Doi: 10.34120/0080-050-003-001

The Relationship between Level of Social Media Addiction, Mental Health, and Academic Achievement among High School Students in Kuwait

Maryam al Qahtany

Abstract

Objective: The study aimed at investigating the relationship between the level of social media addiction, mental health, and academic achievement among high school students in Kuwait. **Methods:** The study sample consisted of 695 students. A questionnaire was used as the main instrument, which consisted of two parts: Part one represented the respondents' basic information, while part two consisted of a checklist of addiction to social media, and a mental health checklist. Data was processed and analyzed by using SPSS. The study used descriptive statistics, t-test and Pearson Coefficient factor. **Results:** The study results revealed that students' addiction to social media score was high indicating that 47.8% of them were addicted to social media with differences in addiction percentages. There is also a positive correlation between addiction to social media and mental health and a negative correlation between addiction to social media and academic achievement. **Conclusion:** The study concluded that it is necessary to provide and apply family instructional programs to educate families about the risks of addiction to social media and its impact on mental health and achievement.

Keywords: Social Media Addiction, Mental Health, Achievement

.

العلاقة بين مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت

مريم القحطاني (*)

ملخص:

هدف الدراسة: يهدف البحث الحالي إلى الكشف عن العلاقة بين مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت. **المنهجية:** بلغ عدد أفراد العينة البحثية (695) فرداً من طلبة المرحلة الثانوية. وقد استخدمت الاستبانة أداة رئيسة للدراسة، وشملت جزأين: الأول يمثل المعلومات والبيانات الأولية للمستجيب، فيما يتكون الجزء الثاني من مقياسين: مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ومقياس الصحة النفسية. أدخلت البيانات وحللت بواسطة البرنامج الإحصائي SPSS. وقد اعتمدت الدراسة على الإحصاء الوصفي، واختبار (ت)، ومعامل الارتباط بيرسون. **النتائج:** جاء إدمان مواقع التواصل الإجتماعي بين طلبة المرحلة الثانوية بدرجة مرتفعة، كما بينت النتائج بأن (47.80%) من الطلبة يعانون من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ووجود فروقات في نسب الإدمان تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور، ووجود علاقة ارتباطية طردية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والصحة النفسية وعلاقة ارتباطية عكسية بين إدمان مواقع التواصل والتحصيل. **الخلاصة:** ضرورة تقديم برامج الإرشاد الأسري لتوعية الأهل من مخاطر إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الصحة النفسية والتحصيل، وتطبيق برامج الارشاد في المدارس للوقاية من مخاطر إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

المصطلحات الأساسية: إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، الصحة النفسية، التحصيل.

(*) دكتوراه علم النفس التربوي، عضو منتدب، كلية التربية، جامعة الكويت.
Email: maryam.a.m.alqahtani@gmail.com

مقدمة:

يواجه العالم في الوقت الحالي ثورة تكنولوجية، تميزت بتعدد أدواتها وأساليبها ووسائطها، وأثرها الكبير على المجتمع عامة وعلى الطلبة خاصة؛ إذ إنّ هذا النوع الحديث من الثورات ظهر نتيجة التقدم التقني الهائل الذي فتح تقنيات جديدة وأحدث تغييرات عميقة، وأصبح العالم في ظلها قرية كونية محدودة الأزمنة والأمكنة، لتحدث بدورها هيكلة في بنية العمليات الاتصالية، تقودنا نحو نمط اتصالي جديد في عالم الإنترنت، مثل الشبكات الاجتماعية (مواقع التواصل الاجتماعي)، ولاسيما الفيسبوك والتويتر واليوتيوب وغيرها، التي تعد من التقنيات الحديثة التي تشهد حركة ديناميكية من التطور والانتشار. وقد شهدت الآونة الأخيرة ارتفاعاً ملحوظاً في أعداد مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي بدولة الكويت؛ إذ وصل عددهم فيها إلى (3.10) ملايين مستخدم فعال، منهم (29%) من الإناث و(71%) من الذكور، وذلك بحسب تقرير شركة هوتسويت المتخصصة بشبكات مواقع التواصل الاجتماعي، وأسهم هذا الانتشار، على نحو واسع، بفاعلية في تبادل المعلومات ونقلها، وإيجاد مجتمع افتراضي خارج السيطرة، قادر على التواصل كما في المجتمع الحقيقي، لدرجة أصبحت معها هذه التقنيات جزءاً رئيساً من ثقافة الفرد والمجتمع (بعزيز، 2012). وتعرف مواقع التواصل الاجتماعي بأنها مواقع على شبكة الإنترنت توفر لمستخدميها فرصة الحوار وتبادل المعلومات والآراء والأفكار والمشكلات من خلال الملفات الشخصية وألبومات الصور وغرف الدردشة وغير ذلك، ومن الأمثلة على هذه المواقع: يوتيوب والفيسبوك والتويتر وغيرها (الدوسري والعريشي، 2014). وإنّ المتابع لسلوكيات مرتادي مواقع التواصل الاجتماعي يدرك أنّ حجم التأثيرات والانعكاسات التي أحدثتها هذه المواقع كثيرة، سواء أكانت إيجابية أم سلبية، خاصة أنّ المعروف عن مستعملي هذه المواقع أغلبيتهم من الشباب والمراهقين؛ ومن ثم، فإنّ هذه الفئة هي الأكثر ظهوراً على شبكة التواصل الاجتماعي؛ مما يجعل نسبة أوقاتهم المستغرقة في الأمور الأخرى تتقلص مع مرور الوقت؛ كالوقت المخصص للدراسة، النوم، العمل، الجلوس مع الأهل والأصدقاء، إلى غير ذلك من الأشياء التي تتغير بفعل الهوس بالدردشة الإلكترونية (عبد الرازق والساموك، 2011). ويعرف الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بأنّه نوع جديد من أنواع الإدمان، يستخدم فيه الأشخاص المدمنون مواقع التواصل الاجتماعي بشكل يومي ومفرط، وهو ما يتعارض مع حياتهم اليومية ومع واجباتهم ووظائفهم التي عليهم القيام بها، ويسيطر

هـذا الإدمـان سـيطرةً كاملـةً علـى حيـاة المدمنيـن وخاصـة الطلبـة؛ حيـث يجعلـون مواقـع التواصـل الاجتماعـي عالمهـم؛ ممـا يؤثـر علـى تحصيلهـم وعلـى حياتهـم الشـخصية والاجتماعيـة والنفسـية (الزيـدي، 2014). إنّ خطـورة مواقـع التواصـل الاجتماعـي تكمـن فـي درجـة الإدمـان عليهـا؛ لمـا لهـا مـن تأثيـر علـى الطلبـة، وبخاصـة الفئـة العمريـة مـا بيـن (12 و18) سـنة، ومـن أهـم الآثـار السـلبية الناجمـة عـن الاسـتخدام المفـرط لتلـك المواقـع، العزلـة الاجتماعيـة، والانطـواء والعدوانيـة، والاضطرابـات النفسـية لـدى بعضهـم؛ إذ إن الطالـب أصبـح يعيـش بمعـزلٍ عـن الآخريـن وفاقـداً لهويتـه (سـاري، 2005). ومـمـا لا شـك فيـه أن الألفيـة قـد حلـت علـى عالمنـا، ومعهـا حضـور قـوي، علـى الصعيـد الإلكترونـي، متمثلـة فـي مواقـع التواصـل الاجتماعـي بأطيافـه المختلفـة؛ فأصبحـت ملازمـة لطلبـة المـدارس، وخصوصـاً طلبـة المرحلـة الثانويـة، أكثـر مـن أي وقـت مضـى، دون أن يرافقهـا التوعيـة الكافيـة بطـرق الاسـتخدام الأمثـل وقواعـده؛ تجنبـاً للآثـار السـلبية التـي قـد تلحـق بالمسـتخدمين نتيجـة الاسـتخدام الخاطـئ؛ لذلـك فـإن هـذه الدراسـة جـاءت لتسـلط الضـوء علـى واقـع إدمـان مواقـع التواصـل الاجتماعـي وأثـره علـى الصحـة النفسـية والتحصيـل الدراسـي لـدى طلبـة المرحلـة الثانويـة بدولـة الكويـت؛ نظـراً لأهميـة هـذه المرحلـة الدراسـية، التـي تعـد مرحلـة انتقاليـة تؤثـر علـى مسـار الطالـب التعليمـي عنـد الالتحـاق بالجامعـة، يكتسـب خلالهـا العديـد مـن السـلوكيات التـي تكـون غيـر مرغـوب فيهـا نتيجـة الاسـتخدام غيـر المـدروس لمواقـع التواصـل الاجتماعـي.

مشكلة الدراسة:

أكـد التقريـر الصـادر عـن شـركة هوتسـويت «hootsuite» المتخصصـة فـي مجـال شـبكات التواصـل الاجتماعـي أنّ دولـة الكويـت تتصـدر قائمـة الـدول العربيـة فـي الاسـتخدام؛ إذ بلـغ عـدد مسـتخدمي مواقـع التواصـل الاجتماعـى «السوشـيال ميديـا» فيهـا 3.9 ملاييـن مسـتخدم، بنسـبة 98% مـن إجمالـي عـدد مسـتخدمي «الإنترنـت» بشـكل عـام، و92% مـن إجمالـي عـدد السـكان، وأن 1.3 مليـون شـخص فـي الكويـت يسـتخدمون وسـائل التواصـل الاجتماعـي عبـر الهواتـف المحمولـة، بنسـبة 73% مـن إجمالـي السـكان، وذكـرت القحطانـي (2019) أنّ أكثـر المسـتخدمين لمواقـع التواصـل الاجتماعـي هـم مـن الفئـة العمريـة (12–18) سـنة، وهـي نسـب مرتفعـة تسـتوجب دراسـة الآثـار السـلبية لهـذا الاسـتخدام علـى واقـع الطلبـة فـي المرحلـة الثانويـة. كمـا أكـدت دراسـة بيكـر وكوشـران (Baker & Cochran, 2012) التأثيـر السـلبي لاسـتخدام مواقـع التواصـل الاجتماعـي علـى الصحـة النفسـية للطالـب، والقلـق، وكشـفت هـذه الدراسـة أيضـاً وجـود علاقـة ارتباطيـة

سلبية بين عدد ساعات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وبين التحصيل الدراسي للطالب. ومن خلال اطلاع الباحثة على معيار إدمان الإنترنت لدى الجمعية الأمريكية، الذي حددته بأنّه «استخدام الإنترنت بما يتجاوز 38 ساعة أسبوعياً لغير حاجة العمل، مع الميل إلى زيادة ساعات استخدام الإنترنت لإشباع رغبة، هي نفسها التي كانت تشبعها ساعات أقل من قبل مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية، عند انقطاع الاتصال بالشبكة، ومنها التوتر النفسي والقلق وتركيز التفكير بشكل، ووجدت من خلال عملها في المجال التربوي أن العديد من طلبة المرحلة الثانوية يندرجون تحت هذا المعيار من التصنيف للإدمان، فالطلبة في حالة انشغال دائم بمواقع التواصل الاجتماعي وأصبحوا يقضون جلّ أوقاتهم في التواصل مع الآخرين دون إدراك أو انتباه لكيفية الاستخدام الأمثل؛ الأمر الذي أدى إلى العديد من الجوانب السلبية التي أصبحت تظهر على العديد منهم، كما لاحظت الباحثة أن نسبة انتشار ظاهرة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تزداد يوماً بعد يوم، بين طلاب المرحلة الثانوية، وأن تفاعلهم مع مواقع التواصل الاجتماعي ومع هذا العالم الافتراضي يترك أبعاداً متعددة الاتجاهات، تنعكس سواء بالإيجاب أو السلب، على صحتهم النفسية وتؤثر على سماتهم الشخصية وعلى تحصيلهم ومستواهم الدراسي، ومن هنا برزت مشكلة الدراسة لإلقاء الضوء على ظاهرة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بكل من التحصيل والصحة النفسية، على فئة الشباب وطلاب المرحلة الثانوية، وعليه؛ فإنّ الدراسة تحاول الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1- ما مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بين طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟

2 - هل يوجد اختلافات ذات دلالة إحصائية في نسب الطلبة الذين يعانون إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لمتغير (الجنس)؟

3- هل هناك علاقة ارتباطية ودالة إحصائياً بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وكل من التحصيل الدراسي والصحة النفسية لطلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟

أهداف الدراسة:

- الكشف عن مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بين طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت.

- الكشف عن وجود اختلافات في نسب الطلبة الذين يعانون من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لمتغير (الجنس).

- الكشف عن وجود علاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وكل من التحصيل الدراسي والصحة النفسية، لطلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت.

أهمية الدراسة:

أولاً - الأهمية النظرية:

تستمد هذه الدراسة أهميتها من:

- طبيعة فئة الشباب وخاصة طلاب المرحلة الثانوية؛ فهذه الفئة تعد طاقة بشرية مهمة ومؤثرة في كيان المجتمع، وتحتاج إلى العناية والمحافظة عليها من المؤثرات السلبية المحيطة.

- حجم مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي ضمن فئة الشباب، وهو حجم كبير وفي ازدياد مستمر؛ الأمر الذي يتطلب متابعة آثار هذا الاستخدام على حياة المستخدمين اليومية.

- أنها تسلط الضوء على العلاقة بين إدمان مواقع التواصل، وكل من التحصيل الدراسي، والصحة النفسية للطلبة.

ثانياً - الأهمية التطبيقية:

- قد تساعد الدراسة المتخصصين، على تقديم المساعدة الممكنة، للتخفيف من الآثار السلبية لهذه الظاهرة، والتوجيه نحو الاستخدام الإيجابي الفعال، وتوظيف هذه التقنيات في رفع التحصيل الدراسي للطلاب بما يخدم العملية التعليمية، والاهتمام بالصحة النفسية للطلبة.

- من المتوقع أن تسهم نتائج هذه الدراسة وتوصياتها ومقترحاتها، في تحسين الاستخدام الإيجابي لمواقع التواصل الاجتماعي من قبل الطلبة وتفعيل دور المرشدين والتربويين في تقديم الإرشاد ضمن هذا المجال.

حدود الدراسة:

- **الحدود البشرية**: اقتصرت الدراسة على عينة من طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت.

- **الحدود الزمانية**: طبقت الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2019/ 2020م.

- **الحدود المكانية**: طبقت الدراسة في منطقة الأحمدي بدولة الكويت.

المحددات الموضوعية والإجرائية: اقتصرت الدراسة على موضوع إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بكل من التحصيل والصحة النفسية لطلاب المرحلة الثانوية في دولة الكويت. كما تحدد نتائج الدراسة بالأدوات المستخدمة ومدى صدقها وثباتها.

التعريفات الاجرائية:

- **إدمان مواقع التواصل الإجتماعي**: يعرفه بويد وإيلسون (Boyd & Ellison, 2010) بأنّه الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي، التي تتيح للأفراد إقامة علاقات اجتماعية فيما بينهم من خلال التعريف بأنفسهم واهتماماتهم، واختيار أصدقائهم ضمن مجموعات قد تكون مفتوحة أو مغلقة أو سرية وفق عالم افتراضي؛ مما يترتب عليها الشعور الدائم بالاشتياق لها وعدم الاستغناء عنها. وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي المعد لغرض الدراسة.

- **التحصيل الدراسي**: يعرفه الجلالي (2011) بأنّه ما يكتسبه المتعلم من مهارات، ومعارف وعلوم مختلفة؛ نتيجة لعمليات تعلُّم متنوعة ومتعددة، تدل على نشاطه العقلي المعرفي، ويقاس بالدرجة التي يحققها في اختبار مقنن يتقدم إليه عندما يطلب منه ذلك. ويعرف إجرائياً بأنّه مقدار ما يكتسبه المتعلم من خبرات ومعارف ومعلومات ومفاهيم عن محتوى المادة العلمية، ويقاس من خلال مجموع العلامات التي حصل عليها المتعلم في نهاية السنة الدراسية التي سبقت الفصل الدراسي الذي طبقت فيه الدراسة.

- **الصحة النفسية:** يعرفها بني يونس (2007) بأنّها حالة من الاكتمال الجسمي، والنفسي، والاجتماعي لدى الفرد، أمّا التعريف الإجرائي للصحة النفسية؛ فهي الدرجة التي يحصل عليها المفحوص بعد استجابته على فقرات مقياس الصحة النفسية المعتمد في هذه الدراسة.

الإطار النظري:

مواقع التواصل الاجتماعي:

تعرف مواقع التواصل الاجتماعي بأنّها مواقع على شبكة الإنترنت، توفر لمستخدميها فرصة الحوار وتبادل المعلومات والآراء والأفكار والمشكلات من خلال الملفات الشخصية وألبومات الصور وغرف الدردشة، ومن الأمثلة على هذه المواقع: اليوتيوب والفيسبوك والتويتر وغيرها (الدوسري والعريشي، 2014). في حين يعرفها خليل (2014: 320) بأنّها «منظومة من الشبكات الاجتماعية الإلكترونية التفاعلية، تسمح لمستخدميها بإنشاء صفحات وتكوين صداقات وتعديل ونقد وطرح ومناقشة لما يعرض من معلومات. ومن خلال استعراض التعريفات السابقة تعرف الباحثة مواقع التواصل الاجتماعي بأنها منظومة إلكترونية تشتمل على العديد من الأفراد، يتواصلون ويتفاعلون فيما بينهم، سواء بالإعجاب أو النشر أو المشاركة أو التعليق أو طرح القضايا التي تكون محل الاهتمام وتزيد من التفاعل وتعزز العلاقات بينهم. وقد بدأت مواقع التواصل الاجتماعي في الظهور في منتصف التسعينيات عام 1995 للربط بين زملاء الدراسة؛ ومن ثم ظهرت مجموعة من مواقع التواصل الاجتماعي التي لم تستطع أن تحقق النجاح الكبير بين عامي 1999 و2001 وفي السنوات اللاحقة ظهرت بعض المحاولات الأخرى، لكن الميلاد الفعلي لمواقع التواصل الاجتماعي كان عام 2002، وفي 2005 كان الانطلاقة القوية لمواقع التواصل الاجتماعي؛ إذ ظهر موقع (ماي سبيس) الأمريكي الشهير، ومعه منافسه الشهير (فيسبوك) الذي بدأ أيضاً في الانتشار إلى وقتنا الحالي (عمار، 2010). ولمواقع التواصل الاجتماعي تأثيراتها الاجتماعية؛ إذ حملت معها العديد من التأثيرات الاجتماعية، ومن أهمها: التأثيرات على المنظومة القيمية السائدة لدى الشباب؛ ففي ضوء ما يتعرض له الشخص من قيم اجتماعية متناقضة في أثناء تجواله داخل مواقع التواصل الاجتماعي، فإنه يقوم بإعادة تشكيل للمنظومة القيمية السائدة لديه، وهذا ما يعرف في علم النفس بتأثير الجماعة المرجعية؛ مما قد يؤدي إلى محو تأثير الجماعة الأولية؛ أي الأسرة، وهناك من التأثيرات الاجتماعية فقدان التفاعل الاجتماعي؛ إذ من المعروف أن التواصل الاجتماعي عبر هذه المواقع يتم بطريقة فردية، عبر الأجهزة الخلوية أو أجهزة الكمبيوتر؛ مما يعني غياب المشاركات الجماعية الحية الحقيقية لأفراد الأسرة أو الأصدقاء. ويمكن أن تتسبب بالإساءة إلى الأشخاص كالتشهير والمضايقات، واغتيال الشخصية والتحقير للرموز الوطنية أو السياسية أو الدينية أو الرياضية،

وتكوين علاقات بين الجنسين؛ فقد أوضحت العديد من الدراسات السابقة أن نسبة كبيرة جداً من الشباب يلجؤون إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، من أجل التعارف على الجنس الآخر وإقامة علاقات معه (الشراري، 2013)، وقد توصلت الباحثة -من خلال استعراضها للعديد من الدراسات مثل (السيد، 2013، 311؛ سعودي، 2014، 45؛ الزيودي، 2012، 135) - إلى أن هناك العديد من الآثار الإيجابية والسلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ومن الآثار الإيجابية لها أنها تحفز على التفكير الإبداعي بأنماط وطرق مختلفة نتيجة التواصل مع أشخاص مثقفين ومن بيئات مختلفة ومجتمعات جديدة، وتعمق مفهوم المشاركة والتواصل مع الآخرين، وتعلم أساليب التواصل الفعال، وتساعد على قبول القضايا الخلافية؛ فهي منبر لحرية الرأي والرأي الآخر، وتساعد في العملية التعليمية، وذلك بتبادل المعلومات مع الآخرين. أما الآثار السلبية المترتبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي؛ فهي إد مان الجلوس عليها، ونشر الأفكار الضالة؛ مثل العنف والمشاركة فيه، والتعرض للجرائم الإلكترونية؛ كجرائم السرقة والابتزاز والقمار وعمليات النصب، وفتور الحس الأخلاقي؛ وذلك نتيجة للكمية الهائلة من المعلومات المليئة بالدمار والعنف، التي من شأنها تعويد الناس على مشاهدة الألم والعذاب عند البشر؛ مما يجعلها أمراً مألوفاً، وضياع الوقت وذلك بالجلوس لفترات طويلة دون هدف معين ودون دافع وعدم استغلاله في أمور مفيدة، وإهمال الجانب الأكاديمي؛ ومن ثم انخفاض المستوى التحصيلي للطلبة.

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

تناولت الجمعية الأمريكية مفهوم إدمان الإنترنت وعرفته بأنه «استخدام الإنترنت بما يتجاوز 38 ساعة أسبوعياً لغير حاجة العمل، مع الميل إلى زيادة ساعات استخدام الإنترنت لإشباع رغبة كانت تشبعها ساعات أقل من قبل، مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية عند انقطاع الاتصال بالشبكة، ومنها التوتر النفسي والقلق وتركيز التفكير بشكل قهري حول الإنترنت وما يجري فيه، وأحلام وتخيلات وحركات إرادية أو لا إرادية، مرتبطة به؛ لتخفيف أو تجنب أعراض الانسحاب إضافة إلى الميل لاستخدام الإنترنت بمعدل أكثر تكراراً أو لمدة زمنية أطول تتجاوز ما كان يخصصه الفرد» (شاهين، 2013، 143). ومن الأساليب العلاجية التي قد تسهم في علاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ومنها: التدريب على النقيض، وذلك بوضع جدول أو خطة جديدة للفرد يكون الهدف منها الابتعاد وتغير الروتين اليومي له، وذلك بالدراسة أو

بأخذ قسط من الراحة أو تصفح المجلات والمطالعة أو بمشاركة الأصدقاء بأنشطة خارج المنزل، وممكن من خلال المنبه؛ بحيث يقوم الفرد بضبط منبه يحدد الوقت الذي يحتاج إليه عند البدء باستخدام هذه المواقع وحال ما ينتهي الوقت يتوقف عن استخدامها (علي، 2010).

التحصيل الدراسي:

يعتبر التحصيل الدراسي أحد الجوانب المهمة للنشاط العقلي الذي يقوم به الطالب في المدرسة، وينظر إليه على أنّه عملية عقلية من الدرجة الأولى، وقد صنف باعتباره متغيراً معرفياً، يتضمن الحقائق، والمهارات، والميول، والقيم، والتحصيل ويشتمل على الجوانب المعرفية، والمهارية، والوجدانية، وعلى الرغم من اتساع مفهوم التحصيل الدراسي؛ فغالباً ما نطلق عليه تحصيل الطلاب، أو اكتسابهم لما يهدف إليه النظام التعليمي، ويرتبط ارتباطاً وثيقياً بالمدرسة. وقد تعددت مفاهيم التحصيل الدراسي؛ إذ يعرفه خطاب (2006، 201) بأنه «النتيجة التي يتحصل عليها الطالب من خلال دراسته في السنوات السابقة؛ أي مجموع الخبرات والمعلومات التي حصل عليها الطالب». كما عرفه (نصر اللّه، 2010، 37) بأنه «حصول التلميذ على العلامات والدرجات في الموضوعات التعليمية المدرسية، التي تدل على قدراته الخاصة ومكانته بين التلاميذ من صفه أو من مجموع كل التلاميذ؛ إذ تعتبر بمثابة المقياس الأساسي والحقيقي الذي يَدل على ما يوجد لدى التلميذ من قدرات عقلية وذكاء». فأهمية التحصيل الدراسي تكمن في أنه أساس لتقرير نتيجة التلميذ لانتقاله من مرحلة دراسية إلى مرحلة أخرى أعلى، ويجعل التلميذ يتعرف حقيقة قدراته وإمكاناته، وكذلك تحديد نوع التخصص الذي سينتقل إليه مستقبلاً؛ مما يمكّن الفرد من تبوّء مكانة وظيفية جيدة في معظم الحالات، كما أن وصول التلميذ إلى مستوى تحصيلي مناسب في دراسته للمواد المختلفة يبث الثقة في نفسه ويدعم فكرته عن ذاته، ويبعد عنه التوتر والقلق مما يقوي صحته النفسية (ونجن، 2014، 53). ومشكلة تدني التحصيل الدراسي من المشكلات المهمة التي تواجه القائمين على العملية التعليمية من معلمين، وموجهين، وإداريين، وقيادات تعليمية، بالإضافة إلى أولياء أمور الطلاب، ولهذا أدركت الأمم المتحضرة أهمية تلك المشكلة وخطورتها، وبذلت كل الجهود لمواجهتها، بوضع الإستراتيجيات الكفيلة بحلها؛ لما لها من انعكاسات سلبية على شخصية التلميذ حاضراً، ومستقبلاً (عوض، 2014).

أثر مواقع التواصل الاجتماعي على التحصيل:

إن لمواقع التواصل الاجتماعي أثراً بالغاً في التحصيل الدراسي، وقد تبين أن وجود الأبناء لفترة ممتدة على مواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن يكون له آثار ضارة على الإنتاجية الدراسية، وأداء المهام والواجبات المنوطة بهم؛ فالساعات الطويلة التي يقضونها على مواقع التواصل الاجتماعي له أثر سلبي على تحصيلهم الدراسي، ويترتب عليه مجموعة من المشكلات التربوية؛ مثل: النوم في أثناء الدروس والمذاكرة، وضعف التركيز، وتشتت الذهن، وضعف القدرة على الاستذكار، والتأخر الدراسي الدائم، وغيرها العديد من الآثار التي تؤثر بشكل مباشر على التحصيل الدراسي للأبناء (Schulten, 2009).

الصحة النفسية:

تعتبر الصحة النفسية عنصراً مهماً في حياة الناس عامة؛ إذ إن تحقيقها يساعد الإنسان على مواجهة مشاق الحياة وصعوباتها وعلى الوصول إلى العيش الكريم والحياة الهانئة السعيدة، ويسهم في تحقيق أهداف الحياة وغاياتها، بل إنّ أهمية الصحة النفسية تتجاوز ذلك إلى دورها في تحقيق الوصول إلى رضا الله -عز وجل- وتحقيق رضوانه، ولأهمية الصحة النفسية ذهبت الدول المتقدمة بعيداً في بذل الجهد والمال لتحقيق مستوى عالٍ من الصحة النفسية لأفرادها؛ ذلك إيماناً منها بدور الصحة النفسية في توفير فرص أكبر لأفراد المجتمع لتحقيق الإنجاز الأفضل والوصول لتقدم أعظم. و لوحظ في السنوات الأخيرة تركيز الدول المتقدمة على دعم مشروعات الصحة النفسية والدعم النفسي في الدول النامية، التي تعاني من الحروب والاضطرابات، وتخصص لذلك مبالغ هائلة من الأموال مستهدفة المرأة والطفل والشباب وطلاب المدارس (العرير، 2010، 15). إنّ التحاق الطالب بالمدرسة أو الجامعة يساعده على اكتساب المهارات الاجتماعية والمعرفية والصحية من خلال ما تقدمه المؤسسات التعليمية من أنشطة طلابية مختلفة، يختبر الطالب من خلالها حدود قدراته وإمكاناته؛ مما يساعده على فهم واقعي لشخصيته، وقد تنتهي بعض هذه الصعوبات بتوافق الطالب النفسي واندماجه في الحياة المدرسية في هذه المرحلة العمرية؛ ومن ثم يمكن القول إنّ المستقبل الدراسي للطالب، وخاصة في المرحلة الثانوية، يعتمد على درجة توافقه واندماجه الاجتماعي والأكاديمي مع البيئة الثقافية التي ينتقل إليها (القاضي، 2012، 26).

آثار مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية:

هناك انعكاسات لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية؛ إذ لم تكن الصحة النفسية ومكانتها ضرورية للتعامل مع الفرد والمجتمع والعلاقات الإنسانية بقدر ما أصبحت في عصر العولمة وفيما يحمله المستقبل من تحولات وقضايا وتحديات، ولا شك أنّ تفاعل الطالب مع مواقع التواصل الاجتماعي يترك أبعاداً متعددة الاتجاهات، تنعكس -سواء بالإيجاب أو السلب- على صحته النفسية، ويعتقد كثير من الشباب والطلاب أنّ الإنترنت، بما يحويه من خدمات ومواقع، وبما تشبعه من حاجات معرفية ووجدانية واندماجية، هو وسيلة إيجابية إلى حد كبير، وأكثر الشباب - كما أشارت كثير من الدراسات- يحملون اتجاهات متوافقة ومؤيدة للإنترنت (بودهان، 2012). ويميل الشباب إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي؛ لأنّها تحقق لهم حاجات ورغبات لا يستطيعون إشباعها بوسائل أخرى، وبالقياس على تويتر يوفر هذا الموقع الإمكانيات اللازمة لتلبية حاجات الشباب المعرفية، بما يشبع -إلى حد معين- لديهم حب الاستطلاع والاكتشاف، كما يدعم احتياجات الشباب العاطفية والتعبير عن مشاعرهم من خلال حسابات المواقع المتخصصة في الجماليات والروائع والفنون، بالإضافة إلى إتاحته فرص التواصل بينهم وتكوين الصداقات واستخدامه كمنصة للتعبير عن الذات وتبادل وجهات النظر بين الأفراد. ومن الاحتياجات التي يمكن إشباعها للشباب؛ فهي تلك المرتبطة بتقوية شخصياتهم من حيث الثقة بالنفس وتحقيق الذات والشهرة بوجود فرص متاحة للكتابة والانتقاد والمصارحة والشفافية والطرح الجريء عن القضايا والأحداث الداخلية والخارجية، كما يشجع على تفاعل الشباب مع بيئتهم الاجتماعية، وتقوية الارتباط بين الأصدقاء وأهل الاهتمام، وتواصلهم مع الشخصيات المشهورة، وهي حاجات تنبع من رغبة الفرد في الانتماء إلى الجماعة بمدلولها الوطني أو الاجتماعي أو المهني أو التخصصي أو الترفيهي (السويّد، 2015).

الدراسات السابقة:

قام بول وبيكر وكوشران (Paul, Baker & Cochran, 2012) بدراسة في الولايات المتحدة هدفت إلى تعرف أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التحصيل الأكاديمي للطلبة. تكونت عينة الدراسة من (116) طالباً وطالبة من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي. استخدمت الدراسة استبانة مسحية في جمع البيانات لأفراد

العينة، وأخيراً أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين عدد ساعات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي. وفي دراسة أجراها العمار (2014) هدفت إلى تعرف إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) لدى طلبة جامعة دمشق -فرع درعا- في ضوء المتغيرات الآتية: (النوع، التخصص، مستوى التحصيل، الوضع الاقتصادي، عدد ساعات الجلوس على الشبكة المعلوماتية، المواقع المفضلة)، طبقت الدراسة على عينة عشوائية، قوامها (674) طالباً وطالبة من جميع الكليات والمعاهد، واستخدمت الدراسة مقياس إدمان الشبكة المعلوماتية من إعداد الباحث. توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج، كان من أهمها عدم وجود علاقة بين إدمان الشبكة المعلوماتية والمعدل الدراسي، في حين وجدت علاقة إيجابية دالة بين إدمان الشبكة المعلوماتية والوضع الاقتصادي، كما أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان الشبكة المعلوماتية يعزى لمتغيرات النوع والتخصص الدراسي، وقد بلغ متوسط الجلوس أمام الشبكة المعلوماتية هو (2.78) درجة يومياً من أصل أربع درجات، كما تصدرت المواقع الاجتماعية جميع المواقع من حيث نسبة المتصفحين. أما دراسة ماتسو (Matsue, 2014)؛ فهدفت إلى تعرف تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة النفسية والقلق لدى طلبة الجامعة. أجريت الدراسة على عينة من الطلبة، قوامها (190) طالباً وطالبة من طلبة جامعة صربيا، طبق عليهم مقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس الحالة النفسية، وأسفرت النتائج عن وجود تأثير سلبي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة النفسية لطلبة الجامعة، ووجود فروق بين الذكور والإناث في الحالة النفسية وخاصة القلق؛ بسبب التأثير السلبي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لصالح الإناث. وهدفت يونس (2016) إلى تعرف العلاقة بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والاضطرابات النفسية لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة ومعرفة الفروق في درجة إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة وفقاً للمتغيرات الديموغرافية: (النوع، المستوى الدراسي، نوع التخصص، عدد ساعات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، منخفضي درجات الإدمان ومرتفعيها)، تكونت عينة الدراسة من (619) طالباً وطالبة من جامعة الأزهر بغزة. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والاضطرابات النفسية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية للإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، تعزى للنوع والتخصص، ووجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في

درجات إدمان شبكات التواصل الاجتماعي تعزى للمستوى الدراسي لصالح المستوى الدراسي الأول، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات النفسية تعزى لعدد الساعات التي تقضى على مواقع التواصل الاجتماعي. في دراسة لمقارنة لعدة دول) قام بها الحلو (2018) هدفت إلى الكشف عن أثر مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة النفسية للطالب الجامعي وشملت الدراسة كلاً من الدول: (الأردن، لبنان، السعودية، فلسطين)، وطبقت على عينة بلغت (668) فرداً، وقد أظهرت النتائج وجود فروقات بين الخصائص البيئية للشباب الجامعي العربي وفقاً للبلد، بالنسبة للإشباعات المحققة عبر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، كما أظهرت النتائج وجود علاقة بين المعدل اليومي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإدمان السيبراني والغيرة والإحباط. وفي ضوء استعراض الباحثة للدراسات السابقة يبدو أن العديد من الدراسات قد تناولت إدمان الإنترنت بشكل عام ومن جوانب مختلفة، وضمن مراحل عمرية مختلفة؛ فالبعض كان مهتماً بالآثار النفسية لاستخدام الإنترنت ودوافع الاستخدام، في حين كان البعض الآخر مهتماً باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على وجه التحديد وعلاقتها بالجوانب النفسية للمستخدمين، وقد استعرضت الباحثة توصيات هذه الدراسات، ومن خلالها توصلت إلى موضوع هذه الدراسة، ويبدو -في حدود علم الباحثة- عدم وجود دراسات تناولت بشكل مباشر آثار إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على طلبة المرحلة الثانوية ودراسة آثار هذا الإدمان على كل من التحصيل الدراسي والصحة النفسية لهم. فالعديد من الدراسات التي استعرضت تناولت الطلبة ضمن المرحلة الجامعية، كما لم توجد دراسة من الدراسات التي استعرضت -في حدود علم الباحثة- حاولت أن تربط بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وكل من المتغيرين المتمثلين في الصحة النفسية والتحصيل الدراسي، لدى هذه الفئة العمرية من الطلبة، وهي فئة طلبة الثانوية العامة.

المنهجية والإجراءات:

منهجية الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي الذي يعد مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً لاستخلاص دلالاتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل الدراسة،

ولتحقيق ذلك أجري المسح المكتبي بالرجوع إلى المراجع والمصادر لبناء الإطار النظري للدراسة، والاستطلاع الميداني لجمع البيانات بوساطة أدوات الدراسة (الاستبانة)، التي تم بناؤها وتوزيعها على أفراد العينة وتحليلها إحصائياً للإجابة عن أسئلة الدراسة من أجل تحقيق أهداف الدراسة وتقديم التوصيات في ظل ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المرحلة الثانوية في المدارس التابعة للإدارة العامة لمنطقة الأحمدي التعليمية في العام الدراسي 2019 و2020 البالغ عددهم (17534) طالباً وطالبة، منهم (7710) من الذكور، و(9824) من الإناث، بحسب الإحصائيات الصادرة عن قسم التخطيط والمعلومات للإدارة العامة لمنطقة الأحمدي.

عينة الدراسة:

لاختيار عينة الدراسة حصرت جميع المدارس الثانوية في منطقة الأحمدي، البالغ عددها (33) مدرسة ثانوية، وبعد ذلك اختيرت عينة عشوائية عنقودية، بواقع (3) مدارس للذكور، و(3) مدارس للإناث لتمثل المدرسة بذلك وحدة الاختيار، وبعد أن حددت المدارس المختارة طبقت أدوات الدراسة على شعبة دراسية واحدة، اختيرت عشوائياً ضمن كل صف دراسي من صفوف المرحلة الثانوية (العاشر، الحادي عشر، الثاني عشر)، وقد بلغت الاستبانات الموزعة على جميع الطلبة (746) استبانة، استرجع منها (706) استبانات، وبنسبة بلغت (95%) من الاستبانات الموزعة على عينة الدراسة، واستبعدت (11) استبانة؛ لعدم صلاحياتها للتحليل الإحصائي، وبذلك خضع للتحليل (695) استبانة؛ أي ما نسبته (93%) من الاستبانات الموزعة على عينة الدراسة، وجدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيراتها.

جدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس

فئات المتغير	العدد	النسبة المئوية
ذكور	301	%43.3
إناث	394	%56.7
الكلي	695	%100

أدوات الدراسة:

أولاً- مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي:

نظراً لعدم وجود مقياس يتعرض لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مباشر، فقد استفيد من مقياس إدمان شبكة الإنترنت، الذي تعرضت له العديد من الدراسات السابقة، وقد طوّر المقياس اعتماداً على الاعتبارات الأساسية والمنطلقات النظرية في بناء المقاييس، وهي على النحو الآتي:

- اعتمد على نظرية التحليل التفاعلي في تحديد مفهوم الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والأبعاد التي يمكن أن تندرج تحت هذا المفهوم.

- تحليل مفهوم الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي إلى أبعاده، التي يمكن أن تمثل نطاق السلوك المراد قياسه وتحديد أوزان الأهمية النسبية لكل بعد في قياسه، واعتماد هذه الأوزان في تحديد عدد فقرات المقياس في صورته النهائية، وفي هذا الصدد حددت الباحثة -إجرائياً- نطاق سلوك السمة المراد قياسها إلى (6) أبعاد، هي: (بُعد السيطرة أو البروز، بُعد تغير المزاج، بُعد التحمل، بُعد الأعراض الانسحابية، بُعد الصراع، بُعد الانتكاس)، وبعد ذلك عرضت على مجموعة من المحكمين المتخصصين في هذا المجال، وطلب منهم تحديد مدى ملاءمة الأبعاد للمقياس وتعريفاتها وتحديد أهميتها النسبية وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي (Likert) وعلى النحو الآتي: (تنطبق علي تماماً: درجتان)، (تنطبق إلى حد ما: 1 درجة)، (لا تنطبق: 0) واتفق جميع المحكمين على أن جميع الأبعاد ملائمة لاعتمادها ضمن المقياس.

- **إعداد فقرات المقياس بصورتها الأولية**: صيغت (60) فقرة، توزعت على الأبعاد الستة.

- صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري):

للتحقق من الصدق الظاهري للفقرات عرضتها الباحثة على مجموعة من المحكمين، عددهم (8) من أساتذة الجامعات من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس والإرشاد والصحة النفسية، والقياس والتقويم، وطلب إليهم إبداء رأيهم في الفقرات الموضوعة؛ من حيث مدى انتماء كل فقرة للبعد الذي تندرج تحته ، ومن حيث الصياغة اللغوية، ووضوح الفقرات، وإضافة ما يرونه مناسباً أو تعديله أو حذفه،

معتمدة على المعيار المتمثل في نسبة اتفاق (80%) فما فوق لإبقاء الفقرة، وأقل من ذلك لحذفها أو تعديلها، وبناءً على مقترحات المحكمين عدلت صياغة الفقرات ذات الأرقام (3، 7، 11) وحذفت (5) فقرات من فقرات المقياس، وهي الفقرات (10، 17، 44، 25، 58)؛ ومن ثم تضمّن المقياس في صورته النهائية (55) فقرة.

- التحقق من وضوح وفهم فقرات المقياس وتعليماته:

من الضرورة في بناء المقاييس النفسية والتربوية التحقق من وضوح وفهم فقرات المقياس وتعليماته من قبل المستجيبين، ولهذه الغاية طبق المقياس في صورته الأولية على عينة مكونة من (30) فرداً من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، واتضح أنّ فقرات المقياس وتعليماته واضحة.

- الاتساق الداخلي للمقياس:

تم التحقق من تجانس المقياس داخلياً باستخدام طريقة الاتساق الداخلي؛ إذ تم إيجاد معامل الارتباط لكل فقرة من فقرات كل مقياس مع الدرجة الكلية له، ووفقاً لذلك راوحت معاملات الارتباط لفقرات المقياس مع الدرجة الكلية ما بين (0.52 و0.83)، كما جرى حساب معامل ارتباط كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية له، وراوحت معاملات الارتباط مع الدرجة الكلية ما بين (0.62 و0.86)، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)؛ مما يشير إلى دلالة معاملات الاتساق الداخلي للمقياس.

- ثبات المقياس:

استخرج معامل الاتساق الداخلي لأداة الدراسة، بالاعتماد على معامل كرونباخ ألفا لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على مستوى كل بعد والبعد الكلي، ويبين جدول (2) قيم معامل الثبات.

جدول (2)

معاملات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل

البعد	كرونباخ ألفا
السيطرة أو البروز	0.87
تغير المزاج	0.81
التحمل	0.83
الأعراض الانسحابية	0.89
الصراع	0.90
الانتكاس	0.92
الكلي	0.90

تظهر البيانات في جدول (2) أن معاملات ثبات أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي قد راوحت بين (0.81 و0.92) وللبعد الكلي (0.90)، وتعتبر مثل هذه القيم مقبولة لأغراض هذه الدراسة.

تصحيح المقياس:

اشتمل المقياس في صورته النهائية على (55) فقرة، توزعت على (6) أبعاد، هي: (بُعد السيطرة أو البروز بواقع (10) فقرات، فقرات بُعد تغير المزاج بواقع (10) فقرات، بُعد التحمل بواقع (8) فقرات، بُعد الأعراض الانسحابية بواقع (9) فقرات، بُعد الصراع بواقع (8) فقرات، بُعد الانتكاس بواقع (10) فقرات. وقد اعتمد أوزان فقرات المقياس وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي (Likert) على النحو الآتي: (تنطبق علي تماماً: درجتان)، (تنطبق إلى حد ما: 1 درجة)، (لا تنطبق: 0)؛ وبذلك تكون أدنى درجة على المقياس، هي (0) وأعلى درجة على المقياس (110)، وتعتبر درجة المتوسط هي الدرجة (55) ، وعليه؛ تشير الدرجة المرتفعة (أكبر من 55) إلى وجود إدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، في حين تشير الدرجة المنخفضة (أقل من 55) إلى عدم وجود مظاهر إدمان على مواقع التواصل الاجتماعي. ولفهم مدلولات المتوسطات على المستوى الكلي ومستوى الأبعاد؛ فقد تم التعامل مع المتوسطات الحسابية الموزونة، وبذلك تكون الدرجة (أقل من 1 مستوى منخفض، وهو يشير إلى عدم وجود مظاهر إدمان لمواقع التواصل الاجتماعي، من 1–1.66 مستوى متوسط:

وهو يشير إلى وجود مظاهر إدمان متوسطة، أعلى من 1.66 مستوى مرتفع، وهي تشير إلى وجود مظاهر إدمان مرتفعة).

ثانياً- مقياس الصحة النفسية:

طوّر مقياس الصحة النفسية من خلال الرجوع إلى الدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع وباتباع الخطوات والاعتبارات الأساسية والمنطلقات النظرية في بناء المقاييس، التي اتبعت في بناء المقياس السابق، وتكوَن المقياس من (82) فقرة، توزعت على تسعة أبعاد، على النحو الآتي: (بعد الأعراض الجسمانية بواقع (11) فقرة، بعد الوسواس القهري بواقع (10) فقرات، بعد الحساسية التفاعلية بواقع (9) فقرات، بعد الاكتئاب بواقع (13) فقرة، بعد القلق بواقع (10) فقرات، بعد العداوة بواقع (6) فقرات، بعد قلق الخوف «الفوبيا» بواقع (7) فقرات، بعد «البار انويا وبواقع (6) فقرات، بعد الذهانية بواقع (10) فقرات)، وقد اعتمدت أوزان فقرات المقياس وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي (Likert) على النحو الآتي: (أعاني بدرجة كبيرة جداً: 4 درجات)، (أعاني بدرجة كبيرة: 3 درجات)، (أعاني بدرجة متوسطة: درجتان)، (أعاني بدرجة قليلة: 1 درجة)، (لا أعاني أبداً: 0)؛ وبذلك تكون أدنى درجة على المقياس هي (0)، وأعلى درجة على المقياس (328).

صدق المقياس.

استخدمت مجموعة من المؤشرات للكشف عن صدق مقياس الدراسة، وهي على النحو الآتي:

- الصدق الظاهري:

عرض المقياس بصورته الأولية على (8) من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس والإرشاد والصحة النفسية والقياس والتقويم ، وطُلب إليهم إبداء رأيهم حول مدى وضوح الفقرة وارتباطها بالمجال ومدى ملاءمتها للمقياس، ووضوح المعنى، واعتمدت الباحثة على المعيار المتمثل في نسبة اتفاق (80%) فما فوق لإبقاء الفقرة وأقل من ذلك لحذفها أو تعديلها، وقد أخذ بمقترحات المحكمين وإجراء التعديلات المطلوبة؛ إذ عدلت صياغة الفقرات (2، 17، 21، 30)، في حين نقلت فقرة من بعد الوسواس القهري إلى بعد قلق الخوف ، وتعد مثل هذه الإجراءات دليلاً على صدق أداة الدراسة.

- الاتساق الداخلي:

تم التحقق من تجانس مقياس الدراسة داخلياً باستخدام طريقة الاتساق الداخلي، وأوجد معامل الارتباط لكل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس، ووفقاً لذلك راوحت معاملات الارتباط لفقرات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0.48 و0.79)، كما جرى حساب معامل ارتباط كل بعد من أبعاد كل مقياس مع الدرجة الكلية له، وقد راوحت معاملات ارتباط أبعاد مقياس الصحة النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0.59 و0.82)، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)؛ مما يدل على دلالة معاملات الاتساق الداخلي للمقياس.

ثبات أداة الدراسة:

استخرج معامل الاتساق الداخلي لأداة الدراسة، بالاعتماد على معامل كرونباخ ألفا، ويبين جدول (3) قيم معامل الثبات.

جدول (3)

معاملات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الصحة النفسية

البعد	كرونباخ الفا
الأعراض الجسمانية	0.83
الوسواس القهري	0.85
الحساسية التفاعلية	0.90
الاكتئاب	0.86
القلق	0.91
العداوة	0.88
قلق الخوف	0.87
البار أنويا	0.86
الذهانية	0.90
الكلي	0.88

تظهر البيانات في جدول (3) أن معاملات ثبات أبعاد مقياس الصحة النفسية، راوحت ما بين (0.83 و0.91)، وللبعد الكلي (0.88)، وتعتبر مثل هذه القيم مقبولة لأغراض هذه الدراسة.

متغيرات الدراسة:

اشتملت هذه الدراسة على نوعين من المتغيرات، هما:

- المتغير المستقل (Independent Variable): ويتمثل بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ويقاس من خلال استجابة أفراد عينة الدراسة على فقرات المقياس الذي أعدّ لهذه الغاية.

- المتغير التابع (Dependent Variables): ويتمثل في:

- الصحة النفسية: وتقاس من خلال استجابة أفراد عينة الدراسة على فقرات المقياس الذي أعدّ لذلك.

- التحصيل الدراسي: ويقاس من خلال الرجوع إلى معدلات الطلبة في نهاية الفصل الدراسي الثاني من عام 2018/ 2019م وفقاً للسجلات الرسمية بالمدرسة.

إجراءات الدراسة:

- إعداد أدوات الدراسة بصورتها الأولية وعرضها على المحكمين وتطبيقها على العينة الاستطلاعية لغايات التحقق من مؤشرات صدقها وثباتها.

- أخذ الموافقات الرسمية من الجهات ذات الاختصاص على تطبيق أدوات الدراسة.

- تطبيق الدراسة على العينة وجمع البيانات وإدخالها على برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS ليتم تحليلها واستخراج النتائج.

المعالجات الإحصائية:

للإجابة عن أسئلة الدراسة استخدمت أساليب الإحصاء الوصفيّ والتحليليّ، وذلك باستخدام الرزمة الإحصائيّة (SPSS.21) على النحو الآتي:

- مقاييس الإحصاء الوصفيّ (Descriptive Statistic Measures) لوصف خصائص عيّنة الدراسة بالنسب المئويّة، والإجابة عن السؤال الأول من أسئلة الدراسة وترتيب الأبعاد تنازلياً.

- معامل ارتباط بيرسون للإجابة عن السؤال الثاني.

- اختبار (ت) للعينات المستقلة للإجابة عن السؤال الثالث.

- معامل كرونباخ ألفا للتحقق من ثبات أدوات الدراسة.

- معامل ارتباط بيرسون للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية ومعامل ارتباط البعد مع الدرجة الكلية.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

يتضمن هذا الجزء عرضاً مفصّلاً للنتائج التي خلصت إليها الدراسة في ضوء الأسئلة المطروحة، كما يتضمن مناقشة لنتائج الدراسة وتفسيرها في ضوء أدبيات الدراسة، وفيما يلي تفصيل لذلك.

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

1 - الاجابة عن السؤال الأول، ونصه: «ما مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بين طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟».

للإجابة عن هذا السؤال احتسبت المتوسّطات الحسابية والانحرافات المعياريّة، لاستجابات أفراد عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت على فقرات مقياس إدمان مواقع التواصل، وذلك على مستوى كل بعد والبعد الكلي، وقد جاء تصنيف المستويات وفقاً للمعيار: (أقل من 1 مستوى منخفض، وهو يشير إلى عدم وجود مظاهر إدمان لمواقع التواصل الاجتماعي. من 1-1.66 مستوى متوسط: وهو يشير إلى وجود مظاهر إدمان متوسطة. أعلى من 1.66 مستوى مرتفع، وهو يشير إلى وجود مظاهر إدمان مرتفعة) ويوضح جدول (4) نتائج ذلك:

جدول (4)

المتوسّطات الحسابية والانحرافات المعياريّة لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية

الرتبة	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	السيطرة أو البروز	1.91	0.48	مرتفع
2	الانتكاس	1.88	0.54	مرتفع
3	الأعراض الانسحابية	1.76	0.49	مرتفع
4	التحمل	1.38	0.60	متوسط
5	الصراع	1.07	0.61	متوسط
6	تغير المزاج	0.96	0.43	منخفض
-	الكلي	1.49	0.56	متوسط

يبين جدول (4) أنّ المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بين طلبة المرحلة الثانوية وعلى

المستوى الكلي، جاءت بدرجة متوسطة، بمتوسط حسابي (1.49) وانحراف معياري (0.56)، وهو يعكس وجود مظاهر إدمان بين الطلبة لمواقع التواصل الاجتماعي، وعلى مستوى الأبعاد؛ فقد جاءت في الأبعاد على النحو الآتي: (بُعد «السيطرة أو البروز» المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي بلغ (1.91)، يليه بُعد «الانتكاس»، بمتوسط حسابي بلغ (1.88)، وجاء في المرتبة الثالثة بُعد «الأعراض الانسحابية»، بمتوسط حسابي بلغ (1.76)، وجاء بالمرتبة الرابعة بعد «التحمل» بمتوسط حسابي (1.38)، وفي المرتبة الخامسة جاء بعد «الصراع» بمتوسط حسابي (1.07)؛ الأمر الذي يعكس وجود مظاهر إدمان ضمن هذه الأبعاد، في حين جاء في المرتبة السادسة الأخيرة بعد «تغير المزاج» بمتوسط حسابي (0.96)، وهو يعكس درجة منخفضة؛ الأمر الذي يشير إلى عدم وجود مظاهر إدمان ضمن هذا البعد من أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي. ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى الاستخدام السلبي لمواقع التواصل الاجتماعي. فاستخدامات الطلبة لمواقع التواصل الاجتماعي لم يعد لغايات البحث والدراسة فقط، بل إنّهم يقدمون على استخدام أدوات تواصل اجتماعي في نظام عالمي، وإن أكثر أهداف الطلبة من الاستخدام هو دافع التسلية، كما يمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى غياب الرقابة والتوعية من قبل الأسرة والمدرسة لطرق الاستخدام السليم لمثل هذه المواقع؛ فالطلبة أصبحوا أكثر تعلقاً من أي وقت مضى بمثل هذه المواقع؛ مما قد يظهر عليهم بعض أعراض السيطرة والبروز؛ كالاستيقاظ على فتح حسابه الخاص في مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا ما أكدته نتيجة الدراسة من احتلال بعد البروز والسيطرة المرتبة الأولى بين أبعاد إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، كما يمكن أن تفسر هذه النتيجة بالتسهيلات والإتاحة لشبكة الإنترنت، التي أصبحت في متناول الجميع؛ الأمر الذي شجع الطلبة على أن يكونوا ملتصقين بشكل مستمر مع حساباتهم الخاصة على مواقع التواصل الاجتماعي، وهو ما أوصلهم إلى حد الإدمان عليها؛ فمفهوم الإتاحة أداء جانب سلبي على وجه التحديد لغياب الرقابة الأسرية على طريقة الاستخدام ولغياب مفاهيم المواطنة الرقمية في بيئة تعلم الطلبة، ويتطلب من الطالب في المرحلة الثانوية أن يكون على علم بالعالم الرقمي ومكوناته، إضافة إلى امتلاك المهارات والممارسات الفعالة في استخدامات العالم الرقمي بآلياته المختلفة، وإن الالتزام بالقواعد الأخلاقية يجعل السلوك التكنولوجي للشخص يتسم بالمقبولية الاجتماعية في التفاعل مع الآخرين، التي يفترض أن تكون إحدى أدوات التوجيه السليم للطالب نحو الاستخدام الأمثل

لمواقع التواصل الاجتماعي، وقد جاءت هذه النتيجة متفقة مع دراسة الحلو (2018)، التي أظهرت وجود معدلات مرتفعة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ودراسة يونس (2016)، التي أكدت أيضاً وجود معدلات مرتفعة من الإدمان لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي.

2 - الإجابة عن السؤال الثاني، ونصه: «هل يوجد اختلافات ذات دلالة إحصائية في نسب الطلبة الذين يعانون من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لمتغير الجنس؟».

بعد أن رصدت استجابات الطلبة من أفراد عينة الدراسة على مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، صنفوا إلى مدمن مواقع تواصل اجتماعي وغير مدمن مواقع تواصل اجتماعي، وفقاً لدرجتهم الكلية واعتماداً على المعيار المتمثل في (أكبر من 55 : مدمن مواقع تواصل اجتماعي ، أقل من 55 : غير مدمن مواقع تواصل اجتماعي)، وبعد الانتهاء من عملية التصنيف أجري اختبار كا2 لفحص دلالة الفروق في النسب بين الطلبة (مدمن مواقع تواصل اجتماعي، وغير مدمن مواقع تواصل اجتماعي) ووفقاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) وجدول (5) يوضح نتائج ذلك.

جدول (5).

اختبار كا2 لفحص دلالة الفروق في النسب بين إدمان الطلبة للتواصل الاجتماعي وفقاً للنوع

المتغير	فئات المتغير		إدمان مواقع التواصل		الكلي	كا2	مستوى الدلالة
			مدمن	غير مدمن			
الجنس	ذكر	العدد	213	88	301	112.518	*0.00
		النسبة	%70.80	%29.20	%100		
	أنثى	العدد	119	275	394		
		النسبة	%30.20	%69.80	%100		
	الكلي	العدد	332	363	695		
		النسبة	%47.80	%52.20	%100		

تدل البيانات في جدول (5) على وجود تفاوت في نسب الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بين طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت؛ إذ أظهرت النسب على المستوى الكلي أن نصف الطلبة تقريباً (47.80%) يعانون من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي مقابل (52.20%) لا يعانون من الإدمان لمواقع التواصل الاجتماعي، ووفقاً

لمتغير الجنس أظهرت النتائج أن (70.80%) من الذكور، هم من مدمني مواقع التواصل الاجتماعي في حين أن (29.20%) منهم لا يعانون من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، في حين أظهرت النتائج أن ما يقارب ثلث الإناث (30.20%) يعانون من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي مقابل (69.80%) لا يعانون من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وبالرجوع إلى قيمة اختبار (كا2) البالغة (112.518) ومستوى الدلالة المرافقة لها، التي تظهر وجود فروق دالة إحصائياً في نسب الطلبة الذين يعانون من إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وفقاً لمتغير الجنس لصالح الذكور. ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أنّ الذكور يتمتعون بالحرية أكثر من الإناث في الدخول إلى مواقع التواصل الاجتماعي، في حين أنّ الإناث أكثر التزاماً ومحافظةً فهنّ ضمن مجتمعات شرقية محافظة دوماً تضع سلوك الفتيات تحت المراقبة والمتابعة؛ الأمر الذي جعل الإناث أقل إدمان من الذكور لمواقع التواصل الاجتماعي.

3 - الإجابة عن السؤال الثالث، ونصه: «هل هنالك علاقة ارتباطية ودالة إحصائياً بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وكل من التحصيل الدراسي والصحة النفسية لطلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟».

للكشف عن العلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وكل التحصيل الدراسي والصحة النفسية لطلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت، استخرجت معامل ارتباط بيرسون، وجدول (6) يوضح نتائج ذلك.

جدول (6)

معاملات الارتباط بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي والصحة النفسية

المُتغيّر	الصحة النفسية										التحصيل
	الأعراض الجسمانية	الوسواس القهري	الحساسية التفاعلية	الاكتئاب	القلق	العداوة	قلق الخوف	البار أنويا	الذهانية	الكلي	الكلي
إدمان مواقع التواصل الاجتماعي	0.30*	0.42*	0.31*	0.55*	0.60*	0.56*	0.46*	0.58*	0.59*	0.68*	-0.63*

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تظهر البيانات في جدول (6) وجود علاقة ارتباطية طردية ودالة إحصائياً بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية

بدولة الكويت؛ حيث راوحت معاملات الارتباط مع أبعاد الصحة النفسية ما بين (0.30 و 0.60)، وكانت أقوى هذه العلاقات مع بعد االقلق وأدناها مع بعد الأعراض الجسمانية، كما أظهرت النتائج أنّ العلاقة الارتباطية على المستوى الكلي بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي من جهة، والصحة النفسية من جهة أخرى- كانت علاقة طردية ودالة إحصائياً؛ حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.68)؛ مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت مستويات إدمان مواقع التواصل الاجتماعي رافقها زيادة في الأعراض السلبية للصحة النفسية للطلبة. ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى نقص التوعية لدى الطلبة في المظاهر السلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مستمر وتوضيح الأضرار على الصحة، فالطلبة يقضون ساعات طويلة في التواصل من خلال الأجهزة دون الشعور في الوقت أو حتى بالمؤثرات الخارجية من حولهم؛ فهم يعيشون حالة اندماج كامل مع عالم افتراضي بطريقة تفاعلية دون الالتفات إلى المظاهر السلبية على الصحة النفسية. وعلى مستوى التحصيل؛ فقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية ودالة إحصائياً بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتحصيل لدى طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت؛ حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (-0.63)؛ مما يشير إلى أنّه كلما ارتفعت مستويات إدمان مواقع التواصل الاجتماعي رافقها نقصان في المستوى التحصيلي للطلبة. وتعود هذه النتيجة إلى أنّ استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قبل الطلبة ليست بدافع التعلّم والبحث بل هي في جلّها لغايات اللّعب والتسلية، وهو الوجه الآخر من استخدام مثل هذه التكنولوجيا. كما أنّ جلوس الطلبة لفترات طويلة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي تجعل منهم يخصصون وقتاً أقل للنشاطات الأخرى، ومنها الدراسة ومتابعة الواجبات المنزلية؛ الأمر الذي انعكس على المستوى التحصيلي لهم. كما يمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أنّ إدمان مواقع التواصل الاجتماعي مرتبط بأعراض متعلقة بالصحة النفسية للطالب؛ مثل زيادة الوحدة والاكتئاب والميل إلى زيادة التوتر، وكلها عوامل قد تؤدي إلى تدني دافعيته نحو التعلم بسبب ما تشكله هذه الأعراض من اضطرابات نفسية لديهم وتجعل منهم انسحابيين وغير قادرين على أداء واجباتهم المدرسية؛ الأمر الذي انعكس بشكل مباشر على تحصيلهم الدراسي، وقد جاءت هذه النتيجة متوافقة مع دراسة يونس (2016) التي أكدث وجود علاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.

التوصيات:

1 – ضرورة تقديم برامج الإرشاد الأسري بهدف توعية الأهل من مخاطر إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لأبنائهم الطلبة.

2 – تطبيق برامج الإرشاد (الفردي، والجماعي) في المدارس للوقاية من مخاطر إدمان مواقع التواصل.

3 – إجراء المزيد من الدراسات حول ظاهرة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقة هذا السلوك بسمات الشخصية السوية والاضطرابات النفسية والمشكلات الدراسية.

المراجع:

بعزيز، إبراهيم. (2012). *الصحافة الإلكترونية والتطبيقات الإعلامية الحديثة*. دار الكتاب الحديث.

بني يونس، محمد. (2007). علاقة مستويات الصحة النفسية بأبعاد التوجه الزمني عند عينة من طلبة الجامعة الأردنية. *مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية*، الجامعة الأردنية، *34*(1)، 22.

بودهان، يامين محمد. (2012). *الشباب والانترنت*. عمان: دار مجدلاوي للنشر والتوزيع.

الجريسي، آلاء. (2014). أثر تطبيقات الهاتف النقال في مواقع التواصل الاجتماعي على تعلم وتعليم القرآن الكريم وطالبات جامعة طيبة واتجاههن نحوها. *المجلة الأردنية للعلوم التربوية*، *11*(1)، 1–15.

الجلالي، لمعان. (2011). *التحصيل الدراسي*. عمان: دار المسرة.

الحلو، كلير. (2018). مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطالب الجامعي (دراسة مقارنة متعددة الدول). *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية*. *3*(2)، 235–268.

خطاب، عمر. (2006). *مقاييس في صعوبات التعلم*. الأردن: مكتبة المجتمع العربي.

خليل، محمد. (2014). الانتماء الوطني لدى مستخدمي بعض شبكات التواصل الاجتماعي من معلمي مدارس التعليم العام في مصر. *مجلة علوم الإنسان والمجتمع، (12)*، 309–364.

الدوسري، سلمى؛ والعريشي، جبريل. (2014). واقع شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلاب وطالبات الجامعات بالمملكة العربية السعودية. *مجلة مكتبة الملك فهد الوطنية*. *20*(2)، 58–132.

ساري، حلمي. (2005). *ثقافة الإنترنت: دراسة في التواصل الاجتماعي*. عمان: دار مجدلاوي للنشر والتوزيع.

سعودي، عبد الكريم. (2014). إدمان الفيسبوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي: دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار. *دراسات نفسية وتربوية، 13*، 41-52.

السويّد، محمد. (2015). *استخدامات الشباب السعودي لموقع التواصل الاجتماعي (تويتر) وتأثيرها على درجة علاقتهم بوسائل الإعلام التقليدية*، بحث مقدم في مؤتمر وسائل التواصل الاجتماعية. التطبيقات والإشكالية المهنية، من (10 – 11) مارس، كلية الإعلام والاتصال، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

السيد، عبد المنعم. (2013). الخجل والوحدة النفسية وجودة الصداقة لدى طلاب الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين للفيسبوك. *مجلة الطفولة والتربية*. *13*(5)، 293-321.

شاهين، محمد. (2013). إدمان الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس، 36*(3)، 139-153.

الشراري، مساعد. (2013). *استخدام طلبة المرحلة الثانوية بالسعودية لشبكات التواصل الاجتماعي وتأثيراتها على تحصيلهم الدراسي: «الفيسبوك نموذجاً»*. [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة اليرموك. إربد.

عبد الرازق، انتصار؛ والساموك، صفد. (2011). *الإعلام الجديد*. بغداد: الدار الجامعية للطباعة والنشر والترجمة.

العرير، محمد مصباح. (2010). *الصحة النفسية لدى أمهات متلازمة داون في قطاع غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات*، [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

علي، محمد. (2010). *مقياس إدمان الإنترنت لدى طلاب الجامعة الموهوبين*. عمان: دار الصفاء للنشر.

العمار، خالد. (2014). إدمان الشبكة المعلوماتية الإنترنت وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة دمشق. *مجلة جامعة دمشق، 30*(1)، 395-438.

عمار، صلاح. (2010). أنماط ودافع استخدام الشباب المصري للفيس بوك، *مجلة الأهرام*، 22.

عوض، رشا. (2014). *آثار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التحصيل الدراسي للأبناء في محافظة طولكرم من وجهة نظر ربات البيوت*. [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

القاضي، عدنان محمد. (2012). الذكاء الوجداني وعلاقته بالاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية، جامعة تعز، *المجلة العربية للتفوق، (4)*، 26-80.

القحطاني، مريم. (2019) بناء مقياس لقيم المواطنة الرقمية لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، *مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية*، الجامعة الأردنية، *85*(3)، 48.

نصرالله، عمر. (2010). *تدني مستوى التحصيل الدراسي والإنجاز المدرسي*. عمان: دار وائل للنشر.

ونجن، سميرة. (2014). التحصيل الدراسي بين التأثيرات الصفية ومتغيرات الوسط الاجتماعي، *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، 1*(4).

يونس، بسمة. (2016). *إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة*، [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.

Boyd, D., & Ellison, N. (2010). Social Network sites, Definition, History and scholarship, *Journal of Computer-Mediated Communication, 13*(1), 201-230.

Matsue, C. (2014). Psychological predictors of addictive social networking sites use: The case of Serbia. *Computers in Human Behavior*, 32, 229- 234

Paul, J. A., Baker, H. M., & Cochran, J. (2012). Effect of online social networking on student academic performance. *Computers in Human Behavior. 28*(6), 2117-2127.

Schulten, K. (2009). *Do you spend too much time on facebook*? Retrieved from: http://learning.blogs.nytimes.com/2009/12/21d

قدم في: يوليو 2020

أجيز في: أكتوبر 2020