جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي
كلية العلوم الانسانية الاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية

علاقة الإدمان على الإنترنت بالاغتراب النفسي لدى الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي

دراسة ميدانية بإقامة طالبات سعودي بشير بجامعة الوادي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص إرشاد وتوجيه

من إعداد الطالبتين:
مريم جعفري
نريمان قاسمي

إشراف الأستاذ (د) :
اسماعيل بن خليفة

أعضاء لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الرتبة	الجامعة	الصفة
إسماعيل بن خليفة	أ. محاضر–أ–	جامعة الشهيد حمه لخضر–الوادي–	مشرفاً ومقرراً
شوقي قدادرة	أ. محاضر–أ–	جامعة الشهيد حمه لخضر–الوادي–	ممتحنا
هند غدايفي	أ. محاضر–أ–	جامعة الشهيد حمه لخضر–الوادي–	ممتحنا

الموسم الجامعي:2021/2020م

شكر والتقدير

إلهي

لا يطيب الليل إلا بشكرك و لا يطيب النهار إلا بطاعتك لا تطيب الآخرة إلا بعفوك و لا تطيب الجنة إلا برؤيتك

"الله جلا جلاله"

إلى من بلغ الرسالة و أدى الأمانة و نصح الأمة إلى نبي الرحمة و نور العالمين

"سيدنا محمد صلى الله عليه و سلم "

نخس جزيل الشكر و العرفان إلى كل من أشعل شمعة في دروب العلم و أعطى من حصيلة فكره لينير دربنا

نتوجه بالشكر الجزيل إلى أستاذنا المشرف الدكتور القدير "بن خليفة إسماعيل" الذي قدم لنا كل التوجيهات و الملاحظات و التوصيات فيما يتعلق بالبحث و على مساندته لنا من بداية اختيارنا للموضوع حتى نهاية العمل ، و إلى كل عمال مكتبة جامعة الوادي و كل أساتذة قسم العلوم الاجتماعية و الإنسانية بجامعة حمه لخضر الوادي ، و إلى كل الطالبات المقيمات بالحي الجامعي .

لهم كل شكرنا و عرفاننا

الإهداء

أشكر الله سبحانه و تعالى الذي سخرني لطلب العلم حتى أستفيد و أفيد كل من أراد التعلم ووفقني في إنجاز عملي و ثمرة جهدي و اجتهادي

إلى نور أمتنا المصطفى عليه الصلاة و السلام.

إلى نفسي التي ركبت قطار التحدي لدخول معترك الحياة العلمية

إلى منبع الحنان إلى التي حملتني جنينا و حضنتني وليدة إلى التي سهرت معي الليالي.... إلى من مدت يدها في كل خطوة كنت أخطوها ..... إلى سندي في السراء و الضراء ..... إلى أمي الغالية أطال الله في عمرها

إلى من دمجت روحي بروحها لتصبح روحا واحدة أختي الحنونة : خلود

إلى نور عيني أخي العزيز علاء الدين "حفظه الله"

إلى من زين حياتي جمالا و بهاء فتقبلن حبي هدية إلى : زهرة ، فوزية ، صبرينة ، وصال ، أميرة ، ناريمان ، و صورية "رحمها الله".....

إلى كل الأهل و الأحبة و كل من يحمل لقب جعفري

إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا العمل إلى أساتذة العلوم الاجتماعية و كل طلبة الدفعة 2020 – 2021 تخصص إرشاد وتوجيه

إلى كل من أحبهم قلبي و نسيهم قلمي

مريم

الإهداء

أهدي ثمرة جهدي هذا إلي الغاليين من قال فيهما الله تعالى :

" أخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا "

إلي الشمس التي أضاءت سماء روحي إلي الشمعة التي احترقت لتنير دربي والي من غمرتنا بحنانها إلي جوهرة وهبها الله لي فاستحقت أن تكون الجنة تحت قدميها " أمي الغالية أطال الله في عمرها "

إلي من كافح وجاهد في سبيل تربيتي ورعايتي وفتح لي باب السعادة والحياة الكريمة ومهد لي طريق الوصول إلي ما وصلت إليه و بقوته علمني كيف يجب أن أكون "أبي الغالي أطال الله في عمره " .

إلي الذين جمعتني معهم ظلمة الرحم أخوتي حفظهم الله ورعاهم وأطال في عمرهم : مراد، وحيد ، تقي الدين .

إلي من جمعتني بها الحياة وأصبحت سندا لي " زوجة أخي الغالية حورية حفظها الله "

باسم صلة الرحم اهدي ثمرة جهدي هذا إلي خالي الغالي وزوجته وخالاتي ، وأعمامي وعماتي وإلي من كانت دعواتها تملأ الكون نورا وتنير لي طريقي " جدتي الغالية وأمي الثانية رشيدة "

إلي أعز جميلتين ابنة خالي وتوأم روحي "رشا"، وابنة خالتي العزيزة "حنين "

وإلي أجمل وأروع شموع منحتني بهم الحياة أخواتي وصديقاتي الّتي لا تمحوهن الذاكرة "

مروة صفاء ، مايشة ، نورة ، مريم ، أحلام ، هناء ، سعاد ، زينب ، هيبة ، نسيبة وإلي كل صديقاتي ورفيقات دربي

كما لا أنسي معلمتي التي كانت سندا لي وعلمتني ما معني التحدي و الإصرار للوصول إلي أعلي المراتب وكان هذا النجاح بفضلها التي كانت دائما تدعمني " نعيمة هباز " ، كما أخص الشكر والتقدير إلي " عمي خليل " أطال الله في عمره .

" **نريمان** "

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلي الكشف عن العلاقة بين الإدمان علي الإنترنت والاغتراب النفسي علي عينة من الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي بولاية الوادي وقد طرح التساؤل التالي :

هل توجد علاقة دالة إحصائية بين الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي لدى الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي ؟

استخدمنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي الاستكشافي الذي يهدف إلي البحث عن العلاقة الإرتباطية بين متغيري الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي وقد اختيرت العينة بطريقة عشوائية بسيطة من الطالبات المستخدمات للانترنت ، طبق عليهم اختبار الإدمان علي الانترنت لـ "يونغ " ومقياس الاغتراب النفسي لـ "زينب شقير"وبلغت العينة (100) طالبة بالحي الجامعي .

وبعد جمع البيانات وتبويبها ، تم معالجتها بالاستعانة ب (spss25) باستخدام الأساليب الإحصائية : المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ،اختبار "ت" واسفرت الدراسة عن النتائج التالية:

1-توجد علاقة إرتباطية بين الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي

2-مستوى الإدمان علي الانترنت مرتفع لدى الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي

3-مستوى الاغتراب النفسي مرتفع لدى الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي

4- لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان علي الانترنت لدى الطالبات المقيمات تعزى لمتغير مدة الإقامة

5-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات تعزى لمتغير مدة الإقامة

Résumé de l'étude:

L'étude actuelle visait à révéler la relation entre la dépendance à Internet et à l'approche psychologique d'un échantillon d'étudiants vivant dans le district de :l'université dans l'état de la vallée et soustrait la question suivante

Existe-t-il une relation statistique entre la dépendance sur Internet et le ؟psychologue des étudiantes vivant dans le district de l'université

Dans cette étude, nous avons utilisé l'approche de classification descriptive qui vise à rechercher le lien entre la toxicomanie Internet et la relation psychologique. L'échantillon a été sélectionné de manière simple d'Internet. ."L'échantillon (100) étudiant dans le district de l'université

Après la collecte et les données de tubes, SPSS25 a été adressée à l'aide de méthodes statistiques: l'arithmétique moyenne, l'écart-type, le test "T" et :l'étude ont abouti aux résultats suivants

1. Il existe un lien entre la dépendance sur Internet et l'approche psychologique
2. Le niveau de dépendance à Internet est élevé chez les étudiantes vivant dans le district de l'université
3. Le niveau d'aliénation psychologique est élevé chez les étudiantes vivant dans le district de l'université
4. Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans la dépendance .à Internet aux étudiants résidents attribuables à la variable de la résidence
5. Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans les enquêtes psychologiques des étudiants résidents attribués à la variable

الفهرس

فهرس المحتويات	رقم الصفحة
شكر وتقدير	/
الإهداء	/
ملخص الدراسة(بالعربية)	/
ملخص الدراسة (بالفرنسية)	/
الفهرس	/
فهرس الجداول	/
فهرس الملاحق	/
مقدمة	أ
الفصل الأول : الإطار العام لدراسة	4
إشكالية الدراسة	5
فرضيات الدراسة	8
أهمية الدراسة	8
أهداف الدراسة	9
التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة	10
عرض الدراسات السابقة ومناقشتها	11
الفصل الثاني : الإدمان علي الانترنت	24
تمهيد	25
تعريف الإدمان	25
تعريف الانترنت	25
تعريف الإدمان علي الانترنت	25
التغييرات النفسية للإدمان علي الانترنت	26
أعراض الإدمان علي الانترنت	27
آثار الإدمان علي الانترنت	28
تشخيص الإدمان علي الانترنت	29
علاج الإدمان علي الانترنت	30

طرق الوقاية من الإدمان علي الانترنت	31
خلاصة	31
الفصل الثالث : الاغتراب النفسي	33
تمهيد	34
مفهوم الاغتراب النفسي	34
مفهوم الشعور بالاغتراب النفسي	34
أسباب الاغتراب النفسي	35
أبعاد الاغتراب النفسي	36
أنواع الاغتراب النفسي	37
النظريات المفسرة للاغتراب النفسي	38
أنماط الاغتراب النفسي	41
علاقة استخدام الانترنت بالاغتراب النفسي	41
خلاصة	42
الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية	44
الدراسة الاستطلاعية	45
منهج الدراسة	45
حدود الدراسة	45
مجتمع الدراسة	46
عينة الدراسة	46
أدوات الدراسة	46
الأساليب الإحصائية	48
الفصل الخامس : عرض ومناقشة نتائج الدراسة	56
تمهيد	57
عرض ومناقشة النتائج	58
الاستنتاج العام	64
خاتمة	66

قائمة المراجع	67
الملاحق	71

فهرس الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
01	جدول يوضح التعديلات التي طرأت علي البنود	46
02	جدول يبين أرقام البنود جدول يوضح البنود العكسية لمقياس الاغتراب النفسي	47
03	جدول يبين الأبعاد وعدد البنود لكل بعد	47
04	جدول يبين نتائج اختبار "ت" بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين لمقياس الإدمان علي الانترنت	48
05	جدول يبين معاملات الثبات ألفا كرونباخ لمقياس الإدمان علي الانترنت	49
06	جدول يوضح نتائج اختبار "ت" بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين علي مقياس الاغتراب النفسي	50
07	جدول يبين معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الاغتراب النفسي	52
08	جدول يبين معاملات الثبات ألفا كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي	53
09	جدول يبين معامل الارتباط بيرسون لدرجات الطالبات علي مقياس الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي	57
10	جدول يبين المعيار لكل مستوى من مستويات التقدير لمقياس الادمان علي الانترنت	58
11	جدول يبين التكرار والنسبة المئوية لكل مستوى من مستويات التقدير لمقياس الإدمان علي الانترنت	59

12	جدول يبين لمعيار لكل مستوى من مستويات التقدير لمقياس الاغتراب النفسي	60
13	جدول يبين التكرار والنسبة المئوية لكل مستوى من مستويات التقدير لمقياس الاغتراب النفسي	61
14	جدول يبين نتائج اختبار "ت" لمقارنة مستوى الإدمان علي الانترنت بين الطالبات بحسب مدة الإقامة في الحي الجامعي	62
15	جدول يبين نتائج اختبار "ت" لمقارنة مستوى الاغتراب النفسي بين الطالبات بحسب مدة الإقامة في الحي الجامعي	**63**

مقدمة

مقدمة

عرف عصرنا الحالي تطورا هائلا في الثروة التكنولوجية والتقنية وانفجارا معرفيا في جميع

المجالات والذي ساهم بشكل كبير في ظهور وسائل لاتصال الحديثة لعل أهمها شبكة الانترنت التي أصبحت هاجسا لدى الكثير من الفئات وفي مختلف الأعمار. وقد انتشرت هذه التقنية أي شبكة الانترنت ليتم استخدامها في العالم ككل لتجعل منه قرية صغيرة يسهل فيها الاتصال مع الآخرين والحصول علي المعرفة والتجارة وتبادل المعلومات بكبسة زر دون عناء أو جهد يذكر ، يرى "محمد فاضل "أن الانترنت قد أحدثت تقدما علميا كبيرا وتنوعا منظما في المواقع والبرمجيات (WEB –SITES) ،وبخاصة البريد الالكتروني السريع (E-MAIL) والحوار والمحادثة المعروفة بالدردشة (CHAT) مما جعل الاهتمام بالكمبيوتر والانترنت موضوع الساعة في تطوره وقفزته النوعية الدقيقة . وإن استخدامها الأمثل يؤدي إلي مواكبة الحياة المعاصرة ، والتأثير الفعال في استثمار القدرة العقلية للإنسان المعاصر ليستمتع الناس بحياة علمية زاهية ، وفي الحقيقة أن الانترنت ستظل أداة حيوية في إثراء البحوث العلمية والدراسات الميدانية وتبادل الخبرات والأفكار في جميع متطلبات الإنسان المعاصر (نجم الدين مردان ،2006، 1)

وبالرغم من فوائدها الايجابية إلا أنها لا تخلو من نواحي سلبية تؤثر علي مستخدميها كالتعرض لخطر الإدمان عليها الذي أصبح منتشرا بين المراهقين خاصة فئة الطالبات ، نتيجة سوء الاستخدام لها وتضييع الأوقات على حساب أعمالهن وحياتهن الدراسية وعلاقاتهن الاجتماعية وهذا ما حذر منه الكثير من التربويين والأخصائيين النفسيين ، بحيث كشفت الدراسات بأن الاستخدام المفرط للإنترنت أدى إلى تدمير قيم المجتمع ومعاييره ، وانتشار السلوك المضاد للمجتمع كالإدمان و الجريمة والفوضى والعنف ، ويعتبر الإدمان علي الانترنت من أكثر الاضطرابات خطورة على الأفراد بما تخلفه من آثار علي حياتهم

من جميع النواحي وتؤثر علي سيرورة حياتهم بشكل ملحوظ ، وبالتالي فإن سوء استخدام الشبكة يهدد الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية وعدم القدرة علي تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى الفرد . كما يضيف "سارتوريس" أن الأمراض النفسية و العصبية سوف تزداد بشكل عام في السنوات القادمة خاصة الاكتئاب ، الاغتراب النفسي ، القلق ، ورجع ذلك إلي ظهور الكمبيوتر والانترنت ودورهما في جعل الإنسان معزول ومنطوي في علاقاته وترابطه الأسري حيث جعل الإدمان علي الانترنت الفرد لا ينظر إلى ذاته ويتخلى ويبتعد عنها وهذا ما يسمى بالاغتراب النفسي مما يحدث جمودا عاطفيا ونفسيا لديه ، نتج عنه عدم الرضا والقلق والخوف والاكتئاب وانطفاء العلاقات في المجتمع .

وتتمحور هذه الدراسة حول موضوع الإدمان علي الانترنت وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالحي الجامعي .

وقد تضمنت الدراسة جانبيين نظري وتطبيقي ، فالجانب النظري يضم ثلاثة فصول ، أما الجانب التطبيقي فيضم فصليين ، وقد اشتمل الفصل الأول إشكالية الدراسة وأهميتها وأهدافها وفرضيات الدراسة والدراسات السابقة والتي تناولت متغيرات الدراسة وتحديد مفاهيمها.

وأما الفصل الثاني فتطرقنا فيه إلي أول متغيرات الدراسة وهو الإدمان علي الانترنت بداية من المفهوم إلي التغيرات النفسية للإدمان علي الانترنت ثم الأعراض والآثار المؤدية للإدمان علي الانترنت وفي الأخير التشخيص والعلاج وطرق الوقاية من الإدمان علي الانترنت ، أما الفصل الثالث فقد تناول متغير الاغتراب النفسي من خلال طرح مفاهيم متعلقة بالاغتراب والأسباب والأبعاد وكذا الأنواع والنظريات المفسرة للاغتراب النفسي وأخيرا علاقة استخدام الانترنت بالاغتراب النفسي .

أما الجانب التطبيقي فقد كان يضم فصليين ، فصل الإجراءات الميدانية ، من خلال تحديد الدراسة الاستطلاعية والمنهج المناسب ومجتمع الدراسة وعينة الدراسة ، وفصل

الأخير من هذا البحث تم التطرق فيه إلي مناقشة نتائج الدراسة في ضوء فرضيات الدراسة .

وأنهينا هذا العمل البحثي بتقديم مجموعة من الاقتراحات التي يمكن أن يبنى عليها في حلحلة هذه المشكلة الظاهرة و تخطي ما ينجر عنها من آثار سلبية .

الفصل الأول

الفصل الأول: الإطار العام للإشكالية

1-إشكالية الدراسة

2-أهمية الدراسة

3-أهداف الدراسة

4-فرضيات الدراسة

5-تحديد مفاهيم الدراسة

6-الدراسات السابقة

1-إشكالية الدراسة

نظرا للتطور السريع وتحدى دخول حضارة التكنولوجيا المتقدمة ، فأصبحت العامل الحاسم في تقدم الأمم والشعوب ، فالحاسب الآلي يعد احد التطبيقات التكنولوجية المتقدمة والمذهلة حيث ظهرت في البداية وتطورت صناعته حتى ظهر مايسمى بالشبكات ،التي تمتلك خاصية تبادل الملفات والبرامج والمعلومات واستخدام وسائل الاتصالات ،التي تعمل علي زيادة إشباع هذه الشبكات بين مجموعة من الأجهزة، فاستحدث ما يدعى بالإنترنت ،وهي من أكثر الوسائل والأدوات التكنولوجية التي أحدثت نقلة نوعية هائلة ، نتيجة لتوافر المعلومات والمعارف في كافة المجالات العلمية التي يحصل عليها المستخدم بسهولة وفي وقت موجز ، حتى أصبحت حاجة ملحة يسعى الفرد لإشباعها لتحقيق أهدافه .

حسب احمد صالح (2002) شبكة الانترنت ماهية إلا تكنولوجيا ثورية ،لأنها أدت إلي تخطي الزمان والمكان ، وسهولة انسياب المعلومات واتخاذ القرارات (احمد صالح ،2002، 37)

كما أن لكل تكنولوجيا جديدة إيجابياتها فان لها سلبياتها أيضا وهذا حال التعامل مع شبكة الانترنت ، وفي السنوات الأخيرة ظهر جيل جديد من المدمنين علي استخدامها في جميع دول العالم وعلي الرغم من الفوائد العديدة التي توفرها الشبكة العنكبوتية لملايين الناس حول العالم إلا أنها تمثل خطرا حقيقيا ، إذا ما تم استخدامها بإفراط خاصة من قبل الطلاب . حسب تعريف Good Manالإدمان علي الانترنت عبارة عن سيرورة تسمح بالشعور باللذة وتخفي التوتر الداخلي في آن واحد رغم مجهودات الشخص لتقليص هذا التوتر نتيجة عدم القدرة علي التحكم في ذلك ، وأثناء القيام بذلك يواصل العمل رغم العواقب السلبية والمضرة . وبالتالي نقول هذا المصطلح (إدمان الانترنت) الذي ظهر بصفة رسمية مع عالمة النفس الأمريكية"كمبرلي يونغ"في دراسة بعنوان "إدمان الانترنت" معلنة ظهور اضطراب إكلينيكي جديد سنة 1998، و كانت عينة الدراسة قوامها 396 فردا من المستخدمين السابقين

للإنترنت و 100 فردا من المستخدمين الجدد للإنترنت و أسفرت نتائج الدراسة إلي ا ن إدمان الانترنت إدمان سلوكي وان المستخدمون السابقون يقضون حوالي 8 مرات أكثر من المستخدمون الجدد أسبوعيا وظهور مشكلات كبيرة في حياة المستخدمون الجدد للإنترنت .

وتعتبر "كمبرلي يونغ"من الأوائل الذين سلطوا الضوء علي المشكلات التي ترتبط باستخدام الانترنت مثل العزلة الاجتماعية ، والاكتئاب ، والاغتراب النفسي .

و في نفس السياق ورد في الدراسة التي قامت بها الشمالية (2006) بالأردن و التي هدفت إلي بناء مقياس الآثار الاجتماعية لاستعمال طلبة الجامعات الأردنية لشبكة الانترنت ، وقد تكونت عينة الدراسة من 2355 طالب وطالبة وقد بينت النتائج أن إدمان الانترنت له تأثير سلبي علي المجال النفسي والأخلاقي .

وحسب الجمعية الأمريكية فإن الإدمان علي الانترنت هو " استخدام الانترنت بما يتجاوز (38) ساعة أسبوعيا لغير حاجة العمل ، مع الميل إلي زيادة ساعات الاستخدام لإشباع الرغبات نفسها التي كانت تشبعها ساعات اقل ، مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية عند انقطاع الاتصال، منها التوتر النفسي الحركي والقلق ، وتركيز التفكير بشكل قهري حول الانترنت .(عصام منصور وعبد الله الدبوبي ، 2011 ،334).و يمكن أن يلاحظ أن أكثر الفئات إقبالا عن الانترنت هي فئة الشباب و خاصة الجامعيين منهم لأن المرحلة الجامعية هي المرحلة التي لايزال فيها المتعلم يكتشف هويته ، و يتعرف على شخصيته ، حيث أن طبيعة شبكة الانترنت تساعده على ذلك ، فمرحلة الدراسة الجامعية و باعتمادها على الانترنت قد جعلت الطالب يعمل على إشباع حاجاته سواء التعليمية أو النفسية أو غيرها و كذلك فإن وجود وقت فراغ كبير لدى المتعلمين و بقاءهم فترة طويلة في الحرم الجامعي ، بسبب تباعد مواعيد محاضراتهم مما أتاح لهم فرصة اكبر للإبحار في شبكة الانترنت و هذا ما قد يولد عندهم مشكلة الاغتراب النفسي الذي يعتبر ظاهرة نفسية انتشرت بين الطلاب لأن الانتقال من اجل التعلم بين المدن و الدول ظاهرة غدت شائعة مما

يجبر الطلبة على الابتعاد عن محيطهم ليعيشوا في محيط آخر غريب عنهم ، و تزداد ظاهرة الاغتراب حدة عند بعض الطلبة الذين يدرسون في بلدان مختلفة تماما عن بلدانهم من حيث البعد القيمي و الثقافي فيعانون من مشاعر الاغتراب النفسي التي تجعلهم يشعرون بالانفصال النسبي عن أنفسهم أو عن مجتمعاتهم أكثر من أي وقت مضى ، مما يجعل البعض منهم يفتقد الى الشعور بالأمن النفسي و يزيد من غربتهم حدة و قد أكدت دراسة علي (2008) أن الطالب الذي يدرس في بلد أخر غير بلده مهما كانت طبيعة البلد الذي يدرس فيه ، فهو يعاني من صعوبات الغربة المكانية عن الأهل والوطن والمجتمع إضافة إلي تلك الضغوطات والمشكلات النفسية التي قد تعترضه نتيجة وجوده داخل مجتمع يختلف في عاداته وتقاليده ونظام الإدارة الدراسية كما اعتادوا عليها . وتناولت سميث (1975) ظاهرة الاغتراب في دراسة بعنوان صفات الطلاب المغتربين في المجتمع الجامعي حيث كانوا اقل اغترابا مقارنة مع غير المغتربين ، وتبين أن الذكور أكثر اغترابا من الإناث .وعليه و انطلاقا مما تقدم ترى الباحثتان : أن ظاهرة الاغتراب النفسي هي ظاهرة قد تزداد حدتها و مجال انتشارها كلما توفرت العوامل و الأسباب المهيئة لذلك مثل ، السكن البعيد عن الأهل ، أو دراسة التخصص الأكاديمي غير المرغوب فيه للطالب ،و عليه جاءت هذه الدراسة لتجيب عن التساؤلات التالية :

- التساؤل الرئيس: هل توجد علاقة دالة إحصائية بين مستوى الإدمان على الانترنت ومستوى الاغتراب النفسي لدى الطالبات الجامعيات بالحي الجامعي ؟

و ينبثق عن ذلك التساؤلات الفرعية التالية:

- ما مستوى الإدمان على الانترنت لدى الطالبات المقيمات بالحي الجامعي بجامعة الوادي؟

- ما مستوى الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالحي الجامعي بجامعة الوادي؟

- هل توجد علاقة بين الاغتراب النفسي و عدد سنوات المكوث بالحي الجامعي بجامعة الوادي لدى الطالبات ؟

- هل توجد علاقة بين الإدمان على الانترنيت و عدد سنوات المكوث بالحي الجامعي بجامعة الوادي لدى الطالبات

- الفرضيات :

- الفرضية العامة

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدمان الانترنت و مستوى الاغتراب النفسي لدى الطالبات الجامعيات بالحي الجامعي بجامعة الوادي

- الفرضيات الجزئية :

- مستوى الإدمان على الانترنت مرتفع لدى الطالبات المقيمات بالحي الجامعي بجامعة الوادي .

- مستوى الاغتراب النفسي مرتفع لدى الطالبات المقيمات بالحي الجامعي بجامعة الوادي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان علي الانترنت لدى الطالبات المقيمات بالحي الجامعي بجامعة الوادي تعزى لمتغير مدة الإقامة .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالحي الجامعي بجامعة الوادي تعزى لمتغير مدة الإقامة .

2- أهمية الدراسة :

أ\ الأهمية النظرية للدراسة :

1-تكمن أهمية الدراسة في تسليط الضوء على ظاهرة الإدمان على الانترنت و علاقتها بالاغتراب النفسي التي تزايدت بشكل سريع في العصر الحالي ، كما تستمد هذه الدراسة

أهميتها من أهمية الفئة التي تناولتها و هي المرحلة الجامعية التي تتسم بكثير من المشكلات النفسية .

2-إن ظاهرة الإدمان على الانترنت تعد من الموضوعات الجديدة في البيئة العربية بوجه عام و في الجزائر على وجه الخصوص تقتضي ضرورة دراسة كافة التغيرات و المشكلات الناجمة عنها

3- أثرا المكتبة بمزيد من البحوث العلمية المحلية بسبب ندرة الدراسات التي تناولت ظاهرة إدمان الانترنت

ب\ الأهمية التطبيقية للدراسة :و تتمثل في الآتي:

1- توفير إطار معلوماتي حول ظاهرة إدمان الانترنت وعلاقتها بالاغتراب النفسي للباحثين والمختصين في مجال الإرشاد والتوجيه

2- مساعدة طالبات الجامعيات مقيمات بالحي الجامعي علي التعامل الايجابي الفعال والسليم مع تلك التقنية (شبكة الانترنت) الهامة والضرورية .

3-ما تسفر عنه الدراسة من نتائج قد توجه الباحثين المهتمين الى إعداد البرامج الإرشادية اللازمة للطالبات حول استخدامات الانترنت الآمنة لتجنب الانعكاسات السلبية

3-أهداف الدراسة :

من خلال قيامنا بهذه الدراسة نطمح للوصول الى عدة أهداف أهمها :

- إثراء البحث العلمي و الاجتماعي بدراسة علمية حول الإدمان على الانترنت و علاقته بظاهرة الاغتراب النفسي لدى الطالبات الجامعيات

- مساعدة المختصين في علم النفس على بناء برامج إرشادية وقائية لتفادي سلبيات الانترنيت وتجنب الاغتراب النفسي .

– التحقق من وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الانترنت والاغتراب النفسي لدى الطالبات الجامعة .

– الكشف عن الفروق بين الطالبات في الإدمان على الانترنت و الاغتراب النفسي بحسب فترة الإقامة و المكوث بالحي الجامعي

4–التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة :

4–1– الإدمان علي الانترنت : يعرف الإدمان علي الانترنت بأنه استخدام الطالبات للإنترنت بشكل مفرط لمدة 30 ساعة أسبوعيا حسب يونغ لتتشكل لديهن مجموعة من أعراض دالة على الإدمان كالأعراض الانسحابية وعدم السيطرة أو التحكم . كما انه الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبات علي المقياس المعتمد في هذه الدراسة .

4–2– التعريف الاجرائي : هو شعور الفرد بأنه غريب عن المجتمع الذي يعيش فيه . و عاجز عن تحقيق ما يريده و يرفض القيم و المعايير.

5–عرض الدراسات السابقة ومناقشتها :

سنعرض مجموعة من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت متغيرات متعلقة بموضوع البحث ، كما نتطرق إلي بعض الدراسات التي تجمع بين المتغيرين.

أولا : الإدمان علي الانترنت :

5–1– الدراسات العربية :

5–1–1– دراسة هبة بهي الدين ربيع (2003) :

هدفت هذه الدراسة إلي التعرف علي ما إذا كان استخدام المفرط للإنترنت يودي إلي إدمان المستخدم لها ، وما هي الظروف والمتغيرات المسؤولة علي إدمان الشبكة ؟ وهل

يتباين استعداد المستخدمين لإدمان شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) بتباينهم علي متغير الجنس ؟

وقد اعتمدت الباحثة علي أداتين : استمارة الدوافع لاستخدام الانترنت من إعداد الباحثة ، ومقياس إدمان شبكة المعلومات من إعداد الباحثة أيضا، وبلغت عينة الدراسة 150 مستخدما للشبكة ، بمتوسط عمري 19,63 وانحراف معياري 2,83 وبلغ عدد مدمني استخدام الشبكة 32 فردا من العينة الكلية بمدينة القاهرة بمصر . وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط شدة الدافع نحو الشبكة وعدد ساعات الاستخدام اليومي لها بين مجموعة المدمنين وغير المدمنين علي الشبكة ، لصالح مجموعة المدمنين ووجود فروق في إدمان الشبكة بين الذكور والإناث كانت لصالح الذكور .(هبة بهي الدين ربيع، 2003)

5-1-2- دراسة بشرى إسماعيل أرنووط (2007):

هدفت الدراسة إلي معرفة العلاقة بين الإدمان علي الإنترنت والأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين ، وهل تشكل هذه المتغيرات الثلاثة نموذجا يفسر هذه العلاقة ؟ كذلك معرفة ما إذا كانت تتنبأ بعض أبعاد الشخصية بالإدمان الانترنت وتفحص الفروق بين المدمنين علي الانترنت ومدمناته في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية ، كما هدفت هذه الدراسة إلي تفحص الفروق بين مدمني الانترنت في جمهورية مصر العربية ومدمنيه في المملكة العربية السعودية في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية .

أجريت الدراسة على عينة متكونة من 1000 طالب ، منهم 546 مدمنون على الانترنت ، و 454 طالب منهم غير مدمنون ، بمدينة الزقازيق بمصر حيث قامت الباحثة بإعداد مقياس الإدمان على الانترنت ، و تم تطبيق استخبار أيزنك للشخصية الذي أعده مصطفى السويف و مقياس الصحة النفسية و التشخيص الذاتي للأعراض المرضية ، لحسن مصطفى و قد أظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط دال بين الاضطرابات النفسية و أبعاد

الشخصية و إدمان الانترنت . ووجود فروق بين المدمنين على الانترنت و المدمنات في أبعاد الشخصية و الاضطرابات الشخصية ، و كذلك وجود فروق بين مدمني الانترنت في جمهورية مصر العربية و مدمنيه في المملكة العربية السعودية في أبعاد الشخصية و الاضطرابات النفسية .(مفرح العصيمي ، 2010 : 83)

5-1-3- ناصر بن صالح لعبيدي 2008:

هدفت هذه الدراسة الى تصميم برنامج إرشادي ملائم لطلبة المرحلة الثانوية المدمنين على الانترنت و ذلك بالتطبيق عليهم ، ثم التعرف على أثر البرنامج الإرشادي المقترح في خفض درجة الإدمان على الانترنت لدى عينة الدراسة التي تتكون من الطلاب المدمنين على الانترنت من طلاب الثانوية العام في مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية طبق عليهم مقياس الإدمان على الانترنت و خلصت نتائج الدراسة الى:

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي (الدرجة الكلية لمقياس أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الإدمان على الانترنت بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح القياس البعدي) .

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسين قبلي و بعدي لأفراد المجموعة الضابطة في مقياس إدمان الانترنت بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح القياس البعدي .

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في أكثر أعراض الإدمان على مقياس إدمان الانترنت (البعدي) بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية .(ناصر بن صالح لعبيدي ، 2008 ،ص 5)

5-1-4- دراسة مفرح العصيمي 2010 :

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين الإدمان على الانترنت و علاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى :

-أن نسبة الطلاب المدمنين من الأفراد بلغت عينتهم 26 %

-وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الانترنت و درجات أبعاد التوافق النفسي و الأسري و المدرسي و الاجتماعي .

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب مدمني الانترنت و الغير مدمنين للانترنت لطلاب المرحلة الثانوية في كل من التوافق النفسي و الأسري و المدرسي و الاجتماعي لصالح المدمنين(مفرح العصيمي 2010 : 4)

5-1-5-دراسة الجيبيله (2016) :

هدفت الى الكشف عن مستوى الإدمان على الانترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ومعرفة العلاقة بين إدمان الانترنت و كل من الرضا عن الحياة و تقدير الذات ، و إمكانية التنبأ بإدمان الانترنت من الرضا عن الحياة و تقدير الذات و تكونت العينة من 381 طالبة و قد توصلت الدراسة الى أن أعلى نسبة من الطالبات يستخدمن الانترنت بشكل معتدل حيث بلغت 65% بينما بلغت نسبة ممن يستخدمن الانترنت بشكل مرتفع 28.6% تليها نسبة الطالبات التي يستخدمن الانترنت بشكل منخفض حيث بلغت 5.2% كما بلغت نسبة من يستخدمن الانترنت بشكل حاد 0.8%.

5-2-الدراسات الأجنبية :

5-2-1- دراسة كمبرلييونج CamberleyYoung (1996) :

هدفت الدراسة الى معرفة إدمان الانترنت و ما ينتج عنه من اضطرابات إكلينيكية . تكونت العينة من طلبة الثانويات و الجامعات و تم إرسال اختبار إدمان الانترنت لهم عن طريق شبكة الانترنت و قد حددت العينة في صورتها النهائية 396 طالبا و طالبة صنفوا كمستخدمين لشبكة الانترنت من بينهم (80 ذكور، 20 إناث) مدمنين عليها ، فكان المتوسط الأسبوعي لساعات استخدام الانترنت لهم 38 ساعة ، و كشفت أن الطلبة يعانون من اضطرابات إكلينيكية في الشخصية تتراوح بين ضعف الثقة بالنفس و تفكك أواصر العلاقات الاجتماعية ، بالإضافة الى إساءة فهم سلوك الآخرين .(وسام عزت ، 2010 : 811)

5-2-2- دراسة بتري وجينpétri&gunn.(1998):

هدفت الدراسة إلي معرفة العلاقة بين الإدمان علي الانترنت وكلا من الانطواء والاكتئاب في ضوء متغير الجنس والعمر ، وبلغ قوام العينة 445 مستخدما للانترنت ذكورا وإناثا ، وتراوحت الأعمار اقل من ثلاثين عاما وطبق عليهم استبيان الإدمان على الانترنت من إعداد، وقائمة بيك للاكتئاب ، ومقياس أيزنك للانطواء / الانبساط ، وقد توصلت النتائج إلي وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الإدمان علي الانترنت وكل من الاكتئاب والانطواء لدى مستخدمين للانترنت ذكورا وإناث . وقد خلصت نتائجها إلي :

_إن الإناث أكثر إدمان علي الانترنت من الذكور في استخدامها واتجاهاتهم نحوها حسب نتائج مقياس الدراسة .

_وجود علاقة دالة إحصائية بين الإدمان علي الانترنت وكل من الاكتئاب والانطواء لكلا الجنسين (ذكورا ، إناث).(محمد محمد هادي وآخرون ،2005 : 17)

5-2-3- دراسة ميار وآخرون (2000) :

هدفت الدراسة إلي التعرف علي مستويات إدمان الانترنت ومشاكل الشخصية ناجمة عنه ، والتعرف علي العوامل ذات الصلة بإدمان الانترنت بين طلاب المدارس المتوسطة في كوريا وشملت عينة الدراسة 676 طالب وتوصلت النتائج إلي أن 80.9% من الطلبة يشكون من المخاطر المحتملة ،و3.1% كانت لديهم نسبة الخطر ، وأثبتت أيضا أن هناك علاقات ايجابية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الانترنت ومشاكل الشخصية وعلاقة إيجابية كبيرة بين إدمان الانترنت والساعات التي يقضيها المستخدم بالعب ، والمراهقين المدمنين علي الانترنت لهم مشاكل شخصية قوية الأثر أكثر من غيرهم .

5-2-4- دراسة كانوال (2002) :

هدفت الدراسة الى مدى تعرف الطلبة المدارس علي مدى استخدام الانترنت واهم المشكلات الناجمة عن إدمان الانترنت عن أطفال المدارس التي تتراوح أعمارهم من بين 16، 18 في الهند وتوصلت الدراسة إلي عدة نتائج أهمها أن 65% من الطلبة مدمني الانترنت ، وان هناك تأخير في القيام بالأعمال نتيجة قضاء الوقت علي الانترنت وفقدان النوم بسبب عمليات تسجيل الدخول في وقت متأخر من الليل ، ويشعرون بان الحياة ستكون مملة من دون الانترنت ، كما توصلت إلي وجود فروق في إدمان الانترنت لصالح الذكور وبشكل مفرط ، توصلت أيضا إلي وجود فروق بين الذكور والإناث في الشعور بالعزلة الاجتماعية الناجمة عن إدمان الانترنت وذلك لصالح الإناث المستخدمات بإفراط .

5-2-5- دراسة كو و آخرون (2005):

هدفت الى بناء مقياس "جين" لإدمان الشابكة المعلوماتية ، وذلك من اجل دراسة هذه المشكلة في المجتمع التايواني بين المراهقين و تكونت العينة من 454 مراهق من المدارس الثانوية ، توصلت النتائج الى أن 89.6% كما تبينت أن 19.8% من العينة يعانون إدمان

الشابكة المعلوماتية و هم يجلسون على الشابكة المعلوماتية بمعدل عشرين ساعة أو أكثر أسبوعيا .

ثانيا : الاغتراب النفسي :

5-2-1 – الدراسات العربية :

5-2-1 – دراسة حمزة مختار (1996):

حاولت هذه الدراسة معرفة علاقة التنشئة الوالدية بكل من الشعور بالاغتراب والتوافق الاجتماعي لدى عينة من طلاب التعليم الثانوي حيث تراوحت أعمارهم بين (15-17) سنة وكشفت نتائج الدراسة أن التنشئة الوالدية السلبية عادة ما تعزز أنماط سلوكية غير ايجابية للأبناء وكذلك فان البيئة السلبية التي يعيش فيها الفرد تؤدي إلي توتره الانفعالي وشعوره بالوحدة النفسية مما يجعله دائما معرضا لازمة الهوية وتحفزه لتحقيقها إلي درجة إحساس الفرد بالاغتراب عن الذات .(مختار حمزة ،1996 :1

5-2-2- دراسة النعيمي (2005):هدفت الدراسة إلي:

- التعرف علي الاغتراب النفسي وعلاقته بالحاجة إلي الانتماء لدى التلاميذ في جميع المراحل الدراسية (الابتدائية ،المتوسطة ، الثانوية ، الجامعية)

-التعرف علي الاغتراب الاجتماعي وعلاقته بالحاجة إلي انتماء للمجتمع

-التعرف علي الاغتراب الثقافي وعلاقته بالحاجة إلي المعرفة

عينة البحث تتكون من (450) تلميذا من مختلف المراحل الدراسية

أدوات البحث تتمثل في مقياس الاغتراب و مقياس أخر للحاجات و أظهرت النتائج أن التلاميذ في كافة المراحل يعانون من حالات الاغتراب و الإناث أكثر اغترابا من الذكور و بدلالة إحصائية ولا توجد فروق بين الذكور و الإناث في الحاجة الى الانتماء للمجتمع في

حين بينت النتائج أن الإناث أكثر حاجة الى المعرفة من الذكور و بدلالة إحصائية ولا توجد فروق دالة إحصائيا في الحاجات تبعا لمتغيري الجنس و التحصيل . (النعيمي، 2005 : 27 – 53)

5-2-3- دراسة منصور (2008)

جات هذه الدراسة لتكشف عن مستوى الاغتراب النفسي و مفهوم الذات و علاقته بكل من التحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية ، تكونت العينة من 427 طالبا و طالبة من طلاب المرحلة الثانوية في المدارس الأهلية و الحكومية في منطقة الناصرة منهم 170 طالبا ، و 257 طالبة أشارت نتائج الدراسة الى وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية في الاغتراب وكل من التحصيل و مفهوم الذات لدى الطلبة كما بينت النتائج عدم وجود فروق في العلاقة بين كل من الاغتراب و التحصيل و مفهوم الذات تبعا لمتغير الجنس . (محمد المومني ، 2012 : 229)

5-2-4- دراسة موسى (2002) : بعنوان الاغتراب وعلاقتها بمدى تحقيق الحاجات النفسية . هدفت الدراسة الى الكشف عن درجة و علاقتها بمدى تحقيق الحاجات النفسية تكونت عينة الدراسة من 568 طالب و طالبة من طلبة جامعة دمشق و من مختلف التخصصات ، و استخدمت الباحثة مقياس درجة الشعور بالاغتراب و تضمنت أبعاد اللامعيارية ، و المعنى و العجز و العزلة الاجتماعية و التمرد و اليأس و اللاهدف ،كما طبق مقياس مدى تحقيق الحاجات النفسية . كشفت نتائج الدراسة الى أن درجة انتشار ظاهرة الاغتراب لدى الطلبة كانت متوسطة ، كما بينت نتائج الدراسة وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الشعور و مستوى تحقيق الحاجات النفسية .

5-2-5- دراسة أحمد خضر أبو طواحينه (1987): بعنوان الاغتراب النفسي لدى الطلاب الفلسطينيين و يتبلور هدف الدراسة في التعرف على مدى إحساس الطلاب الفلسطينيين بالاغتراب و أهم مظاهره و معرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي و متغيرات

الجنس ، و المواطنة و المستوى التعليمي و اشتملت العينة على 200 طالب و طالبة و استخدام مقياس الاغتراب لطلاب الجامعة و توصلت الدراسة الى أن معظم .أفراد العينة يشعرون بالاغتراب النفسي بنسب مرتفعة على جميع الأبعاد ، و أن الذكور أكثر شعورا باللامعيارية و الاغتراب عن الذات و الاغتراب الحضاري و التمرد على الإناث .

5-2-6- دراسة العقيلي ، محمد عادل بن محمد (2004): بعنوان الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي ، هدفت الدراسة للكشف عن علاقة إرتباطية إن وجدت بين الاغتراب والأمن النفسي في عصر العولمة لذا طلاب الجامعة ومعرفة مدى دلالة هذه العلاقة ، كذلك التعرف علي عدم الشعور بالطمأنينة النفسية لدى طلاب الجامعة ومعرفة الفروق في ذلك تبعا للعمر ، الصفوف الدراسية ، السكن ، الحالة الاجتماعية ، التخصص الأكاديمي لطالب استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي ، وقد استخدم مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية ، وقد أسفرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في ظاهرة الاغتراب تبعا مايلي : الكلية ، التخصص ، في حين لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في الشعور بالطمأنينة تبعا لصفوف الدراسية ونوع السكن ، والحالة الاجتماعية ، العمر

5-2-2- الدراسات الأجنبية

5-2-2-1-دراسة دينان dinan (1980) :

هدفت الى الكشف عن ظاهرة الاغتراب لدى طلبة المرحلة الثانوية بغرب استراليا حيث تكونت عينة الدراسة من 130 طالب ، و استخدم الباحث استبيانه لقياس مدى انتشار الاغتراب بالإضافة المقابلات الشخصية حيث أشارت نتائج الدراسة الى أن الاغتراب ينتشر بنسبة كبيرة بين طلبة المرحلة الثانوية بالرغم من ايجابية أراء غالبية الطلبة نحو المدرسة كما أوضحت النتائج أن طلبة المدارس الصغيرة الحجم كانوا أقل تعرضا للاغتراب لتزايد تفاعلهم

مع معلميهم ، كما أشارت نتائج الدراسة الى وجود علاقة سالبة بين الاغتراب و المستوى الاجتماعي . (محمد المومني ، 2012 : 230)

5-2-2-2- دراسة تاركون و كونون (2008) tarcon&counon :

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين جوانب الاغتراب و مفهوم الذات و بين خبرات الشعور بالاغتراب النفسي السابقة لدى طلاب و بين جوانب مفهوم الذات المختلفة ، تكونت عينة الدراسة من 351 طالب من طلاب المرحلة الثانوية ، أجاب الطلاب المشاركون في الدراسة على استبانه الاغتراب النفسي ومقياس ولاية تنسي لمفهوم الذات أشارت النتائج إلي وجود علاقة ترابطية متوسطة بين مفهوم الذات وبين الاغتراب النفسي كما أشارت النتائج إلي أن الشعور بالعجز والتوافق غير المناسب تنبأ بانخفاض مستوى مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية (محمد المومني ،2012 :229)

5-2-2-3- دراسة شوغيورا SUGIURE (2000) :

هدفت الدراسة إلي التعرف علي العلاقة بين نوعين من الدوافع في الانتماء هما الحساسية والرفض في مسالة الانتماء والاغتراب وذلك بحسب متغير الجنس ، بلغ حجم عينة الدراسية (127) طالبة وطالب من مدارس الثانوية والجامعات اليابانية واستخدمت في الدراسة مقياس هو عبارة عن أسئلة تعلقت بالدوافع للانتماء والاغتراب والهوية الذاتية

أظهرت النتائج وجود عدد كبير من طلبة عينة البحث يشعرون بضعف الانتماء و زيادة الشعور بالاغتراب.(شوغيورا ، 2000، 7)

6-الدراسات التي تربط بين متغيري الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي :

6-1- دراسة احمد سعيد السيد فوزي (2008):

هدفت الدراسة إلي معرفة أهم المشكلات النفسية والاجتماعية التي يعاني منها المراهقين الذين أدمنوا علي الانترنت والمقارنة بين المشكلات النفسية والاجتماعية التي

يعاني منها المراهقين المدمنين وغير المدمنين وبين الذكور والإناث المدمنين ومشكلاتهم النفسية والاجتماعية بإحدى المدن المصرية ، حيث اتبعت المنهج الوصفي التحليلي المقارن وكانت العينة تتكون من 300 مراهق ومراهقة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من بعض المدارس الثانوية واستخدم الباحث مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة ومقياس المشكلات النفسية والاجتماعية وخلصت نتائجها الى:

-وجود فروق بين المدمنين و الغير مدمنين (ذكور و إناث) في المشكلات النفسية والاجتماعية كانت لصالح المدمنين

-فروق دالة بين المدمنين و غير المدنيين على الانترنت (ذكور و إناث) في مشكلات الاكتئاب ، الكذب و اضطرابات النوم

-وجود فروق بينهم (ذكور و إناث) فيما يخص المشكلات الدراسية و الاغتراب كانت لصالح المراهقين المدمنين الذكور

-كما أظهرت نتائجها أن المدمنين الذين ينتمون لأسر ذوي مستوى تعليمي متوسط هم أكثر إحساسا بالمشكلات النفسية و الاجتماعية الناجمة عن إدمان الانترنت و إن الذين يستخدمون الانترنت في المنازل و مقاهي الانترنت أكثر إحساسا بالمشكلات النفسية الناجمة عن إدمان الانترنت على الذين يستخدمونها في المدارس (أحمد سعيد السيد فوزي ، 2008 : 20 ، 25)

6-2- دراسة علي بن جنفان بن علي العمري (2008)

هدفت الدراسة لتعرف علي إدمان الانترنت وبعض أثاره النفسية والاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في إدارة التربية والتعليم في محافظة محايل التعليمية ، حيث استخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي ، وقد تكونت عينة الدراسة التي اختيرت بطريقة عشوائية مكونة من 211 طالبا من طلاب المرحلة الثانوية في محافظة محايل التعليمية في المملكة العربية السعودية في فرعي تخصص طبيعي وشرعي . واستخدم الباحث مقياس

الإدمان علي الانترنت واستبيان الآثار النفسية والاجتماعية من إعداده ، توصلت الدراسة إلي :

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الصفوف الدراسية فكانت لصالح الصف الثالث ثانوي

–كما توصلت إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصف الطبيعي والشرعي فكانت لصالح طلاب الصف الشرعي للإدمان علي الانترنت ، ووجود أثار نفسية لإدمان الانترنت لدى طلاب مرحلة الثانوية منها : مشكلات في النوم مرتبطة بالاستخدام الانترنت والكآبة والحزن .

–وجدت أثار اجتماعية لإدمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية كان من أهمها : اشعر بالميل للعزلة عن مخالطة الآخرين كما وجدت الدراسة انه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الصفوف المختلفة للمدمنين على الانترنت في محافظة محايل التعليمية من حيث الآثار النفسية والاجتماعية

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الصف الطبيعي والشرعي لمدمني الانترنت فكانت لصالح المدمنين في الآثار النفسية ، ولا توجد فروق ذات دلالة بين طلاب الصف الطبيعي والشرعي لمدمني الانترنت في الآثار الاجتماعية . (علي بن جنفان ،العمري بن علي العمري ، 2008: 2)

6–3–دراسة سندرز و آخرون (2000):

هدفت الدراسة إلي معرفة العلاقة بين استخدام شبكة الانترنت وكل من الاكتئاب والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين ،تكونت العينة من 89 طالبا بالمرحلة الثانوية ،منهم 38 ذكورا ،51 إناث وطبق عليهم استبيان إدمان الانترنت من إعداد يونغ 1998 ، وقائمة بيك للاكتئاب ، وخلصت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطيه بين المدمنين (المفرطين)في استخدام شبكة الانترنت ، والشعور بالعزلة الاجتماعية والاكتئاب لدى المراهقين ، وهذا يعني أن منخفضي استخدام شبكة الانترنت كانت لديهم علاقات اجتماعية أكثر ايجابية ، علي

النقيض المدمنين (المفرطين) في استخدام شبكة الانترنت كانوا كثر إظهارا لشعور بالوحدة النفسية وأكثر شعورا للاكتئاب واقل شعورا بالمساندة الاجتماعية ،(محمد محمد هادي وآخرون ،2005: 17)

تعقيب عام على الدراسات السابقة :

بعد التطرق الى مجموعة من الدراسات السابقة نجد أنها اتفقت مع الدراسة الحالية في بعض الخصائص و اختلفت معهم في خصائص أخرى و من بينها :

تبين انه معظم الدراسات لم تتناول الإدمان على الانترنت و علاقته بالاغتراب النفسي مثل دراسة مفرح العصيمي (2010) الذي تناول الإدمان وعلاقته بمتغير أخر كالانطواء والاكتئاب ،ودراسة حمزة مختار (1996) والتي تضمنت الاغتراب النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى عينة من تلاميذ مرحلة الثانوية . في حين نجد بعض الدراسات تناولت دراسة بين المتغيرين (الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي) مثل دراسة احمد سعيد السيد فوزي (2008) ودراسة علي بن جفنان بن علي العمري (2008) أما بالنسبة للعينة نجد أنه اختلفت أغلب الدراسات مع البحث الحالي في نوع العينة هم الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي ، و اختلفت معهم أيضا في مجتمع البحث فقد أجريت غالبية الدراسات في مجتمعات عربية و غربية ما عدا بعض الدراسات في حين تجرى عينة البحث الحالي على عينة الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي ينتمون لمجتمع جزائري ،و كذلك الحال بالنسبة لحجم العينة و هناك تباين من حيث الطريقة الإحصائية لمعالجة البيانات و هذا لاختلاف الفروض المتبناة ، وفي الأخير بعد الاطلاع علي أهم ما ورد فيها نجد أنها ساهمت بشكل كبير في إثراء الجانب النظري لدراسة الحالية ، وقد ساهمت أيضا في تحديد الصيغة النهائية لإشكالية البحث الحالي ووضع أهدافه المرجوة بصورة نهائية وكذلك صياغة فروضها المناسبة و تفسير نتائج الدراسة .

الجانب النظري للدراسة

الفصل الثاني : الإدمان علي الانترنت

تمهيد

1- تعريف الإدمان

2- تعريف الانترنت

3- تعريف الإدمان على الانترنت

4- التغييرات النفسية لإدمان على الانترنت

5- أعراض الإدمان على الانترنت

6- آثار الإدمان على الانترنت

7- تشخيص الإدمان على الانترنت

8- علاج الإدمان على الانترنت

9- طرق الوقاية من الإدمان على الانترنت

خلاصة

تمهيد :

لاشك أن التقدم الهائل في مجال شبكة الانترنت و استخداماتها المتعددة فتح الباب على مصراعيه لأمور كثيرة ، مثل استخدامها في البحوث العلمية و البحث عن مختلف المعلومات ، الاتصال و التواصل بين الأشخاص عبر العالم و التكوين و التعليم و التسويق ، البحث عن العمل.....إلخ ،و هذه الوسيلة لها جوانب مظلمة و سلبيات نتيجة الافراق في الاستخدام ، و أخطر هذه الجوانب ما يسمى بالإدمان على الانترنت و هذا ما سنتطرق له في هذا الفصل .

1-تعريف الإدمان :

أ-لغة: المداومة على الشيء أو الاعتماد عليه .(محمود بيومي خليل ، 2002 : 163)

ب-اصطلاحا: عرفت منظمة الصحة العالمية الإدمان على " أنه حالة نفسية و أحيانا عضوية ، تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة ، و من خصائصها استجابات و أنماط سلوك تشمل دائما الرغبة الملحة على التعاطي أو الممارسات بصورة متصلة أو دورية ، للشعور بآثاره النفسية أو لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توفره .(حسن مصطفى عبد المعطي 2006 : 146)

2-تعريف الانترنت :

تعتبر الانترنت أبرز التقنيات في مجال شبكة المعلومات الدولية في العالم ، تقدم للإنسان بتكلفة اقل و توقيت أقصر و الانجاز أكبر جاذبية بين المستخدمين ، نظرا للخدمات المتعددة التي تقدمها الانترنت للمستخدم مثل البريد الالكتروني و نقل الملفات و المجموعات المتخصصة و الأخبار و التطبيقات الافتراضية و التجارة الالكترونية و

الاتصال بالهاتف و غيرها من الخدمات المتخصصة في المجالات الأخرى في أنشطة الإنسان .(محمد مراياني ،2001: 7)

3-تعريف الإدمان على الانترنت :

عرف " بارتير " و"فورست " 1985: بأنه فشل التحكم في دوافع الفرد ، ولكن بدون وجود ظاهرة تسمم وهو يشبه إلي حد كبير إلي مقامرة المرضية ، ومع ذلك فان أثاره يمكن إن تضمر شتئ أوجه حياة الفرد ،مثله في ذلك مثل الإدمان الكحولي .(ثرية محمد سراج ،2007: 22)

وعرفته "يونغ" بان الإدمان الانترنت يشابه إدمان الميسر من حيث طبيعة المرضية لكليهما ، وبهذا فهو اضطراب ضبط الاندفاعات .

كما عرف "بيرد "و " ولف" (2001) بأنه حالة انعدام السيطرة والاستخدام المدمر لهذه الوسيلة التقنية ، وتتشابه الأعراض المرضية المصاحبة له بالأعراض المرضية المصاحبة للمقامرة المرضية .(تحسين بشير منصور ،2004: 50)

كما عرف" شارلتون " (2002) : بأنه حالة من الاستخدام المرضى والغير توافقي لشبكة المعلومات الدولية (الانترنت) ، وتؤدي إلي اضطرابات اكلينكية يستدل عليها بوجود بعض المظاهر كالتحمل والأعراض الانسحابية (هبة بهي الدين ربيع ،2003: 557)

كذلك يعرف الإدمان علي الانترنت انه حالة من الاستخدام المرضى والغير التوافقي الذي يؤدي إلي اضطرابات اكلينكية ، ويحمل الإنسان علي هروب تدريجي من الواقع إلي عالم الخيال .(الخالدي ،2008: 288)

وتعرف " يونغ" سنة 1999 : علي انه الاستخدام الدائم للانترنت بأكثر من 38 ساعة أسبوعيا بشكل مرضى مؤديا إلي اضطرابات في السلوك .

4-التغيرات النفسية لإدمان علي الانترنت :

استعرض " جينفرو فيريز (1999) بعض التفسيرات النفسية لإدمان شبكة الانترنت وتتمثل في مايلي :

4-1-التفسير السيكودينامي :

و ذلك من خلال خبرات التي يمر بها الأطفال في مرحلة الطفولة ، أو ما يسمى بصدمة الطفولة المبكرة و ارتباط ذلك ببعض سمات الشخصية ، الاضطرابات و الميول و النزعات الموروثة لدى الفرد ، فقد يكون لدى الفرد استعداد نظري لإدمان الانترنت ولكنه لا يقع في الإدمان إلا إذا توافرت ظروف وأحداث ضاغطة في حيلته وساعدت أو دفعته إلي إدمان الانترنت ، ليصبح الفرد مدمن انترنت وفي ضوء صدمات الطفولة المبكرة ، وارتباطها بسمات الشخصية ، وأحداث ضاغطة الحياة الضاغطة ،والاستعدادات النفسية والمورثة ، قد تؤدي لوقوع الفرد في إدمان الكحوليات أو الهروين أو المقامرة أو الجنس أو التسوق أو الكمبيوتر والانترنت وما تقدمانه من خدمات مع وجود بعض العوامل المهيأة كالاستعدادات المرضية .

4-2- التفسير السلوكي : يعتمد التفسير السلوكي علي وجهة نظر " وسكنر" في النظرية السلوكية علي أساس إن الفرد يقوم بمجموعة من السلوكيات والأنشطة بهدف الحصول علي المكافأة أو التعزيز ،وهذا ينطبق علي الإدمان علي المخدرات والكحول وإدمان الانترنت وما تقدمه تلك الشبكة للفرد من الراحة والمتعة النفسية ، بجانب أنها طريقة سهلة وبسيطة وسهلة للهروب من الواقع بهدف الحصول علي معززات للسلوك .(محمد نوبي محمد علي ، 2010: 32-33)

وقدم " دافيز" (2001) نظرية سلوكية معرفية ، كمحاولة لبناء نموذج يجمع بين النواتج السلوكية المرتبطة بالاستخدام المفرط للانترنت ويقوم نموذج "دافيز" علي افتراض أن الأفراد الدين يعانون من ضغوط أو مشكلات نفسية (مثل الوحدة ، الاكتئاب) يحملون إدراكات سلبية عن كفاءتهم الاجتماعية ، هؤلاء الأفراد يفضلون التفاعل الاجتماعي عبر

الانترنت لأنه اقل تهديد واقل مخاطرة ، وينتج عن ذلك استخدام قهري للكمبيوتر والانترنت ، وهذا بدوره يفرز كثيرا من المشكلات الشخصية والاجتماعية والمهنية .

4-3- التفسير الطبي : يعتمد التفسير الطبي للإدمان علي الانترنت قائم علي أساس سلوكيات الأفراد تحكمها مجموعة من العوامل الوراثية الجينية و تغيرات الكيميائية في المخ و ناقلات العصبية ، و ما يتعلق بها من تغيرات الكروموزومات و الهرمونات و المواد الكيميائية الضرورية لتنظيم نشاط المخ و الجهاز العصبي .

فقد أظهرت البحوث في هذا المجال أنه توجد عقاقير قد تحدث خلل في التواصل العصبي ، مما يترتب عليه إرسال المخ للمعلومات غير صحيحة كأن يتوهم الشخص باعتدال المزاج لممارسة نشاط معين ، مثل تناول العقاقير أو المخاطرة ، أو المقامرة ، و بتطبيق مثل هذا التفسير على حالة الاعتماد على الانترنت ، حيث تتيح الانترنت للفرد شعورا بالمتعة و الإثارة . (محمد النوبي محمد علي ، 2010 ، 34)

و يرى "جريفير" (1998) أن إدمان الانترنت هو واحد من أنواع الإدمان الانترنت التي ليس لها علاقة بالعقاقير ، إلا أنه لديها نفس أعراض هذا الإدمان ، و الذي يرتبط بعدة مظاهر لأعراض الانسحابية القريبة من الأعراض الانسحابية للإدمان التقليدي ، و هذه الأنواع من الإدمان هو من قبيل الاستغراق القهري في المقامرة ، و المستمر وراء الثراء ، حيث يظهر على الفرد المصاب بهذه النوعيات المختلفة من الإدمان ، التقلب المزاجي ، و الاشتياق الشديد و التلهف الملح لممارسة السلوك الادماني ، كما تظهر على المدمن مظاهر التحمل و الاعتماد و يميل لزيادة الجرعة لمادة الإدمان ، و كذلك الأعراض الانسحابية .

4-4-التفسير الاجتماعي الثقافي:

يرى "سو" أن الإدمان يتباين بتباين الجنس، العمر ، المستوى الاقتصادي و الاجتماعي ، الانتماء العرقي ، الديانة ، الوطن ، فمثلا إدمان الكحوليات أكثر انتشارا بين الطبقة المتوسطة اقتصاديا و اجتماعيا ، و البيض أكثر ميلا لتعاطي المهلوسات ، بينما

السود و ذو الأصل اللاتيني أكثر ميلا لتعاطي الهيروين .(هبة بهي الدين ربيع، 2003، 557)

5-أعراض مدمن الانترنت:

يعاني مدمن الانترنت من الآلام في الظهر و العينين و تلك الهالات السوداء حولها و السمنة و قلة ساعات النوم و التعب و الإرهاق، الذي يؤدي إلى التقاعس عن الذهاب إلى العمل أو المدرسة، و إهمال واجباته المختلفة و يضمنها الأسرية و الأكاديمية، و يحكم عليه بأنه مدمن عندما تظهر عليه السلوكيات التالية :

1-التعطش للانترنت و إهمال الحياة الاجتماعية و الالتزامات المهنية و الوطنية .

2-إهمال متطلبات العائلة و الشعور بالقلق و الحزن عندما يحدث عطل في الانترنت ،و إهمال نظامه الغذائي بحيث يتناول طعامه و هو يعمل على الانترنت

3-إنفاق مبالغ بسبب الانترنت من اشتراك و شراء أدوات إلكترونية مختلفة ....إلخ

4-شعور الفرد بأن حياته لا تستقيم بدون الانترنت .كما أشارت الدراسة التي أجريت في اليوم العالمي للصحة العقلية بأن مستخدم الانترنت يصنفون مدمنين إذا أمضوا ثلاثين ساعة و نصف ساعة أمام الانترنت في الأسبوع .

5-إنكار المستخدم قضاءه وقتا طويلا على الشبكة.

6-التقليل من التحرك خارج المنزل ، و كل أسوأ من الذي قبله.

7-الدخول للانترنت رغم وجود عمل كثير يجب على المستخدم انجازه.

8-عدم إمكانية السيطرة على الزمن الذي يقضيه المستخدم على شبكة الانترنت.

9-حدوث بعض أعراض الانسحاب النفسية و ذلك عند التقليل من استخدام الانترنت لمدة شهر، كالضيق أو العمل على إفساد علاقة اجتماعية أو شخصية أو مهنية.(رولا حمص، 2009، 406)

6-آثار الإدمان على الانترنت:

يترتب على الإدمان على الانترنت عدة آثار و هي كالتالي:

6-1-الآثار الصحية:

-الأضرار التي تصيب الأيدي من الاستخدام المفرط للفارة

-أضرار تصيب العين نتيجة الشعاع الذي تبثه شاشات الحاسوب

-أضرار تصيب العمود الفقري والرجلين نتيجة نوع الجلسة والمدة الزمنية لها مقابل أجهزة الحاسوب

-أضرار تصيب الأذنين لمستخدمي مكبرات الصوت

-أضرار مترافقة مثل البدانة وما تسببه من أمراض مرافقة

6-2-الآثار النفسية :

-الدخول في عالم وهمي بديل تقدمه الانترنت مما يسبب آثار نفسية هائلة حيث يختلط الواقع بالوهم

-تقليل مقدرة الفرد على خلق شخصية نفسية سوية قادرة علي التفاعل مع المجتمع والواقع المعاش

6-3- الآثار الاجتماعية :

-انسحاب ملحوظ للإنسان من التفاعل الاجتماعي نحو العزلة

-الأثر في الهوية الثقافية والعادات والقيم مع هذا الغزو ألمعلوماتي الهائل

- خسارة الأصدقاء وضعف الرقابة الأسرية علي الأبناء

-التفكك والتصدع الأسري (رولا حمص ،2009 :407)

7-تشخيص الإدمان على الانترنت :

لتشخيص الإدمان الانترنت قامت جمعية علم النفس (A.P.A تصنيف الاستخدام المفرط للانترنت كالاضطراب ، وذلك إذا كان يعوق ممارسة الشخص لحياته الطبيعية مع ظهور أعراض اضطرابية (HICHMAN،1997)

وعادة يستخدم المتخصصون نفس محكات تشخيص مجالات الإدمان الأخرى المدرجة بالدليل التشخيصي اللإخصائي الرابع (DSM -VI) ولكي يعتبر الشخص مدمنا لابد إن تتوافر

ثلاثة أو أكثر من هذه المحكات في أي وقت خلال استخدامه للانترنت على مدى اثني عشر شهرا .

وهذه المحكات تتمثل فيما يلي :

التحمل tolérance: أي الميل إلي زيادة ساعات استخدام شبكة الانترنت لإشباع الرغبة نفسها ، التي كانت تشبعها من قبل ساعات اقل .

الأعراض الانسحابية withdrawal symptoms : وتعني ظهور اثنين أو أكثر من الأعراض الانسحابية عدة أيام ، وقد تستمر إلي شهر ، وذلك عقب التقليل أو الانقطاع عن استخدام شبكة الانترنت ، وهذه الأعراض تسبب للفرد قلقا ومشكلات عديدة عل مستوى حياته الاجتماعية والشخصية والمهنية وهذه الأعراض تشمل :

1-استشارة وتهيج نفس حركي ،رعشة ،قلق ، تفكير قهري عما يحدث في شبكة الانترنت ،أحلام وتخيلات تتعلق ب شبكة الانترنت

2-استخدام الفرد لشبكة الانترنت فترات طويلة من الزمن أكثر من مما كان مخططا له

3-قضاء فترات من الوقت في عدد من الأنشطة التي ترتبط بشبكة الانترنت .

4-يسبب استخدام شبكة الانترنت مشكلات مثل فتور العلاقات الاجتماعية والأنشطة لدى الفرد يشكل الاستخدام المفرط للشبكة تهديدا بقطع العلاقات الحميمة ،ويمثل أيضا تهديدا لدراسة الفرد (هبة بهي الدين ربيع ،2003: 559)

البروز salience : أن يكون سلوك الفرد سمة بارزة ،وهذا يحدث عندما يصبح هذا السلوك أهم الأنشطة وأكثرهما قيمة في حياة الفرد ويسيطر علي تفكيره ومشاعره ، حيث الانشغال البارز والزائد والتحريفات المعرفية واضطراب السلوك الاجتماعي والشعور باللهفة علي القيام بهذا النشاط .

تغير المزاج mood modification: ويشير إلي الخبرة الذاتية التي يشعر بها كنتيجة للقيام بهذا السلوك ، ويمكن رؤيتها كإستراتيجية للمواجهة لكي يتحاشى الآثار المترتبة علي افتقدها وقد يصاحبها تحمل أو لا يصاحبها .

الصراع conflict : ويشير إلى الصراعات التي تدور بين المدمن و المحيطين به كالصراع البين شخصي ، و الصراعات و التضارب بين هذا النشاط و غيره من الأنشطة الأخرى (العمل ، الحياة الاجتماعية ، الأمنيات و الاهتمامات ، و الدراسة) أو الصراع الذي يدور داخل الفرد ذاته و هو الصراع البين نفسي المتعلق بهذا النشاط .

الانتكاس relape : و هو الميل إلى العودة مرة أخرى لأنواع الأنشطة التي كان يدمنها الفرد و يمارسها .(غالمي عدلية ، 2011 ، 25)

8-علاج الإدمان على الانترنت :

حسب الدكتور (يونغ) أن هناك عدة طرق لعلاج إدمان الانترنت ، منها إدارة الوقت ، و في حالة الإدمان الشديد لا تكفي إدارة الوقت ، بل يلزم من المريض استخدام وسائل أكثر فاعلية تتمثل فيما يلي :

-عمل العكس : إذا اعتاد المريض مثلا استخدام الانترنت طيلة أيام الأسبوع ، يطلب منه الانتظار حتى يستخدمه في إجازة الأسبوع ، و إذا كان يفتح البريد الالكتروني أول شئ حين يستيقظ من النوم ، نطلب منه أن ينتظر حتى يفطر .

-إيجاد موانع خارجية :ضبط المنبه قبل بداية دخوله الانترنت ، بحيث ينوي الدخول على الانترنت ساعة واحدة مثلا.

-تحديد وقت الاستخدام: تقليل و تنظيم ساعات استخدامه ، بحيث إذا كان مثلا يدخل للانترنت لمدة (40) ساعة أسبوعيا ، نطلب منه التقليل إلى (20) ساعة أسبوعيا. وتنظيم تلك الساعات و توزيعها على أيام الأسبوع .

-الامتناع التام : كما ذكر فإن إدمان بعض المرضى يتعلق بمجال محدد من مجالات استخدام الانترنت . فإذا كان الفرد مدمنا على الحوارات الحية مثلا ، نطلب منه الامتناع عنها امتناعا تاما ، في حين نترك له الحرية في استخدام أشياء أخرى موجودة في الانترنت .

-المعالجة الأسرية: في بعض الأحيان تحتاج الأسرة بأكملها إلى تلقي العلاج بسبب المشاكل الأسرية التي يحدثها الإدمان على الانترنت ، بحيث يوضع برنامج يساعد على استعادة النقاش و الحوار فيما بينها ، و تعلم الأسرة بمدى خطورة تجاوز الحد المعقول في استخدام الانترنت المؤدي إلى إدمانه.(محمد النوبي محمد علي ، 2010 ، 77-78)

10-طرق الوقاية من الإدمان على الانترنت:

هناك بعض من المهارات المعرفية السلوكية التي تمكن الفرد من كسر قيود السلوك الادماني والتحرر منه من خلال مايلي :

-علي الفرد أن يدرب نفسه من النمطية في حياته وعليه أن يخلق لنفسه بعض الأنشطة والهويات لخلق تناغم في أسلوب حياته .

-علي الفرد أن يدرب نفسه علي أسلوب حياة صحي ،فله مواعيد للنوم والاستيقاظ مواعيد لتناول الوجبات دون إسقاط بعض الواجبات .

-تعلم المزيد من المهارات المختلفة : لغة أجنبية ، رسم ، تعلم حرفة من الحرف ،أو أن يقوم بتعليم الآخرين مهارة يمتلكها .

-أن يخطط الفرد لممارسة مجموعة من الأنشطة المشتركة مع الأصدقاء أو أفراد الأسرة مثل التخطيط لرحلة ، أو زيارة الأقارب المحببين إلي قلبه أو بعض الأصدقاء

- أن يقاوم فكرة الجلوس أمام شاشة الكومبيوتر بكل عزم وقوة لخلق إرادة قوة واعية من خلال الإلهام السلوكي والذهني فعندما يشعر الفرد بحاجة ملحة للجلوس أمام شاشة الكومبيوتر ، يقوم ببعض من الأعمال والأنشطة اليدوية المختلفة مثل تنظيف المنزل إجراء محادثة تليفونية مع شخص مقرب ،إعداد أعمال مؤجلة للغد ،الوضوء والصلاة وقراءة القرآن الكريم والدعاء ،إعداد وجبة غذائية متكاملة لنفسك ولأفراد أسرتك .

- أن يقوم الفرد بعملية غزو تعليمي معرفي ، أي يقرأ عن إدمان الانترنت ومدى خطورته ،بغرض تغيير معتقداته الخاطئة وتصحيحها .

– يفضل في النهاية أن يستعين مريض إدمان علي الانترنت طلب المساعدة من الاختصاصي النفسي المدرب علي علاج الإدمان لمساعدة المريض علي الخروج من براثن الإدمان والعودة للتعافي منه من خلال البرامج العلاجية المتنوعة وبرامج العلاج الجمعي ومنع الانتكاس والتأهيل للعودة مرة أخرى معافى من السلوك السلبي .

(https://www.tawgihnet.net/vb/t4812)

خلاصة:

مما تم استعراضه في هذا الفصل نستنتج بأن إدمان الانترنت هو حالة من الاستخدام المرضي و الغير توافقي لشبكة الانترنت ، و كذلك الحكم على الشخص أنه مدمن و من خلال بعض السلوكيات ، ومن بينها عدم إمكانية السيطرة على الزمن الذي يقضيه المستخدم على الشبكة ، حدوث بعض الأعراض الانسحاب النفسية ، و علاج الإدمان يكون في عدة طرق أهمها إدارة الوقت و عمل العكس ، و المعالجة الأسرية .

الفصل الثالث

الفصل الثالث : الاغتراب النفسي

تمهيد

1-مفهوم الاغتراب النفسي

2-مفهوم الشعور بالاغتراب النفسي

3-أسباب الاغتراب النفسي

4-أبعاد الاغتراب النفسي

5-أنواع الاغتراب النفسي

6-النظريات المفسرة للاغتراب النفسي

7-أنماط الاغتراب النفسي

8-علاقة استخدام الانترنت بالاغتراب النفسي

خلاصة

تمهيد:

الاغتراب ظاهرة إنسانية لاقت اهتماما كبيرا من علماء النفس و التربية و الاجتماع والفلسفة و هي ظاهرة تستوجب الكشف عن مظاهرها و العوامل المؤدية لها و المصادر المختلفة لظهورها، و هي ظاهرة متعددة الأبعاد و ليست أحادية البعد وتأتي نتاج لإكراهات شتى مع التقدم الحضاري تزداد التعقيدات و المتغيرات مما يظهر مشاكل تتفاقم و حياة تتعقد فالاغتراب ليس نتيجة فحسب بل هو نتيجة و سبب في آن واحد .

1-مفهوم الاغتراب النفسي :

أ/ المعنى اللغوي للاغتراب : غرب، غربة، اغتراب، كلها بمعنى واحد ، و تعني البعد و التنحي و التباعد عن الناس . و اشتقت كلمة الاغتراب من الأصول الانجليزية و الفرنسية و هو مستمد من نقل الملكية من شخص لآخر أي الانتزاع و الإزالة (محمود رجب 1987، 22)

ب/ اصطلاحا :هو شعور يتضمن العجز و اللامعني ، الغربة الاجتماعية ، الثقافية ،الفكرية ، وأنه عرض عام مركب من المواقف الموضوعية والذاتية التي تظهر من عدد من أوضاع اجتماعية ونفسية يصاحب سلب معرفة الجماعة وحريتها بالقدر الذي تفتقد فيه القدرة علي إنجاز الأهداف ويجعل تكيف الشخصية والجماعة مغتربا .(زهران ،2004 : 249)

ج/ هو حالة يشعر فيها الفرد بأن ذاته غير حقيقية وحالة يفقد فيها الفرد الوعي بالعمليات النفسية الداخلية ، وحالة يظهر فيها الأشخاص والمواقف المألوفة للفرد كموضوعات غريبة عليه (المغربي ،1999 :252)

وكذلك يعرف الاغتراب النفسي علي أنه انفصال الإنسان عن وجوده الإنساني ويتمثل هذا الانفصال في جملة من الأعراض المصاحبة ، التي تتمثل في العزلة الاجتماعية والعجز واللامعيار و اللامعني والتمرد (عيد ،2007: 13)

والاغتراب أيضا يمكن تعريفه بأنه شعور الفرد بالعزلة و عدم الانتماء و فقدان ورفض القيم و المعايير الاجتماعية و المعاناة و الضغوط النفسية و تعرض وحدة الشخصية للضعف و الانهيار بتأثير العمليات الثقافية و الاجتماعية التي تتم داخل المجتمع .(رفيف محمود ، 2003 ، 11)

2-مفهوم الشعور بالاغتراب النفسي :

الشعور بالاغتراب يشير الى انفصال الإنسان عن العلاقات مع الآخرين و الى جانب المعنى الفلسفي و الذاتي لمصطلح الاغتراب فإنه هناك الاغتراب العقلي أو النفسي و يشمل جملة من الأعراض ، و يظهر من خلالها كما لو كان غريبا عن المجتمع الذي يعيش في كنفه (العيسوي ،2001، 193).

3-أسباب الاغتراب النفسي :

تشير كثير من الدراسات في علم النفس النمو أن ثقافة شباب المراهقين عادة ما تكون منفصلة عن ثقافة الراشدين ، ودائما مايكون عالمهم في نزاع وصراع مع عالم الراشدين ومن حولهم وقد يعزى هذا الاغتراب الذي يشعر به الإنسان إلي العديد من العوامل أهمها

أ/ غياب القيم الدينية والإنسانية في حياة المراهقين (وفاء محمد فتحي ،1996 : 30)

ب/ الفجوة بين ثقافة المراهقين الشباب وثقافة الراشدين من حولهم .

ت/ النفاق والرياء .

ث/ صياغة الآخرين لنموذج حياة المراهقين والشباب .

ج/ عدم قدرة المراهقين علي تحقيق ذواتهم.

ح/ عدم إحساس المراهقين والشباب بالحرية والمسؤولية سواء عن أنفسهم أو عن مصيرهم (شقير ،2001 : 08)

ويري بعض العلماء أن الشعور بالاغتراب يأتي نتيجة عوامل نفسية مرتبطة بنمو الفرد ، و عوامل اجتماعية مرتبطة بالمجتمع الذي يعيش فيه مما تجعله غير قادر على التغلب على الحياة . كما يحدث الاغتراب نتيجة التفاعل بين العوامل النفسية و الاجتماعية ، و من أهم مصادر الشعور بالاغتراب التنشئة الاجتماعية الخاطئة و عمليات التغيير الاجتماعي و التقدم الحضاري و الحياة المعاصرة و عدم قدرة الإنسان على القيام بالأدوار الاجتماعية بسهولة ، و الفجوة بين الأجيال أو بين الفرد و المجتمع الذي يعيش فيه و اختفاء كثير من القيم التي كانت موجودة في الماضي مثل التعاطف و التراحم و المحبة .(كفافي ، 1997 ، 82)

ويرى بعض المختصين أن للاغتراب النفسي أسباب نفسية و اجتماعية أهمها:

1-أسباب نفسية و تتمثل في :

أ/ الصراع: بين الدوافع و الرغبات المتعارضة ، و بين الحاجات التي يمكن إشباعها في وقت واحد مما يؤدي إلى التوتر الانفعالي و القلق و اضطراب الشخصية.

ب/الإحباط: حيث تعاق الرغبات الأساسية أو الحوافز أو المصالح الخاصة بالفرد ، و يرتبط الإحباط بالشعور بخيبة الأمل و الفشل و العجز التام و الشعور بالقهر و تحقير الذات .

ج/ الحرمان: حيث تقل الفرصة لتحقيق دوافع إشباع الحاجات كما في حالة الحرمان من الرعاية الوالدية و الاجتماعية .

د/الخبرات الصادمة: و هذه الخبرات تحرك العوامل الأخرى المسببة للاغتراب مثل الأزمات الاقتصادية والحروب (إجلال محمد سري ،2003، 88)

2- أسباب اجتماعية: ومن أهمها مايلي :

أ/ ضغوط البيئة الاجتماعية و الفشل في مقابلة هذه الضغوط

ب/ الثقافة المريضة التي تسود فيها عوامل الهدم و التعقيد

ج/ التطور الحضاري السريع و عدم توفر القدرة النفسية على التوافق معه .

د/ اضطراب التنشئة الاجتماعية حيث تسود الاضطرابات في الأسرة و المدرسة و المجتمع .(حسن الموسوي، 1997 ، 89)

4-أبعاد الاغتراب :

يمثل الاغتراب ظاهرة متعددة الأبعاد أي أنه ليس بظاهرة أحادية البعد ، فمن أبعاده :

أ/العجز: و يعرف أحيانا باسم اللا قوة هو شعور الفرد بأنه لا حول له و لا قوة و يشعر بنقص قدرته على السيطرة في سلوكه و على التحكم في مجريات الأمور الخاصة به .

ب/اللامعيارية: و هي فقدان و غياب نظم للمعايير الاجتماعية ، و هي الحالة التي يتوقع فيها الفرد بدرجة كبيرة أن أشكال السلوك التي أصبحت مرفوضة اجتماعيا غدت مقبولة ، وما كان خطأ أصبح صوابا ، و ما كان صوابا أصبح خطأ.(حسان ،1999 ، 126)

ج/ العزلة الاجتماعية : هي انسحاب الفرد وانفصاله عن تيار الثقافة السائدة في مجتمعه ، وشعوره بالوحدة والفراغ النفسي حتى ولو كان مع الآخرين مع سعيه للبعد عن الناس .

د/ التشيؤ: هو شعور الفرد بأنه فقد هويته ، وأنه مجرد شئ ، وأنه لا يملك تقرير مصيره

هـ/ اللامعني: وهو شعور الفرد بفقدان المعنى في الحياة وبأن الأشياء و الأحداث والوقائع المحيطة به قد فقدت دلالتها ومعناها ومعقوليتها ، وأن الحياة لا جدوى منها ، فيفقد واقعيته ويحيا بلا مبالاة . (عبد الحليم ، 2009: 98)

و/ التمرد وعدم الرضا : هو نقص قبول الفرد لواقعه ، وأن ما يدور حوله من أحدث لا يأبه بها مما يد عوه لممارسة العنف وتبرير جرائمه ، ووجود نزعة تمرد تتجه إلى خارج الذات على شكل سلوك عدواني ضد المجتمع ومعطياته الحضارية

ي/ غربة الذات : هي حالة يدركها الفرد ذاته كمغترب ، أي أنه أضحى نافرا مغتربا عن ذاته ، وأصبحت الذات أداة مغتربة لا تعرف ماذا تريد ، وهي عدم القدرة علي تواصل الفرد مع نفسه وشعوره بالانفصال عما يرغب أن يكون عليه وبين إحساسه بنفسه في الواقع .

ك/ الانسحاب : هو وسيلة دفاعية يلجأ لها الأنا للدفاع عن نفسه حيث يعجز الفرد عن ابتعاد المواقف المهددة ، ومن ثم يزيح عن نفسه القلق بأن ينسحب من المواقف أو ينكر وجود العنصر المهدد . (صباح ، 2004 :93)

ل/ الرفض : هو اتجاه سلبي ومعاد نحو الآخرين ، أو نبذ بعض السلوك ، ويتضمن الرفض الاجتماعي والتمرد على المجتمع ، وعدم التقبل الاجتماعي وحتى رفض الذات .

5-أنواع الاغتراب النفسي :

أ/ الاغتراب الاجتماعي : يعني الغربة وهو حالة اجتماعية يشعر من خلالها الإنسان بالبعد عن مجتمعه وجامعته وهذا الغريب لا ينتمي إلي المجتمع ولا يحب الاختلاط بالناس

لما لها في نفسه من عوامل ضياع ذاته الحقيقية وفقدان الشخصية الفردية ولذلك فهو ينشد دائما البعد والسفر للكشف عن نفسه والتعرف علي ذاته بعيدا عن الجماهير والناس .

ب/ الاغتراب النفسي : هو العربة عن الذات إدراك الفرد بأنه أصبح مغتربا عن ذاته ونافرا منها ، وهي حالة فقدان الاتصال بين الذات الواعية والفرد والذات الفعلية أو الذات الحقيقية ويتجلى ذلك قي صورة السلوك اللاواقيعية والشعور بالفراغ ، والفتور والملل ، الفرد الذي ينفصل عن ذاته الحقيقية وعن مشاعره ، وحاجاته ونزواته يشعر أن وجوده أصبح أمرا غير حقيقي ، أي أنه لايعد له وجود (محمد عاطف غيث ،1979 ،68)

ج/ الاغتراب الثقافي : إن حالة اللامعيارية تعبر عن الانهيار الأساسي في بناء الثقافي الذي يظهر بوجه خاص عندما يكون هناك تناقض بين المعايير الثقافية وبين الأهداف القدرات البنائية الاجتماعية لأفراد الجماعة التي تتلاءم معها .

فالمعيارية تنتج عن عجز بعض الأفراد من تحقيق تلك الأهداف التي تقرها الثقافة السائدة بالوسائل المشروعة ، و ذلك لعدم تحقيق تلك الأهداف بالسبل المقررة.

فللمعيارية تصبح بهذا وسيلة بعض الأفراد لتكيف مع الثقافة الفرعية الخاصة بفئة من فئات المجتمع ،وهي التي تشجع المنتمين إليها على احتقار القيم و المعايير الخاصة بالثقافة العامة لتحل محلها قيم و معايير مخالفة أي خلق ظروف ملائمة لانتشار حالة اللامعيارية .(التير ، 1999 ،140)

د/ الاغتراب الاقتصادي : يعيش الإنسان مع الناس ويتفاعل معهم ويرتبط بهم بعلاقات اجتماعية ، توثر في صحته النفسية تأثيرا ايجابيا وسلبيا وفق نوع هذه العلاقات ، وإذا كانت علاقاته بهم طيبة شعر بالأمن و الطمأنينة ، و إذا كانت علاقاته بهم سيئة شعر بالقلق و الاضطراب و تعرض للسوء التوافق و الشعور بالعزلة و العجز و الاغتراب .

و مما لاشك فيه أن الظروف التي يعيشها العامل داخل إحدى المؤسسات أو المنظمات تأثر على صحته النفسية و الجسمية خاصة بعدد التقدم التكنولوجي الذي يشهده العصر ، مقارنة بما كان عليه الفرد في العصور السابقة .

لذلك يمكن اعتبار الاغتراب الاقتصادي نتيجة حتمية للتطور التكنولوجي و الحضاري و احتكاكه المباشر بحياة الإنسان ، حيث أن الظروف و التحديات الاقتصادية في الوقت الحالي هي التي تبعث حالة الشعور بالاغتراب و ما يرتبط بتلك الظروف من قصور للإمكانيات في الوقت الذي تتسع فيه دائرة التطلعات و الحاجات تماشيا مع التغييرات الحضارية . مما أدى خلق حالة من التفاوت بين التطلعات و الإمكانيات المتاحة . (خليفة،2003 ،85)

6-النظريات المفسرة للاغتراب:

6-1-الاغتراب في نظرية التحليل النفسي:

يفسر " سيغموند فرويد " الاغتراب في ضوء نظريته في الشخصية وما ينظمها من أجهزة نفسية مختلفة تيسر وظائفها ، وهنا يؤسس "فرويد" مفهومه عن الاغتراب على مكونات افتراضية ، فالاغتراب هو اغتراب الأنا عن الهو أي اغتراب الشعور عن اللاشعور ، وبمعنى آخر فإن الاغتراب سمة متأصلة في وجود الذات – وفي حياة الإنسان – إذ لا سبيل مطلقا لتجاوز الاغتراب بين الأنا والهو والانا الأعلى .

كذلك نجد "فرويد" يذهب في تفسيره لهذت المفهوم انه ينتج أساسا عن حاجات الحضارة ومتطلباتها ، وكان مقتنعا بان متطلبات البناء الاجتماعي تناقض جوهر الذات الذي يزداد خطورة نتيجة لوطأة الوجود الطبقي المسيطر . (عبد السميع ، 2007 ،48).

وقد أشار عدد من الباحثين أن "فرويد" استطاع أن يصل إلي حقائق التالية :

-اغتراب الشعور: فالخبرات يتم كبتها لتقليل الألم الناتج منها ، و لذلك فإن تذكرها أمر صعب يحتاج إلى مجهود كبير للتغلب على المقاومة ، و التي تحول دون ظهور هذه الخبرات على الشعور و لذلك يغترب الشعور عن الخبرات المكبوتة ، و المقاومة هنا مظهر من مظاهر اغتراب الشعور ،

-اغتراب اللاشعوري : يشير "فرويد" إلى أن الرغبات التي صدت و كبتت تبدأ حياة جديدة شاذة في اللاشعور و هي محتفظة بطاقتها ، و تظل تبحث عن مخرج لانطلاقها ، و مادامت عوامل الكبت قائمة فسيظل اللاشعور مغتربا عن الشعور ، و ما محاولة الأنا في التوفيق بين ضغط الواقع و متطلبات الهو ، و أوامر الأنا الأعلى إلا هروبا من اغتراب الفرد عن الواقع الاجتماعي

(المنعم ،1988 ،18)

أما "إريك فروم" فيشير إلى أن جوهر الإنسان يتمثل في التناقض الكامن في وجوده أي أنه جزء من الطبيعة ، إلا أنه يتجاوزها باعتباره يسلك ناحية العقا ووعي الذات ، و يشير "فروم" إلى خروج الإنسان من حالة الوحدة مع العالم الطبيعي إلى الوعي بذاته ككيان منفصل عن الطبيعة و البشر الآخرين المحيطين به ، و يصف " فروم" هذا الانفصال عن الطبيعة أو تجاوزها بأنه اغتراب الإنسان عن الطبيعة .

و يرى " إريك فروم " في مؤلفه"الخوف من الحرية" أن المقصود بالاغتراب هو أنه نمط من التجربة يعيش فيه الإنسان كغريب و يمكن القول أنه أصبح غريبا عن نفسه ، أي أنه لن يعيش نفسه كمركز لعالمه و كخالق لأفعاله بل أن أفعاله و نتائجها قد أصبحت أسياده الذين يطيعهم أو حتى قد يعبدهم ، إن الشخص المغترب لا يعود على علاقة بنفسه بقدر أنه لا يعود على علاقة بأي شخص أخر .(عبد السميع ، 2007 ،47)

6-2-الاغتراب في النظرية السلوكية:

تفسر النظرية السلوكية المشكلات السلوكية بأنها أنماط في الاستجابات الخاطئة أو غير السوية المتعلمة بارتباطها بمثيرات منفرة ، ويحتفظ بها الفرد لفاعليتها في تجنب مواقف أو خبرات غير مرغوبة ، والفرد وفقا لهذه النظرية يشعر بالاغتراب عن ذاته عندما ينصاع ويندمج بين الآخرين بلا رأي أو فكر محدد حتى لا يفقد التواصل معهم وبدلا من ذلك يفقد التواصل مع الآخرين

(الشعراوي، 1988 ،30)

6-3- الاغتراب في نظرية المعنى :

يقدم " فرانكل " نظرية جديدة تدور حول المعنى ، حيث يعتبره ممثلا للبعد الصميمى للوجود الإنساني ، وأنه القاعدة المنيعة التي يرتكز عليها الفرد من أجل التغلب على الاغتراب وقهره خاصة عندما يستشعر الفرد المعنى في جوانب حياته المختلفة ، في الحب والصداقة والانجاز والفن الإبداع والتدين والإيمان في المعاناة التي يتعرض إليها ، ويشدد "فرانكل " علي المعاناة في اكتشاف المعنى ويعتبرها المحفز الاساسى لهذا الاكتشاف والذي يؤدي بالفرد الى الاغتراب .

ويرى "فرانكل" أن الوجود الإنساني هو وجود مشوب بالقلق و الاغتراب ، و أن الإنسان ليس مخلوقا متوازنا ، فهو لا ينشد التوازن داخل نفسه و مع البيئة ، و يعتبر قلقه و اغترابه متأصلين و يضربان بعمق في أغواره ، بحيث لا يستطيع التخلص منهما بالإرضاء، إنه ينشد معادلة أكثر متانة للحياة و المعيشة ، و هو شيء سوف يمكنه من أن يرقى على الاغتراب و المعاناة .

و يرى "فرانكل" أنه وجد الإنسان معنى لحياته فإنه يشعر بأنها تستحق أن تعاش و يسعى لاستمرارها و الاستمتاع بمغزاها ، فالأفراد الذين يشعرون باللامعنى في حياتهم يعانون من الفراغ الوجودي الذي يبدو في الملل و فقدان الحماس و الحيوية و النشاط .

أن الطريقة التي يخبر بها الأفراد فقدان المعنى تجعلهم يتصرفون ضد اهتماماتهم فيعانون من غربة الذات ، و من ثم فإن وصف أعراض فقدان المعنى يمكن أن يحدد نتائج الاغتراب على مستوى الفرد ، و ذلك في شكل تشوه الشخصية الذي يتصاعد إلى حد العدائية.(البنا،1991 ،36)

6-4-الاغتراب في نظرية السمات و العوامل:

من أهم سمات هذه النظرية تركيزها علي العوامل المحددة التي تفسر السلوك البشري ، والتي تمكن من تحديد سمات الشخصية ، وتشير الدراسات التي تتناول سمات شخصية مرتفعي الاغتراب أنهم يتميزون بعدد من السمات منها : التمركز حول الذات ، والوحدة النفسية والتوترات الحياة اليومية ، والشعور بفقدان القدرة علي التحكم ، والاضطرابات في هوية الفرد ، ونقص العلاقات الصادقة مع الآخرين ، وعدم القدرة علي إيجاد تواصل بين الماضي والمستقبل وعدم الانسجام بين الفرد والأجيال السابقة .

(سناء حامد زهران ، 2004، 113)

ومن ابرز المحاولات في هذا المجال محاولة " ملفين سمان " فقد أراد التخلص من الغموض الذي أحاط بموضوع " الاغتراب " وذلك من خلال فصله بين الاستعمالات المتعددة لهذا الاصطلاح ، وتوضيح معاني هذه الاستعمالات المتعددة لتسير استعمالها في البحوث العلمية دون أي غموض أو تشويش وهذه الاستعمالات هي :

-المعنى الأول : فقدان القوة عند الفرد المغترب أي أن : الاغتراب هو شعور ينتاب الفرد فيجعله غير قادر على تغيير الوضع الاجتماعي الذي يتفاعل معه.

-المعنى الثاني: عدم وجود الهدف عند الشخص المغترب أي أنه :لا يستطيع التوجيه سلوكه ومعتقداته وأهدافه .

-المعنى الثالث : اللامعيارية : أي عدم وجود معايير ، أي أن الفرد المغترب غالبا مايشعر بأنه لو أردا تحقيق أهدافه فإنه عليه عدم التصرف بموجب المعايير المتعارف عليها اجتماعيا وأخلاقيا .

-المعنى الرابع : العزلة : أي شعور الفرد المغترب بأنه غريب عن الأهداف الحضارية لمجتمعه . (سناء حامد زهران ،2004، 114)

7-أنماط الاغتراب النفسي :

أ/ الاغتراب عن الذات الفعلية : يتمثل في إزالة أو إبعاد كافة ماكان المرء عليه بما في ذلك ارتباط حياته الحالية بالماضية ، وجوهر هذا الاغتراب هو البعد عن مشاعر المرء ومعتقداته وطاقاته ، وكذلك فقدان الشعور بذاته ككل ، كما يشير إلي هذا الفقدان بدوره إلي الاغتراب عن ذلك الجوهر الأكثر حيوية بالنسبة لدواتنا .

ب/الاغتراب عن الذات الحقيقة : ويتضمن التوقف عن سريان الحياة في الفرد من خلال طاقات النابعة من هذا المنبع أو المصدر التي تشير إليه كارين هورني باعتباره جوهر وجودنا (حسن ،1999، 32).

8-علاقة استخدام الانترنت بالاغتراب النفسي:

و بالنظر إلى الانترنت كأحدث ثورة تقنية فإنها تمثل أهم أدوات التعبير و نظرا لأن الشباب هم أكثر الفئات استخداما له ، فهم أكثر إساءة لهذا الاستخدام ، و ما يترتب على ذلك و قد أكد كثير من الباحثين أن الانترنت غيرت شكل الحياة الاجتماعية و الاقتصادية من السواء إلى اللاسواء، و دفعت الناس للانعزال و قطع أوصال العلاقات بين أفراد الأسرة الواحدة.

و تبرز التأثيرات الاجتماعية للانترنت في ظل التنامي السريع لاستخدام هذه التقنية في مجالات متعددة لدى فئات متنوعة من الجماهير و ذلك في ظل إتاحة هذه الخدمة في

مقاهي الانترنت لاسيما في حالة غياب القوانين و الضوابط الاجتماعية التي تحكم إيقاع هذه الظاهرة ، و عدم وجود معوقات أمام الاندفاع في استخدامها بسبب ما تحدثه من تأثيرات ضارة كالإحباط و قطع أوصال العلاقة داخل الأسرة الواحدة و الشعور بالوحدة.

أكد صافي (2003): أن للانترنت وظائف نفسية و اجتماعية و هي الانتماء الاجتماعي و التوحد الاجتماعي و التسلية و الترفيه ورغم أن الانترنت تقدم الانتماء الاجتماعي إلا أنها تساعد على التوحد الاجتماعي ممثل في انصهار مختلف القيم و العادات و التقاليد و الرموز المتواجدة ضمن الجماعات التي تؤلف المجتمع ، و تساهم وسائل الإعلام عامة و الانترنت خاصة في إقامة نوع من الوحدة في المفاهيم و الاهتمامات و التطلعات و التعابير و المصطلحات و تعكسها على سلوك المستخدم ، و أثبتت الدراسات أن عدد غير قليل من الدول تساعد مستخدم وسائل الإعلام في صرف أوقات فراغهم في إطار من الاستراحة و الاسترخاء فيما يتعلق بالتلفزيون و خدمات الانترنت عبر الحاسوب المحمول و جهاز الجوال ، محدثا نوع من التباين و التشتت بين واقع المستخدم و خياله التي يعيش في ضبابه.

الخلاصة:

الاغتراب النفسي من المفاهيم الغامضة نظرا لثراء محتواه ، و لقد تعددت مجالاته، فقد درسه علماء الفلسفة و الاجتماع و التربية و علم النفس و الطب النفسي و توصلوا الى أن الاغتراب النفسي شكل من أشكال الخبرة يمارسها الإنسان و يشعر فيها بأنه غريب عن ذاته لا يجد نفسه كمركز لعالمه ولأفعاله و إنتاجه ، و إنما أعماله هي التي تصبح لها السيادة و عليه أن يطيعها و أصبح النفسي يمثل ناقوس الخطر بات يهدد كل طالب في جامعته و أصبح من الضروري وضع خطط وقائية و علاجية للحد من ظاهرة الاغتراب النفسي .

الجانب الميداني للدراسة

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية

تمهيد

1-الدراسة الاستطلاعية

2-منهج الدراسة

3-حدود الدراسة

4-مجتمع الدراسة

5-عينة الدراسة

6-أدوات الدراسة

7-الأساليب الإحصائية

خلاصة

تمهيد:

تعتبر الدراسة الميدانية من أهم الخطوات الأساسية في البحث العلمي بعد التطرق إلى الجوانب النظرية الخاصة بالموضوع و التي تناولت متغيرات (إدمان الانترنت – الاغتراب النفسي)، حيث سنتمكن من خلال فصل الإجراءات المنهجية للدراسة التعرف على الجانب التطبيقي ومنهج الدراسة و عينة الدراسة الأساسية و حدودها الزمنية و المكانية و أهم الأساليب الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسة.

1-الدراسة الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية هي المدخل الذي ينطلق منه الباحث ، ليضبط ما تحتاجه دراسته نظريا وميدانيا ، كما تعتبر دراسة الاستكشافية للباحث بغرض الحصول علي معلومات أولية حول الموضوع ، كما تسمح لنا بالتعرف على الظروف ، والإمكانيات المتوفرة في الميدان ، ومدى صلاحية الوسائل المنهجية المستخدمة

1-1-أهداف الدراسة الاستطلاعية:

-التعرف على خصائص المجتمع عامة والعينة خاصة

-الوقوف على بعض الصعوبات التي يمكن أن يواجهها الباحث عند التطبيق خاصة.

- التأكد من صدق و ثبات أدوات جمع البيانات في الدراسة (مقاييس الدراسة)

1-2-إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراءات الدراسة الاستطلاعية بجامعة الشهيد حمه لخضر في حدود شهر مارس 2021 ، على عينة من الطلبة قوامها 20 طالبة من مختلف التخصصات و ذلك قصد التأكد من صلاحية مقياسي الاغتراب النفسي لـ "زينب شقير" و مقياس إدمان الانترنت لـ " كمبرلييونغ"

2-منهج الدراسة:

تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي الذي يعتمد الاستكشاف و المقارنة في الدراسة الحالية "الذي يصف العلاقة بين عدد من المتغيرات " .(رجاء محمد ، 2011 ،45).والذي يتلاءم مع طبيعة الموضوع المدروس الذي يهدف إلى معرفة طبيعة العلاقة بين مستوى الإدمان على الانترنت و الاغتراب النفسي.

3-حدود الدراسة الأساسية:

تمثلت حدود الدراسة الحالية فيما يلي :

3-1-الحدود المكانية: الأحياء الجامعية للبنات بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي.

3-2-الحدود الزمنية: خلال الفترة الممتدة بين من 20جانفي إلى 20 مارس من السنة الجامعية 2020 / 2021

3-3-الحدود البشرية: الطالبات الجامعيات المقيمات بالأحياء الجامعية الذين يستخدمون الانترنت بمختلف تخصصاتهم.

4-مجتمع الدراسة:

يكون مجتمع الدراسة الحالية من الطالبات المقيمات بالحي الجامعي الذين يستخدمون شبكة الانترنت .

5-عينة الدراسة :

5-1-عينة الدراسة الاستطلاعية :

تم اختيار عينة عشوائية بسيطة من الطالبات المستخدمون للإنترنت تكونت من(20) طالبة

5-2-عينة الدراسة الأساسية :

طبقت الدراسة علي عينة قوامها (100) طالبة ممن يستخدمون الانترنت المقيمات بالحي الجامعي من مختلف التخصصات .

6-أدوات الدراسة :

تمت الاستعانة بمقياسين للتأكد من صحة الفرضيات ، مقياس الإدمان علي الانترنت كمبرلي يونغ ، مطبق في البيئة الجزائرية ومقياس الاغتراب النفسي لزينب شقير الذي تمت إعادة فحص صدقه وثباته للتأكد من صلاحية تطبيقه في البيئة المحلية .

6-1-وصف مقياس الإدمان علي الانترنت :لكامبرلي يونغ

يتكون هذا الاختبار من (20) بندا يتعلق باستخدام الانترنت ،مثل التبعية السيكولوجية والسلوك القسري ، وأثار الانسحاب ،إضافة إلي اضطرابات النوم مشاكل أسرية ، سوء تنظيم الوقت ... وهو اختبار يليق بجميع المراحل العمرية وبما إن الدراسة الحالية مختصة بفئة طالبات الجامعيات ، بحيث قومنا بتعديل بعض البنود الموضحة في الجدول التالي :

جدول رقم (1): يوضح التعديلات التي طرأت علي البنود

رقم بند	البند الأصلي في الاختبار	البند بعد التعديل
3	كم من مرة فضلت الانترنت على صديقك (صديقتك)؟	كم من مرة فضلت الانترنت على الألفة مع صديقك (صديقتك)؟
6	كم من مرة تأثرت نتائجك أو واجباتك في العمل /الدراسة بسبب الوقت الذي تستغرقه في الشبكة؟	هل تأثرت نتائجك الدراسية بسبب الوقت الذي تستغرقه في الشبكة؟
8	كم من مرة تأثر أدائك / الدراسة؟	هل تأثر أدائك في الدراسة؟

وقد احتوى الاختبار على مجموعة من البدائل :

(أبدا ، نادرا، كثيرا، أحيانا).

6-2-وصف مقياس الاغتراب النفسي :لزينب شقير

استعملت الباحثتان مقياس زينب شقير لقياس الاغتراب النفسي . ويتكون المقياس الأصلي من 101 عبارة ويحتوى علي جميع الأبعاد الخاصة بالاغتراب النفسي ، و نظرا لطول المقياس و تجنبا لملل المفحوص عند إجراء الاختبار فقد كيفت الباحثتان المقياس

بحسب البنود والعبارات التي تتلاءم مع العينة وذلك بعد التشاور مع أساتذة مختصين ليصبح عدد البنود 43 بندا حيث يحتوى مقياس الاغتراب علي 6أبعاد رئيسية وهي موزعة في جدول رقم2 وأما بدائل الاستبيان فهي 3 (موافق ، غير موافق ، غير متأكد)

جدول رقم 2 : يبين الأبعاد وعدد البنود لكل بعد

الرقم	الأبعاد	أرقام البنود
01	العزلة الاجتماعية	21,12، 10، 28، 09، 08، 41، 40
02	الشعور بالعجز	33، 32، 31، 30، 16، 11، 34، 35
03	التشاؤم	23، 13، 06، 03، 19، 43
04	الشعور بلا معنى	22، 18، 15، 07، 42، 38
05	الشعور بلا هدف	05، 17، 02، 01، 39، 20
06	اللا معيارية	25، 24، 14، 04، 36

ويحتوى المقياس علي البنود العكسية

جدول رقم 3 : يوضح البنود العكسية لمقياس الاغتراب النفسي

نوع البنود	أرقام البنود	المجموع الكلى
البنود السالبة	1، 2، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 36، 37، 38، 39، 40، 41، 42 ،43	40
البنود الموجبة	3، 13	2

1-الخصائص السيكومترية لمقياس الإدمان على الأنترنيت

تم الاعتماد على نتائج دراسة طالبة صبرينة حامدي وقد تمت الدراسة في سنة 2014

2015 للتأكد من صدق و ثبات المقياس حيث تمت على عينة من التلاميذ المستخدمين للانترنت في الثانويات وبلغت العينة 406 تلميذ وتلميذة .

أولا :الصدق

1-صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب الصدق التمييزي للمقياس بعد أن تم ترتيب درجات العينة تنازليا وأخذ نسبة (27٪) من طرفي الترتيب، وتطبيق اختبار (ت) للعينتين المتساويتين، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (4): يوضح نتائج اختبار "ت" بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين لمقياس

الإدمان على الأنترنت

القيمة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	درجة الحرية
الفئة العليا	8	68,8750	8,13137	**6,250	2,845	14
الفئة الدنيا	8	44.8790	7.1995			

** تعني أن معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية عند مستوى0,01

من خلال النتائج الموضحة في الجدول (04) نلاحظ أن "ت" المحسوبة التي بلغت (6.250)وهي أكبر من "ت" الجدولية نلاحظ أن توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى أقل من 0.01، وهذا يجعلنا نطمئن لصدق المقياس.

2- الصدق الذاتي

وقد تم حساب الصدق الذاتي للمقياس بعد الحصول على معامل ثبات الاختبار والذي هو 0.52 عن طريق ألفا كرونباخ من خلال الجذر التربيعي وتحصلنا على النتيجة التالية :

0.72 0.52√=ومنه نستنتج أن المقياس له درجة عالية من الصدق .

ثانيا:الثبات

1-ثبات ألفاكرو نباخ:لقياس الثبات تم الاعتماد على معامل ألفا كرونباخ وهو من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار ومعامل ألفا يربط ثبات الاختبار بثبات بنوده. فازدياد قيمة تباينات البنود بالنسبة إلى التباين الكلي يؤدي انخفاض معامل الثبات، وانخفاضها(تجانسها) يؤدي إلى ارتفاع معاملا للثبات .(بشير معمرية ، 284:2012) وبعد حسابه تحصلنا على معامل الثبات يساوي 0.52 كما هو موضح في الجدول التالي :

جدول رقم(05):معاملات الثبات ألفا (α) كرونباخ لمقياس الإدمان على الإنترنت

المحور	عدد البنود	معامل ألفا (α) كرونباخ
الدرجة الكلية	20	0.52

من خلال الجدول (05) نلاحظ أننا تحصلنا على معامل الثبات (0.52)وهي معاملات دالة، عند

(0.01)، مما يدل على وجود قدر مرتفع من الثبات يمكن الاعتماد عليه والوثوق به.

2- الخصائص السيكومترية لمقياس الاغتراب النفسي:

تم الاعتماد على نتائج دراسة طالبة صبرينة حامدي وقد تمت الدراسة في سنة 2014 2015 للتأكد من صدق و ثبات المقياس حيث تمت على عينة من التلاميذ المستخدمين للانترنت في الثانويات وبلغت العينة 406 تلميذ وتلميذة .

أولا : الصدق

1- صدق الاتساق الداخلي

1-صدق المقارنة الطرفية: تم حساب الصدق التمييزي للمقياس بعد أن تم ترتيب درجات العينة تنازليا وأخذ نسبة (27٪) من طرفي الترتيب، وتطبيق اختبار (ت) للعينتين المتساويتين ، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (06):يوضح نتائج اختبار "ت" بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على مقياس الاغتراب النفسي :

القيمة	ن	المتوسط الحسابي	الانحـ ارف المعياري	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	درجة الحرية
الفئة العليا	8	102,1250	2,532	13,351 **	2,845	14
الفئة الدنيا	8	84,250	2,816			

** تعني أن معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0,01

مـــن خـلال النتـــائج الموضـــحة فـــي الجـــدول (06) نلاحـــظ أن "ت" المحسـوبة التـــي بلغت (13.351) وهي أكبر من "ت" الجدولية نلاحظ أن توجد فروق دالة إحصـــائيا عند مستوى أقل من0.01 وهذا يجعلنا نطمئن لصدق المقياس

2- الصدق الذاتي: وللتأكد أكثر من صدق الاختبـــار،قامت الباحثـــتان بحســـاب معامـــل الصـدق الـذاتي الـذي يقـاس بحسـاب الجـذر ألتربيعـي الثبات√= الصدق الذاتي والذي قد تحصلنا عليه0.59 عن طريق معامل ألفا كرونبـاخ وذلك بعد تجذيره لتصبح النتيجة التالية 0.59:0.76√= ومنه نستنتج أن المقياس له درجة عالية من الصدق

ثانيا :الثبات.

1- الثبـات بطريقـة التجزئـة النصـفية:حيث قمنا بتقسـيم المقياس إلـى نصـفين (فـردي/ زوجـي) وحسـاب معامـل الارتبـاط بينهمـا كمـاهو موضح في الجدول التالي :

جدول(07): يبين معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الاغترب النفسي

المؤشـ ارت الاحصائية	معامل الارتباط "ر" المحسوب	قيمة "ر" الجدولية	تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان بـ ارون	الدلالة الاحصائية
البنود الفردية	0,473 **	0,403	0.668**	دال إحصائيا
البنود الزوجية				

** تعني أن معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0.01

من خلال الجدول (07) نلاحظ أن معامل الارتباط " ر" المحسوبة هو (0.473)، تقابله القيمة الجدولية (0.403)، وبعد التعديل بمعادلة سبيرمان-براون حصلنا على معامل الثبات (0.668)وهي معاملات كلها دالة، عند (0.01)، مما يدل على وجود قدر مرتفع من الثبات

يمكن الاعتماد عليه والوثوق به.

2- الثبات بمعادلة ألفا كرونباخ :

وتم حسابه أيضا بمعادلة ألفا كرونباخ فتحصلنا على معامل الثبات 0.59

مما يدل أن المقياس ثابت

كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم(08): معاملات الثبات ألفا (α) كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي

المحور	عدد البنود	معامل ألفا (α) كرونباخ
الدرجة الكلية	42	0.59

يتضح من خلال الجدول رقم (08)أن قيمة معامل ألفا (α) كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسيقد بلغت0.59.:

الأساليب الإحصائية :للحصول على نتائج الدراسة قامت الباحثتان باستخدام برنامج الـ $SPSS_{25}$وبالاستعانة بالأساليب الإحصائية التالية :

- الانحراف المعياري
- المتوسط الحسابي
- النسبة المئوية
- اختبار" T.TEST"
- معامل الارتباط بيرسون
- الفا كرونباخ .

الفصل الخامس

الفصل الخامس : عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1-عرض ومناقشة نتائج الدراسة

2-استنتاج عام

خلاصة

تمهيد :

بعد إجراءا ت المعالجة الإحصائية ، باستخدام أدوات الدراسة سوف يتم عرض ومناقشة نتائج الدراسة وفقا لفرضيات الدراسة ومتغيراتها :

نتائج الدراسة :

عرض ومناقشة الفرضية العامة :

تنص هذه الفرضية على انه توجد علاقة إرتباطية بين الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي

وللتحقق من الفرضية قامت الباحثتان بحساب معامل الارتباط من اجل قياس العلاقة الإرتباطية بين الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي وكانت النتائج كالتالي :

	ن	قيمة ر	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الإدمان علي الانترنت الاغتراب النفسي	100	**0.255**	99	0.01

من خلال الجدول رقم (09) بلغ معامل الارتباط بيرسون لدرجات الطالبات علي مقياس الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي (0.255) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01

وبناء عليه يمكننا القول أنه توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي لدى الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي بجامعة الوادي .

وقد اتفقت نتائج دراستنا الحالية مع العديد من الدراسات كدراسة (أحمد فوزي سعيد،2008) التي هدفت إلي معرفة أهم المشكلات النفسية والاجتماعية التي يعاني منها المراهقين فكانت من بين المشكلات التي يعانون منها الاكتئاب والاغتراب النفسي

ومشكلات دراسية ناجمة عن استخدام المفرط للانترنت والإدمان عليها وكذا دراسة (سندرز،2000) التي وجدت العلاقة بين استخدام شبكة الانترنت والعزلة الاجتماعية والاكتئاب لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، ودراسة علي جنفان (2008) التي ترى أن أثار الإدمان علي الانترنت الشعور بالعزلة وعدم الميل للمخالطة أثناء استخدام الانترنت

وقد اختلفت نتائج دراستنا الحالية مع دراسة أوه (2003)والتي هدفت الى فهم درجة الميل للإدمان على الانترنت لدى طلبة المدارس المتوسطة في منطقة جيونغ –بك ،و توصلت إلى أن العامل الأقوى في الميل لإدمان الانترنت هو الاكتئاب و أن هناك علاقة سلبية بين الإدمان على الانترنت و العلاقات الشخصية و الدعم .

و ما يفسر أن الإدمان علي الانترنت يؤدي إلي الاغتراب النفسي هوانه كلما أدمنت الطالبات علي الشبكة يشعرون بالاغتراب النفسي عن المجتمع ويندمجون بالعالم الافتراضي أكثر والعكس كلما استخدمن الشبكة من غير إفراط نقص الشعور بالاغتراب النفسي و نظرا لتوفر شبكة الانترنت وسهولة استخدامها مما يجعل الطالبات يتعرضون لمشكلات نفسية واضطرابات انفعالية من خلال الانغماس في ثقافات لا تراعي قيمهن الاجتماعية و الدينية فهذا يؤثر علي حياتهن، لان الذين يعانون من الاغتراب يتميزون بعدم الثقة في الطبيعة الإنسانية والخوف من الصداقة أو التعلق بالآخرين ، والملاحظ لنتائج جل الدراسات السابقة التي اطلعت عليها الباحثتان يجد أن العلاقة بين الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي قوية، وهو ما يفسر أن الإدمان له صلة وثيقة بالاغتراب النفسي .

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

تنص هذه الفرضية علي أن مستوى الإدمان علي الانترنت مرتفع لدى الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي و للتحقق من الفرضية قمنا بتحديد مستويات التقدير التالية (منخفض،متوسط،عالي) وذلك عن طريق العملية الحسابية التالية:

طول الفترة =المدى /عدد الفترات

أي (المدى = أعلى قيمة – أدنى قيمة = 20 x 5 – 20 x 1 = 100 –20 = 80) و(عدد الفترات 3)

طول الفترة = 3/80 وتساوي 26.66 و عليه طول الفترة يساوي 26.66

جدول رقم (10) المعيار لكل مستوى من مستويات التقدير

المعيار	مستويات التقدير
46.66-20	منخفض
73.33-46.67	متوسط
100-73.34	عالي

ومن خلال جدول أعلاه تصنف مستويات التقدير لمقياس الإدمان على الانترنت إلى ثلاثة مستويات وهي كالتالي :

- مستوى الإدمان على الانترنت منخفض من 20-46.66

- مستوى الإدمان على الانترنت متوسط من 46.67-73.33

- مستوى الإدمان على الانترنت عالي من 73.34-100

جدول رقم (11)يوضح التكرار والنسبة المئوية لكل مستوى من مستويات التقدير

مستوى التقدير	التكرار	النسبة المئوية
46-20	28	%28
73-47	68	%68
100-74	04	%04
المجموع	100	%100

من خلال الجدول رقم(11) نلاحظ أن نسبة 68% من أفراد عينة الدراسة مستوى إدمانهن عن الانترنت متوسط و أن نسبة 04% من الطالبات مستوى إدمانهن عن الانترنت مرتفع، بينما نجد أن 28% من أفراد العينة ذوات مستوى منخفض من الإدمان عن الانترنت، كما نلاحظ أن غالبية الطالبات في عينة الدراسة هم ضمن المتوسط الفرضي لمقياس الإدمان عن الانترنت في هذه الدراسة مما يمكننا الانترنت.

وقد اتفقت نتائج دراستنا الحالية مع العديد من الدراسات كدراسة (الجيبيلة2006) التي هدفت إلي الكشف عن مستوى الإدمان علي الانترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض ، وتوصلت الدراسة إلي إن أعلى نسبة من طالبات يستخدمون الانترنت بشكل متوسط حيث بلغت 65.4% .وكذا دراسة (كانوال 2002) والتي توصلت لعدة نتائج أهمها أن 65% من الطلبة مدمني الانترنت .

واختلفت مع العديد من الدراسات كدراسة (كو وآخرون 2005) والتي توصلت نتائج دراستها بأن إدمان الشابكة المعلوماتية تشخيصية عالية جدا ، وصلت إلي 89.6% ، ودراسة (ميار وآخرون 2000)والتي توصلت إلي أن 80.9% من الطلبة يشكون من مخاطر المحتملة .

ويمكن تفسير هذه النتيجة المتوسطة إلي أن الطالبات عموما لا يعانون من الإدمان علي الانترنت بشكل كبير ، وإنما يكونوا معرضين للإدمان وإفراط في الاستخدام بين الحين والآخر ويرجع ذلك لفترات الاستخدام و الولوج حيث تكون متقطعة وغير منتظمة ، وهي تظهر كمشكلة فردية كما أصبحت الأسرة أيضا علي درجة عالية من الوعي بمخاطر الانترنت وسلبياتها مما يجعلهم في تواصل مستمر مع أبنائهم للحد من ظاهرة الإدمان علي الانترنت .

عرض و مناقشة الفرضية الجزئية الثانية :

تنص هذه الفرضية على أن مستوى الاغتراب النفسي مرتفع لدى الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي .

لتحقق من صحة الفرضية قمنا بتحديد المعيار المناسب لكل من مستوى من مستويات التقدير لمقياس الاغتراب النفسي و ذلك عن طريق عملية الحساب بالتطرق إلى :

طول الفترة = المدى ÷ عدد الفترات

(حيث المدى = أعلى قيمة – أدنى قيمة = 3X42–1X42 = 126–42=84 و عدد الفترات = 3)

طول الفترة = 84 ÷ 3 = 28 أي طول الفترة يساوي 28

جدول رقم (12)يوضح المعيار لكل مستوى من مستويات التقدير

المعيار	مستويات التقدير
70-42	منخفض
98-71	متوسط
126-99	عالي

نلاحظ أن في الجدول أعلاه تصنف مستويات التقدير لمقياس الاغتراب النفسي إلي ثلاثة مستويات وهي كالتالي:

- مستوي الاغتراب النفسي منخفض من 42-70
- مستوي الاغتراب النفسي متوسط من 71-98
- مستوى الاغتراب النفسي عالي من 99-126

جدول (13) يوضح التكرار والنسبة المئوية لكل مستوى من مستويات الاغتراب النفسي

مستوى التقدير	التكرار	النسبة المئوية
70-42	91	%19
98-71	81	%81
126-99	00	%00
المجموع	100	%100

من خلال الجدول رقم(13) نلاحظ ان نسبة 81%من أفراد عينة الدراسة مستوى اغترابهن النفسي متوسط بينما نجد أن19%من أفراد العينة ذوات مستوى منخفض من الاغتراب النفسي، بينما لا نجد اي فرد من أفراد العينة ذا مستوى مرتفع في الاغتراب النفسي و أن نسبة00%من الطالبات مستوى اغترابهن النفسي مرتفع، كما نلاحظ ان غالبية الطالبات في عينة الدراسة هم ضمن المتوسط الفرضي لمقياس الاغتراب النفسي في هذه الدراسة مما يمكننا من الاستنتاج ان الطالبات اللواتي شملتهن الدراسة الحالية ذوات مستوى متوسط من الاغتراب النفسي.

وقد اتفقت نتائج دراستنا الحالية مع دراسة (موسى 2002) والتي تهدف الى الكشف عن درجة الاغتراب و علاقتها بمدى تحقيق الحاجات النفسية ، و توصلت الى أن درجة انتشار ظاهرة الاغتراب لدى الطلبة كانت متوسطة ، و اختلفت مع دراسة (احمد ،خضر أبو طواحينه 1987) والتي وجدت أن معظم أفراد العينة يشعرون بالاغتراب النفسي بنسب مرتفعة على جميع الأبعاد .

وهذا ما يفسر أن درجة الاغتراب عند الطالبات المقيمات متوسط وهن معرضين للاغتراب النفسي بشكل كبير،الذي يرجع إلي مدة الإقامة في الحي الجامعي والابتعاد عن البيئة الاجتماعية التي ينتمون إليها ، وانعدام التفاعل الأسرى مما ولد لهن العزلة والشعور بالاكتئاب والوحدة وللحد من ظاهرة الاغتراب يجب تنظيم برامج إرشادية لتوعية الطالبات لتخلص من المشكلات النفسية .

عرض ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة :

تنص هذه الفرضية على أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الانترنت لدى الطالبات المقيمات تعزى لمتغير مدة الإقامة.

وللتحقق من هذه الفرضية قمنا باستخدام اختبار "ت" من أجل مقارنة مستوى الإدمان على الانترنت بين الطالبات بحسب فترة المكوث في الحي الجامعي على مقياس الإدمان على الانترنت و جاءت النتائج كمايلي :

جدول (14) يوضح نتائج اختبار "ت" لمقارنة مستوى الإدمان على الانترنت بين الطالبات بحسب فترة المكوث في الحي الجامعي

	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت – T–	درجة الحرية	مستوى دلالة ت – T–
من1سنةالى3 سنوات	**60**	**52.03**	**11.59**	**T= 0.308**	**98**	**0.759**
من4سنواتالى5 سنوات	**40**	**52.75**	**11.13**			

يبين الجدول رقم(14) أن متوسط حساب درجات عينة الدراسة – من الطالبات ذوات المكوث من1سنة الى3 سنوات– علي مقياس الإدمان على الانترنت بلغ (52.03) بانحراف معياري قدره(11.59) ،أما – منالطالباتذواتالمكوثمن4سنواتالى5سنوات – من أفراد العينة فقد كان متوسطهم الحسابي(52.75) بانحراف معياري قدره(11.13)،كما أظهرت النتائج أن قيمة(ت) تساوي(0.308) عند درجة حرية(98) وهي غير إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الانترنت لدى الطالبات المقيمات تعزى لمتغير مدة الإقامة ، وبالتالي الفرضية غير محققة .

ويمكن تفسير هذه النتائج أنه لا يوجد تأثير لمدة الإقامة بالنسبة لاستخدام شبكة الانترنت للطالبات المقيمات بالحي الجامعي نظرا لتوفر الانترنت في الهواتف الجوالة التي تملكها معظم الطالبات، وقد يرجع هذا إلى وجود أوقات فراغ لديهن و شعورهن بالوحدة و الافتقاد إلى الحنان و العطف العائلي أو الاجتماعي متساوي نسبيا لأنهن يعشن نفس الظروف الدراسية و الاجتماعية في الحي الجامعي وعليه لا تؤثر فترة مكوثهن في الحي الجامعي على درجة إدمانهن للانترنت

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة :

تنص هذه الفرضية علي أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات تعزى لمتغير مدة الإقامة

للتحقق من هذه الفرضية استخدمنا اختبار "ت" من أجل مقارنة مستوى الاغتراب النفسي بحسب مدة الإقامة في الحي الجامعي وجاءت النتائج كما يلي :

الجدول (15) يوضح نتائج اختبار"ت" لمقارنة مستوى الاغتراب النفسي بحسب مدة الإقامة في الحي الجامعي:

	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت –T–	درجة الحرية	مستوى الدلالة ت –T–
من1سنة الى3 سنوات	60	76.06	6.93	T= 1.720	98	0.089
من4سنواتالى5 سنوات	40	78.65	7.95			

يبين الجدول رقم(15) أن متوسط حساب درجات عينة الدراسة – من الطالبات ذوات المكوث من1سنة الى3 سنوات في الحي الجامعي– علي مقياس الاغتراب النفسي بلغ (76.06) بانحراف معياري قدره(6.93) ،أما – الطالبات من ذوات المكوث من4سنوات الى5 سنوات في الحي الجامعي– من أفراد العينة فقد كان متوسطهم الحسابي(78.65) بانحراف معياري قدره(7.95)،كما أظهرت النتائج أن قيمة(ت) تساوي(1.720) عند درجة حرية(98) وهي غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات تعزى لمتغير مدة الإقامة ، وبالتالي الفرضية غير محققة .

وبناء علي هذه النتائج يمكننا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات تعزى لمتغير مدة الإقامة وبالتالي فإن الفرضية لم تتحقق.

ويمكن تفسير هذه النتائج على أن الاغتراب النفسي يمكن أن يكون يعرف انتشارا معتبرا نتيجة عوامل كثيرة منها النفسية و الاجتماعية و غيرها ولكن حسب دراستنا فانه لا تأثير للمكوث والإقامة في حي الجامعي عليه و قد يعزى ذلك لتوفر وسائل الاتصال الحديثة بالأهل و الأصدقاء مما يقلل من إمكانية الوقوع في الاغتراب النفسي و كذا توفر الاقامات الجامعية على مختصين في الإرشاد و الصحة النفسية يمكن للطالبات أن يلجأن إليهم لطلب المساعدة النفسية كما أن الاقامات الجامعية تتوفر على دور للعبادة يمكن للطالبات

أن يستلهمن من خلال النشاطات المرفق بها الدعم الروحي دون أن نغفل توفر الاقامات الجامعية على مرافق للترفيه من قبيل النوادي الرياضية و غيرها وهذا كله تحت تصرف كل الطالبات دون تمييز مما يقلل من وجود الفروق بينهن في مستوى الاغتراب النفسي ،كما يمكن تفسير هذه النتيجة حسب ما توصلت إليها دراسة (العقيلي محمد عادل بن محمد 2004) وقد أسفرت نتائجها على أنها لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في الشعور بالطمأنينة تبعا لنوع السكن و الصفوف الدراسية .

الاستنتاج العام :

بعد عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة الحالية تم توصل إلي النتائج التالية :

1-توجد علاقة ارتباطية بين الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي

2-مستوى الإدمان علي الانترنت متوسط لدى الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي

3-مستوى الاغتراب النفسي متوسط لدى الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان علي الانترنت لدى الطالبات المقيمات تعزى لمتغير مدة الإقامة

5-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات تعزى لمتغير مدة الإقامة

خاتمة

الخاتمة

حاولت الدراسة الحالية للكشف عن العلاقة بين الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي لدي عينة من الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي ، حيث تعتبر هذه المرحلة منا لتعليم الجامعي ذات أهمية كبيرة في المسار العلمي ، بحيث ينتقل فيها الفرد من الحياة الدراسية إلي الحياة العملية التي تحدد مستقبله ودوره في الحياة الاجتماعية

وقد توصلت نتائج هذه الدراسة في جانبها النظري إلي ضبط مفاهيم المتعلقة بمتغير الإدمان علي الانترنت ، وتم التطرق إلي تعريف وأثاره والأعراض التي تظهر علي الفرد كي نحكم عليه أنه مدمن ، وتشخيصه وعلاجه .

و كذا متغير الاغتراب النفسي لمعرفة تعريفه والنظريات المفسرة له وأبعاده ، وكيفية تشخيصه وعلاجه ، وعلاقة الإدمان علي الانترنت بالاغتراب النفسي .

أما في الجانب الميداني والتطبيقي للدراسة تطرقنا للإدمان علي الانترنت وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى عينة من الطالبات الجامعيات المقيمات بالحي الجامعي بجامعة الوادي ، ومعرفة الفروق في مستوى الإدمان علي الانترنت والاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة .

اقتراحات الدراسة:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج ، تقترح الباحثتان ما يلي :

1-عمل دورات توعوية لفئة الطالبات للاستخدام الأمثل لشبكة الانترنت

2-وضع قوانين وضوابط محددة للاستخدام شبكة الانترنت علي مستوى كل من الدولة والمؤسسات التعليمية والجامعية

3-إعداد البرامج الإرشادية والثقافية التي تعمل علي توعية الطالبات لعدم الانسياق وراء برامج الانترنت غير الهادفة وكذا الوقاية من الاغتراب النفسي

4-تفعيل دور الوحدات الإرشادية والعيادات النفسية بالجامعات والكليات لتوعية لطالبات

من مخاطر الاغتراب النفسي

5-عمل ورش لإرشاد الطالبات للطرق الصحيحة للوقاية من الاغتراب النفسي

6-إنشاء نوادي رياضية وثقافية لسد وقت الفراغ لدى الطالبات ولممارسة أنشطتهم وهواياتهم .

7-إجراء المزيد من الدراسات والبحوث لبيان مدى خطورة الظاهرة وربطها ببعض المتغيرات الأخرى.

قائمة المصادر والمراجع

أحمد سعيد السيد فوزي (2008) مشكلات نفسية انفعالية لدى مدمني ومدمنات الانترنت جامعة عين الشمس ، معهد الدراسات العليا لطفولة ، قسم الدراسات النفسية الاجتماعية ، رسالة ماجستير

-أبو علام رجاء محمود (2001)،مناهج البحث في العلوم النفسية و التربوية ط3 ، دار النشر الجامعات ، مصر.

-إجلال محمد سري (2003) الأمراض النفسية الاجتماعية ،ط1، دار الكتاب للنشر والتوزيع ، قاهرة .

-النعيمي ، لطيفة ماجد (2005) بعض أنماط الاغتراب وعلاقته بالحاجات لدى أعضاء الهيئات التدريسية ، كلية التربية ، الجامعة مستبصرية الأردن

-العقيلي عادل (2004) الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي ، رسالة ماجستير ، قسم علوم الاجتماعية ، كلية الدراسات العليا ، جامعة نايف العربية العلوم الأمنية ، رياض للسعودية

-البنا إيمان ، عبد الله أحمد (1991) دينامية العلاقة بين الاغتراب و الشعور بالعدائية ،دراسة في الصحة النفسية لبعض قطاعات التبايع ، أطروحة دكتوراء ، قسم علم النفس كلية الآداب جامعة عين الشمس مصر .

-العيسوي عبد الرحمان (2001) الجديد في الصحة النفسية ،ب ط، منشأة المعارف للنشر والتوزيع ، إسكندرية .

-المغربي سعيد (1999) الاغتراب في حياة الإنسان ، ط4، جمعية المصرية لدراسات العسكرية .

-الخالدي عطا الله (2008) قضايا إرشاديا معاصرة ، ب ط، دار الصفاء لنشر والتوزيع عمان

-تحسين بشير منصور (2004) استخدام الانترنت ودوافعها لدى طلاب جامعة البحرين ، المجلة العربية للعلوم الإنسانية ، العدد (86)، المجلد (82)الكويت .

-حامد عبد السلام زهران(2004) الصحة النفسية والعلاج النفسي ،ط2، دار الفكر لنشر

والتوزيع ، مملكة الأردنية الهاشمية ، عمان .
-حسان ، نور (1999) مظاهر الاغتراب النفسي ، ب ط، دار غريب لنشر والتوزيع ، القاهرة .
-حسن مصطفى عبد المعطي (2004) الأسرة و مشكلة الأبناء ،ط1 دار رحاب للنشر و التوزيع ، القاهرة .
-حسن الموسوي ، الاغتراب النفسي لدى شرائح من المجتمع الكويتي ، دراسة تحليلية ، مجلة البحث في التربية وعلم النفس ، كلية التربية ، جامعة ألمانيا ، مجلد 10العدد.
-حمزة جمال مختار (1996)التنشئة الوالدية وشعور الأبناء بالفقدان ، مجلة علم النفس ، عدد34.
- رولا حمص (2009) إدمان الانترنت عند الشباب و علاقته بمهارات التواصل الاجتماعي ،دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق.
- زهران سناء حامد (2004) إرشاد الصحة النفسية ،ط1، عالم الكتب لنشر والتوزيع ، القاهرة .
-سلطان غائض مفرح العصيمي (2010)إدمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب مرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، رسالة ماجستير ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية كلية الدراسات العليا ، قسم العلوم الاجتماعية .
-شقير زينب (2001) الباثلوجيا الاجتماعية و مشكلات المعاصرة ، دار المشرق ، لنشر والتوزيع بيروت.
-صباح عجرود(2009) ، التوجيه المدرسي وعلاقته بالعنف المدرسي حسب اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية ، دراسة ميدانية بمؤسسات التعليم الثانوي والتقني بولاية أم البواقي.
-عبد الحليم كامل (2009) الاغتراب وعلاقته بالتدين الاتجاهات السياسية لدى جامعة عين الشمس ، رسالة دكتوراء منشورة ، كلية الآداب .
-عبد السميع ، بهجات محمد (2007)مدى فاعلية برنامج إرشادي لتخفيف الشعور بالاغتراب لدى لمراهقين المكفوفين أطروحة دكتوراء ، منشورة في كتاب الاغتراب لدى المكفوفين ، ظاهرة وعلاج ،ط1، الإسكندرية ، مصر .
-عبد المنعم عفاف محمد (1998) بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بالشعور بالاغتراب

، رسالة دكتوراء ، جامعة الإسكندرية ، كلية الآداب .
– علي العمري (2008) إدمان الانترنت وبعض الآثار النفسية والاجتماعية لدى طلاب مرحلة الثانوية في محافظة محايل التعليمية ، رسالة ماجستير في التوجيه والإرشاد مملكة العربية السعودية .
–عبد الطيف خليفة (2003) دراسات في سيكولوجية الاغتراب ،دار غريب لطباعة والنسر والتوزيع ، القاهرة .
–عيد إبراهيم (2007) مدخل إلي علم النفس الاجتماعي ، ب ط ، مكتبة أنجلو لنشر والتوزيع ، مصر .
–عصام منصور ، عبد الله الديبوبي(2011) إدمان الانترنت و آثاره الاجتماعية السلبية لدى طلبة الثانوية العامة في عمان كما يدركها الأخصائيون الاجتماعيون ، مجلة كلية التربية جامعة عين الشمس ، العدد 34الجزء الثاني .
–غالمي عديله (2011) الإدمان على الانترنت و علاقته بالسلوك التغذية ، دراسة ميدانية لبعض رواد مقاهي الانترنت بمدينة بسكرة ، مذكرة ماجستير الجزائر.

– كفافي علاء الدين (1997) الصحة النفسية ، ط1 ،دار هجر لطباعة والنشر ، القاهرة .

–محمد نوبي محمد علي (2010) مقياس الإدمان علي الانترنت لدى طلاب الجامعة الموهوبين ، ط 1، دار الصف لنشر والتوزيع ، عمان .
–محمود بيومي خليل (2002) انحرافات الشباب في عصر العولمة ، ط 2، دار قباء لطباعة والنشر القاهرة .
محمود رجب (2003) دراسات في سيكولوجية الاغتراب دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع ، القاهرة.
–محمد الشعراوي علي (1988) شعور بالاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات العقلية والغير العقلية لدى الطالب الجامعي ، رسالة ماجستير ، جامعة القاهرة.
–محمد مرياني (2001) اللغة العربية و الانترنت ، المجلة العربية للعلوم ، العدد (34).
–محمد محمد عبد الهادي و عبد الفتاح رجب علي مطر(2005)إدمان الانترنت و علاقته بكل من الاكتئاب و المساندة الاجتماعية منشور مجلة كلية التربية ، العدد (4) ، القاهرة.

-محمد المومني ، حمد علي طربية (2012) الاغتراب النفسي و أثره في مسؤولية التحصيل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في التحليل الأسفل العدد (28) ، 2، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث .
-ناصر بن صالح العبيدي (2011) اثر برنامج إرشادي لخفض درجة الإدمان علي الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، رسالة ماجستير ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، طلبة الدراسات العليا قسم العلوم الاجتماعية ، المملكة العربية .

-نجم الدين على مردان(2006) ، الانترنت و الاتجاهات السلوكية للفتاة ورقة عمل مقدمة إلى المؤتمر السادس ، تنظمه أم المؤمنين في الفترة من 6-7 / 3/ 2006 إمارة عمان الإمارات العربية المتحدة.

-هبة بهي ربيع (2003) ، إدمان شبكة المعلومات و الاتصالات الدولية (الانترنت) في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة دراسات نفسية مج 13 العدد(4)، رابطة للاخصائين النفسانيين المصرية ، القاهرة .
-وسام عزت (2010)، إدمان الانترنت و بعض المشكلات النفسية الأكثر شيوعا لدى المراهقين من الجنسيين ، مجلة كلية التربية ، جامعة عين الشمس 812، العدد 34 .
-وفاء محمد فتحي(1996) ، الاغتراب و علاقته ببعض المتغيرات النفسية و الاجتماعية لدى عينة من النساء المسافر أزواجهن ، المؤتمر الدولي الثالث ، مركز الإرشاد ، جامعة عين الشمس ، الإرشاد النفسي في عالم متغير ، القاهرة .

https://www.tawgihnet.net/vb/t4812)

الملاحق

الفرضية العامة

Correlations

		الإدمانعلىالانترنيت	الاغترابالنفسي
الإدمان علىالانترنيت	Pearson Correlation	1	-.255-*
	Sig. (2-tailed)		.010
	N	100	100
الاغترابالنفسي	Pearson Correlation	-.255-*	1
	Sig. (2-tailed)	.010	
	N	100	100

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

الفرضية 2 :

Group Statistics

	مدةالاقامة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الإدمان علىالانترنيت	3 إلى 1من	60	52.0333	11.59627	1.49707
	5 إلى 4 من	40	52.7500	11.13495	1.76059

الفرضية3:

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 علىالانترنيت	Equal variances assumed	.242	.624	-.308-	98	.759	-.71667-	2.33006	-5.34060-	3.90726
	Equal variances not assumed			-.310-	86.050	.757	-.71667-	2.31104	-5.31082-	3.87749

الفرضية4:

Group Statistics

	مدةالاقامة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاغترابالنفسي	3 إلى 1من	60	76.0667	6.93766	.89565
	5 إلى 4 من	40	78.6500	7.95033	1.25706

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
الاغترابالنفسي	Equal variances assumed	.570	.452	-1.720-	98	.089	-2.58333-	1.50182	-5.56364-	.39697
	Equal variances not assumed			-1.674-	75.744	.098	-2.58333-	1.54350	-5.65764-	.49097

.عزيزتي الطالبة : تحية طيبة وبعد

في إطار إنجاز مذكرة ماستر في علوم التربية تخصص إرشاد وتوجيه نضع بين يديك استمارتين والمطلوب منك التفضل بقراءة العبارات الواردة فيهما جيدا و الإجابة عليها بكل صراحة وصدق حيث لا توجد هناك إجابة خاطئة وإجابة صحيحة . فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن وجهة نظرك علما أن إجابتك ستحظ بالسرية التامة ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي وكذا يرجى منك عدم ترك أي عبارة بدون إجابة

البيانات الشخصية :

1-المستوى الدراسي : .....

2-تخصصك الدراسي : .....

3-عدد سنوات المكوث في الحي الجامعي:

من 1 إلى 3 ☐ 4 إلى 5 ☐

شكرا لتعاونكم

استبيان الإدمان على الإنترنت

لـ (ليونغ)

هذا المقياس يحتوي على 20 سؤالا، الرجاء منك أختي الطالبة وضع علامة

(x) في الخانة المعبرة عن رأيك وتوافق وجهة نظرك من بين الخيارات المتاحة التالية (أبدا–نادرا–أحيانا–كثيرا–دائما) وتأكد بأنك قد أجبت عن كل سؤال واعلمي أن معلوماتك لا تستخدم إلا للغرض العلمي .

الرقم	السؤال	أبدا	نادرا	أحيانا	كثيرا	دائما
01	هل وجدت نفسك بقيت على الانترنت وقتا أطول مما كنت مخطط له؟					
02	هل أهملت إنجاز واجباتك المدرسية والمنزلية من أجل قضاء وقت أطول على الشبكة؟					
03	كم مرة فضلت الانترنت على الألفة والجلوس مع صديقك؟					
04	هل كونت علاقات من خلال الشبكة؟					
05	هل تذمر منك الآخرون بسبب الوقت الذي تستغرقه في استخدام الشبكة؟					
06	هل تأثرت نتائجك الدراسية بسبب الوقت الذي تستغرقه في الشبكة؟					
07	كم مرة تفحص بريدك الالكتروني قبل القيام بشئ أخر يجب عمله؟					
08	هل تأثر أداؤك في الدراسة بسبب الانترنت؟					

09	هل كنت كتوما عندما يسألك الغير عما تفعله في الانترنت؟					
10	كم من مرة أوقفت أفكار الواقع المزعجة واستبدلتها بأفكار الانترنت المهدئة؟					
11	هل وجدت نفسك تخشى أن الحياة بدون الانترنت ستكون كئيبة؟					
12	هل وجدت نفسك تتوقع متى سوف تستخدم الانترنت من جديد؟					
13	كم مرة ضيعت نومك بسبب الدخول في الشبكة في ساعات متأخرة من الليل؟					
14	هل تنفعل عندما يزعجك احدهم وأنت على شبكة الانترنت؟					
15	أتشعر أنك منشغل التفكير بالانترنت عندما تكون خارج الشبكة؟					
16	هل وجدت نفسك تقول فقط لبضع دقائق أخرى وأنت على الشبكة؟					
17	هل حاولت تخفيض من الوقت الذي تستغرقه في الشبكة لكن أخفقت؟					
18	كم من مرة حاولت إخفاء الوقت الذي تستغرقه في الشبكة لكن أخفقت؟					
19	كم من مرة فضلت استخدام شبكة الانترنت للمزيد من الوقت بدل الخروج مع الآخرين؟					
20	أتحس أنك محبط وقلق عندما ترتبط بها يزول هذا الإحساس؟					

استبان الاغتراب النفسي

لـ (زينب شقير)

نضع بين يديك مجموعة من العبارات ، المرجو منك أن تقرا كل عبارة وتفهمها جيدا فإذا رأيت أنها تتفق مع وجهة نظرك تماما ضع علامة (×)في خانة (موافق) وإذا لم تتأكد من الحكم علي العبارة ضع علامة (×) في خانة(غير متأكد)، أما إن كنت ترى أن ما ورد في العبارة لا يتفق مع وجهة نظرك إطلاقا ضع العلامة (×) في خانة (غير موافق) ، من فضلك لا تترك أي عبارة بدون الإجابة عليها معلوماتك لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي شكرا لتعاونك .

الرقم	العبـــــــــارات	موافق	غير موافق	غير متأكد
1	تبدو لي الحياة ليست ذات قيمة			
2	لا يوجد لدي هدف محدد لأحققه في حياتي			
3	أرى أن الحياة تكون أكثر متعة مع الأصدقاء و الزملاء			
4	النجاح والتفوق ليس معيارا لنجاحي في الحياة			
5	أقتنع برأي الشخصي فقط و أكتفي به			
6	في بعض الأحيان يبدو لي المستقبل غامضا كثيرا			
7	أشعر أن وجودي ليس له قيمة كبيرة بين زملائي في المدرسة			
8	أتجنب أحيانا الاختلاط مع زملائي في المدرسة وخارجها			
9	أشعر أحيانا بعدم الرغبة في تكوين صداقات بشدة			
10	أنا عاجز عن اتخاذ قرارات في موقف صعب			
11	أتجنب التعامل مع أسرتي و أصدقائي والمقربين			
12	أنا متأكد بأني قد أستطيع تحقيق النجاح في دراستي			
13	يعتمد النجاح والتفوق الدراسي كثيرا على الصدفة			
14	حياتي الدراسية لم تشبع حاجاتي ورغباتي			
15	أعتقد أنني أفهم نفسي جيدا و أعرف تماما ما أريد تحقيقه			
16	أشعر أن حياتي لم تبنى على هدف محدد			
17	العمل الذي أنجزه ليس له معنى وقيمة			
18	أحيانا أشعر بالفراغ والملل في حياتي			
19	في كثير من الأحيان أفضل العيش بلا هدف			
20	غالبا ما أعارض زملائي في آرائهم			
21	أشعر أنني متشائم دائما قبل انجاز أي عمل			
22	يغلب علي طابع التشاؤم في حياتي دون سبب محدد			
23	أشك في مشاعر المحبة الحقيقية بيني وبين أهلي وحتى أصدقائي			
24	بالنسبة للعلم و الثقافة ليس كل شيء في الحياة			
25	أتجنب أخبار الوالدين عن أمور حياتي الخاصة			
26	افتقار للشعور بالتواجد مع أفراد أسرتي رغم أني أعيش معهم			

27	أفضل العيش في هذه الحياة بعيدا عن كل الناس منعا لحدوث مشاكل			
28	في الغالب لا أبادر الحديث مع الآخرين إلا إذا حاوروني			
29	يغلب علي طابع الشعور بعدم القدرة على الالتزام بواجباتي تجاه نفسي والآخرين			
30	لا يمكنني أن أعبر عن رأيي أمام الأساتذة لأنه يخالفهم			
31	صدق المثل القائل أن أصحاب العقول في راحة			
32	أشعر في الغالب بالحزن عندما أعجز عن معالجة بعض المواقف بنفسي			
33	أشعر بالعجز عن تحقيق ما أريده			
34	التقيد بالمنهج الدراسي دون منحنا الحرية في اختيار موضوعاته يبعدنا عن مجتمعنا			
35	أعتقد أنه يجب مخالفة العادات و الأعراف الاجتماعية لأنها من صالح الفرد			
36	ألجأ لاستخدام العنف كوسيلة لأهجم على من يخالف رأيي			
37	ليس هناك من يهتم بما أنجزه			
38	أشعر أنه لا يوجد جديد في حياتي			
39	أشعر بالضيق و الكآبة دون معرفة سبب ذلك			
40	أشعر بأني غير راضي عن علاقتي بوالدي و إخوتي			
41	لا أحب الاعتماد على تفكيري الخاص لأنه مشوش			
42	معظم الأحيان أجد صعوبة في تقديم النصح للآخرين			