Al-Mukhtar Journal of Social Science 44 (2): 373-396, 2026
Doi: https://doi.org/10.54172/n68ms728

Research Article Open Access

إدمان الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي

إيمان عبد الرحيم محمد بوخمادة[1]*

الباحث الاول[1]*: كلية التربية، جامعة بنغازي، ليبيا

المستخلص: هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بجامعة بنغازي، والفروق فيها وفقاً لمتغيرات التخصص، والسنة الدراسية، والعمر. تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي على عينة مكونة من (188) طالباً وطالبة. ولجمع البيانات، طُبق مقياس إدمان الإنترنت لكارل يونج (ترجمة الشافعي، 2009)، ومقياس الوحدة النفسية (عزب وآخرون، 2022). أظهرت النتائج مستوى منخفضاً لكل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى أفراد العينة، حيث جاءت النتائج دون المتوسط الفرضي. ومع ذلك، أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المتغيرين. كما بينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستويات إدمان الإنترنت أو الوحدة النفسية تُعزى لمتغيرات التخصص، والسنة الدراسية، والعمر.

الكلمات المفتاحية: إدمان الإنترنت، الشعور بالوحدة النفسية، كلية التربية.

[1]*Corresponding author:
Eman A. Bukhamada,
eman.bukhamada@uob.edu.ly
Faculty of Education,
University of Benghazi, Libya

Received:
25/06/2026

Accepted:
15/08/2026

Publish online:
31/08/2026

Internet Addiction and Its Relationship to Psychological Loneliness among Students in the College of Education – University of Benghazi

Abstract: This study aimed to identify the relationship between internet addiction and psychological loneliness among students at the Faculty of Education, University of Benghazi, and to examine differences based on specialization, academic year, and age. Utilizing a descriptive correlational approach, the study sample consisted of 188 male and female students. Data were collected using the Internet Addiction Scale (Young, 1998; translated by Al-Shafei, 2009) and the Psychological Loneliness Scale (Azab et al., 2022). The results revealed low levels of both internet addiction and psychological loneliness among the sample, falling below the hypothetical mean. However, a statistically significant positive correlation was found between the two variables. Additionally, the findings indicated no statistically significant differences in either internet addiction or psychological loneliness attributed to the variables of specialization, academic year, or age.

Keywords: Internet Addiction, Feeling of Psychological Loneliness, College of Education

The Author(s) 2024. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) , which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium , provided you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons license, and indicate if changes were made.

المقدمة:

تمخضت ثورة المعلومات والتكنولوجيا الرقمية عن وسائل اتصالات متطورة، جعلت العالم قرية صغيرة، ويأتي في مقدمة تلك الوسائل تقنية الإنترنت، والذي أصبح ركيزة أساسية في حياتنا اليومية، فقد جعل استخدامه حياتنا أسهل، على مختلف الأصعدة الشخصية والمهنية والتربوية، بحيث تغيرت طرق التفاعلات الاجتماعية، وظهرت إمكانيات اجتماعية جديدة، في مجال العمل والتعليم، خاصة في أوقات الأزمات.

ويبين موقع Internet World Stat المتخصص في إحصاءات مستخدمي الإنترنت حول العالم، بأن عدد مستخدمي الإنترنت في البلدان العربية خلال شهر مارس (2017)، قُدر بحوالي (15.105.000)، خمسة عشرة مليوناً ومائة وخمسة آلاف مستخدم. (درويش، 2016: 53).

ومع تزايد اعداد مستخدمي الإنترنت، يجب أن نعلم، أن استخدام الإنترنت لا يمثل خطورة في حد ذاته على السلوك، إلا إذا أصبح سلوكاً قهرياً، وتعارض مع أنشطة الحياة اليومية والقيام بأعبائها، إن المشكلة لا تكمن في شبكة الإنترنت بل في الأنشطة والمجالات التي يمكن الوصول إليها عبر الإنترنت، والوقت الطويل الذي يمضيه الشخص مستخدماً للإنترنت. ومن هنا ظهر نوع جديد من الاضطرابات لم يكن معروفاً قبل التسعينيات من القرن الماضي. (إبراهيم، 2019: 2).

بحيث أصبح بعض مستخدمي الإنترنت مدمنين على الإنترنت بنفس الطريقة التي يصبح بها البعض مدمنين على المخدرات أو الكحول، وقد اعتبرت الجمعية الأمريكية للطب النفسي إدمان استخدام الإنترنت أحد أنواع الإدمان، وتم تعريفه بأنه: اضطراب يظهر حاجة سيكولوجية قسرية نتيجة عدم الإشباع من استخدام الإنترنت، وأن المصاب بهذا الاضطراب يعاني من أعراض عديدة. (حمودة، 2015: 214).

إن إدمان الإنترنت يؤثر على 6% من سكان العالم، وأكثر المناطق تأثراً بهذه الظاهرة، هي منطقة الشرق الأوسط، بنسبة تصل إلى 11%، كما يلاحظ أن نسبة 77% من مستخدمي الهواتف الذكية تتراوح أعمارهم ما بين (18– 24) سنة، أي أنهم من الشباب في مقتبل العمر. (عثمان والأمين، 2018: 3).

وتتضح أهمية الإنترنت في حياة الشباب من خلال طبيعته وأدواته ووسائل اتصالاته المختلفة، التي تعتمد على الحياة الافتراضية، التي تؤثر على حياة الشباب بشكل كبير، فتؤثر على هويتهم وتوجيههم ووجودهم في بنية افتراضية عالمية. فنجد الشباب، والشباب العرب يتعرضون بشكل خاص لمحتوى الإنترنت، سواء كان إيجابياً أو سلبياً، مما يؤثر على مستوى تكوين اتجاهاتهم وأفكارهم وقيمهم. (السطالي، 2019: 10).

فقد نجحت شبكة المعلومات في خلق نوعين من الشباب، جيل متصدع لا يملك الرغبة في التطور والتقدم، متحرر من القيود، وهؤلاء هم الشباب الذين يعيشون ليلاً ونهاراً، لا يهمهم سوي اللعب والتصفح، ولا يطمحون إلى شيء سوى إشباع رغباتهم، وهناك النوع الثاني من الشباب الذي يتعامل مع الشبكة العنكبوتية، ويأخذها بمحمل الجد والاجتهاد لتصحيح الأوضاع الخاطئة أو المشاكل التي يعاني منها المجتمع، كما يستطيع عن

طريقها تنمية معارفه، وفتح آفاق جديدة للمعرفة، وتغيير الواقع الاجتماعي الذي يعيشه. (السطالي، 2019: 11).

ومع تزايد المعدلات العالمية لاستخدام الإنترنت، أُجريت العديد من الدراسات التي تناولت ظاهرة إدمان الإنترنت لدراسة آثاره الإيجابية والسلبية، ففي دراسة مسحية لعالمة النفس الأمريكية كمبرلي يونج (1996) Kimberly Young وجدت أن من بين المشكلات الناتجة عن سوء استخدام الإنترنت هي الإدمان على استعماله.

فقد أصبح إدمان الإنترنت مشكلة عالمية للصحة العقلية، لما لها من آثار سلبية على الفرد، حيث يعتقد العديد من الباحثين، أن إدمان استخدام الإنترنت يؤدي إلى مشكلات في العلاقات الشخصية في الحياة الواقعية، ويعرقل الأنشطة اليومية، ويؤدي إلى سوء العمل الأكاديمي، ويعيق الأداء المهني، والعلاقات الاجتماعية والأهم من ذلك، أن معدل انتشار إدمان الإنترنت بين المراهقين والشباب من طلبة الجامعة يتزايد بشكل أكبر من فئات المجتمعات الأخرى. (تشتوش، 2023: 70).

كما أنه يؤدي إلى مشكلات في النوم، فقد اشارت دراسة عنتر (2016) وجود علاقة بين الأرق والفزع والكابوس والتجوال الليلي واضطراب النوم وإدمان الإنترنت.

وبينت دراسة شارن وهوانغ (2018) Huang & Chern الآثار الصحية الضارة لإدمان الإنترنت عبر الجوانب المختلفة من الصحة، أولاً الصحة الجسدية حيث أن إدمان الإنترنت يرتبط في كثير من الأحيان بعدد من العناصر غير الصحية وأنماط الحياة، إضافة إلى آثاره الضارة على الصحة النفسية للفرد، خاصة في وجود متلازمة نفسية شائعة الحدوث، مثل اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط والاكتئاب، بالإضافة إلى ارتباطه بانخفاض الرضا عن الحياة مع العائلة والأصدقاء والمدرسة والبيئة التي يعيش فيها. (طباس وملال، 2021: 385).

ويُعد الشعور بالوحدة النفسية من المشكلات التي قد تترتب على إدمان الإنترنت، وتواجه الطالب الجامعي، وقد تقف عائقاً أمام اندماجه في كثير من الأنشطة العلمية أو الاجتماعية، سواء داخل الجامعة أو خارجها.

وتجدر الإشارة إلى أن وجود الفرد مع الآخرين لا يحميه من الشعور بالوحدة النفسية، حيث أن الوحدة النفسية ليست مرادفة لكون الفرد وحيداً، فبالرغم من وجود الطالب الجامعي في وسط اجتماعي، قد يكون ملئ بالتجمعات، والأنشطة التي تجمعه بالآخرين، إلا أن الشعور بالوحدة النفسية قد لا يفارقه. (عزب وفاروق وعزيز، 2022: 57).

وقد يرجع الشعور بالوحدة النفسية إلى تغير الظروف وبيئة الجامعة التي يوجد بها هؤلاء الطلبة، أو لعدم قدرتهم على تكوين صداقات جديدة، أو لانشغالهم معظم الوقت باستخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة، مما قد يؤثر على نشاطهم، ومستوى تحصيلهم الدراسي. (موسى، 2023: 623).

ويمكن أن يؤدي الشعور بالوحدة النفسية إلى العديد من المشكلات والاضطرابات النفسية والاجتماعية. وقد ذكر Alkhouri (2021) أن منظمة الصحة العالمية أصدرت بياناً بين إبريل وسبتمبر من العام (2020) بينت فيه أن (70%) من الأشخاص كانت الوحدة النفسية هي العامل الرئيسي في مشكلات الصحة النفسية لديهم، بدأت بالعزلة التي فرضت الانفصال عن الآخرين، وتطورت لديهم للوحدة النفسية. (عطية وأبو جراد، 2022: 3)

وهذا ما بينته نتائج العديد من الدراسات، مثل: دراسة لزموري وماندلي (2017)التي اشارت إلى وجود علاقة سالبة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات.

وقد أشار Pijpers (2017) إلى أن الوحدة النفسية قد تؤدي إلى تقلبات المزاج، وانخفاض مستوى التركيز، وعدم القيمة، واضطرابات في النوم والطعام، بالإضافة إلى أنها قد تؤدي إلى أعراض الاكتئاب، ومشاعر اليأس، واضطرابات في الجهاز الهضمي. (عبد الرزاق، 2020: 217).

كما اظهرت نتائج دراسة سعيدي وعنانو (2023) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعة.

مشكلة الدراسة

تُعد التطورات التكنولوجية من أهم سمات العصر الحاضر، وتعد شبكة الإنترنت واحدة من هذه التطورات التكنولوجية الحديثة، التي منحت المجتمع الإنساني مجموعة من الفوائد التي لا نستطيع حصرها أو نكرانها.

فالإنترنت ليس فقط تطوير للتكنولوجيا الرقمية، بل هو أول مسؤول عن القفزة الهائلة في العلم والمعرفة والعلاقات الاجتماعية والاتصالات. ومع الاعتراف بفوائد نظم المعلومات ومساهمتها الفعالة في البنية الثقافية بشكل عام، وتحويل المجتمع إلى مجتمع معلوماتي، فقد ساعد غياب الرقابة وإمكانية الإخفاء وعدم تحديد المصدر الإلكتروني، على أن يكون الإنترنت مصدراً للتهديد بالوصول إلى الأزمة الفكرية، ولكن على الرغم من أن الإنترنت أصبح ضرورياً في حياة الناس، حيث إنه يعتبر السبب الرئيسي في انتشار الثقافة والمعرفة في العصر الحالي، ولكن في الوقت نفسه كان له الكثير من الآثار السلبية التي ينبغي أن نوليها الاهتمام. (السطالي، 2019: 7).

ومن أبرز هذه الآثار السلبية الإدمان على الإنترنت وما ارتبط به، ونتج عنه من مشكلات نفسية واجتماعية واقتصادية وصحية، والتي من أهمها: بالإضافة إلى المشكلات الصحية والجسدية، ضعف الاتزان الانفعالي للفرد، وانفصاله عن واقعه، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية.

وتشير بعض الإحصاءات إلى أن أكثر الفئات العمرية تأثراً بالوحدة النفسية هم فئة الشباب، فقد اظهر تقرير أجرته هيئة الإذاعة البريطانية (BBC)، في أكتوبر (2018) أنه من بين (55000) شخص استجابوا لاستطلاع الشعور بالوحدة النفسية عبر الإنترنت، كانت الفئة العمرية التي تراوحت أعمارها ما بين (16 – 24) سنة، بما نسبته (40%) من الأفراد الذين أجري عليهم الاستطلاع. (عزب وفاروق وعزيز، 2022: 58)

ويمثل الشباب الجامعي قوة بشرية تمثل مستقبل أي بلد وقدراته، لذا يتم بذل جهود جبارة لتهيئة البيئة المناسبة من أجل ضمان نجاحهم، وتعتبر المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي يعيشها الفرد في حياته، إذ تساعده على اكتساب المهارات المعرفية والاجتماعية والانفعالية، نتيجة ما تقدمه من علوم ومعارف وأنشطة طلابية مختلفة، كما تتيح للفرد فرصة لتنمية الاستقلالية والتميز وبناء شخصيته ، لذا فإن الاهتمام بالطالب الجامعي ينعكس على تحقيق أهداف التنمية التي تهدف إليها الجامعة، والطالب الجامعي كغيره من مستخدمي الإنترنت، يسعى لتحقيق عدة أهداف من خلالها، فبالرغم من القفزة النوعية الهائلة التي أحدثها الإنترنت كونه من أكثر التقنيات استخداماً للاتصال، نظراً لما يوفره من سهولة في الحصول على المعلومات والمعارف في كافة المجالات العلمية والحياتية، مما يساعد الطلاب والباحثين في انجاز دراساتهم واعمالهم وإشباع احتياجاتهم، ولما يمنحه من حرية في التعبير عن الآراء، والاطلاع على الثقافات المختلفة، وبناء مجتمعات افتراضية لها قيمها و قوانينها، لكن من ناحية أخرى نجده ساهم في بروز ظاهرة إدمان الانترنت لدى الشباب الجامعي، بالإضافة إلى أنه أدى إلى بروز مشكلات اجتماعية ونفسية وأكاديمية وصحية طارئة، نتيجة الاستخدام القهري للإنترنت. (طباس وملال، 2021: 385).

بناء على ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي.

أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة أهميتها من الاعتبارات التالية:

1 – أهمية المرحلة العمرية التي تتناولها، وهي مرحلة الدراسة الجامعية، والتي لها أهمية خاصة في الاهتمام ببناء شخصية الطالب من مختلف النواحي المعرفية والنفسية والاجتماعية، حيث أن ظهور أي مشكلة في أوساط طلبة الجامعة سيؤدي بالتالي إلى حدوث خلل في عجلة التنمية في المجتمع.

2 – قد توفر هذه الدراسة إطاراً نظرياً للباحثين والمختصين، للتعرف على ظاهرة إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة في علاقتها بالوحدة النفسية، مما يساعدهم على اتخاذ ما يلزم حيال هذه الظاهرة، حيث أصبح استخدام الإنترنت سلاحاً ذو حدين، وطغى جانبه السلبي على جانبه الإيجابي، مما ترتب عليه مشكلات نفسية واجتماعية وصحية واكاديمية لدى الطالب الجامعي.

3 – قد تسهم نتائج هذه الدراسة في لفت نظر المهتمين والمتخصصين لتقديم برامج توعوية، وتصميم برامج إرشادية للحد من إدمان الإنترنت، وتخفيف الوحدة النفسية لدى الطالب الجامعي، مما ينعكس إيجابياً على النواحي الأكاديمية والنفسية والاجتماعية لديه.

أهداف الدراسة:

1 – التعرف على مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي.

2 – التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي.

3 – التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية/ جامعة بنغازي.

4 – التعرف على الفروق في إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي وفق متغيرات التخصص/ السنة الدراسية.

5 – التعرف على الفروق في الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي وفق متغيرات التخصص – السنة الدراسية.

حدود الدراسة:

1 – الحدود الموضوعية: تتحدد الدراسة بموضوعها المتمثل في التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي.

2 – الحدود البشرية: تُجرى الدراسة على طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي.

3 – الحدود الزمنية: تجرى الدراسة أثناء فصل الخريف للعام الجامعي (2024).

4 – الحدود المكانية: تقتصر الدراسة على كلية التربية – جامعة بنغازي.

مصطلحات الدراسة:

1 – إدمان الإنترنت: Internet Addiction

عرفه Bozoglan (2017) بأنه " حالة يفقد فيها الفرد السيطرة على استخدامه للإنترنت، والاستمرار في استخدامه بشكل مفرط، إلى الحد الذي يواجه فيه عواقب وخيمة لها تأثير سلبي على حياته. (الحساني، 2022 ص:267).

التعريف الإجرائي لإدمان الإنترنت: هو استخدام الإنترنت لعدة ساعات تتجاوز 5 ساعات يومياً، وعدم القدرة على الابتعاد عنه لفترة قصيرة، مما يترتب عنه مشكلات في حياة الطالب الجامعي الأكاديمية والاجتماعية. والذي يُقاس بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

2 – الشعور بالوحدة النفسية: Loneliness

هي شعور نفسي غير مرغوب فيه، ينتج عن افتقاد الفرد للعلاقات الاجتماعية المشبعة، حيث يشعر بالعزلة عن الآخرين رغم تواجده معهم. وقد يصاحبه مشاعر مؤلمة تؤثر على جميع جوانب شخصية الفرد وعلاقاته كماً وكيفاً. (عزب وفاروق وعزيز، 2022: 60).

التعريف الإجرائي للشعور بالوحدة النفسية: هو حالة نفسية يختار فيها الطالب البقاء بمفرده، منعزلا عن الاختلاط بالآخرين. والذي يُقاس بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

3 – الطالب الجامعي: هو الطالب الذي يدرس في أحد الفصول الدراسية (الأول– الثاني – السابع – الثامن) لفصل الخريف للعام الجامعي (2023 – 2024) بأحد أقسام كلية التربية جامعة بنغازي.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: إدمان الإنترنت Internet Addiction

مفهوم الإنترنت Internet concept

كلمة الإنترنت هي كلمة مشتقة من المصطلح الإنجليزي (interconnected network) حيث تم اختصارها إلى (internet) هي اختصار ل (International al network). تم تعريفه في كتاب برنامج الأمم المتحدة للتنمية على أنه: "شبكة دولية تتكون من شبكة من الشبكات التي تربط (000 .35) شبكة اتصالات من شبكات الكمبيوتر من جميع أنحاء العالم، وتأمين أكثر من (33) مليون مستخدم من (100) دولة في العالم .

وإدمان الإنترنت هو حالة نظرية من الاستخدام المرضي للإنترنت، والذي يؤدى إلى اضطرابات في السلوك، وهو ظاهرة قد تكون منتشرة تقريباً في جميع المجتمعات في العالم، بسبب توفر أجهزة الحاسوب في كل بيت، وإن لم يكن موجوداً في كل بيت يكفي للفرد الذهاب إلى أحد الأصدقاء أو المقاهي التي توفر له استخدام الإنترنت. وقد أقرت الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA) وضع الإدمان على الإنترنت ضمن عناصر الإدمان الأخرى؛ وعرفته على أنه "اضطراب يظهر حاجة سيكولوجية قسرية نتيجة عدم الإشباع من استخدام الإنترنت والمصاب بهذا الاضطراب يعاني من أعراض عديدة. (طباس وملال، 2021: 391).

وكذلك عرف Bozoglan (2017) إدمان الإنترنت على أنه حالة يفقد فيها الفرد السيطرة على استخدامه للإنترنت، والمضي قدماً في استخدامه بشكل مفرط، إلى الحد الذي يواجه فيه عواقب لها تأثير سلبي على حياته. كما عرف Blachnio (2019) .إدمان الإنترنت بأنه المشاركة المفرطة في الإنترنت التي تؤدي إلى عواقب سلبية. في حين عرف مختار (2019) إدمان الإنترنت بأنه حالة من الاستخدام المرضي لشبكة الإنترنت، تصعب مقاومتها، وتؤدي بالضرورة إلى التعود الذي يتحول إلى نمط سلوكي يلبي بشكل وهمي أو حقيقي حاجات أو رغبات نفسية اجتماعية، والذي قد ينتج عنه اضطرابات عدة في السلوك. (الحساني، 2022: 269).

وهناك أعراض كثيرة للإدمان على الإنترنت نذكر منها:

-زيادة عدد الساعات أمام الإنترنت بشكل مطرد تتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه.

– التوتر والقلق الشديدين في حالة و جود أي عائق للاتصالات بالإنترنت، قد تصل إلى حد الاكتئاب كلما زادت فترة الابتعاد عن الدخول، والإحساس بسعادة بالغة وراحة نفسية حين يعود إلى استخدامه.

-كثرة الحديث عن الإنترنت في الحياة اليومية.

– إهمال الواجبات الاجتماعية والأسرية والدراسية والوظيفية بسبب استعمال الإنترنت.

– استمرار استعمال الإنترنت على الرغم من وجود بعض المشكلات مثل فقدان العلاقات الاجتماعية ، والتأخر في الدراسة أو العمل.

– الجلوس من النوم بشكل مفاجئ والرغبة في فتح الإنترنت. (بشبش، 2018: 19)

معايير إدمان الإنترنت:

قامت جمعية علم النفس A.P.A بتصنيف الاستخدام المفرط للإنترنت كاضطراب، وذلك إذا كان يعوق ممارسة الشخص لحياته الطبيعية، مع ظهور أعراض اضطرابية، وعادةً ما يستخدم المتخصصون نفس محكات تشخيص مجالات الإدمان الأخرى المدرجة بالدليل التشخيصي الرابع DSM IV، ولكي يعتبر الشخص مدمناً لابد وأن تتوافر ثلاثة أو أكثر من المحكات التالية، التي إذا ظهرت على الفرد خلال سنة كاملة يعد مدمناَ على الأنترنت وهي:

1 – التحملTolerance: أي الميل إلى زيادة ساعات استخدام شبكة الإنترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها من قبل ساعات.

2 – الأعراض الانسحابية Withdrawal symptoms: وقد تستمر إلى شهر عقب التقليل أو الانقطاع عن استخدام شبكة الانترنت، وهذه الأعراض تسبب للفرد قلقاً ومشكلات عديدة على مستوى حياته الاجتماعية والشخصية والمهنية، وهذه الأعراض تشمل: هياج نفسي حركي Psychomotor agitation رعشة، قلق، تفكير قهري عما يحدث في شبكة الإنترنت، بالإضافة إلى أحلام وتخيلات تتعلق بشبكة الإنترنت، واستخدام الفرد لشبكة الإنترنت لفترات طويلة من الزمن، أكثر مما كان، وفتور العلاقات الاجتماعية والأنشطة لدى الفرد.

3 – البروز Salience: أن يكون سلوك الفرد سمة بارزة، وهذا يحدث عندما يصبح هذا السلوك أهم الأنشطة، وأكثرها قيمة في حياة الفرد، ويسيطر على تفكيره ومشاعره، والشعور باللهفة للقيام بهذا النشاط.

4 – تغير المزاج Mode modification: ويشير إلى الخبرة الذاتية التي يشعر بها كنتيجة للقيام بهذا السلوك، ويمكن رؤيتها كإستراتيجية للمواجهة، لكي يتحاشى الآثار المترتبة على افتقادها، وقد يصاحبها تحمل أو لا يصاحبها.

5 – الصراع Conflict: وهو يشير إلى الصراعات التي تدور بين المدمن والمحيطين به، وأيضا يشير إلى الصراعات والتضارب بين هذا النشاط وغيره من الأنشطة الأخرى (العمل، الحياة الاجتماعية، الاهتمامات، الدراسة). (البدراوي، 2019: 137–138).

6 – الإدمان في عدم الاتصال: وهو القدر الكبير من الوقت الذي يمضيه الفرد عندما لا يكون متصلا بالإنترنت، وعندها يتعامل مع الأنشطة المتصلة باستخدام الإنترنت.

7 – الانتكاس: هذا المحك أضافه جيكنباخ، ويعني الميل إلى العودة مرة أخرى لأنواع الأنشطة التي كان يدمنها الفرد ويمارسها من قبل. (القاضي، 2020: 121).

مراحل الإدمان على الإنترنت: قدم عالم النفس كروهل (2003) Grohol انموذجاً Model حدد فيه ثلاث مراحل يمر بها الأفراد في استكشافهم للإنترنت هي:

1- مرحلة الاستحواذ أو الافتتان obsession or enchantment stage :تحدث عندما يكون الفرد مستخدماً جديداً للإنترنت، أو أنه مستخدم موجود يحدث نشاطاً جديداً، وهذه المرحلة تمتاز بأنها مسببة لإدمان الأفراد بدرجة كبيرة حتى الوصول إلى المرحلة الثانية.

2 – مرحلة التحرر disillusionment stage :في هذه المرحلة يصبح الأفراد غير مهتمين بالنشاطات التي كانوا يدخلون بها كما كانوا سابقاً، وعندما يصل الفرد إلى هذه المرحلة يمكن أن يصل بسهولة إلى المرحلة الثالثة.

3. مرحلة التوازن Balance stage وفي هذه المرحلة يتلخص الاستخدام المعياري للإنترنت، ويكون الوصول إليها في فترات مختلفة من قبل الأفراد، وهذه المرحلة يمكن أن تعاد في دورتها إذا وجد الفرد نشاطاً جديداً مثيراً آخر. (القاضي، 2020: 120).

العوامل المؤدية لإدمان الإنترنت :

1- الملل والفراغ: يعاني بعض المراهقين من أوقات الفراغ والملل، فالإنترنت يساعد مستخدميه على الانشغال بأي شيء مهم أو غير مهم، لقتل الوقت والبحث عن المتعة بصورة غير سليمة.

2- نقص الرقابة: إن عالم الإنترنت وما يحتويه من أنشطة يصعب مراقبته، سواء من الأسرة أو المجتمع مما يشجع المراهق على الاندماج في هذا العالم بجميع مساوئه دون خوف أو خجل من أحد.

3- السرية وعدم الكشف عن الهوية: فالإنترنت يُمكن المستخدم من الحصول على المعلومات والمعارف، وطرح الأسئلة، والتعرف على الأشخاص دون الحاجة إلى تعريف نفسه وإعطاء معلومات حقيقية عن شخصيته، فالفرد يشعر بروح المغامرة والتحرر من القيود التي يفرضها المجتمع.

4- ضغوط الحياة والمشكلات اليومية :إن الضغوط والمشكلات الاقتصادية والاجتماعية التي يعاني منها الفرد في عالمه الحقيقي، يولد لديه الدافع والرغبة في إيجاد عالم أشبه بالحلم، لا تقيده القوانين الفيزيقية التي تتحكم في حركته، أو أعراف وعادات اجتماعية تفرض قيود على سلوكه وكلامه.

5- الهروب: يُمكن الإنترنت المستخدم من الهروب من الواقع الحقيقي إلى واقع افتراضي بديل، حيث يمكن للفرد الذي يفتقر إلى الثقة بالنفس أن يصبح شخصية جذابة، والشخص الانطوائي يجد لنفسه أصدقاء أو صديقات، ويستطيع كل فرد أن يبني لنفسه هوية مختلفة، يمكنه من خلالها الحصول على كل ما ينقصه في العالم الواقعي.

6- القلق والكآبة : واللذان أصبحا سمة من السمات الشائعة في الحياة الواقعية للفرد، فقد أصبح عالم الإنترنت بكل مغرياته متنفساً للفرد، لمحاولة الخروج من حالة الحزن والإحباط والقلق والضغوطات التي يعاني منها.

7- المشكلات الاقتصادية والاجتماعية :أصبح عالم الإنترنت وسيلة للهروب من هذه المشكلات الاقتصادية والاجتماعية التي يعاني منها الفرد بدلاً من مواجهة مثل هذه المشكلات ومحاولة ايجاد حلول لها. (الحساني، 2022: 272 – 273).

الاتجاهات النظرية المفسرة لإدمان الإنترنت:

1- الاتجاه السلوكي: وهو ينظر إلى إدمان الشبكة المعلوماتية على أنه سلوك متعلم يخضع لمبدأ المثير والاستجابة والتعزيز والاشراط ويمكن تعديل سلوك الإدمان .

2 – الاتجاه السيكو دينامي: وهو ينظر إلى إدمان الشبكة على أنه استجابة هروبية من الإحباطات ورغبة في الحصول على لذة بديلة لتحقيق الإشباع والنسيان وإنكار الواقع.

3- الاتجاه الاجتماعي الثقافي: يرى أصحاب هذا الاتجاه أن إدمان الشبكة المعلوماتية يرجع إلى ثقافة المجتمع، وبالتالي فإن المجتمع هو الذي يغذي هذا الإدمان.

4- الاتجاه الكيميائي الحيوي: يرجع إدمان الشبكة إلى عوامل وراثية وكيميائية وعصبية.

5- الاتجاه المعرفي: يرى أصحاب هذا الاتجاه أن إدمان الشبكة المعلوماتية يرجع إلى الأفكار والبنى المعرفية الخاطئة التي تجعل من الشبكة محور حياتها وتستعيض بها عن الواقع.

6- الاتجاه التكاملي: ينظر إلى إدمان الشبكة المعلوماتية على أنه عبارة عن تظافر عوامل شخصية وانفعالية واجتماعية وبيئية، ويمكن تلخيص المشكلة بالاستعداد ثم الاستهداف فالإدمان. (بشبش، 2018: 20).

التعقيب على النظريات:- بالنظر في الاتجاهات النظرية التي فسرت إدمان الإنترنت، نجد أن كل نظرية قامت بتفسير إدمان الإنترنت من جانب المنطلقات الفلسفية لرواد هذه النظريات، وهذا لا يقلل من شأن النظريات فكل نظرية تساهم في خلق نظرة عامة تساعدنا على فهم إدمان الإنترنت، فالنظرية السلوكية نظرت ترى أن إدمان الإنترنت عبارة عن سلوك متعلم، ويمكن التغلب عليه من خلال التحكم في المثيرات الخارجية، أما الاتجاه السيكو دينامي فينظر له على أنه هروب من الواقع المليء بالمشاكل لواقع بديل، أما الاتجاه الاجتماعي فيرجع إدمان الإنترنت إلى ثقافة المجتمع، ويمكن التحكم في إدمان الإنترنت من خلال التحكم في ثقافة المجتمع المحيط، ويرى أصحاب الاتجاه المعرفي أن إدمان الإنترنت يرجع إلى البني المعرفية الخاطئة لدى الشخص، و يمكن التحكم بإدمان الإنترنت من خلال تصحيح هذه البني المعرفية . وترى الباحثة أن تلك النظريات خلقت نظرة شمولية لإدمان الإنترنت، وساهمت في إثراء الباحثين بالمعلومات عن مسببات إدمان الإنترنت، وطرق التحكم فيه.

الآثار والمشكلات المترتبة على إدمان الإنترنت:

1-المشكلات الصحية:

أ- إدمان الإنترنت يؤدي إلى اضطراب النوم، بسبب استمرار الحاجة إلى زيادة وقت استخدامه، حيث يقضي معظم المدمنين ليلة كاملة، وينامون لساعة أو ساعتين فقط، وذلك حتى وقت الدراسة أو العمل، مما يتسبب في استنزاف طاقتهم، وكذلك يؤثر على مناعتهم، ويجعلهم عرضة للأمراض.

ب- الضرر الذي يصيب العمود الفقري والساقين الناتج عن الجلسة الخاطئة وطول الوقت المستغرق أمام الهواتف أو أجهزة الكمبيوتر.

ج – الضرر الذي يصيب السمع الناتج عن استخدام مكبرات الصوت.

د- الضرر المصاحب مثل السمنة والأمراض المصاحبة .

هـ- الأضرار التي تلحق باليدين من الاستخدام المفرط للأجهزة.

و – حدوث ما يعرف بمتلازمة carpal tunnel حيث تصيب الأشخاص الذين يجلسون لساعات طويلة على شاشة الكمبيوتر، ويستخدمون أصابعهم للضغط على لوحة المفاتيح والآلات الحاسبة والكاتبة، حيث تحدث هذه المتلازمة نتيجة لضغط العصب المركزي المسيطر على عضلات الإبهام .

ز – طول الجلوس، يؤدي إلى ركود في الدورة الدموية، مما قد يسبب جلطات المخ والقلب.

ح – ضعف الأداء للأعضاء الحيوية في الجسم.

ك- يؤدي التعرض للإشعاع إلى زيادة التوتر في القشرة الدماغية، مما يؤدي إلى عدم التركيز وعدم وجود التمييز .

ط – قضاء ساعات طويلة دون حركة يؤدي إلى الإرهاق وآلام الظهر.

2 – المشكلات النفسية:

أ- الدخول في عالم افتراضي بديل، يوفره الإنترنت، يسبب إثارة نفسية هائلة مع اختلاط الواقع بالوهم.

ب- الحد من قدرة الفرد على خلق شخصية نفسية قادرة على التفاعل مع المجتمع والواقع الحي .

3 – المشكلات الأسرية: تساهل المدمن في طول أوقات استخدام الإنترنت، يتسبب في تعطل حياته العائلية، حيث يقضي المدمن وقتاً أقل مع عائلته ويهمل واجباته المنزلية. ويعترف ٪53 من الشباب مدمني الإنترنت بأن لديهم مثل هذه المشاكل، وفقا للدراسة التي نشرتها كمبرلي يونج في مؤتمر المؤسسات الأمريكية الذي عقد في عام (1997).

4 – مشكلات أكاديمية: بالرغم من مثالية الإنترنت كوسيلة للدراسة وإجراء البحوث، إلا أن له آثاراً سلبية مرتبطة بها، والتي يؤكد عليها كل من علماء النفس والمعلمين على حد سواء، وخاصة الاستخدام المفرط أو سوء استخدام الإنترنت، فقد كشفت إحدى الدراسات الاستقصائية أن 86% من المعلمين يؤكدون أن استخدام

الفرد للإنترنت لا يحسن من أدائه، وذلك لأن المعلومات على الإنترنت غير منظمة، وغير مرتبطة بالمنهج المدرسي، وأن الإنترنت قد تكون أداة إلهاء، كما تشير دراسة Young et al. (1998) إلى أن 58% من الطلبة يعانون من عادات دراسية سيئة، وتدني مستوى الدرجات الذي يصل إلى الفشل في الدارسة، ويعود ذلك إلى الاستخدام المفرط للإنترنت. (الحساني، 2022: 275).

5 – مشاكل في العمل: بسبب وجود الإنترنت في مكان عمل كثير من الأفراد، قد يفقد العامل بعض وقته في اللعب عبر الإنترنت، أو يستخدمه في غير مجال التخصص، وتصبح هذه مشكلة أكبر إذا كان هو مدمن على الإنترنت، كما أن السهر على الإنترنت طوال الليل يقلل من أدائه الوظيفي.

6– المشكلات الاجتماعية: تشمل

1. :انسحاب ملحوظ من التفاعل الاجتماعي والميل نحو العزلة والانطواء.

2 – التأثير على الهوية الثقافية والعادات والقيم، مع غزو المعلومات الهائل.

3 – فقدان الأصدقاء والتفاعلات الاجتماعية.

4– السيطرة الأسرية السيئة على الأطفال والتفكك الأسري. (السطالي، 2019: 57).

مما سبق يتبين أنه يترتب على إدمان الإنترنت العديد من المشكلات والآثار السلبية، على مختلف جوانب شخصية الفرد، سواء النواحي الصحية، أو الاجتماعية أو النفسية أو الأكاديمية أو المهنية، مما يعيقه عن أداء مهامه اليومية المنوطة به على الوجه الأمثل.

ثانياً: الوحدة النفسية

عانى الإنسان المعاصر في المجتمعات كافة من مشكلات نفسية واجتماعية واقتصادية ومهنية عدة، نتيجة للتطور التكنولوجي الهائل والسريع الذي يعجز الفرد من ملاحقته، و من هذه المشكلات النفسية مشكلة الشعور بالوحدة النفسية، إن الشعور بالوحدة النفسية حالة ينفرد بها الإنسان عن غيره من الكائنات الحية، بسبب امتلاكه نظاماً اجتماعياً يتأثر به ويؤثر فيه، وأي خلل قد يحدث في منظومة العلاقات التي تربط الإنسان بغيره من أبناء جنسه، أو أي تغير يحدث في النظام الاجتماعي ، ينعكس على الفرد ، وينتج عنه اضطراب في الجانب الاجتماعي المكتسب لديه ، مما يولد الشعور بالاغتراب أو الانعزال أو معاناة الوحدة النفسية، التي تترك آثاراً على الفرد، حيث من شأنها أن تؤثر على مجمل نشاطاته، كما أنها تُعد نواة للعديد من المشكلات الأخرى.

تعريف الوحدة النفسية: تعرف على أنها خبرة غير سارة، حينما تتعرض شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد إلي اضطراب سواء كمياً أو كيفياً، ويركز هذا التعريف على الطبيعة الذاتية للوحدة النفسية وأيضاً، ويركز على ظهور الوحدة النفسية من تفاعل الاحتياج الشخصي للاحتكاك الاجتماعي مع الأفراد الآخرين، وحدوث مشاعر الوحدة حينما تصبح شبكة العلاقات الاجتماعية غير كافية كماً وكيفاً. (بشبش، 2018: 22)

أنواع الوحدة النفسية: ميزت يونج young بين ثلاثة أنواع من الوحدة النفسية هي:

1- الوحدة النفسية العابرة: والتي تتضمن فترات من الوحدة النفسية، على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق.

2- الوحدة النفسية التحويلية: وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب، ولكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثاً نتيجة لبعض الظروف المستجدة كالطلاق أو وفاة شخص مقرب إليه.

3- الوحدة النفسية المزمنة التي قد تستمر لفترات طويلة تصل إلى سنوات، ولا يشعر الفرد بأي نوع من أنواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية. (سعيدي وعنانو، 2023: 42).

النظريات المفسرة للوحدة النفسية:

1- نظرية التحليل النفسي: فسر فرويد الشعور بالوحدة النفسية بأنه عملية عدم توازن المكونات داخل الفرد (الهو والانا والأنا الأعلى)، مما يؤدي إلى سوء توافقه مع نفسه ومع بيئته الاجتماعية من حوله، ويمكن النظر إلى الشعور بالوحدة النفسية بأنه نتيجة لخلل عصابي خلال مرحلة الطفولة، وهو وسيلة دفاعية نفسية تعمل للحفاظ على الشخصية من التهديد الناشئ عن البيئة الاجتماعية، ويعبر عنه في صورة عزلة أو انسحاب. وفسر أدلر الشعور بالوحدة النفسية بأنه حالة عرض مرضي عصابي، يحدث بسبب نقص الاهتمام الاجتماعي بالفرد، بحيث يكون غير مرغوباً فيه اجتماعياً، ويعبر عنه بأنه سوء في أسلوب حياة الفرد الذي تكون في طفولته.

2 – النظرية السلوكية :يرى جون واطسون أن الشعور بالوحدة النفسية نمط سلوكي لم يتوفر له تعزيز اجتماعي إيجابي، بمعنى آخر أن الشخصية الإنسانية هي نتاج لعملية التعلم، وأنها عبارة عن مجموعة من العادات السلوكية التي اكتسبها الفرد، وأن السلوك متعلم في البيئة، وبالتالي فإن الوحدة النفسية والتجنب الانفعالي سلوك متعلم من البيئة المحيط بالفرد.

3 – النظرية الظواهرية: يرى كارل روجرز Rogers Carl مؤسس العلاج المتمركز حول المسترشد، أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ بسبب كف وإنكار أو تحريف لبعض الإدراك في ميدان الخبرة، وهي دالة على مستوى التوافق النفسي، وعلى مدى تنافر أو انسجام الذات مع الخبرات الاجتماعية التي تنتظم لدى الفرد، وتتشوه من أجل أن تتلاءم مع المدركات السابقة.

4 – النظرية المعرفية : يرى جونز" Jones. وزملاؤه أن الشعور بالوحدة النفسية يعود إلى الأفكار والتصورات الخاطئة التي يحملها الفرد عن ذاته، و هذه التصورات ماهي إلا طريقة للتفسير والتفكير حول واقعه اليومي، كما يعتبرون أن كلا من السلوك والوجدان إنما يتحدان من خلال عمليات معرفية ضمنية، وهذا يجعل المهارات الاجتماعية لشخص ما تختل بتأثر من أفكاره غير الواقعية، وغير المتوافقة، فقد يظن هذا الشخص أن زملاءه سوف يرفضونه إذا حاول أن يعقد صداقات معهم، ويؤدي هذا الظن إلى إثارة قلقه وتوتره إلى الحد الذي يدفعه

إلى تجنب الآخرين، والعزوف عن المبادرة بالتفاعل الاجتماعي، كي لا يوقع نفسه في الحرج الناتج عن نبذ الآخرين وإهمالهم له.

5 – نظرية الحاجات (التدرج الهرمي للحاجات) : من رواد النظرية "براهام ماسلو"، والذي يرى أن كل السلوكيات البشرية تهدف إلى إشباع حاجة، فيرى أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ بسبب عدم إشباع حاجات الانتماء والحب، والوحيد نفسياً يكون مدفوعاً بالحرمان من الاحتكاك وتكوين الصداقات والانتماء، والحاجة إلى التغلب على مشاعر الاغتراب والعزلة، التي سادت بسبب الحراك الاجتماعي، وتمزق الجماعات التقليدية وبعثرة الأسرة، والفجوة بين الأجيال بسبب التحضر المستمر واختفاء علاقة الوجه لوجه.

6 – النظرية الاجتماعية: تركز هذه النظرية على أهمية عملية التنشئة الاجتماعية وترى أن الوحدة النفسية هي ناتج عن تأثيرات البيئة الكلية، وقد افتراض بومان Biumman أن هناك ثلاث قوى اجتماعية تؤدي إلى الوحدة النفسية هي: ضعف علاقة الفرد بأسرته، وزيادة الحراك في الأسرة، وزيادة الحراك الاجتماعي. وركز سالتر Slater على كون الوحدة النفسية سلوك شاذ وعادي في نفس الوقت، ناتج عن التقدم التكنولوجي المعاصر الذي أثر على العلاقات الشخصية بين أفراد الأسرة والمجتمع بصفة عامة. (سعيدي وعنانو، 2023: 33-37)

الدراسات السابقة

– دراسة معيجل (2016) بعنوان: "الإدمان على الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة".

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة، والفروق في الإدمان على الإنترنت وفقاً لمتغيرات الجنس والتخصص, وقد تألفت عينة البحث من (200) طالباً وطالبة من كل التخصصات في جامعة بغداد , وقد تم استخدام مقياس الإدمان على الإنترنت اعداد كيمبرلي يونغ (1991) وقد ترجم إلى اللغة العربية واستخرجت الخصائص السيكومترية والتي تمثلت بالقوة التمييزية والصدق الظاهر والبنائي، والثبات بطريقتي التجزئة النصفية، والتي بلغت قيمته بعد التعديل (0.91) وبطريقة معامل إلفا وكانت قيمته (0.95) وباستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية 1. : إن مستوى الإدمان على الإنترنت كان متوسطاً لدى عينة الدراسة. 2 – لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس. 3 – توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة على وفق متغير التخصص (علمي – إنساني) لصالح ذوو التخصص الإنساني.

– دراسة بشبش (2018) بعنوان "إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة"

هدفت الدراسة الى الكشف عن مستوى إدمان الإنترنت بالنسبة لطلبة الجامعات في قطاع غزة، والكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت وبين الاكتئاب والوحدة النفسية، واستخدمت الباحثة مقياس إدمان الإنترنت – من

اعداد الباحثة– ومقياس بيك للاكتئاب ومقياس الوحدة النفسية لماجدة زقوت، (2011) وتكونت عينة الدراسة من (500) طالب وطالبة من الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة السالمية. واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته موضوع وأهداف الدراسة، وتمثلت أهم نتائج الدراسة في: أن مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة (58.48%)، كما أن مستوى الاكتئاب لديهم،(28.56%)، و مستوى الوحدة النفسية لديهم (54.60%)، كما توصلت لوجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والاكتئاب لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة، ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة.

– دراسة الشهري والعشري (2019) بعنوان: "إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والقلق لدى طالبات الجامعة"

هدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة إدمان الإنترنت ببعض المتغيرات النفسية (الوحدة النفسية، والقلق). وتكونت عينة الدراسة من (1500) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، تراوحت أعمارهن بين (18 – 25 عاما) بمتوسط عمري قدره (20.94)، وانحراف معياري مقداره (2.043)، طُبق عليهن مقياس إدمان الإنترنت ومقياس القلق (من إعداد الباحثتان) ومقياس الوحدة النفسية لراسل، وقد استخدمت الباحثتان في المعالجة الإحصائية: اختبار (t–test)، واختبار تحليل التباين الأحادي (One – Way Analysis of Variance) واختبار توكي (Tukey) ومعامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation)، ومعامل الثبات ألفا كرونباخ (Alpha – Cronbach) لحساب ثبات الأداة، وقد أظهرت النتائج أن مستوى إدمان الإنترنت لدى الطالبات كان متوسطاً، كما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى الطالبات تعزى لمتغيرات (السن، والتخصص)، كما أتضح أن درجة الوحدة النفسية والقلق لدى الطالبات هي درجة متوسطة، وأخيرا كشفت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين القلق والوحدة النفسية لدى عينة الدراسة.

– دراسة عبد الرازق (2020) بعنوان: "إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة"

هدفت الدراسة لمعرفة علاقة إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بكل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة جامعة نجران (118) طالب وطالبة، كما هدفت الدراسة لمعرفة الفروق بين الطلاب والطالبات في كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية، بالإضافة إلى معرفة منبئات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي، وقد استخدم الباحث مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، ومقياس سمات القلق الاجتماعي (إعداد الباحث)، وقد اظهر معامل ارتباط بيرسون وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية (0.363)

عند مستوى دلالة (0.01)، ووجدت علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي (0.318) عند مستوى دلالة (0.01) كما استخدم الباحث معامل الانحدار بطريقة stepwise و الذي أظهر نموذجان، النموذج الأول الذي وضح أن الشعور بالوحدة النفسية يتنبأ بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، كما أظهر النموذج الثاني أن كل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي يتنبآن بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي في اتجاه الطالبات، بالإضافة إلى أنه لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في الشعور بالوحدة النفسية.

– دراسة طباس وملال (2021) بعنوان: "الإدمان على الإنترنت لدى الطلبة الجامعيين"

هدفت الدراسة للتعرف على مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة، والتعرف على الفروق في إدمان الإنترنت ترجع لمتغير النوع، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من جامعة وهران، واستخدمت الباحثتان مقياس إدمان الإنترنت من اعداد بشرى أرنوط (2007)، وتوصلت الدراسة للنتائج التالية: أن مستوى إدمان الإنترنت لدى عينة الدراسة كان متوسطاً، وأن هناك فروقاً في مستوى إدمان الإنترنت تعود لمتغير النوع لصالح الذكور.

– دراسة الحساني (2022) بعنوان: "إدمان الإنترنت لدي عينة من طلبة كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية"

هدف البحث إلى التعرف علي بعض المتغيرات الديموغرافية التي يمكن أن تؤثر على مستوى إدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة كلية التربية، تمثلت في: النوع، والجنس، والتخصص، ومحل الإقامة، تكونت عينة الدراسة من (400) طالباً وطالبة، (38) من الذكور، (362) من الإناث، من طلبة كلية التربية بقنا، جامعة جنوب الوادي، وامتدت أعمار العينة بين (18–21) عاماً، بمتوسط عمري (21,19) عاماً، وانحراف معياري،(0,758) استخدمت الباحثة الأدوات الآتية: مقياس إدمان الإنترنت إعداد أرنوط (2013)، استمارة البيانات الديموغرافية إعداد الباحثة، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجو د فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالب الذكور والإنات على مقياس إدمان الإنترنت لصالح الذكور، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلبة القسمين العلمي والأدبي على مقياس إدمان الإنترنت لصالح القسم الأدبي، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة ساكني الحضر والريف على مقياس إدمان الإنترنت لصالح ساكني الحضر.

– دراسة صوان (2023) بعنوان: "الوحدة النفسية لدى طلبة كلية العلوم بالجامعة الأسمرية الإسلامية".

هدفت الدراسة للتعرف على مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة كلية العلوم بالجامعة الأسمرية الإسلامية، تكونت عينة الدراسة من (302) طالباً وطالبة، منهم (113) طالب، (189) طالبة، تم اختيارهم باستخدام العينة

العشوائية الطبقية، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وتم استخدام مقياس الوحدة النفسية من اعداد راسل (1996)، واظهرت النتائج: أن مستوى الوحدة النفسية لدى عينة الدراسة كان منخفضاً، كما أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) على مقياس الوحدة النفسية لدى عينة الدراسة وفق متغير النوع، بينما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) على مقياس الوحدة النفسية وفق متغير الحالة الاجتماعية (أعزب – متزوج) لصالح الطلبة غير المتزوجين، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) على مقياس الوحدة النفسية ترجع لمتغير الفصل الدراسي لصالح طلبة الفصل الدراسي الثاني.

إجراءات الدراسة:

1- مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي، الدارسين بالفصول الدراسية (الأول والثاني والسابع والثامن) من مختلف أقسام كلية التربية، المتمثلة في: الأحياء والرياضيات والحاسوب والفيزياء، والعلوم التربوية والنفسية، واللغة الانجليزية، واللغة العربية، والتربية الفنية، البالغ عددهم (796) طالب وطالبة.

2- عينة الدراسة: أ- تكونت العينة الاستطلاعية من (30) طالباً وطالبة، وذلك لاستخراج الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

ب- تكونت العينة الأساسية من (188) طالباً وطالبة، بنسبة (23%) من المجتمع الأصلي، من طلبة الفصول الدراسية (الأول والثاني والسابع والسابع) من مختلف أقسام كلية التربية، المتمثلة في: قسم الأحياء والرياضيات والحاسوب والفيزياء، والعلوم التربوية والنفسية، واللغة الانجليزية، واللغة العربية، والتربية الفنية، ممن أجابوا على أداتي الدراسة، والتي تم تطبيقها إلكترونياً، نظراً لأن الدراسة تمت أثناء شهر أغسطس وهي فترة إجازة أعضاء هيئة التدريس.

جدول (1) يبين توزيع أفراد العينة

المتغير	النوع		التخصص		العمر		الفصل الدراسي	
	ذكر	أنثى	علمي	أدبي	18 – 20	أكبر من 22	الأول والثاني	السابع والثامن
العدد	16	172	85	103	83	105	109	79
النسبة	%7.3	%92.7	%45.1	%54.9	%44.1	%55.9	%57.2	%42.8

يتضح من الجدول أن أغلب طلبة الكلية هم من الإناث، حيث بلغ عددهن (172) طالبة، بنسبة بلغت (92.7%) ، بينما بلغ عدد الذكور (16) طالب، بنسبة بلغت (7.3%)، كما يتضح أن نسبة كبيرة من طلبة الكلية هم من التخصصات الأدبية إذ بلغ عددهم (103) طالباً وطالبه بنسبة (54.9%)، بينما بلغ عدد الطلبة بالتخصصات العلمية (85) طالب وطالبة، بنسبة (45.1%) ، كما يتضح أن اعداد الطلاب الذين تتجاوز

أعمارهم (22) سنة بلغ (105) طالباً وطالبة بنسبة، (55.9%) ، بينما كان عدد الطلبة الذين تراوحت أعمارهم ما بين (18 – 20) سنة (83) طالباً وطالبة ، بنسبة (44.1%) من نسبة العينة الكلية للدراسة.

وتجدر الإشارة إلى أن الباحثة قد استبعدت قياس الفروق تبعاً لمتغير "النوع" (ذكور/إناث) من فرضيات الدراسة والتحليلات الإحصائية اللاحقة. ويعود هذا الإجراء المنهجي إلى التباين الشديد وعدم التكافؤ في حجم العينة بين المجموعتين، حيث بلغت نسبة الإناث (92.7%) مقارنة بنسبة (7.3%) للذكور .علمياً وإحصائياً، هذا التفاوت الكبير في أعداد المجموعتين يخل باشتراطات الاختبارات المعلمية (مثل اختبار t لعينتين مستقلتين)، ويجعل من إجراء المقارنات الإحصائية أمراً غير دقيق وقد يؤدي إلى نتائج مضللة أو غير قابلة للتعميم. لذا، اقتصرت الدراسة على دراسة الفروق وفق متغيرات (التخصص، العمر، والفصل الدراسي) لضمان دقة وموثوقية الاستنتاجات العلمية.

3- أدوات الدراسة:

1- مقاس إدمان الإنترنت: من إعداد كارل يونج (1998) وتم ترجمته من قبل ابراهيم الشافعي (2009)، ويتكون المقياس من (16) فقرة، أمام كل فقرة أربعة بدائل، أوافق كثيراً = 4، أوافق قليلا = 3، لا أوافق = 2، لا أوافق بشدة = 1. والدرجة الكلية تدل على وجود إدمان الإنترنت.

وقد تم استخراج صدق الأداة في الدراسة الحالية عن طريق صدق الاتساق الداخلي، حيث تم استخراج معامل ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية، وكانت جميعها موجبة ودالة إحصائياً، عند مستوى (0.01)، مما يعني تمتع المقياس بمستوى جيد من الصدق.

كما تم استخراج ثبات الأداة باستخدام معامل الفاكرونباخ والذي بلغ (.817)، كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (2) يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس إدمان الإنترنت

عدد الفقرات	معامل الفاكرونباخ
16	.817

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الفاكرونباخ قد بلغت (.817)، مما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

2- مقياس الشعور بالوحدة النفسية: اعداد كل من عزب وفاروق وعزيز (2022)، يتكون المقياس من (32) عبارة، موزعة على أربعة أبعاد هي: بعد المشاعر الذاتية، بعد العلاقات الأسرية، بعد العلاقات الاجتماعية، بعد العلاقات الحميمة، أمام كل فقرة ثلاث بدائل: دائماً = 3 أحياناً = 2، أبداً = 1، والدرجة الكلية تدل على ارتفاع الشعور بالوحدة النفسية.

وقد تم استخراج صدق الأداة في الدراسة الحالية عن طريق صدق الاتساق الداخلي، حيث تم استخراج معامل ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية، وكانت جميعها موجبة ودالة إحصائياً، عند مستوى (0.01)، مما يعني تمتع المقياس بمستوى جيد من الصدق.

كما تم استخراج ثبات الاداة باستخدام معامل الفاكرونباخ، والذي بلغ (.937)، كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (3) يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس الشعور بالوحدة النفسية:

عدد الفقرات	معامل الفاكرونباخ
32	.937

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الفاكرونباخ قد بلغت (.937)، مما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

1- نص الهدف الأول على: "التعرف على مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي".

وللتحقق من هذا الهدف، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيمة (t) لعينة واحدة. كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t لعينة واحدة لمستوى إدمان الإنترنت

المتغير	الوسط الفرضي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	sig
إدمان الإنترنت	40	188	35.75	8.933	-7.029	187	0.00

يتضح من الجدول، أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية لدى عينة الدراسة بين المتوسط الحسابي والذي بلغ (35.75) والمتوسط الفرضي والذي بلغ (40)، لصالح المتوسط الفرضي، وبلغت قيمة (t) (7.029 -)، مما يعني وجود مستوى منخفض من إدمان الإنترنت لدى عينة الدراسة.

ولا تتفق هذه النتيجة مع نتائج أي من الدراسات السابقة، وقد تُفسر هذه النتيجة بعدم مصداقية أفراد عينة الدراسة في الإجابة على المقياس المستخدم، أو أن الطالب الجامعي يُعطي الأولوية لدراسته، والمهمات المطوبة منه، أكثر من استخدام الإنترنت.

2- نص الهدف الثاني على: " التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي ". وللتحقق من هذا الهدف، تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (t) لعينة واحدة، كما يتضح الجدول التالي:

جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t لعينة واحدة لمستوى الشعور بالوحدة النفسية

المتغير	الوسط الفرضي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	sig
الشعور بالوحدة النفسية	64	188	58.43	14.283	-5.761	187	0.00

يتضح من الجدول أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية لدى عينة الدراسة بين المتوسط الحسابي الذي بلغ (58.43) والمتوسط الفرضي والذي بلغ (64)، لصالح المتوسط الفرضي، وبلغت قيمة (t) (5.761 –)، مما يعني وجود مستوى منخفض من الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة. ولم تتفق هذه النتيجة مع نتائج أي من الدراسات السابقة، عدا دراسة صوان (2023) التي وجدت أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية كان منخفضاً. ويمكن أن تُفسر هذه النتيجة بأن الطالب الجامعي قد يحظى برعاية وعلاقات أسرية وعلاقات اجتماعية جيدة، كما أنه قادر على تكوين الصداقات سواء داخل الكلية أو خارجها مما لا يشعره بالوحدة النفسية.

3– نص الهدف الثالث على: " التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي ". للتحقق من هذا الهدف فقد تم استخراج قيمة معامل ارتباط بيرسون، كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (6) يبين معامل الارتباط بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية

		إدمان الإنترنت
الشعور بالوحدة النفسية	معامل الارتباط	.183**
	Sig	.003
	N	188

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط ضعيفة، غير أنها دالة عند مستوى (0.05)، مما يعني وجود علاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة بشبش (2018)، ودراسة الشهري والعشري (2019)، ودراسة عبد الرازق (2020)، يمكن أن تُفسر هذه النتيجة بأن استخدام الإنترنت قد يؤدي إلى الانعزال، والابتعاد عن الآخرين، وعن الأنشطة الاجتماعية، وتفضيل قضاء معظم الوقت بعيداً عن العالم الواقعي إلى عالم افتراضي على الإنترنت .

4– نص الهدف الرابع على: " التعرف على الفروق في إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي ". وفق متغيرات: التخصص (علمي – أدبي)، الفصل الدراسي (الأول والثاني في مقابل السابع والثامن)، والعمر (من 18–22 سنة – أكبر من 22 سنة).

وللتحقق من هذه الفروق، فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار (t) لعينتين مستقلتين لكل متغير على حدة، بداية بمتغير التخصص العلمي، كما يتضح من الجداول التالية:

جدول (7) يبين الفروق في إدمان الإنترنت لدى عينة الدراسة وفق التخصص

المتغير	القسم	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	sig
إدمان الانترنت	علمي	85	36.47	8.825	1.1	186	0.273
	ادبي	103	35.14	9.015			

يتضح من الجدول أن المتوسط الحسابي لطلبة التخصص الأدبي قد بلغ (35.14)، بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي لطلبة التخصص العلمي (36.47)، وبلغت قيمة t (0.1.1)، وهي غير دالة إحصائياً، مما يعني عدم وجود فروق في إدمان الإنترنت لدى عينة الدراسة وفق متغير التخصص.

جدول (8) يبين الفروق في إدمان الإنترنت لدى عينة الدراسة وفق متغير الفصل الدراسي

المتغير	الفصل الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	sig
إدمان الانترنت	الأول والثاني	109	35.51	10.052	-0.469	186	0.64
	السابع والثامن	79	36.09	7.043			

يتضح من الجدول أن المتوسط الحسابي لطلبة الفصول الدراسية الأول والثاني قد بلغ (35.51)، بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي لطلبة الفصول السابع والثامن (36.09)، وبلغت قيمة t (0.469−)، وهي غير دالة إحصائياً، مما يعني عدم وجود فروق الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة وفق متغير الفصل الدراسي.

جدول (9) يبين الفروق في إدمان الإنترنت لدى عينة الدراسة وفق العمر

	الفئات العمرية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	sig
إدمان الانترنت	18−22 سنة	83	36.66	9.761	1.297	186	0.196
	أكبر من 22	105	35.07	8.239			

يتضح من الجدول أن المتوسط الحسابي لطلبة الفئة العمرية من (18 – 22) سنة، قد بلغ (36.66)، بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي للفئة العمرية أكبر من 22 سنة (35.07)، وبلغت قيمة t (1.297)، وهي غير دالة إحصائياً، مما يعني عدم وجود فروق في إدمان الإنترنت لدى عينة الدراسة وفق متغير العمر.

ويمكن تفسير هذه النتيجة أن استخدام الإنترنت أصبح جزءاً أساسياً من حياة طلبة الجامعة، فهم قد يستخدمون الإنترنت بطرق متشابهة، سواء لأغراض البحث والدراسة، أو التواصل الاجتماعي، أو الترفيه، بغض النظر عن تخصصاتهم أو فصولهم الدراسية أو أعمارهم، مما أدى إلى عدم وجود فروق ملحوظة في مستويات إدمان الإنترنت بين أفراد عينة الدراسة وفق متغيرات : التخصص (علمي – أدبي)، الفصل الدراسي (الأول والثاني في مقابل السابع والثامن)، والعمر (من 18−22 سنة – أكبر من 22 سنة).

5- نص الهدف الخامس على: " التعرف على الفروق في الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية – جامعة بنغازي وفق متغيرات التخصص (علمي – أدبي)، والفصل الدراسي (الأول والثاني في مقابل السابع والثامن)، والعمر من (18−22 سنة – أكبر من 22 سنة).

وللتحقق من هذه الفروق تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة اختبار (t) لعينتين مستقلتين لكل متغير على حدة، بداية بمتغير التخصص العلمي، كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (10) يبين الفروق في الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة وفق التخصص

المتغير	القسم	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	sig
الشعور بالوحدة	علمي	85	58.45	15.125	0.022	186	0.982
	ادبي	103	58.41	13.595			

يتضح من الجدول أن المتوسط الحسابي لطلبة التخصص العلمي قد بلغ (58.45)، بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي لطلبة التخصص الأدبي (58.41)، وبلغت قيمة t (0.022)، وهي غير دالة إحصائياً، مما يعني عدم وجود فروق في الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة وفق متغير التخصص.

جدول (11) يبين الفروق في الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة وفق الفصل الدراسي

المتغير	الفصل الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	sig
الشعور بالوحدة	الأول والثاني	109	58.92	14.696	0.616	186	0.538
	السابع والثامن	79	57.71	13.714			

يتضح من الجدول أن المتوسط الحسابي لطلبة الفصول الدراسية الأول والثاني قد بلغ (58.92)، بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي لطلبة الفصول السابع والثامن (57.71)، وبلغت قيمة t (0.616)، وهي غير دالة إحصائياً، مما يعني عدم وجود فروق في الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة وفق متغير الفصل الدراسي.

جدول (12) يبين الفروق في الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة وفق العمر

	الفئات العمرية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	sig
الشعور بالوحدة	18–22 سنة	83	59.03	13.755	0.539	186	0.59
	أكبر من 22	105	57.98	14.703			

يتضح من الجدول أن المتوسط الحسابي للفئة العمرية ما بين (18–22) سنة، قد بلغت (59.03)، بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي للفئة العمرية أكبر من 22 سنة (57.98)، وبلغت قيمة t (0.539)، وهي غير دالة إحصائياً، مما يعني عدم وجود فروق الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة وفق متغير العمر.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن طلبة الجامعة يمرون بتجارب وتحديات مشتركة، مثل التكيف مع الحياة الجامعية، والأعباء والمهمات الدراسية، وتكوين الصداقات، والتفاعل الاجتماعي مع المحيطين بهم من موظفين وأعضاء هيئة التدريس، والمشاركة في الأنشطة الطلابية، كما أنه قد يتوفر للطلبة الدعم الاجتماعي، من المحيطين بهم، سواء من أفراد الأسرة، أو الأصدقاء أو أعضاء هيئة التدريس بالكلية، بالإضافة إلى أن الشعور بالوحدة النفسية قد يكون مرتبطاً بشكل أكبر بالخصائص الشخصية والاجتماعية للطالب، أكثر من ارتباطه بتخصصاتهم، أو فصولهم الدراسية، أو أعمارهم، مما أدى إلى عدم وجود فروق في الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة.

التوصيات: في ضوء نتائج الدراسة توصي الباحثة بما يلي:

1 – العمل على تفعيل دور وحدة الإرشاد النفسي والأكاديمي في الكلية لإرشاد الطلبة وتوجيههم للاستخدام الأمثل لشبكة الإنترنت، ومواجهة المشكلات النفسية والأكاديمية التي قد تواجه الشباب الجامعي وتقديم المشورة لهم.

2 – ضرورة التوعية بالآثار الإيجابية والسلبية لشبكة الإنترنت، عبر مختلف الوسائل.

3 – إقامة الأنشطة الرياضية والثقافية المختلفة بالكلية، وتشجيع الطلبة على المشاركة فيها.

المقترحات: من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة تقترح الباحثة اجراء الدراسات التالية:

1 – إجراء المزيد من الدراسات التي تلقي الضوء على إدمان الإنترنت في علاقته بمتغيرات أخرى، مثل: التسويف الأكاديمي.

2 – إجراء دراسة عن إدمان الإنترنت على طلبة الفصول الدراسية الأخرى بالكلية، باستخدام أدوات أخرى.

3 – اجراء دراسة عن الشعور بالوحدة النفسية في علاقته بمتغيرات أخرى مثل: الضغوط النفسية، والحاجات النفسية للطالب الجامعي.

المراجع:

إبراهيم، إبراهيم الشافعي (2019). *اختبارات إدمان الإنترنت*. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

البدراوي، أماني عبد المنعم (2019). "إدمان الإنترنت وعلاقته بالانسحاب الاجتماعي". *مجلة جامعة حلوان*، 25(3)، ص. 125-158.

تشتوش، رامي، العبابنة، هديل، وهتاملة، لانا (2023). "القدرة التنبؤية لقصور التعبير عن المشاعر (الألكسيميا) في إدمان استخدام الإنترنت لدى طلبة جامعة اليرموك". *المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية*، (35)، ص. 66-86.

جبارة، محمد موسى (2018 .(*درجة إدمان الإنترنت وعلاقته بالاضطرابات السلوكية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الشمالية*. (رسالة ماجستير)، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

الحساني، آمال علي (2022). "إدمان الإنترنت لدى عينة من طلاب كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية". *مجلة جامعة جنوب الوادي الدولية للعلوم التربوية*، (8)، ص. 261-300.

حمودة، [بدون اسم أول] (2015). "الإدمان على الإنترنت: اضطراب العصر". *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (21)، ص. 213-224.

درويش، نور علي (2013). *قيم وخصائص مدمني الإنترنت* .الإسكندرية: دار الوفاء.

الزهراني، سامي صالح، والسحاري، هناء شامي (2020). "إدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الجامعات السعودية الأسباب والانتشار". *مجلة الإرشاد النفسي (جامعة عين شمس)*، (62)، ص. 209-237.

السطالي، نرمين حسين (2019). *أثر شبكات الإنترنت على اتجاهات الشباب في عصر العولمة*. القاهرة: بيلومانيا للنشر والتوزيع.

سعيدي، إيمان، وعنانو، آمنة (2023). *الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين*. (رسالة ماجستير)، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.

الشهري، أمل عبد الرحمن، والعشري، ولاء عبد المنعم (2019). "إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والقلق لدى طالبات الجامعة". *المجلة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، (28)، ص. 444-472.

صوان، رحاب عمر (2023). "الوحدة النفسية لدى طلبة كلية العلوم بالجامعة الأسمرية الإسلامية". *المؤتمر العلمي الأول لطلاب المرحلة الجامعية والدراسات العليا*، زليتن، ص. 316-344.

طباس، نسمة، وجلال، خديجة (2021). "الإدمان على الإنترنت لدى الطلبة الجامعيين". *مجلة روافد للدراسات والأبحاث في العلوم الاجتماعية والإنسانية*، (5)، ص. 383-405.

عبد الرازق، أسامة حسن (2020). "إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة". *المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، (14)، ص. 210-241.

عتيق، عمار عابد (2021 .(*أساليب الحياة وعلاقتها بإدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعات الفلسطينية*). رسالة ماجستير)، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

عثمان، حباب عبد الحي، والأمين، سلوى صالح (2018). "إدمان الهواتف الذكية لدى طلبة جامعة الخرطوم". *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، (4)، ص. 1-26.

عزب، حسام الدين محمود، فاروق، صابر، وعزيز، أمل فواز (2022). "الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى الشباب الجامعي". *مجلة الإرشاد النفسي*، 70(3)، ص. 64-90.

عطية، مي حسن، وأبو جراد، حمدي يونس (2022). 'العنف الإلكتروني والوحدة النفسية كمتغيرات وسيطة بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة" *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، 13(39)، ص. 1-13.

القاضي، عدنان محمد (2020). "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بإدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية – جامعة تعز". *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 6(3)، ص. 115-139.

مختار، وفيق صفوت (2019). *الأطفال والشباب وإدمان الإنترنت*. القاهرة: أطلس للنشر والإنتاج الإعلامي.

معيجل، سهام مطشر (2016). "الإدمان على الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة". *مجلة أبحاث ميسان*، 12 .(4)

موسى، زينب ابراهيم (2023). "الوحدة النفسية وعلاقتها بنمط التفكير (الإيجابي – السلبي) لدى طلبة الجامعة". *مجلة كلية التربية (جامعة المنصورة)*، (124)، ص. 622-646.