دراسة تحليلية لأبعاد إدمان وسائط التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة فى ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية

د/ منتصر عادل سيد أحمد

دكتوراه الفلسفة في التربية

(تخصص الصحة النفسية)

المستخلص

هدف البحث إلى الكشف عن بعض المتغيرات المرتبطة بإدمان وسائط التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة ، حيث تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة، تم استخدام مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار). كما توصلت لوجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب التخصصات العلمية والأدبية في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعاملي (الانسحاب، الإصرار) لصالح طلاب التخصصات الأدبية، بينما لا يوجد فرق دال إحصائيًا في عامل إهدار الوقت، وأيضا توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الفرقتين الأولى والرابعة في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار).

الكلمات المفتاحية: ادمان وسائط التواصل الاجتماعي، طلاب الجامعة، المتغيرات الديموجرافية.

مقدمة:

يواجه العالم اليوم العديد من التطورات المختلفة التي لها الأثر الكبير على المجتمع بصورة عامة وعلى طلاب الجامعة بشكل خاص ومن أهم هذه التطورات تعدد وسائط التواصل الاجتماعي وأهمها الفيس بوك Facebook، الذي تميز بسرعة نقل الخبر وتدعيمه بالصورة الحية والمعبرة، وسرعة مواكبة الأحداث على مدار الساعة ونقلها مباشرة من مكان حدوثها.

ومن المعروف كما ينصح أن الافراط في استخدام وسائط التواصل الاجتماعي يتحول إلى الإدمان المزمن والذي يعبر عن حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي لهذه الوسائط مما يؤدي إلى اضطرابات في السلوك يستدل عليها بعدة ظواهر منها زيادة عدد الساعات أمام الكمبيوتر والهواتف الذكية بشكل يتجاوز الحد المطلوب مما يؤدي إلى التوتر والقلق والعزلة وفي حالة وجود عائق للاتصال كما أدى بالبعض إلى فقدان التواصل الاجتماعي لفقدان والانطواء والعزوف عن المجتمع.

وفي ضوء ما سبق تتحدد لنا خطورة إدمان وسائط التواصل الاجتماعي وهو الأمر الذي يتطلب إعداد الأداة المناسبة للكشف عن هذا الإدمان ولذا كان تصميم هذا الاختبار أحد أهم هذه التوجهات حيث توصلت نتائج بعض الدراسات إلى أن الاستخدام المفرط يؤدي إلى الإدمان وقد توصلت دراسة (Zhou et al., 2009) إلى أن التركيب الكيميائي في الدماغ يتغير لدى الأفراد الذين يصنفون على إنهم يعانون الادمان وهذا يشبه ما يحصل لدى الأفراد الذين يصنفون على أنهم مدمنون كيميائيا وتشير تقارير عدة إلى أن بعض مستخدمي الإنترنت يصبحون مدمنين عليه بالأسلوب نفسه الذي يصبح به الآخرون مدمنين على الكحول أو المخدرات مما ينتج عنه نواحي عجز وقصور في الحالات العقلية والجسمية والانفعالية (young,1996:237) .

وعلى هذا تبدو قضية الإدمان على وسائط التواصل الاجتماعي كمشكلة نفسية واجتماعية كبيرة، كون أي فرد منا مهما كان جنسه أو سنه إلا وقد تظهر عليه أعراض هذا الشكل من الإدمان وهو ما يترتب عليه حدوث العديد من المشكلات التي قد تؤثر سلبا في مختلف جوانب حياة الفرد ومن بينها مستويات توافقه النفسي والدراسي الأمر الذي يستلزم وجود تدخلات تحد من تلك المشكلات لدى طلاب الجامعة.

مشكلة البحث:

أظهرت الدراسات أن هناك جملة من الآثار السلبية لإدمان وسائط التواصل الاجتماعي منها العزلة والبعد عن الحياة الواقعية، وانخفاض ساعات النوم وما يترتب عليه من إجهاد وتوتر (Young& Rogers ,2001), Anderson, 1998)وفقدان الشهية وانخفاض في معدل تناول الطعام والاكتتاب، والشعور بالوحدة النفسية ،وانخفاض تقدير الذات، ونقص الكفاءة الذاتية والانقطاع عن الدراسة، وانخفاض القدرة على تحمل الأعباء وتأثير سلبي على العلاقات الاجتماعية ، والرهاب الاجتماعي كما أظهرت نتائج بعض الدارسات أن استخدام وسائط التواصل الاجتماعي تسهم على نحو إعجابي في إتاحة مجال الترفيه أمام للأشخاص بما ينعكس إيجابيا على حياتهم النفسية. (Gant & Shae,.2003)

ومن الملاحظ أن الآثار والمشكلات المترتبة على انتشار وسائط التواصل الاجتماعي لدي طلاب الجامعة والذي قد يصل إلى حد الإدمان لاستخدام وسائط التواصل الاجتماعي، مما أدي إلى ظهور كثير من الاضطرابات النفسية، فقد أصبح من الأهمية بمكان ضرورة إجراء مزيد من الدراسات حول هذا الموضوع الحيوي الذي ينتشر بصورة لم يسبق لها مثيل لدى تم تحديد مشكلة الدراسة من خلال الإجابة عن السؤال التالي: **الفروق في إدمان وسائط التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية؟**

ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة الآتية:

ما الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار)؟

ما الفروق بين متوسطي درجات طلاب التخصصات العلمية والأدبية في الدرجة الكلية لمقياس وسائط إدمان وسائط التوصل الاجتماعي، وعاملي (الانسحاب، الإصرار)؟

أهداف البحث:

- الكشف عن وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الدرجة الكلية على مقياس ادمان وسائط التواصل التوصل الاجتماعي وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار).
- الكشف عن وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب التخصصات العلمية والأدبية في الدرجة الكلية على مقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي، وعاملي (الانسحاب، الإصرار).

أهمية البحث:

- تستمد الدراسة الحالية أهميتها في استخدام إدمان وسائط التواصل الاجتماعي الذي أصبح من المستحدثات التكنولوجية الجديدة التي أفرزها التقدم العلمي والتكنولوجي الهائل وكذلك الأهداف التي تسعى إلى تحقيقها.

مصطلحات البحث:

ادمان وسائط التواصل الاجتماعي

بمكن تعريف إدمان وسائط التواصل الاجتماعي: بأنها الرغبة القاهرة في استخدام الوسائط التي لا يمكن السيطرة عليها والذي ينتج عنه ضرر فادح في أداء الأفراد في مختلف مجالات الحياة.

وتعرف بأنها زيادة عدد الساعات في استخدام وسائط التواصل الاجتماعي وعدم الشعور بإهدار الوقت والاستغناء عن أداء أعمال أخرى لدى طلاب الجامعة ويقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها طلاب الجامعة على مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي.

المفاهيم النظرية لإدمان وسائط التواصل الاجتماعي:

تعريف إدمان وسائط التواصل الاجتماعي:

إدمان وسائط التواصل الاجتماعي حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي لهذه المواقع يؤدي إلى اضطرابات في السلوك ويستدل عليها بعدة ظواهر منها زيادة عدد الساعات أمام الكمبيوتر و الهواتف الذكية، وهذا بالإضافة إلى التوتر والقلق الشديدين

في حالة وجود عائق للاتصال كما أدى بالبعض إلى فقدان علاقات وتفاعلات اجتماعية والانطواء والعزوف عن المجتمع (خالد غسان ٢٠٠٦:٤٥)

وتعرف حالات الإدمان بأنها محاولات فاشلة للسيطرة على مشاعر الإثم، والاكتئاب والقلق، وذلك عن طريق النشاط الإدماني الذي يقوم به المدمن. (حسام الدين، ٢٠٠١:٢٨٩)

ويعرف إدمان وسائط التواصل الاجتماعي: بأنها الرغبة القاهرة في استخدام وسائط التواصل التي لا يمكن السيطرة عليها والذي ينتج عنه ضرر فادح في أداء الأفراد في مختلف مجالات الحياة.

يعرف إدمان وسائط التواصل الاجتماعي إجرائياً زيادة الساعات في استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعدم الشعور بإهدار الوقت والاستغناء عن أداء أعمال أخرى لدى طلبة الجامعة ويقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها طلبة الجامعة على مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي.

ومن الجوانب الأساسية التي ينبغي مراقبتها والحذر منها وهي في نفس الوقت وسيلة تشخيص أدق لمشكلة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ما يأتي:

١- الولع الشديد بمواقع التواصل الاجتماعي: أي الانشغال بها أكثر من اللازم والتفكير فيها حتى في غير أوقات الاستخدام.

٢- الشعور بالإحباط عندما لا يستطيع المدمن أن يشبع رغبته من استخدام وسائط التواصل الاجتماعي.

٣- الهروب بالاستغراق: حيث يذهب المدمن إلى وسائط التواصل الاجتماعي هروبا من المشكلات.

٤- فقد السيطرة: عدم القدرة على التحكم أو التقليل من الوقت الذي يقضيه المدمن في المشاهدة.

٥- التكلفة والخسائر المادية: نتيجة انشغال المدمن أكبر وقت ممكن في مشاهدة وسائط التواصل الاجتماعي.

أضرار الإدمان على استخدام وسائط التواصل الاجتماعي:-

أ- **أضرار صحية جسدية:** كاضطراب النوم، والاضطرابات الغذائية وأمراض العيون، والخمول والسمنة وترهل الجسد. كل هذا يؤدي لمضاعفات جمة منها أمراض القلب والدماغ والصداع المستمر.

(Chou &Tyan,1999; Young, et al., 1999 . , Brenner.,1997)

ب-أضرار صحية نفسية: وجد أن إدمان وسائط التواصل يسبب نوبات من الاكتئاب الحاد. ويزيد من عزلة الشخص. وتفاقم مشاكل الشخص العائلية والمادية والمهنية مما يسبب في تفاقم حالته النفسية.

ج- أضرار أسرية: تتأثر العلاقات العائلية والعاطفية بإدمان وسائط التواصل حيث يقل الوقت الذي يقضيه المدمن مع أسرته وأقربائه.

د. أضرار اجتماعية: الشعور بالعزلة والوحدة هي واحدة من خصائص مدمن وسائط التواصل. فالوقت الطويل الذي يقضيه أمام الكمبيوتر يقلل من نشاطه الاجتماعي. هذا يؤثر بالتأكيد على علاقاته الاجتماعية كثيرا وقد يجعله يخسر تماما بعضا من علاقاته.

و. **أضرار دراسية وأكاديمية:** وجد أن إدمان الوسائط كان السبب في رسوب طلاب كانوا من المتفوقين في دراستهم.(Brenner, 1997: 881)

ز. **أضرار أخلاقية وتربوية:** تتداخل الأسباب الأخلاقية لإدمان الوسائط مع النتائج . فكلاهما قد يكون السبب في نشوء الآخر وفي الاستمرارية وفي النتائج أيضا .

التفسير النظري لإدمان وسائط التواصل الاجتماعي:

١- التفسير السلوكي : اعتمد هذا التفسير على نظرية الاشتراط الإجرائي والذي يعتمد فيه الفرد على القيام بأنشطة مختلفة من اجل الحصول على المكافآت والتي تؤدى إلى الإشباع النفسي نتيجة القيام بهذه الأنشطة ومنها استخدام وسائط التواصل الاجتماعي وقدم (١٩٠,٢٠٠١) Davis,نموذجا يجمع بين المخرجات السلوكية المرتبطة بالاستخدام المفرط للوسائط والذي يقوم على أن الأفراد الذين يعانون من مشكلات نفسية مختلفة يحملون ادراكات سلبية عن ذواتهم وعن شخصيتهم مما يجعل هؤلاء الأفراد يفضلون الاندماج والتفاعل في الأنشطة المختلفة التي يقدمها الانترنت لأنه يعد أقل تهديداً من التفاعل المباشر.

٢- التفسير الاجتماعي: ويعتمد هذا الاتجاه على تباين واختلاف الجنس والمستوى الاقتصادي الاجتماعي والعمر وأن الأفراد ذوي المستوى الاقتصادي الاجتماعي المتوسط أكثر تعاطيا للكحوليات من الطبقات الأخرى (Tsai & Lin , 2001: 375).

٣- التفسير الطبي: ويعتمد هذا التفسير على الاستعدادات الوراثية والبيولوجية الموروثة لدى بعض الأفراد فالفرد قد يكون عرضة للإدمان في حالة زيادة أو نقصان بعض المكونات الكيميائية الضرورية فى المخ، وقد يكون السبب في ذلك خلل في الكروموسومات، وأشارت دراسة (Suler,1999:369)أن هناك بعض العقاقير التي تؤدى إلى زيادة واستثارة النشاط لدى الفرد ، مما يؤدى به إلى الاستمتاع بالجلوس على شبكة الانترنت لفترة زمنية طويلة.

٤- التفسير السيكوديناميي: قد يتعرض الفرد لصدمات في مراحل العمر الأولى من حياته مما قد يؤثر على شخصيته وترتبط به هذا بالإضافة إلى استعداد الفرد لتقبل مثل هذه الأشياء مما يجعل الفرد عرضة للاستخدام المفرط للإنترنت نتيجة هذه الاستعدادات والظروف الحياتية الضاغطة.

دراسات سابقة:

أما **دراسة (٢٠١٩) ، Baltaci والتي كانت عن العلاقة التنبؤية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والقلق الاجتماعي والشعور بالوحدة والسعادة** ، أجريت الدراسة على عينة من طلاب الجامعات الحكومية بتركيا بلغ عددها (٣١٢) توزعت بين (١٦٥) طالبة ، و (١٤٧) طالب ، استخدم الباحث مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، اجتماعي مقياس القلق ، النموذج القصير لاستبيان أكسفورد للسعادة ، والشكل القصير لـ UCLA استبيان الشعور بالوحدة ، أظهرت النتائج أن هناك علاقة إيجابية بين مستويات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة، ووجدت علاقة سلبية بين مستويات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى السعادة ، بالإضافة إلى ذلك أظهرت النتائج ان القلق الاجتماعي ينتهى بمستويات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي.

أما دراسة (٢٠١٩)، Yavich, Davidovitch & Frenkel والتي كانت عن علاقة وسائل التواصل الاجتماعي بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة أريل (بلغ عددها (١٥٧) طالب وطالبة، وقد استخدم مقياس تقييم أنماط وسائل التواصل الاجتماعي للفيسبوك، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية ، وقد أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ووسائل التواصل الاجتماعي.

ودراسة محمد شعبان أحمد (٢٠٢٠) بعنوان العلاج المعرفي السلوكي في خفض التوجه العدمي لدى طلبة الجامعة مدمني شبكات التواصل الاجتماعي.

هدفت الدراسة إلى التحقق من فعالية برنامج قائم على فنيات العلاج المعرفي السلوكي في خفض التوجه العدمي لدى عينة من طلبة جامعة الفيوم من مدمني شبكات التواصل الاجتماعي، ولتحقيق هذا الهدف تم تطبيق أدوات الدراسة والمتمثلة في مقياس التوجه العدمي لدى طلبة الجامعة (إعداد الباحث) على عينة مكونة من (٦٨٣) طالب وطالبة بالمرحلة الجامعية ببعض كليات جامعة الفيوم حيث بلغت عينة الدراسة في ضوء هذا المحك (٣٢) طالب وطالبة، وفي ضوء هذه الخطوة وقع الاختيار على (٢٠) طالباً وطالبة ممن لديهم إدمان لشبكات التواصل الاجتماعي وتم تقسيمهم إلى مجموعتين وهم: المجموعة التجريبية (١٠ مشاركين)، والمجموعة الضابطة (١٠ مشاركين). وخلصت نتائج الدراسة إلى: وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القلبي والبعدي على مقياس التوجه العدمي وأبعاده لصالح القياس البعدي. وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس التوجه العدمي وأبعاده لصالح المجموعة التجريبية. عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية ذكور والمجموعة التجريبية إناث في القياس البعدي على مقياس التوجه العدمي وأبعاده فيما عدا البعد الثالث من أبعاد المقياس وجود فروق لصالح الإناث. عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوجه العدمي وأبعاده.

دراسة نور علي (٢٠٢٠). فاعلية العلاج المختصر المركز على الحل في خفض الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة من اللاجئات السوريات المسجلات في الجامعات الحكومية في محافظة إربد.

هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف فاعلية العلاج المختصر المركز على الحل في خفض الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة من اللاجئات السوريات المسجلات في الجامعات الحكومية في محافظة إربد،الأردن. تكونت عينة الدراسة من (٣١)لاجئة سورية من طالبات الجامعة، تم تعيينهن بشكل عشوائي لمجموعتين متساويتين: مجموعة تجريبية شاركت في برنامج العالج المختصر المركز على الحل، ومجموعة ضابطة لم تشارك في أم برنامج تدخل. تلقت المشاركات في البرنامج العلاجي ثماني جلسات علاجية، كانت مدة كل جلسة منها (٩١) دقيقة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي. وأظهرت النتائج وجود فروق دالة في متوسطات الدرجات على جميع أبعاد مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وعلى المقياس ككل في القياسين البعدي والتتبعي، إذ كانت درجات المجموعة التجريبية أدنى، مما يشير إلى فاعلية العالج المختصر المركز على الحل في معالجة هذا النوع من الإدمان لدى اللاجئات السوريات.

دراسة نظيمة فخري حجازي، وكفاح محمد علي حسن (٢٠٢٠) بعنوان: أثر استخدام موقع التواصل الاجتماعي "الفيس بوك" على مفهوم الذات لدى المراهقين في محافظة طولكرم.

هدفت الدراسة الى الكشف عن أثر مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك على درجة مفهوم الذات لدى فئة الشباب في محافظة طولكرم بفلسطين، وقد تم استخدام الاستبانة كأداة لجمع البيانات تكونت من ٢٠ فقرة، وقد طبقت على عينة مكونة من ١٠٠ مستخدم للفيسبوك. وقد اظهرت النتائج عن درجة مرتفعة لمفهوم الذات لمستخدمي الفيسبوك وأن هناك فروقاً احصائية لدرجة تقدير الذات لدى مستخدمي الفيسبوك تعزى للجنس ولصالح الاناث، وللعمر بين الفئة ١٥-٢٠ سنة، و٣٠-٣٥ سنة، وكانت لصالح الفئة الاصغر وهي ١٥-٢٠ سنة.

فروض البحث:

١. توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الجامعة على مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث).
٢. توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الجامعة على مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية تُعزى لاختلاف التخصص الدراسي (علمي، أدبي).

٣. توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الجامعة على مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية تُعزى لاختلاف الفرقة الدراسية (الأولى، الرابعة).

إجراءات البحث:

١. **منهج البحث:** اقتضت طبيعة البحث الحالي استخدام المنهج الوصفي (السببي–المقارن)؛ لملاءمته لمشكلة البحث حيث استخدم هذا المنهج للكشف عن طبيعة الفروق على مقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي وعوامله الفرعية تبعًا لاختلاف النوع (ذكور، إناث)، والتخصص الدراسي (علمي، أدبي)، والفرقة الدراسية (الأولى، الرابعة).

٢. **عينة البحث:**

٢. ١. **عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث:** تكونت العينة من (٣٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة، والذين تم اختيارهم من طلاب كلية التربية وقد تراوحت أعمارهم الزمنية بين (١٨–٢٢) سنة، بمتوسط عمري (٢٠,٣٢) سنة وانحراف معياري (١,٥٣٨) سنة، وبواقع (١٢٩ ذكور، ١٧١ إناث). وفيما يلي جدول توزيع العينة:

جدول (١)

المؤشرات الإحصائية لعينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

المتغير التصنيفي	المجموعات	ن	متوسط أعمارهم الزمنية	الانحراف المعياري للعمر الزمني	النسبة المئوية
النوع	ذكور	١٢٩	٢٠,٠٢	١,٥٨٦	%٤٣
	إناث	١٧١	٢٠,٥٦	١,٤٦٤	%٥٧
الفرقة الدراسية	الفرقة الأولى	١٤٥	١٩,٦٥	١,٦٠١	%٤٨,٣٣
	الفرقة الرابعة	١٥٥	٢٠,٩٥	١,١٧٠	%٥١,٦٧
عينة التحقق من الخصائص السيكومترية ككل		٣٠٠	٢٠,٣٢	١,٥٣٨	%١٠٠

٢. ٢. **العينة الأساسية للبحث:** وتكونت تلك العينة من (٤٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة، والذين تم اختيارهم من طلاب كلية التربية، وممن تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٨–٢٢) سنة، ومتوسط عمري (١٩,٨٦) سنة وانحراف معياري (١,٦١٠) سنة، وبواقع (١٧٧ ذكور، ٢٢٣ إناث)، وفيما يلي جدول يوضح المؤشرات الإحصائية للعينة الأساسية.

جدول (٢)

المؤشرات الإحصائية لعينة البحث الأساسية.

المتغير التصنيفي	المجموعات	ن	متوسط أعمارهم الزمنية	الانحراف المعياري للعمر الزمني	النسبة المئوية
النوع	ذكور	١٧٧	١٩,٦٦	١,٥٨٥	%٤٤,٢٥
	إناث	٢٢٣	٢٠,٠٣	١,٦١٥	%٥٥,٧٥
التخصص الدراسي	علمي	١٧٠	١٩,٦٤	١,٥٦٨	%٤٢,٥
	أدبي	٢٣٠	٢٠,٠٣	١,٦٢٤	%٥٧,٥
الفرقة الدراسية	الأولى	١٩٥	١٩,٣٣	١,٥٢٥	%٤٨,٧٥
	الرابعة	٢٠٥	٢٠,٣٧	١,٥٢٧	%٥١,٢٥
العينة الأساسية ككل		٤٠٠	١٩,٨٦	١,٦١٠	%١٠٠

٣. أدوات البحث:

اشتملت أدوات البحث على مقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة إعداد/ الباحث، وفيما يلي عرض موجز لخطوات إعداد تلك الأداة وخصائصها السيكومترية:

- **مقياس وسائط التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة :**

١. الهدف من المقياس:

يهدف هذا المقياس إلى تعرف مستوى إدمان وسائط التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة من خلال عوامله الثلاثة، وهي: إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار.

- **خطوات بناء المقياس:**

تم الاطلاع على المقاييس الآتية: -

- مقياس Krishnan, Vijayakrishnan. Lekshmy (2019)، ومقياس Anuradha, T. A., Jan, N. A., & Subramani (2019)، و استبانة Lee Feng Yuanjun, Yilin, & Fan (2019) ، ومقياس Gámez-Guadix, &Calvete (2019) ، ومقياس حليمة مزغراني ، وصارة حمرة(٢٠٢٠).

- **وصف المقياس وكيفية تصحيحه:**

تكون المقياس في صورته الأولية من (٥٣) مفردة ، وتم تصحيحه بإستخدام طريقة ليكرت حيث حددت الإجابة في خمس اختيارات يختار منها الطالب، وهي: أوافق بشدة، أوافق، متردد، غير موافق، غير موافق بشدة ، حيث تحسب الدرجة (٥-٤-٣-٢-١) على المفردات الإيجابية، والعكس صحيح في المفردات السلبية.

٢. التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس وسائط مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة:

تم حساب صدق وثبات المقياس على النحو الآتى:

أولًا: صدق المقياس

١) الصدق العاملي Factorial validity

تم إجراء التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية Principal Component التي وضعها هوتيلينج Hotelling باستخدام حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS v.25)، والاعتماد على محك كايزر Kaiser Normalization الذي وضعه جوتمان Guttman، وفي ضوء هذا المحك يقبل العامل الذي يساوي أو يزيد جذره الكامن عن الواحد الصحيح، كذلك يتم قبول العوامل التي تشبع عليها ثلاثة بنود على الأقل بحيث لا يقل تشبع البند بالعامل عن (٠,٣)، وقد تم اختيار طريقة المكونات الأساسية باعتبارها من أكثر طرق التحليل العاملي دقة ومميزات، ومن أهمها إمكانية استخلاص أقصى تباين لكل عامل، وبذلك تتلخص المصفوفة الارتباطية للمتغيرات في أقل عدد من العوامل.

تم إجراء التحليل العاملي على عينة قوامها (٣٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة، وأسفرت نتائج التحليل العاملي لمفردات المقياس عن وجود (٣) ثلاثة عوامل جذرها الكامن أكبر من الواحد الصحيح فسرت (٣٩,٢٧٢%) من التباين الكلي، ويوضح جدول (٤) مصفوفة العوامل الدالة إحصائيًا وتشبعاتها بعد تدوير المحاور تدويرًا متعامدًا الفاريماكس Varimax، وكذلك الجذر الكامن ونسبة التباين لكل عامل والنسبة التراكمية للتباين.

جدول (٤)

مصفوفة العوامل الدالة إحصائيًا وتشبعاتها بعد تدوير المحاور (مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي).

العوامل / المفردات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث
٤	٠,٧٩٥		
١٩	٠,٧٨٦		
١	٠,٧٣٢		
٩	٠,٧٠٦		
٢٥	٠,٦٢٢		
٧	٠,٥٧٧		
١٠	٠,٥٧٦		
٢	٠,٤٠٦		
٣	٠,٣٥٥		
١٥			
١٤		٠,٧٠٠	
٨		٠,٦٦٥	
١٣		٠,٦٣١	
٢٠		٠,٦٢١	
١٧		٠,٦١٧	
١١		٠,٦٠٧	
٢١		٠,٥٥٩	
٦	٠,٣١٠	٠,٤٢٢	٠,٣٤٦
٢٩	٠,٣٨٩	٠,٤١٧	
١٨		٠,٣٩٣	٠,٣٧٠
١٦		٠,٣٦٤	
٥		٠,٣٤٥	٠,٣٣٩
١٢			
٢٢			
٢٣			٠,٧٠٦
٣٠			٠,٧٠١
٢٤			٠,٦٤٤
٣١			٠,٦٠٦
٣٢			٠,٥٦٠
٢٧			٠,٥٥٠
٢٦		٠,٣٠٢	٠,٥٣٦
٢٨		٠,٣٩٧	٠,٥٠١
الجذر الكامن	٤,٣٤٨	٤,٢٩٧	٣,٩٢٢
نسبة التباين	%١٣,٥٨٩	%١٣,٤٢٧	%١٢,٢٥٥
نسبة التباين التراكمية	%١٣,٥٨٩	%٢٧,٠١٦	%٣٩,٢٧٢
اختبار كايزر- ماير-أوليكن	(٠,٨٤٨) أكبر من ٠,٦٠		
اختبار بارتليت	(٣٢٩١,٧٧٦) دالة عند مستوى ٠,٠٠١		

وباستقراء النتائج الواردة في الجدول السابق يتضح أنه يوجد تشبعات أقل من ٠,٣٠، لذلك تم حذف المفردات أرقام (١٢، ١٥، ٢٢)؛ ومن ثم يصبح طول المقياس مُكونًا من (٢٩) مفردة، وفيما يلي تفسير هذه العوامل سيكولوجيًا بعد تدوير المحاور تدويرًا متعامدًا:

جدول (٥)

درجات تشبع مفردات العامل الأول مرتبة ترتيبًا تنازليًا.

رقم المفردة	المفردات	درجة التشبع
٤	اشعر باضطرابات في النوم بسبب انشغالي بمواقع التواصل الاجتماعي	٠,٧٩٥
١٩	لدي رغبة شديدة لتصفح مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٧٨٦
١	كثيرا ما يأخذني الوقت وأجد نفسي قد قضيت وقت أطول مما كنت أنوي مع وسائل التواصل الاجتماعي.	٠,٧٣٢
٩	افضل أن استمع للمحاضرات من خلال الانترنت	٠,٧٠٦
٢٥	احدد وقت استخدام وسائل التواصل الاجتماعي .	٠,٦٢٢
٧	أحاول أن اقنن وقتي عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٥٧٧
١٠	اتغيب عن الدراسة بسبب انشغالي بمواقع التواصل الاجتماعي	٠,٥٧٦
٢	اشعر بالملل بدون استخدام وسائل التواصل الاجتماعي	٠,٤٠٦
٣	اهمل في واجباتي الاكاديمية بسبب انشغالي بمواقع التواصل الاجتماعي	٠,٣٥٥

يتضح من جدول (٥) أن تشبعات هذا العامل تراوحت بين (٠,٣٥٥ : ٠,٧٩٥) وبلغ جذرها الكامن (٤,٣٤٨)، ويفسر هذا العامل (١٣,٥٨٩%) من حجم التباين الكلي، ومن خلال ما تتضمنه هذه المفردات يمكن أن نطلق على هذا العامل من الناحية النظرية والنفسية " **إهدار الوقت**".

جدول (٦)

درجات تشبع مفردات العامل الثاني مرتبة ترتيبًا تنازليًا.

رقم المفردة	المفردات	درجة التشبع
١٤	اشعر بأنني افتقد لشيء مهم	٠,٧٠٠
٨	اشعر بالانزعاج عندما يقاطعني الآخرين عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٦٦٥
١٣	تنتابني حالات عصبية و انزعاج بدون سبب محدد.	٠,٦٣١
٢٠	اشعر بأني غير قادر على التركيز	٠,٦٢١
١٧	افتقد للقدرة على التعامل مع المحيطين بي.	٠,٦١٧
١١	ابحث عن كل ما هو جديد على مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٦٠٧
٢١	لدي شعور بالضياع	٠,٥٥٩
٦	اميل للتحدث مع أصدقاء مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٤٢٢
٢٩	اشعر بالذنب إذا اضعت وقت على مواقع التواصل الاجتماعي.	٠,٤١٧
١٨	اميل إلى الانطواء والعزلة	٠,٣٩٣
١٦	اشعر برغبة شديدة لتصفح مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٣٦٤
٥	من أولوياتي اليومية هو تصفح الفيسبوك	٠,٣٤٥

يتضح من جدول (٦) أن تشبعات هذا العامل تراوحت بين (٠,٣٤٥ : ٠,٧٠٠) وبلغ جذرها الكامن (٤,٢٩٧)، ويفسر هذا العامل (١٣,٤٢٧%) من حجم التباين الكلي، ومن خلال ما تتضمنه هذه المفردات يمكن أن نطلق على هذا العامل من الناحية النظرية والنفسية " **الانسحاب** ".

جدول (٧)

درجات تشبع مفردات العامل الثالث مرتبة ترتيبًا تنازليًا.

رقم المفردة	المفردات	درجة التشبع
٢٣	أحاول أن اقضي وقتًا في ممارسة الرياضة.	٠,٧٠٦
٣٠	أشارك بالأنشطة الطلابية لإشغال وقت فراغي.	٠,٧٠١
٢٤	ارغم نفسي على حضور المحاضرات.	٠,٦٤٤
٣١	لدي قوة إرادة تجعلني اقنن وقت استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.	٠,٦٠٦
٣٢	اهتم بإدارة وقتي واسيطر على رغبتي بفتح مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٥٦٠
٢٧	اقضي وقت فراغي مع أصدقائي	٠,٥٥٠
٢٦	أحاول القيام بواجباتي الاجتماعية.	٠,٥٣٦
٢٨	عندما أذهب إلى النوم اترك هاتفي بعيدًا.	٠,٥٠١

يتضح من جدول (٧) أن تشبعات هذا العامل تراوحت بين (٠,٥٠١ : ٠,٧٠٦) وبلغ جذرها الكامن (٣,٩٢٢)، ويفسر هذا العامل (١٢,٢٥٥%) من حجم التباين الكلي، ومن خلال ما تتضمنه هذه المفردات يمكن أن نطلق على هذا العامل من الناحية النظرية والنفسية " **الإصرار** ".

ثانيًا: الاتساق الداخلي للمقياس

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس على عينة قوامها (٣٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على كل مفردة والدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه والمقياس ككل، وفيما يلي النتائج:

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه ومقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي ككل.

العوامل الفرعية	رقم المفردة	معامل الارتباط بالعامل	معامل الارتباط بالمقياس	رقم المفردة	معامل الارتباط بالعامل	معامل الارتباط بالمقياس
العامل الأول (إهدار الوقت)	١	٠,٦٩٢**	٠,٤٧٣**	٩	٠,٧٤٥**	٠,٥٢٤**
	٢	٠,٤٥٧**	٠,٢٦١**	١٠	٠,٦٣٥**	٠,٥٧٧**
	٣	٠,٤٥٣**	٠,٣٦٦**	١٩	٠,٧٦٩**	٠,٦٠٩**
	٤	٠,٧٩٦**	٠,٥٣٣**	٢٥	٠,٦٤٦**	٠,٥٦٧**
	٧	٠,٥٤٦**	٠,٣١٥**			
العامل الثاني (الانسحاب)	٥	٠,٥٠٠**	٠,٤٢٨**	١٦	٠,٤١١**	٠,٣١٥**
	٦	٠,٥٦٠**	٠,٥٨٦**	١٧	٠,٦٠٤**	٠,٤٨٠**
	٨	٠,٦١٩**	٠,٤٩٢**	١٨	٠,٤٥٨**	٠,٣٦٦**
	١١	٠,٦٧٠**	٠,٥١٨**	٢٠	٠,٥٨٩**	٠,٤٤٩**
	١٣	٠,٧٠٨**	٠,٦٤٥**	٢١	٠,٥٩٤**	٠,٤٦٨**
	١٤	٠,٦٦٤**	٠,٤٥٧**	٢٩	٠,٥٤٣**	٠,٥٠١**
العامل الثالث (الإصرار)	٢٣	٠,٧٠٠**	٠,٤٣٨**	٢٨	٠,٦٢٤**	٠,٥٣٢**
	٢٤	٠,٦٥٢**	٠,٤٦٩**	٣٠	٠,٧٤٨**	٠,٥٤١**
	٢٦	٠,٦٣٥**	٠,٥٤١**	٣١	٠,٦٢١**	٠,٤٠٠**
	٢٧	٠,٦٧٢**	٠,٥٠٠**	٣٢	٠,٥٥٥**	٠,٢٩٨**

(*). دال عند مستوى ٠,٠٥ (**). دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٨) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٢٦١** : ٠,٧٩٦**)، وهي قيم تشير إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين المفردات وكل من الدرجة الكلية للعوامل الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار) والمقياس ككل؛ وهذا يؤكد على الاتساق الداخلي لمفردات المقياس وتجانسها وصلاحية المقياس للاستخدام في البحث الحالي.

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين العوامل الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار) والدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، ويوضح جدول (٩) نتائج معاملات الارتباط:

جدول (٩)

معاملات الاتساق الداخلي لعوامل مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي (ن=٣٠٠).

المقياس وعوامله الفرعية	إهدار الوقت	الانسحاب	الإصرار	مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ككل
إهدار الوقت	١	**٠,٣١١	**٠,٣٤٢	**٠,٧٢٩
الانسحاب	**٠,٣١١	١	**٠,٤٤٤	**٠,٨٢٠
الإصرار	**٠,٣٤٢	**٠,٤٤٤	١	**٠,٧١٥
مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ككل	**٠,٧٢٩	**٠,٨٢٠	**٠,٧١٥	١

(*). دال عند مستوى ٠,٠٥ (**). دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٩) وجود معاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائيًا عند مستوى ٠,٠١ بين العوامل الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار)، والدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، وهي معاملات ارتباط جيدة، وهذا يدل على تجانس المقياس واتساقه من حيث العوامل الفرعية.

ثالثًا: ثبات مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي

تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام الطرق الآتيه: التجزئة النصفية (باستخدام معادلتي جوتمان، وتصحيح الطول لسبيرمان براون) ومعامل ألفا–كرونباخ، على عينة قوامها (٣٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة، وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

أ) حساب الثبات بطريقة ألفا–كرونباخ Cronbach Alpha

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا–كرونباخ على عينة قوامها (٣٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (١٠)

قيم معاملات الثبات لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي بطريقة ألفا-كرونباخ.

المقياس وعوامله الفرعية	عدد المفردات	ألفا-كرونباخ
العامل الأول (إهدار الوقت)	٩	٠,٨١٣
العامل الثاني (الانسحاب)	١٢	٠,٨١٠
العامل الثالث (الإصرار)	٨	٠,٧٨٨
مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ككل	٢٩	٠,٨٦٧

ويتضح من جدول (١٠) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة، مما يجعلنا نثق في ثبات مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وأنه يتمتع بدرجة عالية من الثبات والاستقرار.

ب) طريقة التجزئة النصفية Half-Split

تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) بين نصفي الاختبار لكل عامل من العوامل الفرعية والمقياس ككل، باستخدام معادلتي جوتمان، وتصحيح الطول لسبيرمان-براون على عينة قوامها (٣٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة.

جدول (١١)

قيم معاملات الثبات لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي بطريقة التجزئة النصفية.

المقياس وعوامله الفرعية	عدد المفردات	معامل التجزئة " سبيرمان-براون "		معامل جوتمان
		قبل التصحيح	بعد التصحيح	
العامل الأول (إهدار الوقت)	٩	٠,٧٠٢	٠,٨٢٦	٠,٨٢٢
العامل الثاني (الانسحاب)	١٢	٠,٦٥٨	٠,٧٩٣	٠,٧٩٢
العامل الثالث (الإصرار)	٨	٠,٦٨١	٠,٨١٠	٠,٨١٠
مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ككل	٢٩	٠,٦٨٨	٠,٨١٦	٠,٨١١

ويتضح من خلال جدول (١١) أن قيم معاملات الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية تراوحت ما بين (٠,٧٩٢ : ٠,٨٢٦)، وهي قيم مقبولة ومطمئنة مما يدل على ثبات مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي.

وصف مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي في صورته النهائية وطريقة تصحيحه:

أصبح المقياس في صورته النهائية بعد حساب الخصائص السيكومترية له مكونًا من (٢٩) مفردة، وأمام كل مفردة خمسة بدائل هي (موافق بشدة، موافق، متردد، غير موافق، غير موافق بشدة)، وتختار المعلمة بديل واحد لكل مفردة من البدائل السابقة، بحيث يتم تصحيح المفردات الإيجابية باتجاه (٥-٤-٣-٢-١) والمفردات السلبية باتجاه (١-٢-٣-٤-٥)، بحيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٢٩ : ١٤٥) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى مستوى مرتفع من إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، والدرجة المنخفضة على انخفاض مستوى إدمان وسائط التواصل الاجتماعي لدى الطلاب، وجدول (١٢) يوضح أرقام مفردات كل عامل من العوامل الفرعية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي.

جدول (١٢)

توزيع المفردات على العوامل الفرعية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي.

العوامل الفرعية	عدد المفردات	أرقام المفردات
العامل الأول (إهدار الوقت)	٩	١ ـــــــ ٩
العامل الثاني (الانسحاب)	١٢	١٠ ـــــــ ٢١
العامل الثالث (الإصرار)	٨	٢٢ ـــــــ ٢٩

نتائج البحث ومناقشتها:

اشتمل هذا الجزء على النتائج التي تم التوصل إليها، وتفسيرها في ضوء الدراسات والأدبيات النظرية التي اهتمت بدراسة متغير إدمان وسائط التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، وفيما يلي النتائج الخاصة بالبحث:

١. نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على أنه " توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الجامعة على مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية تُعزى لاختلاف النوع

(ذكور، إناث)"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت " T-Test لحساب الفروق بين مجموعتين مستقلتين ودلالة تلك الفروق، وفيما يلي نتائج اختبار (ت) للفروق في متغير إدمان وسائط التوصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار) تبعًا لاختلاف النوع (ذكور، إناث):

جدول (١٣)

الفروق على مقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي وعوامله الفرعية تبعًا لاختلاف النوع (ن=٤٠٠).

المقياس وعوامله الفرعية	النوع	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية df.	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية
إهدار الوقت	ذكور	١٧٧	٣٦,٣٣	٥,٣٨٧	٣٩٨	-٠,١١١	(٠,٩١٢) غير دالة إحصائيًا
	إناث	٢٢٣	٣٦,٣٩	٥,٥٤٤			
الانسحاب	ذكور	١٧٧	٤٣,٩٩	٦,٧٦٨	٣٩٨	١,٣١٠	(٠,١٩١) غير دالة إحصائيًا
	إناث	٢٢٣	٤٣,٠٨	٧,١١٢			
الإصرار	ذكور	١٧٧	٣٣,٧١	٥,١٦٢	٣٩٨	-٠,٢٥٤	(٠,٧٩٩) غير دالة إحصائيًا
	إناث	٢٢٣	٣٣,٨٤	٥,٠٨٧			
مقياس إدمان مواقع التوصل الاجتماعي ككل	ذكور	١٧٧	١١٤,٠٤	١٢,٨٧٠	٣٩٨	٠,٥٤٧	(٠,٥٨٥) غير دالة إحصائيًا
	إناث	٢٢٣	١١٣,٣١	١٣,٤٢٧			

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية (٣٩٨) = ١,٩٦٠
قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠١ ودرجات حرية (٣٩٨) = ٢,٥٧٦

باستقراء النتائج الواردة في جدول (١٣) يتضح **عدم تحقق الفرض الأول**، حيث تُظهر النتائج أن قيم "ت" المحسوبة للفروق في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار) قد بلغت (-٠,١١١، ١,٣١٠، -٠,٢٥٤، ٠,٥٤٧)، وهي قيم غير دالة إحصائيًا مقارنة بقيم "ت" الجدولية عند مستويي دلالة ٠,٠٥ و٠,٠١؛ وهذا يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار).

وهذا يختلف مع ماجاء في دراسة محمد شعبان أحمد (٢٠٢٠. حيث هدفت الدراسة إلى التحقق من فعالية برنامج قائم على فنيات العلاج المعرفي السلوكي في خفض التوجه

العدمي لدى عينة من طلبة جامعة الفيوم من مدمني شبكات التواصل الاجتماعي، ولتحقيق هذا الهدف تم تطبيق أدوات الدراسة والمتمثلة في مقياس التوجه العدمي لدى طلبة الجامعة (إعداد الباحث). وخلصت نتائج الدراسة إلى: وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القلبي والبعدي على مقياس التوجه العدمي وأبعاده لصالح القياس البعدي. وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس التوجه العدمي وأبعاده لصالح المجموعة التجريبية. عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية ذكور والمجموعة التجريبية إناث في القياس البعدي على مقياس التوجه العدمي وأبعاده فيما عدى البعد الثالث من أبعاد المقياس وجود فروق لصالح الإناث.

ويتفق مع دراسة **أما دراسة عونية صوالحة، ودواليا جلاد (٢٠١٩) والتي كانت عن إدمان الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة عمان الأهلية**، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي، بالإضافة إلى ذلك قد وجدت فروقا ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في مستوى إدمان الانترنت في اتجاه الإناث، كما بينت النتائج عدم وجود فروقا ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في القلق الاجتماعي.

٢. نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الجامعة على مقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية تُعزى لاختلاف التخصص الدراسي (علمي، أدبي)"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت " T-Test لحساب الفروق بين مجموعتين مستقلتين ودلالة تلك الفروق، وفيما يلي نتائج اختبار (ت) للفروق في متغير إدمان وسائط التوصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار) تبعًا لاختلاف التخصص الدراسي (علمي، أدبي):

جدول (١٤)

الفروق على مقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي وعوامله الفرعية تبعًا لاختلاف التخصص الدراسي (ن=٤٠٠).

المقياس وعوامله الفرعية	التخصص الدراسي	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية .df	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية
إهدار الوقت	علمي	١٧٠	٣٦,٩٦	٤,٧٥٨	٣٩٨	١,٨٨٤	(٠,٠٦٠) غير دالة إحصائيًا
	أدبي	٢٣٠	٣٥,٩٣	٥,٩١٠			
الانسحاب	علمي	١٧٠	٤٢,١٥	٦,٨٧٤	٣٩٨	-٣,٣٣٧	(٠,٠٠١) دالة عند ٠,٠١
	أدبي	٢٣٠	٤٤,٤٧	٦,٨٨٨			
الإصرار	علمي	١٧٠	٣١,٣٨	٥,٢٩٠	٣٩٨	-٨,٨٤٦	(٠,٠٠٠) دالة عند ٠,٠٠١
	أدبي	٢٣٠	٣٥,٥٧	٤,١٧٥			
مقياس إدمان مواقع التوصل الاجتماعي ككل	علمي	١٧٠	١١٠,٤٩	١٢,٦٥٥	٣٩٨	-٤,١٩٢	(٠,٠٠٠) دالة عند ٠,٠٠١
	أدبي	٢٣٠	١١٥,٩٦	١٣,٠٨٩			

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية (٣٩٨) = ١,٩٦٠
قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠١ ودرجات حرية (٣٩٨) = ٢,٥٧٦

باستقراء النتائج الواردة في جدول (١٤) يتضح **تحقق الفرض الثاني جزئيًا**، حيث تُظهر النتائج أن قيم "ت" المحسوبة للفروق في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي وعاملي (الانسحاب، الإصرار) قد بلغت (-٣,٣٣٧، -٨,٨٤٦، -٤,١٩٢)، وهي قيم دالة إحصائيًا مقارنة بقيم "ت" الجدولية عند مستويي دلالة (٠,٠١، ٠,٠٠١)، بينما بلغت قيمة "ت" في حالة عامل إهدار الوقت (١,٨٨٤) وهي قيمة غير دالة إحصائيًا؛ وهذا يشير إلى وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستويي دلالة (٠,٠١، ٠,٠٠١) بين متوسطي درجات طلاب التخصصات العلمية والأدبية في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعاملي (الانسحاب، الإصرار) لصالح طلاب التخصصات الأدبية، بينما لا يوجد فرق دال إحصائيًا في عامل إهدار الوقت.

وهذا يرجع لطبيعة المواد الدراسية في التخصصات العلمية حيث تحتاج منهم المزيد من التركيز والجهد فبالتالي لن يكون هناك وقت كافي لاستخدام وسائط التواصل الاجتماعي وهذا يختلف مع جاء في دراسة **دراسة Lou, Yan, Nickerson, & McMorris (2012)بعنوان: دراسة العلاقة المتبادلة بين الوحدة والفيسبوك بين طلاب المرحلة الأولى الجامعية. حيث** هدفت الدراسة الى معرفة إذا كان هناك علاقة تبادلية بين استخدام

الطلاب وسائط التواصل الاجتماعي والصحة النفسية لمستخدمي هذه الشبكات. حيث أظهرت نتائج الدراسة انه لا يوجد علاقات تبادلية بين عناصر هذه الدراسة، حيث إن شدة استخدام الفيسبوك كان لها أثر على الشعور بالوحدة وأن الدوافع وراء استخدام الفيسبوك ليس له أي أثر على الشعور بالوحدة وبالتالي فإن الوحدة لا تتأثر بشدة استخدام الفيسبوك والدوافع وراء استخدامه

٣. نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص الفرض الثالث على أنه " توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الجامعة على مقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية تُعزى لاختلاف الفرقة الدراسية (الأولى، الرابعة)"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت " T–Test لحساب الفروق بين مجموعتين مستقلتين ودلالة تلك الفروق، وفيما يلي نتائج اختبار (ت) للفروق في متغير إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار) تبعًا لاختلاف الفرقة الدراسية (الأولى، الرابعة):

جدول (١٥)

الفروق على مقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي وعوامله الفرعية تبعًا لاختلاف الفرقة الدراسية (ن= ٤٠٠).

المقياس وعوامله الفرعية	الفرقة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية df.	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية
إهدار الوقت	الأولى	١٩٥	٣٦,٤٨	٥,٣٨١	٣٩٨	٠,٣٩٠	(٠,٦٩٧) غير دالة إحصائيًا
	الرابعة	٢٠٥	٣٦,٢٦	٥,٥٦١			
الانسحاب	الأولى	١٩٥	٤٣,٢٧	٧,٢٣٣	٣٩٨	-٠,٦٠٤	(٠,٥٤٦) غير دالة إحصائيًا
	الرابعة	٢٠٥	٤٣,٦٩	٦,٧١٨			
الإصرار	الأولى	١٩٥	٣٣,٤١	٥,٣٠٥	٣٩٨	-١,٤٣١	(٠,١٥٣) غير دالة إحصائيًا
	الرابعة	٢٠٥	٣٤,١٤	٤,٩١٣			
مقياس إدمان مواقع التوصل الاجتماعي ككل	الأولى	١٩٥	١١٣,١٥	١٣,٨٠٦	٣٩٨	-٠,٧١٢	(٠,٤٧٧) غير دالة إحصائيًا
	الرابعة	٢٠٥	١١٤,٠٩	١٢,٥٥٦			

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ودرجات حرية (٣٩٨) = ١,٩٦٠

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠١ ودرجات حرية (٣٩٨) = ٢,٥٧٦

يتضح من النتائج الواردة في جدول (١٥) **عدم تحقق الفرض الثالث كليًا**، حيث تُظهر النتائج أن قيم "ت" المحسوبة للفروق في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار) قد بلغت (٠,٣٩٠، -٠,٦٠٤، -١,٤٣١، -٠,٧١٢) بالترتيب، وهي غير قيم دالة إحصائيًا عند مستويي دلالة (٠,٠١، ٠,٠٥)؛ وهذا يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الفرقتين الأولى والرابعة في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار).

وباستقراء نتائج هذا الفرض يتضح أن تبرز قضية الإدمان على وسائط التواصل الاجتماعي كمشكلة نفسية واجتماعية كبيرة، كون أي فرد مهما كان جنسه أو سنه إلا وقد تظهر عليه أعراض هذا الشكل من الإدمان حيث يقضي ساعات طويلة في تصفح هذه المواقع دون وجود دواعي منطقية لذلك، حيث تجد المستخدم لها مقبلا عليها برغبة وشغف متزايدين لدرجة قد يضحي فيها بعمله ودراسته وبعلاقاته في سبيل إشباع رغباته المرتبطة بالاستخدام المفرط لمثل هذه المواقع، وهو ما يترتب عليه العديد من المشكلات التي قد تؤثر سلبا في مختلف جوانب حياته، من بينها مستويات توافقه النفسي والدراسي الأمر الذي يستلزم وجود تدخلات تحد من تلك المشكلات لدى طلاب الجامعة بصفة عامة في مختلف الفرق الدراسية.

ولقد أصبحت وسائط التواصل الاجتماعي جزءًا لا يتجزأ من الحياة اليومية للإنسان عبر مختلف الفئات العمرية، مما أثر سلبا على حياة الناس، كما أصبحت وسائط التواصل الاجتماعي مثل: التيك توك والفيس بوك وتويتر وانستا جرام وسناب تشات أكثر شيوعا للتواصل مع الأقران والأصدقاء والأسر؛ وعلى الرغم من ان تلك المواقع هامة إلا أنها تورط طلاب الجامعة في ممارسة بعض السلوكيات غير الصحيحة التي قد لا يمكن السيطرة عليها وبالتالي الوصول الى الاستخدام المفرط او إدمان تلك الوسائط مما يكون له تأثير سلبي على انفعالات المراهقين وطلاب الجامعة بصفة عامة وادراكهم للواقع الاجتماعي وتوافقهم الدراسي وادائهم الأكاديمي وعلاقاتهم الاجتماعية (Sun, 2022, 1286).

ونلاحظ من خلال عرض النتائج السابقة اتضح بأن التطور التكنولوجي المتمثل في تطور الانترنت والعناصر المرتبط به أدى إلى أنه أصبحت أخبار العالم يمكن الوصول إليها وتداولها بكل سهوله ويسر من خلال مواقع الانترنت ووسائط التواصل الاجتماعي الذي أصبحت متعددة بشكل كبير ومنتشرة بشكل اكبر مما جعل الكثير من الأفراد باختلاف أعمارهم وخصوصا فئة الشباب يستخدمون وسائط التواصل الاجتماعي بشكل كبير للحد الذي قد أفرط الكثير في استخدامه لدرجة انه لا يمكن الاستغناء عن تصفح وسائط التواصل الاجتماعي ولا يمكن ان يتحكم في الوقت الذي يستغرقه تصفحها ، الأمر الذي بات يمثل خطرا من الناحية النفسية والفكرية والجسدية على الأشخاص مدمني وسائل التواصل الاجتماعي وعلى الرغم من أن الأساس من إنشاء وسائط التواصل الاجتماعي كان بغرض التواصل والتفاعل ما بين الأفراد وتبادل الآراء والخبرات ويعطي إدمان الشخص على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي فرصة للهروب من مجتمعه والعيش في عالم افتراضي يستمتع فيه بقضاء الساعات الطويلة دون أن يشعر ومن مظاهر الإدمان على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي : استخدامها لفترات طويلة ومتكررة أثناء اليوم والشعور بأن ما يجري على شبكات التواصل الاجتماعي هو الطريق للوصول للعالم بأسره والرغبة في التحدث مع الآخرين داخل هذه المواقع (عبير الصبان ،سماح الحربي ، (٢٠١٩)

وقد أثبتت الدراسات النفسية عدة تأثيرات سلبية لإدمان وسائط التواصل الاجتماعي من أهمها قلة فرص التفاعل الشخصي بالإضافة إلى إهدار الوقت وعدم إدارته بالشكل المطلوب ، واضطرابات النوم، وقد وجد أن أحد أسباب انجذاب الأشخاص إلى وسائط التواصل الاجتماعي بسبب تركيزها على العديد من السمات الفردية من خلال التركيز بشكل خاص على الأفراد بدلاً من المجتمع بطريقة أنانية، حيث يقترح أن هذه الطبيعة الأنانية قد تسبب للمستخدمين تطوير نمط اعتمادي من خلال الإفراط في الاستخدام ، ونتيجة لذلك قد يتم الاعتماد المفرط لإستخدام وسائط التواصل الاجتماعي بشكل يصل إلى حد الإدمان بالإضافة إلى التأثير سلبا على احترام المستخدمين لذاتهم (Bennett,2019) كما قد وجد ان المحتوى التفاعلي الافتراضي في وسائل التواصل

الاجتماعي يعد أحد أسباب الاستخدام المفرط لتلك الوسائل فضعف القابلية للاتصال مع الآخرين في العالم الواقعي تجعل الفرد يقدم نفسه كونه مرغوباً ويطور درجة من الارتباط مع بعض الأفراد مما قد يجعله منغمساً في هذه الفعاليات إلى حد الإدمان سواء كان من طلاب الفرقة الأولى أو الفرقة الرابعة.

خلاصة نتائج البحث:

يمكن تلخيص نتائج البحث فيما يلي:

- عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار).
- وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب التخصصات العلمية والأدبية في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التوصل الاجتماعي، وعاملي (الانسحاب، الإصرار) لصالح طلاب التخصصات الأدبية،
- لا يوجد فرق دال إحصائيًا في عامل إهدار الوقت، وأيضا توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الفرقتين الأولى والرابعة في الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائط التواصل الاجتماعي، وعوامله الفرعية (إهدار الوقت، الانسحاب، الإصرار).

توصيات البحث:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، يمكن تقديم التوصيات الآتية:

-إقامة محاضرات وندوات عن مخاطر الاستخدام المفرط لوسائط التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية في الأنشطة الثقافية والاجتماعية بالجامعة.

-ضرورة توجيه وإرشاد الشباب وخاصة مدمني وسائط التواصل الاجتماعي – بتعلم كيفية استبدال تصفح مواقع التواصل الاجتماعي بالتمرينات الرياضية وغيرها من الهوايات والأنشطة المتنوعة للاعتدال في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

- تعويد الشباب المدمن لاستخدام وسائط التواصل الاجتماعي بقضاء الوقت المخصص لتصفح وسائط التواصل الاجتماعي مع الأسرة والأصدقاء ومساعدة الأسرة والأصدقاء له لتحقيق ذلك
- ضرورة تدريب المستخدمين لوسائط التواصل الاجتماعي وخاصة الذكور وتوجيههم لتوضيح الإيجابيات والسلبيات الناجمة عن التعامل معها

[Office\1]: Commented

بحوث مقترحة:

وفي ضوء الأطر النظرية والأدبية والنتائج المستخلصة من البحث الحالي، يمكن اقتراح ما يلي:

١- ادمان وسائط التواصل الاجتماعي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة.
٢- فاعلية برنامج معرفي سلوكي لخفض ادمان وسائط التواصل الاجتماعي لدي طلاب الجامعة.
٣- أثر استخدام الأنشطة المتعددة للحد من التأثيرات السلبية لإدمان الانترنت لدى عينة من المراهقين.

المراجع:

أولًا: المراجع باللغة العربية: -

- بسمة يونس حسين عيد (٢٠١٦). إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى طلاب الجامعة في محافظة غزة. رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، فلسطين.

- توفيق التويجري(٢٠٠٩). أثر وسائل التواصل الاجتماعي على سلوكيات وقيم الشباب من منظور التربية الإسلامية. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد١٦٩ ص ص ٢٣٥-٢٧٢الجزء الثالث

- حسام الدين محمود عزب (٢٠٠١). إدمان الانترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طالب المرحلة الثانوية، المؤتمر العلمي الثانوي للطفل والبيئة، جامعة عين شمس، القاهرة.

- حليمة مزغراني، و صارة حمرة (٢٠٢٠). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتوافق الشخصي والأسري لدى الطالب الجامعي. مجلة الجامع في الدراسات النفسية، مج ٥،ع ٢، ص ص ٦٠٥- ٦٣٢.

- خالد غسان يوسف المقدادي (٢٠١٣). ثورة الشبكات الاجتماعية، دار النفائس للنشر الأردن.

- زبيدة عبد الله (٢٠١٨). معوقات استخدام التعلم الإلكتروني من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس في جامعة نجران. المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعي، مج ١١، ع ٣٦ ، ص ص١٥٤-١٧٣

- سارة مرحباوي، وكريمة فنطازي (٢٠١٨). الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي: مقاربة نفسية نظرية .حوليات جامعة قالمة للعلوم الاجتماعية والإنسانية، مج ٢٥، ص ص ٣٣٩ – ٣٣٦ .

- سعد محمد عوض فلاح (٢٠١٧) . دور الإدارة الجامعية فى مواجهة مخاطر شبكات التواصل الاجتماعي على الأمن الفكري لدى طلبة جامعة الكويت، مجلة القراءة والمعرفة، مصر، ع (١٨٥)، ص ص .٨٦- ٦١

- سلطان عائض العصيمي (٢٠١٠). إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، رسالة ماجستير ، قسم العلوم الاجتماعية ،

الرياض : جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية
- السيد علي عثمان (٢٠١٨). دور شبكات التواصل الاجتماعي في تسويق خدمات الجمعيات الأهلية " دراسة من وجهة نظر الخدمة الاجتماعية. مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية – جامعة الفيوم. مج ١٠،ع١٠،ص ص ١١-٤٧.
- عامر إبراهيم قنديلجي (٢٠١٥). الإعلام الالكتروني ، دار المسيرة للنشر و التوزيع،
- عبير الصبان، وسماح الحربي (٢٠١٩). إدمان الطلاب على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي علاقته بالأمن النفسي والتورط في الجرائم السيبرانية، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ع٦، مج (٢)، ص ص ٢٦- ٢٩٣.
- علاء الدين محمد عفيفي (٢٠١٥) الإعلام وشبكات التواصل الاجتماعي العالمية، دار التعليم الجامعي، الإسكندرية.
- عونية صولحة، ودواليا جلاد(٢٠١٩). إدمان الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة عمان الأهلية .مجلة دراسات العلوم التربوية و الاجتماعية. مج ٤٦، ع٢، ص ص٣١٣- ٣٣٣.
- عيساني الطيب (٢٠١٥). مستخدمو الشبكات الاجتماعية في الوطن العربي: قراءة في الأرقام والمؤشرات. المجلة الجزائرية للاتصال،ع٢٣، ص ص١٦٦- ٢١٢.
- كلير الحلو ،وطوني جريج ،وجوزيف قرقماج واليان يوسف (٢٠١٨). مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطالب الجامعي. المجلة الدولية للدراسات النفسية والتربوية، ٣مج، ع)، ص ص ٢٣٥-٢٦٨.
- ليلى أحمد جرار، (٢٠١٢)، الفيسبوك والشباب العربي، الأردن، مكتبة الفالح.
- محمد أحمد شاهين(٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض ادمان الإنترنت لدي عينة من الطلبة الجامعين . مجلة جامعة الأقصى. سلسلة العلوم الإنسانية. مج ١٩،ع٢،ص ص ٣٥٨-٣٩٠.

– محمد شعبان أحمد (٢٠٢٠).العلاج المعرفي السلوكي في خفض التوجه العدمي لدى طلبة الجامعة مدمني شبكات التواصل الاجتماعي. المجلة التربوية لكلية التربية بجامعة سوهاج. ع ٧٥، ص ص ١٦٣٢ – ١٧٠٧.

– مشري مرسي(٢٠١٢). شبكات التواصل الاجتماعي الرقمية نظرة في الوظائف، مجلة المستقبل العربي لبنان العدد ٣٩٥ ،يناير، ٢٠١٢.

– نظيمة فخري حجازي، وكفاح محمد علي حسن (٢٠٢٠). أثر استخدام موقع التواصل الاجتماعي "الفيس بوك" على مفهوم الذات لدى المراهقين في محافظة طولكرم. مجلة الأطروحة للعلوم الإنسانية،٥،(٢)، ص ص٩– ٤٤.

– نور علي عباينة (٢٠٢٠). فاعلية العلاج المختصر المركز على الحل في خفض الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة من اللاجئات السوريات المسجلات في الجامعات الحكومية في محافظة إربد. مجلة جامعة الخليل للبحوث. الدراسات الإنسانية. مج ١٦، ع ١، ص ص ١٩٢– ٢٢٢.

– نيرمين زكريا خضر (٢٠٠٩) الآثار النفسية والاجتماعية لاستخدام الشباب المصري مواقع الشبكات الاجتماعية، المؤتمر العلمي الأول للأسرة والإعلام وتحديات العصر من ١٥–١٧ /فبراير.

– وائل مبارك خضر فضل الله (٢٠١١). أثر الفيس بوك على المجتمع، المكتبة الوطنية للنشر، الخرطوم.

– ياسرة أبو هدروس محمد (٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في علاج الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي "الفيس بوك" لدى عينة من المراهقات. مجلة الزرقاء للبحوث والدراسات الإنسانية مج ١٦، ع٣، ص ص ١٥٥–١٣٠.

ثانيًا: المراجع باللغة الإنجليزية:

- Bennett,C (2019) Are You Addicted to Social Media, Retrieved from : https://www.news-medical.net/health/Are-You-Addicted-to-Social-Media.aspx
- Bernay ,R (2014) mindfulness and the beginning tercher,Australian Journal of Teacher Education,39(7),58-69
- Kim, J., & Lee, J. E. R. (2011). The Facebook paths to happiness: Effects of the number of Facebook friends and self-presentation on

subjective well-being. *CyberPsychology, behavior, and social networking*, *14*(6), 359-364.

- Langer, E. J. (1989): Mindfulness. New-York: AddisonWesley.
- Langer, E.(2000). Mindfulness learning. Current directions in psychological science 6(3).
- Orzack, M. H., and Orzack, D. S. (1999). Treatment of computer addicts with complex comorbid psychiatric disorders. Cyber psychology Behavior. 2(5): 465–473.
- Pantic, I. (2014). Online social networking and mental health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *17*(10), 652-657.
- Stern, D. J. (1997). Internet addiction, Internet psychotherapy. Am.J. Psychiatry 154(6): 890. Stern, S. E.(1999). Addiction to technologies: A social psychological perspective of Internet addiction. Cyber psychology Behavior 2(5): 419–424.
- Wicks, C.(2005). Resilience: An integrative framework for measurement. Ph, D thesis .Loma Linda university.
- Young, K. S., Pistner, M., O'Mara, J., and Buchanan, J. (1999). Cyber disorders: The mental health concern for the new millennium. Cyber Psychology and Behavior. 2(5): 475– 479.

An Analytical Study for the Dimensions of Social Media Addiction among University Students in the Light of some Demographic Variables

ABSTRACT

The current research aims to identify some variables related to social media addiction for university students. The sample of the study consisted of (400) university students at Helwan University. The researcher used Social Media Addiction Scale. The results showed that there were no statistical significant differences between the males and females students' mean scores in the overall score of the social media scale and it's sub dimensions (wasting time, withdrawal, persistence) .Also, there were statistical significant differences between the scientific and literature majors students' mean scores in the overall score of social media addiction scale (withdrawal, and persistence) in favor of literature major students. On the other hand, there was no statistically significant difference in wasting time factor. The results showed there were no statistically significant differences between the mean scores of first- and fourth-years students in the overall score of social media addiction scale and its sub dimensions (wasting time, withdrawal, persistence)

keywords: Social Media Addiction, University Students, Demographic Variables