

## الادمان على الانترنت وعلاقته بالانفصال الانفعالي لدى طلبة الجامعة

أ.م.د. وحيدة حسين علي

كلية التربية الجامعة المستنصرية

أ.م.د. خديجة حسين سلمان

كلية التربية الجامعة المستنصرية

### الملخص:

اصبحت التطورات التكنولوجية سمة من سمات العصر الحاضر، وتعد شبكة الانترنت واحدة من ابرز تلك التطورات التكنولوجية الحديثة التي منحت المجتمع الانساني مجموعة من الفوائد التي لا نستطيع نكرانها، ولكن في الوقت نفسه كان لها الكثير من الآثار السلبية والتي لعل من ابرزها الادمان على الانترنت وما ارتبط بها ونتج عنها من آثار نفسية واجتماعية واقتصادية وصحية(مقداي وسمور، ٢٠٠٨، ص١٥) وأشار سميث وفليتشر إلى أن شبكة الانترنت عندما تصل إلى كل بيت ومكان، فقط حينها سنكتشف تأثيراتها الحقيقية (SMITH & FLETCHER, 2001. P.2) ولعل من أهم الآثار السلبية للإدمان على الانترنت انفصال الشخص المدمن عن واقعه وضعف اتزانه الانفعالي، إذ إن الاتزان الانفعالي يحدث متى ما كانت العناصر الايجابية للشخص هي المسيطرة. حيث ان هناك متطلبات بيئية جديدة تغرس عناصر، ومكونات انفعالية سلبية، وايجابية خلال مراحل نمو الشخصية، وتطورها، وهذه العناصر السلبية، والايجابية مندمجة كلها إلى حد ما في الشخص الموجود. لكن إذا تم حل الصراع بصورة مرضية نجد العنصر الايجابي ينعكس على الشخص بدرجة عالية. أما إذا استمر الصراع بدون حل بالطريقة المناسبة، فسند العنصر السلبي هو المسيطر على الشخصية (انجلر، ١٩٩١، ص١٨٨).

لذا فقد هدف البحث الحالي التعرف على درجة الادمان على الانترنت لدى طلبة الجامعة وعلاقته بإتزانهم الانفعالي. ولتحقيق هذا الهدف فقد قامت الباحثتان بتبني مقياس (حسن ٢٠١٣) والذي تم بناؤه على وفق نظرية يونك لقياس الادمان على الانترنت والمؤلف بصيغته النهائية من (٣٥) فقرة كما قامت بتبني مقياس (الجميل، ٢٠٠٥) الذي اعده باعتماد نظرية (اريك اريكسون) والمؤلف بصيغته النهائية من (٤٨) فقرة. وبعد استخراج الخصائص السايكومترية للمقياسين من صدق وثبات

تم تطبيقهما على عينة من طلبة كلية التربية / الجامعة المستنصرية وللدراسة الصباحية ولكلا الجنسين وللتخصصين العلمي والانساني للسنة الدراسية ٢٠١٨-٢٠١٩.

وقد أظهرت النتائج ان طلبة الجامعة يعانون من الادمان على الانترنت وان هناك فروقا ذات دلالة احصائية بالإدمان على الانترنت على وفق متغيري الجنس والتخصص ولصالح الذكور والتخصص الإنساني، كما اظهرت ان هناك علاقة عكسية قوية بين الادمان على الانترنت والاتزان الانفعالي. واستكمالا للبحث قدمت الباحثتان عددا من التوصيات والمقترحات.

## الفصل الأول

### أولاً : مشكلة البحث Problem of the research

لقد أشار كل من عبد المنعم وعبد الرزاق (٢٠٠٤) إلى أنّ البدء باستعمال شبكات الإنترنت في العالم كان في التسعينيات، وأصبحت مصدراً من مصادر الحصول على المعلومات في وقت قياسي، وازداد عدد مستعملي هذه الخدمة إلى أكثر من (٣٠٠) مليون، وفي عام ٢٠٠٠ وصل عدد المستعملين إلى حوالي (٤٦٠) مليون ، وفي عام ٢٠٠٦ توقع أن يبلغ عدد المستعملين أكثر من مليار في السنوات القادمة، ويضيف السمالوطي (٢٠٠٤) إلى أن عدد سكان العالم العربي أكثر من (٣٠٠) مليون نسمة، بما يمثل نسبة ٥% من سكان العالم ، غير أن نسبة مستعملي الإنترنت في الدول العربية أقل من المعدل العالمي بما يقرب من ١١,٥% مرة ( عبد الهادي وآخرون ، ٢٠٠٥ ، ص٢)، وفي مسح أجري عام ٢٠٠٩ أظهر بأن ما يقارب ربع سكان العالم يستعملون الإنترنت (Iqbal & Javed, 2010, p. 1).

ومع انتشار استعمال الإنترنت، أجريت العديد من الدراسات التي تناولت ظاهرة إدمان الإنترنت لبحث آثاره الإيجابية والسلبية ( يونج ، ١٩٩٨ ، ص١٠٧)، ففي دراسة مسحية لعالمة النفس الأمريكية "كيمبرلي يونج" (Kimberly S. Young, ١٩٩٦) أشارت إلى أن من بين المشكلات الناجمة عن سوء استعمال الإنترنت هو الإدمان على استعماله، وإن أعراضه تشترك إلى حد ما مع أعراض المقامرة المرضية Gambling Pathological التي تضمّنّها الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية

والعقلية - الطبعة الرابعة (DSM-IV) Manual of Mental Diagnostic and Statistical Disorders-IV) الصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي، كما أظهرت النتائج أن ٦% من مستعملي الإنترنت في العالم في عداد المدمنين (يونس ، ١٩٩٨ ، ص١٠٧ )، وفي عام ١٩٩٦ أجريت دراسة أخرى على عينة مكونة من (٤٩٦) فرداً من المستعملين الشرهين للإنترنت، وقد وجدت بأن ٨٠% منهم صنفوا مدمنو إنترنت، وفي العام نفسه قدّمت ورقة بحثية كانت الأولى من نوعها وذلك بعنوان (الإدمان على الإنترنت، ظهور اضطراب إكلينيكي جديد) (Young ، ١٩٩٦ ، p.١) وفي كوريا الجنوبية وهي إحدى أكثر البلدان استعمالاً لشبكة الإنترنت في العالم أصبحت مشكلة إدمان الإنترنت أكثر شيوعاً في المجتمع ، وعدد مستعملي الإنترنت يتزايد باضطراد فقد ذكرت وزارة الإعلام والاتصال الكورية في عام ٢٠٠٤ بلغت نسبتهم إلى ما يقارب ٧٥% من سكانها يستعملون الإنترنت (Kim ، ٢٠٠٨ ، p.١) ، أما في الصين فقد صدرت مؤخراً دراسة أكدت أن ١٣% من مستعملي الإنترنت أي ٣,٢ ملايين من مدمني الإنترنت، وهو ما جعل الصين تُقيم مركزاً متخصصاً لعلاج إدمان الأطفال للإنترنت، وقد حقق هذا المركز نسبة نجاح بلغت ٧٠% في القضاء على الإدمان (ميمونة ، ٢٠٠٩ ، بلا ).

لهذا فقد أضحت ظاهرة إدمان الإنترنت ظاهرة اجتماعية كبيرة تتزايد مع تزايد شعبية الإنترنت، وأشار علماء النفس البريطانيون إلى أن هناك شخصاً واحداً من بين ٢٠٠ شخص من مستعملي شبكة الإنترنت تظهر عليه أعراض الإدمان، بل أن هناك أفراداً يقضون ٣٨ ساعة أو أكثر في الاسبوع على شبكة الإنترنت دون عمل، فمن الممكن أن يُضحي بعضهم بالعمل وبالمدرسة والعلاقات الأسرية وبالمال، والوقوع في دائرة إدمان الإنترنت (Huang.et al ، ٢٠٠٧ ، p.٥)، ويُعد طلبة الجامعة هم الأكثر تعرّضاً لإدمان الإنترنت (Hardy ، ٢٠٠٤ ، p.٥٧٣)، ففي تاوان ٦% من طلبة الجامعات هم مدمني إنترنت (Chung & Li ، ٢٠٠٦ ، p.١٠٦٩)، وثمة عوامل عديدة تُكمن وراء تزايد احتمال تعرّض الطلبة لمشكلات الاعتماد على الإنترنت أو فرط إستعماله (Kandell ، ١٩٩٨ ، p.١١)، وبهذا فأن إدمان الإنترنت (Addiction Internet) كما اطلق عليه الطبيب النفسي الأمريكي إيفان جولدبيرغ (Ivan Goldberg) هي ظاهرة حديثة لا مجال لتجاهلها من الدارسين

والباحثين) مقدادي وسمور ، ٢٠٠٨، ص١٥). خصوصاً وانها قد ترتبط بمتغيرات هامة كالتوافق النفسي والاجتماعي والاتزان الانفعالي والصحة النفسية إذ يحذر كثير من علماء النفس ومن بينهم "شيري تيركل" Sherry Turkle من أن شبكة الإنترنت ستقود حتماً إلى تحطيم معاني المجتمع والتكامل الاجتماعي، ولا سيما بعد أن أصبح الكثير من الآباء اليوم قلقين من مجرد الإحساس بأن شبكة الإنترنت ستعرض أبنائهم لكافة أشكال الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة النفسية وأيضاً العزلة الاجتماعية(عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٥، ص ٤).

كما وأشارت نتائج العديد من الدراسات العربية ومنها دراسة الكندري والقشعان ٢٠٠١ إلى أن أبرز المشكلات المرتبطة باستعمال الإنترنت لدى طلبة جامعة الكويت هي قضاء وقت طويل على شبكة الإنترنت وأنه أدى إلى انخفاض مستوى التفاعل الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة ( مقدادي وسمور، ٢٠٠٨، ص١٨).

ما على المستوى المحلي، فلم يكن الإنترنت متداولاً في العراق، أو حتى معروفاً، إلا على نطاق محدود جداً قبل ٩ نيسان ٢٠٠٣، لذا ترى الباحثتان أن هذه الظاهرة رغم حداثة النسبية في مجتمعنا الا انها قد انتشرت انتشاراً كبيراً بعد انطلاق سلسلة مقاهي الإنترنت والشبكات في المنازل، إذ أن الأفراد أصبحوا يقضون وقتاً طويلاً في التعامل مع الإنترنت بطريقة لافتة تستحق كل الاهتمام. مما تقدم ترى الباحثتان ان هناك ندرة بالبحوث المحلية التي تناولت هذا المتغير لذا جاء هذا البحث كمحاولة للكشف عن ظاهرة الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالاتزان الانفعالي لديهم.

**ثانياً : أهمية البحث research Importance of the**

يعيش الشباب في مجتمعاتنا النامية انفتاحاً معرفياً متنامياً وثورة تكنولوجية عارمة، وإزاء هذا التسارع المعرفي الهائل والنقلة الحضارية المعلوماتية والانفتاح اللامحدود على العالم بثقافته وعاداته وتقاليده أصبح من العسير على مجتمعات محافظة كمجتمعاتنا ضبط مدخلات ومخرجات جيل من الشباب تربي على غياب الرقابة التي كانت أكثر قابلية للتطبيق قبل هذا العصر، فجيل الأمل كان يستمد سلوكه من إرث اجتماعي وديني وأخلاقي مرتبط بحدود المجتمع الذي يعيش فيه، أما اليوم فلم يعد هنالك حدود ولا قيود، وما علينا إلا أن نعترف نحن أمام تحدٍ علينا مواجهته شئنا أم أبينا ( قديسات، ٢٠٠٧، ص٥)، غير أن الجدل ما زال قائماً حول مخاطر انتشار مظهر من مظاهر العولمة التي تباينت الآراء بين رفضها وقبولها، أو مواكبتها. وكما نشط الصراع بين أنصار التلفاز وخصومه في خمسينيات القرن الماضي، ما يزال هذا الجدل محتتماً بشأن فوائد استعمال شبكة الإنترنت وعيوبها منذ ظهورها إلى يومنا هذا (عبود، ٢٠٠٧، ص١٥٤).

وقد ذكر "هونج وأليس" Alessi & Huang أن شبكة الإنترنت تُعد إحدى أهم الوسائل التي يمكن أن تؤثر في حياة الناس اليومية، ولقد أصبحت شبكة الإنترنت عبارة عن كتلة من المعلومات تنمو، بحيث أصبحت مصدر قوة لحياة كثير من الأفراد حول العالم. وقد تنوّعت استعمالات الإنترنت لدرجة أنها وصلت مختلف مظاهر حياتنا الاجتماعية والاقتصادية والتربوية. وإن الطلبة جزء من هذا المجتمع الكبير، قد عملوا على الاستفادة من هذا الاختراع ( Alessi & Huang ، ١٩٩٦)، وهذا التوافر والإتاحة تفتح الباب للدخول على شبكة الإنترنت من أي مكان يحتاج فيه الفرد لخدمات الإنترنت، فالإنترنت مثله مثل أي هواية يبدأ مستخدميه في قضاء وقت كبير عليه، الأمر الذي قد يؤدي إلى إدمانه (Grohol ، ١٩٩٩ ، ٣.٠p). وترى الباحثتان أنه بالرغم من النقلة النوعية التي أحدثتها ثورة الاتصالات في العالم إلا أن دخول شبكة الإنترنت كان له تأثيرات عديدة على المستوى النفسي والاجتماعي والعلمي والصحي، إذ أكدت نتائج كثير من الدراسات على أن الإفراط في استعمال الإنترنت وإدمانه لدى طلبة الجامعة وطلبة المرحلة الثانوية المؤهلين لقيادة المجتمع وبناءه يجعلهم أكثر شعوراً بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية وأكثر اكتئاباً، ونقصاً في الدافعية، وانخفاضاً

في تقدير الذات، مما يترتب عليه انخفاض في مستوى التحصيل العلمي، ومن هذه الدراسات : دراسة كيمبرلي يونج (Young ، ١٩٩٦ ) " إدمان على الإنترنت "، إذ توصلت الدراسة إلى أن إدمان الإنترنت يرتبط بكثير من الآثار السلبية كالانسحاب والتفوق حول الذات، وقطع اتصاله بمجمعه وحتى أسرته، مع جفاف المشاعر، والكذب على الأهل كما يؤدي إلى الاغتراب والعزلة والانسحاب من البيئة الاجتماعية وبيّنت الدراسة بأن طلبة الجامعة هم الأكثر تأثراً وتعلّقاً بالإنترنت، مما يؤثر في مستواهم الدراسي وتغيّهم عن الدراسة، كما تناولت العديد من الدراسات الأجنبية والعربية العلاقة بين مفهوم إدمان الإنترنت والعديد من المتغيرات النفسية ومنها: علاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي وبالانكسار والمساندة الاجتماعية وبالوحدة النفسية وعلاقته ببعض العوامل الشخصية وآثاره النفسية والاجتماعية وغيرها، كدراسة ساندرز وآخرون (Sanders ، et al ، ٢٠٠٠) إلى أن الاستعمال المفرط للإنترنت يرتبط إيجابياً مع العزلة الاجتماعية وإن الطلبة الذين يستعملون الإنترنت بشكل منخفض كانت لديهم علاقات أفضل مع والديهم وأقرانهم (عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٥، ص٤). وأوضحت دراسة كراوت وآخرون (Kraut ، et al ، ٢٠٠٤) حول " استعمال الإنترنت وعلاقته بالحياة الاجتماعية والنفسية" إذ أشارت نتائجها إلى انحسار الدعم الاجتماعي والشعور بالسعادة بين مستعملي الإنترنت، وكذلك يزداد شعورهم بالإحباط والابتعاد عن الأنشطة الاجتماعية المحيطة بهم (Kraut ، et al ، ٢٠٠٤، p.١٧). أما الدراسات العربية ومنها دراسة (عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٥) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت وكل من الانكسار والمساندة الاجتماعية لدى طلبة كليتي الآداب والتربية في جامعتي المنصورة والأزهر، فقد اشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المفهومين، كما توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلبة وفقاً لمتغير النوع لمصلحة الإناث (عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٥، ص٧٨)، كما أظهرت دراسة مقدادي وسمور ٢٠٠٨ إلى أن نسبة مدمني الإنترنت كانت ١٣,٣% من أفراد عينة مرتادي مقاهي الإنترنت في عمان وإربد (مقدادي وسمور، ٢٠٠٨، ص١٥)، وفي دراسة (عبد المجيد، ٢٠٠٨) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت وتنظيم الذات وحب الإستطلاع لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الفيوم في مصر، أسفرت النتائج عن وجود علاقة دالة بين المتغيرين وإن هناك فروقاً

ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير النوع ، وكشفت الدراسة إلى أن نسبة مدمني الإنترنت وصلت إلى ٤٩% من أفراد العينة (عبد المجيد، ٢٠٠٨، ص٣)، كما أظهرت دراسة العصيمي ٢٠١٠ إلى أن نسبة مدمني الإنترنت بلغت ٢٦.٥٧ % من أفراد عينة طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض(العصيمي، ٢٠١٠، ص١٢٩). وعلى الرغم من الجهود التي بذلتها الباحثتان في التعرف على المتغيرات النفسية التي لها علاقة بالإدمان على الإنترنت، إلا أنهما لم تجدا أية دراسة تناولت إدمان الإنترنت وعلاقته بالانحياز الانفعالي، والذي يعد ضرورياً من أجل التكامل النفسي، فهو يساعد الطالب على تأدية وظائفه العقلية بنظام، وتنسيق، كما إنه يمهّد لجعل العقل يستطيع السيطرة على النزوات، وكبح جماح النفس، والحد من شططها، وهذا ما يجعل الطالب ميالاً إلى العمل والتفكير النشط، وأكثر قبولاً من قبل الجماعة، وأكثر نجاحاً في التأثير فيهم، ويزيد من قدرته على إقامة علاقات موفقة. أما فقدان الانحياز الانفعالي، فيجعل الطالب يخرج عن حدوده، ويشل تفكيره، ما يؤدي إلى هبوط مستوى ذكائه، ويعطل ارادته. (المليجي، ١٩٧٢، ص١٥٨). كما ويعيق فقدان الانحياز الانفعالي التفاعل والاتصال الاجتماعي السليم مع الآخرين، ويؤثر في صحة الفرد النفسية وهذا يعني تبديد طاقاته، واهدارها ولا يعود عليه، ولا على مجتمعه إلا بالضرر. حتى لا تبقى للنفس البشرية طاقة تساعد على تأدية وظائفها بكفاءة عالية. (الجميلي، ٢٠٠٥، ص١).

وفي دراسة لـ آيتنباك Ittenbach, 1990 هدفت إلى الكشف عن الانحياز الانفعالي لعينة من الطلبة تألفت من (٣٤٨) طالباً وطالبة في الجامعة، وتعرف العلاقة بين الانحياز الانفعالي، وحل المشكلات. أظهرت ان هناك فروقا ذات دلالة إحصائية في أسلوب حل المشكلات لصالح الطلبة المتزنين انفعالياً. (Ittenbach,1990,p.36).

يرى (سايموندس)، إن الانحياز الانفعالي يشير إلى القدرة على التعامل بنجاح مع البيئة، والقدرة على أن يعيش الفرد على وفق قرارات محددة، أو خطط موضوعية، والقدرة على ضبط الانفعال، وجعل معيار الانحياز الانفعالي، هو القدرة على تحمل التهديدات الخارجية. أي قدرة الفرد على تحمل الفشل، والاحباطات الموجودة في البيئة، فضلاً عن ذلك قيامه بوظائفه بكفاءة وفاعلية (عبدالعزیز وآخرون، ١٩٨٧، ص٧٤). إن صاحب الانحياز الانفعالي يتصف بمواصفات منها . التحرر من الأعراض

المرضية، والقدرة على تحقيق درجة طيبة من التكيف مع الوسط الذي يعيش فيه، ويحسن استعمال مهاراته، وقدراته إلى أقصى حد ممكن، ويتصف بدرجة عالية من التحكم في الذات، ويستطيع مواجهة الضغوط سواء اكانت داخلية أم خارجية. (كفاي، ١٩٨٠، ص ٤٢) إن الهدف التربوي اصبح ليس فقط اكساب الطالب كمأ من المعلومات. بل العناية بشخصيته ككل في جوانبها العقلية والنفسية. كي تجعل منه إنساناً واثقاً من قدراته وإمكاناته ومدركاً ما له وما عليه، وما يجب ان يفعله من فعل مؤثر وذو معنى. وتأثير الانفعالات كبيراً على عملية التعلم التي ارتبطت بشخصية الطالب بوصفه المحور الذي تدور حوله العملية التربوية التي تسعى من خلال وسائلها التربوية إلى بناء شخصيته على وفق أسس علمية وصحية. (المسعودي، ٢٠٠٢، ص ٣)

لذا ترجع أهمية هذا البحث إلى أنه يُعد من البحوث المهمة على المستوى النفسي والاجتماعي والتربوي للمراهقين والشباب ولا سيما طلبة الجامعة ويحاول تسليط الضوء على مدى تأثير إدمان الإنترنت الذي تزايد وبشكل ملحوظ في الآونة الأخيرة على الصعيد العالمي والإقليمي على الصحة النفسية للمراهقين وللشباب إذ بدأت السليبيات في الزحف تدريجياً مع الزيادة المطردة في استعمال الإنترنت، والمتمثلة في نوع جديد من الإدمان ليس بالاستنشاق أو بالابتلاع أو بالحقن بل أخطر من ذلك كله وهو إدمان الإنترنت (أرنوط، ٢٠٠٧، ص ٣). وبهذا يكتسب متغير البحث الحالي أهميته بوصفه ظاهرة عالمية، وإقليمية عامة، ومحلية خاصة، والتي يمكن إيجازها بما يأتي:

- هناك ندرة واضحة في مجال دراسات استعمال الإنترنت على الصعيد المحلي، وذلك - في حدود علم الباحثان - مع كثرتها في الدول المتقدمة وبعض الدول العربية، مما شجعهما للقيام بهذا البحث عله يكون إضافة نوعية في هذا المجال بشكل خاص ولخدمة المجتمع بشكل عام، إذ نحن بحاجة ماسة اليوم لمثل هكذا موضوعات.

- أهمية الطلبة الجامعيين تلك الشريحة الاجتماعية بين شرائح المجتمع الذين يُعدون بُناة المستقبل والتي إن صلحت صلح المجتمع والمستقبل.

- كما تبدو هذه الأهمية في محاولة لتسليط الضوء على متغيرين مهمين للكشف عن تأثير إدمان الإنترنت في الاتزان الانفعالي لدى الطالب الجامعي .



### ثالثاً - أهداف البحث Research Aims : يهدف البحث الحالي التعرف على:

١. درجة الادمان على الانترنت لدى طلبة الجامعة
٢. تعرّف الفروق في إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري:
  - أ. النوع : ( ذكور ، إناث ) .
  - ب. التخصص الدراسي : ( علمي ، إنساني )
٣. قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة.
٤. الفروق في الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري.
  - أ. الجنس (إناث- ذكور).
  - ب. التخصص الدراسي (علوم - علوم انسانية).
٥. العلاقة بين الادمان على الانترنت، والاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة.

### رابعاً - حدود البحث Research Limitations:

يتحدد هذا البحث بطلبة كلية التربية في طلبة الجامعة المستنصرية (إناث - ذكور)، ومن كلا التخصصين (علمي- انساني) في الدراسات الأولية الصباحية. للعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩) م .

### خامساً - تحديد المصطلحات Terms Definition:

أولاً: إدمان الإنترنت (Addiction Internet) عرّفه كل من :

- يونج (Young ، ١٩٩٨ ) "إدمان الإنترنت" بأنه : " اضطراب فقد السيطرة على الاندفاع (Impulse Control Disorder) في الاستعمال المفرط لشبكة الإنترنت والذي لا يتضمن السكر أو فقد الوعي، ويتميز بأعراض إنسحابية ومشكلات نفسية وأكاديمية ومهنية واجتماعية " (Koc ، ٢٠١١ ، ١.٠p).

- أورزاك (Orzack ، ١٩٩٨ ) بأنه : " ذلك المصطلح الذي يصف هؤلاء الذين يقضون في متابعة الإنترنت وقتاً طويلاً جداً ، ويصبحون معزولين عن أصدقائهم وأسرهم ، ولا يبالون بأعمالهم وواجباتهم ، وأخيراً يغيرون إدراكهم عن العالم ومن حولهم " ( جاد والسواح ، ٢٠٠٣ ، ص٥).

- فري (Frey ، ١٩٩٩ ) بأنه : " اعتماد الشخص على سلوك لا يمكنه التوقف عنه "

- أما شابيرا وجولد سمث وكجر فيرون ( Kjer & Goldsmith ، Shapira ، ١٩٩٩ ) فعزفوه بأنه " عدم قدرة الفرد على السيطرة على استعماله للإنترنت ، مما يتسبب في ضعف وظيفي ومؤشرات للاضطرابات النفسية " (حسن، ٢٠١٣، ص١٤).
- وارد (Ward ، ٢٠٠٠) بأنه: " سلوك مرتبط باستعمال الإنترنت مثل الإفراط في الوقت المنقضي على الإنترنت ، أو استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية إلى علاقات سطحية افتراضية، والتي غالباً ما تخبر بأنها شخصية، وهي حس افتقاد الوقت، وتشكيل أنماط متكررة تزيد من مخاطر المشكلات الاجتماعية والشخصية " (العصيمي، ٢٠١٠، ص١٤).
- بيرد و ولف (Wolfe & Beard ، ٢٠٠١ ) بأنه : " حالة انعدام السيطرة والاستعمال المدمر لهذه الوسيلة التقنية، وتشابه الأعراض المرضية المصاحبة له بالأعراض المرضية المصاحبة للمقامرة المرضية" (حسن، ٢٠١٣، ص١٥)
- كاندل (Kandell ، ٢٠٠٢) بأنه : " الاعتماد النفسي على الإنترنت، ويتميز بزيادة استثمار المصادر في الأنشطة المرتبطة بالإنترنت والمشاعر غير السارة كالقلق والاكتئاب والإحساس بالفراغ عندما يكون بعيداً عن الإنترنت وزيادة التحمل للتأثيرات عندما يكون الإنترنت، والإنكار للسلوكيات التي تتطوي على مشكلاته " (Kandell ، ٢٠٠٢ ، p.١٧).
- أبو جدي ٢٠٠٤، بأنه : " سلوكيات مرضية ، وأفكاراً غير تكيفية ، حيث تتضمن هذه السلوكيات المرضية المشكلات المدرسية أو مشكلات في العمل، وإهمال الأصدقاء والأسرة فضلاً عن إهمال المسؤوليات الشخصية ، ووجود أعراض الانسحاب عند قطع استعمال الإنترنت، مثل: سرعة الغضب، والبقاء مع الإنترنت وقتاً طويلاً، والكذب أو إخفاء الوقت الحقيقي الذي يقضيه الفرد على الإنترنت " (العمرى ، ٢٠٠٨، ص٣٩).
- فيما عدّ غريفيثس ( Griffiths ، ٢٠٠٦ ) إدمان الانترنت جزءاً من الإدمان التكنولوجي، والذي عزّفه على أنه: " الإدمان السلوكي ( غير الكيميائي) الذي ينطوي على تفاعل الإنسان والآلة، ويمكن أن يكون سلبياً كالتلفاز، أو متبادلاً كالألعاب الحاسوب، وعادة ما يحتوي على مزيّات محفزة وتعزيزية للإدمان". (حسن، ٢٠١٣، ص١٥).

التعريف النظري: بما ان الباحثان قد تبنتا مقياس (حسن ٢٠١٣) والتي بدورها قد اعتمدت تعريف "كيمبرلي يونج" Young .S Kimberly تعريفاً نظرياً لاعتمادها نظريتها. لذا فان الباحثان تعتمدان نفس التعريف كتعريف نظري للبحث والذي يقاس إجرائياً بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال استجابته على مقياس إيمان الإنترنت الذي تم اعتماده في هذا البحث.

ثانياً . الاتزان الانفعالي Emotional Stability عرفه كل من:

- جيلفورد Guilford, 1959: بأنه يتمثل بالشخص الذي تكون لديه رؤية موضوعية لذاته، ويشعر بالراحة في المواقف المختلفة. كما يكون خالياً من الرؤية المتطرفة التي تسبب الحساسية الانفعالية الزائدة لملاحظة الآخرين (Guilford, 1959, p. 98).

- كاتل Cattle, 1961: بأنه قوة الأنا لدى الشخص، والقطب الموجب منه متزناً انفعالياً، أما ضعف الأنا، فتعني العصابية والانفعال. أي الاستعداد للإصابة بالمرض النفسي، ويكون الشخص أكثر عرضة للاضطرابات النفسية من الآخرين إذا ما تعرض لعوامل ضاغطة (cattle, 1961, p.33).

- الجميلي، ٢٠٠٥ الذي اعده باعتماده نظرية (اريك اريكسون) وقد عرّفه بأنه: قدرة الفرد على ضبط انفعالاته، ومشاعره، ودوافعه، والتحكم بها، وقدرته على تناول الأمور بصبر وتعقل، ومواجهة الحياة بحيوية، ونشاط، وحسن تصرف من خلال اعتماده على نفسه، وثقاً بها، ومتفائلاً، ومطمئناً في نظريته للمستقبل ، ومتوافقاً مع الآخرين (الجميلي، ٢٠٠٥، ص ١٨).

التعريف النظري: بما ان الباحثان قد تبنتا مقياس (الجميلي ٢٠٠٥) فانهما يعتمدان تعريفه كتعريف نظري لهذا البحث والذي يقاس إجرائياً بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس الاتزان الانفعالي المتبنى في هذا البحث.

## الفصل الثاني (الاطار النظري)

أولاً : إدمان الإنترنت Internet Addiction

مصطلح إضطراب " إدمان الإنترنت " من المصطلحات المعاصرة والمستحدثة، إذ يُذكر أن أول من وضع مصطلح " إدمان الإنترنت " Internet Addiction هو عالمة النفس الأمريكية "كيمبرلي يونج" Kimberly S. Young ، التي تُعد من أولى طبيبات علم النفس الذين عكفوا على دراسة هذه الظاهرة في الولايات المتحدة منذ عام ١٩٩٤. وكانت "يونغ" قد قامت في التسعينيات بأول دراسة موثقة عن إدمان الإنترنت عام ١٩٩٦، شملت حوالي (٥٠٠) شخص ممن يستعملون الإنترنت استعمالاً مكثفاً ، تركّزت على سلوكهم في أثناء تصفحهم شبكة الإنترنت ، وقد قُوّرت بالمعايير الإكلينيكية (السريية) التي تُستعمل في تصنيف الإصابة بالمقامرة المرضية Pathological Gambling، وهي أحد إضطرابات السيطرة على الدافع التي تمّ تحديدها في الدليل التشخيصي الرابع للإضطرابات النفسية والعقلية. إذ أجاب المشاركون بـ ( نعم ) على الذي وجه لهم وهو : عندما تتوقف عن استعمال الإنترنت، هل تعاني من أعراض الانقطاع كالاكتئاب والقلق وسوء المزاج ؟ وقد جاء في نتائج هذه الدراسة أن المشمولين في الدراسة قضوا على الأقل ٣٨ ساعة أسبوعياً على الإنترنت ؛ مقارنة بحوالي خمس ساعات فقط أسبوعياً لغير المدمنين، حيث كان لهذا الاستعمال المكثف تأثير سلبي على إنتاجية المستعمل العملية والدراسية،

كما كان له تأثير سلبي على حياتهم الاجتماعية ، واستنتجت أن استعمال خدمات شبكة الإنترنت، يمكن بما لا يدع الشك، من أن تؤدي إلى تعطيل الحياة العلمية والاجتماعية والوظيفية والاقتصادية للفرد بنفس النتيجة التي تؤدي إليها أنواع أخرى من الإدمان مثل المقامرة المرضية واختلالات التغذية وتعاطي المخدرات، كما أشارت الدراسة أن من يمكن وصفهم بمدمني الإنترنت، لم يتصفحوا في شبكة الإنترنت من أجل الحصول على معلومات مفيدة لهم في أعمالهم أو دراساتهم، وإنما من أجل الاتصال مع الآخرين والدردشة معهم عبر الإنترنت (حسن، ٢٠١٣، ص ٢١).

وقد اهتمت "يونغ" بظاهرة إدمان الإنترنت وأصدرت كتابين عن هذه الظاهرة هما: ( الوقوع في قبضة الإنترنت ) Caught in the Net و(التورط في الشبكة) Tangled in the Web (يونغ،

١٩٩٨ ، ص ١٠٧). كما قامت عام ١٩٩٩ بتأسيس وإدارة " مركز الإدمان على الإنترنت " Center for Online Addiction لبحث هذه الظاهرة وعلاجها (حسن، ٢٠١٣، ص ٢٢) .

النظريات التي فسرت إدمان الإنترنت

اختلف علماء النفس في تعريف إدمان الإنترنت ، فبعضهم من عده إدماناً مثل بقية أنواع الإدمان الأخرى كالمخدرات والكحول، وبعضهم الآخر عده على أنه إدمان سلوكي وليس مادي كما ركزوا على أنواع العلامات والأعراض، فضلاً عن دوافع الإدمان على الإنترنت. كما إن هناك العديد من المفاهيم المرتبطة بمفهوم إدمان الإنترنت والتي كان لها اهتمام كبير من نخبة كبيرة من العلماء في مجال علم النفس إلا أن مفهوم تفسير إدمان الإنترنت، يُعد من المفاهيم الحديثة والتي حظيت باهتمام واسع على الصعيد النظري والتطبيقي. إذ ترى النظرية العقلانية الانفعالية السلوكية إن العمليات المعرفية، والانفعالية، والسلوكية مترابطة ومتفاعلة ومتداخلة لذا فإنها متماثلة في جميع أشكال الإدمان وضروبه فهي ترى أن أسباب الإدمان متشابهة لتحمل في طياتها القشة التي قصمت ظهر البعير، ويمكن للمعالجين الأخذ بها عند تأهيل المدمن للانخراط في الحياة الاجتماعية والمهنية، متوهماً أن الإدمان يساعده مدة مؤقتة على الهروب من التوتر إلا أن له تأثيرات سلبية متعددة ، إذ يعزز الإدمان للمدمن شعوره بأنه غير قادر على تحمل الانزعاج والخوف، ويعوقه من تعلم مهارات وطرائق فعالة لمواجهة مشكلات الحياة، فهو يعتقد أنه لا يحتمل مشاجرات أسرية فيهرع إلى الإدمان في كل حدث وليس ذلك حلاً للمشكلة. أما النظرية السلوكية فتفسر الإدمان سلوكياً على أساس التشريط الإجرائي لسكنر، إذ يرى السلوكيين إن الإدمان سلوك متعلم، فالفرد الذي يعاني القلق يلجأ للإدمان فيشعر بالهدوء والراحة ويُعد هذا الإحساس بمثابة تعزيز إيجابي للإدمان في المرات اللاحقة. فشبكة الإنترنت تُقدم العديد من المعززات للفرد، فهي تُقدم له الحب والمتعة والراحة النفسية كما يعتقد، كذلك تُعد طريقة سهلة للهروب من مشكلة الواقع، وكل هذا يُعد من معززات السلوك لدى الفرد (العمرى، ٢٠٠٨، ص ٢٠). أما نظرية كيمبرلي يونج Kimberly S. Young Theory فتري أن إدمان الإنترنت اضطراب قهري لا ينطوي على تعاطي المسكرات، ويشبه في ذلك القمار المرضي (Young, 1998, p.3). كما رأت "يونغ" و "روجرز" إن إدمان الإنترنت حالة من حالات الإعتلال

في القدرة على التخلص والاستغناء عن الاستعمال مثله مثل الإدمان على المخدرات والكحوليات ، ويتميز بأعراض إنسحابية ومشكلات نفسية وأكاديمية ومهنية واجتماعية " ( مقدادي وسمور ، ٢٠٠٨ ص ١٦). وقد خرج تفسير "يونج" بأن لإدمان الإنترنت أثراً عديدة كبقية أشكال الإدمان الأخرى ، كما أكدت ذلك أغلب وجهات النظر الأخرى في تفسير إدمان الإنترنت . مما سبق نستنتج ان النظريات اتفقت على أنه لتلافي إدمان الإنترنت لا يعني التوقف عن استعمال الإنترنت، بل يعني العمل على ممارسة الاستعمال المعتدل والأمثل للإنترنت ووضع حدود لاستعماله، مع ضرورة الرقابة الأسرية عند إستعماله .

#### ثانياً: الاتزان الانفعالي Emotional Stability

يتضمن مصطلح الاتزان الانفعالي مفهومين مهمين من مفاهيم علم النفس هما الاتزان، والانفعال

فالشخص

المتزن لديه قدر من الطاقة الثابتة - بمقدار - يميل إلى التوزيع بالتساوي داخل الكائن الحي، وهذا القدر الثابت الموزع بالتساوي يمثل الحالة (المتوسطة) للتوتر داخل الكائن. وهو الحالة الطبيعية للكائن الحي، أما اذا كان التوتر فسيولوجياً، أو سيكولوجياً، وسواء أتى هذا التوتر نتيجة لمنبهات خارجية أو داخلية، فانه حتى يتم خفض هذا التوتر، أو إزالته، فان جزءاً من الطاقة ينمو للاستجابة أو المواجهة، وعقب ازالة التوتر، والوصول إلى مرحلة الاشباع، تعود الطاقة مرة أخرى، وتتوزع بالنظام السابق نفسه مؤدية إلى مبدأ الثبات (الاتزان) حتى يحدث موقف آخر يؤدي إلى توتر ما، وهكذا حتى يسعى الكائن العضوي دائماً للاتزان. (الجميل، ٢٠٠٥، ص ٢٢). أما الانفعال فيستخدم العلماء هذا الاصطلاح بمعنى واسع يشمل جميع الحالات الوجدانية رقيقها وغلظها، وبهذا يجمعون بين الخوف، والغضب، والفرح، والحزن، وبين ذلك الشعور السار الهادئ الذي يجده الانسان في نفسه. أما الاتزان الانفعالي Emotional Stability فقد جاء هذا المفهوم للدلالة على قدرة الشخص على التحكم في انفعالاته في مواجهة المواقف الصادمة كي تتفق تلك الانفعالات، والمواقف الخارجية، لذلك فإن الاتزان الانفعالي صفة للشخص الذي لا يستجيب بصورة مبالغ فيها لتلك المواقف الصادمة. كما يقصد به التفاوض، والبشاشة، والثبات الانفعالي، والشعور بالصحة الجيدة، والتحرر من

الشعور بالإثْم، أو القلق، والوحدة، وأحلام اليقظة، والتحرر من السيطرة لبعض الأفكار والمشاعر. هذا فضلاً عن القدرة على تحمل الضغط المادي، والأدبي، والخلو من الأعراض العصبائية. (عبدالله، ٢٠٠٠، ص ٢٨).

**الاتزان الانفعالي في نظريات علم النفس:**

يرى ايزنك أن الاتزان الانفعالي هو بعد من ابعاد الشخصية. إذ إن هذا المحور متصل كمي، أو بعد من أبعاد الشخصية احد طرفيه العصبائية، وطرفه الثاني الاتزان الانفعالي، أو الوجداني أو قوة الأنا. ففي الطرف الاول نجد شخصاً عصابياً غير متزن انفعالياً، غير متوافق اجتماعياً مع البيئة المحيطة به. يعاني من صراعات بينه، وبين نفسه، وبينه، وبين البيئة المحيطة به، وفي الطرف الثاني حيث الاتزان الانفعالي أو قوة الأنا نجد طرازاً من الاشخاص متزناً انفعالياً، ناجحاً، متوافقاً اجتماعياً، لا يعاني من صراعات سواء كانت بينه وبين نفسه، أم بينه وبين البيئة المحيطة به. وبعبارة أخرى إن (الاتزان الانفعالي/ ضعف الاتزان الانفعالي) متصل كمي تشير الدرجات العالية عليه إلى صحة نفسية جيدة، تحرر من نزعات القلق العصابي. (عبد الله، ٢٠٠٠، ص ٢٦) أما (كاتل) Cattell فيرى إن الاتزان الانفعالي يتمثل في قوة الأنا، والاتزان الانفعالي مقابل العصبائية، أو ضعف النضج الانفعالي، ويحصل على الدرجة المرتفعة، والشخص الثابت إنفعالياً. هو الدمث الخلق، المتحرر من الأعراض العصبائية، وكذلك واقعي بالنسبة لأُمُور الحياة. ليس لديه هموم، ولا اعراض خاصة بتوهم المرض. هادئ صبور مثابر يعتمد عليه. (عبد الخالق، ١٩٩٢، ص ١٧١-١٨٠).

في حين عني البورت Allport بأكثر من مجرد الاتزان الانفعالي إذ يُعدّ واحداً من اصحاب نظرية الشخصية الأوائل الذين خصصوا جزءاً كبيراً من اهتمامهم بالشخصية السليمة، والناضجة بدلاً من العصابي، أو الشخصية غير الناضجة. ويؤمن البورت بأن هناك انفصلاً راديكالياً بين الشخصية العصبائية، والسلبية، فهو يتفق مع يونج على أن عدداً كبير من اصحاب نظرية الشخصية يركزون مناقشتهم على خصائص العصابي، وينظرون للصحة على انها غياب الاعراض العصبائية فقط. (انجلر، ١٩٩١، ص ٢٣٢-٢٣٣).

أما سيريل بيرت C. Burt فيعد من الأوائل الذين قدموا لنا مفهوماً متميزاً واضحاً للاتزان الانفعالي/العصبائية، ويستند إلى منهجه في التحليل العاملي، ومقابلاته، وملاحظاته الاكلينيكية، فيبين انه مع القدرات العقلية الانفعالية. يكون هناك عامل مركزي فريد يضمها جميعاً معاً فالعامل المركزي الكامن وراء العمليات العقلية يمكن أن يوصف بأنه الذكاء العام، والعامل المركزي الذي يكمن وراء الغرائز، والانفعالات

اصطلاح ان يطلق عليه (الانفعالية العامة)، ويتم تشخيص الاشخاص الذين نمت انفعالاتهم الى درجة متوقعة فنياً بأصطلاح (غير متزن انفعالياً) ويُعدّ عامل الانفعالية أحد العوامل الأربعة التي تشكل التنظيم الانفعالي في نظرية بيرت.

(عبد الله، ٢٠٠٠، ص ٢٨-٢٩) وقد أولى روجرز Carl Rogers اهتماماً بمفهوم (الذات Self) الذي يشمل جميع مظاهر الحياة النفسية للفرد التي من ضمنها الاتزان الانفعالي، والتكيف النفسي درجة دالة على الصحة النفسية، والشخصية السوية المتزنة انفعالياً. إذ يرى روجرز إن سلوك الشخص يعتمد بالكامل على نظريته للعالم واحداً، (انجلر، ١٩٩١، ص ٢٦٩). وحسبما يعتقد روجرز، ان مستوى التكيف النفسي للشخص درجة سوية الشخص هي دالة على مدى تنافر، او انسجام الذات مع الخبرات، فالاشخاص الاصحاء نفسياً (المتزنين نفسياً) قادرون على ادراك انفسهم وبيئاتهم: وهم متفتحون بحرية لكل التجارب؛ لان اية واحدة من هذه الخبرات لا تهدد مفهوم الذات لديهم. والشخص المتكامل الوظائف النفسية هو الغاية المستهدفة للنمو النفسي (شلتز، ١٩٨٣، ص ٢٧٣-٢٧٤).

اما ماسلو Maslow فيعتقد إن الشخص الذي لا يستطيع إشباع حاجاته، فانه يعجز عن التفكير بطريقة منطقية بسبب ما ينتج عن ذلك من توتر نفسي، أو فقدان اتزانه الانفعالي. كذلك أنَّ الافراد الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة. هم القادرون على الانتقال صعوداً في سلمه الهرمي انطلاقاً من تحقيق الحاجات الجسدية والفيزيولوجية إلى تحقيق الذات العليا. مروراً بتحقيق الحاجات الامنية، والاجتماعية، وحاجات اعتبار الذات الفردية. (بلقيس ومرعي، ١٩٨٢، ص ٩٣). إذ اعتقد (ماسلو) ان الشخص الذي لا يستطيع إشباع حاجاته، فانه يعجز عن التفكير بطريقة منطقية بسبب ما ينتج عن ذلك من توتر نفسي، أو فقدان الاتزان الانفعالي. (عبد الرحمن، ١٩٩٨، ص ٤٣٥).

أما اريك اريكسون E. Erikson فيرى ان هناك متطلبات بيئية جديدة تغرس عناصر، ومكونات انفعالية سلبية وإيجابية خلال مراحل نمو الشخصية وتطورها. إن العناصر الانفعالية السلبية والايجابية كلاهما مندمجان إلى حد ما في الشخص الموجود. لكن إذا تم حل الصراع بصورة مرضية نجد العنصر الايجابي ينعكس على الشخص بدرجة عالية. اما إذا استمر الصراع بدون حل بالطريقة المناسبة، فسند العنصر السلبي هو المسيطر على الشخصية. (انجلر، ١٩٩١، ص ١٨٨).





### الفصل الثالث

#### منهجية البحث وإجراءاته

يضم هذا الفصل إجراءات البحث الحالي من حيث تحديد مجتمعه، واختيار عينته، وتحديد أدواته وإجراءات القياس، والوسائل الإحصائية المستخدمة فيه سواء في إجراءاته أو في تحليل بياناته.

أولاً: مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة كلية التربية الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩) للدراسة الصباحية ولكافة المراحل ولكلا الجنسين وقد بلغ حجم المجتمع (٤٧٧٠) طالباً وطالبة موزعين على (٩) أقسام (٣) علمية (٦) انسانية كما موضح في الجدول رقم (١).

#### الجدول (١)

المجموع	اناث	ذكور	القسم
٦٩٩	٣١٥	٣٨٤	التاريخ
٥٣٤	٢٢٩	٣٠٥	الجغرافية
٤١٥	١٨٢	٢٣٣	الفيزياء
٦٥٠	٣٥٢	٢٩٨	الرياضيات
٢٩٢	١٠٨	١٨٤	الارشاد
٦٤١	٢٧٢	٣٦٩	الحاسبات
٢٤٥	٨٤	١٦١	العلوم التربوية والنفسية
٦٨٧	٤٢٧	٢٦٠	اللغة العربية
٦٠٧	٢٨٥	٣٢٢	علوم قرآن
٤٧٧٠	٢٢٥٤	٢٥١٦	المجموع

توزيع افراد مجتمع البحث حسب الجنس والتخصص



(قسم التخطيط والاحصاء)

ثانياً : عينة البحث :

من الخطوات المهمة في البحوث التربوية والنفسية هي اختيار افراد العينة التي ينبغي أن تكون ممثلة للمجتمع الأصلي على النحو الصحيح (عودة وملكاوي، ١٩٩٢، ص٢٢٥). وقد اختيرت عينة البحث الحالي بالطريقة العشوائية البسيطة حيث بلغ حجم العينة (٢٠٠) طالب وطالبة موزعين على الاقسام العلمية والإنسانية ولكلا الجنسين كما موضح بالجدول رقم (٢).

جدول (٢)

يوضح توزيع افراد عينة البحث

القسم	التخصص	ذكور	اناث	المجموع
علوم الحاسبات	علمي	١٦	١٨	٣٤
الفيزياء	علمي	١٨	١٦	٣٤
الرياضيات	علمي	١٦	١٦	٣٢
التاريخ	انساني	١٦	١٨	٣٤
العلوم التربوية والنفسية	انساني	١٦	١٦	٣٢
اللغة العربية	انساني	١٨	١٦	٣٤
المجموع		١٠٠	١٠٠	٢٠٠

## ثالثاً: أدوات البحث

لما كان البحث الحالي يستهدف قياس الادمان على الانترنت والاتزان الانفعالي لغرض معرفة العلاقة بينهما فانه من الضروري ان تستخدم الباحثة مقياسين احدهما لقياس الادمان على الانترنت والآخر لقياس الاتزان الانفعالي. وبعد اطلاع الباحثتان على الدراسات والمقاييس السابقة التي تناولت متغيري البحث فقد تبنتا مقياس (حسن ٢٠١٣) والذي يتكون بصيغته المتبناة من (٣٥) فقرة وقد كانت بدائل الاجابة خماسية (تطبق علي دائماً، تطبق علي غالباً، تطبق علي احياناً، لا تطبق علي ابدأ). أما بالنسبة للاتزان الانفعالي فقد قامت الباحثتان بتبني مقياس (الجميلي ٢٠٠٥) والذي يتكون بصيغته المتبناة من (٤٨) فقرة وقد كانت بدائل المقياس خماسية ( دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابدأ) وقد قامت الباحثتان بالإجراءات الآتية للتحقق من الخصائص السايكومترية للمقياسين وكالاتي.

## ١. تحليل الفقرات Items Analysis

تحليل الفقرات هو عملية فحص أو اختبار استجابات الأفراد عن كل فقرة من فقرات الاختبار وتضم هذه العملية الكشف عن مستوى صعوبة الفقرة وقوة تمييزها. ويقصد بتمييز الفقرة قدرة الفقرة على تمييز الفروق الفردية بين الأفراد الذين يملكون الصفة من الذين لا يملكونها (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١، ص ٧٤). ومن اجل تحقيق ذلك قامت الباحثة باستخراج القوة التمييزية عن طريق (أسلوب المجموعتين المتطرفتين) Extreme Groups Method وللمقياسيين وكالاتي :

- ١- رتبت الدرجات التي حصلت عليها العينة من أعلى درجة إلى أوطأ درجة.
- ٢- اختيرت نسبة الـ (٢٧%) العليا والدنيا من الدرجات لتمثل المجموعتين المتطرفتين، وقد تكونت عينة التحليل من (٢٠٠) طالب وطالبة، اذ يشير ننللي الى إن نسبة عدد افراد العينة الى عدد الفقرات ينبغي ان تكون بنسبة (٥ : ١) لعلاقة ذلك بتقليل خطأ الصدفة في عملية التحليل الاحصائي (Nunnally, 1978, 262) وأشارت (انستازي) الى ان افضل حجم لعينة تحليل الفقرات لحساب قوتها التمييزية عند استخدام المجموعتين المتطرفتين بنسبة (٢٧%) في كل مجموعة وبذلك يكون حجم عينة تحليل الفقرات (١٠٨) وبعد تطبيق الاختبار التائي (T- Test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة ظهر أن الفقرات جميعها مميزة.

## ٢. صدق مقياسي الادمان على الانترنت والاتزان الانفعالي:

الصدق Validity من الخصائص الأساسية في بناء المقاييس النفسية، ويشير إلى مدى صلاحية استخدام درجات المقياس في القيام بتفسيرات معينة (أبو علام، ١٩٨٩، ص ١٤٤). والاختبار الصادق هو الاختبار القادر على قياس السمة أو الظاهرة التي وضع لأجلها (الزوبعي وآخرين، ١٩٨١، ص ٣٩). وقد قامت الباحثتان باستخراج الصدق الظاهري Face Validity ويشير هذا النوع من الصدق إلى مدى ما يبدو أن الاختبار يقيسه، بمعنى أن الاختبار يضم فقرات يبدو أنها على صلة بالمتغير الذي يقاس، وأن مضمون الاختبار متفق مع الغرض منه. ويتحقق هذا النوع من الصدق بقيام عدد من الخبراء والمختصين بتقدير مدى تمثيل فقرات المقياس للصفة المراد قياسها (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ص ١٣٠). وقد تحقق ذلك في عرض مقياس الادمان على الانترنت والاتزان الانفعالي على نخبة من الخبراء والمختصين (الملحق رقم ١)، واخذ آرائهم حول مدى صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس لقياس الصفة المراد قياسها ومدى ملائمتها لمجتمع البحث. وقد حصلت جميع فقرات المقياسين على نسبة اتفاق أكثر من (٨٠%) .

## ٣. ثبات مقياسي الادمان على الانترنت والاتزان الانفعالي:

الثبات Reliability من المفاهيم الأساسية في القياس يجب توافره في المقياس لكي يكون صالحاً للاستخدام. يمكن القول أن كل اختبار صادق هو ثابت بالضرورة، في حين لا يمكن القول أن كل اختبار ثابت هو صادق بالضرورة، ذلك لأن الاختبار الصادق الذي يقيس فعلاً ما أعد لقياسه تكون درجته معبرة عن الأداء الحقيقي أو القدرة الفعلية للفرد. ومادامت الدرجة على المقياس الصادق تعبر عن هذه الوظيفة بدقة، فإنها تكون ثابتة في الوقت نفسه (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ص ١٤٣، ١٤٤). وقد قامت الباحثتان باستخراج الثبات للمقياسين وكالاتي:

أ- طريقة إعادة الاختبار: يُسمى معامل الثبات المُستخرج بهذه الطريقة بمعامل الاستقرار عبر الزمن، ويتطلب تطبيق المقياس نفسه على عينة الثبات ذاتها بفارق زمني (Zeller, Carmines, 1980: 52). لذا طبقت الباحثتان المقياس على عينة الثبات البالغة (٤٠) طالب وطالبة، ومن ثم أعيد تطبيقه على العينة نفسها بعد مرور (١٥) يوماً. وبعد الانتهاء من التطبيقين حُسب ثبات

المقياس عن طريق حساب درجات أفراد العينة في التطبيق الأول، وحساب درجاتهم في التطبيق الثاني، ومن ثم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين الأول والثاني، وقد بلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة لمقياس الادمان على الانترنت (٠.٨٣). أما بالنسبة لمقياس الاتزان الانفعالي فقد كان معامل الثبات (٠.٨٠) وبهذا فإن الثبات جيد إذ تشير الدراسات إلى أن معامل الثبات الجيد يتراوح ما بين (٠.٧٠ - ٠.٩٠) (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ص ١٥٩).

#### ب- طريقة التجانس الداخلي

اختارت الباحثة طريقة معامل الفا كرونباخ. تستند فكرة هذه الطريقة، التي تمتاز بتناسقها وإمكانية الوثوق بنتائجها، إلى حساب الارتباطات بين درجات جميع فقرات المقياس على اعتبار أن الفقرة عبارة عن مقياس قائم بذاته، ويؤشر معامل اتساق أداء الفرد، أي التجانس بين فقرات المقياس (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ص ١٥٩). ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت معادلة الفا كرونباخ على درجات أفراد العينة، فكانت قيمة معامل ثبات مقياس الادمان على الانترنت (٠.٨٨)، أما قيمة معامل ثبات مقياس الاتزان الانفعالي فكانت (٨٠.٣%) وهو مؤشر إضافي على أن معامل ثبات المقياسين جيد.

#### رابعاً: الوسائل الإحصائية Statistical Devices

استخدمت الباحثتان الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Sciences) (SPSS) في إجراءات تبني المقياسين وفي تحليل النتائج للبحث باستخدام الوسائل الإحصائية الآتية:

#### ١- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين T- Test لاستخراج:

أ. تمييز فقرات مقياسي الادمان على الانترنت والاتزان الانفعالي.

ب. الفروق في الادمان على الانترنت والاتزان الانفعالي بحسب متغيري البحث .

#### ٢- معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation استخدمت هذه الوسيلة الإحصائية في

المواضع الآتية:

أ. استخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار لكلا المقياسين.

ب. استخراج العلاقة بين الادمان على الانترنت والاتزان الانفعالي.

٣- معادلة الفا كرونباخ لاستخراج ثبات المقياسين.

٥- الاختبار التائي لعينة واحدة لإيجاد درجة الايمان على الانترنت ومستوى الاتزان الانفعالي لدى عينة البحث

## الفصل الرابع

### عرض النتائج ومناقشتها

يتناول هذا الفصل استعراضاً ومناقشة لنتائج البحث كما يشتمل على التوصيات والمقترحات في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها.

الهدف الأول: قياس إيمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية .

لغرض تحقيق هذا الهدف طُبّق مقياس إيمان الإنترنت على عينة البحث البالغة (٢٠٠) طالب وطالبة من كلية التربية/ الجامعة المستنصرية، وبعد تحليل إجاباتهم ومعالجتها إحصائياً تبين أن المتوسط الحسابي (١٢٠,٧١٤) درجة للعينة وبانحراف معياري (٢١,٨٢٢) درجة ، بينما كان المتوسط الفرضي (١٠٥) درجة، وعند إجراء الإختبار التائي لعينة واحدة أظهر أن القيمة التائية المحسوبة ( ٥.٥٠٨ ) درجة وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩) ، وبما أن المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي وبدلالة إحصائية مما يدل على أن عينة البحث تعاني من إيمان الإنترنت وبدلالة احصائية ، وكما مبين في الجدول (٣) .

### الجدول (٣)

يبين نتائج الاختبار التائي لإجابات العينة ككل على مقياس الايمان على الانترنت

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
٠.٠٥ دالة	١.٩٦	٥.٥٠٨	١٩٩	١٠٥	٢١.٨٢	١٢٠.٧	٢٠
					٢	١٤	٠

وهذه النتيجة تتفق مع عدد من الدراسات التي استهدفت قياس إيمان الإنترنت والتي توصلت إلى وجود إيمان الإنترنت لدى أفراد العينة نتيجة الاستعمال المفرط لشبكة الإنترنت وسوء الاستعمال،

وترى الباحثان بأن الطالب الجامعي يقضي وقتاً طويلاً و يُفِرط في إستعمال شبكة الإنترنت رغم معرفته بأثاره السلبية، ويستعمله بشكل كبير كونه يعدّه وسيلة بحث مثالية، وبهذا فأن الكثير من الطلبة يستعملونه ليس لطلب المعرفة وللبحث في مواقع معلوماتية تمت لدراساتهم بصلة، وانما للاطلاع على كل ما هو جديد، يلي ذلك المتعة والترويح، ثم تكوين علاقات اجتماعية. وتفسّر الباحثان هذه النتائج على وفق نظرية "يونج" الذي أكدت فيه على أن استعمال الإنترنت لمدد طويلة من الوقت قد يكون ميكانيكياً "الهروب" من مشكلات الحياة اليومية أو يخفف من أوقات التوتر والضغوط النفسية التي يمر بها الأفراد، على الرغم من إدراكهم للأضرار التي يسببها الاستعمال المفرط للإنترنت، فإنهم يميلون للعودة مرة أخرى لأنشطة الإنترنت بدرجة أشد وأعمق. وكذلك لتحقيق الاشباع التي توفرها شبكة الإنترنت والتي تتراوح ما بين الاشباع المعرفية والعاطفية والاجتماعية والترفيهية والتي تسيطر على تفكيرهم .

كما قد يعود ذلك إلى الانبهار التكنولوجي الذي دخل المجتمع العراقي مما دفع الشباب إلى التسابق لاحتواء الإنترنت واستعماله، وذلك بعدّه مظهراً من مظاهر التحضر من جهة، وباباً واسعاً من أبواب المعرفة لا بد من فتحه على مصراعيه. كما أن الإنترنت يوفر اطاراً يساعد على تخطّي القيود والمعايير الاجتماعية مما يعزز الاستعمال المتزايد للإنترنت لدى هؤلاء الأفراد.

الهدف الثاني: تعرّف الفروق في إدمان الإنترنت لدى عينة البحث على وفق متغيري:

أ. النوع : ( ذكور ، إناث ) :

أظهرت المعالجة الإحصائية أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور بلغ (٩٨,١٢٠) درجة، وبانحراف معياري قدره (١٩,٢٣٢) درجة، بينما كان المتوسط الحسابي لدرجات عينة الإناث (٨٧,٨٤٠) درجة، وبانحراف معياري قدره (٢٣,٢٠٣) درجة، وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية على وفق النوع ( ذكور، إناث) في إدمان الإنترنت وذلك لأن القيمة التائية المحسوبة (٢.٤١٢) أكبر من القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يُشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قياس إدمان الإنترنت ولصالح الذكور، والجدول (٤) يوضح ذلك .

(الجدول ٤)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين على مقياس الادمان على الانترنت تبعاً لمتغير النوع (ذكور -

إناث)

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
٠.٠٥	١.٩٦	٢.٤١٢	١٩٨	١٩,٢٣٢	٩٨,١٢٠	١٠٠	الذكور
دالة				٢٣,٢٠٣	٨٧,٨٤٠	١٠٠	الاناث

تتفق هذه النتيجة في وجود فروق حسب النوع مع ما توصلت إليه دراسة (حسن، ٢٠١٣) ودراسة وانج وآخرون (Whang, Lee & Chang, 2003) ودراسة عبد الهادي وآخرون (٢٠٠٥) ودراسة الحنتوشي (٢٠١٠) والتي أسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولمصلحة الذكور (hang , Lee & Chang , 2003 , p.147) ( عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٥، ص ٣٢) (الحتوشي، ٢٠١٠، ص ٩)، بينما لا تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة الحمصي (٢٠٠٩) ودراسة الحوسني (٢٠١١) والتي أشارت إلى وجود فروق بين طلبة الجامعة حسب النوع في إدمان الإنترنت ولكن لمصلحة الإناث (الحمصي، ٢٠٠٩، ص ٩) (الحوسني، ٢٠١١، ص ١). وقد أشارت "يونج" Young إلى ذلك، إذ ترى أن الذكور أكثر استعمالاً لشبكة الإنترنت من الإناث وذلك للحصول على الشعور بالقوة والمكانة والسيطرة والمتعة، ولا شك أن هذا يجعلهم يدخلون على مواقع لإشباع هذه الحاجات فنجدهم أكثر دخولاً على مواقع مصادر المعلومات والألعاب وبخاصة العدوانية منها و (الهكرز) Hakers والمواقع الاباحية. على العكس، نجد الإناث أكثر دخولاً على مواقع الشات أو الدردشة من أجل عقد صداقات مع النوع نفسه أو مع النوع الآخر لإشباع الحاجة للحب وللآخر وللشاركة الاجتماعية، والبريد الإلكتروني ومجموعات الأخبار لإشباع الحاجة للمعرفة (أرنوط، ٢٠٠٧، ص ١٣).



وترى الباحثان إلى أن سبب ذلك يرجع إلى أن الطلاب أكثر استعمالاً للإنترنت من الطالبات طلباً للثقافة العامة والترفيه والتسلية ، فضلاً عن أنهم بحكم التنشئة الاجتماعية في مجتمعنا يتمتعون بدرجة عالية من الحرية والاستقلالية في استعمال الإنترنت مقارنة بالإناث، مما يعكس أثره في زيادة فرص الذكور في استعماله سواء في المنزل أو مقاهي الإنترنت أو داخل الجامعة.

ب. التخصص : ( علمي ، إنساني ) :

أظهرت النتائج إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة التخصص العلمي بلغ (٨٦.٤٩٠) درجة وبإنحراف معياري قدره (٢٥.٠٣٣) درجة، بينما كان المتوسط الحسابي لدرجات عينة التخصص الإنساني (٩٩.٠٢٠) درجة وبإنحراف معياري قدره (١٦.١٥٨) درجة، وبعد استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تبين أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٢.٨٦٧) اكبر من القيمة التائية الجدولية وعند مستوى (٠,٠٥)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير التخصص ولصالح التخصص الانساني، والجدول (٥) يوضح ذلك .

الجدول (٥)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين على مقياس الادمان على الانترنت تبعاً لمتغير التخصص

(علمي - انساني)

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
(٠.٠٥)	١.٩٦	٢.٨٦٧	١٩٨	٢٥.٠٣٣	٨٦.٩٤٠	١٠٠	علمي
دالة				١٦.١٥٨	٩٩.٠٢٠	١٠٠	انساني

وتختلف هذه النتيجة مع (حسن، ٢٠١٣) ودراسة الحمصي (٢٠٠٩) التي أشارت إلى أنه لا فروق بين الطلبة على وفق التخصص الدراسي ( الحمصي، ٢٠١١، ص ٤١١). وتتفق هذه النتيجة مع دراسة العمري (٢٠٠٨) ودراسة الحوسني (٢٠١١) والتي توصلت كل منها إلى وجود فروق ذات

دلالة إحصائية على وفق متغير التخصص الدراسي ولمصلحة التخصص الإنساني في إدمان الإنترنت (العمرى، ٢٠٠٨، ص ٤٣) (الحوسني، ٢٠١١، ص ١)، وترى الباحثان إلى أن التخصص الدراسي يلعب دوراً مهماً في إدمان الإنترنت وقد يعود السبب في ذلك إلى طبيعة المواد الدراسية في التخصص الإنساني وهذا يتيح لهم الكثير من الوقت للدخول إلى عالم الإنترنت وتحقيق رغباتهم المختلفة في التواجد على الشبكة.

الهدف الثالث: تعرف مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية

تم استخراج الاوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة البحث على مقياس الاتزان الانفعالي، وتم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة لاستخراج القيمة التائية المحسوبة، ومقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) لتعرف دلالة الفروق في متوسط استجابات عينة البحث مقارنة بالمتوسط الفرضي للمقياس، والبالغ (١,٤٤). وقد بلغ الوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث ككل (١٣٤,٦٩) بانحراف معياري بلغ (١٨,٩٩)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (١,٦٢)، وهي أصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وبدرجة حرية (١٩٩). مما يدل على عدم وجود فرق دال إحصائياً بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لاستجابات عينة البحث على مقياس الاتزان الانفعالي، والجدول (٦) يوضح ذلك .

الجدول (٦)

يبين نتائج الاختبار التائي لإجابات العينة ككل على مقياس الاتزان الانفعالي

العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
٢٠٠	١٣٤,٦٩	١٨,٩٩	١٤٤	١٩٩	١,٦٢	١,٩٦	٠,٠٥ غير دالة

أظهرت نتيجة البحث ان عينة البحث الحالي لا تتمتع باتزان انفعالي. ويمكن ان تعزى هذه النتيجة الى أن أهم العوامل التي يمكن أن تؤثر في الاتزان الانفعالي نشأة الفرد في بيئة سليمة تتعزز فيها أساليب التعامل مع المواقف المختلفة باتزان. إن مثل هذه الظروف التربوية قد لا تتوفر في بيئتنا

الاجتماعية ذلك لما يعيشه مجتمعنا من متناقضات، ومواقف حياتية صعبة تجعل من الفرد غير قادر على تحمل الكثير منها، والتعامل معها باتزان. إذ اشارت نظرية (اريكسون) إلى ان الفرد يمكن ان يتفاعل مع محيطه، ويمكن من خلال هذا التفاعل، يمكن ان تتوفر له فرصة لتطوير شخصية سوية (متزنة) قادرة على ادراك وفهم ذاتها وادراك العالم الذي يحيط بها. وجاءت هذه النتيجة مختلفة مع (دراسة لآيتباك 1990, Ittenback)، ودراسة (الشاوي ٢٠٠٨).

الهدف الرابع: تعرّف الفروق في الاتزان الانفعالي لدى عينة البحث على وفق متغيري:

أ. النوع (ذكور - إناث)

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي للبيانات. أن الوسط الحسابي لعينة الذكور على مقياس الاتزان الانفعالي قد بلغ (١٦٧,٧٢) بانحراف معياري (١٩,٨٦). في حين بلغ الوسط الحسابي لعينة الإناث في المقياس نفسه (١٦٦,٥٦) بانحراف معياري (١٧,٩٨)، ولغرض تعرف دلالة الفرق بين استجابات عينتي البحث (إناث - ذكور). تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,٦١)، وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وبدرجة حرية (١٩٩). ظهر أنه لا يوجد فرق دال إحصائياً في استجابات عينة البحث على مقياس الاتزان الانفعالي على وفق الجنس (إناث - ذكور)، والجدول (٧) يوضح ذلك.

الجدول (٧)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغير النوع (ذكور - إناث)

العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الذكور	١٠٠	١٦٦,٥٦	١٧,٩٨	١٩٨	٠,٦١	١,٩٦	دالة ٠,٠٥
الإناث	١٠٠	١٦٧,٧٢	١٩,٨٦				

ان هذه النتيجة تعطينا مؤشراً دقيقاً حول زوال الفروق بين الذكور والإناث في مجتمعنا، فيما يتعلق بطرق التنشئة، وممارسة الإناث لكثير مما كان غير متاح سابقاً. مما جعل هذا التشابه بطرق تعاطي الشباب من كلا الجنسين بالطرق نفسها مع مواقف الحياة، ومشكلاتها، على الرغم من ذلك ان تلك

المواقف ليست بالضرورة متشابهة بين كلا الجنسين. جاءت هذه النتيجة متفقة مع دراسة (مرقس، ٢٠٠٩) ودراسة (البيجي ٢٠١٣) .

ب. التخصص (علمي- إنساني)

بلغ الوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث في تخصص العلوم الطبيعية (١٦٦,٠١) بانحراف معياري (١٩,١٣). في حين بلغ الوسط الحسابي لاستجابات العينة في تخصص العلوم الانسانية على المقياس نفسه (١٦٣,٣٨) بانحراف معياري (١٨,٨١)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (١,٣٩)، وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦). عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وبدرجة حرية (٣٩٨). ظهر أنه لا يوجد فرق دال إحصائياً في استجابات عينة البحث على وفق التخصص الدراسي (علمي-انساني) على مقياس الاتزان الانفعالي، والجدول (٨) يوضح ذلك.

الجدول (٨)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغير التخصص(علمي-

انساني)

العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الذكور	١٠٠	١٦٦,٥٦	١٧,٩٨	١٩٨	٠,٦١	١,٩٦	٠,٠٥ دالة
الاناث	١٠٠	١٦٧,٧٢	١٩,٨٦				

تشير هذه النتيجة إلى التجانس بين الطلبة في جميع التخصصات العلمية، إذ ان الواقع النفسي، والتربوي، والاجتماعي حتى الحضاري يكاد يفرض واقعاً متوازناً على اهتمامات الشباب في هذا العصر إلى جانب ان القرارات التي تصدر من قبل المسؤولين والاداريين في المراكز العليا يتم تعميمها بشكل متساو على كلا الاختصاصين.

الهدف الخامس: تعرّف طبيعة العلاقة بين إدمان الإنترنت والاتزان الانفعالي

لغرض تعرّف طبيعة العلاقة بين إدمان الإنترنت والاتزان الانفعالي، فقد أُستعمل معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لأفراد العينة على مقياس إدمان الإنترنت ومقياس الاتزان الانفعالي، وتبين

وجود علاقة سلبية (عكسية) اذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين  $(-0,035)$  درجة وهي دالة إحصائياً عند مستوى  $(0,05)$  ودرجة حرية  $(198)$ ، والجدول (٩) يوضح ذلك.

### الجدول (٩)

يوضح قيم معامل الارتباط بين متغيري البحث ومستوى الدلالة

المتغيرات	العدد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الادمان على الانترنت والالتزام الانفعالي	٢٠٠	$-0,035$	$0,05$ دال

ويعني ذلك أن زيادة الادمان على الانترنت لدى الطلبة يؤدي الى نقصان في مستوى الالتزام الانفعالي لديهم والعكس بالعكس. اختلفت نتائج هذا البحث مع دراسة (حسن، ٢٠١٣) في حين تتفق هذه النتيجة مع جميع الدراسات التي استهدفت تعرّف طبيعة العلاقة بين إدمان الإنترنت والمتغيرات النفسية العديدة والتي توصلت إلى أن الاستعمال المفرط للإنترنت له تأثيرات سلبية على كافة جوانب شخصية وسلوكيات مستعمليه في مجالات الحياة المختلفة ومنها دراسة عبد الهادي وآخرون (٢٠٠٥) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين إدمان الإنترنت وارتفاع مستوى الاكتئاب وضعف المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة ( عبد الهادي وآخرون ، ٢٠٠٥ ، ص٤٤ ) .

كما تتفق هذه النتيجة ودراسة أرنوط (٢٠٠٧) التي توصلت إلى وجود علاقة بين إدمان الإنترنت وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين ( أرنوط ، ٢٠٠٧ ، ص٣٢ )، كذلك دراسة العمري (٢٠٠٨) التي أظهرت أن لإدمان الإنترنت أثراً نفسياً كالشعور بالحزن والكآبة وآثاراً اجتماعية كالشعور بالميل للعزلة عن مخالطة الآخرين لدى طلاب المرحلة الثانوية ( العمري، ٢٠٠٨ ، ص١٣٠ ) ، و تتفق هذه النتيجة مع دراسة الحمصي (٢٠٠٩) التي أشارت إلى أن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين إدمان الإنترنت ومهارات التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة (الحمصي، ٢٠٠٩، ص١٢)، كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة العصيمي (٢٠١٠) التي توصلت إلى أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية ( العصيمي ، ٢٠١٠ ، ص١٤١)، مثلما لا تتفق هذه النتيجة ودراسة الحنوشي (٢٠١٠)

ودراسة الحوسني (٢٠١١) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية سالبة بين إدمان الإنترنت والاكتئاب لدى طلبة المرحلة الثانوية وطلبة الجامعة ( الحنتوشي، ٢٠١٠ ، ص٩) (الحوسني، ٢٠١١ ، ص١)، و تتفق ايضا مع دراسة يونج (Young, 1996) ودراسة برينر (Brenner , 1997) ودراسة كراوت وكيسلر وبنوفا (Kraut , Kiesler & Boneva , 1998) ودراسة كريستوفر وآخرون (Christopher, et al. , 2000) (ودراسات أخرى وجدت أن هناك علاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية والاكتئاب والعزلة الاجتماعية وضعف المساندة الاجتماعية , Young , 1996 , p.1017 , 1998 , Kraut , et al. ) ( Brenner,1997, p.880 ) ( p.1 ) ( أرنوط ، ٢٠٠٧ ، ص٢١ ) ، كما تتفق مع دراسة وانج وآخرون ( Whang , Lee & Chang , 2003 ) التي توصلت إلى أن هناك علاقة بمستوى عالٍ بين إدمان الإنترنت والخلل الوظيفي في العلاقات الاجتماعية ( Whang , Lee & Chang , 2003 , p.147 )، ودراسة تساي ولين وبرت ( Tsai & Lin, & Preet, 2003 ) التي أظهرت أن المدمن تظهر عليه أعراضاً منها الانسحاب وعدم القدرة على إدارة الوقت ( العمري ، ٢٠٠٨ ، ص٧٣ ) ، وهذا ما أكدته "يونغ" في أن المدمن يجد من الصعب ادارة وقته كأن يهمل وجبات طعامه ولا يقابل أو يرى الآخرين إلا قليلاً واعراض انسحابية كالتحمل والارتجاف، وترى الباحثتان أيضاً أنه حينما يشعر الفرد بفقدان الثقة في الذات والآخرين والخلل والشك وفقدان روح المبادرة والشعور بضعف الكفاية وضعف القدرة على الانجاز وفقدان الهوية وهذه كلها مؤشرات سوء التوافق فإنه يلجأ إلى شبكة الإنترنت التي تحقق له ما يبتغيه فمن خلالها يكون دوراً افتراضياً يُظهر فيه هويته المتصورة أو المرغوبة، فيعيش حياة افتراضية أو خيالية بعيدة عن الواقع تُنسّي المدمن عالمه الحقيقي مما يزيد من سوء توافقه مع الآخرين، وبهذا فإن الاستعمال المفرط لشبكة الإنترنت يؤثر على صحته النفسية الذي يعد الاتزان الانفعالي احد اهم مقوماتها.

التوصيات: في ضوء نتائج البحث، توصي الباحثان بالآتي :

١. ضرورة حماية شبابنا وذلك بأن تفعل دور العبادة ومنظمات المجتمع المدني والأسرة والجامعة أهدافها في تدعيم الأخلاق والقيم لدى الشباب وتنقيفهم وتوعيتهم بأحسن السبل للاستفادة من الإنترنت وتمييزهم بين النافع والضار، والرفض لكل ما هو منافٍ لعادتنا وثقافتنا الإسلامية.
٢. ضرورة اهتمام وسائل الإعلام المختلفة بالتوعية الإعلامية للإسهام في توعية الآباء والأمهات والشباب بظاهرة إدمان الانترنت وآثارها النفسية والاجتماعية وبث برامج توعية تساعد على حل مشاكل هذه الظاهرة .
٣. ضرورة تحكّم الدولة في شبكة الإنترنت وما تبثه من مواقع للشباب، مثال ذلك تجربة المملكة العربية السعودية بإنشاء فكرة الشبكة الخضراء Green Net، ومن يشترك في هذه الخدمة من الأفراد فإنها تقيه - بمجرد اشتراكه - من المواقع التي لا يرغب بها، فهي بمثابة وسيلة تنقية للشبكة العالمية للإنترنت .
٤. تسليط الضوء على أهمية الاتزان الانفعالي بوصفه محوراً مهماً من المحاور الأساسية في الشخصية، ولما له دور في شخصية الطالب من خلال دورات علمية نفسية.
٥. العمل على متابعة مشكلات الطلبة الدراسية، ومعرفة ما يعانونه من ضغوط نفسية، والعمل على تقليل أثارها من خلال التعاون المشترك بين الجامعة والطلبة



المقترحات:

استكمالاً للبحث الحالي. يقترح الباحث إجراء الدراسات المقترحة الآتية :

١. علاقة الاتزان الانفعالي بالإدمان على الانترنت لدى شرائح أخرى غير التي تناولها البحث الحالي .
٢. علاقة الإدمان على الانترنت بالاتزان الانفعالي - دراسة مقارنة- بين اساتذة، وطلبة الجامعة .
٣. إجراء دراسات عن آثار إدمان الإنترنت على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية.



### المصادر:

- أبو علام، رجاء محمود، ١٩٨٩، مدخل الى مناهج البحث التربوي، الكويت، مكتبة الفلاح، ط١.
- أرنوط، بشرى إسماعيل أحمد، ٢٠٠٧، إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية والإضطرابات النفسية لدى المراهقين " دراسة مقارنة "، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد ٥٥.
- الإمام، مصطفى وعبد الرحمن، انور حسين والعجيلي، صباح حسين (١٩٩٠)، القياس والتقويم، بغداد، جامعة بغداد.
- البعيجي، جمال ناصر حسين، ٢٠١٣، علاقة اساليب التفكير بالانترن الانفعالي لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية/الجامعة المستنصرية.
- جاد، محمد عبد المطلب والسواح، عبد الرؤوف، ٢٠٠٣، إدمان الإنترنت حقيقته : وفروق تأثيره في الاكتئاب لدى عينة من مختلف المستويات التعليمية، مؤتمر المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة المنصورة، المجلد الأول، العدد الأول.
- حسن، نجلاء فالح، (٢٠١٣) ادمان الانترنت وعلاقته بقوة الانا، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد
- الحمصي، رولا، ٢٠٠٩، إدمان الإنترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعي "دراسة ميدانية" على عينة من طلاب جامعة دمشق، في الموقع الإلكتروني-[http:// www. ://investigate-islam.com/al5las/showthread.php?](http://www.investigate-islam.com/al5las/showthread.php?)
- الحنتوشي، مشهور ناصر، ٢٠١٠، إدمان الإنترنت بين طلاب المدارس الثانوية في مدينة الرياض: مدى إنتشاره، محدثاته، وعلاقته بالإكتئاب، رسالة ماجستير، الهيئة السعودية للتخصصات الصحية
- الزوبعي، عبد الجليل، وآخرون، ١٩٨١، الاختبارات والمقاييس النفسية، مطابع دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- شلتز، دوران، ١٩٨٣، نظريات الشخصية، ترجمة أحمد الكربولي وعبد الرحمن القيسي، مطبعة جامعة بغداد
- عبد المجيد، ٢٠٠٨، إدمان الإنترنت وعلاقته بتنظيم الذات وحب الإستطلاع لدى طلبة المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الفيوم، في الموقع الإلكتروني :
- عبد الهادي، محمد ومطر، عبد الفتاح وغنايم، عادل، ٢٠٠٥، إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من الإكتئاب والمساندة الإجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة القاهرة، عدد يوليو، ج ١، في الموقع الإلكتروني :
- عيود، حارث، ٢٠٠٧، الحاسوب في التعليم، الطبعة الأولى، دار وائل للنشر والتوزيع، الأردن، عمان.
- العصيمي، سلطان عائض مفرح، ٢٠١٠، إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، رسالة ماجستير ( غير منشورة )، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.



- العمري ، علي بن حنfan على آل محمد ، ٢٠٠٨ ، إدمان الإنترنت وبعض آثاره النفسية والاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة محايل التعليمية ، جامعة الملك خالد ، كلية التربية .
- قديسات، سمير يوسف فرحان، ٢٠٠٧، الآثار السلبية لإستخدام تكنولوجيا المعلومات والإنترنت على جيل الشباب في المجتمعات المستهلكة للتكنولوجيا ، بحث منشور في الموقع الإلكتروني :
- المسعودي، عبد عون عبود جعفر، ٢٠٠٢، قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة بناء وتطبيق، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، ابن الهيثم، جامعة بغداد
- مقدادي ، مؤيد وسمور ، قاسم ، ٢٠٠٨ ، الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالإستجابات العصبية من مرتادي مقاهي الإنترنت في ضوء بعض المتغيرات ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، المجلد الرابع ، العدد الأول .
- يونج ، كيمبرلي ، ١٩٩٨ ، الإدمان على الإنترنت ، ترجمة هاني أحمد تلجي ، بيت الأفكار الدولية ، عمان .

- Grohol.J. ,1999 , Internet addiction guide :

<http://www.psychcentral.com/net.addiction.htm>

- Huang, M. P. , & Alessi , N. E. , 1996 , The Internet and the future of Psychiatry , American Journal of Psychiatry , 153 . 861-869 .
- Huang, Z., Wang, M., Qian, M., Tao, R., & Zhong, J. , 2007, Chinese internet addiction inventory : Developing a measure of problematic internet use for Chinese college students , CyberPsychology & Behavior , Volume 10 , Number 6 .
- Kandell , J.J. , 1998 , Internet addiction on campus : The vulnerability of college students , Cyber psychology & Behavior, 1.



المؤتمر العلمي الدولي الحادي عشر  
نيسان / ٢٠١٩

جامعة واسط  
مجلة كلية التربية

الملاحق

### ملحق (١)

اسماء السادة الخبراء الذين تم عرض المقاييس بصورتها المتبناة عليهم

ت	الاسم	التخصص	مكان التواجد
١	أ.د. ماجدة هليل شغيدل	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية كلية التربية
٢	أ.م.د. أمل اسماعيل عايز	القياس والتقويم	الجامعة المستنصرية كلية التربية
٣	أ.م.د. آمال اسماعيل حسين	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية كلية التربية
٤	أ.م.د. رحيم عبد الله جبر	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية كلية التربية
٥	أ.م.د. سحر هاشم محمد	القياس والتقويم	الجامعة المستنصرية كلية التربية
٦	أ.م.د. نجلاء نزار وداعة	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية كلية التربية
٧	أ.م.د. علياء جاسم محمد	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية كلية التربية
٨	م.د. نوال جوشي جاني	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية كلية التربية

### ملحق (٢)

مقياس إيمان الإنترنت بصورته النهائية

عزيزي الطالب .. عزيزتي الطالبة ..

بين يديكم مجموعة من الفقرات تمثل بعض المواقف التي قد تنطبق أو لا تنطبق عليكم عندما تستعملون الإنترنت في حياتكم اليومية ، يرجى قراءة كل فقرة بتمعن وتمهل ، ثم الإجابة عنها بكل صدق ودقة دون أن تترك أي منها من خلال اختيار البديل الذي يناسبك من البدائل الموجودة أمام كل فقرة وذلك بوضع إشارة ( ) .

علماً أن الإجابة لا يطلع عليها سوى الباحثة ، لذلك لا داعٍ لذكر الاسم ، لأن الإجابة للأغراض العلمية البحتة .. مع خالص الشكر والامتنان لتعاونكم الكريم .

ملاحظة : يرجى الإجابة على المعلومات الآتية :

النوع : ذكر ☐ أنثى ☐

• : علمي ☐ إنساني ☐

• هل لديك إنترنت ☐ بيت ؟ ☐ لا ☐

ت	الفقرات	تنطبق عليّ تماماً	تنطبق عليّ كثيراً	تنطبق عليّ إلى حد ما	تنطبق عليّ قليلاً	لا تنطبق عليّ أبداً
1.	أبتعد عن مجالسة من حولي عند استعمالي للإنترنت .					
2.	أفضل الجلوس أمام الإنترنت عن الجلوس مع أسرتي .					
3.	أفضل إمضاء وقتي بالإنترنت ، على الذهاب إلى الجامعة .					
4.	أجد نفسي خاملاً عندما أستيقظ من النوم صباحاً .					
5.	أتهرب من الإجابة فيما لو سألني أحد ماذا أتصفح على الإنترنت .					
6.	أغضب عندما ينقطع الإتصال بالإنترنت .					



المؤتمر العلمي الدولي الحادي عشر

نيسان / ٢٠١٩

جامعة واسط

مجلة كلية التربية

					7. أفقد الكثير من أصدقائي بسبب إستعمالي المستمر للإنترنت .
					8. أجد أن الإنترنت أضعف علاقتي بأفراد أسرتي .
					9. أجد أن مناقشاتي الصفية تدور كلها حول الإنترنت .
					10. إنخفاض / زائد وزني منذ أن بدأت إستعمال الإنترنت .
					11. أهملت أنشطة حياتية مهمة في سبيل إستعمال الإنترنت .
					12. ينتابني الضيق عند مواجهتي لأي مشكلة أثناء تصفحي للإنترنت .
					13. أرى أن أفضل وسيلة للإبتعاد عن مشكلاتي الأسرية إستعمال الإنترنت .
					14. أهملت واجباتي الدراسية من أجل قضاء وقت أطول على الإنترنت .
					15. أشعر بالإحباط لعدم التوصل لبعض المعلومات على الإنترنت .
					16. أصبحت معتاداً على الإنترنت مع علمي بالضرر الصحي لإستعماله .
					17. قمتُ بعلاقات غير صحيحة مع الجنس الآخر عن طريق الإنترنت .
					18. يساعدي الإنترنت على نسيان المشكلات التي أواجهها .
					19. أنظم أوقات خاصة للإنترنت وأخصص الوقت الباقي للقيام بالفعاليات الإجتماعية .
					20. أشعر أن تواصلي مع أسرتي قد قلَّ بعد إستعمالي للإنترنت .
					21. تراجع مستواي الدراسي بسبب إستعمالي المتزايد للإنترنت.
					22. أتعب بسرعة عندما أمارس أي نشاط آخر غير العمل على الإنترنت.
					23. أميل لإعطاء معلومات خاطئة عن شخصيتي أثناء التحدث مع الآخرين عبر الإنترنت .
					24. أشعر بالملل عندما لا أستعمل الإنترنت .



المؤتمر العلمي الدولي الحادي عشر

نيسان / ٢٠١٩

جامعة واسط

مجلة كلية التربية

					25. أفضل أن أبني علاقات جديدة من خلال الإنترنت .
					26. أرى أن الإنترنت أفضل صديق لي من الأهل .
					27. أبحث عن المراجع والمصادر العلمية التي أحتاجها في الدراسة .
					28. أعاني من إجهاد النظر بسبب قضاء وقت طويل على الإنترنت .
					29. أفعل أشياء على الإنترنت أندم عليها فيما بعد .
					30. يتقلب مزاجي عندما أتصفح الإنترنت .
					31. أصبح تعاملتي مع الإنترنت أكثر من تعاملتي مع الآخرين في الحياة اليومية.
					32. أنا على خلاف دائم مع أهلي بسبب جلوسي طويلاً أمام الإنترنت .
					33. أتأخر عن الدوام في الجامعة بسبب السهر ليلاً على الإنترنت .
					34. أعاني من آلام في الظهر بسبب قضاء وقت طويل على الإنترنت .
					35. أقضي معظم وقتي على المواقع المتعلقة بالجنس في الإنترنت .

### ملحق (٣)

مقياس الاتزان الانفعالي بصورته النهائية

عزيزي الطالب ..... عزيزتي الطالبة

تجد في الصفحات الآتية عددا من الفقرات لبعض المواقف والاتجاهات التي تختلف درجة انطباقها من شخص لآخر ، حيث وضعت خمس بدائل للإجابة في ضوء ما ينطبق عليك أكثر من غيره.

- إن الإجابة على هذه الفقرات تتطلب منك إن تكون دقيقا وصريحا.

- تأكد من رقم الفقرة التي تجيب عنها في ورقة الإجابة .



المؤتمر العلمي الدولي الحادي عشر

نيسان / ٢٠١٩

جامعة واسط

مجلة كلية التربية

- كن مطمئنا من إن إجابتك ستحظى بسرية تامة لا يطلع عليها سوى الباحثان وستحظى بالاحترام والتقدير .
- ابدأ بالإجابة بسرعة ولا تفكر كثيرا ولا تترك أي فقرة دون اجابة.

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجه كبيرة	تنطبق علي بدرجه كبيرة	تنطبق علي بدرجه متوسطة	تنطبق علي بدرجه قليلة	لا تنطبق علي اطلاق
١.	أواجه من ينتقدي بدون غضب أو انفعال					
٢.	أشعر بأني راضٍ عن حياتي					
٣.	أجد صعوبة في التحدث امام الآخرين					
٤.	أغضب بسهولة من الناس الذين يجادلوني					
٥.	أشعر بالتوتر عندما أناقش شخصاً لديه رأي مخالف لآرائي					
٦.	أشعر بالارتياح أكثر عندما أكون وحيداً بعيداً عن الآخرين					
٧.	أشعر بالسعادة عندما أقدم احساناً أو معروفاً للآخرين					
٨.	لدي القدرة على ضبط النفس في المواقف الصعبة					
٩.	لدي القدرة على أقناع الآخرين بآرائي					
١٠.	أشعر بأني راضٍ عن المجتمع الذي أعيش فيه					
١١.	أميل إلى احترام آراء الآخرين					
١٢.	عندما أكون غاضباً أحطم بعض الأشياء القريبة مني					
١٣.	أعرف حدود إمكانياتي وأتصرف على أساسها					



المؤتمر العلمي الدولي الحادي عشر

نيسان / ٢٠١٩

جامعة واسط

مجلة كلية التربية

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي اطلاق
١٤.	أترث قبل أن أقول رأيي بالآخرين					
١٥.	أجد صعوبة في الانسجام مع الآخرين					
١٦.	أستطيع مناقشة الآراء المعارضة لي بدون انفعال					
١٧.	أتوقع النجاح في الأعمال التي أقوم بها					
١٨.	أتردد في طرح ما أريد من أفكار					
١٩.	أستطيع التعبير عن أفكاري بشكل واضح ومفهوم					
٢٠.	أنظر إلى المستقبل بتفاؤل					
٢١.	أجد مسوغاً لمساعدة زملائي في الجامعة					
٢٢.	أتعامل مع الآخرين على أساس الواقع					
٢٣.	أتوقع حدوث الكوارث باستمرار					
٢٤.	أجد صعوبة في المناقشة والتعبير عن افكاري أمام الآخرين					
٢٥.	أنجز واجباتي الدراسية بصورة أفضل من زملائي					
٢٦.	اشعر بالارتياح مع الناس باختلاف فئاتهم					
٢٧.	اتسامح مع من يخطئ بحقي					





المؤتمر العلمي الدولي الحادي عشر

نيسان / ٢٠١٩

جامعة واسط

مجلة كلية التربية

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجه كبيرة	تنطبق علي بدرجه كبيرة	تنطبق علي بدرجه متوسطة	تنطبق علي بدرجه قليلة	لا تنطبق علي اطلاق
٢٨.	أشعر بالخوف في مناقشة بعض الأمور الشخصية					
٢٩.	أشعر بالانزعاج حينما تُرفض طلباتي					
٣٠.	أستفد من الآخرين في تحقيق رغباتي					
٣١.	أتشاجر مع بعض زملائي في الجامعة					
٣٢.	أجد صعوبة في الالتزام بالنظام الجامعي					
٣٣.	أحاول معالجة المشكلات التي أتعرض لها بهدوء					
٣٤.	أشعر بتقدير الآخرين لأعمالي الجيدة					
٣٥.	أحب أن أكون منعزلاً عن الآخرين					
٣٦.	أثقل الآراء الصائبة من الآخرين مهما كان صاحبها					
٣٧.	أثابر وأبذل جهداً لإنجاز واجباتي الدراسية					
٣٨.	أشعر ان زملائي يحسدوني عندما أتفوق					
٣٩.	أشعر بالضيق لوجود من هم أفضل مني دراسياً					
٤٠.	أشعر بأنني لا أستطيع التحكم بتصرفاتي					
٤١.	أخطط للقيام بأعمالي وأحسب نتائجها بدقة					



المؤتمر العلمي الدولي الحادي عشر

نيسان / ٢٠١٩

جامعة واسط

مجلة كلية التربية

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي اطلاقا
٤٢ .	أشعر بضعف عنايتي بالأعمال التي أكلف بها					
٤٣ .	أرغب بالانسحاب عندما أكون مع الآخرين					
٤٤ .	أشعر بأني ضعيف الإرادة					
٤٥ .	أرتبك بسهولة في المواقف المحرجة					
٤٦ .	أشعر بأن علاقاتي بزملائي جيدة وناضجة					
٤٧ .	أتجاهل مشاعر الآخرين عند أنجازي لبعض الأعمال المهمة					
٤٨ .	أجد متعة في المشاركة داخل الجامعة					