

الاستعمال المفرط للإنترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة سجاد مرتضى علي، أ.د. سلمان جودة مناع الشمري الجامعة المستنصرية/ كلية التربية

المستخلص

أستهدف البحث الحالي تعرف على الاستعمال المفرط للإنترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة، ولتحقيق هدف البحث قام الباحثان ببناء مقياس الاستعمال المفرط للإنترنت المعتمد على نظرية (Kimberly. Young.1996) المتكون من (٢٥) فقرة وبعد التحقق من الخصائص السايكومترية من صدق وثبات وقوة تمييزية أصبح المقياس جاهز للتطبيق فقد طبق الباحث المقياس على عينة بلغت (٢٠٠) من طلاب المرحلة المتوسطة في المديرية العامة لتربية واسط قسم تربية الصويرة، وأستعمل الباحثان الوسائل الاحصائية المناسبة منها اختبار معادلة (الفا كرومباخ) و (Test- or test) وتبين من النتائج أن طلاب المرحلة المتوسطة لديهم استعمال مفرط للإنترنت، وقد توصل الباحث الى عدد من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: الاستعمال المفرط للإنترنت، طلاب المرحلة المتوسطة

Internet use is problematic they have Middle school students

Abstract

The current research aimed to identify the excessive use of the Internet among middle school students, and to achieve the goal of the research, the researcher built a measure of excessive use of the Internet based on the theory of (Kimberly. Young.1998) consisting of (25) items and after verifying the psychometric characteristics of validity, stability and discriminatory power, it became The scale is ready for application. The researcher applied the scale to a sample of (200) middle school students in the General Directorate of Wasit Education, Essaouira Education Department. The middle stage has excessive use of the Internet, and the researcher reached a number of recommendations and proposals.

الفصل الاول

مشكلة البحث Research problem

تُعد التطورات التكنولوجية سمة العصر الحاضر التي لا تتسلخ عنه بأي حال من الأحوال، وشرياناً مهماً تعتمد عليه المجتمعات في معظم مجالاتها. وتُعد شبكة الإنترنت من أبرز التطورات التكنولوجية الحديثة التي منحت المجتمع البشري مجموعة من الفوائد التي لا يستطيع أن ينكرها أحد، ولكن في الوقت نفسه كان هناك الكثير من الآثار السلبية، والتي يمكن أن يعبر عنها بمصطلح "ضريبة التكنولوجيا"، ومن أبرز هذه الآثار الاستعمال المفرط للإنترنت وما ارتبط بها ونتج عنها من آثار نفسية واجتماعية واقتصادية وصحية (مقدادي وسمور، ٢٠٠٨، ص ١٥)، وأشار سميث وفليتشر (Smith & Fletcher، 2001) إلى أن شبكة الإنترنت عندما تصل إلى كل بيت ومرفق، فقط حينها سنلمس التأثيرات الحقيقية لها (Smith & Fletcher، 2001، p.2).

ويحذر كثير من علماء النفس ومن بينهم "شيرري تيركل" Sherry Turkle من أن شبكة الإنترنت ستقود حتماً إلى تحطيم معاني المجتمع والتكامل الاجتماعي، ولا سيما بعد أن أصبح الكثير من الآباء اليوم قلقين من مجرد الإحساس بأن شبكة الإنترنت ستعرض أبناءهم لكافة أشكال الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة النفسية وأيضا العزلة الاجتماعية (عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٥، ص ٤).

أن المراهقين يقضون وقتاً أطول في ممارسة هذا النوع من الاستعمال، ويسبق تفكيرهم في هذا الاستعمال تفكيرهم في أمورهم الحياتية الأخرى، وأنهم يمارسون هذا الاستعمال بهدف الهرب من مشكلاتهم العاطفية، ويواجهون صعوبة في العمل الأكاديمي والاندماج في المجتمع، ففي كثير من المواقع تمثل للفرد (جزءاً لا يتجزأ) من مواقع الشبكة العنكبوتية وقد يستخدم وحدة تحكم أو الجهاز المحمول والذي يعمل على تعزيز التجربة وبالتالي يمكنها ان تزيد من حدة المشاعر الانعزالية. وعليه فالمرهقين في مرحلة الدراسة المتوسطة يفتقرون للمشاركة والتفاعل الاجتماعي مما دعاهم لممارسة الاستعمال المرضي للإنترنت وهذه الممارسة ستؤدي بهم للانخراط في عالم افتراضي إضافة الى مضيعة الوقت وقلة الوعي والادراك بمستقبلهم وما يدور من حولهم وبالتالي ليس فقط انهم سيفقدون التواصل بالعالم الخارجي والعلاقات الاجتماعية فحسب انما سيفقدون السيطرة على مجرى مستقبلهم ونظرتهم واهدافهم المستقبلية ومواكبة مطالب الحياة اليومية المدرسية (غرينفلد، ٢٠١٧: ٢١٠).

وأشارت كل من عبد المنعم وعبد الرزاق (٢٠٠٤) الى ان البدء كان في التسعينيات بأستعمال شبكات الانترنت في العالم واصبحت مصدراً من مصادر الحصول على معلومات في وقت قياسي وازداد عدد مستعملي هذه الخدمة الى اكثر من (٣٠٠) مليون، وفي عام (٢٠٠٠) وصل عدد المستعملين الى حوالي (٤٦٠) مليون وفي عام (٢٠٠٦) توقع ان يبلغ عدد المستعملين اكثر من مليار في السنوات القادمة، ويضيف السمالوطي (٢٠٠٤) الى ان عدد سكان العالم العربي اكثر من (٣٠٠) مليون نسمة بما يمثل نسبة ٥% من سكان العالم، غير ان نسبة مستعملي الانترنت في الدول العربية اقل من المعدل العالمي بما يقارب ١١,٥% مرة (عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٥، ص ٢).

ومع انتشار استعمال الانترنت، ظهرت دراسات تناولت ظاهرة الاستعمال المفرط للانترنت وخاصةً بعد ان دخلت هذه الشبكة الى الكثير من الدول وانتشارها في البيوت والمقاهي اخذ عدد مستعمليها يتضاعف عاما بعد عام فقد كان الزاماً علينا ان ننظر الى الامر نظرة موضوعية لبحث الاثار الايجابية والسلبية (يونج، ١٩٩٨، ص١٠٧).

أكدت الدراسات أن للشبكة نتائج سلبية مثل الاستعمال المفرط للانترنت وفقدان الحس الاجتماعي وسط الأسر وسيطرة التشاؤم وتفكك العلاقات الاجتماعية وانهيارها، فقد أوضحت نتائج دراسة موريرو Murero، (2002) إن إدمان استعمال الإنترنت كانت له آثار سلبية على الأفراد من قبيل: الاكتئاب والعزلة الاجتماعية.

و أظهرت الدراسات الاولية التي قام بها المركز الامريكي لإحصائيات التعليم عام(٢٠٠٣) ان ٧٨% من المراهقين في الفئة العمرية من ١٥_١٧ سنة هم من مستعملي الانترنت، وأشارت مجلة "النيوزويك" Newsweek الى أن ٣٢% من مستعملي الانترنت يعانون من الاستعمال المفرط الشديد(أرنوط، ٢٠٠٧، ص٢٥).

ويحذر كثير من علماء النفس ومن بينهم " شيري تريكل" من أن شبكة الانترنت ستقود حتماً الى تحطيم المجتمع والتكامل الاجتماعي، ولا سيما بعد أن اصبح الكثير من الاباء اليوم قلقين من مجرد الاحساس بأن شبكات الانترنت ستعرض أبنائهم لكافة المشاكل النفسية كالإكتئاب والقلق والشعور بالوحدة النفسية وأيضاً العزلة الاجتماعية (عبدالهادي وآخرون، ٢٠٠٥، ص٤)، أن للشبكة نتائج سلبية مثل الاستعمال المفرط للانترنت وفقدان الحس الاجتماعي وسط الأسر وسيطرة التشاؤم وتفكك العلاقات الاجتماعية وانهيارها، وأضحت نتائج دراسة موريرو (Murero, 2002) إن الاستعمال المفرط للانترنت كانت له آثار سلبية على الأفراد. وأشارت نتائج العديد من الدراسات العربية ومنها دراسة الكندري والقشعان (٢٠٠١) إلى ان أبرز المشكلات المرتبطة بأستعمال الانترنت لدى طلبة جامعة الكويت هي قضاء وقت طويل على شبكة الانترنت وإنه أدى إلى إنخفاض مستوى التفاعل الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة (مقدادي وسمور، ٢٠٠٨، ص١٨).

أما على المستوى المحلي، فلم يكن الإنترنت متداولاً في العراق، أو حتى معروفاً إلا على نطاق محدود جداً قبيل ٩ نيسان ٢٠٠٣ فقد ظهرت خدمة الإنترنت بدءاً من عام ١٩٩٨ بعد تأسيس أول شركة حكومية أطلق عليها اسم " الشركة العامة لخدمات الشبكة الدولية للمعلومات" لتقوم بتقديم الخدمة للعراقيين الذين كانوا شبه معزولين عن العالم بسبب عدم توافر وسائل الاعلام والاتصال المختلفة، إلا انها لم تتح فعلياً للمواطنين العراقيين سوى في عام ٢٠٠٠، ولعدد محدود جداً. وقد أفتتح اول مركز للإنترنت بشكل رسمي في بغداد بتاريخ ٢٧ تموز ٢٠٠٠ وكان يحتوي على ١٧ جهاز حاسوب للمستعملين (موسى وآخرون، ٢٠٠٩، ص١٥٨).

وأعقبت عام ٢٠٠٣ بأسابيع قليلة ثورة في الانفتاح على العالم ولا سيما في مجال الاتصالات، وكانت شبكة الانترنت إحدى التقنيات التي تلقفها العراقيين واتسعت استعمالاته، لهذا فمن الظواهر التي أثارت اهتمام الباحث هي كثرة المستعملين لهذه الشبكة وخاصةً من اعمار المراهقين، فالمتابع يرى ان اغلب المراهقين يستعملون الانترنت لغرض التحدث في المحادثة الالكترونية، ومنهم من لا تفارق اعينهم شاشات الحاسوب لحظة واحدة ولساعات طويلة جداً قد تصل أحياناً حتى الفجر وذلك لشدة ولعهم بالمحادثة أو لغرض المتعة والترفيه بدافع الفضول، أو بقصد أملاء الفراغ العاطفي لديهم، أو للبحث الى اقامة علاقات غير شرعية مع الجنس الاخر، الشيء الذي يرمي بهم في دوامة الاستعمال المفرط الشديد.

إذ يرى الباحثان من خلال احساسهما بالمشكلة انها منتشرة في المدارس المتوسطة من خلال عمله كمرشد تربوي بعد انطلاق سلسلة من تنوع التطبيقات وتنوع مضمونها ومحتوياتها، إذ أن طلبة المرحلة المتوسطة أصبحوا يقضون وقتاً طويلاً في التعامل مع الانترنت بطريقة لاقتة تستحق كل الاهتمام، وفي الوقت نفسه لا يستطيع أحد أن يخفي الفوائد التي يمكن أن يجنيها بعضهم من تلك الشبكة، كالبحت العلمي، والاطلاع على الكتب الحديثة والمكتبات العالمية الضخمة والمعلومات الاخرى، ولكن لما كان جُل الاعمال في غير ذلك كان ضررها أكبر من نفعها.

ولضعف توافر دراسات على مستوى المحلي في حدود علم الباحثان تناول موضوع الدراسة وبناء على ما تقدم فقد تبلورت مشكلة هذا البحث في الاجابة عن التساؤل الاتي: هل يوجد استعمال مفرط للانترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

أهمية البحث Research Importance

أن مفهوم الاستعمال المفرط للانترنت من المفاهيم النفسية الجديدة نسبياً وما زال البحث في هذا المفهوم محدوداً فقد ذكر العديد من الباحثين (Griffiths, 1997; Brenner, 1996; Nguyen, & ANDERSON, 1996; Young, 1996) إن هناك حاجة إلى البحث الميداني حول الطبيعة النوعية المرتبطة للاستعمال المفرط للانترنت، والمشكلات السلوكية المرتبطة بهذا الاستعمال، والسمات الشخصية للأفراد الذين لديهم هذا النوع من السلوك الافراط به(العصيمي، ٢٠١٠، ص٥).

تعيش المجتمعات الإنسانية في مطلع القرن الواحد والعشرين ثورة معرفية وتكنولوجية غير مسبوقه، فالتطورات الراهنة في وسائل الاعلام الجديدة قد أفرزت نمطاً اتصالاً جديداً له سمات تختلف عن سمات قنوات الاتصال التقليدية، فهو نمط الاتصال بالتقنيات الإلكترونية(الكحكي، ٢٠٠٩، ص٢٦٨).

ويعيش الشباب في مجتمعاتنا النامية انفتاحاً معرفياً متنامياً وثورة تكنولوجية عارمة، وإزاء هذا التسارع المعرفي الهائل والنقلة الحضارية المعلوماتية والانفتاح الامحدود على العالم بثقافته وعاداته وتقاليده أصبح من العسير على مجتمعات محافظة كمجتمعاتنا ضبط مدخلات ومخرجات جيل من الشباب تربي على غياب الرقابة التي كانت أكثر قابلية للتطبيق قبل هذا العصر، فجيل الأوس كان يستمد سلوكه من إرث إجتماعي وديني وأخلاقي مرتبط بحدود المجتمع الذي يعيش فيه، أما في الوقت الحاضر فلم يعد هنالك حدود ولا قيود، وما علينا إلا أن نعترف نحن أمام تحدٍ علينا مواجهته شئنا أم أبينا(قديسات، ٢٠٠٧، ص٥)، غير أن الجدل مازال قائماً حول مخاطر انتشار مظهر من مظاهر العولمة التي تباينت الآراء

بين رفضها وقبولها، أو مواكبتها وكما نشط الصراع بين أنصار التفاز وخصومه في خمسينيات القرن الماضي، ويزال هذا الجدل يدور حول فوائد استعمال شبكة الانترنت وعيوبها منذ ظهورها إلى يومنا هذا(عبود، ٢٠٠٧، ص ١٥٤).
أن الإرشاد هو خدمة مصممة لمساعدة الفرد على تحليل نفسه من خلال ربط قدراته وإنجازاته واهتماماته وطريقة التكيف لديه فإن الهدف النهائي من التوجيه والإرشاد هو مساعدة الفرد الفريد على أن يصبح افضل ما يمكنه أن يصبح الحاجة إلى خدمات الإرشاد اليوم يمكن أن يكون بسبب التعقيد المتزايد باستمرار للمجتمع فيجب أن يتعلموا كيفية التعامل مع التحديات القادمة وإن التوسع غير المسبوق للمؤسسات التعليمية والمتعلمين من الجيل الأول يخلق عددا من المشكلات النفسية الشخصية والمهنية الاجتماعية(Biswalo، ١٩٩٦:٥٥).
لقد أصبحت شبكة الانترنت (الشبكة الدولية العنكبوتية للمعلومات) ثورة علمية هائلة في حد ذاتها نتيجة لتوافر المعلومات والمعارف في جميع المجالات العلمية والحياتية التي يحصل عليها كل المستعملين لها بسهولة ويُسر،
ويحاول هذا البحث ان يساعد الالباء والمرشدين والكوادر التربوية على الاطلاع على اهم الاسباب التي ادت الى الاستعمال المفرط والعمل على تطوير الارشاد والتوجيه الذي يسهمان في حل هكذا مشاكل والتصدي لها.

ويمكن تلخيص اهمية البحث الحالي في الاتي

الاهمية النظرية

- ١- ان الدراسات التي تناولت موضوع الاستعمال المفرط للانترنت قليلة ومحدودة في البيئة العربية، وعلى الرغم من وجود بعض الدراسات الوصفية التي تناولت التعرف على الاستعمال المفرط لدى طلاب المرحلة المتوسطة الا ان الدراسات التي تناولت مشكلة الاستعمال المفرط للانترنت لم تتواجد على حد علم الباحثان.
- ٢- اهمية مرحلة المراهقة كونها مرحلة انتقالية في شخصية الفرد، والتي تحتاج الى المزيد من الاهتمام من التربويين والمختصين والمجتمع بصورة عامة.
- ٣- ان المدرسة هي المؤسسة الاولى في تنشئة الفرد وتطوير قدراته وامكانياته.
- ٤- ان طلاب المرحلة المتوسطة هم الفئة العمرية التي تواجه العديد من التغيرات الفكرية والفسولوجية ويمكن اعتبار هذه الفئة هي بداية تكوين الشخصية.

الاهمية التطبيقية

- ١- اهمية دراسة مشكلة الاستعمال المفرط للانترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة وذلك في حالة الحصول على نتائج ايجابية من خلال استعمال اسلوب اطفاء التحوير السلبي.
- ٢- الاستفادة من مقياس الاستعمال المفرط للانترنت الذي قام الباحثان بينائه بناء على الدراسات والمقاييس السابقة والاستفادة منه للدراسات المستقبلية.
- ٣- تساعد هذه الدراسة المرشدين والمرشادات على القيام في توجيه الطلبة نحو كيفية الاستعمال الصحيح للانترنت بالاستعانة بنتائج البرامج المطبقة من خلال تشخيص الاستعمال المفرط للانترنت.

هدف البحث: The aim of Research

يستهدف البحث الحالي تعرف على الاستعمال المفرط للانترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

حدود البحث: Research limits

يتحدد البحث الحالي بطلاب المرحلة المتوسطة في تربية واسط قسم تربية الصويرة للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣)

تحديد المصطلحات سيتناول الباحث تحديد المصطلحات الواردة في عنوان البحث الحالي

الاستعمال المفرط للانترنت(Internet use problematic)

عرفه كل من :-

يونج (young, 1996)

سلوك يبعث على الاندفاع في استعمال الانترنت والذي لا يتضمن السكر او فقد الوعي، واستعمال الانترنت بما يتجاوز (٢٨) ساعة أسبوعيا لغير حاجة العمل مع الميل الى زيادة ساعات الاستخدام لإشباع الرغبات نفسها التي كانت تشبعها ساعات اقل مع المعاناة من اعراض نفسية وصحية واخلاقية واجتماعية (يونج، ١٩٩٦: ٣٥٢).

كاندل (Kandell,1998)

الاعتماد النفسي على الانترنت ويمتاز من خلال زيادة استثمار المصادر في الانشطة المرتبطة بالانترنت والمشاعر السارة وغير السارة مثل القلق والاكتئاب والاحساس بالفراغ عندما يكون بعيدا عن الانترنت وزيادة التحمل للتأثيرات عندما يكون على الانترنت والانكار للسلوكيات المنطوية على المشكلات(Kandell,1998:12).

فري (Frey,1999)

"هو اعتماد الشخص على سلوك لا يمكنه التوقف عنه"(Frey,1999:149)

عرفه وارد (Ward 2000) بأنه :

" الإفراط في الوقت المنقضي على الإنترنت، أو استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية إلى علاقات سطحية افتراضية، والتي غالباً ما تخبر بأنها شخصية، وهي حس انتقاد الوقت، وتشكيل أنماط متكررة تزيد من مخاطر المشكلات الاجتماعية والشخصية" (العصيمي، ٢٠١٠، ص ١٤)

ويكيبيديا (Wikipedia) الموسوعة الحرة، ٢٠٠٩

"حالة من الاستعمال المرضي لشبكة الانترنت الذي يؤدي الى مشكلات في السلوك وهو ظاهرة قد تكون منتشرة لدى جميع المجتمعات في العالم بسبب توافر وتنوع الروابط والمواقع والتطبيقات وتكون متواجدة في كل بيت وإن لم يكن

موجوداً في كل بيت يكفي الفرد الذهاب الى احد الاصدقاء او المقاهي التي توفر له استعمال الانترنت (ويكيبيديا، الموسوعة الحرة: 2009).

مناقشة التعريفات

التعريف النظري

اعتمد الباحث تعريف يونج (young, 1996) كتعريف نظري.

التعريف الاجرائي

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها طالب المرحلة المتوسطة من خلال اجابته على فقرات مقياس الاستعمال المفرط للانترنت الذي قام ببنائه الباحثان المسند على نظرية "يونغ" في البحث الحالي.

المرحلة المتوسطة

هي المرحلة الدراسية التي تتوسط مرحلتَي التعليم الابتدائي والتعليم الاعدادي ومدة الدراسة فيها ثلاث سنوات وتظم الطلبة الذين تتراوح اعمارهم ما بين (12-15) سنة (وزارة التربية 1991، ص 91).

الفصل الثاني الاطار النظري ودراسات السابقة

الاستعمال المفرط للانترنت: Internet useproblematic

يتحدث علماء النفس عن عالم وهمي بديل تقدمه شبكة الانترنت أن يسبب آثار نفسية هائلة خصوصاً على فئة الشباب و يختلط الواقع بالوهم و تختلق علاقات وارتباطات غير موجودة في العالم الواقعي مما يؤدي الى تقليل مقدرة الفرد على تحقيق شخصية نفسية سوية قادرة على التوافق مع الذات ومع المجتمع ومع الواقع المعاش (جلال ومحمد، 2005: 43). لذلك كان لابد من التعرف بمشكلة الاستعمال المفرط لشبكة الانترنت، من حيث مفهومه، والنظرية المفسرة له، ومراسل الوقوع فيه، ومعايير و انواعه والمشكلات الناتجة عنه ومن ثم طرق علاجه.

• معايير مظاهر الاستعمال المفرط للانترنت

يمكن اعتبار عامل الوقت وحده مؤشراً كافياً على الاستعمال المفرط للانترنت ولكن يجب أن يؤخذ ضمن سياق من العوامل الاخرى، وقد اعتبرت جامعة ستانفورد أن من يقضون أكثر من عشر ساعات أسبوعياً على الانترنت هم مفراطون ويتراوح معدل الزمن الذي يمك اعتباره مؤشراً على الاستعمال المفرط للانترنت ما بين ساعة واحدة يومياً بما يوازي 5-7 ساعات اسبوعياً، الى ساعتين أو ثلاث ساعات يومياً. لكن يتفق خبراء العلاج النفسي على أن قضاء أربع ساعات أو أكثر يومياً على الانترنت لمدة عام كامل بحيث يؤثر سلبياً على جوانب حياته الاجتماعية والمهنية والأسرية والدراسية والمالية هو مؤشر صادق على الاستعمال المفرط للانترنت ومن يقوم به يعتبر مفراطاً في استعمال الانترنت ويحتاج إلى العلاج والمساعدة من المختصين. (زيدان، 2008: 288)

(3) النظرية المتأصلة بالاستعمال المفرط على الانترنت

نظرية كيمبرلي يونج Kimberly S. Young Theory

تناولت عالمة النفس الأمريكية "كيمبرلي يونج" (Kimberly S. Young، 1996) في بحوثها وعرفته " سلوك يبعث على الاندفاع في استعمال الانترنت والذي لا يتضمن السكر او فقد الوعي، واستخدم الانترنت بما يتجاوز (38) ساعة أسبوعياً لغير حاجة العمل مع الميل الى زيادة ساعات الاستخدام لإشباع الرغبات نفسها التي كانت تشبعها ساعات أقل مع المعاناة من اعراض نفسية وصحية و اخلاقية واجتماعية" (يونج، 1996: 352).

وقد عملت "يونج" على تتبع الأعراض الدالة على الاستعمال المفرط للإنترنت وتوصلت إلى مجموعة من المؤشرات، إذ أشارت إلى أن بعض مستخدمي الإنترنت يشعرون بالاكنتاب والإحباط والغزلة، إضافة إلى فقدان الكثير من الهويات الترفيهية والاجتماعية، ومشكلات في العائلة والعمل والعلاقات الاجتماعية والمدرسة، وبالرغم من عدم وجود معايير معينة للاستعمال المفرط للانترنت في الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية والعقلية -الدليل الرابع (DSM-IV) (Young، 1996، p.3) . فقد كانت "يونج" (Young، 1996) أول من قام بالربط بين استعمال المفرط للانترنت بمحكات (DSM-IV)، وهذه المحكات مقربة لمحكات المقامرة الباثولوجية (المرضية) المذكورة فيه . ووفقاً لما ذكرته "يونج" فإن استعمال المفرط للانترنت يكون أكثر قرباً من الاضطرابات السلوكية الاندفاعية — التحكم وال ضبط كما حددت في (Czinicz) (et al، DSM-IV، 2009، p.8) .

وقد أشارت "يونج" إلى أن استعمال الإنترنت لمدد طويلة يؤدي إلى الإدمان، وقد حددت الاستعمال المفرط للانترنت بالزمن باستعمال الإنترنت 38 ساعة أسبوعياً (العمري، 2008، ص 26).

وقد ذكرت بأن مظاهر الإدمان وعلاماته على الإنترنت تشبه مظاهر وعلامات بقية أشكال الإدمان الأخرى كالإدمان على الكحوليات والمخدرات، وقد حددتها بظهور أي علامة من العلامات الآتية فإن الشخص حينئذ يحتاج للمساعدة وهي :

1. هل الوقت الذي تقضيه على الإنترنت له تأثير سلبي على العلاقات الشخصية والحياة الاجتماعية وعلى العمل خاصة ؟
2. هل تجد أنه من الصعب إدارة وقتك كأن تهمل وجبات الطعام أو تقطع نومك ولا تقابل أو ترى الآخرين إلا قليلاً ؟
3. هل تتسلسل إلى الإنترنت عندما ينبغي عليك إنجاز عمل آخر ؟
4. ماذا يحدث لو لم تتمكن من الدخول إلى الإنترنت لمدة بسيطة، هل تظهر عليك أعراض انسحابية ؟ مثل القلق والاكنتاب والارتعاش والارتجاف والعصبية بسبب ما ستفقد على الإنترنت، وكان تحلم بالإنترنت وتحرك أصابعك وكأنك تكتب على الحاسوب (كلها علامات للإسحاب) ؟

٥. هل تريد أن تقضي مزيداً من الوقت على الإنترنت كي تحصل على الإشباع والرضا ؟
٦. هل يشنكي الآخرون منك وأنت تنكر وتكذب عليهم وعلى نفسك إنك تعاني من مشكلة ؟
٧. هل تكلفة الإنترنت تؤثر على دخلك المادي ؟ (Young, 1996, p.6) .
- وقامت "يونج" بدراسة للاستعمال المفرط للإنترنت والذي تألف من ثمانية بنود، قد صيغت بنمط (نعم / لا) بناءً على ثمانية محكات حددتها للاستعمال المفرط للإنترنت، وقد قامت بتعديل المعايير الخاصة بالمقارنة المرضية حتى تتناسب مع الاستعمال المفرط للإنترنت (Murali & George, 2007, p.27) .
- ومن هذه المعايير ما يأتي :**
١. إشغال تفكير الفرد بالإنترنت انشغالاً كبيراً عندما يكون خارج شبكة الإنترنت .
 ٢. الشعور بالحاجة إلى قضاء مزيد من الوقت على الخط Online للوصول إلى درجة الرضا والإشباع مع الاستعمال المتكرر .
 ٣. قيام الفرد بمحاولات للسيطرة على استعماله للإنترنت أو التوقف عن استعماله ولم ينجح .
 ٤. ضعف قدرة الفرد على التحكم في تقليل الوقت الذي يقضيه في استعمال الإنترنت.
 ٥. شعور الفرد بأعراض إنسحابية كالقلق والغضب والتوتر أو تقلب المزاج عند محاولة التوقف عن استعمال الإنترنت .
 ٦. فقدان الفرد لبعض المهام أو العلاقات المهمة أو فرصة تعليمية أو مهنية بسبب انشغاله بالإنترنت .
 ٧. الفرد يكذب على الآخرين في عدد المرات أو طول المدة التي يقضيها على الإنترنت .
 ٨. استعمال الفرد للإنترنت للهروب من مشكلات الحياة اليومية أو لتخفيف حدة المزاج كإحساس بالقلق والذنب والاكئاب) Griffiths & Widyanto, 2006, p.37) .
- وفي اختبار الاستعمال المفرط للإنترنت المبدئي حددت "يونج" معيار التمييز بين المدمنين وغيرهم، بأن المستجيب الذي يُجيب على خمس فقرات أو أكثر بـ (نعم) (بالاتفاق مع درجة القطع للمقارنة المرضية) يُعد هذا المستجيب مفرط في استعمال الإنترنت .
- وقد وجدت "يونج" أن ٨٠% من أفراد العينة صنفوا على أنهم مفرطين في استعمال الإنترنت . وهؤلاء من المحتمل أن يقرروا أكثر المترنبات السلبية لاستعمال الإنترنت، ويعتبرونه للوظائف التفاعلية، ويصتروا على استعماله (Young, 1996, p.3) .
- و تُشير "يونج" إلى أن الاستعمال المفرط للإنترنت يتميز بالبقاء على شبكة الإنترنت لمدة طويلة خلال الأسبوع من أجل المتعة وبشكل كبير في غرف المحادثات (Chat Rooms)، ولخصت إلى أن الاستعمال المفرط للإنترنت يمكن أن يُفكك العلاقات الأسرية، والصدقات، والحياة المهنية (Javed, 2010, p.2) .
- فقد وجدت "يونج" (Young, 1996) أن هناك مشكلات ترابطية خطيرة قررها ٥٣% لـ ٣٩٦ من دراسات الحالة على مفرطين في استعمال الإنترنت الذين تمّ مقابلتهم، وهذه المشكلات تعلقت بفقدان الود العاطفي والانفصال بين الأزواج بسبب التواجد على الإنترنت في الغرف الأباحية (العصيمي، ٢٠١٠، ص ٣٢) .
- كما رأت "يونج" و "روجرز" إن الاستعمال المفرط للإنترنت حالة من حالات الإعتلال في القدرة على التخلص والاستغناء عن الاستعمال مثله مثل الإدمان على المخدرات والكحوليات، ويتميز بأعراض إنسحابية ومشكلات نفسية وأكاديمية ومهنية واجتماعية (مقدادي وسمور، ٢٠٠٨، ص ١٦) .
- وقسمت "يونج" Young الاستعمال المفرط للإنترنت إلى خمسة أنواع هي :**
- استعمال الفضاء الجنسي Cybersexual Addiction أي مواقع الفحش والجنس الإباحية pornography .
 - استعمال العلاقات السبيرية Cyber-Relationship Addiction أي الإفراط في العلاقات التي تتم عبر الفضاء الإلكتروني Cyber Space، مثل علاقات غرف المحادثة Chat Rooms .
 - إلزام الإنترنت Net-compulsions مثل المقامرة أو التسوق عبر الإنترنت .
 - استعمال ألعاب الحاسوب الزائد عن الحد Computer Addiction .
 - الإفراط المعلوماتي Information Overload أي البحث الزائد عن الحد عن المعلومات عبر الإنترنت (Javed, 2010, p.6) .
- وحسب رأي "يونج" Young فإن هناك عدة طرق لعلاج الاستعمال المفرط للإنترنت، أول ثلاث منها تمثل في إدارة الوقت، ولكنه -عادة- في حالة الإدمان الشديد لا تكفي إدارة الوقت، بل يلزم من المريض استعمال وسائل أكثر فاعلية، مثل :
١. **عمل العكس Practice the Opposite :** فإذا اعتاد مستعمل الإنترنت استعمال الإنترنت طيلة أيام الأسبوع، يُطلب منه الانتظار حتى يستعمله في يوم الإجازة الأسبوعية، وإذا كان اعتاد استعمال الإنترنت بمجرد استيقاظه من النوم يُطلب منه أن ينتظر حتى يفطر، وإذا كان المريض يستعمل جهاز الحاسوب في غرفة النوم يُطلب منه أن يضعه في حجرة المعيشة .. وهكذا .
 ٢. **إيجاد موانع خارجية External Stoppers :** يُطلب من مستعمل الإنترنت ضبط منبه للوقت قبل بداية دخوله شبكة الإنترنت بهدف تحديد وقت محدد للجلوس أمامه، وعندما يبدق جرس المنبه فعليه إغلاق جهاز الحاسوب فوراً .
 ٣. **تحديد وقت الإستعمال Determine the time of use :** يُطلب من مستعمل الإنترنت وضع جدول إسبوعي لاستعمال الإنترنت، والعمل على تقليل الوقت الذي تعود عليه من قبل بقدر الإمكان، وذلك بتنظيم ساعات استعماله بتوزيعها على أيام الأسبوع بحيث لا يتعدى الجدول المحدد، بحيث إذا كان — مثلاً — يستعمل الإنترنت لمدة ٤٠ ساعة أسبوعياً، يُطلب منه التقليل إلى ٢٠ ساعة

٤. إعداد بطاقات من أجل التذكير Reminder Cards :

يُطلب من مستعمل الإنترنت إعداد بطاقات، ويكتب عليها خساً من أهم المشكلات الناجمة عن إفراطه في إستعمال الإنترنت كإهماله لأسرته وتقصيره في أداء واجبه مثلاً، ويكتب عليها أيضاً خساً من الفوائد التي ستنج عن إقلاعه عن إدمانه كإصلاحه لمشكلاته الأسرية وزيادة إهتمامه بواجبه، ويقوم بوضعها بجانب جهاز الحاسوب حتى إذا وجد نفسه مندمجاً في إستعمال الإنترنت يذكر نفسه بالمشكلات الناجمة عن ذلك الاندماج .

٥. الامتناع التام Abstinence :

مما ذكر فإن بعض المرضى يتعلّق بمجال محدد من مجالات استعمال الإنترنت . فإذا كان المريض مدمناً لغرف الحوارات الحية chatting، يُطلب منه بأن يكون أكثر قوة مع نفسه وعليه أن يمتنع عن تلك الوسيلة امتناعاً تاماً ويترك حرية استعمال الوسائل الأخرى الموجودة على شبكة الإنترنت .

٦. إعادة توزيع الوقت Redistribution time :

يُطلب من مستعمل الإنترنت أن يفكر في الأنشطة التي كان يقوم بها قبل إدمانه للإنترنت، ليعرف ماذا خسر بإدمانه مثل : أداء العبادات، والرياضة، وقضاء الوقت مع الأسرة، والقيام بزيارات اجتماعية وهكذا، وأن يعاود ممارسة تلك الأنشطة لعله يتدوّق طعم الحياة الحقيقية .

٧. الإنضمام إلى مجموعات التأييد Support Groups :

يُطلب من مستعمل الإنترنت قضاء أوقات كثيرة مع الأسرة والأصدقاء، والقيام بالزيارات الاجتماعية في المناسبات المتنوعة، حتى يمكن لمستعمل الإنترنت لدرجة الإفراط أن يكون حوله مجموعة من الأصدقاء الحقيقيين .

٨. المعالجة الأسرية (إشراك الآخرين) Family Therapy :

إذا لم يستطع المفرد في استعمال الإنترنت أن يتغلب على مشكلته بمفرده، فليدع أحد أفراد أسرته أو أصدقائه، كأن يذكره بما واعد به نفسك أو أن يصطحبه في رحلة خارجية مثلاً لمجرد التغيير (Young, 1999, p.10)

الدراسات السابقة

الاستعمال المفرط للإنترنت Internet useproblematic

تؤكد البحوث والدراسات التي أجريت حول الاستعمال المفرط للإنترنت، وجوده لدى مستعملي الإنترنت، كما أوضحت نتائج بعض الدراسات أنّ المفرطين باستعمال الإنترنت أشاروا إلى إصابتهم بأعراض تظهر توافر أركان الإدمان التقليدي، وفيما يأتي عرض الدراسات التي تناولت هذا الموضوع :

الدراسات العربية Arabic Studies

١. دراسة عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٥ " إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة " هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت وكل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، ودراسة التأثيرات المحتملة بين تلك المتغيرات، ومدى إمكانية التنبؤ بإدمان الإنترنت لدى عينة الدراسة من خلال ظهور مشاعر المساندة الاجتماعية والأعراض الاكتئابية لديهم، باستخدام مقياس إدمان الإنترنت من إعداد الباحثين وقائمة بيك للاكتئاب ومقياس المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة على عينة مكوّنة من (٣٠٠) طالب وطالبة موزعين بالتساوي ذكوراً وإناثاً، وبلغ متوسط العمر (١٩,٤٦) عاماً، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت وارتفاع مستوى الاكتئاب وضعف المساندة الاجتماعية ببعديها الأسرة والأصدقاء لدى طلبة الجامعة ذكوراً وإناثاً، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة الجامعة حسب النوع في إدمان الإنترنت ولمصلحة الذكور، كما أن إمكانية التنبؤ بإدمان الإنترنت من خلال إنخفاض مشاعر المساندة الاجتماعية وارتفاع الأعراض الاكتئابية لدى عينة الدراسة (عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٥، ص٤٤)

٢. دراسة أرنوط، ٢٠٠٧ " إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين : دراسة مقارنة بين عينة مصرية وعينة سعودية " هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين إدمان الإنترنت وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين، وهل تشكل هذه المتغيرات الثلاثة نموذجاً سببياً يفسّر هذه العلاقة ؟ كذلك معرفة ما إذا كانت تتنبأ بعض أبعاد الشخصية بإدمان الإنترنت، وفحص الفروق بين مدمني الإنترنت ومدمناته في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية، وكذلك فحص الفروق بين مدمني الإنترنت وغير مدمنيه في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية . كما هدفت هذه الدراسة إلى فحص الفروق بين مدمني الإنترنت في جمهورية مصر العربية ومدمنيه في المملكة العربية السعودية في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية . وقد أجريت الدراسة على (١٠٠٠) طالب وطالبة جامعية، (٥٤٦) طالب منهم مدمنون للإنترنت، (٤٥٤) طالب منهم غير مدمنين له، وقامت الباحثة بإعداد مقياس لإدمان الإنترنت، وطُبّق (اختبار "أيزنك" للشخصية (E.R.Q)، *، إعداد مصطفى سويف)، ومقياس الصحة النفسية (التشخيص الإكلينيكي الذاتي للأعراض المرضية، إعداد حسن مصطفى)، وأظهرت النتائج أن متغيرات الدراسة تشكل نموذجاً سببياً يفسّر العلاقات المتبادلة فيما بينها، كما أشارت النتائج إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين الاضطرابات النفسية وأبعاد الشخصية وإدمان الإنترنت، كذلك توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمني الإنترنت وغير مدمنيه في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية. ووجود فروق دالة إحصائياً بين مدمني الإنترنت ومدمناته في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية. وكذلك وجود فروق بين مدمني الإنترنت في جمهورية مصر العربية ومدمنيه في المملكة العربية السعودية في الاضطرابات النفسية وبعض أبعاد الشخصية لمصلحة مدمني الإنترنت في المملكة العربية السعودية، وكانت نسبة انتشار إدمان الإنترنت ٥٤,٦% (أرنوط، ٢٠٠٧، ص٣٢) .

وإنطلاقاً مما عُرض في الإطار النظري الذي وضع عدّة وجهات نظر، وإن الاختلاف والتعدّد في وجهات النظر هذه يعني أن مجال البحث واسع ومتعدد الاتجاهات، وبهذا فإن الباحث أعتد وجهة نظر "يونج" Young على أنها إطار نظريّ مناسب لمفهوم الاستعمال المفرط للإنترنت وذلك لأنها :

1. أفضل من نظر لمفهوم الاستعمال المفرط للإنترنت .
2. نظرية حديثة تناولت مفهوم البحث فهماً شمولياً .

الدراسات الأجنبية English Studies

1. دراسة يونج (Young, 1996) " الإدمان على الإنترنت "

أجرت "يونج" هذه الدراسة على عينة بلغ عدد أفرادها (500) من مفرطي استعمال الإنترنت، وموازنة سلوكهم بالمعايير السريرية (الإكلينيكية) التي تُستعمل في تصنيف الإصابة بالمقامرة المرضية، وتوصلت الدراسة إلى أن إدمان الإنترنت يرتبط بكثير من الآثار السلبية كالانسحاب والتفوق حول الذات، وقطع اتصاله بمجمعه وحتى أسرته، مع جفاف المشاعر، كما يؤدي إلى الاغتراب والعزلة الاجتماعية وبيّنت الدراسة إلى أن طلبة المدارس هم الأكثر تأثراً وتعلّقاً بالإنترنت، مما يؤثر على مستواهم الدراسي، إذ إنّ 58% من الطلبة المستعملين للإنترنت اعترفوا بانخفاض مستوى درجاتهم وتغيّبهم عن حصصهم الدراسية المقررة، والكذب عن الأهل، ومع أن الإنترنت يُعد وسيلة بحث مثالية فإن الكثير من الطلبة يستعملونه لأسباب أخرى كالباحث في مواقع لا تمت لدراساتهم بصلة أو كالثرة في غرف الحوارات الحية أو كاستعمال ألعاب الإنترنت (Young, 1996, p.1) .

2. دراسة يونج (Young, 1996) " إدمان الإنترنت : ظهور اضطراب سريري جديد " هدفت إلى موازنة المدمنين وغير المدمنين في عدد الساعات التي يقضونها أمام الإنترنت، وقد أعلن عن تلك الدراسة عبر الإنترنت، وجمعت البيانات من خلال البريد الإلكتروني أو عبر الاتصال الهاتفي، أو من خلال المقابلة الشخصية، إذ وجد ردود (496) شخصاً من الذكور والإناث، وقد استخدمت " يونج " استبانة مكونة من (8) بنود من إعدادها، وأسئلة مفتوحة عن الساعات التي يقضونها عن الإنترنت، والمشاكل التي سببها لهم، فُدمت لمستعملي الإنترنت من مختلف الأعمار، والذين بلغ عددهم (396) حالة من المستعملين السابقين للإنترنت (منهم (107) من الذكور و (239) من الإناث) و (100) حالة من المستعملين الجُدد (منهم (64) من الذكور و (36) من الإناث)، وقد أسفرت نتائج الدراسة على أن إدمان الإنترنت إدماناً سلوكياً، وإن (80%) من المستعملين صنفوا كمدمني إنترنت، والمستعملون السابقون يقضون حوالي ثماني مرات أكثر من المستعملون الجُدد أسبوعياً، وظهور مشكلات كبيرة في حياة المدمنين القدامى، في حين لم يبلغ المستعملين الجُدد عن أية مشكلات أو تأثيرات أخرى لأنهم قادرين على السيطرة على الكمية التي استعملوا فيها الإنترنت، كما استنتجت الباحثة من أن إدمان الإنترنت يمكن أن يدمر حياة الفرد الأكاديمية، والاجتماعية، والمادية، والمهنية، مثله في ذلك مثل باقي أنواع الإدمان كالخمر والمخدرات ولعب القمار، وقد أقر المدمنون بإصابتهم بهذه الأضرار، وأن هناك عدة مظاهر لإدمان الإنترنت تمثلت في ظاهرة "التحمّل" بمعنى الرغبة المتدرجة في زيادة عدد ساعات الاستعمال، وتبيّن عند الموازنة بين ساعات الاستعمال الإجمالي بين المدمنين وغير المدمنين، أن المدمنين يفوقون غير المدمنين في ساعات الاستعمال ثمانية أضعاف، إذ بلغ متوسط ساعات الاستعمال الإجمالي (38,5) ساعة مقابل (4,9) ساعات لدى غير المدمنين (Young, 1996).

3. دراسة بريزر (Brenner, 1997) التي كان هدفها معرفة الخصائص النفسية لمستعملي الإنترنت، إذ استعمل الباحث استبانة من إعدادها، تحوي (32) بنداً يقيس مظاهر هذا النوع من الإدمان، وأرسلت بالبريد الإلكتروني، ومن ثم قام بحصر الاستجابات الصحيحة، والتي بلغت (536) (من أكثر من 25 دولة)، من مختلف الأعمار . وقد أوضحت نتائج الدراسة أن متوسط أعمار العينة الاجمالية (34) سنة، وإن متوسط عدد ساعات الاستعمال (19) ساعة أسبوعياً، كما كشفت عن ارتفاع نسبة المستعملين الذين أشاروا إلى إصابتهم بأعراض تظهر توافر أركان الإدمان التقليدي للمخدرات وغيرها من أنواع الإدمان الأخرى . وإن معظم المستجيبين قد أشاروا إلى معاناتهم من خمسة أعراض على الأقل من بين عشرة أعراض سلبية تنجم عن إدمان الإنترنت، وكان أوضح الأعراض هو العجز عن إدارة الوقت بالكيفية المناسبة، ونقص عدد ساعات النوم، والانشغال عن تناول وجبات الطعام الأساسية، كما كشفت فئة من المستجيبين عن شكاوهم من اضطرابات تماثل أعراض الإدمان النفسي : مثل الوقوع في مشكلات مع أصحاب العمل، والرؤساء أو الإدارة المدرسية أو الجامعة، وتدهور الكفاءة المهنية ومعدل الانجاز الشخصي، والشعور بالعزلة الاجتماعية، والبُعد عن الأصدقاء، كما ارتفعت نسبة المستعملين الذين أشاروا إلى إصابتهم بأعراض تظهر توافر أركان الإدمان التقليدي وهي : التحمّل (إذ ذكر 55% من المستعملين أنهم يقضون أوقات طويلة جداً أمام الإنترنت)، والانسحاب (إذ أشار 28% إلى عجزهم عن التوقف في التفكير والانشغال بالإنترنت عند انقطاع اتصالهم به لبعض الوقت)، والدافع القهري (فقد أقرّ 22% من المستعملين أنهم حاولوا خفض الأوقات التي يقضونها أمام الإنترنت، وباءت محاولاتهم بالفشل (Brenner, 1997, p.880).

عرض الدراسات السابقة يستنتج الباحثان جوانب الافادة منها ما يأتي :

1. هنالك أوجه اتفاق ومنها أن أغلب الدراسات وخاصة العربية منها قد ركزت على دراسة مفهوم الاستعمال المفرط للإنترنت على فئة الطلبة الجامعيين وكذلك الطلبة المراهقين ممن هم في المرحلة الثانوية، مشيرة ضمناً إلى أهمية هذه الفئة، وذلك لأنهم الأكثر تعرّضاً للاستعمال المفرط وما يُثيره ذلك الاستعمال من مشكلات قد تؤثر في توافقهم النفسي (مع الذات) والاجتماعي (مع الآخرين) .

٢. إن أغلب الدراسات تناولت موضوع الإنترنت من منظور واقعها وشيوع استعمالها، واتفقت على أن الاستعمال المفرط للإنترنت يمكن أن يدمر حياة الفرد في كل مجالاتها الاجتماعية، والأسرية، والدراسية، والمادية، والمهنية، مثله في ذلك مثل باقي أنواع الإدمان الأخرى .
٣. إن العديد من الدراسات التي أُعدت لقياس مفهوم الاستعمال المفرط للإنترنت قد إعتمدت مقياس وتفسير "يونج" لإدمان الإنترنت.
٤. إن أغلب الدراسات ركزت على العلاقة بين إدمان الإنترنت والاكتئاب والعزلة الاجتماعية الذين يُعدان جانبيين نفسيين اجتماعيين مهمين يؤثران في صحة الفرد النفسية .
٥. اهتمت بعض الدراسات وهدفت إلى معرفة الآثار السلبية المرتبطة بإدمان الإنترنت .
٦. كذلك تنوعت الدراسات بربط مفهوم إدمان الإنترنت بمتغيرات نفسية عديدة منها علاقته بالاكتئاب والعزلة الاجتماعية وأبعاد الشخصية والتواصل الاجتماعي وآثاره النفسية والاجتماعية والتوافق النفسي والاجتماعي وغيرها .
٧. كما يتضح من ناحية أخرى أن معظم الدراسات التي عُرضت بل جميعها أوضحت أن هناك علاقة موجبة ووجود ارتباط عالٍ بين إدمان الإنترنت والمشكلات النفسية والاجتماعية التي يسببها الاستعمال المفرط للإنترنت .
٨. تباينت نسب انتشار إدمان الإنترنت تبايناً ملحوظاً من دراسة إلى أخرى، تراوحت ما بين ٤,٩% إلى ٨٠%، ويعود هذا الاختلاف إلى عدة أسباب أهمها اختلاف الأداة المستعملة من دراسة إلى أخرى وطبيعة البيئة التي طبقت الدراسة فيها .
٩. كذلك اتفقت الدراسات السابقة في خصائص العينة المستخدمة من حيث: النوع والمرحلة الدراسية والتخصص الدراسي، واختلقت في البعض القليل منها من حيث السن .
١٠. إن أغلب الدراسات وجدت أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت وعلاقته بالمتغيرات النفسية العديدة تُعزى لمتغير النوع، وغالباً لمصلحة الذكور وهذا يعني إن الذكور أكثر استعمالاً للإنترنت ومن ثم أكثر تعرضاً لإدمان الإنترنت من الإناث .

الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته

ويتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات المتبعة في هذا البحث وعينة التطبيق، وعينات البحث ومجمعه وأدوات البحث والوسائل الإحصائية التي استعملت في تحليل البيانات التي تم الحصول عليها، وفيما يلي عرضاً لهذه الإجراءات

أولاً: منهج البحث: Research Methodology

اعتمد الباحث في البحث الحالي المنهج الوصفي كونه أكثر المناهج ملائمة لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات والكشف عن الفروق فيما بينهما، ويُعد المنهج من أساليب البحث العلمي الذي يقوم بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفاً دقيقاً، والتعبير كميّاً من خلال وصف الظاهرة وتوضيح خصائصها ، وكمياً من خلال الوصف الرقمي الذي يوضح هذه الظاهرة أو حجمها، ودرجة ارتباطها مع بقية الظواهر (ابو نصر، ٢٠١٧: ٨٩).

ثانياً مجتمع البحث: Research community

إن تحديد مجتمع البحث هو الإطار المرجعي للباحث في اختيار عينة البحث، فقد يكون هذا الإطار مجتمعاً كبيراً أو قد يكون مجتمعاً صغيراً (عقيل، ١٩٩٩، ٢٢١) فالمجتمع يعني جميع الاعضاء او العناصر سواء كانت اهداف او موضوعات او افراد نرغب بتعميم نتائج الدراسة عليهم (المنيزل والعنوم، ٢٠١٠: ٢٠١). وبذلك يتحدد مجتمع البحث من :-

١- مجتمع المدارس :

يتكون مجتمع البحث الحالي من (١٥) مدرسة موزعين على المدارس المتوسطة للبنين وللدراسة الصباحية في قضاء الصويرة وقضاء في محافظة واسط والتابعين للمديرية العامة لتربية واسط للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣). وقد تم اختيار هذه المدارس لأعداد طلابها وراعى الباحث في الاختيار ان تكون هذه المدارس موزعة ما بين مركز القضاء واطرافها وبعض القرى التابعة لها . والجدول (١) يوضح ذلك.

٢- مجتمع الطلاب :

يشتمل مجتمع البحث على طلاب المتوسطة لعدد من المدارس المتوسطة للبنين وللدراسة الصباحية الثاني المتوسط في قضاء الصويرة والبالغ عددهم (١٣٦٤) طالب ثاني متوسط موزعين على المدارس المذكورة، كما هو مبين في الجدول رقم (١) .

جدول (١)

اسماء المدارس واعداد الطلاب في عينة البحث

ت	اسم المدرسة	الموقع	عدد طلاب ثاني متوسط
١	م / مزرعة	صويرة	٩٢
٢	م / بدر الكبرى	صويرة	٧٧
٣	م / شباب اليوم	صويرة	١٠٤
٤	م / الغالي	صويرة	٥٥
٥	م / باب المراد	صويرة	٧٩
٦	م / موسى بن النصير	صويرة	١٢٢
٧	م / سالم جودة	صويرة	٩٨

١١٢	صويرة	م / السراج المنير	٨
١٣٣	صويرة	م / تاج الدين	٩
٤٥	صويرة	م / الشجعان	١٠
٥٧	صويرة	م / ثامر الفرج	١١
٨٣	صويرة	م / ابي طالب	١٢
٧٧	صويرة	م / المنتصرين	١٣
٦٤	صويرة	م / الصويرة	١٤
٤٨	صويرة	م / ساقى الحرمين	١٥
١٣٦٤			المجموع

ثالثاً: عينة البحث: Research Sample

تمثل عينة البحث من الخطوات المهمة في آليه اي دراسة سواء كانت سلوكية ام في مجال العلوم البحتة، فهي جزء من المجتمع تتوفر فيه نفس خصائص ومواصفات ذلك المجتمع، وان اختيار العينة الممثلة تمثيلاً حقيقياً لجميع متغيرات المجتمع توفر للباحث الوقت والجهد والدقة في النتائج والتكاليف المادية، وبالإمكان الاستعاضة عن المجتمع والوصول الى اهداف البحث باختيار العينة (الجابري، ٢٠١١: ٢٤٥). وتتمثل عينات هذا البحث بالاتي:

عينة التحليل الاحصائي: اشارت ادبيات القياس والتقويم الى ان الحجم المناسب لعينة التحليل الاحصائي للمقاييس النفسية لحساب قوتها التمييزية يفضل ان يكون (٥_ ١٠) افراد لكل فقرة (Nunally, 1978.262) وبناء على ذلك فقد اختار الباحث عينة عشوائية بلغت (٢٠٠) طالب من طلاب الصف الثاني المتوسط في (٣) مدارس من المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية واسط والجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول رقم (٢)

اسماء المدارس واعداد الطلاب في عينة البحث

ت	اسم المدرسة	الموقع	عدد طلاب ثاني متوسط
١	م / ثامر الفرج	صويرة	٥٧
٢	م / باب المراد	صويرة	٧٩
٣	م / الصويرة	صويرة	٦٤
	المجموع		٢٠٠

رابعاً: اداة البحث: Research Tool

تحقيقاً لهدف البحث الحالي قام الباحثان بما يأتي:

مقياس الاستعمال المفرط للانترنت

بنى الباحثان مقياس الاستعمال المفرط للانترنت المسند الى النظرية المتأصلة بالاستعمال المفرط للانترنت لـ (Kimberly S. Young, 1998)، لتحديد الطلاب الذين لديهم مستوى مرتفع من الاستعمال المفرط للانترنت وتشخيصهم، وفيما يتعلق بمقياس الاستعمال المفرط للانترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة، اتبع الباحثان الخطوات العلمية الآتية:

- وصف مقياس الاستعمال المفرط للانترنت

- صلاحية الفقرات

- اعداد تعليمات المقياس

- تصحيح المقياس

- التحليل الاحصائي للفقرات

- مؤشرات الصدق والثبات للمقياس

مقياس الاستعمال المفرط للانترنت

- خطوات بناء مقياس الاستعمال المفرط للانترنت

يشير الن و ين (Allen & yen ; 1979) الى ان بناء اي مقياس يمر بخطوات اساسية هي :-

• التخطيط للمقياس وذلك بتحديد المجالات التي تغطي فقراته، وصياغة فقرات كل مجال .

• تطبيق الفقرات على عينة ممثلة للمجتمع .

• اجراء تحليل للفقرات، واستخراج صدق وثبات

(Allen & yen ; 1979, p : 110-119)

أ- التخطيط للمقياس :-

بعد ان تبني الباحثان تعريف يونج (young, 1996) والذي عرفه سلوك يبعث على الاندفاع في استعمال الانترنت والذي لا يتضمن السكر او فقد الوعي، واستخدام الانترنت بما يتجاوز (٣٨) ساعة أسبوعياً لغير حاجة العمل مع الميل الى زيادة

ساعات الاستخدام لإشباع الرغبات نفسها التي كانت تشبعها ساعات اقل مع المعاناة من اعراض نفسية وصحية واخلاقية واجتماعية (يونغ، ١٩٩٦: ٣٥٢)، بعد ان تبني الباحث تعريف **يونج (young, 1996)** كإطار نظري عام للبحث قام الباحث بتحديد (٤) مجالات للمقياس وهي :-

- ١- **المجال الاجتماعي**:- العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة وعدم الاحساس بالانتماء الى المجتمع وأهمال الاصدقاء وفقدان التواصل معهم .
- ٢- **المجال النفسي**:- الحالة النفسية التي يتعرض لها من يستعمل الانترنت بشكل مستمر ومنها شعور الفرد بالعزلة النفسية والملل والقلق وتعكر المزاج والكآبة والحزن والغضب مما يؤثر على حالته النفسية من كثرة استعمال الانترنت .
- ٣- **المجال الصحي** :- التأثيرات الصحية التي يسببها استعمال المفرط للانترنت كالصداع، الخمول، الارهاق، قلة النوم، وانخفاض او زيادة الوزن او غير ذلك .
- ٤- **المجال الاخلاقي**:- التصرفات والافعال غير المقبولة كالكذب والمشاجرة والعناد واهمال انشطة مهمة في الحياة(حسن، ٢٠١٣، ص٧٢) .

ب- أعداد فقرات المقياس :

تم صياغة فقرات المقياس البالغ عددها (٣١) فقره واشتقت هذه الفقرات من مصادر متعددة بعضها من معطيات مفهوم الاستعمال المفرط للانترنت وبعضها من مقاييس سابقة اجنبية كدراسة **(young, 1996)** الذي تختص فقراته حول مصطلح ادمان الانترنت وهذا ماتم بناء المقياس بسببه لكون ان كلمة ادمان تقيس السمة عند الافراد المضطربين بعد تحديد المجالات وتعريفها، ووزعت على مجالات المقياس كالآتي :

- ١- (٨) فقره في المجال الاول وهو : (المجال الاجتماعي)
- ٢- (٧) فقره في المجال الثاني وهو: (المجال النفسي)
- ٣- (٩) فقره في المجال الثالث وهو: (المجال الصحي)
- ٤- (٧) فقره في المجال الرابع وهو : (المجال الاخلاقي)

وقد روعي في صياغة الفقرات ماياتي:-

- * أن تكون الفقرات واضحة، لها معنى محدد، حيث يفسرها جميع المستجيبين بالاسلوب نفسه.
- * لايد ان تكون الفقرات في مستوى المستجيب فقد قام الباحث بصياغة كل فقرة بللهجة مفهومة وبصيغة المتكلم.
- * يجب ان تكون الفقرات متعلقة بالموضوع(ابوعلام، ١٩٨٩: ١٦١).
- * يجب تجنب النفي في صياغة الفقرات.

ج- التحليل المنطقي للفقرات :

بالرغم من كون التحليل المنطقي لفقرات المقاييس قد يكون في بعض الاحيان غير واضح وغير دقيق، وذلك لانه يعتمد على الاراء الذاتية للمحكمين، ولكنه بالرغم من ذلك يعد خطوة ضرورية ومهمة في بناء أعداد فقرات المقياس، لانه يكشف على مدى مثل الفقرة ظاهرياً للسمة المراد قياسها فضلاً عن وجود علاقة ما بين التحليل المنطقي للفقرات وخصائصها السيكمترية(الكبيسي، ٢٠٠١: ١٧١).

لذلك قام الباحثان عرض فقرات مقياس الاستعمال المفرط للانترنت على (١٥) من الخبراء والمحكمين المتخصصين في مجال الارشاد النفسي وعلم النفس والقياس والتقويم والصحة النفسية ملحق (١)، ليبدوا اراءهم حول صلاحية صياغة كل فقرة من فقرات المقياس من عدمها وتعديل بعضها كما موضح في جدول (٣).

جدول (٣)

قيمة مربع كاي لمعرفة آراء الخبراء في صلاحية فقرات الاستعمال المفرط للانترنت

الدالة 0.05	قيمة مربع كاي		غير الموافقون	الموافقون	عدد الخبراء	ارقام الفقرات	مجالات الاستعمال المفرط للانترنت
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	3.84	15	15	15	15	1\2\3\4\8	الاجتماعي
غير دالة		1.66	5	10		5\6	
غير دالة		3.26	4	11		7	
دالة	3.26	15	15	15	15	1\2\3\4\5\6	النفسي
غير دالة		3.26	4	11		7	
دالة		15	15	15		1\2\3\4\5	
دالة	11.26	15	14	14	14	7\8\9	الصحي
غير دالة		0.6	6	9		6	
دالة		15	15	15		1\2\3\4\5\7	
غير دالة	1.66	15	15	15	15	1\2\3\4\5\7	الاخلاقي
غير دالة		1.66	5	10		5	

ويعد استخراج قيمة مربع كاي (كا^٢) تعد كل فقرة صالحة عندما تكون قيمة (كا^٢) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية وهي (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي توازي نسبة ٨٠% من عدد المحكمين، وعند تطبيق هذا المعيار على جميع الفقرات كانت جميع قيم (كا^٢) دالة احصائياً وبذلك عدت جميع الفقرات صالحة في قياسها لخفض الاستعمال المفرط للإنترنت. وبعد ان ابدى الخبراء و المحكمين اراءهم وملاحظاتهم على فقرات المقياس ملحق (١) تم اجراء بعض التعديلات عليها للحصول على الصيغة النهائية للمقياس والجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤)

الفقرات المعدلة في ضوء اراء الخبراء و المحكمين لمقياس الاستعمال المفرط للإنترنت

ت	الفقرات	التعديل
٥	أكون علاقات من خلال استعمال الانترنت	أكون علاقات مع الجنس الاخر من خلال استعمال الانترنت
٩	طول الوقت الذي اقضيه على الانترنت يزعج الآخرين	طول الوقت الذي اقضيه على الانترنت يزعج الموجودين من حولي
١٣	قلة زياراتي للأقارب بسبب استعمال الانترنت	استعمالي للإنترنت بشكل كبير جعلني لا ازور اقاربي وانقطع عنهم
١٠	اشعر بالضيق عندما اواجه أي مشكلة أثناء تصفحي للإنترنت	اشعر بالاكئاب عندما تحدث مشكلة في الاتصال بالإنترنت
١٤	استعمال الانترنت ينسني بعض المشاكل التي أواجهها في الواقع	ابتعد عن مشاكل الواقع عندما استعمال الانترنت
٣	اتناسا وجبات الطعام والشراب عندما استعمل الانترنت	انسى وجبات الطعام والشراب عندما استعمل الانترنت

ومن اجل تطبيق الاداة يجب ان يتأكد الباحث من الخطوات الاتية :-

- اعداد تعليمات الاجابة على المقياس :

تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به الطالب عند اجابته على فقرات المقياس ولقد راعى الباحث عند اعداد المقياس ان تكون تعليماته واضحة ومستوى اعمار طلاب المرحلة المتوسطة ووضح الباحثان كيفية الاجابة على الفقرات وتمت الاشارة في التعليمات ان هذا المقياس معد لأغراض البحث العلمي فقط لتطمين المستجيبين وحتم على الاجابة(القمش، ٢٠٠٠: ٣٢) .

- تصحيح المقياس :

صحح المقياس على اساس اعطاء اوزان تتراوح من (٣-١) لبدائل الاستجابة وعلى التوالي (تطبيق علي دائما، تنطبق علي احيانا، لا تنطبق علي أبداً) وان جميع فقرات المقياس سلبية .

- وضوح التعليمات وفهم الفقرات :

من الضروري التحقق من مدى فهم العينة المستهدفة لتعليمات المقياس ومدى وضوح فقراته لديهم (فرج، ١٩٨٠ : ١٦٠)، ولغرض التعرف على مدى وضوح الفقرات وتعليمات الاجابة على المقياس والوقت المستغرق للإجابة (مجيد، عيال، ٢٠١١ : ٢٨)، طبق الباحث المقياس على عينة استطلاعية مؤلفة من (٢٠٠) طالب من طلاب الصف الثاني المتوسط من مدرسة كانت ضمن المجتمع الاصيلي للبحث، وذلك بالاختيار العشوائي لها، فتم اختيار (متوسطة ثامر الفرج للبنين) الواقعة في قضاء الصويرة . وقد اوضحت التجربة ان الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس بلغ متوسطاً قدره (١٥) دقيقة وهو الوقت المناسب للإجابة على فقرات المقياس لكي يتسنى للطلاب الاجابة بتمعن وموضوعية، ونتيجة لهذا الاجراء تم التأكد من ان جميع فقرات المقياس واضحة ومفهومة للطلاب.

- التحليل الاحصائي للفقرات (Statical Analysis) :

يقصد بالتحليل الاحصائي للفقرات حساب القوة التمييزية لكل فقرة وارتباط درجتها بالدرجة الكلية للمقياس وذلك من اجل ابعاد الفقرات التي لا تميز بين المستجيبين وابقاء الفقرات المميزة، ويرى كرونباخ ان هناك علاقة قوية بين دقة المقياس والقوة التمييزية للفقرات (Cronbach and Gleser, 1965 : p . 64) .

الخصائص (السيكو مترية) للمقياس:

ان الهدف الاساسي من التحليل الاحصائي للفقرات هو حساب بعض خصائصها السيكو مترية ولاسيما القدرة التمييزية ومعاملات صدقها، لان صدق وثبات المقياس يعتمدان بشكل كبير على هاتين الخصيصتين (الكبيسي، ٢٠٠٢ : ١٨٦) .

اولاً: صدق المقياس: validity

يشير الصدق الى امكانية او قدرة المقياس على ان يقيس موضوع من اجل قياسه، ويشكل ادق فالصدق هو الصحة او الدلالة الواضحة على امكانية الاستفادة من فقرات المقياس (أري، وآخرون، ٢٠١٣ : ٢٨٤).

وقد استخراج الباحث للمقياس الحالي نوعين للصدق هما (الصدق الظاهري وصدق البناء) وعلى النحو الاتي:-

أ- الصدق الظاهري Face validity :

يمكن حساب الصدق الظاهري للاختبار عن طريق التحليل المبدي لفقراته بواسطة عدد كبيرة من الخبراء والمحكمين لتحديد ما اذا كانت هذه الفقرات تتعلق بالجانب الذي تقيسه، وهنا يمكن لباني الاختبار ان يقوم بعمل تكرارات استجابات مجموعة من الخبراء و المحكمين ويختار الفقرات التي اتفق عليها اكبر عدد من الخبراء والمحكمين ويشير الصدق الظاهري الى السمة التي يظهر ان الاختبار يقيسها بشكل اولي (ظاهري) وبالرغم من ان هذه الطريقة ليست كافية للتأكد من صدق الاختبار ولكنها تفيد في طمأنة الباحث مبدئياً على دقة الاختبار الذي يستخدمه في مقياس ما صمم لقياسه (محاسنه، ٢٠١٣ : ١٦٠).

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في القياس الحالي وذلك عندما عرض الباحث مجالات وفقرات المقياس على (١٥) من الخبراء والمحكمين في قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي والقياس والتقويم وعلم النفس والصحة النفسية لأبداء آرائهم حول مدى صلاحية الفقرات ووضع التعديلات التي يرونها مناسبة وتبين ان بعض الفقرات صالحة وفي ضوء ما ابدوه من آراء فقد تم تعديل بعض الفقرات وتم استبعاد (٦) فقرات اتفق اغلبية المحكمين على ان يتم استبعادها.

التحليل الاحصائي للفقرات:

يعد التحليل الاحصائي للفقرات واحدة من الخطوات الاساسية والمهمة في بناء المقاييس النفسية، لانه يؤشر الى مدى تمثيل مضمون الفقرة للسمة التي يراد قياسها (Holden,elat, 1985: 386).

لذلك اعتمد الباحث على هاتين الخصيصتين لاستخراج التحليل الاحصائي للفقرات، وفيما يلي توضيح لكيفية حسابهما :-

حساب القوة التمييزية للفقرات: Discrimination power

نقصد بالقوة التمييزية للفقرات، قدرة الفقرة على التمييز بين الافراد المستجيبين، اي قدرة الفقرات على تمييز بين الافراد ذوي الدرجات العالية على المقياس والافراد الاخرين ذوي الدرجات الواطئة في السمة المراد قياسها، وبالتالي هي مؤشر على قدرة الفقرة على تمييز بين الافراد في السمة التي نقيسها (Gronlund, 1981:253).

وتم استخراجها من خلال:-

أ- اسلوب المجموعتين المتطرفتين: Extreme Groups

وحسب هذا الاسلوب، يتم مقارنة الافراد الذين حصلوا على درجة عالية على المقياس مع الاخرين الذين حصلوا على درجة واطئة، حيث تتم هذه المقارنة في كل فقرة من فقرات المقياس (Kaplan,1982:146).

وقد تم ذلك بالخطوات الاتية:-

- قام الباحثان بتصحيح استمارات افراد عينة البحث البالغ عددها (٢٠٠) استمارة، واعطاء درجة كلية لكل منهم.
- رتب الدرجات التي حصلوا عليها تنازلياً من اعلى درجة الى ادنى درجة.
- تعيين درجة قطع (٢٧%) من الافراد الحاصلين على اعلى الدرجات اطلق عليهم (المجموعة العليا)، و (٢٧%) من الافراد الحاصلين على ادنى الدرجات اطلق عليهم (المجموعة الدنيا)، اذ ان اعتماد نسبة (٢٧%) عليا ودنيا يوفر لنا مجموعتين بأفضل ما يمكن من حجم وتمايز (السيد، ٢٠٠٦ : ٦٤٢). وفي ضوء هذه النسبة بلغ عدد الافراد في كل مجموعة (٥٤) فرداً، اي ان عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل بلغ (١٠٨) استمارة، وبعد ذلك قام الباحث بتطبيق الاختبار التائي (t – test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين على كل فقرة من فقرات المقياس وعدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال موازنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (٩٨.١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٠٦) والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

القوة التمييزية لمقياس الاستعمال المفرط للانترنت بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
٧,٢٢٨	٠,٥٣٢٦٥	١,٤٠٧٤	٠,٦٣٤٤٤	٢,٢٢٢٢	-١
٥,٣٩٩	٠,٦٠٢٨١	١,٧٠٣٧	٠,٧١١٥٤	٢,٣٨٨٩	-٢
٦,١٦٢	٠,٣٣٩٠٥	١,١٢٩٦	٠,٨٨٧٠٥	١,٩٢٥٩	-٣
٨,٤٠٠	٠,٢٣١٢١	١,٥٥٦	٠,٦٩١٣٧	١,٨٨٨٩	-٤
٥,٤٥٧	٠,٣٧٦١٨	١,١٦٦٧	٠,٨٦٩٧٥	١,٨٧٠٤	-٥
٦,٣٨٠	٠,٥٤٩٤٤	١,٣٣٣٣	٠,٦٨٠٤١	٢,٠٩٢٦	-٦
٥,٩٣١	٠,٥٩٩٣٢	١,٥٩٢٦	٠,٦٣٣٣٤	٢,٢٩٦٣	-٧
٤,٢١٥	٠,٦٦٥٦٢	١,٤٨١٥	٠,٦٥٨٤٩	٢,٠١٨٥	-٨
٨,٤٩٧	٠,٦٢٦٩٦	١,٣٨٨٩	٠,٦٦٣٥١	٢,٤٤٤٤	-٩
٨,٤٧٩	٠,٦٠٣٩٧	١,٤٤٤٤	٠,٦٦٥٦٢	٢,٤٨١٥	-١٠
١١,٠٦٣	٠,٥١١٥٧	١,٢٤٠٧	٠,٦٩٢٦٣	٢,٥٣٧٠	-١١
٧,٢٣٠	٠,٤٢٣٣٧	١,١٦٦٧	٠,٨٦١٤٧	٢,١١١١	-١٢
١٠,٤٢٥	٠,٢٩٢٥٨	١,٠٩٢٦	٠,٨٢٤١٦	٢,٣٣٣٣	-١٣
٦,٦٩٧	٠,٦٣٦٩١	١,٥٠٠٠	٠,٧٩١٥١	٢,٤٢٥٩	-١٤
١٢,٥٩٩	٠,٥٠٠١٧	١,٢٩٦٣	٠,٥٦٦٩٧	٢,٥٩٢٦	-١٥

١٠,١٣٤	٠,٥٤٣٣٧	١,٣١٤٨	٠,٦٦٥٨٨	٢,٥٠٠٠	-١٦
٨,٢٠٩	٠,٤٠٧٨٢	١,١٤٨١	٠,٧٧٨١٥	٢,١٢٩٦	-١٧
٩,٣٩٨	٠,٥٦٩٧٤	١,٥٧٤١	٠,٧٦٢٧٣	٢,٣٨٨٩	-١٨
٧,٠١٣	٠,٥٥٤٨٢	١,٣٥١٩	٠,٨٤٢٨٢	٢,٣١٤٨	-١٩
١٠,٢٤٤	٠,٥٣٥٦٧	١,٢٩٦٣	٠,٦٩٣٣٨	٢,٥١٨٥	-٢٠
١٠,٤٤٥	٠,٤٣٧٥٨	١,١٨٥٢	٠,٦٩٣٣٨	٢,٤٠٧٤	-٢١
٦,٤١٠	٠,٥٤٩٤٤	١,٣٣٣٣	٠,٨٣٢٨١	٢,٢٠٣٧	-٢٢
٤,٦٧٥	٠,٤٠٦٥٣	١,٢٠٣٧	٠,٨٧٠٣٥	١,٨١٤٨	-٢٣
٦,٢٩١	٠,٥٢٧٧١	١,٢٠٣٧	٠,٧٣٩٤٧	١,٩٨١٥	-٢٤
١١,٩٨٣	٠,٣٣٩٠٥	١,١٢٩٦	٠,٦٨١١٨	٢,٣٧٠٤	-٢٥

وقد كان متوسط مجموع درجات المجموعة العليا ٧٩,٤٢٥ بانحراف معياري ٦,٠١٢ في حين بلغ متوسط مجموع درجات المجموعة الدنيا ٤٨,٥٤٦ بانحراف معياري ٤,٥٢٤ .

ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

اتفق المختصون في مجال القياس النفسي على ضرورة توافر الصدق في فقرات المقياس، لان صدق المقياس يعتمد بشكل كبير على صدق فقراته، وخصوصاً الصدق الذي يتم حسابه بأسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، ويستخدم هذا الأسلوب في حالة عدم توفر محك خارجي، ولهذا اعتمد الباحث الدرجة الكلية للمقياس محكاً لصدق الفقرات، لان الدرجة الكلية للمقياس افضل محك داخلي في حساب الفقرات عندما لا يتوفر المحك الخارجي، ولذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس (Anastasia, 1988, p. 210) وبعد التحليل لعينة حجمها (٢٠٠) اتضح ان جميع الفقرات دالة (صادقة) عند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨) والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة
٠,٤٢٥	١٩	٠,٤١٣	١٠	٠,٤٩١	١
٠,٦٢٤	٢٠	٠,٤٤٣	١١	٠,٤٠٢	٢
٠,٤٣٥	٢١	٠,٤٢٣	١٢	٠,٤١٦	٣
٠,٤٢١	٢٢	٠,٤٤٧	١٣	٠,٤٣٩	٤
٠,٣٣١	٢٣	٠,٤٧١	١٤	٠,٣٢٨	٥
٠,٤٣١	٢٤	٠,٤٠٤	١٥	٠,٤٣٥	٦
٠,٤١٢	٢٥	٠,٤٢٦	١٦	٠,٣٨٩	٧
		٠,٤٣٠	١٧	٠,٣٢٢	٨
		٠,٤٢١	١٨	٠,٤٣٤	٩

*القيمة التائية الجدولية تساوي ٠,١٣٨ عند مستوى دلالة ٠,٠٥ وبدرجة حرية ١٩٨

ج- علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه:

قام الباحث بحساب صدق الفقرات عن طريق استخراج العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة ودرجة المجال الذي توجد فيه، وعليه تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي توجد فيه، لان معامل الارتباط يمثل معامل الصدق (Anastasia, 1988, p.210) .

ومن خلال التحليل الاحصائي للفقرات تبين ان جميع الفقرات دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨) . مما يشير الى ان كل فقرة من فقرات المقياس صادقة في قياس ما اعدت لاجله كما في جدول (٧)

جدول (٧)

قيم معامل صدق الفقرات بالمجال الذي تنتمي اليه

رقم المجال	المجال	عدد الفقرات	ارقام الفقرات	قيم معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية
١	الاجتماعي	٥	١	٠,٥٩٥
			٥	٠,٥٤٠
			٩	٠,٦٦٤
			١٣	٠,٦٢٣

٠,٦٢٥	١٧			
٠,٥٩٥	٢	٦	النفسي	٢
٠,٦١٥	٦			
٠,٥٧٩	١٠			
٠,٦٠٦	١٤			
٠,٦٢٢	١٨			
٠,٥٧٧	٢٢			
٠,٥٥٢	٣	٨	الصحي	٣
٠,٥٦٠	٧			
٠,٦٩٦	١١			
٠,٧٠٦	١٥			
٠,٥٨٣	١٩			
٠,٦١٧	٢١			
٠,٥٨٦	٢٣			
٠,٦٥٦	٢٥			
٠,٦٢٢	٤	٦	الاخلاقي	٤
٠,٥٦٩	٨			
٠,٦٧٣	١٢			
٠,٦٥٤	١٦			
٠,٥١٧	٢٠			
٠,٥٧٠	٢٤			

القيمة التائية الحرجة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ وبدرجة حرية ١٩٨ تساوي ٠,١٣٨

د- علاقة درجة المجال بالمجالات الأخرى (مصفوفة الارتباط)

اذ يتم ايجاد الارتباطات الداخلية بين كل مجال والمجالات الأخرى في المقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) والجدول (٨) يوضح ذلك .

جدول (٨)

مصفوفة الارتباطات بين درجة المجال بالمجالات الأخرى

	الاخلاقي	الصحي	النفسي	اجتماعي	الانترنت
الاخلاقي	١				
الصحي	٠,٦٤٣	١			
النفسي	٠,٥٨٠	٠,٥٨٩	١		
اجتماعي	٠,٦٥٨	٠,٦٦٤	٠,٥٢٠	١	
الانترنت	٠,٧٢٨	٠,٧٩٤	٠,٧٧٢	٠,٧٣٢	١

يتبين من الجدول اعلاه ان جميع الارتباطات سواء المجالات بعضها مع البعض الآخر او ارتباط المجالات بالدرجة الكلية للمقياس (الاستعمال المفرط للانترنت) باستعمال معامل ارتباط بيرسون، كانت دالة موجبة .

٢- صدق البناء Construct validity :

يستخدم صدق البناء بكثرة في المقاييس الشخصية ويعتمد على افتراضات نظرية يتم التحقق منها تجريبياً (Helmstjejer, 1966, p.134) ويسمى احياناً بصدق المفهوم او صدق التكوين الفرضي ويدل على نجاح الاختبار في قياس مفهوم فرضي معين (الجابري، ٢٠١١ : ٢٢١)، والمفهوم عبارة عن خاصية او سمة لا يمكن ملاحظتها مباشرة ولكن يمكن الاستدلال عليها من النظرية (المنيزل والعتوم، ٢٠١٠ : ١٥٦)، وعندما تتطابق النتائج التجريبية مع الافتراضات النظرية يعد ذلك مؤشر على صدق المقياس (Allen & yen, 1977 : p.108)، وتعد الاداة الحالية صادقة بنائياً من خلال المؤشرات التالية :-

- المؤشر الاول : (تمييز الفقرات)

تم استعمال الاختبار التائي (t – test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق الاحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس البالغ عددها (٢٥) فقرة والجدول (١٣) يوضح ذلك .

- المؤشر الثاني : (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس)

فقد حلل الباحثان الفقرات بطريقة الاتساق الداخلي بحساب معامل ارتباط (بيرسون) بين درجة كل فقرة والمجموع الكلي لدرجات المجال الذي ينتمي اليه، وكما موضح في الجدول (١٤) .

- المؤشر الثالث : (علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه) وقد استخرج الباحثان العلاقة الارتباطية بمعامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة والمجموع الكلي للمجال الواحد الذي تنتمي اليه والجدول (١٥) يوضح ذلك .

د- علاقة درجة المجال بالمجالات الاخرى (مصفوفة الارتباط) اذ يتم ايجاد الارتباطات الداخلية بين كل مجال والمجالات الاخرى في المقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) والجدول (١٦) يوضح ذلك .

ثانياً:- ثبات المقياس (Scale Reliability) :

يشير مفهوم الثبات الى اتساق درجات الاختبارات والمقاييس لمجموعة معينة من الافراد، اي الاتساق عبر الزمن، او اتساق صيغ مختلفة من نفس الاختبار، او اتساق مفردات الاختبار ذاته، او الاتساق عبر افراد مختبرين ومصححين مختلفين، وان القياس الذي يتميز بالاتساق يعد شرطاً ضرورياً للاختبار او المقياس الجيد (علام، ٢٠٠٦ : ٨٩) . لأنه يؤشر على اتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض ان يقيسه المقياس بدرجة مقبولة من الدقة (عودة، ١٩٩٣ : ٢٣٥) . واعتمد الباحث في حساب الثبات على طريقتين هما :-

أ – طريقة الاختبار واعادة الاختبار Test – Retest Method :

وتقوم فكرة هذه الطريقة على تطبيق الاختبار على مجموعة معينة من الافراد ثم اعادة تطبيق نفس الاختبار على المجموعة نفسها بعد مضي فترة زمنية معينة (السيد، ٢٠٠٦ : ٣٨١) .

وتشير هذه الطريقة الى نسبة الاستقرار في درجات الافراد الذين طبق عليهم الاختبار في المرتين، لذلك يسمى بمعامل الاستقرار (الامام، ٢٠١١ : ١١٩) ولحساب الثبات بهذه الطريقة طبق الباحثان مقياس الاستعمال المفرط للانترنت على عينة تتكون من (٢٠) طالب، وبعد مرور (٢٢) يوم طبق الباحث المقياس على العينة نفسها، ثم استخرج معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين وكان (٠,٨٢)، وهو معامل ثبات جيد، ومن ثم فان معامل الثبات العالي يشير الى وجود استقرار في اجابات الافراد عبر الزمن (الرشدي، ٢٠٠٠ : ٧٠) .

ب- الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ Cronbach Alpha :

ولاستخراج الثبات بهذا الطريقة تم اعتماد العينة نفسها المشار اليها في طريقة اعادة الاختبار أي (٢٠) طالب، ومن ثم استعمال معادلة (ألفا) للاتساق الداخلي وقد بلغ (٠,٨٤) وهو معامل ثبات جيد جداً، لان هذه المعادلة تعكس مدى اتساق فقرات المقياس داخلياً (علام، ٢٠٠٠ : ١٦٦) .

المؤشرات الاحصائية:

حصل الباحث على المؤشرات الاحصائية الخاصة بالمقياس الذي تقدم وصفاً له بصيغته النهائية والجدول رقم (٩) يوضح بعض الخصائص الاحصائية للمقياس.

جدول رقم (٩)

المؤشرات الاحصائية لمقياس الاستعمال المفرط للانترنت

المؤشرات الاحصائية	القيمة
حجم العينة	٢٠٠
الوسط الحسابي	٤٤,٢٨٠٠
الوسيط	٤٤,٠٠٠٠
المنوال	٤٤,٠٠
الانحراف المعياري	٩,٤٧٤٢٠
الالتواء	٠,٠٢٩
التفرطح	٠,١٨٢
المدى	٤٠,٠٠
اقل درجة	٢٥,٠٠
أعلى درجة	٦٥,٠٠

وصف المقياس بصيغته النهائية:

يتكون مقياس الاستعمال المفرط للانترنت بصيغته النهائية من (٢٥) فقرة موزعة بين اربعة مجالات بواقع (٥) فقرات في المجال الاول، (٦) فقرات في المجال الثاني، (٨) فقرات للمجال الثالث، (٦) فقرات للمجال الرابع وبلغت أعلى درجة في المقياس (٦٥) وأدنى درجة في المقياس (٢٥).

الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث في تحليل البيانات وتفسيرها الوسائل الاحصائية الآتية:

- ١- T-test لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين على كل فقرة من فقرات المقياس.
- ٢- معامل ارتباط بيرسون لاستخراج ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار
- ٣- ألفا كرونباخ هذه المعادلة تعكس مدى اتساق فقرات المقياس داخلياً.
- ٤- الالتواء.

- ٥- التفرطح.
- ٦- T-test العينة واحدة
- ٧- كولموجروف- سميرونوف للتكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير التحصيل الدراسي للأب، والتحصيل الدراسي للأم، والحالة الاقتصادية.
- ٨- مان وتني للعينات المتوسطة للتكافؤ بين افراج المجموعتين التجريبية والضابطة في متخيل فارق العمر بالشهور وفي تكافؤ الاختبار القبلي بين المجموعتين.
- ٩- ولكوكسن
- ١٠- مربع كاي لمعرفة اراء المحكمين على مدى صلاحية الفقرات لمقياس الاستعمال المفرط للإنترنت.

الفصل الرابع : تفسير النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث على وفق هدفه وتفسير ومناقشة النتائج ومن بيان التوصيات والمقترحات في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحثان :

عرض النتائج :

للتعرف على مستوى الاستعمال المفرط للإنترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة، ولأجل التحقق من هذا الهدف قام الباحثان بتطبيق مقياس الاستعمال المفرط للإنترنت على عينة البحث والتي قوامها (١٠٠) طالباً، وبعد استعمال (T, test) لعينة واحدة اظهرت النتائج ان الوسط الحسابي يساوي (٥٦,٦٨٠٠) والانحراف المعياري (٣,٩٧٦٩٠) والوسط الفرض (٥٠) وبلغت القيمة التائية المحسوبة (١٦,٧٩٧) بينما بلغت القيمة الجدولية (١,٩٨) عند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٩)، أذن بما أن القيمة التائية المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية هذا يشير الى أن طلاب المرحلة المتوسطة لديهم استعمال مفرط للإنترنت والجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول رقم (٤)

الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الاستعمال المفرط للإنترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة

العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
				المحسوبة	الجدولية		
١٠٠	٥٦,٦٨٠٠	٣,٩٧٦٩٠	٥٠	١٦,٧٩٧	١,٩٨	٩٩	دالة احصائياً

رابعاً: التوصيات : Recommendations

- في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث، يوصي الباحث بما يأتي:
- ١ - على الوزارة ومديريات التربية في عموم العراق ان تهتم أكثر بطلاب المرحلة المتوسطة كون ان فترة المراهقة من المراحل المهمة والاساسية في بناء شخصية الفرد.
 - ٢- اجراء دراسة مشابهة باستخدام متغيرات لها علاقة بالاستعمال المفرط للإنترنت .
 - ٣ أن تعمل وزارة التربية على ادخال المرشدين التربويين الدورات للتدريب والاطلاع على اهم مشاكل العصر وكيف يتم وضع الحلول المناسبة لها.
 - ٤ مناقشة المؤسسات في المديريات العامة لتربية المحافظات والمدارس بشكل خاص إلى التوسع في مختلف النشاطات الثقافية والاجتماعية وتعزيز جميع الانشطة التي تعمل على تنمية الافكار الايجابية العقلانية والابتعاد عن الأفكار الخاطئة (الاستعمال المفرط للإنترنت)..
 - ٥- ضرورة التوجه لأقامة مختلف البحوث والندوات من اجل دراسة احتياج مرحلة المراهقة وتقديم الخدمات لهم من اجل ان يندمجوا ويتفاعلوا مع مجتمعهم.

خامساً: المقترحات Suggestions

- توصل الباحثان الى بعض المقترحات حسب نتائج البحث الحالي:
- ١- اجراء دراسة حول علاقة الاستعمال المفرط للإنترنت بمتغيرات اخرى كالاتزان الانفعالي والتنشئة الاجتماعية والسمات الشخصية
 ٢. اجراء الدراسة للاستعمال المفرط للإنترنت على عينات مختلفة تشمل الجامعات أو المدارس الاعدادية والمتوسطة للناث.
 ٣. اجراء دراسة للاستعمال الايجابي للإنترنت على ضوء طرق ارشادية ووفق نظريات ارشاد

المصادر والمراجع

- ابوسعد، احمد عبد اللطيف(٢٠١١): علم النفس الارشادي،، دار المسيرة، عمان، الاردن.
- ارنوط، بشرى اسماعيل (٢٠٠٧)، ادمان الانترنت وعلاقته بكل من ابعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين، دراسة مقارنة، مجلة كلية التربية، العدد ٥٥.

- السيد، فؤاد البهي (2006): علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر .
- السيد، محمود علي احمد(2009)، الافراط في استخدام الانترنت وبعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة المصريين والسعوديين، مجلة الدراسات العربية في التربية وعلم النفس.
- الحريري، رافدة و الامامي، سمير(2011): الارشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية، الطبعة الاولى، دار المسيرة، عمان، الاردن.
- جلال، خالد احمد؛ ومحمد، السعيد عبد الصالحين(2005)، تأثير الاستعمال المفرط للإنترنت على بعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة.
- حمد، ليث كريم(2013): الارشاد النفسي في التربية والتعليم ادبيات برامج دراسات، جامعة ديالى: المطبعة المركزية.
- زهران، حامد (1998)، التوجيه والارشاد النفسي، القاهرة، مصر.
- زيدان، عصام محمد(2008). إدمان الإنترنت وعلاقته بالقلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس، دراسات عربية في علم النفس.
- عبدالهادي، محمد ومطر،عبد الفتاح وغانم، عادل(2005)، ادمان الانترنت وعلاقته بكل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة القاهرة، عدد يوليو، ج 1.
- العصيمي، سلطان (2010)، ادمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب الثانوية في الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية الامنية.
- عكاشة، احمد،(2003)، الطب النفسي المعاصر، القاهرة.
- عامر، محمد السيد ابو المجد(2008)، دراسة لبعض الاثار السلبية لإدمان الطلاب للإنترنت ودور الخدمة الاجتماعية في التخفيف من حدتها، المؤتمر العلمي الدولي الحادي والعشرون للخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
- غرينفيلد، سوزان (2017): تغير العقل كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على ادماغنا، ترجمة: ايهاب عبد الرحيم علي، الكويت.
- مقدادي، مؤيد وسمور، فاسم(2008)، ادمان على الانترنت وعلاقته بالاستجابات العصبية من مرئادي مقاهي الانترنت في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الاردنية في العلوم التربوية، العدد الاول.
- ابو النصر، مدحت، 2017، مناهج البحث في الخدمة الاجتماعية، الامارات، المجموعة العربية للنشر والتوزيع.
- ابوعلام، رجاء محمود(1989)، مدخل الى مناهج البحث التربوي، ط1، الكويت، مكتبة الفلاح.
- احمد، سمية علي عبد الوارث، 2011، البحث التربوي والنفسي، دليل تصميم البحوث، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- الخطيب، محمد احمد، 2010، الاختبارات والمقاييس النفسية، عمان : دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع.
- الامام، مصطفى واخرون، 1990، التقويم والقياس، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد
- كرو، جيمسون(2008)، مقدمة في البحث العلمي، ط1، عمان، الاردن، دار دجلة للنشر والتوزيع.
- القاضي، أحمد(1981)، الارشاد النفسي، دار الحكمة، لبنان، بيروت.
- الزهيري، حيدر عبدالكريم، 2017، مناهج البحث التربوي، الامارات دبي : مركز دبيولو لتعليم التفكير
- محمد، عادل عبد الله،(2000)، العلاج المعرفي السلوكي، اسس وتطبيقات، دار الرشيد، مصر.
- المنيزل، عبدالله وغرابية، عايش(2007): الاحصاء التربوي، دار المسيرة، عمان، الاردن.
- الجابري، كاظم كريم رضا(2011): مناهج البحث في التربية وعلم النفس الاسس والادوات، ط1، بغداد.
- ملحم، سامي محمد . (2000) . القياس والتقويم في التربية وعلم النفس . دار السيرة للنشر والتوزيع، عمان الاردن
- ميخائيل، امنطانيوس(2009)، القياس والتقويم التربوي والنفسي اساسياته وتطبيقاته المعاصرة، القاهرة، مصر، دار الفكر العربي.
- عبدالحفيظ، اخلاص محمد(2000): طرق البحث العلمي والتحليل الاصحائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- عقيل، حسين(1999): فلسفة مناهج البحث العلمي، مكتبة مدبوي، طرابلس.
- عدس، عبد الرحمن . (1998) . المدخل الى علم النفس . دار الفكر العربي، عمان .
- عباس، محمد خليل، واخرون(2009)، مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط2، الاردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- العبادي، ايمان يونس، 2020، التقبل الاجتماعي والتنظيم الانفعالي لدى طفل الروضة، مركز الكتاب الاكاديمي.
- العكيلي، جمال احمد، 2017، اتجاهات المستفيدين نحو استخدام الفهارس الإلكترونية في المكتبات، عمان: دار امجد للنشر والتوزيع.

- القمش، مصطفى و خليل المعايطة (٢٠٠٠)، القياس والتقويم في التربية الخاصة، ط١، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- كنعان، علي، ٢٠١٩، الاعلام الرياضي، دار البازوري للنشر والتوزيع.
- الكبيسي، كامل (٢٠٠١)، العلاقة بين التحليل المنطقي والتحليل الاحصائي لفقرات المقاييس النفسية، مجلة الاستاذ، العدد (٢٥)، جامعة بغداد، كلية التربية- ابن رشد.
- محاسنة، أبراهيم محمد . (٢٠١٣) . القياس النفسي في ظل النظرية التقليدية والنظرية الحديثة . دار جرير للنشر والتوزيع، عمان الاردن .
- نبيل، جون ونيير (١٩٨٢)، التجريب في العلوم السلوكية، بغداد، العراق، مقدمة في البحث العلمي، ترجمة موفق الحمداني وعبدالعزیز الشيخ.
المصادر الاجنبية
- Biswalo, (1996). **An introduction to guidance and Counselling Diverse Africa Contexts.** Dare Salaam University Press.
- Brenner, V, 1996, **An initial report on the line assessment of internet addiction**, the first 30 days of the internet usage survey>
- Czincz, Jennifer, et al, 2009, **Internet addiction in Asia : reality or myth.**
- Grider, A.B. ; Goethals, G.R. ; Kavanaugh, R.D. & Solomon, R.p. (1993) **psychology**, New York : Harper collins, (4th Ed).
- Griffiths, M. & Widyanto, L., 2006, **Internet addiction : A critical Review**, **International Journal of Mental Health and Addiction** *Javed, Muhammad & Iqbal, Waseem, 2010, A study of Internet Addiction amongst college level Students, The Islamia University of Bahawalpur, Bahawalnagar Campus, (PhD Scholar, Durham University UK. (
- Houd, O ; kayser, D; proust, K & Rastier, F. (1998) **Vocabulaire des sciences cognitives** . paris : puf .
- Holdental, R. & elat, (1985), Structured personally test characteristics and validity Journal.
- Kaplan, R.M., & Sassuzo, D.P. (1982), **Psychological Testing: principles, Applications and Issues**, California, Brooks publishing compan.
- Laramee, F.D. (2002). **Game design perspectives**. Charles River Media: Hingham, MA.
- Murali, Vijaya & George, 2007, **Lost online : an overview of Internet Addiction**, **Advances in Psychiatric Treatment**, vol. 13, 24–30 doi: 10.1192/apt.bp.106.002907.*
- Nunnally, J.C. (1978), **psychometric theory**. New York, McGraw-Hill.
- Nwachukwu, D.N. (2007). **The teacher counselor for today school**. Calabar University of Calabar Press.
- Orzack, M. (1998). **Coinputer Addiction: what Is It?**, **psychiatric Time**, 15(8). Pp123-131.
- Sengun, S, (2018). **Videogame Engagement: Psychological Frameworks**, institution Northeastern University, Cambridge, MA, USA.
- Khazaei, F., Khazaei, O. & Ghanbari-H.b. (2017). **Positive psychology interventions for internet addiction treatment**, **Computers in Human Behavior**. DOI:10.101/J.chb.2017.2.065
- Young, K. S., 1996, **Internet Addiction : The Emergence of a new Clinical Disorder**, Paper Presented at the 104th annual meeting of the American Psychological Association, Toronto, Canada, August 15, from world wide web : <http://www.netaddiction.com.articles#consequences>.

الملاحق

الجامعة المستنصرية/ كلية التربية
قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
الدراسات العليا / الماجستير

م / اراء المحكمين حول مدى صلاحية مقياس الاستعمال المفرط للإنترنت
بصيغته الاولية

الأستاذ الفاضل الدكتور..... المحترم /
اللقب العلمي التخصص

يروم الباحثان إجراء الدراسة الموسومة (الاستعمال المفرط للإنترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة) ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث ببناء أداة لقياس الاستعمال المفرط للإنترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة تبني الباحثان نموذج نظري يونج (young, 1996) سلوك يبعث على الاندفاع في استعمال الانترنت والذي لا يتضمن السكر او فقد الوعي، واستخدام الانترنت بما يتجاوز (٣٨) ساعة أسبوعياً لغير حاجة العمل مع الميل الى زيادة ساعات الاستخدام لإشباع الرغبات نفسها التي كانت تشبعها ساعات أقل مع المعاناة من اعراض نفسية وصحية و اخلاقية واجتماعية.(العصيمي، ٢٠١٠: ١٤)

واستناداً الى التعريف أعلاه فقد حدد الباحث المجالات الأتية (المجال الاجتماعي، المجال النفسي، المجال الصحي، المجال الاخلاقي).

ونظراً لما تتمتعون به من خبره علميه رصينة وحاجتنا الى مشورتكم، يرجى تفضلكم بالاطلاع على فقرات المقياس ووضع علامه (√) تحت كلمة صالحه اذا كانت الفقرة مناسبة، ووضع علامه (√) تحت كلمة غير صالحه اذا كانت الفقرة غير مناسبة أو إجراء أي تعديل أو حذف أو اضافته حسب ما ترونه مناسباً، كما يود الباحث معرفه أرائكم حول بدائل الاستجابة علماً أن البدائل هي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي احياناً، لا تنطبق علي ابدأ) وتأخذ بدائل الاجابة 1,2,3.

تقبلوا شكر الباحث لجهودكم العلمية

طالب الماجستير

سجاد مرتضى علي

المشرف

الأستاذ الدكتور

سلمان جودة مناع الشمري

اولاً : المجال الاجتماعي:- العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة وعدم الاحساس بالإنتماء الى المجتمع وأهمال الاصدقاء وفقدان التواصل معهم (حسن، ٢٠١٣).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
١	أستمتع بوقتي على الانترنت أكثر من الاستمتاع مع اصدقائي في الواقع			
٢	أكون علاقات من خلال استعمال الانترنت			
٣	طول الوقت الذي اقضيه على الانترنت يزج الآخرين			
٤	كثرة استعمال الانترنت افقدني اصدقاء الواقع			
٥	قلة زيارتي للأقارب بسبب استعمال الانترنت			
٦	اصدقائي على الانترنت أكثر من الواقع			
٧	أستغرب ممن لم يستعمل الانترنت			
٨	الانترنت حطم حياتي الاجتماعية			

ثانياً : المجال النفسي:- الحالة النفسية التي يتعرض لها من يستعمل الانترنت بشكل مستمر ومنها شعور الفرد بالعزلة النفسية والملل والقلق وتعكر المزاج والكآبة والحزن والغضب مما يؤثر على حالته النفسية من كثرة استعمال الانترنت (حسن، ٢٠١٣).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل لمقترح
١	تغممني السعادة عند استعمال الانترنت			
٢	ينتابني الغضب عندما لا استطيع استعمال الانترنت			
٣	اشعر بالضيق عندما اواجه أي مشكلة اثناء تصفحي			

			للانترنت
٤			استعمال الانترنت ينسبني بعض المشاكل التي واجهها في الواقع
٥			اشعر بالملل عندما لا استعمل الانترنت
٦			أكون متقلب المزاج عند استعمال الانترنت
٧			الاستعمال الطويل للانترنت يجعلني كئيباً

ثالثاً : المجال الصحي :- التأثيرات الصحية التي يسببها استعمال المفرط للانترنت كالصداع، الخمول، الارهاق، قلة النوم، وانخفاض او زيادة الوزن او غير ذلك (حسن، ٢٠١٣) .

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
١	اتناسا وجبات الطعام والشراب عندما استعمل الانترنت			
٢	يصيبني الم في الرقبة والظهر عندما استعمل الانترنت			
٣	استعمال الانترنت يجعلني خاملاً عند الاستيقاظ من النوم			
٤	اصبح وقت النوم غير منتظم بسبب استعمال الانترنت			
٥	اثر استعمال الانترنت على نظري			
٦	يجعلني استعمال الانترنت متعب جداً			
٧	يتعبني اي نشاط غير استعمال الانترنت			
٨	تصيبني رعاش في اصابع يدي عندما أتوقف عن استعمال الانترنت			
٩	أنخفض وزني منذ أن بدأت استعمال الانترنت			

رابعاً : المجال الاخلاقي :- التصرفات والأفعال غير المقبولة كالكذب والمشاجرة والعناد وإهمال أنشطة مهمة في الحياة (حسن، ٢٠١٣) .

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
١	اكذب على والدي حتى استعمل الانترنت			
٢	أتحفظ عندما يسألني احد ماذا تتصفح على الانترنت			
٣	يتكرر شجاري مع اخوتي بسبب استعمال الانترنت			
٤	أهملت أنشطة مهمة في حياتي بسبب استعمال الانترنت			
٥	قمت بعلاقات غير شرعية مع الجنس الاخر عن طريق استعمال الانترنت			
٦	أفعل اشياء على الانترنت أندم عليها بعد فوات الأوان			
٧	أقضي معظم وقتي على المواقع المتعلقة بالجنس عند استعمال الانترنت			



الجامعة المستنصرية
كلية التربية
الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
الدراسات العليا/الماجستير

م/ استبانة

عزيزي الطالب المحترم.....
تحية طيبة

بين يديك مجموعة من الفقرات يقابلها عدد من البدائل يرجى قراءتها بدقة واختيار بديل واحد يناسبك من البدائل وذلك بوضع علامة (✓) تحت البديل المناسب والذي ينطبق عليك في حياتك اليومية. ولا توجد اجابات صحيحة واخرى خاطئة، علما ان الاجابات تستخدم لأغراض البحث العلمي ولا يطلع عليها احد سوى الباحث ولا حاجة لذكر الاسم.
التحصيل الدراسي للأب :-

ابتدائية	متوسطة	اعدادية	بكالوريوس

التحصيل الدراسي للأم :-

ابتدائية	متوسطة	اعدادية	بكالوريوس
----------	--------	---------	-----------

الحالة الاقتصادية :-

جيدة	متوسطة	ضعيفة	العمر :-
	سنة	شهر	اليوم

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي احياناً	لا تنطبق علي ابداً
١	استمتع بوقتي على الانترنت اكثر من الاستمتاع مع اصدقائي بالواقع			
٢	تغمرنني السعادة عندما استعمال الانترنت			
٣	انسى وجبات الطعام والشراب عندما استعمال الانترنت			
٤	اكذب على والدي حتى استعمال الانترنت			
٥	أكون علاقات مع الجنس الاخر من خلال استعمال الانترنت			
٦	ينتابني الغضب عندما لا استعمال الانترنت			
٧	يصيبني الم في الرقبة والظهر عندما استعمال الانترنت			
٨	اتحفظ عندما يسألني احد ماذا تتصفح على الانترنت			
٩	طول الوقت الذي اقضيه على الانترنت يزعج الموجودين من حولي			
١٠	اشعر بالاكئاب عندما تحدث مشكلة في الاتصال بالانترنت			
١١	استعمال الانترنت يجعلني خاملاً عند الاستيقاظ من النوم			
١٢	يتكرر شجاري مع اخوتي بسبب استعمال الانترنت			
١٣	استخدامي للانترنت بشكل كبير جعلني لا ازور اقاربي وانقطع عنهم			
١٤	ابتعد عن مشاكل الواقع عندما استعمال الانترنت			
١٥	اصبح وقت النوم غير منتظم بسبب استعمال الانترنت			
١٦	اهملت أنشطة مهمة في حياتي بسبب استعمال الانترنت			
١٧	الانترنت حطم حياتي الاجتماعية			
١٨	اشعر بالملل عندما لا استعمال الانترنت			
١٩	أثر استعمال الانترنت على نظري			
٢٠	افعل اشياء على الانترنت اندم عليها بعد فوات الاوان			
٢١	اهمية الانترنت لدي تماماً مثل اهمية الماء والهواء			
٢٢	أكون منقلب المزاج عند استعمال الانترنت			
٢٣	أنخفض وزني منذ ان بدأت استعمال الانترنت			
٢٤	أقضي معظم وقتي عندما استعمال الانترنت على المواقع المتعلقة بالجنس			
٢٥	أقضي أكثر من ٦ ساعات في استعمال الانترنت			