العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي
(دراسة ميدانية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم البواقي)

الدكتورة: سامية ابريعم
جامعة أم البواقي، الجزائر

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى بحث العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى عينة من طلبة جامعة أم البواقي،والفروق بين الجنسين في إدمان الانترنت،وتكونت عينة الدراسة من(276) طالبا، (96) طالب و(180) طالبة من معظم كليات جامعة أم البواقي.وقد تم استخدم مقياسان هما: مقياس إدمان الانترنت، ومقياس الاغتراب النفسي وكشفت الدراسة عن:

- ✓ وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى عينة من طلبة جامعة أم البواقي.
- ✓ وجود فروق بين الذكور والإناث من الطلبة في درجة إدمان الانترنت لصالح الذكور.

Abstract :

This study aimed at examining the relationship between internet and Alienation among a sample of students enrolled in Oum El Bouaghi university, and internet addiction satisfaction gender differences.

The study sample consisted of (276) students (96) males and (180) females from various Oum El Bouaghi university faculties. Two scales were used : the Internet addiction and scale Alienation scale. The study revealed the following results :

- There is a positive correlation between internet and Alienation among a sample of students enrolled in Oum El Bouaghi university.

-Significant differences appeard between males and females in internet addiction, show that males are more addicted to internet than females.

مقدمة:

يشهد العالم ثورة معرفية وتكنولوجية هائلة خلال العقد الأخير من القرن الماضي في شتى مجالات الاتصال وشبكات المعلومات،التي مكنت الفرد من إمكانية التواصل مع الآخرين في كل مكان. ومن أهم وسائل الاتصال والمتوفرة الآن في جميع دول العالم تتمثل في الانترنت، وما يتضمنه من ثروات علمية ومعرفية وترفيهية وثقافية.

و يعد الانترنت أحدث وسيلة إعلامية،عالمية الانتشار،سريعة التطور وتعني كلمة انترنت لغويا الترابط بين الشبكات، فهي عبارة عن مجموعة ضخمة من شبكات الاتصال المرتبطة بعضها ببعض[1].

والانترنت من أبرز التقنيات التي تقدم للإنسان بتكلفة أقل ووقت أقصر وَ إنجازاً أكبرا، نظراً للخدمات المتعددة التي يقدمها مثل البريد الالكتروني، نقل الملفات، الأخبار، التجارة الإلكترونية... وغيرها من الخدمات المتخصصة في مجالات أنشطة الإنسان[2]، هذا ما أدى إلى تزايد أعداد مستخدمي الانترنت بشكل رهيب،حيث يتزايد عاماً بعد عام،خاصة مع النمو الهائل في كم وكيف المعلومات المتاحة على الشبكة ،وحرية ما ينشر إلكترونيا،إذ لا يخضع لأية مراجعة.

وهكذا فالانترنت شأنه كشأن بقية وسائل الاتصال هو سلاح ذو حدين، فهو وسيلة نافعة لها آثارها الإيجابية، ولها آثارها السلبية، فإذا ما استخدم الانترنت بأسلوب سلبي مبالغ فيه،ولغير الأغراض التي وجد من أجلها فهنا يتحول استخدامه إلى سلوك مرضي، يصبح ظاهرة سلبية خطيرة على حياة الإنسان واتزانه وصحته النفسية تسمى بإدمان الانترنت.

وقد ظهر مفهوم إدمان الانترنت أو ما يسمى الاستخدام المرضي للانترنت في القاموس الطبي عام (1995)، حيث كان أول من أشار إليه الطبيب النفسي(**إيفان جولدبرج Ivan Goldberg**)[3]. ويعرف إدمان الانترنت بأنه حالة

انعدام السيطرة والاستخدام المدمر لهذه الوسيلة التقنية،وتشابه الأعراض المرضية المصاحبة له بالأعراض المرضية المصاحبة لإدمان المخدرات[4]، وتستدل عليه بعدة أعراض حددتها الجمعية الأمريكية للطب النفسي بالأعراض التالية:

استخدام الانترنت بما يتجاوز(38) ساعة أسبوعيا، مع الميل إلى زيادة ساعات استخدام الانترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها من قبل ساعات أقل مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية عند انقطاع الاتصال بالشبكة، تركيز التفكير بشكل قهري حول الانترنت وما يجري فيه،حركا ت إرادية ولا إرادية تؤديها الأصابع مشابهة لحركات الأصابع على الكمبيوتر،الرغبة في العودة إلى استخدام الانترنت لتخفيف أو تجنب أعراض الانسحاب،إضافة إلى الميل إلى استخدام الانترنت بمعدل أكثر تكراراً أو لمدة زمنية أطول تتجاوز ما كان الفرد يخصصه له أصلاً[5].

وعليه فقد ازداد الاهتمام باضطراب إدمان الانترنت خاصة بعد انتشاره بين كافة الفئات العمرية والطبقات الاجتماعية والمستويات المهنية المختلفة، حيث تشير عدة دراسات إلى أن معدل انتشار إدمان الانترنت يتراوح مابين(15-20%) من مستخدمي الانترنت ويتراوح أعمار المدمنين بين (18-55) سنة وينتشر الإدمان بين الكبار والصغار على حد سواء[6].

مما دفع الباحثين لدراسة هذه الظاهرة، لما لها من انعكاسات سلبية على حياة وسلوكات الأفراد، حيث تؤدي إلى الإخلال بقيم المجتمع ومبادئه، وانتشار السلوكات المضادة للمجتمع كالجريمة والعنف والفوضى،بالإضافة إلى تعرض الأبناء إلى كافة أشكال الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة النفسية وفقدان الثقة بالنفس والعزلة الاجتماعية والضغوط النفسية...إلخ غيره من الاضطرابات النفسية.

ومع انتشار إدمان الانترنت في الآونة الأخيرة وخاصة في أوساط طلاب المرحلة الجامعية،حيث أكدت نتائج الكثير من الدراسات على أن إفراط طلاب

الجامعة في استخدام الانترنت يجعلهم أكثر اكتئابا وأكثر شعور بالعزلة الاجتماعية، وبالاغتراب النفسي، ومن هذه الدراسات نذكر:

Dittmann(كينج، 2002) King 1996)(كروات et al, Kraut ،1998)
(ساندرز وآخرين sanders , et al(ديتمان،2000)

young et Rogers (1998،LaRose, et al.[7](لاروز وآخرون،2001)
(يونج وروجرز.).

وهذا ما دفع الباحثة إلى الاهتمام بهذه الظاهرة والبحث عن العلاقة الكامنة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم البواقي، للاستفادة من نتائج هذه الدراسة في الخروج بالتوصيات والمقترحات اللازمة لتقديم البرامج الإرشادية للحد من انتشار هذه الظاهرة التي تدمر مستقبل شبابنا الذين هم عماد هذه الأمة.

مشكلة الدراسة:

أصبح الانترنت يغزو كافة مجالات الحياة الاجتماعية كوسيلة للاتصال وتبادل الأفكار والمعلومات، كذلك المجالات الاقتصادية والسياسية وغيرها، مما نتج عليه أن أي مجتمع لا يستخدم الانترنت يعد متخلفا عن بقية المجتمعات المنعدمة وعن مسايرة التطورات التكنولوجية الهائلة.

فالانترنت من بين النعم العديدة التي منَ الله بها على الإنسان، ولكن إذ أحسن استخدامها، فهو سيتحول إلى نعمة،أما إذا ما أساء الإنسان استخدامها، فمثله مثل أي تقدم تكنولوجي، فعندما يفرط في الاعتماد عليه ويبدأ في تجاهل الأنشطة والمناسبات ومسؤوليات العمل والدراسة والرياضة أو شكوى المقربين منه من قضائه الوقت الطويل أما الانترنت، فإنه سوف يقع في مشكلة إدمان الانترنت.

واضطراب إدمان الانترنت مشكلة متزايدة، فقد أشار علماء النفس البريطانيون أن هناك شخص من بين (200) فرد من مستخدمي الانترنت تظهر عليه أعراض الإدمان بل إن هناك أشخاص يقضون (38) ساعة أو أكثر على الانترنت دون عمل يدعو إلى ذلك، فمن الممكن أن يضحى البعض بالعمل وبالمدرسة وبالعلاقات الأسرية وبالمال[8].

Jung,et al, (2008 وتؤكد الكثير من الدراسات والبحوث مثل دراسة (جانج وآخرون،2008)، ودراسة (**أبو جدي**،2007)،ودراسة (**زيدان**،2008) أن إدمان الانترنت لا يقل خطورة عن إدمان المخدرات، بل يتجاوزها باعتباره السبيل الأكبر لتعويض ما يعاني منه المدمن من مشكلات واضطرابات، وإن هذه المشكلات تزداد حدة وضرورة بتقدم الإنسان في العمر وزيادة عدد الساعات التي يقضيها الفرد المدمن أمام الانترنت ولذا فالانترنت يمثل مشكلة كبيرة بالنسبة للشخص المدمن، ويصاحبه العديد من الاضطرابات النفسية والسلوكية[9].

فالجلوس أمام جهاز الانترنت لمدة طويلة من الوقت سيؤدي إلى عزل الفرد عن مجتمعه، وتدني التفاعل الاجتماعي مع أفراد الأسرة وتقليص عدد الأصدقاء وعدم امتلاك مهارات الاتصال الايجابي، ،وتضاؤل فرص التعبير وتحقيق الذات، مما يجعله يشعر بعدم القدرة على ضبط الأحداث والتحكم فيها، وبالتالي يفقد الثقة في نفسه ومن ثمة الشعور بالاغتراب النفسي[10].

ولعل طلاب الجامعة هم أكثر شرائح المجتمع قابلية وتعرضا لإدمان الانترنت لعدة أسباب، منها أنهم يمرون بمرحلة نمو نفسي مهمة يتم فيها تشكيل الهوية وإنشاء علاقات شخصية واجتماعية حميمة، كذلك أصبحت الجامعات توفر فرصا واسعة ومستمرة للدخول على الانترنت لأغراض مختلفة، حيث تشير الإحصاءات المتوفرة أن (82%) من طلبة الجامعة يستخدمون الانترنت[11] .

ومن خلال تفاعل الباحثة مع الطلبة في جامعة أم البواقي من خلال حصص التدريس والإشراف، فقد لاحظت أن العديد منهم يقضون أوقاتهم الثمينة أمام الانترنت، مما أدى إلى ظهور عدة أعراض لاضطرابات نفسية لذلك

فإن الدراسة الحالية هي محاولة للتعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم البواقي.

وبناء عليه تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ✓ ما طبيعة العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة؟.
- ✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة إدمان الانترنت بين طلبة الجامعة تعزى لمتغير الجنس؟.

فرضيات الدراسة :

1. توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان الانترنت بين طلبة الجامعة تعزى لمتغير الجنس.

أهداف الدراسة :

1. التعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي.
2. معرفة درجة الفروق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في درجة إدمان الانترنت.

أهمية الدراسة:

1. تستمد الدراسة الحالية أهميتها في المجال الذي نهتم به وهو مجال استخدام الانترنت الذي أصبح من المستحدثات التكنولوجية الجديدة التي أفرزها التقدم العلمي الهائل.

2. أصبح من الضروري معرفة فيما إذا كانت هناك آثاراً سلبية لاستخدام الانترنت قد تؤدي إلى تحولات جذرية وعميقة في حياة الأفراد النفسية والاجتماعية وخاصة لدى الشريحة الأكثر إنتاجية وبناء المستقبل وهم طلبة الجامعة.

3. بالرغم من الانتشار الواسع للانترنت والأهمية الكبيرة التي يحظى بها، والخطورة الكامنة وراءه إلا أنه ما يزال هناك قلة في دراسة تلك الظاهرة خاصة على مستوى البيئة المحلية في حدود علم الباحثة.

4. تقديم معلومات تقوم على أساس علمي حول كل ما يتعلق بشبكة الانترنت لكي تتولى المؤسسات المعنية بالتنشئة الاجتماعية بتوعية الشباب، لتعزيز الآثار الايجابية والحد من الآثار السلبية والتعامل الايجابي والسليم مع هذه التقنية.

5. جاء الاهتمام بدراسة إدمان الانترنت وعلاقته بالشعور الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة باعتبارهم من أكثر الفئات استخداما له من خلال بعض الإحصاءات المتوفرة والمذكورة سابقا، وهذا من باب الإحساس بخطورة الأمر للوقوف على الآثار السلبية لإدمان الانترنت لدى هؤلاء الشباب الذين هم قوة المجتمع وعموده الفقري.

6. التحقق من الخصائص السيكومترية للمقاييس المستخدمة و مدى ملاءمته للبيئة المحلية، خاصة فيما يتعلق بمقياس الإدمان على الانترنت الاستفادة منه في إجراء بحوث ودراسات تتعلق بظاهرة إدمان الانترنت.

7. جاء الاهتمام بدراسة إدمان الانترنت وعلاقته بالشعور الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة باعتبارهم من أكثر الفئات استخداما له من خلال بعض الإحصاءات المتوفرة والمذكورة سابقا، وهذا من باب الإحساس بخطورة الأمر للوقوف على الآثار السلبية لإدمان الانترنت لدى هؤلاء الشباب الذين هم قوة المجتمع وعموده الفقري.

حدود الدراسة:

أ – الحدود البشرية:

تقتصر الدراسة على طلاب جامعة العربي بن مهيدي – أم البواقي .

ب – الحدود الزمنية:

تم تطبيق الدراسة خلال السداسي الأول من السنة2013 / 2014.

جـ – الحدود المكانية:

تم إجراء الدراسة الحالية في مدينة أم البواقي، وبالضبط في جامعة العربي بن مهيدي.

تحديد مصطلحات الدراسة:

تتضمن هذه الدراسة المصطلحات الأساسية التالية:

1 – إدمان الانترنت (Internet Addiction):

قبل تعريف إدمان الانترنت يجب الإشارة إلى أن مصطلح إدمان الانترنت يقابله العديد من التسميات مثل :الإدمان التكنولوجي، الاعتماد على الانترنت، إساءة استخدام الانترنت، الاعتماد على الكمبيوتر، إدمان الكمبيوتر،الاستخدام المفرط للانترنت[12].

إدمان الانترنت بأنه حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي للانترنت.

تعريف شارلتون (Charlton ,2002)

إدمان الانترنت هو حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي للانترنت تؤدي إلى اضطرابات إكلينيكية يستدل عليها بوجود بعض المظاهر كالتحمل والأعراض الانسحابية[13].

ويعرف إدمان الانترنت إجرائيا في هذه الدراسة بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس إدمان الانترنت لـ" بشرى إسماعيل أحمد".

2- الاغتراب النفسي (Alienation):

تعرفه (سناء زهران،2004) بأنه شعور الفرد بالعزلة والوحدة وسوء التوافق مع المجتمع،وعدم الانتماء وفقدان الثقة والشعور بالقلق،ورفض القيم والمعايير الاجتماعية والمعاناة من الضغوط النفسية[14].

ويعرف الاغتراب النفسي إجرائيا في هذه الدراسة بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس الاغتراب النفسي لـ" سميرة حسن أبكر".

الدراسات السابقة :

تعتبر الدراسات السابقة ذات دور إيجابي لكل باحث، وبناء على ذلك فإن الباحثة ستلقي الضوء على الدراسات الأجنبية والعربية للتعرف على أهم النتائج التي توصل إليها الباحثون، ولقد تحصلت الباحثة من خلال اطلاعها على الموضوعات الخاصة بدراسة العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي،على بعض الدراسات السابقة التي تتوافق مع فرضيات الدراسة.

أ – الدراسات الأجنبية:

1 – دراسة كروات وآخرون (Krout ,et al, 1998):

عنوان الدراسة: *آثار استخدام الانترنت لدى الشباب*.

هدفت هذه الدراسة الطولية والتي دامت عامين إلى معرفة آثار استخدام الانترنت من قبل الشباب، وطبقت في ولاية بنسلفانيا الأمريكية على عينة مكونة من (169) شاباً مستخدماً للانترنت، وقد أشارت النتائج إلى وجود آثار نفسية واجتماعية سلبية لاستخدام الانترنت، كما أظهرت النتائج أنه كلما زاد استعمال

الانترنت كلما انخفض مستوى النشاط الاجتماعي وزاد مستوى الشعور بالعزلة الاجتماعية والاغتراب النفسي[15].

2- دراسة لازور وآخرون(Larose ,et al,2001):

عنوان الدراسة:* التفسيرات المعرفية الاجتماعية لاستخدام الانترنت*

تكونت عينة الدراسة من (171) طالبا وطالبة،(59) ذكوراً و(39) إناثاً مسجلين في فرع علوم الاتصال في جامعة واشطن بأمريكا من مختلف المستويات الأكاديمية،وقد استخدم كل من مقياس العزلة الاجتماعية، والاغتراب النفسي،والاكتئاب، ومقياس الكفاءة الذاتية للانترنت، وأظهرت النتائج أن استخدام الانترنت لفترة طويلة يؤدي إلى الشعور بالاغتراب النفسي والاكتئاب، كما أظهرت النتائج ميل مستخدمي الانترنت لفترات طويلة يؤدي إلى العزلة الاجتماعية[16].

3 – دراسة كوي وليو(Cui Liw ,2003):

عنوان الدراسة:* العلاقة بين إدمان الانترنت والنمو الاجتماعي والتوافق والاغتراب النفسي*

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الاعتماد على الانترنت بالنمو الاجتماعي والتوافق والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (110) من طلاب الجامعة في شنغهاي بالصين، وطبق عليهم أدوات لقياس المتغيرات موضع البحث،وأظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية قوية بين الاعتماد على الانترنت والاغتراب النفسي والتوافق والنمو الاجتماعي، كما أظهرت وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في إدمان الانترنت لصالح الذكور[17].

4– دراسة اكسايوسى لي (XiaaSi,Li ,2006) :

عنوان الدراسة:* المشكلات الناتجة عن إدمان الانترنت*

هدفت الدراسة إلى التعرف على المشكلات المرتبطة بإدمان الانترنت وسماتها والأسباب المؤدية للإدمان، وطبقت الدراسة على عينة عشوائية تم اختيارها من ست مدارس إعدادية في مدينة هيفاى في الصين قدرها (1949) طالبا طبق عليهم استبيان من إعداد الباحث، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها أن معدل الإدمان عند الذكور أعلى من الإناث،وأن إدمان الانترنت في الضواحي أقل من المدن، وأن الإدمان يكون أعلى لدى من يمتلكون أجهزة الكمبيوتر أي لديهم مستوى معيشي مرتفع[18] .

ب – الدراسات العربية:

5 – دراسة (مهدي،2004):

عنوان الدراسة:* الآثار النفسية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة*

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الآثار النفسية والاجتماعية التي يسببها الانترنت لطلاب الجامعة، وتكونت العينة من (240) طالبا وطالبة في جامعة الأزهر بالقاهرة والأقاليم، وطبق على أفرد العينة مقياس علاقة طلبة الجامعة بالانترنت، ومقياس الآثار النفسية والاجتماعية من إعداد الباحثة، وقد توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث قي استخدام شبكة الانترنت لصالح الذكور،كما أوضحت النتائج أيضا أن طلاب جامعة الأزهر بالقاهرة أكثر استخداماً لشبكة الانترنت، كذلك أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في الآثار النفسية والاجتماعية، كذلك وجود علاقة ارتباطية بين سوء استخدام الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي، وسوء العلاقة مع المجتمع ومع الأصدقاء والمشكلات الجنسية[19].

6 – دراسة (زامل،2006):

عنوان الدراسة:* العلاقة بين إدمان الانترنت والاغتراب لدى طلاب الجامعة *

كان الهدف من هذه الدراسة معرفة علاقة الإدمان على الانترنت بالاغتراب لدى طلاب جامعة الأزهر بالقاهرة في مصر، الذين بلغ عددهم

(120) طالباً وطالبة نصفهم من الذكور والآخر من الإناث، وأظهرت النتائج وجود فروق في الاغتراب بين مدمني الانترنت وغير المدمنين ذكوراً وإناثاً، ولا توجد فروق بين الذكور والإناث في درجة إدمان الانترنت، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الانترنت وبين الاغتراب لدى أفراد العينة[20].

7 – دراسة (الشافعي،2010):

عنوان الدراسة:*إدمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية*

هدفت هذه الدراسة إلى بحث علاقة إدمان الانترنت بكل من الوحدة النفسية والطمأنينة النفسية، والفروق بين الجنسين في إدمان الانترنت، وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية على إدمان الانترنت لدى عينة تتكون من (444) من طلاب وطالبات جامعة الملك خالد بالسعودية، وقد تم تطبيق إختبار إدمان الانترنت من إعداد (يونغ،1998) وتعريب صاحب الدراسة، ومقياس الوحدة النفسية (رسل،1992) وتعريب(خضر والشناوي،1998)، واستمارة البيانات الديموغرافية من إعداد الباحث الحالي، وأظهرت النتائج: وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين إدمان الانترنت والوحدة النفسية، وتوجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين إدمان الانترنت والطمأنينة النفسية، ولم تختلف الصورة بإختلاف الجنس، كما توجد فروق دالة بين الجنسين من طلاب الجامعة في إدمان الانترنت لصالح الذكور[21].

تعقيب عام على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة نستنتج ما يأتي :

- وجدت الباحثة من خلال بحثها دراسات تتفق مع الدراسة الحالية تماما،أو مع أحد الفرضيات.

- من حيث الهدف، فقد كانت تهدف بعض الدراسات للكشف عن إدمان الانترنت وعلاقته بالعديد من المتغيرات (الاغتراب النفسي،العزلة الاجتماعية،الإكتئاب، الانطواء، الوحدة النفسي...إلخ)، كدراسات (كروات، بتري وجين 1998،زامل 2006،الشافعي2010). والبعض الآخر كان اهتمامه منصبا على معرفة المشكلات والآثار المترتبة عن إدمان الانترنت مثل (إكسايوسى لي2006،كروت1998، مهدي2004)، كما هدف بعض الباحثين إلى الكشف عن درجة الفروق بين الجنسين في إدمان الانترنت نذكر منهم (اكسايوسى لي 2006، مهدي2004 الشافعي 2010) وعلى العموم تتفق أهداف هذه الدراسات مع هدف من أهداف الدراسة الحالية.
- من حيث العينات، فمعظم الدراسات أجريت على طلاب الجامعات من الجنسين، وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية والتي ستتناول طلبة الجامعة من الجنسين وتتفاوت أعمار أفراد العينات وقد تفاوت حجم العينة من (110) فرداً كما هو في دراسة (كروات،1998) إلى (1949) كما هو في دراسة (اكسايوسى لي،2006).
- من حيث أدوات الدراسة، فقد تنوعت بحسب الغرض المراد الوصول إلى تحقيقه، أما بخصوص الدراسة الحالية لم تستخدم الأدوات التي تم استخدامها في الدراسات السابقة الذكر.
- بالنسبة لنتائج الدراسات السابقة، فقد اختلفت وتنوعت، إلا أنه كان هناك شبه إجماع على وجود علاقة ارتباطية دالة إما سلبية أو ايجابية بين إدمان الانترنت وظهور بعض الاضطرابات النفسية كالشعور بالاغتراب النفسي والاكتئاب والعزلة الاجتماعية والانطواء، وعلى وجود آثار سلبية سواء نفسية أو اجتماعية عن هده المشكلة، وعلى وجود فروق بين الجنسين في درجة إدمان الانترنت لصالح الذكور.

إجراءات الدراسة الميدانية :

منهج الدراسة :

للتحقق من فروض الدراسة الحالية، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي الذي يهدف إلى إيجاد علاقة بين متغيرين، والذي يناسب موضوع الدراسة.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (276) طالباً وطالبة من طلبة جامعة العربي بن مهيدي – أم البواقي من مختلف كليات الجامعة،(96) طالباً و(180) طالبة، تتراوح أعمارهم مابين (20-27) عاماً بمتوسط عمري قدره (23.25) عاماً، وانحراف معياري قدره (6.82). تم اختيارهم بطريقة العينة القصدية حيث تم توزيع أدوات الدراسة في قاعة الانترنت الموجودة بالمكتبة المركزية للجامعة وفي مقاهي الانترنت المتواجدة بجانب الجامعة لضمان الحصول على عينة من مختلفة الاختصاصات.

أدوات الدراسة:

1 – مقياس إدمان الانترنت:

أعدت هذا المقياس **(بشرى إسماعيل أحمد)** بهدف استخدامه أداة موضوعية في تشخيص إدمان الانترنت، ويتكون المقياس من (60) عبارة موزعة بالتساوي على ستة أبعاد لإدمان الانترنت وهي كالتالي:السيطرة أو البروز، تغير المزاج،التحمل، الأعراض الانسحابية،الصراع،الانتكاسة، وللإجابة على المقياس يختار المفحوص أحد بدائل أربع درجات وهي (2،1،0)، وقد قامت معدة المقياس بتقنين المقياس حيث تم حساب ثباته باستخدام طريقة الاتساق الداخلي حيث بلغ معامل الارتباط(0.89) وهو دال عند مستوى الدلالة (0.01)، كذلك تم استخدام طريقة التجزئة النصفية حيث بلغ معامل ثبات سبيرمان(0.90) وهو دال عند مستوى الدلالة (0.01)، وأما الصدق فقد تم حسابه باستخدام التحليل

العاملي وذلك باختبار نموذج العامل الكامن العام والذي حاز على مطابقة تامة مما يشير أن المقياس يتمتع بمعامل صدق مرتفع[22].

أما في الدراسة الحالية، وللتأكد من مدى ملائمة المقياس مع البيئة المحلية، قامت الباحثة بتطبيقه على عينة استطلاعية والتي تكونت من (30) طالبا من طلبة جامعة العربي بن مهيدي – أم البواقي تتراوح أعمارهم مابين (20-27 سنة).

وقد تم حساب صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية كالتالي:

أ – صدق المقياس: تم حساب صدق مقياس إدمان الانترنت عن طريق:

الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

من أدنى درجات المقياس للعينة التي (27%)من أعلى درجات المقياس و (27%) قامت الباحثة بأخذ تتكون من(30) فرداً، وهذا بعد ترتيب هذه الدرجات تصاعديا فتصبح مجموعتان تتكون كل منها من(08) فرداً لأن (30*0.27=08)، ومنه نأخذ (08) أفراد من المجموعة العليا، و(08) أفراد من المجموعة الدنيا، ثم نستخدم أسلوبا إحصائيا ملائما يتمثل في اختبار "ت" لدلالة الفروق بينهما Spss, 16.0. وهذا باستخدام نظام الحزمة الإحصائية

وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (01) : يوضح قيمة ت لدلالة الفرق بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا على مقياس إدمان الانترنت

	المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	" ت "	مستوى الدلالة
مقياس إدمان الانترنت	المجموعة الدنيا	8	76.26	11.12	13.76	0.01 دال
	المجموعة العليا	8	117.13	6.13		

يتبين من الجدول أن قيمة "ت" دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) مما يعني أن المقياس يتوفر على القدرة التمييزية بين المجموعتين الدنيا والعليا ،ومنه فالمقياس يعتبر صادقا فيما يقيسه.

ب – ثبات المقياس:

لمعرفة ذلك قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس إدمان الانترنت باستخدام معامل ثبات ألفا لكرونباخ وباستخدام نظام (Spss,16)، تم التوصل إلى معامل ثبات قدره(0.876) وهذا المعامل دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل أن المقياس يتمتع بمستوى عالي من الثبات.

3 – مقياس الاغتراب النفسي:

قامت بإعداده **(سميرة حسن أبكر،1989)**، وذلك لقياس الاغتراب النفسي في المرحلة الجامعية، يتكون المقياس من (105) عبارة موزعة على سبعة أبعاد فرعية هي (فقدان الشعور بالانتماء، عدم الالتزام بالمعايير، العجز، عدم الإحساس بالقيمة، فقدان الهدف، فقدان المعنى، مركزية الذات) ويحتوي المقياس على عبارات موجبة وعبارات سالبة، ولقد تم حساب ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ والذي بلغ (0.92)، وعن طريق التجزئة النصفية فبلغ معامل الارتباط (0.91) كما تم حساب صدق المقياس باستخدام عدة طرق منها الصدق الظاهري وصدق المحك،وقد بلغ معامل الصدق (0.91) وهو دال عند(0.01)[23].

وفي الدراسة الحالية للتأكد من مدى ملائمة المقياس مع البيئة المحلية، قامت الباحثة بتطبيقه على العينة الاستطلاعية السابقة الذكر.

وقد تم حساب صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية كالتالي:

أ – صدق المقياس: تم حساب صدق مقياس الاغتراب النفسي عن طريق:

الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

حيث قامت الباحثة بحساب الصدق التميزي وفق نفس الخطوات السابقة الذكر في مقياس إدمان الانترنت وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (02) : يوضح قيمة ت لدلالة الفرق بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا على الاستبيان

	المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	مستوى الدلالة
مقياس الاغتراب النفسي	المجموعة الدنيا	8	88.93	9.82	8.29	0.01 دال
	المجموعة العليا	8	100.19	6.25		

يتبين من الجدول أن قيمة "ت" دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) مما يعني أن المقياس يتوفر على القدرة التمييزية بين المجموعتين الدنيا والعليا ومنه فالمقياس يعتبر صادقا فيما يقيسه.

ب – ثبات المقياس:

لمعرفة ذلك قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس الاغتراب النفسي باستخدام معامل ثبات ألفا لكرونباخ وباستخدام(Spss.16)، تم التوصل إلى معامل ثبات قدره (0.820) وهذا المعامل دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل أن المقياس يتمتع بمستوى عالي من الثبات.

الأساليب الإحصائية :

- ✓ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- ✓ اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ، في حساب كل من الصدق التميزي وللإجابة على السؤال الثاني.
- ✓ معامل الثبات ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقاييس المستخدمة.
- ✓ معامل الارتباط بيرسون للإجابة على السؤال الأول.

عرض النتائج ومناقشتها:

1 – عرض النتائج:

عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

نص الفرضية: "توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة".

وللتحقق من صحة هذه الفرضية، تم استخدام معامل الارتباط "بيرسون" بين الدرجات التي تحصل عليها أفراد عينة الطلبة على مقياس إدمان الانترنت وبين الدرجات التي تحصلوا عليها على مقياس الاغتراب النفسي، وبعد المعالجة الإحصائية بنظام

(Spss,16.0) تحصلنا على النتائج الموضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (03) : يوضح معامل الارتباط بين درجة إدمان الانترنت والاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
إدمان الانترنت / الاغتراب النفسي	1.876	دال 0.01

يتضح من الجدول رقم **(03)** أن قيمة معامل الارتباط بين درجة إدمان الانترنت والاغتراب النفسي لدى أفراد عينة الدراسة والمساوية لـ (1.876) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)،وهذه العلاقة الارتباطية هي علاقة موجبة وتعني أنه كلما زادت درجة إدمان الانترنت زاد الشعور بالاغتراب النفسي لدى الطلبة.

عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة إدمان الانترنت بين طلبة الجامعة تعزى لمتغير".

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من الجنسين على مقياس إدمان الانترنت، وبعد المعالجة الإحصائية بنظام (Spss,16.0) تحصلنا على النتائج الموضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (04): يوضح نتائج اختبارت لدلالة الفروق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في درجة إدمان الانترنت

نوع العينة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت	مستوى الدلالة
الذكور	96	98.76	50.23	274	3.82	دال 0.01
الإناث	180	82.12	38.29			

يتضح من الجدول رقم (04) المتعلق باختبار "ت" لإيجاد الفروق بين الجنسين من الطلبة في درجة إدمان الانترنت،حيث أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (3.82) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، مما يشير بوضوح إلى وجود فروق في درجة إدمان الانترنت بين الطلبة تعزى إلى متغير الجنس.

مناقشة النتائج:

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

إن البيانات المتحصل عليها من عرض النتائج الخاصة بالفرضية الثانية باستخدام معامل الارتباط "بيرسون' والموضحة في الجدول رقم(05)، تظهر أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الانترنت والاغتراب النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة، مما يدل على أن الطلبة المدمنين على الانترنت يشعرون بالاغتراب النفسي فالطالب عندما ينزلق في هاوية إدمان الانترنت الذي يعوضه ويجعله يعيش في عالم يجد فيه ضالته، فيشعر بالانسجام وبالسعادة التي يفتقدها في الواقع، هذا الأمر سيؤدي به إلى الشعور بالاغتراب النفسي في العالم الواقعي الذي يحيط به في كل مرة لم يكن فيها أمام الانترنت بسبب انقطاع الشبكة،أو تعطل

جهاز الكمبيوتر، أو اضطراره لقضاء حاجاته خارج المنزل وذهابه إلى الجامعة، حيث يدرك أن الانترنت بديلاً عن الحياة الواقعية فيعكف عليه مفضلاً له على ماعداه من أنشطة وفعاليات كانت محببة له ومن ثم تزداد لديه مشاعر الاغتراب النفسي.

فبالرغم مما يحمله الانترنت من تقدم علمي ووسائط تكفل للإنسان الحرية والرخاء فإنه أيضا يتميز بقدرته على إحداث تغيرات سلبية إلى حد كبير على الحياة الإنسانية ألا وهي شعور الإنسان بأنه غريب عن نفسه، والنظر إلى الحياة وكأنها غريبة أو كأنه لا ينتمي إليها، ومن ثمة، يصبح الفرد يعايش عالمين متناقضين، حاملاً في شخصيته ثقافتين متباعدتين يصعب التقريب بينهما ثقافتين غير متكافئتين: ثقافة حقيقية تتوافق مع المجتمع الذي يعيش فيه،وأخرى افتراضية تسلبه الأولى، وبين العالم الأول والثاني يقف الفرد عاجزاً عن الوصل بينهما، ويفشل في إدراك وفهم وتقبل المعايير السائدة في المجتمع ويحس بأن عالمه الحقيقي لا معنى له وخال من الأهداف التي تستحق أن يحيا لتحقيقها، ويشعر بحالة من الاستسلام والخضوع خاصة، وأنه يرى مظاهر حياة في الانترنت تختلف عن حياته الواقعية من حياة الترف والاستمتاع وحياة المشاهير، والقصص الخيالية والمثالية فينتج لديه حالة من الشعور بالاغتراب النفسي.

وترى الباحثة أن طلبة الجامعة من مدمني الانترنت لديهم إحساس بالاغتراب النفسي، حيث الإفراط بالجلوس أمام شاشة الانترنت مما يؤدي إلى إكتساب قيم ومعايير اجتماعية مخالفة للقيم السائدة في المجتمع، مما جعلهم يقعون في حالة من التناقض مابين القيم التي يلتزم بها المجتمع والقيم الموجودة في المواقع الإلكترونية، كما أن نظرة الطلبة ، وخاصة في المرحلة الجامعية والذين يمرون بمرحلة تكوين الشخصية، وفي ضوء نظرتهم للقيم التي يطالبون بالالتزام بها من قبل الأهل الذين يسعون للحفاظ على قيمهم، نجد في المقابل يسعى الطالب إلى تغييرها وإتباع القيم والأفكار التي يتعرض لها من خلال ماهو سائد في المواقع الإلكترونية، والتي تتميز بالرفاهية والانفتاح وتحقق له ما يصبو إليه، وهذا ما يدفع

بالطلبة إلى الابتعاد والاغتراب النفسي بالإضافة إلى فقدان اللامعيارية ، والمعنى،وعدم الانتماء.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج بعض الدراسات السابقة، منها دراسة كروات وآخرون **(Krout ,et al, 1998)** والتي أظهرت أنه كلما زاد استعمال الانترنت كلما انخفض مستوى النشاط الاجتماعي وزاد مستوى الشعور بالعزلة الاجتماعية والاغتراب النفسي، أيضا تتفق مع دراسة لازور وآخرون**(Larose ,et al,2001)** التي توصلت إلى أن استخدام الانترنت لفترة طويلة يؤدي إلى الشعور بالاغتراب النفسي والاكتئاب، ومع دراسة **(كوي وليو،2003)** حيث وجد أن هناك علاقة ارتباطية قوية بين الاعتماد على الانترنت والاغتراب النفسي، كما توصلت دراسة **(مهدي،2004)** إلى وجود علاقة ارتباطية بين سوء استخدام الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي وسوء العلاقة مع المجتمع ومع الأصدقاء، أيضا أظهرت نتائج دراسة **(زامل، 2006)** وجود فروق في درجة الاغتراب بين مدمني الانترنت وغير المدمنين ذكوراً وإناثاً وكانت لصالح مدمني الانترنت.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

إن البيانات المتحصل عليها من عرض النتائج الخاصة بالفرضية الثانية باستخدام اختبار"ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من الجنسين في درجة إدمان الانترنت والموضحة في الجدول رقم(04)، يظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في إدمان الانترنت حيث كانت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة تبلغ(3.82)، وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، وهذه الفروق لصالح الذكور مقابل الإناث، ومعنى ذلك أن الذكور أكثر إدمانا للإنترنت مقارنة بالإناث، وتعد هذه النتيجة مطابقة للنتائج والبحوث والدراسات السابقة حيث توصلت دراسة كل من **(كيوي وليو، 2003)** إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في إدمان الانترنت لصالح الذكور، كما توصلت دراسة **(اكسايوسى لي،2006)** إلى

أن معدل إدمان الانترنت بين الذكور أعلى من الإناث، كما خلص كل من **(زامل،2006) و(الشافعي،2010)** إلى وجود فروق دالة بين الجنسين من طلاب الجامعة في إدمان الانترنت لصالح الذكور مقابل الإناث.

ولعل ما يفسر ذلك أن الطلاب الذكور أكثر من الطالبات الإناث استخداما للانترنت طلبا للثقافة والتسلية والترفيه، واكتشاف الجديد من الاختراعات والتكنولوجيا، عكس الطالبات اللواتي يستخدمن الانترنت بعقلانية، وعادة ما يكون ايجابيا ومرتبطا أكثر بالتحصيل الدراسي، هذا بالإضافة إلى أن الذكور أكثر ثقة في قدرتهم على تشغيل الكمبيوتر وتحميل البرامج واكتشاف الجديد في الانترنت مقارنة بالإناث، كما أن للذكور أكبر قدر من الحرية والاستقلالية في استخدام الانترنت حيث تزيد فرصهم في استخدام الانترنت سواء داخل المنزل أو خارجه في النهار أو الليل لساعات طويلة في الجلوس على شبكة الانترنت مما يؤدي إلى إدمانهم بصورة أكبر من الإناث خاصة وأن لديهم دافعاً قوياً للاستكشاف والمغامرة، في حين أن الانترنت ليس متاحا للإناث في كل وقت، مما يجعل وقت استخدامهن للانترنت محدوداً، فمثلا مقاهي الانترنت لا يرتادها الإناث ليلا ولأوقات طويلة،على عكس الذكور الذين يعتبرونها وسيلة لقضاء أوقات الفراغ وللتسلية والعمل والاتصال مع الأصدقاء،وتكوين معارف جديدة ومن كل مكان في العالم.

الخاتمة:

يتضح من العرض السابق، ومن خلال ما ظهر من نتائج للدراسة الحالية، أن الإفراط في استخدام الانترنت بدون مبرر موضوعي وبصفة مستمرة، يساهم في تزايد مؤشرات إدمان الانترنت لاسيما لدى طلبة الجامعات مما يؤدي إلى جملة من الاضطرابات منها تزايد مشاعر الاغتراب النفسي، والنتائج المستخلصة من الدراسة الحالية تؤكد ذلك، حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي، ووجود فروق بين الذكور والإناث من الطلبة في درجة إدمان الانترنت.

ومن ثم فإنه من الأهمية أن يتم نشر الوعي بين طلاب الجامعات عن آثار الاستخدام المفرط للانترنت لتفادي تأثيراته السلبية على التوازن النفسي والاجتماعي لديهم، والتي لا تختلف عن إدمان الكحول والمخدرات.

وفي الأخير نود أن نشير إلى أن هذه الدراسة محاولة للتعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالعزلة الاجتماعية والاغتراب النفسي، فنتائجها غير نهائية، تبقى بحاجة إلى مزيد من التقصي والدراسة، من أجل التحكم أكثر في الظروف المحيطة بالبحث بغية التأكد أكثر من النتائج للاستفادة منها خاصة في ظل التحديات التي تواجه الشباب المسلم في عصر العولمة.

❖ هوامش البحث

(1) محمد النوبي محمد علي، **إدمان الانترنت في عصر العولمة**، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان،2010، ص ص 14-15.

(2) محمد مزاياني، **اللغة العربية والانترنت**، المجلة العربية للعلوم،العدد (34)،2001، ص07.

(3) هبة بهي الدين ربيع، **إدمان شبكة المعلومات والاتصالات الدولية (الانترنت) في ضوء بعض المتغيرات**، مجلة دراسات نفسية، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مجلد(13)، العدد(04)، القاهرة،أكتوبر2003، ص 556.

(4) Bread, K, Wolf, F , Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction , Cyberpsychol, Behav, 4(3), P 377.

(5) سميرة محمد شد، سيكولوجية المراهقة ومشكلاتها، دارالبسمة، القاهرة،2008، ص636.

(6) عصام محمد زيدان، إدمان الانترنت وعلاقته بالقلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس، مجلة دراسات عربية في علم النفس، مجلد (07)، العدد(02)، القاهرة،أبريل2008، ص373.

(7) محمد محمد عبد الهادي وعبد الفتاح رجب علي مطر وعادل صلاح محمد غنايم، إدمان الانترنت وعلاقته بكل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، بني سويف، جامعة القاهرة، العدد(04)، يوليو2005، ص04.

(8) Hardy, M, Life beyond the screen :Embodiment and identity through the internet,The sociological revives,Vol(50), N(4),2004,P577.

(9) محمد بن سالم محمد القرني،إدمان الانترنت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد (75)، الجزء(03)، يناير2011.

(10) محمد النوبي محمد علي، مرجع سابق، ص56.

(11) Kraut, R et al, Internet Paradox :Asocial technology That reduces social involvement and psychological well – being American psychologiste, Vol(53),N(9), P1020.

(12) عصام محمد زيدان، موجع سابق، ص311.

(13) Charlton ,J,A factor- analytic investigation of computer addiction and engagement,Br J Psychol,Vol(93),N(3),p 335.

(14) سناء زهران،إرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب،القاهرة، مكتبة علاء للكتب،2004، ص76.

(15) نايف سالم الطروانة ولمياء سليمان الفنيخ،استخدام الانترنت وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاكتئاب ومهارات الاتصال لدى طلبة جامعة القصيم، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، مجلد (20)،العدد(01)، يناير2012، ص297.

(16) نايف سالم الطروانة ولمياء سليمان الفنيخ، مرجع سابق،ص 278.

(17) عصام محمد زيدان، مرجع سابق، ص411 .

(18) حسن عبد السلام محمد الشيخ،إدمان الانترنت وعلاقته ببعض أشكال السلوك اللاتوافقي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية،مجلة كلية التربية، جامعة حلوان، مصر، دت، ص1033.

(19) محمد محمد عبد الهادي وعبد الفتاح رجب علي مطر وعادل صلاح محمد غنايم، مرجع سابق، ص412.

(20) عصام محمد زيدان، مرجع سبق ذكره، ص412.

(21) براهيم الشافعي إبراهيم، إدمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية،مجلة دراسات نفسية،القاهرة، مجلد(20)،العدد(03)، يوليو2010، ص438.

(22) بشرى إسماعيل أحمد، مقياس إدمان الانترنت، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 2012 ، ص ص 4-9 .

(23) عادل بن محمد العقيلي،الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي(دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض)، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف للعلوم الأمنية،المملكة العربية السعودية،2004، ص ص 63-70.