

ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي وأثرها على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة في الأردن

The phenomenon of addiction to social networking and its impact on psychological adjustment at Mutah University in Jordan Student's networks

د. ريم محمود الرواشدة/ وزارة الصحة الأردنية المملكة الأردنية الهاشمية/ عمان
د. علي فرح أحمد فرح/ قسم علم النفس كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
¹Ali.frh1@gmail.com

تاريخ استلام المقال: 2019/11/13 تاريخ المراجعة: 2019-12-28 تاريخ النشر: 2020-02-02

الملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي وأثرها على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة في الأردن، وقد تكونت عينة الدراسة من (249) طالبة وطالبة موزعين على الكليات الإنسانية والعلمية في جامعة مؤتة، وقد تم إعداد أداة (الاستبيان) لجمع البيانات، وتكون الأداة من أداتين الأولى لفقرات الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي والثانية لفقرات التوافق النفسي، وقد تم التحقق من صدق الأداة والتأكد من ثباتها. وقد أظهرت النتائج أن المتوسط العام لإدمان شبكات التواصل الاجتماعي عند طلبة جامعة مؤتة كان بدرجة متوسطة. كما بينت أيضا أن المتوسط العام للتوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة جاء بدرجة متوسطة. وأظهرت كذلك أن الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي كان له أثر على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة، وأظهرت النتائج أيضا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغيري الجنس والكلية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغيري الجنس والكلية. وبناء على نتائج الدراسة فقد أوصت الباحثة بضرورة العمل على التقليل من استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بحيث لا تتجاوز الساعتين وأن تكون على فترات متفرقة. والعمل على رفع نسبة التوافق النفسي لدى الطلبة وذلك من خلال عقدت الندوات والمؤتمرات، وإشراك الطلبة في النشاطات الجامعية المختلفة، وسد أوقات الفراغ لديهم بما هو مفيد.

الكلمات المفتاحية: ظاهرة – الإدمان – شبكات – التواصل – الاجتماعي – التوافق – النفسي.

Abstract

The study aimed to identify the level of the phenomenon of addiction to social networking and its impact on psychological adjustment at Mutah University in Jordan Students networks, and study sample consisted of 249 students spread over humanity and science colleges in Mutah University, it has been prepared Tool (A questionnaire) to collect data, be the tool of the first two tools to paragraphs addiction to social

networking and second paragraphs of psychological adjustment networks, it has been checked and ratified and to ensure stability tool. The results showed that the overall average for addiction to social networks at Mutah University students was moderately. It also showed that the overall average for compatibility with the psychological Mutah University students came moderately. It also showed that the addiction to social networks had an impact on psychological adjustment at Mutah University students, the results also showed that there were no statistically significant differences in addiction to social networks at Mutah University students due to the variables of sex and overall differences, and that there were no statistically significant differences in differences psychological adjustment at Mutah University students due to the variables of sex and college. Based on the results of the study the researcher need to work on reducing the use of social networks so that no more than two hours has been recommended and to be sporadic intervals. And working to raise the proportion of psychological adjustment among students through seminars and conferences held, and the involvement of students in various university activities, fill leisure time they have what is useful.

Keywords: phenomenon - addiction - Networking - Social Altoasl- -Compatibility - psychological.

الورقة البحثية:

المقدمة

تشهد الحياة المعاصرة تغيراً في نواح متعددة إذ يواكب العالم تقدماً تقنياً يصاحبه انفجار سكاني ومعرفي. وهناك إجماع بين العديد من الباحثين على أن تكنولوجيا الاتصال الحديثة وفي مقدمتها شبكة الانترنت قد فتحت عصراً جديداً من عصور الاتصال والتفاعل بين البشري وفي وفرة المعلومات والمعارف التي تقدمها لمستخدميها ولكن على الجانب الآخر هناك مخاوف من الآثار السلبية الجسدية والنفسية والاجتماعية والثقافية التي قد تحدثها. وقد ساعدت تكنولوجيا المعلومات والاتصال الرقمية على ربط التواصل بين الشعوب بمختلف توجهاتها الحضارية متجاوزة بذلك الحدود السياسية والجغرافية، والعزلة الحضارية التي كانت تعيشها معظم المجتمعات البشرية، إذ يشهد عالمنا المعاصر تحولات كبيرة في تكنولوجيا الاتصال، تؤثر في العلاقات السياسية والاقتصادية، وفي أنماط التفكير في المجتمعات المتخلفة، وقد قامت شبكات التواصل الاجتماعي الرقمية ولا تزال بدور فعال في إمداد الإنسان بكثير من المعلومات والمواقف والاتجاهات، مساهمة بذلك في تشكيل وعيه وابعاده ليكون أكثر قدرة على التأثير في الآخرين واستمالتهم، فهي تقدم تعلم اللغات وتسهم في ترجمة المعلومات من وإلى اللغة العربية من أجل تسهيل عملية التواصل بين الشباب وإزالة الفوارق الحضارية، فضلاً عن تميز

هذه الشبكات بعدة مميزات منها التشاركية والتفاعلية والحضور الدائم غير المادي (الديبيسي والطاهات، 2013).

وبدأت ظاهرة المواقع الاجتماعية في عام 1997، وكانت العلامة الفارقة في هذه الظاهرة ظهور موقع "FaceBook" الذي يمكن مستخدميه من تبادل المعلومات فيما بينهم وإتاحة الفرصة أمام الأصدقاء للوصول إلى ملفاتهم الشخصية، وإن مواقع التواصل الاجتماعي أسهمت في تفعيل المشاركة لتحقيق رغبة كل فئة مشتركة في الاهتمامات والأنشطة نفسها، فإن لها أيضا دورًا في التشبيك والمناصرة والضغط ولتفاعل والتأثير بقيادات غير منظمة، وفي تحقيق المسؤولية المجتمعية إذا ما أحسن استثمارها واستغلالها وتوجيهها بشكل جيد، فقد استطاعت أن تحول الأقوال والأفكار والتوجهات إلى مشروعات عمل جاهزة للتنفيذ، لذا لا يمكن أن نعدّ التواصل عبر الشبكات الاجتماعية موضة شبابية تتغير مع مرور الزمن (خالد، 2008).

وقد أدى تزايد عدد المشتركين في تلك الشبكات الرقمية لاسيما الشباب العربي إلى تصاعد تأثيرها ودورها في المجتمع والتحولت الجارية، وزيادة مستوى منافستها لشبكات الإعلام التقليدية في تشكيل الرأي العام حول العديد من القضايا السياسية والاقتصادية والاجتماعية، فقد استطاعت شبكات التواصل الاجتماعي الرقمية، إبراز الأحداث الجارية في العالم بصورة أكثر فاعلية من الإذاعة والتلفزيون وغيرهما من الشبكات الإعلامية (مشري، 2012).

يرتبط انتشار استخدام شبكات التواصل الاجتماعي في الأردن مع مؤشرات عدد مستخدمي الإنترنت في الأردن، وتشير إحصائيات الاتحاد الدولي للاتصالات الصادرة نهاية عام 2011 بارتفاع عدد مستخدمي الإنترنت في الأردن إلى 1.987.400 مستخدم ونسبة 30.05% من عدد السكان، وقد بلغ عدد مشتركى الفيس بوك 1.987.400 وجاء مساويا لعدد مستخدمي الانترنت للمدة ذاتها، وهو مؤشر على نسبة عالية جدا لاستخدام الأردنيين شبكات التواصل الاجتماعي (الديبيسي والطاهات، 2013).

كما تصنف شبكات التواصل الاجتماعي الرقمية وفقا للأهداف التي ترمي إلى تحقيقها على النحو الآتي:

1. شبكات التنشئة الاجتماعية: وهي الشبكات التي أنشئت من أجل الترفيه والتواصل الاجتماعي بين الأعضاء وغالبا ما تستخدم للعثور وعرض قوائم الأصدقاء الموجودة على الشبكة، مثل الفيس بوك، وماي سبيس.

2. شبكات التواصل الاجتماعي: وهي الشبكات التي تستخدم من أجل إيجاد علاقات جديدة، وتضم عددا كبيرا من أسماء المستخدمين غير المعروفة مثل موقع (LinkedIn).

3. الشبكات الاجتماعية للإبحار: وهي وسيلة لمساعدة المستخدمين على إيجاد نوع معين من المعلومات أو المصادر، كما تستخدم من أجل نشر قوائم الاتصال، وقوائم توفير سبل الوصول إلى المعلومات، والموارد المرتبطة بها مثل موقع روابط إنترنت.

كما تصنف شبكات التواصل الاجتماعية الرقمية تبعا للشبكات التي تستخدمها وعلى النحو الآتي (الديسي والطاهات، 2013).

1. الشبكات الاجتماعية العامة مثل (Facebook و My space).

2. المدونات مثل سكاي بلوغ (Skyblog) وويكيبيديا (Wikipedia).

3. أدوات التشارك لتسجيلات الفيديو مثل اليوتيوب (You Tube)، والصور مثل (Flick R)، والموسيقى مثل (Deezer).

4. أدوات الدردشة مثل المنتديات، ونظم المراسلة الآني.

5. منصات إنشاء الشبكات الاجتماعية مثل (Ning).

6. شبكات الإشهار الصغيرة (Twitter) والمواقع المشتقة منها مثل (Twitxr)

ويعرف إدمان شبكات التواصل الاجتماعية بأنه اضطراب ضابط قهري لا ينطوي على تعاطي المسكرات، ويشبه في ذلك القمار المرضي. (Young, 1998)

والتوافق النفسي عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية

بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته، وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات

الفرد وتحقيق متطلبات البيئة، كما يتضمن التوافق النفسي السعادة مع النفس، والرضا عن

النفس، وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والفسولوجية والثانوية

والمكتسبة، ويعبر عن سلم داخلي حيث يقل الصراع الداخلي، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب

النمو في مراحل المتابعة (زهران، 1997).

وقد يقف الفرد عاجزا عن تحقيق رغباته وتلبية حاجاته نتيجة وقوعه تحت العديد من المؤثرات البيئية والذاتية، مما ينعكس ويؤثر على سلوكه وردود أفعاله تجاه العديد من المواقف الأخرى، وإذا عجز الفرد عن إقامة التواؤم والانسجام بينه وبين بيئته وبين نفسه قيل أنه سيء التوافق، كما يبدو سوء التوافق في عجزه عن حل مشكلاته اليومية على اختلافها (راجع، 1985).

مشكلة البحث:

أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي اليوم من المؤسسات المهمة التي تقوم بدور مهم في تربية النشء وإكسابهم عادات وسلوكيات صحيحة وأداة مهمة من أدوات التغيير الاجتماعي وقد اهتمت المؤسسات الاجتماعية والتربوية بوضع البرامج والأنشطة للطلاب، وذلك بقصد الاستفادة من إشغال وقت الشباب بما يفيدهم، وكذلك بقصد زرع جوانب وأموار مهمة وتنميتها في شخصية الطالب، فالعملية التعليمية ليست مجرد تلقين للدارس فقط وإنما هي عملية مفيدة لبناء شخصية الطالب من جميع النواحي، وبث روح المسؤولية الاجتماعية والاعتداد بالذات، وتحمل المسؤوليات في الحياة، ومحاولة إيجاد التوازن المتكامل في جميع جوانب الشخصية، وقد لاحظت الباحثة من خلال مشاهداتها ومتابعتها لبرامج على شبكات الإعلام، وقراءتها لبعض الدراسات إن هذه الظاهرة تزداد نسبة انتشارها يوماً بعد يوم وكذلك تزداد أثارها السلبية وخاصة على فئة الشباب الذين يعدون أكثر مستخدميها لأموار تتعلق سواء بالدراسة أو العمل أو تمضية وقت الفراغ ومن الملاحظ أيضاً إن الشخص الذي يدمن على الانترنت تتأثر لديه مهارات التواصل الاجتماعي والتي هم من أهم ما يمتلكه الفرد من المهارات المختلفة حيث تمكنه من التفاعل مع الآخرين بطريقة إيجابية فعالة تمكنه من التوافق وتحقيق التكيف الاجتماعي ويمكن تحديد مشكلة الدراسة بالسؤال الرئيس التالي: ما أثر ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة؟

أسئلة الدراسة

سعت الدراسة للإجابة عن الأسئلة التالية:

1. ما درجة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة؟
2. ما درجة التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة؟

أهمية الدراسة

تتضح أهمية الدراسة من خلال ما يلي:

1. تتناول هذه الدراسة ظاهرة هامة من ظواهر العصر الحديث وهي إدمان شبكات التواصل الاجتماعي.
2. تسلط الضوء على العلاقة بين الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي والتوافق النفسي.
3. تتناول بالبحث فئة لها أهمية خاصة في الإنتاج والتطور والمستقبل وهي فئة الشباب التي يجب إعدادها لمواجهة الثورة العلمية المعرفية.
4. قد تساعد المتخصصين في المجالات النفسية والصحية على تقديم المساعدة الممكنة للتخفيف من الآثار السلبية لهذه الظاهرة والتوجيه نحو الاستخدام الإيجابي للفعّال.

أهداف الدراسة

سعت الدراسة لتحقيق الأهداف التالية:

1. التعرف على درجة ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة.
2. التعرف على درجة التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة.
3. التعرف على أثر ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة.
4. معرفة الفروق في ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغيري الجنس والكلية.
5. معرفة الفروق في درجة التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة تبعاً لمتغيري الجنس والكلية.

فرضيات الدراسة:

سعت الدراسة لاختبار الفرضيات الصفرية التالية:

1. لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) لظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي تعزى لمتغيري الجنس والكلية.

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغيري الجنس والكلية.

مصطلحات الدراسة

مواقع التواصل الاجتماعي: منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمستخدم فيها بإنشاء موقع خاص به، ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الإهتمامات والهوايات نفسها أو جمعه مع أصدقاء الجامعة أو الثانوية. (راضي، 2003)
يعدّ من أشهر المواقع الإجتماعية على الإنترنت أسسه طالب في جامعة هارفرد عام 2004، والآن تخطى عدد مستخدميه الـ (75) مليون مستخدم، تقدر قيمته بـ (915) مليار دولار. (عبد الله، 2007)
إدمان الانترنت: سلوك مرتبط باستخدام الانترنت مثل الإفراط في الوقت المنقضي على الانترنت، أو استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية إلى علاقات سطحية افتراضية، والتي غالبا ما تخبر بأنها شخصية، وهي حس افتقاد الوقت، وتشكيل أنماط متكررة تزيد من مخاطر المشكلات الاجتماعية والشخصية (Ward, 2000).

التوافق النفسي: قدرة الفرد على حل صراعاته وتوتراته الداخلية حلا ملائما، حتى تحدث حالة من التوازن بين الوظائف المختلفة للشخصية، وتتضمن إشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير المجتمع وقيمه، فيشعر الفرد بالأمن والأمان والسعادة مع النفس والثقة بها والكفاءة والتقدير والاعتزاز (العصيمي، 2010).

الدراسات السابقة

أجرى (شناوي وعباس، 2014) دراسة هدفت إلى التعرف على مستويات استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) وعلاقتها مع التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين. وتكونت عينة الدراسة من (466) طالبا وطالبة من صفوف العاشر والحادي عشر والثاني عشر في القرى التابعة لسهل البطوف في الجليل ممن يستخدمون موقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك). وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة يقضون وقتا ليس قصيرا على شبكة التواصل الاجتماعي. وأن مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة جاء مرتفعا. كما أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين

الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس ومستوى التوافق النفسي. كما أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للجنس للفترة الزمنية ولا للتوافق النفسي. وأجرى (الدبيسي والطاهات، 2013) دراسة هدفت إلى التعرف على معدلات استخدام طلبة الجامعات الأردنية لشبكات التواصل الاجتماعي الرقمية، والكشف عن العوامل المؤثرة في تشكيل اتجاهات الرأي العام لدى الطلبة. وبلغت عينة الدراسة (300) طالب وطالبة. وأظهرت نتائج الدراسة انتشار استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بين الطلبة، وأن تلك الشبكات أصبحت تشكل مصدرا من مصادر الحصول على الأخبار والمعلومات التي من شأنها التأثير في تشكيل الرأي العام.

وهدف دراسة (نومار، 2012) إلى التعرف على أثر استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية في العلاقات الاجتماعية، وقد أجريت الدراسة على عينة من مستخدمي موقع الفيسبوك في الجزائر البالغ عددها (430) فردا. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن أغلب أفراد العينة يستخدمون الفيسبوك بدافع التواصل مع الأهل والأصدقاء إلى جانب التثقيف. وأن استخدام الفيسبوك قد أثر على التفاعل الاجتماعي من خلال تقليل اتصال الفرد مع عائلاتهم الأمر الذي جعل أسرته تشكو منه من خلال قلة زيارة الأقارب إلى جانب قلة المشاركة في النشاطات الاجتماعية.

وأجرى أرين كاربنسكي (Aren Karbnsky, 2010) دراسة هدفت إلى التعرف على أثر استخدام موقع فيس بوك على التحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعات، وقد طبقت الدراسة على (2019) طالبًا جامعيًا، حيث أظهرت النتائج أن الدرجات التي يحصل عليها طلاب الجامعات المدمنون على شبكة الانترنت وتصفح موقع "فيس بوك" أكبر الشبكات الاجتماعية على الإنترنت أدنى بكثير من تلك التي يحصل عليها نظراؤهم الذين لا يستخدمون هذا الموقع، كما أظهرت النتائج أنه كلما ازداد الوقت الذي يمضيه الطالب الجامعي في تصفح هذا الموقع كلما تدنت درجاته في الامتحانات. كما بينت النتائج أن الأشخاص الذين يقضون وقتًا أطول على الانترنت يخصصون وقتًا أقصر للدراسة مشيرًا إلى أن لكل جيل اهتمامات تجذبه"، وأن هذا الموقع يتيح للمستخدم "الدردشة"، وحل الفوازير، وإبداء رأيه في كثير من الأمور والبحث عن أصدقاء جدد أو قدامى،

وبينت النتائج إن(79%) من الطلاب الجامعيين الذين شملتهم الدراسة اعترفوا بأن إدمانهم على موقع " الفيس بوك "أثر سلبياً على تحصيلهم الدراسي.

دراسة (العتيبي، 2008) التي هدفت للتعرف على تأثير الفيس بوك على طلبة الجامعات السعودية، أن نسبة انتشار استخدام " الفيس بوك " بين طلاب الجامعات السعودية وطالباتها بلغت (77%) وأن دور الأهل والأصدقاء وتأثيرهم في التعرف عليه بدافع تمضية الوقت، كعامل رئيس لاستخدامه، حيث جاء هذا العامل في المرتبة الأولى في الإشاعات المتحققة من استخدامه، وخلصت العينة إلى أن " الفيس بوك " حقق ما لم تحققه الشبكات الإعلامية الأخرى، وأن استخدام الفيس بوك كان له تأثيره على الشخصية أكثر من الشبكات الإعلامية الأخرى.

أجرى المجالي (2007) دراسة هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام الإنترنت على العلاقات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي في المجتمع الأردني، من خلال استطلاع آراء عينة من طلبة جامعة مؤتة بلغ تعدادها (325) مبحوثاً ومبحوثة، تم اختيارها بطريقة عشوائية. وأظهرت نتائج الدراسة بأن أثر استخدام الإنترنت على العلاقات الاجتماعية يزداد في حالة استخدام الطلبة للإنترنت بمفردهم، وكلما زاد عدد ساعات الاستخدام اليومي. كما أظهرت النتائج بأن أكثر استخدامات الإنترنت هي لغايات علمية وبحثية، وتتم في معظمها داخل الحرم الجامعي. وأشارت النتائج، كذلك، إلى وجود علاقة لأثر استخدام الإنترنت على العلاقات الاجتماعية وبعض المتغيرات النوعية، كالجنس، والعمر، ونوع الكلية، والمستوى الدراسي، والدخل الشهري لأسر المبحوثين.

أما دراسة (الكندري والقشعان، 2001) فقد هدفت إلى التعرف على العلاقة بين استخدام شبكة الإنترنت والعزلة الاجتماعية لدى طلاب جامعة الكويت، وقد أجريت على عينة من (597) طالباً وطالبة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها أن (47%) تقريباً من عينة الدراسة المستخدمين للإنترنت قد تعلموها بمفردهم ودون مساعدة أحد، وأن (25%) من إجمالي العينة قد تعلموا استخدام الإنترنت من خلال الأصدقاء والأقران. وأشارت النتائج إلى ارتفاع متوسط عدد ساعات استخدام الإنترنت في الأيام العادية بالنسبة للذكور 3.26 ساعة، والإناث 2.98.

بينما تجاوزت ذلك في أيام العطل والأجازات لتصل إلى 5.43 ساعة للذكور، و 4.43 بالنسبة للإناث، مما أوجد سلوكاً سلبياً على الفرد في مجمل علاقاته الاجتماعية.

وهدفنا دراسة (ساري، 2005) إلى التعرف على ثقافة الإنترنت من خلال دراسة التواصل الاجتماعي"، وتمتاز هذه الدراسة بشموليتها وتوسعها في المجال المعرفي، بما يخص تكنولوجيا المعلومات، سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية، وتناولت الآثار الايجابية والسلبية على حد سواء، حيث أجريت على عينة من شباب قطر -مدينة الدوحة من كلا الجنسين بلغ حجمها (472). ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة، والتي تخص موضوع هذه الدراسة، هو مشكلة العزلة النفسية والاجتماعية الناجمة عن الإدمان على استخدام شبكة الإنترنت، ومن أهم أعراضها: أولاً: انتشار القلق والتوتر والإحباط، وثانياً: تدمير أسر الشباب بسبب انشغال أبنائهم بالإنترنت، وثالثاً: خلخلة علاقات الشباب الاجتماعية بعائلاتهم من حيث تدمير الشباب من زيارات الأقارب.

وقام كراوت وزملائه (Kraut et al., 1998) بدراسة حول "أثر استخدامات الإنترنت على التفاعل الاجتماعي والصحة النفسية للفرد". ومن أهم نتائج الدراسة هو أن استخدام الإنترنت المتزايد، يؤثر بشكل كبير، على مستوى الاتصال والمشاركة مع أفراد الأسرة داخل المنزل، ويقلل من مقدار التواصل الاجتماعي في المحيط الذي ينتمون له. كذلك بينت الدراسة بأن كثرة استخدام الإنترنت والجلوس أمامه لساعات طويلة يؤدي إلى حالات من الاكتئاب والوحدة الاجتماعية.

الدراسة الميدانية

منهجية الدراسة:

اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة في الواقع ووصفها بدقة والتعبير عنها كماً وكيفياً في تصنيف المعلومات وتنظيمها والسعي لفهم علاقات هذه الظاهرة مع غيرها من الظواهر والوصول لاستنتاجات تسهم في تطوير الواقع المدرس.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة البكالوريوس من المتوقع تخرجهم من الجامعة والبالغ عددهم 2650 طالبا وطالبة حسب إحصائيات وحدة القبول والتسجيل في جامعة مؤتة للعام الدراسي 2015 / 2016 من جامعة مؤتة، وقد تم اختيار عينة عشوائية بنسبة مئوية بلغت (10%) وبذلك فقد تم توزيع أداة الدراسة على العينة البالغة (265) طالب وطالبة موزعين على الكليات العلمية والكليات الإنسانية، وتم استرداد (254) استبانة، وبذلك يكون الفاقد من الاستبانات (11) استبانة، ووجد (5) استبانات غير صالحة للتحليل الإحصائي، وبذلك يكون عدد العينة التي أجري التحليل عليها (249) طالبا وطالبة، والجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة.

الجدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيري الجنس والكلية

المتغير	الفئة	العدد	النسبة
الجنس	ذكر	155	62.25%
	أنثى	94	37.25%
الكلية	إنسانية	139	55.82%
	علمية	110	44.18%
	المجموع	249	100%

أداة الدراسة

اعتمادا على الإطار النظري والدراسات السابقة في موضوع الدراسة " ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي وأثرها على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة "؛ فقد قامت الباحثة بإعداد أداة الدراسة (الاستبيان)، وذلك من أجل تحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن أسئلتها واختبار فرضياتها.

صدق الأداة

للتأكد من صدق الأداة تم استخراج دلالة الصدق المنطقي للأداة (صدق المحكمين)، وذلك باللجوء إلى أسلوب التحكيم من قبل مجموعة من المتخصصين في جامعة مؤتة، وطلب منهم الحكم على صلاحية الأداة وصلاحية فقراتها في قياس ما وضعت لقياسه، وكان الغرض من التحكيم التحقق من: (مدى مناسبة الفقرة، ومدى انتماء الفقرة، ووضوح الفقرة، وإجراء التعديل المقترح).

وتم إعادة صياغة بعض الفقرات، وأصبحت الأداة بصورتها النهائية التي وزعت على أفراد عينة الدراسة.

ثبات الأداة

تم التحقق من ثبات الأداة باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-retest) على عينة تم اختيارها من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، فتم اختيار (30) طالبا وطالبة، وتم استخراج معامل الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج ثبات الأداة، والجدول (3/5) يبين ذلك.

الجدول (2)

معاملات ثبات كرونباخ ألفا

المعامل الثبات	عدد الفقرات	البعد
0.86	20	الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي
0.83	15	التوافق النفسي
0.88	35	الكلية

يتبين من خلال الجدول (2) أن معامل الثبات لفقرات أداة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي بلغت (0.86)، بينما بلغت لفقرات أداة التوافق النفسي (0.83)، أما معامل الثبات الكلية للأداتين فقد بلغ (0.88) وهي معاملات مرتفعة ومقبولة لأغراض إجراء الدراسة.

المعالجات الإحصائية:

للإجابة عن أسئلة الدراسة واختبار صحة فرضياتها تم استخدام أساليب الإحصاء الوصفي والتحليلي، وذلك باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss.16).

1. مقاييس الإحصاء الوصفي (Descriptive statistic Measures) لوصف خصائص عينة الدراسة بالنسب المئوية.

2. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإجابة عن أسئلة الدراسة

3. اختبار (T) لاختبار الفروقات المستقلة وتحليل الانحدار المتعدد لاختبار فرضيات الدراسة.

نتائج الدراسة

أولاً: أسئلة الدراسة

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

للإجابة عن السؤال الأول الذي ينص على: "ما درجة ظاهرة الإدمان على شبكات

التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية،

والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول رقم (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات أداة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي
لدى طلبة جامعة مؤتة

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة صلاحية الاستخدام
1	أرى أن شبكات التواصل الاجتماعي مهمة جدا في حياتي الشخصية	3.33	1.49	متوسطة
2	أشعر بالراحة وحرية عندما أكون متصلا بشبكات التواصل الاجتماعي	2.34	1.27	متوسطة
3	يشتكي والدي من كثرة استخدام لشبكات التواصل الاجتماعي	2.89	1.55	متوسطة
4	فشلت في محاولة التوقف عن استخدام شبكات التواصل الاجتماعي	2.19	1.19	منخفضة
5	يهمني أصدقائي بأني أصبحت أسيرا لشبكات التواصل الاجتماعي	3.00	1.35	متوسطة
6	يساعدني الاتصال بشبكات التواصل الاجتماعي على نسيان مشكلاتي وتقليل الضغوط علي	2.47	1.46	متوسطة
7	أخفي عن أصدقائي وأفراد أسرتي مقدار الوقت الذي أقضيه متصلا بشبكات التواصل الاجتماعي	3.16	1.65	متوسطة
8	تغيرت عاداتي وهواياتي منذ أن استخدمت شبكات التواصل الاجتماعي	2.78	1.47	متوسطة
9	أشعر بالضيق والاضطراب عندما تكون سرعة الانترنت بطيئة أو غير متاحة	2.34	1.38	متوسطة

ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي وأثرها على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة في الأردن

د. ريم محمود الرواشدة، و د. علي فرح أحمد فرح

10	أشعر بالوحدة والعزلة عندما تبعدني الظروف عن استخدام شبكات التواصل الاجتماعي	3.08	1.65	متوسطة
11	أعاني من الاضطراب في النوم بسبب اتصالي الدائم بشبكات التواصل الاجتماعي	2.00	1.50	منخفضة
12	يسبب اتصالي بشبكات التواصل الاجتماعي انخفاض تحصيلي في الجامعة	3.58	1.52	متوسطة
13	أهرب من المشكلات والصعوبات التي تواجهني إلى عالم شبكات التواصل الاجتماعي	3.76	1.48	مرتفعة
14	أعاني من الإعياء والإجهاد بسبب استخدامي المستمر شبكات التواصل الاجتماعي	3.47	1.58	متوسطة
15	أنشغل بشبكات التواصل الاجتماعي لدرجة أنني أنسى النوم	3.69	1.18	مرتفعة
16	تشعرتني شبكات التواصل الاجتماعي أنني شخص مهم وعظيم	3.10	1.59	متوسطة
17	أفضل تكوين صداقات جديدة من خلال شبكات التواصل الاجتماعي مقارنة بالحياة الواقعية	2.62	1.53	متوسطة
18	أفضل استخدام شبكات التواصل الاجتماعي عن الخروج مع أصدقائي خارج المنزل	2.23	1.27	متوسطة
19	يقلل استخدامي ل شبكات التواصل الاجتماعي من تواصلتي مع الناس في الحياة الواقعية	2.91	1.30	متوسطة
20	اتجه إلى شبكات التواصل الاجتماعي عندما أشعر بالغضب والعصبية كي أهدأ	3.01	1.50	متوسطة
	المتوسط الكلي	902.	1.45	متوسطة

يتبين من الجدول (3) أن المتوسط العام لإدمان شبكات التواصل الاجتماعي عند طلبة جامعة مؤتة كان بدرجة متوسطة وبوسط حسابي بلغ (2.90) وانحراف معياري (1.45)، حيث احتلت الفقرة رقم (13) التي تنص على: " أهرب من المشكلات والصعوبات التي تواجهني إلى عالم شبكات التواصل الاجتماعي" بدرجة مرتفعة وبمتوسط حسابي بلغ (3.76) وانحراف معياري (1.48)، وجاءت الفقرة رقم (11) التي تنص على: " أعاني من الاضطراب في النوم بسبب اتصالي

الدائم بشبكات التواصل الاجتماعي " بدرجة منخفضة وبمتوسط حسابي بلغ (2.00) وانحراف معياري (1.50).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

للإجابة عن السؤال الثاني الذي ينص على : "ما درجة التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات أداة التوافق النفسي، والجدول (4) يبين نتائج ذلك:

الجدول رقم (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات أداة التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الفعالية
1	أشعر بالخجل إذا تحدثت مع شخص لا أعرفه	2.94	1.34	متوسطة
2	أمتلك القدرة على أن أكتف في نفسي مضايقات الناس	2.96	1.35	متوسطة
3	ينتابني شعور بالوحدة ولو كنت مع الناس	3.36	1.44	متوسطة
4	أقوم بالتخطيط لمستقبلي بنفسي	2.48	1.37	متوسطة
5	يمنعني إنشغالي بالتفكير من النوم	2.91	1.46	متوسطة
6	أشعر بالحرج من مظهري الشخصي	3.09	1.45	متوسطة
7	أقوم بحل مشكلاتي بنفسي دون مساعدة الآخرين	2.77	1.27	متوسطة
8	يسعدني أن أشغل وقت فراغي في بعض الأنشطة	2.92	1.14	متوسطة
9	يؤلمني حدوث خلافات بين أفراد أسرتي	2.83	1.28	متوسطة
10	أشعر بأن أصدقائي أسعد حالاً مني في حياتهم الأسرية	2.31	1.20	منخفضة
11	أشعر بالرضا عن مستوى الأسرة	2.93	1.31	متوسطة
12	يستثيرني والدي في بعض الأمور الأسرية	3.07	1.53	متوسطة
13	يصعب عليّ التحدث عن مشكلاتي الخاصة مع والديين	3.11	1.38	متوسطة
14	أبتعد عن مشاركة زملائي في أي مشروع يقومون به	2.15	1.30	منخفضة
15	يسعدني أن أكون مسؤولاً عن عمل أشارك فيه مع زملائي	3.19	1.59	متوسطة
المتوسط الكلي		2.87	1.36	متوسطة

يتبين من الجدول (4) أن المتوسط العام للتوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة جاء بدرجة متوسطة، وبمتوسط حسابي بلغ (2.87) وانحراف معياري (1.36)، وقد احتلت الفقرة رقم (3) التي تنص على: " ينتابني شعور بالوحدة ولو كنت مع الناس " المرتبة الأولى بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي بلغ (3.36) وانحراف معياري بلغ (1.44)، أما الفقرة رقم (14) التي تنص على: " أبتعد عن مشاركة زملائي في أي مشروع يقومون به " فقد احتلت المرتبة الأخيرة بدرجة منخفضة وبمتوسط حسابي بلغ (2.15) وانحراف معياري (1.30).

ثانياً: فرضيات الدراسة

النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى

لاختبار الفرضية الأولى التي تنص على: "لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) لظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة". لاختبار هذه الفرضية تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد والجدول (5) يبين نتائج التحليل:

الجدول رقم (5)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد لاختبار أثر ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة

الأبعاد المستقلة	معامل التحديد R^2	B	الخطأ المعياري	Beta	قيمة t المحسوبة	مستوى دلالة t
ثابت الانحدار	.614	1.126	.087		12.992*	.000
الإدمان على شبكات الاتصال الاجتماعي		.736	.100	.355	7.333*	.000

يتضح من النتائج الإحصائية الواردة في الجدول (5)، ومن متابعة قيم اختبار (t) أن ظاهرة الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي كانت لها أثر على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة، بدلالة معاملات (Beta) لهذه المتغيرات كما تظهر في الجدول وبدلالة ارتفاع قيم (t) المحسوبة عن قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)، حيث بلغت قيم (t) المحسوبة

وبالبالغة (7.333)، وهي قيم معنوية عند مستوى دلالة ($0.05 \geq \alpha$).

النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

لاختبار الفرضية الثانية التي تنص على: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في ظاهرة الإدمان على شبكة التواصل الاجتماعي تعزى لمتغيري الجنس والكلية".

الجنس

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent T Test) كما في الجدول (6):

الجدول رقم (6)

نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent T Test) لدلالة الفروق في ظاهرة الإدمان على شبكة التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
الإدمان على شبكات الاتصال الاجتماعي	ذكور	155	.70	.26	247	-0.617	0.538
	إناث	94	.72	.33			

يتبين من الجدول (6) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة

($0.05 \geq \alpha$) في الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغير الجنس، حيث كانت قيمة (ت) = -0.617.

الكلية

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة كما في الجدول (7):

الجدول رقم (7)

نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent T Test) لدلالة الفروق في الإدمان على

شبكة التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغير الكلية

المتغير	الكلية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
الإدمان على شبكات الاتصال الاجتماعي	إنسانية	139	.73	.28	247	1.279	0.202
	علمية	110	.68	.30			

يتبين من الجدول (7) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة

($0.05 \geq \alpha$) في الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغير

الكلية، حيث كانت قيمة (ت) = 1.279.

النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

لاختبار الفرضية الثالثة التي تنص على: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى

الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغيري الجنس والكلية".

الجنس

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent T Test)

كما في الجدول (8):

الجدول رقم (8)

نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent T Test) لدلالة الفروق في التوافق النفسي

لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغير الجنس.

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
التوافق النفسي	ذكور	155	2.72	.57	247	-0.600	0.549
	إناث	94	2.76	.64			

يتبين من الجدول (8) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة

($0.05 \geq \alpha$) في التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغير الجنس، حيث كانت قيمة

(ت) = -0.600.

الكلية

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent T Test) كما في الجدول (9):

الجدول رقم (9)

نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent T Test) لدلالة الفروق في التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغير الكلية".

المتغير	الكلية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
التوافق النفسي	إنسانية	139	2.76	.61	247	.833	0.406
	علمية	110	2.70	.58			

يتبين من الجدول (9) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغير الكلية، حيث كانت قيمة (ت) = 0.833.

مناقشة النتائج

أظهرت نتائج السؤال الأول أن المتوسط العام لإدمان شبكات التواصل الاجتماعي عند طلبة جامعة مؤتة كان بدرجة متوسطة، وهذا يعني أن الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي متوافر لدى الطلبة في جامعة مؤتة ولكنه ليس بالمستوى المرتفع، ومع ذلك فهي موجودة، وقد يعود السبب في هذا الإدمان إلى أن شبكات التواصل الاجتماعي أصبحت في متناول الجميع، لأن الانترنت أصبح متاحاً لأغلبية طلبة الجامعة، لقلة تكاليفه المادية، إضافة لتوافر أجهزة الخليوي الحديثة عند أغلبية الطلبة، وقد يعود السبب في ذلك إلى حاجة الطلبة إلى شبكات التواصل الاجتماعي لأغراض تعليمية من خلال التواصل مع بعضهم، لتسهيل هذه الطرق وسرعتها، ويلاحظ على إجابات الطلبة أن أكثر ما يقومون به نحو شبكات التواصل الاجتماعي أنه يهربون من المشكلات والصعوبات التي تواجههم إلى عالم شبكات التواصل الاجتماعي، وانشغالهم بها حتى أنهم ينسون النوم، ويعانون من الإعياء والإجهاد بسبب استخدامهم المستمر لشبكات التواصل الاجتماعي وقد اتفقت هذه الدراسة مع نتائج دراسة (العتيبي، 2008) التي أظهرت أن

نسبة انتشار استخدام "الفيس بوك" بين طلاب الجامعات السعودية وطلبتها بلغت (77%).
واتفقت أيضاً مع نتائج دراسة (الدبيسي والطاهات، 2013) التي أظهرت انتشار استخدام شبكات
التواصل الاجتماعي بين الطلبة.

وأظهرت نتائج السؤال الثاني أن المتوسط العام للتوافق النفسي لدى طلبة جامعة
مؤتة جاء بدرجة متوسطة، وبمتوسط حسابي بلغ (2.87)، وهو أقرب ما يكون إلى الضعيف،
وهذا يعني أن طلبة جامعة مؤتة يعانون من قلة التوافق النفسي، وكان أكثرهم يشعرون
بصعوبة التحدث عن مشكلاتهم الخاصة مع والديهم، وأن أغلبهم يشعرون بالحرج من مظهرهم
الشخصي، وكان أيضاً ينتابهم شعور بالوحدة ولو كانوا مع الناس، وقد يعود السبب في ذلك إلى
انشغالهم كثيراً بأمور تبعدهم عن الأصدقاء والمقربين والزملاء، إضافة إلى صعوبة الظروف
الحياتية التي يعيشونها من ضغوط مادية أو ضغوط في الدراسة، اختلفت هذه النتيجة مع نتائج
دراسة (شناوي وعباس، 2014) التي أظهرت أن مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة جاء
مرتفعاً، وقد يعود السبب في هذا الاختلاف إلى اختلاف بيئات الدراستين، إضافة إلى عينة
الدراسة، حيث كانت عينة هذه الدراسة الطلبة المراهقين في المدارس، بينما الدراسة الحالية
فقد أجريت على طلبة الجامعات.

وأظهرت نتائج الفرضية الأولى أن الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي كان له أثر
على التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة ، وهذا يعني أنه كلما طالت ساعات الإدمان على
شبكات التواصل قل التوافق النفسي عند طلبة جامعة مؤتة، واتفقت هذه النتيجة مع نتائج
دراسة (نومار، 2012) التي أظهرت أن استخدام الفايبرسوك قد أثر على التفاعل الاجتماعي من
خلال تقليل اتصال الفرد مع عائلاتهم الأمر الذي جعل أسرته تشكو منه من خلال قلة زيارة
الأقارب إلى جانب قلة المشاركة في النشاطات الاجتماعية. واتفقت كذلك مع نتائج دراسة المجالي
(2007) التي أظهرت أن أثر استخدام الإنترنت على العلاقات الاجتماعية يزداد في حالة استخدام
الطلبة للإنترنت بمفردهم، وكلما زاد عدد ساعات الاستخدام اليومي، واتفقت مع نتائج دراسة
حلمي ساري (2005) التي أظهرت مشكلة العزلة النفسية والاجتماعية الناجمة عن الإدمان على
استخدام شبكة الإنترنت، ومن أهم أعراضها: أولاً: انتشار القلق والتوتر والإحباط، وثانياً: تدمير
أسر الشباب بسبب انشغال أبنائهم بالإنترنت، وثالثاً: خلخلة علاقات الشباب الاجتماعية

بعائلاتهم من حيث تدمير الشباب من زيارات الأقارب. كما أنها اتفقت مع دراسة كراوت وزملائه (Kraut et al.) (1998) التي أظهرت أن استخدام الإنترنت المتزايد، يؤثر بشكل كبير، على مستوى الاتصال والمشاركة مع أفراد الأسرة داخل المنزل، ويقلل من مقدار التواصل الاجتماعي في المحيط الذي ينتمون له. كذلك بينت الدراسة بأن كثرة استخدام الإنترنت والجلوس أمامه لساعات طويلة يؤدي إلى حالات من الاكتئاب والوحدة الاجتماعية.

وأظهرت نتائج الفرضية الثانية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغيري الجنس والكلية، وهذا يعني أن الطلبة سواء أكانوا ذكورا أم إناثا فإنهم ينظرون إلى استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بدرجة متقاربة بغض النظر عن جنسهم، وقد يعود السبب في ذلك إلى أن الطلبة من الجنسين يحتاجون لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي، وهو عمل مشروع اجتماعيا لكلا الجنسين. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (شناوي وعباس، 2014) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للجنس للفترة الزمنية.

كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لمتغيري الجنس والكلية، وهذا يعني أن الطلبة من الجنسين يعانون من قلة التوافق النفسي أيضا بنفس الدرجة، وقد يعود السبب في ذلك إلى أنهما يعيشان نفس الظروف، لأنهما يدرسان بنفس البيئة الجامعية، والأعراض النفسية في الغالب لا تفرق بين الذكر والأنثى إذا كان المؤثر هو نفسه. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (شناوي وعباس، 2014) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للجنس للتوافق النفسي

التوصيات

بناء على نتائج الدراسة فإن الباحثة توصي بما يلي:

1. ضرورة العمل على التقليل من استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بحيث لا تتجاوز الساعتين وأن تكون على فترات متفرقة.
2. العمل على رفع نسبة التوافق النفسي لدى الطلبة وذلك من خلال عقدت الندوات والمؤتمرات، وإشراك الطلبة في النشاطات الجامعية المختلفة، وسد أوقات الفراغ لديهم بما هو مفيد.

3. أن يتجنب الطلبة العزلة والجلوس وحدهم لفترات طويلة، وأن يقوموا بزيارات تبادلية مع الأصدقاء والأقرباء.
4. متابعة الوالدين والتعرف على مشاكلهم ومشاركتهم في إيجاد الحلول المناسبة بمساعدة الأبناء أنفسهم.

المراجع

- 1 - خالد، سليم، (2005)، ثقافة مواقع التواصل الاجتماعي والمجتمعات المحلية ، قطر، الدوحة، دار المتنبي للنشر والتوزيع.
- 2 - الديبسي، عبد الكريم علي؛ والطاهات، زهير ياسين، (2013)، دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل الرأي العام لدى طلبة الجامعات الأردنية. مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية ، المجلد(40)، العدد(1)، ص66-81
- 3 - راجع، أحمد عزت، (1985)، أصول علم النفس، الإسكندرية، دار المعارف.
- 4 - راضي، زاهر، (2003)، استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في العالم العربي، مجلة التربية ، العدد(15)، جامعة عمان الأهلية، عمان، الأردن.
- 5 - زهران، حامد عبدالسلام، (1997)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة، عالم الكتب.
- 6 - ساري، حلبي، (2005م)، ثقافة الإنترنت دراسة في التواصل الاجتماعي . دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ص19.
- 7 - شناوي، سامي أحمد؛ وعباس، محمد خليل، (2014)، استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين. مجلة الجامعة. المجلد(18)، العدد(2)، ص 75-118.
- 8 - عبدالله، عامر، (2007)، الفيس بوك وعالم التكنولوجيا، مجلة العلوم التكنولوجية ، العدد(14)، جامعة البتراء، عمان، الأردن.

- 9 - العتيبي، جراح، (2008)، تأثير الفيس بوك على طلبة الجامعات السعودية ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، الرياض.
- 10 العيصي، سلطان عائض، (2010)، إدمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض . رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.
- 11 الكندري، يعقوب وحمود القشعان. (2001م). علاقة استخدام شبكة الإنترنت بالعزلة الاجتماعية لدى طلاب جامعة الكويت. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، مجلد17، علك، ابريل. ص1-45.
- 12 المجالي، فايز، (2007)، استخدام الإنترنت وتأثيره على العلاقات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي: دراسة ميدانية، مجلة المنارة، المجلد(13)، العدد(7).
- 13 مشري، مربي، (2012)، شبكات التواصل الاجتماعية الرقمية نظرة في الوظائف، مجلة المستقبل العربي، العدد(359)، ص152-173
- 14 نومار، مريم نزيهان، (2012)، استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية وتأثيره في العلاقات الاجتماعية: دراسة عينة من مستخدمي موقع الفايس بوك في الجزائر ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الحاج لخضر، الجزائر.

المراجع الأجنبية

- Aren, Karbnsky, (2010), Facebook and the technology revolution, N,Y Spectrum Puplications
- Kraut, R., Lundmark, V., Patterson, M., Kiesler, S., Muko., T., and Scherlis, W. (1998). "Internet Paradox: A Social Technology that Reduces Social Involvement and Psychological Well-being". Journal of American Psychologist Sept., vol.53, No.9, p.1017-1031.
- Young, K. (1996). Psychology of computer use: XL. Addiction use of psychology Report. Intersurvey, Inc., and McKinsey and co
- Young, K. (1998), Caught in the Net: how to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery. New York, Wiley.