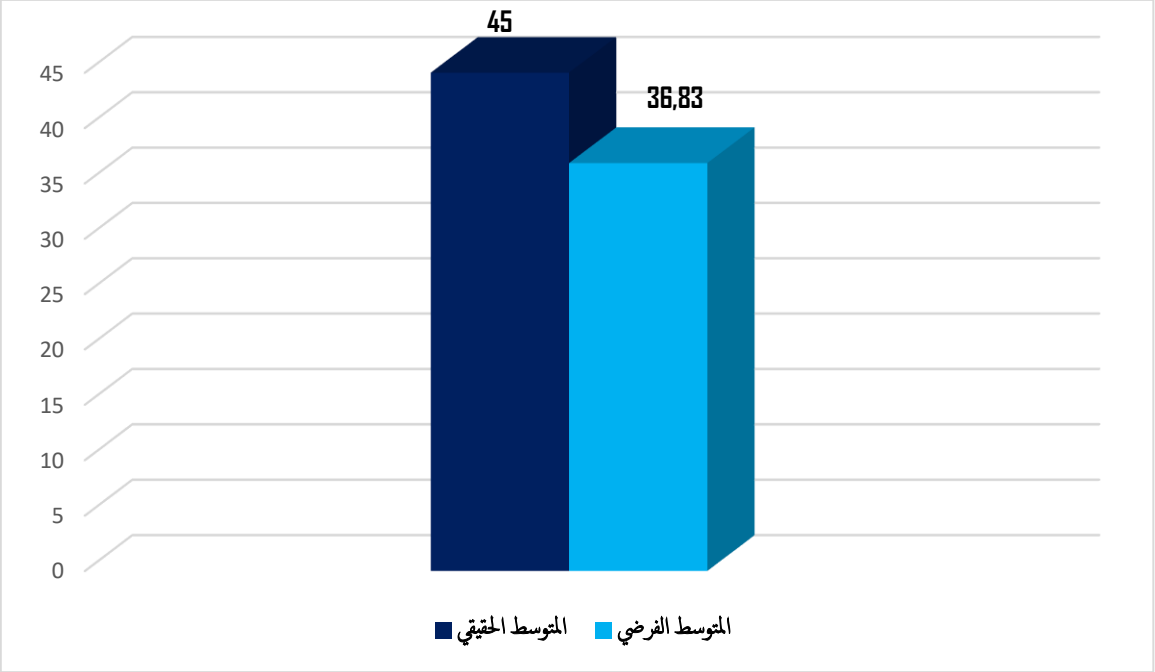
الجدول (4): يوضح مستوى الخرس الزواجي بتحديد الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي

المتوسط	المتوسط الحسابي $\bar{X}$	الانحراف المعياري S	اختبار Ttest	درجة الحرية Df	مستوى الدلالة α	الدلالة المعنوية Sig
الحقيقي	36.83	11.29	6.47	79	0.05	0.00
الفرضي	45	00				

من الجدول رقم (4): نلاحظ أن قيمة المتوسط الحقيقي للخرس الزواجي للأزواج هو(36.83)، وقيمة الانحراف المعياري (11.29). بينما قدر المتوسط الحسابي الفرضي (45). كما نلاحظ أن قيمة معامل النسبة التائية T هي (6.47) عند درجة حرية(79) ومستوى دلالة (0.05). وكانت قيمة الدلالة المعنوية(0.00) sig ، وبمقارنة الدلالة المعنوية مع مستوى الدلالة نجد أن0.05 =α >0.00= sig ؛ فالاختبار دال إحصائيا.

وعليه يمكن القول إنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحقيقي والفرضي للخرس الزواجي لدى الأزواج، وبمقارنة المتوسطين نجد أنا المتوسط الحقيقي أقل من المتوسط

الفرضي، وهذا ما يشير إلى أن هناك اتجاه سلبي للخرس الزواجي ما يشير إلى مستويات منخفضة من الخرس الزواجي و تواصل الأزواج بشكل عادي.



الشكل رقم (4): يبين مستويات واتجاه الأزواج في الخرس الزواجي بتحديد الفرق بين المتوسط الحقيقي والمتوسط الفرضي

مناقشة نتائج الفرضية:

نصت الفرضية الأولى على: وجود مستويات مرفعة ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى الأزواج. من خلال نتائج الجدول رقم (3) الخاص باختبار النسبة التائية لعينة واحدة لتحديد الفروق ومستوى الإدمان الرقمي ونتائج الجدول (4) الخاص باختبار النسبة التائية لعينة واحدة لتحديد الفروق ومستوى الخرس الزواجي، كان نتيجة الاختبار دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 79 لكلا المقياسين أين أظهرت النتائج وجود دلالة إحصائية تشير إلى وجود فروق بين المتوسط الحقيقي والفرضي في مقياسي الخرس الزواجي والإدمان الرقمي وكان المتوسط الفرضي هو الأكبر من المتوسط الحقيقي، وهذا ما يشير إلى أن هناك اتجاه سلبي او مستوى منخفض في الإدمان الرقمي و الخرس الزواجي للأزواج .

حيث تتعارض هذه النتيجة مع دراسة وفاء محمد (2021) التي اشارت الى انتشار ظاهرة الخرس الزواجي لدى عينة الازواج ومع ما وجدته دراسة مؤيد وأخرون (2020) من وجود مستوى مرتفع من ادمان الانترنت لدى طلبة الجامعة ومع واكدت دراسة (ذياب سليمة والازهر ضيف) ان الاستخدام المفرط لشبكات التواصل الاجتماعية يؤدي لعزلة بعض الازواج عن علاقتهم الزوجية رغم تواجدهم في البيت واحد.

أظهرت نتائج الدراسة عدم تحقق هذه الفرضية، حيث تبين أن مستويات الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى أفراد العينة جاءت متفاوتة (منخفضة)، إذ كان المتوسط الحسابي أقل من المتوسط الفرضي في كلا المقياسين.ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن أفراد العينة قد يتمتعون بدرجة من الوعي بأهمية التواصل الزواجي، مما يساعد على تقليل مظاهر الخرس الزواجي لديهم. كما قد يكون للأعراف الاجتماعية والثقافية في المجتمع الجزائري دور في الحفاظ على التماسك الأسري وتشجيع التواصل بين الزوجين، الأمر /لذي يسهم في خفض مستويات الصمت الزواجي. أما فيما يتعلق بانخفاض مستوى الإدمان الرقمي، فقد يعود ذلك إلى وجود نوع من التوازن في استخدام الوسائل الرقمية حيث يستخدمها الأزواج لأغراض ضرورية دون الوصول إلى مستوى الاستخدام المرضي. كما قد تلعب المسؤوليات الأسرية والمهنية دوراً في الحد من الاستخدام المفرط للتكنولوجيا. تشير هذه النتيجة إلى أن الخرس الزواجي والإدمان الرقمي لا يمثلان ظاهرة مرتفعة الانتشار لدى أفراد العينة، وهو ما يعكس درجة من الاستقرار النسبي في العلاقات الزوجية.

مناقشة نتائج الفرضية الثانية

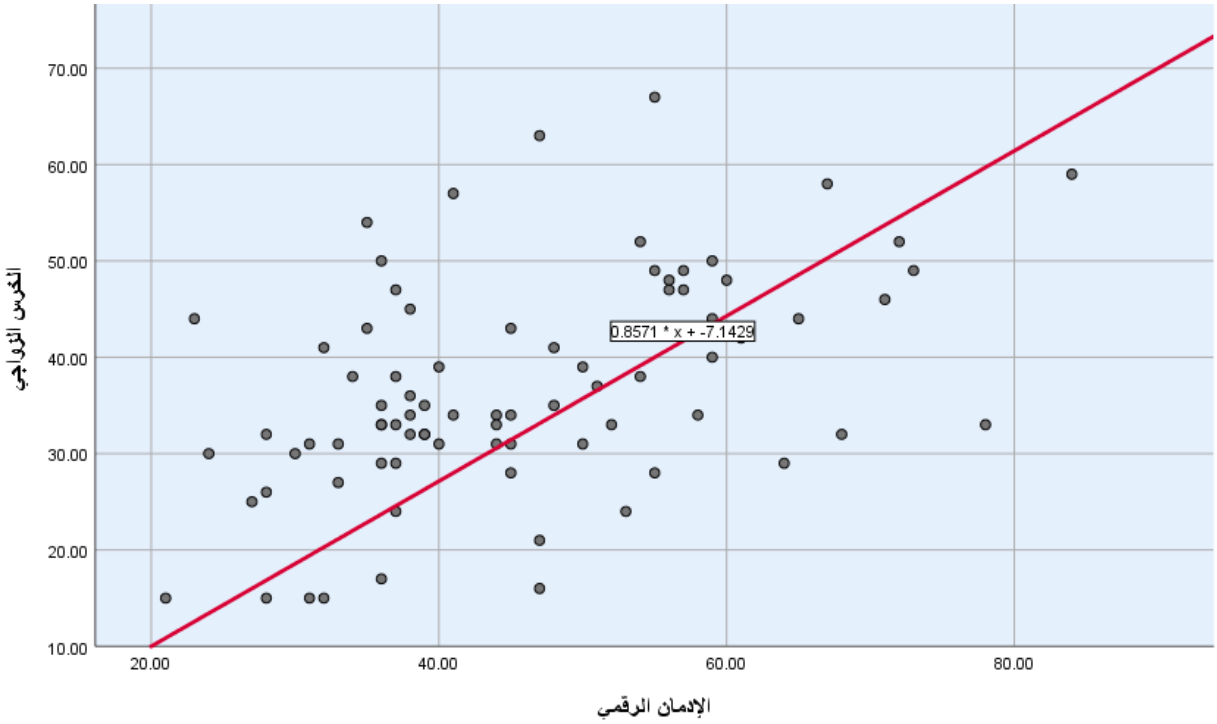
نص الفرضية: توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى عينة من الأزواج في المجتمع الجزائري. وللتحقق من نص الفرضية استخدمنا

معامل الارتباط بيرسون(R) وذلك للتحقق من وجود علاقة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير الادمان الرقمي والخرس الزواجي وهذا ما يوضحه الجدول الموالي.

الجدول رقم (6): يوضح نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي.

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
الإدمان الرقمي	45.48	13.53	0.48	78	0.05	0.00	دال
الخرس الزواجي	36.82	11.29					

يتضح من خلال **الجدول رقم (5):** ان المتوسط الحسابي للإدمان الرقمي هو (45.48) بانحراف معياري (13.53). والمتوسط الحسابي للخرس الزواجي هو (36.82) بانحراف معياري (11.29). كما نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط RP هي (0.48) عند درجة حرية (78) ومستوى دلالة (0.05). وكانت قيمة الدلالة المعنوية (sig 0.00) بمقارنة الدلالة المعنوية مع مستوى الدلالة نجد أن $\alpha = 0.05 > sig = 0.00$ وعليه الاختبار دال إحصائيا. مما يعني وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين الادمان الرقمي والخرس الزواجي وبالتالي نقبل الفرضية ككل مما يؤكد صحة الفرضية.



الشكل رقم 6): يوضح العلاقة بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي

تشير نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين الادمان الرقمي والخرس الزواجي، حيث بلغ معامل الارتباط مستوى متوسطاً. يشير ذلك إلى أن ارتفاع مستوى الإدمان الرقمي لدى الأزواج يرتبط بزيادة مستوى الخرس الزواجي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء التأثيرات النفسية والاجتماعية للاستخدام المفرط للتكنولوجيا، حيث يؤدي الانشغال المستمر بالأجهزة الرقمية مثل الهواتف الذكية ومواقع التواصل الاجتماعي إلى تقليل فرص التواصل المباشر بين الزوجين، وهو ما ينعكس سلباً على جودة الحوار الزواجي. فالتواصل الزواجي يعد من أهم ركائز العلاقة الزوجية السليمة، وأي خلل في التواصل يؤدي إلى تراجع التفاهم والتقارب العاطفي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في إطار نظرية الإزاحة الاجتماعية التي ترى أن الوقت الذي يقضيه الفرد في استخدام الوسائل الرقمية يكون على حساب الأنشطة الاجتماعية الواقعية، ومنها التفاعل اللفظي بين الزوجين، مما يؤدي إلى زيادة احتمالية حدوث الخرس الزواجي.

وتتفق هذه النتيجة مع عدد من الدراسات التي أشارت إلى وجود علاقة بين الاستخدام المفرط للتكنولوجيا وضعف التواصل الأسري، كدراسة وفاء محمد (2021) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الادمان الرقمي و الخرس الزواجي و دراسة احمد الحويج (2021) اكدت وجود علاقة موجبة بين ادمان الانترنت و العزلة الاجتماعية و هذا ما يتوافق مع دراسة(سحاري مصطفى و بوهدة خير الدين) التي اوضحت نتائجها بان اهم التأثيراتالسلبية لمواقع التواصل الاجتماعي هو العزلة عن الاسرة كما انها تلغي دورالاسرة في النقاش و تبادل الافكار و الآراء أي غياب التواصل بين افراد الاسرة خاصة الازواج و هذا ما اشارت اليه دراستنا بالخرس الزواجي و بذلك تدعم نتائج الفرضية .

عرض تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس (ذكر – أنثى).

الجدول (7): يوضح الفرق بين الجنسين في الإدمان الرقمي

الإدمان الرقمي	العينة	المتوسط الحسابي $\overline{X}$	الانحراف المعياري S	اختبار Ttest	درجة الحريةDf	مستوى الدلالةα	الدلالة المعنوية Sig
ذكور	40	48.05	15.47	1.71	78	0.05	0.09
إناث	40	42.92	10.85				

من الجدول رقم (7): نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي في الإدمان للذكور هو (48.05)، وقيمة الانحراف المعياري (15.47). بينما بلغ المتوسط الحسابي للإناث (42.92) بانحراف معياري (10.85). كما نلاحظ أن قيمة معامل النسية التائية T هي (1.71) عند درجة حرية (78) ومستوى دلالة (0.05). وكانت قيمة الدلالة المعنوية(0.09) sig ،

وبمقارنة الدلالة المعنوية مع مستوى الدلالة نجد أن 0.05 =α <0.09= sig ؛ فالاختبار غير دال إحصائيا.

وعليه يمكن القول إنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الإدمان الرقمي لدى الأزواج.

الجدول (8): يوضح الفرق بين الجنسين في الخرس الزواجي

الخرس الزواجي	العينة	المتوسط الحسابي $\bar{X}$	الإنحراف المعياري S	اختبار Ttest	درجة الحرية Df	مستوى الدلالةα	الدلالة المعنوية Sig
ذكور	40	35.22	10.75	1.27	78	0.05	0.200
إناث	40	38.42	11.72				

من الجدول رقم (8): نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي في الخرس الزواجي للذكور هو (35.22)، وقيمة الانحراف المعياري (10.75). بينما بلغ المتوسط الحسابي للإناث (38.42) وبانحراف معياري (11.72). كما نلاحظ أن قيمة معامل النسية التائية T هي (1.27) عند درجة حرية (78) ومستوى دلالة (0.05). وكانت قيمة الدلالة المعنوية sig (0.20)، وبمقارنة الدلالة المعنوية مع مستوى الدلالة نجد أن0.05 =α <0.20= sig ؛ فالاختبار غير دال إحصائيا.

وعليه يمكن القول إنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الخرس الزواجي لدى الأزواج.

مناقشة نتائج الفرضية:

نصت الفرضية الثالثة على: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى الأزواج تعزى لمتغير الجنس. من خلال نتائج الجدول رقم (6) الخاص باختبار النسبة التائية الفروق بين الذكور و الإناث في مستوى الإدمان الرقمي و نتائج الجدول (7) الخاص باختبار النسبة التائية للفروق بين الذكور و الإناث في مستوى الخرس الزواجي، كان نتيجة الاختبار غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0,05 و درجة حرية 78 لكلا المقياسين أين أظهرت النتائج عدم وجود دلالة إحصائية تشير إلى وجود فروق بين الجنسين في مقياسي الخرس الزواجي و الإدمان الرقمي هذا يشير إلى أن متغير الجنس لا يؤثر على الإدمان الرقمي و الخرس الزواجي للأزواج بل يرجع لعوامل أخرى. وهذا ما يتعارض مع الفرضية الثالثة ويثبت عدم تحقق الفرضية .

أظهرت نتائج الدراسة عدم تحقق هذه الفرضية، حيث لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الإدمان الرقمي أو الخرس الزواجي. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة مؤيد و اخرون (2020) ودراسة وفاء محمد (2021) التي توصلت لعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في ادمان الانترنت والخرس الزواجي كما تتمشى مع دراسة اسماعيل ارناؤوط (2008) في ان انماط الادمان قد تتشابه بين الجنسين في بعض الصياغات الثقافية، وتختلف مع دراسة نهى احمد (2016) التي وجدت فروق حسب المرحلة التعليمية وليس الجنس مباشرة ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن استخدام التكنولوجيا أصبح سلوكاً شائعاً بين كلا الجنسين، ولم يعد مقتصراً على فئة دون أخرى، حيث يشترك الذكور والإناث في استخدام الوسائل الرقمية لأغراض متعددة مثل التواصل والعمل والترفيه. كما يمكن تفسير عدم وجود فروق بين الجنسين في الخرس الزواجي بأن مشكلات التواصل الزواجي ترتبط بعوامل نفسية واجتماعية مشتركة بين الزوجين، مثل الضغوط الحياتية أو ضعف مهارات التواصل، أكثر من ارتباطها بنوع الجنس. *وتشير هذه النتيجة إلى أن تأثير التكنولوجيا* على التواصل الزواجي لا يختلف بشكل كبير بين الذكور والإناث، بل يخضع لعوامل أخرى أكثر تأثيراً.

عرض تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير سنوات الزواج.

الجدول رقم (9): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للإدمان الرقمي حسب سنوات الزواج.

الفئة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أقل من 5 سنوات	16	40.00	12.60
من 5 إلى 10 سنة	20	48.10	13.40
أكثر من 10 سنوات	44	46.29	13.65

من الجدول رقم (9): نجد أن المتوسط الحسابي للإدمان الرقمي لفئة أقل من 5 سنوات زواج هو (40.0) بانحراف معياري (12.6). ونجد أن المتوسط الحسابي لفئة من 5 إلى 10 سنوات هو (48.10) بانحراف معياري (13.40). بينما بلغ المتوسط الحسابي لفئة أكثر من 10 سنوات (46.29) بانحراف معياري (13.65)..

الجدول رقم (10): يبين الفروق في مستوى الإدمان الرقمي لدى الأزواج بالنسبة لسنوات الزواج.

	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالةα	الدلالة المعنوية sig
بين المجموعات	647.02	2	323.52	1.80	0.05	0.172
داخل المجموعات	13816.959	77	179.44			
المجموع	14463.987	79				

من خلال الجدول نلاحظ أن مجموع المربعات بين المجموعات (647.02) وبلغ (13816.959) داخل المجموعات وكان المجموع الكلي (14463.987) وبلغ متوسط المربعات بين المجموعات (323.52) وداخل المجموعات (179.44) وبالنسبة لدرجة الحرية الكلية فكانت 79 ودرجة الحرية بين المجموعات 2 واما بالنسبة لداخل المجموعات فكانت قيمتها 77 وبلغت قيمة (1.80) F وقيمة الدلالة المعنوية 0.172

وبمقارنة الأخيرة بمستوى الدلالة نجد أن $sig=0.172 > \alpha=0.05$ وبالتالي الاختبار غير دال إحصائيا. وعليه يمكن القول إنه ليست هناك فروق ذات دلالة احصائية بين مستويات سنوات الزواج في مستوى الإدمان الرقمي لدى الأزواج

الجدول رقم (11): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للخرس الزواجي بالنسبة لسنوات الزواج.

الفئة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أقل من 5 سنوات	16	32.18	10.16
من 5 إلى 10 سنة	20	40.85	12.43
أكثر من 10 سنوات	44	36.68	10.69

من الجدول رقم (11): نجد أن المتوسط الحسابي للخرس الزواجي لفئة أقل من 5 سنوات زواج هو (32.18) بانحراف معياري (10.16). ونجد أن المتوسط الحسابي لفئة من 5 إلى 10 سنوات هو (40.85) بانحراف معياري (12.43). بينما بلغ المتوسط الحسابي لفئة أكبر من 10 سنوات (36.68) بانحراف معياري (10.69).

الجدول رقم (12): يبين الفروق في مستوى الخرس الزواجي لدى الأزواج بالنسبة لسنوات الزواج.

	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالةα	الدلالة المعنوية sig
بين المجموعات	669.02	2	334.51	2.73	0.05	0.071
داخل المجموعات	9404.53	77	122.13			
المجموع	10073.55	79				

من خلال الجدول (12)نلاحظ أن مجموع المربعات بين المجموعات (669.02) وبلغ (9404,53) داخل المجموعات وكان المجموع الكلي (10073.55) وبلغ متوسط المربعات بين المجموعات

(334.51) وداخل المجموعات (122.13) وبالنسبة لدرجة الحرية الكلية فكانت 79 ودرجة الحرية بين المجموعات 2 واما بالنسبة لداخل المجموعات فكانت قيمتها 77 وبلغت قيمة (2.73) F وقيمة الدلالة المعنوية 0.071 وبمقارنة الأخيرة بمستوى الدلالة نجد أن $\alpha=0.05$ > $sig=0.071$ وبالتالي الاختبار غير دال إحصائيا.

وعليه يمكن القول انه ليست هناك فروق ذات دلالة احصائية بين مستويات سنوات الزواج في مستوى الخرس الزواجي لدى الأزواج.

مناقشة نتائج الفرضية:

نصت الفرضية الثالثة على: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى الأزواج تعزى لمتغير مدة الزواج. من خلال نتائجالجدول رقم (9) الخاص باختبار تحليل التباين الأحادي لحساب الفروق بين مستويات مدة الزواج في مستوى الإدمان الرقمي و نتائج الجدول (10) الخاص باختبار تحليل التباين الأحادي لحساب الفروق بين مستويات مدة الزواج في مستوى الخرس الزواجي كان نتيجة الاختبار غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 و درجة حرية كلية 119 لكلا المقياسين أين أظهرت النتائج عدم وجود دلالة إحصائية تشير إلى وجود فروق بين مستويات سنوات الزواج و مقياسي الخرس الزواجي و الإدمان الرقمي، و هذا ما يشير إلى أن متغير سنوات الزواج لا يؤثر على الإدمان الرقمي و الخرس الزواجي للأزواج بل يرجع لعوامل أخرى. وهذا ما يتعارض مع الفرضية الرابعة ويثبت عدم تحقق الفرضية .

أظهرت نتائج الدراسة عدم تحقق هذه الفرضية، حيث لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين فئات سنوات الزواج المختلفة في كل من الإدمان الرقمي والخرس الزواجي، فتختلف هذه النتيجة جزئيا مع ما وجدته دراسة وفاء محمد (2021) التي اشارت الى تأثر الخرس الزواجي بعدد سنوات الزواج .

كما تتعارض مع دراسة نهى احمد (2016) التي كشفت عن فروق في التواصل الزواجي تبعا لبعض المتغيرات الديموغرافية، ومع ذلك تتوافق نتيجة دراستنا مع دراسة ابراهيم (2020) التي لم تربط بشكل مباشر بين مدة الزواج والخرس الزواجي عند ضبط العوامل الاخرى.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن استخدام التكنولوجيا أصبح جزءاً من الحياة اليومية لدى مختلف الأزواج بغض النظر عن مدة الزواج، حيث تتشابه أنماط الاستخدام التكنولوجي بين الأزواج حديثي الزواج وذوي الخبرة الطويلة في الزواج.

كما أن مهارات التواصل الزواجي قد تتشكل في المراحل الأولى من الزواج وتستمر مع مرور الوقت، مما يجعل مدة الزواج عاملاً غير حاسم في تحديد مستوى الخرس الزواجي.

وتشير هذه النتيجة إلى أن عوامل أخرى مثل مستوى الوعي الأسري أو طبيعة العلاقة الزوجية قد تكون أكثر تأثيراً من مدة الزواج في تحديد مستوى التواصل بين الزوجين.

الاستنتاج العام:

سعت هذه الدراسة الى تحقيق جمله من الاهداف من خلال التعرف على طبيعة العلاقة بين الادمان الرقمي والخرس الزواج لدى عينة من الأزواج في المجتمع الجزائري حيث تشكلت عينه الدراسة من 40 زوج وزوجه ورقه اكتشفت هذه الدراسة عن نتائج قد تكون ذات اهميه في فهم بعض الجوانب التي تتعلق بسيكولوجيه الازواج وقد اشارت نتائج الى ما يلي:

- ✓ وجود مستويات متفاوتة بين للإدمان الرقمي الخرس الزواجي لدى عينة دراسة
- ✓ وجود علاقه ارتباطيه الإحصائية لكل من الادمان الرقمي و الخرس الزواجي
- ✓ لا توجد فروق ذات دلاله الإحصائية لكل الادمان الرقمي هو الخرس زواجي لدى متغير الجنس ذكر وانثى.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية لكل الادمان الرقمي والخرس الزواجي لدى متغير عدد سنوات الزواج.

كما أظهرت نتائج الدراسة الاستطلاعية أن أدوات الدراسة تتمتع بدرجة جيدة من الثبات حيث بلغ معامل الثبات لمقياس الإدمان الرقمي (0.778) ولمقياس الخرس الزواجي (0.766)، وهي قيم تفوق الحد الأدنى علمياً (0.70)، مما يدل على إمكانية الاعتماد على هذه الأدوات في التطبيق الميداني.

كما أكدت نتائج الصدق باستخدام المقارنة الطرفية وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين العليا والدنيا، مما يدل على صدق المقاييس وقدرتها على التمييز بين الأفراد.

تشير نتائج الدراسة بشكل الكلي إلى أن الإدمان الرقمي يمثل أحد العوامل المرتبطة بضعف التواصل الزواجي بحيث تبين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي، مما يدل على أن هذه الظاهرة ترتبط بعوامل نفسية واجتماعية مشتركة بين الأزواج.

وتبرز أهمية هذه الدراسة في تسليط الضوء على ضرورة توعية لأزواج بمخاطر الاستخدام المفرط للتكنولوجيا، وتشجيعهم على تنمية مهارات التواصل الزواجي لما لذلك من دور مهم في تحقيق التوافق الزواجي والاستقرار الأسري.

الخاتمة

الخاتمة:

في ظل التطور التكنولوجي المتسارع الذي يشهده العالم في العصر الحديث، أصبح استخدام الوسائل الرقمية جزءاً لا يتجزأ من الحياة اليومية للأفراد، حيث ساهمت هذه الوسائل في تسهيل التواصل وتبادل المعلومات، إلا أن الإفراط في استخدامها قد يؤدي إلى ظهور العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية، ومن أبرزها الإدمان الرقمي وتأثيره على طبيعة العلاقات الإنسانية، خاصة العلاقة الزوجية. وجاءت هذه الدراسة بهدف الكشف عن العلاقة بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى عينة من الأزواج في المجتمع الجزائري، وذلك من خلال التعرف على مستوى كل من الإدمان الرقمي الخرس الزواجي، ودراسة الفروق تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية مثل الجنس وسنوات الزواج، إضافة إلى معرفة أثر الاستخدام المكثف للتكنولوجيا في مستوى الخرس الزواجي.

أظهرت نتائج الدراسة أن أدوات القياس المستخدمة تتمتع بدرجة جيدة من الصدق الثبات، مما يعزز من موثوقية النتائج المتحصل عليها. كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الإدمان الرقمي والخرس الزواجي، وهو ما يدل على أن زيادة مستوى الاستخدام الرقمي لدى الأزواج يرتبط بارتفاع مستوى الخرس الزواجي لديهم.

كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود مستويات منخفضة من الإدمان الرقمي والخرس الزواجي لدى أفراد العينة، وهو ما يعكس درجة من التوازن النسبي في استخدام الوسائل الرقمية ومستوى التواصل الزواجي. في حين أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الخرس الزواجي تبعاً لمتغير الاستخدام المكثف للتكنولوجيا، حيث تبين أن الأزواج ذوي الاستخدام المكثف يعانون من مستويات أعلى من الخرس الزواجي مقارنة بغيرهم.

أما فيما يتعلق بمتغيري الجنس وسنوات الزواج، فقد بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الإدمان الرقمي والخرس الزواجي، مما يشير إلى أن تأثير التكنولوجيا على العلاقات الزوجية لا يرتبط بشكل مباشر بنوع الجنس أو مدة الزواج بل قد يعود إلى عوامل نفسية واجتماعية أخرى.تبرز أهمية هذه الدراسة في تسليط الضوء على الدور المتزايد للتكنولوجيا في التأثير على طبيعة العلاقات الزوجية، كما تؤكد ضرورة التوعية بأهمية الاستخدام المتوازن للوسائل الرقمية، والعمل على تعزيز مهارات التواصل الزواجي الفعّال، لما لذلك من أثر كبير في تحقيق التوافق الزواجي والاستقرار الأسري. وفي الختام، يمكن القول إن العلاقة الزوجية في العصر الرقمي أصبحت بحاجة إلى وعي أكبر بحدود استخدام التكنولوجيا، وإلى جهود مشتركة من قبل الأزواج والمختصين والمؤسسات الاجتماعية من أجل الحد من الآثار السلبية للإدمان الرقمي وتعزيز جودة الحياة الأسرية، بما يسهم في بناء أسر أكثر تماسكاً واستقراراً في ظل التحولات التكنولوجية المعاصرة.

مقترحات الدراسات المستقبلية

- تكثيف الحملات التوعوية التي تبرز اثار النفسية والاجتماعية لا دمان الرقمية خاصه تأثير على وجود تواصل بين الزوجين وارتفاع مظاهر الخرس الزواجي من خلال وسائل الاعلام وندوات التواصل الاجتماعي
- تنظيم برامج ارشاديه للمقبلين على الزواج وتناول مهارات التواصل الزواج الفعال تشجيع الدراسات الازواج على وضع القوانين اسريه
- تنظيم استخدام الهواتف الذكية وموقع تواصل اجتماعي
- زياده التدخل مختصين النفسية والاسريين في التقديم جلسه ارشاديه وعلاجيه للأزواج الذين يعانون من ضعف التواصل او من الافراط في استخدام وسائل رقميه
- تنميه مهارات اداره الوقت والرقابة الذاتية تدريب الافراد على مهارات اداره الوقت والرقابة ذاتيه من اجل التقليل من ساعات الاستخدام المفرط

- تعزيز الثقافة الحوار والتعبير العاطفي بين الزوجين تشجيع الازواج على التعبير عن احتياجاتهم مشاعرهم بشكل واضح وصريح.

قائمة المراجع

المصادر العربية

1-أبو زنيد، محمد، والجندي، أحمد. (2015). النظريات المفسرة للعلاقات الأسرية والاتصال الأسري. القاهرة: دار الفكر العربي.

2-أبو سليم، محمد. (2022). الخلافات الأسرية وأثرها على التوافق الزواجي. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

3-إبراهيم، أحمد. (2019). الإسهام النسبي لتمايز الذات في الرفاه النفسي والخرس الزواجي لدى المتزوجين. مجلة الإرشاد النفسي،

4-إبراهيم، محمد سليمان. (2005). التوافق الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية. القاهرة: دار المعرفة الجامعية.

5-أحمد، نها. (2016). الخرس الزواجي وعلاقته بأنماط التفاعل بين الزوجين وبعض المتغيرات الديموغرافية. رسالة ماجستير، جامعة المنيا، مصر.

6-أرناؤوط، بشرى إسماعيل. (2008). إدمان الإنترنت وعلاقته بأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين. مجلة دراسات نفسية وتربوية، 2(4)، 45-78.

7-الحرثاني، خالد بن محمد. (2022). المشكلات الزوجية وأساليب حلها. الرياض: دار المسيرة.

8-خفاجة، محمود أحمد. (2019). الخرس الزواجي وآثاره النفسية والاجتماعية. القاهرة: دار عالم الكتب.

9-الدواهي، فؤاد. (2003). علم النفس الإكلينيكي. القاهرة: دار المعرفة الجامعية.

10-رباح، أحمد بن علي. (2011). الخرس الزواجي وأثره في استقرار الأسرة. عمان: دار المسيرة للنشر. الزهراني، عبد الله بن حسن. (2021). العلاقات الزوجية وأثرها في استقرار الأسرة. الرياض: مكتبة الرشد.

11-سحاب، فتيحة. (2015). أثر إدمان الإنترنت على التحصيل الدراسي والسلوك العدواني لدى المراهقين. مجلة العلوم النفسية والتربوية، 7(2)، 88-110.

12-سعد، محمد عبد الله. (2020). التواصل الزواجي وعلاقته بالتوافق الأسري. القاهرة: دار الفكر.

13-سلطان، مفرح عائض العصيمي. (2010). إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب الثانوية بمدينة الرياض. رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.

14-سليم، أحمد، وآخرون. (2017). المسؤوليات الزوجية وأثرها في استقرار الأسرة. عمان: دار الثقافة.

15-شحاتة، أحمد محمد. (2019). التكنولوجيا الحديثة وتأثيرها على الأسرة العربية. القاهرة: دار الفكر العربي.

16-شحاتة، أحمد محمد. (2022). الاغتراب الأسري وعلاقته بالتفكك الأسري. القاهرة: دار المعرفة.

17-صباح، الرفاعي. (2011). الإدمان السلوكي والرقمي. عمان: دار البداية.

18-الصبان، أحمد. (2020). التوافق الزواجي والخرس الزوجي. مجلة الإرشاد النفسي،

19-صبرين، حامدي. (2011). الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالاغتراب النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.

20-عبد الحفيظ، محمد أحمد. (2023). الخرس الزواجي وأثره على العلاقات الزوجية. القاهرة: دار الكتب العلمية.

21-عبد الحميد، خالد، وعبد الفتاح، سامية. (2023). العلاقة بين الخرس الزواجي وإدمان الإنترنت. مجلة دراسات الأسرة.

22–عبد الحميد، محمد عبد الله، وعبد الفتاح، أحمد علي. (2023). الخرس الزواجي وعلاقته بإدمان الإنترنت. مجلة العلوم النفسية، 15(2)، 110–130.

23–عبد الرحمن، سامي. (2014). التواصل الزواجي وأثره على التوافق الأسري. القاهرة: دار الفكر.

24–عبد الرحمن، عبد الله محمد. (2014). مهارات التواصل الزواجي. عمان: دار المسيرة.

25–العزام، خالد. (2023). العوامل الاجتماعية المؤدية للخرس الزواجي. مجلة العلوم الإنسانية، 17(2)، 205–220.

26–عطية، محمود عبد الكريم. (2011). الطلاق العاطفي في الحياة الزوجية. القاهرة: دار الفكر العربي.

27–العقيلي، محمد. (2017). الإدمان الرقمي وآثاره الاجتماعية. عمان: دار اليازوري.

عواد، حسن عبد الله. (2014). المشكلات النفسية في الحياة الزوجية. عمان: دار المسيرة.

28–فاطمة، نادية محمد. (د.س.ن). الطلاق العاطفي وآثاره النفسية والاجتماعية. القاهرة: دار المعرفة.

29–مؤيد، أحمد، وآخرون. (2020). اضطراب إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالعزلة الاجتماعية. مجلة العلوم التربوية،

30–محمد، سامي عبد الله. (2021). استخدامات وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعلاقات الأسرية. القاهرة: دار الفكر.

31–محمد سليمان، عبد الرحمن. (2005). التوافق الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية. الإسكندرية: دار الوفاء.

32–محمد، قاسم. (2015). الإدمان الرقمي وتأثيره على الحياة الاجتماعية. القاهرة: دار الفكر العربي.

33-وفاء، أحمد محمود. (2021). نظرية الاستخدامات والإشباعات في الإعلام الحديث. القاهرة: دار المعرفة.

34-يونس، حاتم، وعبد العزيز، قصي. (2025). الإدمان الرقمي وتأثيره على العلاقات الأسرية. مجلة البحوث الاجتماعية، 20(3)، 775-782.

المصادر الاجنبية

Parrott, L., & Parrott, L. (2013). Saving Your Marriage Before It Starts. Grand Rapids, MI: Zondervan.

Ji, Y. (2011). Marital Silence and Emotional Distance in Couples. Beijing: Family Studies Press.

Dresp-Langley, B., & Hutt, A. (2022). Digital addiction and sleep disorders. Sleep Science Journal, 14(2), 101-115.

GSMA. (2023). Mobile Internet Connectivity Report 2023. London: GSMA Association.

Hardy, E. (2004). Internet addiction and online behavior patterns. Cyber Psychology Review, 6(2), 55-70.

Ji, L., & Yangchuan, Z. (2011). Marital silence and emotional communication between spouses. Journal of Family Psychology, 8(3), 140-152.

Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. International Journal of Environmental Research and Public Health, 14(3), 311.

McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). Technoference: The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. Psychology of Popular Media Culture, 5(1), 85-98.

Parsons, T. (2005). Internet addiction and psychological adjustment. Journal of Behavioral Studies, 9(1), 30-46.

Parrott, L., & Parrott, L. (2013). Saving Your Marriage Before It Starts. Grand Rapids: Zondervan.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. CyberPsychology & Behavior, 1(3), 237-244

الملاحق

الملحق رقم(01): اختبار يونج لاستخدام الإنترنت

Young 's Internet Addiction Test(1996)

	العبـــــــــــــــــــــــــارة	لا يحدث مطلقا	لا يحدث غالبا	يحدث أحيانا	يحدث كثيرا	يحدث تماما
1	هل تقضي – غالباً – وقتاً على الإنترنت أطول مما كنت تنوي؟	1	2	3	4	5
2	هل تهمل بعض أعمالك المنزلية لتقضي وقتاً أطول على الإنترنت؟	1	2	3	4	5
3	هل تشعر بالإثارة والمتعة من خلال علاقاتك عبر الإنترنت؟	1	2	3	4	5
4	هل اكتسبت علاقات صداقة جديدة من خلال الإنترنت؟	1	2	3	4	5
5	هل يشكو أهلك من انشغالك بالإنترنت عنهم؟	1	2	3	4	5
6	هل تواجه مشكلات في دراستك بسبب ضياع الوقت على الإنترنت؟	1	2	3	4	5
7	هل ترى أن فتح بريدك الإلكتروني يمثل لك أولوية؟	1	2	3	4	5
8	هل تعاني من ضعف إنجازاتك بسبب الإنترنت؟	1	2	3	4	5
9	هل تحرص على أن تظل أنشطتك على الإنترنت محاطة بالسرية؟	1	2	3	4	5
10	هل أنت غير قلق على مظهرك بسبب الإنترنت؟	1	2	3	4	5
11	هل تحرص على المتابعة الكاملة لكل جديد على الإنترنت؟	1	2	3	4	5

12	هل تعتقد أن الحياة بدون الإنترنت ستكون مملة وكئيبة؟	1	2	3	4	5
13	هل تنزعج من الصوت العالي أو دخول أحد عليك فجأة وأنت على الإنترنت؟	1	2	3	4	5
14	هل تعاني من مشكلات في النوم بسبب سهرك على الإنترنت لوقت متأخر؟	1	2	3	4	5
15	هل تفكر فيما يكون على الإنترنت حتى وأنت غير متصل؟	1	2	3	4	5
16	هل تقول لنفسك "بعض الوقت فقط" كلما هممت بالخروج من الإنترنت؟	1	2	3	4	5
17	هل تفشل محاولاتك للتوقف عن استخدام الإنترنت؟	1	2	3	4	5
18	هل تحرص على حذف الصور والمواقع التي تزورها قبل الخروج من الإنترنت؟	1	2	3	4	5
19	هل تفضل الإنترنت على الخروج مع الأصدقاء؟	1	2	3	4	5
20	هل تشعر بالضيق والحزن إذا مر وقت طويل لم تقضِ فيه على الإنترنت؟	1	2	3	4	5

البدائل	الدرجة
لا يحدث مطلقا	1
لا يحدث غالباً	2
يحدث أحياناً	3
يحدث كثيرا	4
يحدث تماماً	5

- ملاحظة: جميع العبارات موجبة (كلما زادت الدرجة، زاد مستوى إدمان الإنترنت حساب الدرجة الكلية)
  - الدرجة الدنيا: 20 × 1 = 20
  - الدرجة القصوى: 20 × 5 = 100
- تصنيف مستوى الإدمان (وفقاً لتقديرات يونغ المعتمدة في الدراسات)

مستخدم عادي (لا توجد مشكلة)	20 – 39
مستخدم مفرط (يعاني مشكلة محتملة – يحتاج إلى مراقبة)	40 – 69
مدمن إنترنت (مشكلة حادة – يحتاج إلى تدخل)	70 – 100

الدرجة الكلية	مستوى الانترنت استخدام
مستخدم عادي	20 – 39
مستخدم مفرط	40 – 69
مدمن انترنت	70 – 100

Young, K. (1998). Internet Addiction Test (IAT).

ترجمة وتقنين:

إبراهيم الشافعي إبراهيم (2009)

القاهرة: دار الكتاب الحديث.

الملحق رقم (02):

مقياس الخرس الزواجي وفاء محمد علي محمد2021

	العبـــــــــــــــــــارة	لا يحدث مطلقا	لا يحدث غالبا	يحدث أحيانا	يحدث كثيرا	يحدث تماما
1	اذا دعينا لحفلة يحرص علي الذهاب بدوني					
2	التفاهم في الحياة معدوم					
3	التواصل بيننا معدوم					
4	حين يعود شريكي الي البيت يعود بطريقة باهتة لا مشاعر فيها					
5	***حين اكون مشغولة يشقل نفسة بأشياء اخري بمعزل عني***					

6	في القضايا الاسرية يتحدث بإيجاز فقط عندما اساله عن القضية					
7	حين تكون امام مشاهدة موقف تلفزيوني مثلا او في الحياة يصمت او يسقط الموقف عن حياتنا					
8	علي المائدة يتناول طعام بصمت					
9	ينام مباشرة ويطلب مني ان اصمت كي ينام					
10	ان حدث وخرجنا فيبقي صامتا عابسا وكانه مكره علي الخروج					
11	يواجهني ببعض الانتقادات علي بنود الصرف					
12	حين اساله يشيح بوجهه ويصمت					
13	عند حديث بالهاتف يسالني عن طبية الاتصال					
14	حين نكون في البيت يحرص علي الصمت ويغلف ابواب الحوار					

مفتاح تصحيح مقياس الخرس الزوجي:

- الدرجة الدنيا: 15 × 1 = 15
- الدرجة القصوى: 15 × 5 = 75
- الدرجة المتوسطة: 45
- كلما زادت الدرجة، زاد مستوى الخرس الزوجي.

الخصائص السيكو مترية للمقياس

بناءً على الوثيقة المرفقة الخاصة باختبار يونغ لإدمان الإنترنت (ترجمة وتقنين الدكتور إبراهيم الشافعي

أولاً: صدق الاختبار(Validity)

تم التحقق من صدق الاختبار في صورته العربية باستخدام طريقتين:

.1الصدق التجريبي (الصدق المقارن):(

تم حساب معامل الارتباط بين درجات عينة من (211) طالب وطالبة من جامعة الملك خالد على كل من اختبار يونغ الحالي ومقياس كابلان لإدمان الإنترنت.

النتيجة: بلغت قيمة معامل الارتباط (0.622) ، وهو معامل دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) ، مما يدل على صدق مرتفع للاختبار.

2.* صدق الاتساق الداخلي (التماسك الداخلي)

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الاختبار والدرجة الكلية للاختبار لدى عينة من (211) طالب وطالبة.

النتيجة: تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0.22) و (0.61) ، وجميعها قيم دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) ، مما يشير إلى تماسك داخلي جيد لفقرات المقياس.

ثانياً: ثبات الاختبار(Reliability)

تم التحقق من ثبات الاختبار باستخدام طريقتين:

1. طريقة إعادة التطبيق :(Test-Retest)

تم تطبيق الاختبار على عينة من (211) طالب وطالبة، ثم أعيد تطبيقه عليهم بعد فاصل زمني قدره (4 أسابيع). وبعد استبعاد من تغيبوا عن التطبيق الثاني، أصبحت العينة (124) طالباً وطالبة.

النتيجة: بلغ معامل الارتباط بين درجات الطلاب في التطبيق الأول والثاني (0.82) ، وهو معامل دال عند مستوى (0.01) ، مما يدل على ثبات مرتفع للاختبار عبر الزمن.

2. طريقة معامل ألفا كرونباخ :(Cronbach's Alpha)

النتيجة: بلغ معامل ألفا كرونباخ (0.86) ، وهو قيمة مرتفعة تدل على ثبات عالٍ للاختبار واتساق داخلي قوي بين بنوده.

الملحق رقم(03): مخرجات التحليل الإحصائي باستخدام برنامج IBM SPSS Statistics

الثبات والصدق:

Reliability

Scale: الإدمان الرقمي

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	20	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.778	20

Reliability

Scale: الخرس الزواجي

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	20	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.766	15

T-Test

Group Statistics

	Rank1	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الإدمان الرقمي	المجموعة الدنيا	6	31.8333	5.49242	2.24227
	المجموعة العليا	6	52.1667	3.86868	1.57938

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الإدمان الرقمي	Equal variances assumed	1.632	.230	-7.414	10	.000	-20.33333	2.74267	-26.44438	-14.22229
	Equal variances not assumed			-7.414	8.981	.000	-20.33333	2.74267	-26.53964	-14.12702

T-Test

Group Statistics

	Rank2	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
مقياس الخرس الزواجي	المجموعة الدنيا	6	27.1667	3.60093	1.47007
	المجموعة العليا	6	42.8333	6.36920	2.60021

Independent Samples Test

Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means

		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper
مقياس الخرس الزواجي	Equal variances assumed	1.561	.240	-5.245	10	.000	-15.66667	2.98701	-22.32214	-9.01120
	Equal variances not assumed			-5.245	7.900	.001	-15.66667	2.98701	-22.56991	-8.76342

نتائج تحليل الفرضيات:

Frequencies

Statistics

		الجنس	سنوات الزواج
N	Valid	80	80
	Missing	0	0

Frequency Table

الجنس

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ذكر	40	50.0	50.0	50.0
	أنثى	40	50.0	50.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

سنوات الزواج

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أقل من 5 سنوات	16	20.0	20.0	20.0
	من 5 إلى 10 سنوات	20	25.0	25.0	45.0
	أكبر من 10 سنوات	44	55.0	55.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

Correlations

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الإدمان الرقمي	45.4875	13.53102	80
مقياس الخرس الزواجي	36.8250	11.29218	80

Correlations

		الإدمان الرقمي	مقياس الخرس الزواجي
الإدمان الرقمي	Pearson Correlation	1	.482**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	80	80
مقياس الخرس الزواجي	Pearson Correlation	.482**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	80	80

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

T-Test

Group Statistics

	مستوى استخدام التكنولوجيا	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
مقياس الخرس الزواجي	منخفض	69	35.5652	11.02067	1.32673
	مكثف	11	44.7273	10.09050	3.04240

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
مقياس الخرس الزواجي	Equal variances assumed	.045	.832	-2.588	78	.012	-9.16206	3.54066	-16.21096	-2.11315
	Equal variances not assumed			-2.760	14.090	.015	-9.16206	3.31910	-16.27655	-2.04756

T-Test

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الإدمان الرقمي	ذكر	40	48.0500	15.47860	2.44738
	أنثى	40	42.9250	10.85425	1.71621

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
مقياس الخرس الزواجي	Equal variances assumed	1.561	.240	-5.245	10	.000	-15.66667	2.98701	-22.32214	-9.01120
	Equal variances not assumed			-5.245	7.900	.001	-15.66667	2.98701	-22.56991	-8.76342

نتائج تحليل الفرضيات:

Frequencies

Statistics

		الجنس	سنوات الزواج
N	Valid	80	80
	Missing	0	0

Frequency Table

الجنس

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ذكر	40	50.0	50.0	50.0
	أنثى	40	50.0	50.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

سنوات الزواج

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أقل من 5 سنوات	16	20.0	20.0	20.0
	من 5 إلى 10 سنوات	20	25.0	25.0	45.0
	أكبر من 10 سنوات	44	55.0	55.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

Correlations

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الإدمان الرقمي	45.4875	13.53102	80
مقياس الخرس الزواجي	36.8250	11.29218	80

Correlations

		الإدمان الرقمي	مقياس الخرس الزواجي
الإدمان الرقمي	Pearson Correlation	1	.482**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	80	80
مقياس الخرس الزواجي	Pearson Correlation	.482**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	80	80

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					
									95% Confidence Interval of the Difference
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower
مقياس الخرس الزواجي	Equal variances assumed	.045	.832	-2.588	78	.012	-9.16206	3.54066	-16.21096
	Equal variances not assumed			-2.760	14.090	.015	-9.16206	3.31910	-16.27655

T-Test

Group Statistics

	مستوى استخدام التكنولوجيا	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
مقياس الخرس الزواجي	منخفض	69	35.5652	11.02067	1.32673
	مكثف	11	44.7273	10.09050	3.04240

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الإدمان الرقمي	ذكر	40	48.0500	15.47860	2.44738
	أنثى	40	42.9250	10.85425	1.71621

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means

		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper
الإدمان الرقمي	Equal variances assumed	5.231	.025	1.715	78	.090	5.12500	2.98916	-.82595	11.07595
	Equal variances not assumed			1.715	69.887	.091	5.12500	2.98916	-.83685	11.08685

T-Test

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
مقياس الخرس الزواجي	ذكر	40	35.2250	10.75481	1.70049
	أنثى	40	38.4250	11.72087	1.85323

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances F	Sig.	t-test for Equality of Means t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper
مقياس الخرس الزواجي	Equal variances assumed	.798	.374	-1.272	78	.207	-3.20000	2.51518	-8.20734	1.80734
	Equal variances not assumed			-1.272	77.430	.207	-3.20000	2.51518	-8.20792	1.80792

Descriptives

الإدمان الرقمي

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean Lower Bound	Upper Bound	Minimum	Maximum
أقل من 5 سنوات	16	40.0000	12.60159	3.15040	33.2851	46.7149	21.00	61.00
من 5 إلى 10 سنوات	20	48.1000	13.40424	2.99728	41.8266	54.3734	23.00	84.00
أكبر من 10 سنوات	44	46.2955	13.65791	2.05901	42.1431	50.4478	28.00	78.00
Total	80	45.4875	13.53102	1.51281	42.4763	48.4987	21.00	84.00

ANOVA

الإدمان الرقمي

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	647.028	2	323.514	1.803	.172
Within Groups	13816.959	77	179.441		

Total	14463.987	79				

Oneway

Descriptives

مقياس الخرس الزواجي

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
أقل من 5 سنوات	16	32.1875	10.16018	2.54004	26.7735	37.6015	15.00	50.00
من 5 إلى 10 سنوات	20	40.8500	12.43626	2.78083	35.0297	46.6703	21.00	67.00
أكبر من 10 سنوات	44	36.6818	10.69399	1.61218	33.4305	39.9331	15.00	58.00
Total	80	36.8250	11.29218	1.26250	34.3120	39.3380	15.00	67.00

ANOVA

مقياس الخرس الزواجي

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	669.017	2	334.509	2.739	.071
Within Groups	9404.533	77	122.137		
Total	10073.550	79			

Oneway
-Test

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الإدمان الرقمي	80	45.4875	13.53102	1.51281

One-Sample Test

	Test Value = 60					
					95% Confidence Interval of the Difference	
	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
الإدمان الرقمي	-9.593	79	.000	-14.51250	-17.5237	-11.5013

T-Test

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
مقياس الخرس الزواجي	80	36.8250	11.29218	1.26250

One-Sample Test

	Test Value = 45					
					95% Confidence Interval of the Difference	
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
مقياس الخرس الزواجي	-6.475	79	.000	-8.17500	-10.6880	-5.6620

يبين مستويات واتجاه الأزواج في الخرس الزواجي بتحديد الفرق بين المتوسط الحقيقي والمتوسط الفرضيي