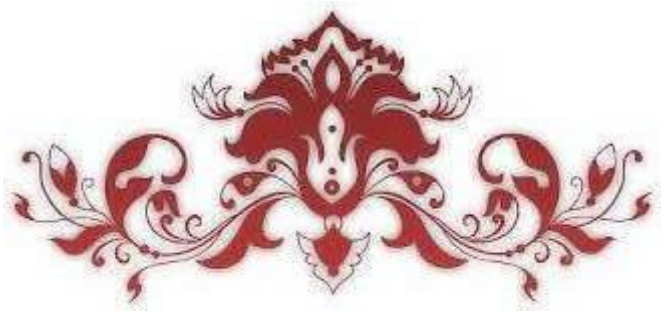


الفصل الأول

التعريف بالبحث

مشكله البحث
اهميه البحث
اهداف البحث
حدود البحث
خطة البحث
تحديد المصطلحات

اولاً- مشكلة البحث.

نتيجة لظهور وسائل الاتصال الحديثة والتي منها تقنية شبكة الأنترنت، أصبحت هاجساً لدى الكثير من الفئات وفي مختلف الأعمار، وهذا ما ساعد على شياع استخدامها في العالم، وقد أحدثة تقدماً علمياً كبيرا وبخاصة بالبريد الإلكتروني السريع، وتنوعاً منظماً في المواقع والبرمجيات، وبالرغم لما هذا التقدم من فوائدها إلا أنه لا يخلو من السلبيات التي تؤثر على مستخدميها كخطر الإدمان عليها الذي أصبح منتشرا بين المراهقين نتيجة سوء الاستخدام لها وتضييع الوقت على حساب العمل والدراسة والعلاقات الاسرية والمال، بل يمكن ان يؤدي الاستخدام المفرط الى استهداف سمات الشخصية مثل (التألف، التنظيم الانفعالي، التخيل ، الجمود، الامتثال، الاحساسية، السيطرة، تقدير الذات) وما يقابلها من السمات الشخصية المرضية مثل (القلق ، توهم المرض، الانطواء، التهيج، الخجل، الشعور بالذنب). واكدت دراسة عبدالله الى وجود علاقة بين ادمان الانترنت والسمات الشخصية لدى المراهقين من حيث(الاكتئاب، الملل، الوهم النفسي)،(عبدالله، ٢٠١٥ : ٩).

وتنسحب هذه السمات المرضية الى التأثير على دافعية التحصيل لدى الطلبة نتيجة لانخفاض الطاقة النفسية، والذي يأخذ عدت اوجه منها كثرة الغياب والهروب والتقصير في اداء الواجبات واحداث مشاكل مع الزملاء والمدرسين ترى دراسة كامل٢٠١٦الى ان هناك علاقة وثيقة عكسية بين الادمان على الانترنت ودافعية الطلبة نحو التحصيل الدراسي أي انه كلما زاد الادمان على الانترنت قلت الدافعية نحو التحصيل الدراسي وكما ان الادمان قد يؤدي ايضاً الى تحطيم المنظومة الاجتماعية والقيم الاخلاقية وبخاصة الابتزاز العاطفي، والمالي، والاباحية الجنسية(كامل، ٢٠١٦ : ٢٧٠)، كما توصل الحنتوشي الى وجود علاقة طردية قوية بين الادمان على الانترنت والاكتئاب لطلبة المرحلة الثانوية (الحنتوشي، ٢٠١٠ : ٩).

ونتيجة لما تقدم يتضح ان هناك آثار اجتماعية ونفسية للاستخدام المفرط للأنترنيت والتي تؤدي إلى هدم شخصية الفرد وبالتالي هدم المجتمع. زمن هنا يمكن صياغة مشكة البحث من خلال التساؤلات الآتية

- معرفة مستوى الادمان على الانترنت ؟
- ومعرفة الفروق في مستوى الادمان بين الذكور والاناث لدى طلبة المرحلة الاعدادية في المدارس التابعة الى مديرية تربية القادسية؟

ثانياً- أهمية البحث.

يعتبر الأنترنت من أكثر الوسائل التكنولوجية اهمية في وقتنا الحاضر، وذلك لما له من خدمات واسعة يمكن الاستفادة منها، اذ تتيح الكثير من الفرص للمستخدم للحصول على كافة المعلومات المطلوبة بأسرع وقت حيث يتم نقل المستخدم الى عالم غني بالمعلومات حسب حاجة المستخدم حيث تمثل مصدر هام للمعلومات تساعد الطلبة والباحثين في تلبية احتياجاتهم ومتطلباتهم الدراسية والبحثية ولمعرفة التطورات والاستكشافات، وكذلك للاستخدامات الاخرى مثل التسوق والعلاقات والاتصالات بالأفراد في الأقطار الأخرى والثقافات المختلفة (مردان،٢٠٠٦:٦). وهذا ما جعل الاهتمام بالأنترنت موضوع الساعة في تطوره وقفزته النوعية الدقيقة. حيث تساعد الطلبة في التعلم عن بعد ومجالسة زملاءه في الصف وهو في البيت، ومواكبة العصر، والتأثير الفعال في استثمار القدرات العقلية للإنسان المعاصر.

ولأهمية الادمان على الانترنت فقد اهتمت بها العديد من الدراسات منها دراسة كمبرلي يونغ وروبرت رودجر التي جرت على عينة من المراهقين، والتي اكدت نتائجها الى ان الذكورهم الغالبية المعتمدة على الانترنت، وهم على مستوى عالي من الاعتماد الذاتي والتفاعلية والعاطفية واليقظة (scherer، ١٩٩٦: ٦٦٥)؛ فهناك اجماع من قبل الباحثين على ان تكنولوجيا الاتصال الحديثة وعلى راسها شبكة الانترنت فتحت عصراً جديداً من عصور الاتصال والتفاعل بين البشر، ووفرة كم هائل من المعلومات والمعارف لمستخدميها(العصيمي، ٢٠١٠ : ٣).

وكذلك دراسة عزب التي هدفت دراسة ادمان الانترنت وعلاقته بأبعاد الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، والتي توصلت الى وجود علاقة عكسية بين الادمان على الانترنت وابعاد الصحة النفسية(عزب،٢٠٠١ ص٢٤-٢٥)، بينما تقصى سابرامانيا ولين (Lin & Subrahmanya) في دراسة العلاقة بين المدمنين على الانترنت والسعادة، وتوصلت الى ان المدمنين على الانترنت يشعرون بالوحدة (Lin & Subrahmanya، ٢٠٠٧:٦٦٨) بينما توصلت دراسة بارك ان الزيادة في استخدام الانترنت يرتبط ايجابياً في اعراض الاكتئاب (park,2009: 14).

ونتيجة لذلك اهتم البحث الحالي بدراسة الإدمان على الانترنت وعلاقتها بالمرحلة العمرية للطلبة، حيث ان المراهقون يواجهون عدداً من الواجبات والقواعد المعيارية التي يضعها الاهل والأقران والمجتمع لهم، وهذا ما يقيد حريتهم لانهم عادتاً ما يكونون مندفعين لاتخاذ قراراتهم خصوصاً تلك المتعلقة بجامعتهم، وأسلوب حياتهم، وشركائهم في الحياة، حيث انهم في مرحلة يكثر فيها التغيرات النفسية، مما قد يؤدي الى ظهور سلوك سلبي لدى المراهقين، خصوصاً عندما تكون النتائج المستقبلية مخيبة للآمال وفقدان قدرتهم على التحكم الذاتي بانفعالاتهم والسيطرة عليها، مما يمنحهم الشعور باليأس (Byrne, 1996: 79 & MacLeod).

نتيجة لذلك أن الأنترنت أداة حيوية في إثراء الابحاث والدراسات الميدانية وتبادل الخبرات والأفكار بين الطلبة في جميع متطلبات حياة الإنسان المعاصر، حيث يتوقف الامر على طبيعة الاستخدام الأمثل له، ومن هنا تأتي اهمية البحث على جانبين مهمين وهما الجانب النظري والتطبيقي والذي يتضمن ما يأتي:

١. من الجانب التربوي والنفسي والعلمي مما يعطي إضافة علمية جديدة لإثراء الحقول النفسية والمعرفية بالمعلومات عن مفهومي (مستوى الادمان على الانترنت).

٢. تكتسب الدراسة أهميتها من كونها تُعنى المرحلة العمرية للطلبة (المرحلة الإعدادية) والتي تعتبر من اكثر المراحل تعرضاً للضغوطات والآثار النفسية الناجمة عن الاستخدام المفرط للأنترنت، خصوصاً وان هذه المرحلة تمثل جيل المستقبل الذي تبنى عليه الآمال والطموحات لخدمة المجتمع.

ثالثاً- اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف الى

١.مستوى الادمان على شبكة الانترنت لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

٢.الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى الادمان على شبكة الانترنت لدى طلبة المرحلة الاعدادية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث).

رابعاً- حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة الاعدادية الصف السادس من الذكور والآناث وللمدارس التابعة لمديرية تربية القادسية – ناحيه الشافعية للعام الدراسي (٢٠١٨- ٢٠١٩) للدراسة الصباحية فقط.

خامساُ- تحديد المصطلحات:

الادمان على الانترنت : عرفة كل من

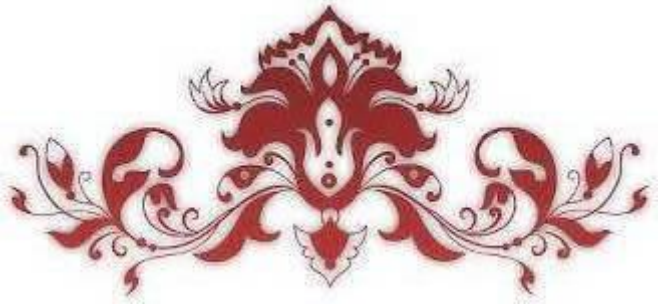
١.**يونج(Young)**: اضطراب السيطرة على الاندفاع في استعمال الانترنت والذي لا يتضمن فقدان الوعي **(Young, 1996: 239)**.

٢. ايجر واخرون: استعمال الانترنت المنطوي على مشاكل مرتبطة بدلالة احصائية مع الاثار الضارة نفسياً ومهنياً **(et al, 1998: a & ،Egger)**

٣.**وارد** : هو سلوك مرتبط باستخدام الانترنت مثل الافراط في الوقت المنقضي على الانترنت، او استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية الى علاقات سطحية افتراضية، والتي غالباً على انها شخصية، وهي حس افتقاد الوقت، وتشكل انماط متكررة تزيد من مخاطر المشكلات النفسية والاجتماعية **(Ward,2000: 902)**.

التعريف النظري: هو سلوك مرتبط في الاستخدام المفرط للأنترنت وضياع الوقت في استخدامه.

التعريف الإجرائي : هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيبين عند الاستجابة على مقياس الادمان على الانترنت الذي سيعد لأغراض البحث الحالي .



الفصل الثاني

الاطـــــار النـــــظـــري

الادمان على الانترنت

ترجع تسمية الانترنت الى الطبيب النفسي إيفان جولد بيرج (Ivan Goldberg, 1996)، واستند بهذه التسمية على اساس التشابه بين محك الاعتماد على الكحول والسلوك المرتبط بالأنترنت لما فيه اعتمادية وجاذبية تدفع مستخدميه الى استخدامها لفترات طويلة(Young, 1996: 6).

ويعتبر الانترنت احد اهم عناصر التكنولوجيا الحديثة التي أدت الى زيادة المعلومات ومحتواها بطريقة مثيرة. لكن ما يظهر على الناس من اعراض نتيجة الاستخدام المفرط له يتولد ما يسمى بإدمان الانترنت"، حيث لاحظ جون جرهول استاذ علم النفس الامريكي ان ادمان الانترنت عملية مرحلية، تقتصر على المستخدمين الجدد هم الاكثر استخداما واسرافا والسبب يعود الى انبهارهم بتلك الوسيلة، ثم بعد فترة يحدث للمستخدم خيبة امل من الانترنت فيحد الى حد كبير من استخدامه له، فيلية بعد ذلك عملية توازن لهذا الاستخدام، غير ان بعض الافراد تطول معهم المرحلة فيفرطون في استخدامهم ولا يتمكنون من الاستغناء عنهم، وكما اكدت الدراسات النفسية ان الافراد قابلية للإدمان هم الذين يعانون من الاكتئاب(علي٢٠١٠،٥٠).

ان لمدمني الانترنت قابلية لتكوين ارتباط عاطفي مع اصدقاء الانترنت، ويتمتع هؤلاء بخدمات الانترنت التي تتيح لهم مقابلة الناس وتكوين علاقات اجتماعية وتبادل الآراء مع اناس جدد، حيث توفر تلك المجتمعات وسيلة للهرب من الواقع، وللبحث عن طريقة لتحقيق احتياجاتهم النفسية والعاطفية غير المحققة في الواقع.

ويعتبر جريفيت (Griffiths) ان الادمان هو الادمان السلوكي الذي ينطوي على تفاعل الانسان والالة، ويمكن ان يكون سلبي او متبادل وعادة ما يتضمن على محفزات تعمل على تعزيز الادمان واي سلوك يحتوي على المكونات السته للإدمان فهو يعتبر ادماناً ، وهذه المكونات هي: (السلوك سمة بارزة اي عندما يصبح للسلوك قيمة في حياة الفرد، تغير المزاج، التحمل متمثل بكية النشاط الذي يقوم به للحصول على نفس الاثارة، الاعراض الانسحابية وهي شعور يراود الفرد بعدم الراحة وفقدان السعادة عند الانقطاع عنه، الصراع وهو صراع بين شخصي يحدث بين الفرد والمحيطين به، الانتكاس) (يونغ، ١٩٩٨: ١٨٥). كما ان هناك عده اسباب لإدمان الانترنت وتتمثل هذه الاسباب :

١.زياده عدد ساعات الجلوس امام الانترنت بشكل مفرط التي تتجاوز فترات التي حددها الفرد لنفسه .
٢.التوتر والقلق الشديدين في حاله وجود عائق للأنترنت.
٣.التكلم عن الانترنت في الحياه اليومية .
٤.اهمال الواجبات الاجتماعية والأسرة بسبب استعمال الانترنت.(النويبي ،٢٠١٠:٥٤)

كما ان هناك أسباب اخرى للإدمان على الانترنت الوحدة ،القلق، التوتر، الهروب من الواقع ،والمشاكل الاقتصادية والمغريات الكثيرة حسب ميول الفرد (يونغ،١٩٩٨:١٨٦)

في الختام يعتبر ادمان الانترنت امراً بات واقعياً لا مجال لتجاهله من قبل الباحثين، حيث نجد اهتمام الدراسات الانسانية والاجتماعية والنفسية بالوقوف على الآثار السلبية لإدمان الانترنت الذين هم قادة المستقبل والقوة الانتاجية للمجتمع وتتمثل هذه الاثار:

١. **الاثار الصحية:** تتمثل بالأثار التي تصيب اليدين نتيجة الاستعمال المفرط، واثار تصيب العين بفعل الاشعاع الناتج من الشاشة وغيرها.
٢. **الاثار النفسية والاجتماعية:** وتتمثل هذه الاثار بالاكتئاب والشعور بالوحدة، والانطواء ، والانسحاب ، وضعف المهارات الاجتماعية، والتصدع الاسري، والخجل، والوهم وغيرها.

وتأتي هذه الاثار تأكيداً لدراسة كراوت واخرون (Kraut at al, 2001) التي استهدفت عينة من المراهقين يعانون من الادمان على الانترنت فوجدت الدراسة ان الادمان مرتبط بزيادة الوحدة والاكتئاب والميل الى التوتر والقلق(Kraut at al, 2001: 18)، بينما اوضحت دراسة موريرو (Murero,2002) ان الزيادة في استعمال الانترنت يؤدي الى العزلة الاجتماعية وانخفاض التحصيل الدراسي (Murero,2002: 23).

النظريات التي فسرة سلوك الادمان على الانترنت.

١.النظرية السلوكية:

ابرز المنطوين تحت هذه النظرية هو العالم سكنر وقد اشارة في كتابة ما وراء الحرية و الى حاجة المجتمع الى التكنولوجيا السلوكية والمشكلات التي قد ينطوي عليها تطوير مثل هذه التكنولوجيا دون توظيفها في تعديل السلوك ، غير ان علم السلوك بقية متخلف عن غيره من العلوم الطبية والسبب يرجع هو اننا نفتش عن اسباب السلوك في غير مكانها، فالغالبية يميل للبحث عن الاسباب داخلية كالنيات والغايات والاهداف والقرارات والخطط والى ما ذلك. اذ ينم النظر اليها على انها القوى المحركة لأفعالنا.

فالنموذج السلوكي بناءً على رأي سنكر يرى ان الاسباب تتعلق بالبيئة الحالية التي تحدث المثيرات ويحدث فيها التدعيم والعقاب لاستجابات محددة لهذه المثيرات، وبمعنى اخر ان اسباب السلوك تكمن في عملية التعلم، فالسلوك السوي وغير السوي وفقا لهذا النموذج هو نتيجة انماط التعلم، وان انماط التعلم غير التكيفية هي السبب في اللاسواء النفسي، ولذلك قد يساعد اعادة التعلم في تغيير السلوك؛ لذلك يسعى العلاج السلوكي الى تغيير الاستجابات من خلال نفس انماط التعلم التي ساعدت على حدوثها (Bootzin, et al, 1993:84).

وترى النظرية السلوكية ان وظيفة السلوك تخضع للاشتراط الاجرائي الذي نادى به سنكر والذي يتم فيه مكافأة او معاقبة السلوك الصادر من الفرد، فالشخص الذي يشعر بالخجل من مقابلة الناس، يجد من الانترنت يمثل له خبرة السعادة والرضا والارتياح دون الحاجة للتفاعل المباشر، عن طريق البريد الالكتروني يمكن له محادثة الناس، وهذه الطريقة تسمح له بالتعبير عن حاجاته ورغباته، واذ تم تدعيم السلوك من خلال اشباع حاجات الحب والاهتمام والتقدير له التي لم تتحقق بالحياة الحقيقية، وبالتالي فهي خبرة معزز فبالممارسة والتكرار يصبح الادمان على الانترنت وارد لكل شخص (Duren, 2003: 96).

٢.النظرية المعرفية:

جاءت النظرية المعرفية بالرد على النظرية السلوكية في تفسيرها للسلوك السوي ، فهي اكثراً تعقيداً من النظرية السلوكية كونها تركز على العمليات المعرفية مثل الانتباه والتذكر وحل المشكلات كمؤثرات ومحددات هامه للسلوك وكأسباب محتمله لسلوك المرضي ؛ فهم ينظرون الى السلوك السوي على اساس استجابة الفرد للطريقة التي يقيم او يدرك بها المثير وليس المثير الخارجي نفسه (العتوم، ٢٠٠٤ : ٢٣).

ووفق هذا الاتجاه المعرفي يرى فينخل (٢٠٠٤) أن من يقضون اوقات كثيره امام الانترنت بدلا من قضائها مع اسرتهم يكون لديهم اساليب معرفية شاملة، مكونه من تعدد المهام والمعالجة زائدة والسرعة وافتقاد اهداف التوجه متوسطة او بعيده المدى ويحطمون انماط حياتهم، و عاده ما يستخدمون الكومبيوتر كنقطه اساسيه لكل أنماط التواصل مع العالم ولذا فأنه ادمان الانترنت اكثر او اقل من مجرد اضطراب استعمال العقاقير احادي البعد ويرى بسك والس (Ellis, 1969 & Beck) ان الاضطرابات النفسية ناتجة عن العديد من المشكلات المعرفية مثل الافتراضات والاتجاهات غير التكيفية والافكار المضطربة والتفكير غير المنطقي(كامل، ٢٠١٦: ٢٨١).

٣.النظرية التكاملية:

لقد جمعت هذه النظرية بين الاتجاه السلوكي والاتجاه المعرفي واشارت الى ان ادمان الفرد للانترنت يعود الى عوامل (شخصية انفعالية، بيئية) تجعل لديه الاستعداد للإصابة بهذا الاضطراب اذ ان هناك سمات شخصية معينة تجعل من الفرد مدمنا على الانترنت وبناءً على هذا الاتجاه فان الذكور يلجئون لاستخدام الانترنت من اجل الشعور بالقوة والمكانة والمتعة؛ فيما نجد الاناث اكثر ادمانا على الانترنت من اجل عقد صداقات مع نفس الجنس او مع الجنس الاخر لغرض اشباع حاجات الحب او المشاركات الاجتماعية او الحاجة الى المعرفة

وينضّم " فيلدسن وجوه" (Goh.1995 & Feldhsen) إلى أنصار هذا الاتجاه بتأكيدهما على ضرورة تأثير العمليات المعرفية والمحيط الخارجي على ادمان الفرد (Goh & Feldhsen،١٩٩٥:٢٣٤). فالاعتقاد بإنَّ السلوك يتأثر من البيئة الخارجية للفرد والمتمثلة بالأسرة والمدرسة والأقران وغيرها من العوامل المحيطة بالفرد دون العمليات المعرفية من تفكير ودافعية وعواطف ومزاج، أصبح اعتقاداً زائفاً، فكما اوضح "سيمنتون" ((Simonton،١٩٩٦ أنَّ هذه النظرة بالرغم من أنّها تختلف بشكل نسبي من فرد إلى فرد، ما هي ألا نظرة قاصرة ومشوهة حول عملية تأثر السلوك بسب التركيزة .

الدراسات السابقة :

اولاً: الدراسات العربية

١-دراسة عزب٢٠٠١" بعنوان ادمان الانترنت وعلاقته ببعض ابعاد الصحة النفسية لدى طلاب الإعدادية"

هدفت الدراسه الى قياس العلاقة بين د العالم اليوم ثوره في مجال المعلوماتية والتواصل، فهذا المجال المذهل لفت نظر الإنسان ال الانترنت والصحة النفسية لدى طلبه الإعدادية بلغت العينة الدراسة ٢٠٠طالب وطالبه من طلاب الإعدادية في مصر وكانت ادوات الدراسة مقياس من اعداد الباحث نفسه(عزب)ومقياس الصحة النفسية لقد اثبتت النتائج هناك ارتباطا سلبيا بين ادمان الانترنت والصحة النفسية.

٢-دراسة خالد، ابراهيم، ٢٠١٤: "بعنوان اثر البرامج الإرشادية لعلاج الادمان على استخدام الانترنت لدى طلبه مرحله الإعدادية بمركز مدينه أربيل".

تهدف الدراسة الى اعداد مقياس الادمان على استخدام الانترنت وبناء برامج العلاج الارشادي لعلاج الادمان على استخدام الانترنت ،ولتحقيق اهداف البحث استخدم الباحثان المنهج التجريبي فختار لذالك ٢٤طالب وطالبه ضمن ٥٨٥طالب وطالبه من الذين استخدموا الانترنت ثم اختار ١٢طالب وطالبه للمجموعة الضابطة وثم اختار ١٢طالب وطالبه المجموعة التجريبيه ثم اختار بطريقه القصدية وأعتمد الباحثان على تطوير المقياس.

٣- دراسه السعودي ٢٠١٤:"دراسة بعنوان ادمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الاسري لطلاب الجامعة".

تهدف الدراسة الى معرفه كيف يوثر ادمان الفيس بوك على التوافق الاسري لطلاب الجامعة ثم طبق المنهج الوصفي ومن خلال تطبيق اداتين لقياس الظاهرة متمثل في استبيان قياس ادمان الفيس بوك بلغت العينة ١٨٠طالبا من جامعه بشار بأسلوب العينة القصدية وجاءت نتائج البحث وجود علاقه سالبه داله إحصائية بين ادمان الفيس بوك والتوافق الاسري.

ثانياً- الدراسات الأجنبية:

١- دراسة suhail-Bargeese , 2006 .

هدفت الدراسة على الكشف الاثار السلبية والإيجابية لإدمان الانترنت والتي اجريت في باكستان على عينه ٢٠٠طالب جامعي فقد على طلبه الجامعة وقام الباحث ببناء المقياس اثار ادمان الانترنت من سبع مجالات مشكلات سلوكيه، تربويه، جسديه، اثار سوء استعمال الانترنت وقد توصلت الاستعمال المفرط للأنترنت يؤدي إلى مشكلات خطيره وانه الاثار السلبية للأنترنت تفوق الإيجابية.

٢- دراسة zainab،2014:" بعنوان الدراسة ادمان الانترنت لدى طلبه الجامعة ".

هدفت الدراسة الى استكشاف ظاهره الادمان على الانترنت ثم استخدام المقابلة لجمع البيانات من تسع طلاب الدراسات العليا من جامعه بوتر الماليزيا وتكون المقابلة من ثلاث محاور الرغبة من الدخول الى الفيس بوك واستخدام المتكرر للأنترنت و التجنب عدم الاتصال .

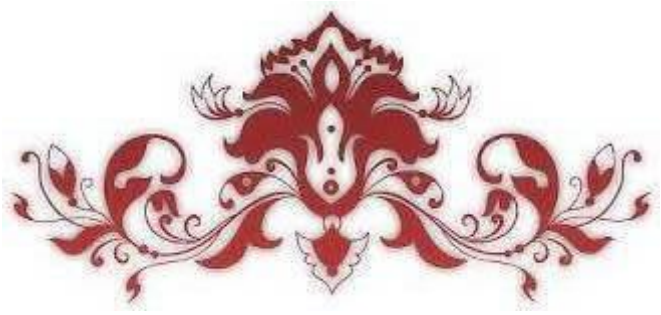
وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية من هذه المحاور الثلاثة اظهرت ان هؤلاء المستخدمين يعتمدون على استخدام الانترنت بشكل ادماني كما تؤدي الى النتائج ايضا الى استنتاج مضادة ان معظم الأنشطة والدوافع التي تدفع بالفرد الى استخدام الانترنت تؤدي الى ادمانه .

٣- دراسة onur isbnlan,2014. بعنوان" الدراسة ادمان المعلمين للشبكات الاجتماعية"

تهدف الدراسة للكشف عن مظاهر الادمان وانتشارها وطبقت الدراسة على عينه قوامها ١٢٥٧معلم بجامعه سكايا التركية ثم استخدم مقياس الادمان على الفيس بوك من اعداد الباحثة وكانت النتائج كالآتي:

١. توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين الجنسين فا المعلمين الذكور اكثر إدمانا على الانترنت من المعلمات

٢. توجد فروق ذات دلاله إحصائية في ادمان الانترنت تبعا لمتغير السن حث اسفرت ان كبار السن هم اكثر ادماناً على الانترنت من الصغار.



الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته

المقدمة:

يتضمن الفصل الثالث وصفاً لمنهجية البحث والإجراءات التي اتبعتها الباحثة في معالجة موضوع البحث بما يتعلق بوصف مجتمع البحث واسلوب اختيار العينة واختيار الاداة المناسبة للقياس واستخراج الخصائص السايكومترية لها، والوسائل الاحصائية المستخدمة في استخراج نتائج البحث وعلى النحو الآتي:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي؛ لكونه أكثر المناهج ملاءمة لدراسة البحث الحالي ، كونه يهتم هذا المنهج بدراسة متغير البحث ويوصف الظاهرة وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيرا كيفياً وكمياً، فالتعبير الكمي يعطينا وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة او حجمها، اما التعبير الكيفي فيصف لنا الظاهرة ويوضح لنا خصائصها(عبيدات وآخرون، ١٩٩٦ :٢٨٦).

ثانياً: مجتمع البحث :

يُقصد به كل الأفراد الذين يحملون بيانات الظاهرة التي هي في متناول البحث(داود وعبد الرحمن،١٩٩٠: ٦٦)،وقد حدد مجتمع البحث الحالي بطلبة المرحلة الاعدادية لقضاء الشافعية التابعة لمديرية تربية القادسية، والبالغ عددهم(٩٧٤) طالباً وطالبة، وللعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩)، موزعين بواقع (٥٠٤) من الذكور، و(٤٧٠) من الاناث، والجدول (١) يوضح حجم مجتمع البحث حسب الجنس والتخصص .

جدول(١)

مجتمع البحث موزعاً حسب المدارس

	المدرسة	العدد
١	اعدادية ابن الهيثم	٥٠٤
٢	اعدادية الشافعية	٤٧٠
	المجموع الكلي	٩٧٤

ثالثاً: عينة البحث

هي ذلك الجزء الذي يستخدم في الحكم على الكل، ومن اجل ان تكون العينة ممثلة لمجتمعها يجب اعتماد الطرائق والوسائل الصحيحة في اختيار العينة (ملحم،٢٠٠٢:٢٥١)، واختيرت بطريقة عشوائية على وفق الاسلوب المتساوي، اذ تم اختيار (٦٠) طالباً وطالبة من مجتمع البحث بواقع(٣٠) طالباً و(٣٠) طالبةً، موزعين بالتساوي وكما هو موضح في الجدول(٢) الذي يعرض تفصيلات عينة البحث.

جدول (٢)

توزيع عينة البحث وفقا للجنس والتخصص.

	المدرسة	المجموع
١	اعدادية ابن الهيثم للبنين	٣٠
٣	اعدادية الشافعية للبنات	٣٠
المجموع		٦٠

رابعاً: أدوات البحث

تطلب تحقيق أهداف البحث الحالي الاطلاع على الادبيات والاطر النظرية والدراسات السابقة، ومن خلال ذلك الاطلاع وجدت الباحثة ان مقياس الادمان على الانترنيت الى هلال (٢٠١١) مناسب لقياس الظاهرة وملائم لمجتمع الباحث ويغطي الاهداف المرسومة له وقد اتبعت الباحثة الخطوات العلمية في تبني المقاييس:-

أ. وصف المقياس

يتكون المقياس من (٢٣) فقرة موزعة على بعد واحد مصاغة بطريقة العبارات التقريرية وتندرج امام كل فقرة ثلاث بدائل (تنطبق تماماً، تنطبق الى حد ما ، لا تنطبق علي اطلاقاً) ، تاخذ الاوزان (٣، ٢، ١) وتتراوح الدرجة على هذا المقياس بين (٢٣) كحد أدنى إلى (٦٩) كحد أقصى، والمتوسط الفرضي للمقياس هو(٤٦)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن المستجيب مدمن على الانترنيت.

ب. صلاحية الفقرات:

تشير هذه العملية الى التعرف على تمثيل المقياس للمتغير المراد قياسه (الزوبعي،وآخرون،١٩٨١ :٣٤)، ولأجل التحقق من ذلك تم عرض فقرات المقياس بصيغتهما الأولية على (١٠) محكم في التربية وعلم النفس ملحق (٢)؛ لإبداء الرأي في صلاحيتهما وسلامة صياغتهما. ومدى ملاءمتها للبعد الذي تنتمي إليه وحذف أو تعديل أو إضافة ما يرونه مناسباً من تلك الفقرات وبما يجعل المقياس ملائم لعينة البحث الحالي، وباستخدام النسبة المئوية اتضح ان جميع الفقرات مقبولة لدى المحكمين وبنسبة مئوية (١٠٠%).

جـ. الخصائص السايكومترية للمقياس.

١. مؤشر صدق المقياس:

إن المقياس الصادق هو المقياس الذي يقيس الظاهرة السلوكية المراد قياسها والتي وضع من اجلها (سماره ،١٩٨٩ :١١٠). وقد تم التأكد من صدق المقياس الحالي من خلال الصدق الظاهريFace Validity ؛ اذ يُعد الصدق الظاهري مَعلَماً من معالم الصدق المطلوبة في بناء المقاييس النفسية اذ يرى كايدر(Kidder,1987) ان الحصول على الصدق الظاهري هو احد الاجراءات لاستخراج صدق المقياس، ولابد للصدق الظاهري أن يتوافر في وسيلة القياس حتى تكون أكثر فاعلية في مواقف القياس العلمية (ابو حطب،١٩٧٣:٩٠).

وقد تحقق هذا النوع من الصدق لمقياس الادمان على الانترنيت من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء المختصين في التربية وعلم النفس والاخذ بآرائهم حول صلاحية الفقرات، والذين وافقوا على صلاحية فقرات المقياس لقياس ما وضعا لأجله، وكما تم توضيحه اعلاه.

٢. مؤشر ثبات المقياس:

ويعد الثبات من الخصائص الاساسية للمقاييس النفسية مع اعتبار تقدم الصدق عليه؛ لأن المقياس الصادق يعد ثابتاً، فيما قد لا يكون المقياس الثابت صادقاً، ويمكن القول ان كل اختبار صادق هو ثابت بالضرورة (الامام، وآخرون،١٩٩٠ :١٤٣) وقد تم تحقيق الثبات للمقياس من خلال طريقة الاختبار– إعادة الاختبار Test- Retest

إن الأساس الذي تقوم عليه هذه الطريقة في استخراج الثبات هو إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجات المستجيبين التي تم الحصول عليها في التطبيق الأول للمقياس، ودرجاتهم عند إعادة تطبيقه عليهم في المرة الثانية ووفقا لذلك تم تطبيق مقياس الادمان على الانترنيت على عينة مكونة من (٢٠) طالبا وطالبة من مجتمع البحث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية.

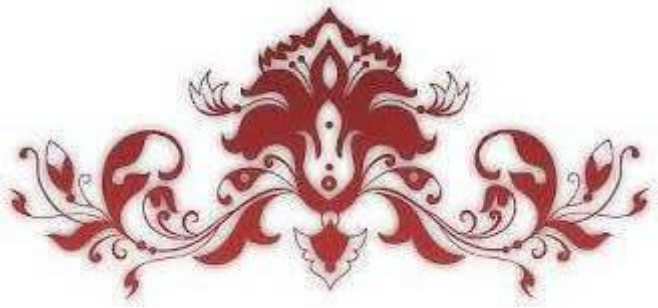
وأعيد تطبيق المقياس على عينة الثبات بعد فاصل زمني مقداره (١٤) يوماً لاستخراج معامل الثبات بطريقة الإعادة وباستخدام معامل ارتباط بيرسون ظهر أنّ معامل الارتباط بين التطبيقين يساوي (٠,٨٨) وهو معامل ثبات عالٍ. إذ أشار(العيسوي) إلى أنّه إذا كان معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني (٠,٧٠) فأكثر، فأن ذلك يعد مؤشراً جيداً لثبات الاختبارات في العلوم التربوية والنفسية(العيسوي،١٩٨٥: ٥٨)

خامساً: التطبيق النهائي

بعد أن أكملت الباحثة عملية تبني مقياس البحث، قامت بتطبيق المقياس على عينة البحث التطبيقية الرئيسة التي تكونت من(٦٠) طالباً وطالبة من طلبة مدارس المرحلة الاعدادية التابعة لمديرية تربية القادسية قضاء الشافعية فقط للدراسات الصباحية للعام الدراسي٢٠١٨-٢٠١٩م.

سادساً : الوسائل الإحصائية: استعملت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية:

- معامل ارتباط بيرسون؛ استخدم لاستخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار.
- الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة؛ لاختبار الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لدرجات أفراد العينة التطبيقية الرئيسة على مقايس البحث.
- الاختبار التائي (t-test) لعينتن مستقلتين: للتعرف على دلالة الفروق في الادمان على الانترنيت.



الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

ومناقشتها.

المقدمة:

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي توصلت إليها الباحثة ، على وفق الأهداف التي تم عرضها في الفصل الأول ، وتفسير تلك النتائج في ضوء النظرية المتبناة، ومن ثم الخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات وكما يأتي نصه.

أولاً: عرض النتائج وتفسيرها

١- التعرف على مستوى الادمان على الانترنيت لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

تشير المعالجة الاحصائية إلى إن المتوسط الحسابي لدرجة أفراد العينة البالغ عددهم (٦٠) طالباً وطالبة ، بلغ (٤٢,١٥) درجة، وبانحراف معياري قدره (١٠,٧٢٥) درجة، وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي والبالغ (٤٦) درجة، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة؛ ظهر ليس هناك فرق بين المتوسطين وكما مبين في الجدول (٣).

جدول (٣)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي طلبة المرحلة الاعدادية على مقياس الادمان على الانترنيت.

عدد افراد العينة	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي Mean	الانحراف المعياري Std.Dev	المتوسط الفرضي Test value	القيمة التائية (t)		مستوى الدلالة٠.٠٥
					المحسوبة	الجدولية	
٦٠	٢٣	٤٢.١٥	١٠,٧٢٥	٤٦	٢,٧٥٧١	١,٦٧١	دال

تشير النتيجة الى ان عينة البحث يوجد لديهم مستوى معين من الإدمان اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢,٧٥٧١) وهي اكبر من الجدولية البالغة (١,٦٧١)، وقد تتفق نتائج البحث مع ما توصلت اليها دراسة (بارزان ٢٠١٤) والتي توصلت الى أن نسبه الادمان على استخدام الانترنت بين الطلبة تصل الى طالب واحد من عشره. وان النتيجة التي توصل اليها البحث قد تكون احدى أسباب انخفاض مستوى نجاح الطلبة وعلى مستوى عدة سنوات كما وقد يكون هناك يعود أسباب أخرى منها سوء الحالة الاجتماعية لعينة الدراسة وضعف المستوى المعاشي لهم .

الهدف الثاني: التعرف على الفروق في الإدمان على الانترنيت لدى طلبة المرحلة الاعدادية بحسب متغير الجنس (ذكور، اناث).

أظهرت النتائج إن المتوسط الحسابي للذكور بلغ (٤٦,٢٦٦) درجة والانحراف المعياري بلغ(٩,٢٨٠) درجة لعينة البحث على مقياس الادمان على الانترنيت. أما الاناث بلغ المتوسط الحسابي لهما (٣٨,٠٣٣) درجة والانحراف المعياري بلغ(١٠,٦٢٣) درجة.

ولغرض استخراج الفروق بينهما استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين واتضح ان القيمة التائية المحسوبة بلغت(٤,٤٤٥) درجة وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (٢,٠٠١) درجة. وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية(٥٨) درجة ولصالح الذكور ، والجدول(٤) يوضح ذلك

جدول (٤)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بين الذكور والاناث على مقياس الادمان على الانترنيت

الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	٣٠	٤٦,٢٦٦	٩,٢٨٠	٤,٤٤٥	٢,٠٠١	دالة
اناث	٣٠	٣٨,٠٣٣	١٠,٦٢٣			

تشير النتيجة الى ان عينة البحث يوجد لديهم مستوى من الإدمان اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة **(٤,٤٤٥)** وهي اكبر من الجدولية البالغة **(٢,٠٠١)** ولصالح الذكور، حيث أن نسبه الادمان على استخدام الانترنت عند الذكور اكثر منها عند الاناث والتي قد يعود سببها الى الحرية الزائدة لدى الذكور في تلك المناطق إضافة الى ان العادات والتقاليد الاجتماعية لهذه المناطق تقيد او تقلل من استخدام هكذا تطور لدى الاناث حفاضاً على تلك العادات والتقاليد لديهم. واتفقت نتيجة البحث مع(Suhail-Bargeese,2006) والتي على طلاب الجامعة والتي توصلت الى ان الاستعمال المفرط للأنترنت يؤدي إلى مشكلات خطيره، وان الاثار السلبية لإدمان الانترنت تفوق اثاره الإيجابية.

النتائج

النتائج النظرية:

١. ان الإدمان على الانترنيت ظاهرة لا يمكن غض الطرف عنها، حيث ان هذا الادمان بأنه يماثل الادمان على القمار والمخدرات .
٢. ان الشباب خصوصاً طلبة المرحلة الإعدادية هم الاكثر استخداماً للأنترنت وبالتالي هم ليس بمنأى عن هذا الادمان بل هم في عين العاصفة كونهم من اكثر شرائح المجتمع المستخدمة للأنترنت.
٣. اهتمام العديد من الدراسات الانسانية والاجتماعية والنفسية لدراسة الاثار السلبية للإدمان على الانترنت خصوصاً الطلبة لانهم قادة المستقبل والقوة الانتاجية للمجتمع.
٤. ان النتائج التي توصل اليها البحث تتيح للقائمين على العملية التربوية من توظيف برنامج تربوي وارشادي وذلك بمساعدة المرشدين التربويين لمواجهة المشكلات السلوكية والتنبؤ إلى حد ما بنوع السلوك الذي سيقوم به الطالب في مواجهة مواقف الحياة.

النتائج العملية :

١- هناك مستوى معين من الإدمان الادمان على استخدام الانترنت لطلاب المرحلة الإعدادية والتي قد يعود سببها الى الطابع العشائري الغالب على ناحية الشافعية فضلا الى أسباب أخرى منها سوء الحالة الاجتماعية لعينة الدراسة وضعف المستوى المعاشي لهم.
٢- ان مستوى الإدمان عند الذكور اكبر منه عند الاناث والتي قد يعود سببها الى أساليب التنشئة الاجتماعية لدى الذكور في تللك المناطق، حيث ان العادات والتقاليد الاجتماعية لهذه المناطق تقيد او تقلل من استخدام هكذا تطور لدى الاناث حفاضاً على تلك العادات والتقاليد لديهم.

التوصيات.

١. توظيف التكنولوجيا في تعديل السلوك من خلال الهندسة السلوكية، على وفق مبدأ النمط الذي ادى الى الادمان ذات النمط الذي تعلم به الفرد الادمان ان نخفف به الادمان.

٢. التأكيد على الاسرة والمجتمع ومنظمات المجتمع المدني بتوعية المراهقين في كيفية استخدام الانترنت وتوظيفه في الجانب المعرفي والديني.

٣. التأكيد على اهمية دور المرشد التربوي في المدارس، بتكثيف الاساليب الارشادية الفردية والجمعية والمباشرة وغير المباشرة من خلال البو سترات تتضمن موضوعات تعمل التقليل من استخدام الانترنت.

٤. وجود رقابة لجهات مختصة لهذا الموضوع للتأكد من الاستخدام الصحيح للأنترنيت ولتحقيق اغراض محدده وواضحة.

المقترحات:

١.اجراء بحوث على مجتمع اخر غير المجتمع المستهدف من قبل البحث الحالي.

٢.اجراء دراسة مقارنة في الادمان على الانترنت بين الطلبة العاديين والمتميزين.

٣.اجراء دراسة لعلاقة الادمان على الانترنت بالتوجه نحو الهدف لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

٤.عمل برنامج ارشادي لتخفيف الادمان على الانترنت لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

٥. دراسة ما مدى وعي الطلبة لمخاطر ادمان الانترنت.

المـــصادر

المـــصادر باللغة العربية:

- ارنوط ، بشرى اسماعيل٢٠٠٧،" ادمان الانترنت وعلاقته بكل من ابعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين"، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق ، العدد ٥٥، مصر.
- الإمام، مصطفى محمود١٩٩٠" التقويم والقياس"، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد.
- الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم، وبكر، محمد إلياس، والكناني ، إبراهيم عبد الحسن١٩٨١،" الاختبارات والمقاييس النفسية"، جامعة الموصل، مطابع دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، العراق.
- العتوم، عدنان يوسف،٢٠٠٤" علم النفس المعرفي بين النظرية والتطبيق"، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط (١)، العبدلي، عمان.
- بارزان صابر خالد، عمر ياسين براهيم،٢٠١٤ " اثر البرامج الإرشادية لعلاج ادمان الفيس بوك لدى طلبه المرحلة الإعدادية في مركز مدينه اربيل ،مجله العلوم الإنسانية، جامعه صلاح الدين اربيل، المجلد ١٨،العدد٥ ،العراق .
- داوود، عزيز حنا :عبد الرحمن، أنور حسين١٩٩٠،" مناهج البحث التربوي، جامعة بغداد، العراق.
- عبدالله، محمد قاسم،٢٠١٥"ادمان الانترنت وعلاقته بسمات الشخصية المرضية لدى الاطفال والمراهقين، دراسة ميدانية في حلب، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حلب.
- عبد الكريم سعودي ٢٠١٤،" ادمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الاسري للطالب الجامعي دراسة على عينه من الطلاب جامعه بشار دراسات نفسيه وتربوية العدد ١٣جامعه بشار.
- عزب، حسام الدين،٢٠٠١،" إدمان الانترنت وعلاقته ببعض ابعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، المؤتمر العلمي السنوي للطفل والبيئة، ٢٥ ، ٢٥ اذار، القاهرة – مصر.
- علي، محمد النوبي محمد،٢٠١٠،" ادمان الانترنت في عصر العولمة"، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
- كامل، سلمى حسين،٢٠١٦،" إدمان الانترنت وعلاقته بالدافعية نحو التحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة ديالى"، مجلة الفتح، العدد ٦٨ ، العراق.
- محمد النويبي محمد علي٢٠١٠،" ادمان الانترنت في عصر العولمة ، دار صفاء لنشر والتوزيع ،الطبعة الاولى
- ملحم، سامي محمد ،٢٠٠٢،" مناهج البحث في التربية وعلم النفس"، دار المسيرة، الأردن.
- يونغ، كيمبرلي ،١٩٩٨" الادمان على الانترنت، ترجمة هاني احمد ثلجي، بيت الافكار الدولية ، عمان.

المصادر باللغة الأجنبية:

- Bootzin, R.; Acocella; J. and Alloy, L. (1993***):*** Abnormal Psychology, Current Perspectives, McGraw-Hill, Inc. New York.
- Cecilia Schou AnDresden,er alc 2012Development of Facebook addiction scale,psdcholog iCal Reports vol llo (2).
- Duran, M (2003): ***Internet addiction disorder***. http://allpsych. Com/journal/internet addiction.html.
- Egger O. & Rauterberg M.(1996) : *Internet behavior and addiction* Zurich : Swiss, Federal institute of technology. Available at : WWW.ifap.bepr.ethz.ch/gger/ibq/res.html
- Feldhusen, J.R. Gohn, B. (1995): Assessing and accessing creativity: An integrative review of theory research and development. ***Creative research Journal***, V.8 (3), pp.231-247.
- Kraut, R.; Patterson, J.; Lundmark, V; and Scherlis, W (1998): Internet Paradox: Asocial technology that reduces social involvement and psychological well-being***, American Psychology***, Vol. 539, PP. 1017-1031.
- MacLeod, Andrew Byrne, A., & Valentine, J. D. (1996): Affect, emo-tional disorder, and future-directed thinking***. Cognition and Emotion***, 10, 69-86.
- Park, S (2009): "***The association between internet use and depressive symptoms among south Korean adolescentsll***" JSPN VOL, 14 NO.14, October.
- Schererk, inpress (1996) College life on line Healthy and unhealthy internet use, *The **journal of college student Development.***
- Simonton, D, k (1996): ***Creativity and leadership***, Cambridge MA: Harvard University pres.
- Ward, D(2000): **The relationship between Psychosocial adjustment**, identity formation, and problematic internet Use. Ph. D, College of Education. The florida State University.
- Zeinab zaremohzzabieh, Dr al2013Addictivefacebook use Ammong anivseReith students Asian social science,published by Canadian Venter of Science and Education,vol15,no6.
- Young, K.S (1996): ***Internet addiction: the emergence of anew disorders.*** Poster presented at the 104th Annual meeting of the American psychological Association, Toronto, Canada, August, 1996.

الملاحق

ملحق رقم (١)

أسماء المحكمين

ت	أسماء المحكمين	الجامعة / الكلية
	أ.م.د راضي حسن	جامعة القادسية / كليه التربية للبنات
	م.د مهند علي نعمة	جامعه القادسية / كلية التربية للبنات
	أ.م.م اقبال كاظم	جامعه القادسية / كلية التربية للبنات
	د. كهرمان هادي عودة	جامعه القادسية / كليه التربية للبنات
	م. لقاء عبدالهادي	جامعة القادسية / كلية التربية للبنات
	م. وسن حمودي حنيوي	جامعة القادسية / كلية التربية للبنات
	م.م شروق كاظم جابر	جامعه القادسية / كليه التربية للبنات
	م.م سهام كاظم	جامعه القادسية / كلية التربية للبنات
	م.م أزهر غيلان مرهون	جامعه القادسية / كلية التربية للبنات

ملحق رقم (٢)

جامعة القادسية

كلية التربية للبنات

قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

للعام الدراسي(٢٠١٨-٢٠١٩).

م/ استبيان آراء الخبراء والمحكمين حول صلاحية مقياس الإدمان على الانترنت بصيغته الأولية .

الأستاذ .....الفاضل.

تحية طيبة...

تروم الباحثة أجراء دراسة لبحثها الموسوم " **الإدمان على الانترنت لدى طلبة المرحلة الاعدادية** " ولتحقيق أهداف البحث اعتمدت الباحثة على مقياس(ارنوط) والذي عرف **الإدمان على الانترنت** على انه" هو الاقبال على الانترنت بشكل يتجاوز حدود السواء حيث يصبح سلوك الفرد سلوكا مظربا وشاذا وغير سوي" (ارنوط ٢٠٠٧).

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في مجال علم النفس والإرشاد النفسي لذا فإن الباحثة تتوجه لحضراتكم لإبداء آرائكم فيما يخص مدى ملائمة الفقرات ومدى صلاحيتها لقياس ما وضعت لأجله، وإجراء ما ترونه مناسب من تعديل للفقرات، واقتراح البدائل الملائمة التي تتناسب مع طبيعة البحث.علماً ان بدائل الإجابة هي: (تنطبق علي ، تنطبق علي الى حد ما ، لا تنطبق على الاطلاق).

مع جزيل الشكر والتقدير....

المشرف **الباحثة**

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
١	أقوم بفتح الانترنت بعد ان استيقظ من النوم مباشرة			
٢	استخدم الانترنت لوقت طويل اكثر مما كنت انويه			
٣	اشعر بالاكتئاب عندما لا استخدم الانترنت			
٤	لا استطيع التركيز في دراستي بسبب انشغالي بالأنترنت			
٥	استمر في استخدام الانترنت بشكل كبير رغم ما يسببه لي من مشكلات في حياتي			
٦	استخدام الانترنت احب الأنشطة التي أقوم بها في حياتي			
٧	استخدامي للأنترنت بشكل كبير جعلني لا ازور اقاربي ونقطع عنهم			
٨	افضل استخدام الانترنت عن الخروج مع أصدقائي			
٩	أتأخر في النوم كثيرا من الأحيان بسبب سهري امام الانترنت			
١٠	اهرب من المشكلات والصعوبات التي تواجهني باستخدام الانترنت			
١١	اشعر بتغيرات تضطربني لزيادة الوقت الذي اقضيه في استخدام الانترنت			
١٢	اذا لم اقض وقت امام الانترنت فإنني لا اشعر بالمتعة طوال اليوم			
١٣	استخدامي للأنترنت باستمرار جعلني افقد الكثير من أصدقائي			
١٤	ليس لي أصدقاء كثيرين خارج نطاق الانترنت			
١٥	في كثير من الأحيان اتناول بعض واجباتي امام الانترنت حتى لا اتوقف عن استخدامه			
١٦	في الوقت الذي لا استخدم فيه الانترنت أكون شغول جدا بالتفكير فيه			
١٧	اذا خيروني بين مكان فيه أصدقائي ولكن ليس به انترنت وبين مكان اخر به أصدقاء لي فإنني اختار الذي به انترنت			
١٨	استمر في استخدام الانترنت رغم ما يسببه لي من مشكلات جسميه بسبب الحرمان من النوم			
١٩	اهمل ممارسه أي موهبه لدي بسبب حبي الشديد للأنترنت			
٢٠	اجد متعه شديده في محادثتهم وجها لوجه			
٢١	اهميه الانترنت لدي تماما مثل اهميه الماء والهواء			
٢٢	استخدامي للأنترنت يجعلني اشعر بانني عظيم			
٢٣	الانترنت ملاذاً امنا لي اذا ضاقت بي الحياة			

ملحق رقم (٢)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة القادسية – كلية التربية للبنات
قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

م/ إستمارة إستبيان

عزيزتي الطالبة.....

تحية طيبة....

بين يديك مجموعة من الفقرات التي تهدف الباحثة من خلال إجابتك عنها تعرف موقفك الحقيقي الهادف إزائها، ونظراً لما تعهده فيك من دقة وموضوعية وصراحة في التعبير عن آرائك وأفكارك، تأمل الباحثة منك الإجابة عن هذه الفقرات، وذلك من خلال وضع علامة (√) أمام واحدة من البدائل الثالثة، علماً انه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة ولا حاجة الى ذكر الاسم،

مثال يوضح كيفية الإجابة

ت	الفقرات	تنطبق علي	تنطبق علي الى حد ما	لا تنطبق على الاطلاق
١	**أقوم بفتح الانترنت بعد ان استيقظ من النوم مباشرة**	√		

ت	الفقرات	تنطبق علي	تنطبق علي الى حد ما	لا تنطبق على الاطلاق
١	أقوم بفتح الانترنت بعد ان استيقظ من النوم مباشرة .			
٢	استخدم الانترنت لوقت طويل اكثر مما كنت انويه .			
٣	اشعر بالاكتئاب عندما لا استخدم الانترنت.			
٤	لا استطيع التركيز في دراستي بسبب انشغالي بالأنترنت			
٥	استمر في استخدام الانترنت بشكل كبير رغم ما يسببه لي من مشكلات في حياتي			
٦	استخدام الانترنت احب الأنشطة التي أقوم بها في حياتي			
٧	استخدامي للأنترنت بشكل كبير جعلني لا ازور اقاربي ونقطع عنهم			
٨	افضل استخدام الانترنت عن الخروج مع أصدقائي			
٩	أتأخر في النوم كثيرا من الأحيان بسبب سهري امام الانترنت			
١٠	اهرب من المشكلات والصعوبات التي تواجهني باستخدام الانترنت			
١١	اشعر بتغيرات تضطربني لزيادة الوقت الذي اقضيه في استخدام الانترنت			
١٢	اذا لم اقض وقت امام الانترنت فإنني لا اشعر بالمتعة طوال اليوم			
١٣	استخدامي للأنترنت باستمرار جعلني افقد الكثير من أصدقائي			
١٤	ليس لي أصدقاء كثيرين خارج نطاق الانترنت			
١٥	في كثير من الأحيان اتناول بعض واجباتي امام الانترنت حتى لا اتوقف عن استخدامه			
١٦	في الوقت الذي لا استخدم فيه الانترنت أكون شغول جدا بالتفكير فيه			
١٧	اذا خيروني بين مكان فيه أصدقائي ولكن ليس به انترنت وبين مكان اخر به أصدقاء لي فإنني اختار الذي به انترنت			

١٨	استمر في استخدام الانترنت رغم ما يسببه لي من مشكلات جسميه بسبب الحرمان من النوم			
١٩	اهمل ممارسه أي موهبه لدي بسبب حبي الشديد للأنترنت			
٢٠	اجد متعه شديده في محادثتهم وجها لوجه			
٢١	اهميه الانترنت لدي تماما مثل اهميه الماء والهواء			
٢٢	استخدامي للأنترنت يجعلني اشعر باننني عظيم			
٢٣	الانترنت ملاذاً امنا لي اذا ضاقت بي الحياة			