

## إدمان الإنترن特 وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة

### Internet addiction and its relationship to psychological well-being among university students

م.م. أم البنين عبد العظيم حمود

M.M. Umm Al-Banin Abdul-Azim Hammoud

كلية التربية الأساسية – جامعة ذي قار

College of Basic Education – University of Dhi Qar

[baneen.a.h@utq.edu.iq](mailto:baneen.a.h@utq.edu.iq)

قبول البحث: 05/11/2025

مراجعة البحث: 08/10/2025

استلام البحث: 10/09/2025

#### ملخص الدراسة:

يهدف البحث الحالي التعرف على إدمان الإنترنط والتوافق النفسي والعلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة، والتعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)، تكونت عينة البحث من (250) طالب وطالبة من طلبة جامعة ذي قار من الكليات الإنسانية ولكل الجنسين من الدراسة الصباحية للعام الدراسي (2024-2025)، بواقع (125) ذكور و(125) إناث، اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية ، قامت الباحثة بتبني مقياس ادمان الإنترنالملمعد من قبل يونك (Young, 1998) الذي قام بترجمته وتقنيته على البيئة العربية ابراهيم (2019)، يتكون مقياس ادمان الإنترنتمن (20) فقرة، وتبني مقياس اسعد (2020) لمفهوم التوافق النفسي المبني وفق تعريف ونظرية روجرز الذي يتكون من (28) فقرة وقد تم اعتماد تدرج ليكرت الخماسي بوضع (5) بدائل للإجابة، كما تم حساب الصدق والثبات للفرئات، واستعملت الباحثة الوسائل الإحصائية التي حسبت بواسطة برنامج الحاسوب الآلي (SPSS) هي: اختبار (كا2) مربع كاي، الاختبار الثاني لعينة واحدة، الاختبار الثاني T-Test لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، معادلة الفا - كرونباخ للاسق الداخلي، تحليل الانحدار البسيط، وكانت أبرز النتائج كما يأتي: ان طلبة الجامعة لديهم إدمان الإنترنط، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان الإنترنتمين (ذكور - إناث)، ولصالح الذكور، ان طلبة الجامعة لديهم مستوى مرتفع في التوافق النفسي، عدم وجود فروق ذات دلالة

العينة قل التوافق النفسي لديهم والعكس صحيح.

**الكلمات المفتاحية:** إدمان الإنترنت، التوافق النفسي، طلبة الجامعة.

## Abstract

The current research aims to identify Internet addiction and psychological adjustment and the relationship between them among university students, and to identify statistically significant differences according to the gender variable (males - females). The research sample consisted of (250) male and female students from Thi Qar University from the humanities colleges for both sexes from the morning study for the academic year (2024-2025), with (125) males and (125) females, chosen randomly. The researcher adopted the Internet addiction scale prepared by Young (1998), which was translated and standardized in the Arabic environment by Ibrahim (2019). The Internet addiction scale consists of (20) paragraphs, and the Asaad scale (2020) was adopted for the concept of psychological adjustment based on Rogers' definition and theory, which consists of (28) paragraphs. The five-point Likert scale was adopted by placing (5) alternatives for the answer. The researcher also calculated the Validity and reliability of the paragraphs, and the researcher used the statistical methods that were calculated by the automated computer program (SPSS): Chi-square test (Ka2), T-test for one sample, T-test for two independent samples, Pearson correlation coefficient, Alpha-Cronbach equation for internal consistency, simple regression analysis, and the most prominent results were as follows: University students have Internet addiction, there are statistically significant differences in Internet addiction between (males - females), in favor of males, University students have a high level of psychological adjustment, there are no statistically significant differences in psychological adjustment between (males and females), the relationship between Internet addiction and psychological adjustment is an inverse significant relationship, meaning that the more Internet addiction increases for the sample individuals, the less psychological adjustment they have and vice versa.

**Keywords:** internet addiction, psychological adjustment, university students.

### مشكلة البحث:

استمدت الباحثة مشكلة البحث الحالي من خلال استعراض الدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين إدمان الإنترنت والعديد من المشكلات؛ إذ أصبح استخدام الإنترنت عاملًا أساسيًا في حياة أفراد المجتمع بشكل عام، وحياة طلبة الجامعات بشكل خاص، وبما أن أغلب الطلاب يستخدمون الإنترنت، فقد يزداد هذا الاستخدام مع تقدم أعمار مستخدمي هذه التقنية .(Wartella & Jenings, 2001; 59–69)

(9) من أفراد عينة الدراسة، وكذلك أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الإنترن特 والعزل الموضوع، ومنها دراسة (الحوسي، 2011)، التي أشارت إلى أن نسبة انتشار الإدمان على شبكة الإنترنط بلغت حوالي 44.9%، وادمان الفرد على شبكة الإنترنط يعد أحد سلبيات الاستخدام المفرط، والمبالغ فيه. وتناولت العديد من الدراسات هذا

الاجتماعية لدى طلاب جامعة نزوى بسلطنة عمان. وفي دراسات أخرى مثل دراسة (الطروانة والفنيخ، 2012)، و(القرني، 2011)؛ و(كردي، 2009)؛ و(مقدادي وسمور، 2008)] فقد أشارت النتائج فيها إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين الإدمان على شبكة الإنترنت وكل من: الاكتئاب، والقلق، والوحدة النفسية، والذكاء الانفعالي، والتكيف الاجتماعي، ومهارات الاتصال. (الزيدي، 2014: 17).

ونظراً لما يسببه الإدمان على الإنترنت عند طلبة الجامعات من مشكلات متعددة؛ كإضاعة الوقت، واستنزافه بسبب التصفح القهري، والتعلق وال الحوار غير الهدف (الدردشة)، ومشكلات في النوم والأرق والتعب، فإن هذا ربما ينعكس أيضاً على حياتهم الجامعية، ويعزلهم عن المشاركة في الحياة الاجتماعية (Bonebrake, 2002: 551).

ويمكن النظر إلى التوافق النفسي من زاويتين: الأولى تعتبر عملية مستمرة يقوم بها الفرد، بما في ذلك مواجهة العوامل الضاغطة والتغيرات في بيئته الشخصية والاجتماعية، والثانية تعتبر حالة يحاول الفرد الوصول إليها من أجل الحصول على السمات والجوانب الإيجابية المرغوبة، وعندما يتحققها يمكن وصفه بأنه متأقم (Erdes, & Mallinckrodt, 1994)، كما يشمل التوافق النفسي تلبية احتياجات الفرد ودواجهه بما لا يتعارض مع المعايير والقيم الاجتماعية ولا يضر الآخرين أو المجتمع. والفرد المتواافق نفسياً إيجابياً هو الذي يتمكن من تحقيق التوازن بين كل هذه القضايا، خاصة أن التطابق عملية ديناميكية مستمرة تعبّر عن قدرة الفرد على حل صراعاته وتوتراته الداخلية بشكل مناسب، مما يجعله يشعر بالأمان والرضا عن النفس والثقة بالنفس والكفاءة والتقدير والفخر (Engelberg & Sjoberg, 2004: 502)، ويحدث سوء التوافق عندما يعجز الفرد عن إقامة التوازن والانسجام بينه وبين بيئته وبين نفسه، وعجزه عن حل مشكلاته اليومية على اختلافها بصورة ملائمة وواقعية، وأن الاستخدام القهري والمترáيد للإنترنت لدى بعض الأفراد ما هو إلا محاولة للتكييف السلبي، والهروب من مواجهة مشكلاته (Lanthier & Windham, 2004: 591-606).

ومن هنا تتجلى مشكلة هذه الدراسة من خلال اطلاع الباحثة على نتائج الدراسات السابقة، وكذلك، نتيجة للاحظة الباحثة الواقع الفعلي، وللمحيطين بها في المجتمع، فقد تبين لها أنهم يقضون ساعات طويلة أمام شبكة الإنترنت دون هدف محدد، مما يؤدي إلى التأثير على علاقتهم الاجتماعية وعدم التوافق النفسي والهروب من حل المشكلات التي تعرّض طريقهم للوصول

إلى النجاح، وإلى عدم قدرتهم على التكيف والتواصل مع الأفراد المحيطين بهم، وكذلك التأثير على التحصيل الدراسي لفئة

الطلاب منهم. ومن هنا تضع الباحثة جملة من التساؤلات الآتية:

- التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين إدمان الإنترنوت والتواافق النفسي لدى طلبة الجامعة؟.
  - التعرف على إدمان الإنترنوت لدى طلبة الجامعة؟.
  - التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في إدمان الإنترنوت لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور - إناث)؟
  - التعرف على التواافق النفسي لدى طلبة الجامعة؟.
  - التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التواافق النفسي لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور - إناث)؟

### أهمية البحث:

يعد الإنترت من أكثر الوسائل التكنولوجية أهمية في وقتنا الحاضر، وذلك لما له من خدمات واسعة يمكن الاستفادة منها، إذ تتيح الكثير من الفرص للمستخدم للحصول على كافة المعلومات المطلوبة بأسرع وقت حيث يتم نقل المستخدم إلى عالم غني بالمعلومات حسب حاجة المستخدم حيث تمثل مصدر هام للمعلومات تساعد الطلبة والباحثين في تلبية احتياجاتهم ومتطلباتهم الدراسية والبحثية ولمعرفة التطورات والاستكشافات، وكذلك لاستخدامات الأخرى مثل التسوق وال العلاقات والاتصالات بالأفراد في الأقطار الأخرى والثقافات المختلفة، وهذا ما جعل الاهتمام بالإنترنت موضوع الساعة في تطوره وقفتة النوعية الدقيقة. حيث تساعد الطلبة في التعلم عن بعد ومجالسة زملاءه في الصف وهو في البيت، ومواكبة العصر، والتأثير الفعال في استثمار القدرات العقلية للإنسان المعاصر. ولأهمية الاندeman على الإنترت فقد اهتمت بها العديد من الدراسات منها دراسة كمبرلي يونغ وروبرت رودجر التي جرت على عينة من المراهقين، والتي أكدت نتائجها إلى أن الذكور هم الغالبية المعتمدة على الإنترت، وهم على مستوى عالي من الاعتماد الذاتي والتفاعلية والعاطفية واليقظة؛ فهناك اجماع من قبل الباحثين على أن تكنولوجيا الاتصال الحديثة وعلى راسها شبكة الإنترت فتحت عصراً جديداً من عصور الاتصال والتفاعل بين البشر، ووفرة كم هائل من المعلومات والمعارف لمستخدميها (scherer, 1996: 665).

ولأهمية دراسة التوافق النفسي أثر كبير في الميدان التعليمي وكذلك الصحة النفسية لكون ان الفرد في الإطار التعليمي والتربوي لا يمكنه أبداً الوصول الى درجة من التحصيل دون ان يكون متوافقاً نفسياً، بحيث أن تناقض وظائفه النفسية وثباته الوجداني والانفعالي يدعوه الى استشارة دوافعه نحو الإنجاز والتحصيل وتلبية حاجاته في النجاح والتفوق (مؤمن، 2012: 89).

كما أن التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة الجامعة من أهم المتغيرات التي تناولتها العديد من الدراسات والبحوث النفسية والاجتماعية لما له من أهمية في نجاح الطالب دراسياً وعملياً في مقبل حياته وفي مستقبله، ففي دراسة عبد الرحمن (٢٠١٢) التي هدفت إلى الكشف عن قياس مستوى التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي لدى الطلبة، وتكونت العينة من (٥٠) طالب وطالبة من جميع كليات الجامعة المدينة العالمية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التوافق بفروعه الثلاثة يتسم بالإيجابية، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق تعزى لمتغير الجنس (طلاب - طالبات). ومن هنا فإن أهمية البحث تتجلى في انه يتناول شريحة مهمة كما وانه يسلط الضوء على ظاهرة لم تأخذ نصيبها من الدراسة ويمكن ان تتضح اهميتها من خلال:

#### الاهمية النظرية والتطبيقية

1. أهمية فئة البحث التي تمثل في طلبة الجامعة الذي يقع على عائقهم قيادة المجتمع في المستقبل وتحقيق التنمية وما يوليه المجتمع للشباب الجامعي من اهتمام يظهر فيما ينفقه المجتمع من ناتج الدخل القومي على الجامعات لتحسين مخرجاتها الأكademie وغيرها.
2. ترجع أهمية البحث الحالي من خلال بروز نوع جديد من الإدمان ليس بالاستنشاق أو الابتلاع أو بالحقن بل اخطر من ذلك كله هو إدمان الإنترنت.
3. توفر اطار نظري لتقسيم المتغيرين جمعت فيه اراء حديثة تعرض لعرض النظريات برؤى مقبولة.

#### الاهمية التطبيقية

1. يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة عند تصميم برامج الإرشاد الفردي والجماعي وبرامج التدخل المهني التي تتفذ في الجامعات لخدمة الطلبة في المرحلة الجامعية.

**اهداف البحث:** يهدف البحث الحالى الى التعرف على:

1. إدمان الإنترنطلى طلبة الجامعة .
  2. الفروق ذات الدلالة الاحصائية في إدمان الإنترنطلى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور - إناث) .
  3. التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة .
  4. الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور - إناث) .
  5. العلاقة بين إدمان الإنترنط والتغافل النفسي لدى طلبة الجامعة .

بيان حملة الاختبار

1. الحدود الموضوعية: إدمان الإنترنوت والتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة.
  2. الحدود البشرية: طلبة جامعة ذي قار من الكليات الإنسانية ولكل الجنسين من الدراسة الصباحية.
  3. الحدود المكانية: جامعة ذي قار.
  4. الحدود الزمنية: (2024 – 2025).

## خامساً/ تحديد المصطلحات:

## اولاً/ ادمان الانترنت : Internet Addiction

- يونغ (young.1996) بأنه اضطراب السيطرة على الاندفاعة في استخدام الإنترن特 والذي لا يتضمن السكر أو فقد الوعي: (young.1996; 239).

قدما في استخدامه بشكل مفرط إلى الحد الذي يواجه فيه عواقب إشكالية لها تأثير سلبي على حياته ( Bozoglan, 2017: 23 ) . بوزوجلان (2017) يؤمن الإنترت على أنه حالة فقد فيها الفرد السيطرة على استخدامه للإنترنت والممضي

- التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف يونغ (young 1996,a) تعريفاً نظرياً للبحث.
- التعريف الاجرائي: (هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس إدمان الإنترنطي البحث الحال).

## ثانياً التوافق النفسي : Psychological adjustment

- روجرز (١٩٧٠) بأنه: (هو عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته

، وهذا التوازن يتضمن تحقيق السعادة مع النفس والرضا عنها وإشباع الدوافع وال حاجات الداخلية الأولية والفطرية

والعضوية الفسيولوجية والثانوية المكتسبة) (الفخراني، ٢٠١٤: ٢٩٤).

- حبيب (٢٠١٨): جملة من العمليات ذات الطبيعة الديناميكية التي يقوم بها الفرد بنشاط معين متأثراً بالوسط الذي يعيش من أجل إشباع حاجاته النفسية وحفظ اتزانه والشعور بالحرية في التخطيط للأهداف والسعى لتحقيقها والتخلص من التوتر الداخلي لديه الذي ينجم عن عدم إشباع تلك الحاجات وإن الحاجات الأساسية تظهر عندما يفشل توازن البيئة الداخلية في جسم الإنسان. (حبيب، ٢٠١٨: ٧٤)

- التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف روجرز (١٩٧٠) تعريفاً نظرياً لمفهوم التوافق النفسي.

- التعريف الاجرائي: (هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس التوافق النفسي في البحث الحالي).

إطار نظري ودراسات سابقة:

أولاً : مفهوم إدمان الإنترنيت:

يذكر أن أول من وضع مصطلح «إدمان الإنترنيت» (Internet Addiction) هي عالمة النفس الأمريكية كيمبرلي يونغ (Kimberly Young) التي تعد من أولى أطباء النفس الذين عكفوا على دراسة هذه الظاهرة في الولايات المتحدة منذ عام ١٩٩٤م. وتعرف يونغ (Young) إدمان الإنترنيت بأنه استخدام الإنترنيت أكثر من 38 ساعة أسبوعياً كما أنها قامت عام ١٩٩٩م بتأسيس إدارة مركز الإدمان على الإنترنيت (Center for Online Addiction) لبحث وعلاج هذه الظاهرة، وقد أصدرت كتابين حول هذه الظاهرة هما الواقع في قبضة الإنترنيت (Caught in the Net)، والتورط في الشبكة (Tangled in the Web)، وعرف كل من (Young & Rogers, 1998; 25-28)، بإدمان الإنترنيت بأنه اعتماد عقلي على الإنترنيت يتميز بإنفاق الوقت والمال على الأنشطة المتعلقة بالإنترنيت بطريقة مفرطة، والشعور غير السار في حالة عدم الاتصال بالإنترنيت مثل التوتر والغضب.

وكانت يونغ (Young) قد قامت في التسعينيات بأول دراسة مونقة عن إدمان الإنترنت، شملت حوالي 500 مستخدم للإنترنت تركزت حول سلوكهم أثناء تصفحهم شبكة الإنترنت، حيث أجاب المشاركون في الدراسة بنعم على السؤال الذي وجه لهم وهو: عندما تتوقف عن استخدام الإنترنت هل تعاني من أعراض الانقطاع كالاكتئاب، والقلق، وسوء المزاج؟ وقد جاءت في نتائج هذه الدراسة أن المشمولين في هذه الدراسة قضوا على الأقل حوالي 38 ساعة أسبوعياً على الإنترنت مقارنة بحوالي خمس ساعات فقط أسبوعياً لغير المدمنين. كما أشارت الدراسة، أن من يمكن وصفهم بمدمني الإنترنت، لم يتصلوا في الإنترت من أجل الحصول على معلومات مفيدة لهم في أعمالهم أو دراساتهم، وإنما من أجل الاتصال مع الآخرين والدردشة معهم عبر الإنترت (الزaid، 2009: 37).

#### أسباب إدمان الإنترت:

الأسباب التي تدفع بمستعمل إدمان شبكة الإنترت إلى الوقوع في براثن الإدمان على الإنترت ستجد بعضاً منها تمثل في :

- 1- ضعف على كيفية التعامل مع الضغوط الحياتية اليومية.
- 2- ضعف على مواجهة المشكلات .
- 3- ضعف على شغل وقت الفراغ بهوايات متنوعة.
- 4- ضعف على إقامة علاقات اجتماعية جيدة بسبب الخجل أو الانطواء على النفس.
- 5- الشعور بالخواص النفسي، والوحدة.
- 6- الهروب من الواقع بضرب من الخيال في علاقات تتقى فيها الحميمية مع الآخر، وتجنب مواجهة الآخر، وجهاً لوجه سواء كان الآخر الأسرة أو الزوجة.
- 7- المعاناة من بعض الاضطرابات النفسية المتمثلة في الاكتئاب، القلق، اضطرابات النوم، التلعثم، الرهاب الاجتماعي ..... وغيرها من الاضطرابات والامراض النفسية والهروب من مداوتها على يد متخصصين .
- 8- الافتقار إلى الحب، والعاطفة، والبحث عنه من خلال النت.
- 9- الإغتراب النفسي، الهروب من الواقع، وما يحيط به من أعراف، وتقالييد، وقوانين منظمة تفرض ضرورةً من القيود على الأفعال، والكلام مما يدفع الشخص إلى الانفصال عن خلجانه، ونفسه، والدخول في شخصية أخرى من ضرب خياله

(تاقض وجاني) يعمل على عدم نضج الشخص، ويعوق نموه النفسي، وغيرها من المسببات التي تدفع بالفرد إلى الإدمان

على شبكة الإنترنت. (هاني، 2012: 10)

أعراض إدمان شبكة الإنترنت:

هناك عدة أعراض لإدمان شبكة الإنترنت وهي كالتالي:

- 1.قضاء ساعات طويلة على شبكة الإنترنت بشكل يتعارض مع أداء المهام اليومية، واتخاذ القرارات، وأكثر من الوقت المعتم.
2. الإحساس بالعجز عند خفض عدد ساعات الاستخدام.
3. الانهيار الكامل في شبكة الإنترنت.
4. الإحساس بالقلق، والكآبة عند التوقف لأيام عن استخدام شبكة الإنترنت. (القبس، 2010: 43).
5. الشعور بالفزع أو الضجر أو الاكتئاب عندما يكون غير قادر على استخدام الكمبيوتر والاتصال بشبكة الإنترنت أو عندما يغادر من استخدامه. (جاد، 2006: 8)

وقد لاحظ الباحثون أن الذكور أكثر عرضه من الإناث لهذا الخطر، وأن كل من يتجاوز استخدام شبكة الإنترنت (20) ساعة أسبوعياً، تتزايد لديه احتمالات الإدمان. (القبس، 2010: 43).

طرق الوقاية من ادمان الانترنت :

هناك بعض من المهارات المعرفية السلوكية التي تمكن الفرد من كسر قيود السلوك الإدماني والتحرر منه من خلال :

- 1- على الفرد أن يحرر نفسه من النمطية في حياته.
- 2- على الفرد أن يدرك نفسه على أسلوب حياة صحي، في مواعيد النوم، والاستيقاظ ومواعيد لتناول الوجبات دون اسقاط بعض الوجبات.
- 3- تعلم المزيد من المهارات المختلفة: رسم، عزف على آلة موسيقية، تعلم حرف من الحرف، أو الاشتراك في الاعمال الخيرية أو التطوعية، أو الانشطة الاجتماعية من خلال منظمات وجمعيات المجتمع الأهلي .
- 4- ان يخطط الفرد لممارسة مجموعة من الانشطة المشتركة مع الاصدقاء او افراد الأسرة.

5- ان يخطط الفرد لتكوين نسيج اجتماعي من العلاقات مع الاخرين، ويدعم العلاقة مع الآخر بشكل يوثر على الفرد ويخوجه من عزلته.

6- ان يقوم فكرة الجلوس أمام شاشة الكمبيوتر بكل عزم، وقوة بإرادة قوية واعية من خلال الالهاء السلوكي ، والذهني فعندما يشعر الفرد بحاجة ملحة للجلوس أمام شاشة الكمبيوتر يقوم ببعض من الأعمال، والأنشطة اليدوية.

7- ان يتعلم الفرد أو يدرب نفسه على مهارات الاسترخاء البدني ، والذهني ، وممارسة رياضة التأمل لراحة الجهاز العصبي ، وتجديد الطاقة البدنية ، والذهنية.

8- يفضل في النهاية أن يستعين مريض الإدمان على الإنترنت طلب المساعدة من الاختصاصي النفسي المدرب على علاج الإدمان لمساعدة المريض على الخروج من براثن الإدمان ، والعودة للتعافي منه من خلال البرامج العلاجية المتنوعة ، وبرامج العلاج الجماعي ، ومنع الانتكاسة والتأهيل للعودة مرة أخرى معافي من السلوك السلبي . (فخري ، 2008: 5)

#### الاتجاهات المفسرة لإدمان الإنترنت:

هناك تفسيرات نظرية متعددة للأسباب المؤدية إلى إدمان الإنترنت ، هذه النظريات تعتمد في تفسيرها على التفسيرات لإدمان الإنترنـت:

1. التفسير الطبي لإدمان الإنترنـت: يفسـر إدمـان الإنـترنـت طـبيـاً عـلـى أـسـاسـ العـوـاـمـلـ الـجـيـنـيـةـ الـوـرـاثـيـةـ ،ـ وـالـتـغـيـرـاتـ الـكـيـمـيـائـيـةـ التي تحدث في المخ والناقلات العصبية التي تحكم في سلوك الفرد فتجعله عرضة لإدمان الإنترنـت ، حيث يساهم السيروتونين في تشـيـطـ السـلـوكـ وـيـؤـثـرـ الدـوـيـامـينـ عـلـىـ التـعـلـمـ وـالـتـحـفيـزـ ،ـ وـتـؤـثـرـ بـنـيـةـ الـدـمـاغـ أـيـضـاـ عـلـىـ تـطـورـ الإـدـمـانـ وـالـسـلـوكـيـاتـ الـقـهـرـيـةـ ،ـ لـذـكـرـ وـجـدـ أـنـ الـأـفـرـادـ الـذـيـنـ يـعـانـونـ مـنـ إـدـمـانـ الإنـترـنـتـ لـدـيـهـمـ مـادـةـ رـمـادـيـةـ أـقـلـ فـيـ منـاطـقـ الـقـشـرـةـ الـحـازـمـيـةـ الـأـمـامـيـةـ ،ـ وـالـخـلـفـيـةـ الـيـسـرىـ للـدـمـاغـ (Petry et al, 2018; 399-423)

2. التفسير السلوكي: يقوم هذا التفسير على دراسة سكرن للاشتراط الاجرائي ، فالفرد يقوم بالسلوك ويحصل على الثواب أو العقاب ، وفقاً لنوعية السلوك ، وكذلك فإن الإنترنـتـ يـعـطـيـ العـدـيدـ مـنـ الـمـكـافـآـتـ مـثـلـ التـسـلـيـةـ ،ـ وـالـمـرـحـ وـالـمـتـعـةـ وـالـإـثـارـةـ وـالـحـبـ والـارـتـياـحـ الـنـفـسـيـ ،ـ وـالـجـسـديـ ،ـ وـأـيـضـاـ الـهـرـوبـ مـنـ الـمـشـكـلـاتـ الـحـيـاتـيـةـ ،ـ كـلـ هـذـاـ يـعـتـبـرـ مـنـ مـعـزـزـاتـ السـلـوكـ لـدـىـ الـفـردـ ،ـ وـكـلـ مـاـ

يشعر الفرد بالضيق أو التوتر أو الرغبة يسعى وراء هذه المعززات عن طريق الإنترن트 وبهذه الطريقة تتكون العادة وتحول إلى إدمان (خطاب، 2018: 49-50).

3. **التفسير المعرفي السلوكي**: يعتمد التفسير المعرفي السلوكي على الربط بين الإدراك غير القادر على التكيف وأنماط التفكير والمعتقدات والسلوكيات السلبية، باستخدام هذا التفسير، قد يجد الأشخاص الذين يعانون من تشوهات معرفية فيما يتعلق بالصورة الذاتية، والتي تتمثل في الشك بالذات، وانخفاض كفاءة الذات، وتقدير الذات السلبي أن إخفاء هوياتهم على الإنترن트 أمراً جذاباً، وينتحلون شخصيات عبر الإنترن트 من أجل التعويض عن أوجه القصور المتصورة. (Young, 2009: 241-246).

4. **التفسير الاجتماعي والثقافي**: يختلف الإدمان بشكل عام باختلاف الجنس والعمر والديانة المستوي والاقتصادي والاجتماعي والوطن والانتماء المعرفي، فعلى سبيل المثال إدمان الكحول أكثر انتشاراً بين أفراد الطبقات المتوسطة اجتماعياً واقتصادياً، ومن الممكن أن يكون مدمن الإنترن트 يبحث عن حرية التعبير عن المشاعر، والهروب من المشكلات، وإشباع الرغبات التي يصعب إشباعها في الواقع (خطاب، 2018: 50).

5. **التفسير التكاملی**: (الاستعداد- الاستهداف- المرض) يفسر هذا الاتجاه إدمان الفرد للإنترن트 بأنه نتاج عدة عوامل مهيئه (شخصية- انفعالية- اجتماعية- بيئية) تجعل لديه الاستعداد، ومستهدف لإدمان الإنترن트 فهناك عوامل شخصية وأسرية واجتماعية معينة تجعل هذا الشخص دون غيره يدمن الإنترن트، فقد وجد أن الذكور يلجئون لاستخدام الإنترن트 بالقوة، والمكانة، والسيطرة، والمتعة مما يجعلهم يدخلون على الواقع التي تشبع هذه الحاجات، فنجدهم أكثر دخولاً على موقع مصادر المعلومات، والألعاب الإلكترونية خاصة العدوانية منها، وحجرات الدردشة الجنسية الصريحة، والأفلام الخليعة، بينما الإناث أكثر دخولاً على موقع الدردشة من أجل عقد الصداقات مع نفس الجنس أو مع الجنس الآخر لإشباع الحاجة إلى الحب والمشاركة الاجتماعية (أرنوطة، 2004: 233).

**ثانياً/ مفهوم التوافق النفسي:**

يعد التوافق النفسي من المفاهيم الأساسية في الصحة النفسية حيث أن جميع سلوكيات الإنسان الناجحة أو الفاشلة ما هي إلا محاولات للتوافق من أجل خفض ما يعنيه من توتر وصراع فالفرد يحاول دائماً إثناء نشاطه أن يحصل على حالة مرضية أو

حالة إشباع لدفوعه، ولكن كثيراً ما يصطدم بعقبات وصعوبات وموانع وهو بذلك معرض لإحباطات عديدة تفقده حالة التوازن الانفعالي، لذلك يجب على الفرد أن يغير سلوكه أو طريقة معالجته للمشكلة ليكون أكثر فعالية مع الظروف المؤثرة حتى تتحقق أهدافه ويخفف من حدة التوتر النفسي وبذلك يستعيد حالة الاتزان والانسجام ويمهد السبيل أمام استمرار النمو، ويعد مفهوم التوافق من المفاهيم الأساسية في علم النفس بصفة عامة، وفي الصحة النفسية بصفة خاصة، إذ أن معظم سلوك الفرد هو محاولات من جانبه لتحقيق التوافق النفسي ودفافع السلوك، ومن أهم الشروط التي تتحقق التوافق النفسي إشباع دفافع السلوك وحاجات الفرد وهذه من أهم العوامل المباشرة لإحداث التوافق النفسي حيث يعتبر موضوع الدافع أو القوى الدافعة للسلوك بصفة عامة من الموضوعات الهامة في علم النفس؛ لأن الدافع بطبيعة الحال هي التي تفسر السلوك (زهران، 2002: 42).

لذا تختلف وجهات النظر حول تحديد مفهوم التوافق النفسي وتعريفاته وسوف نتناول فيما يلي بعض المفاهيم للتوافق النفسي ومنها: تري الحضري (1987) مفهوم التوافق النفسي بأنه محصلة معقدة لعلاقة جدلية بين الذات بكل خبراتها السابقة وإمكاناتها العقلية والنفسية وطموحاتها وبين العناصر والمعطيات الموضوعية. كما يدركها الإنسان في المواقف المختلفة ويتوافق الفرد عادة في المواقف التي يدركها على أنها مسيرة لتوظيف إمكاناته وداعمة لتحقيق طموحاته فمفهوم التوافق نسبي بالنسبة للأفراد وللتثقافات والمواقف المختلفة لفرد الواحد في الثقافات الواحدة فالتوافق ليس حالة نفسية ثابتة وإنما هو حالة نسبية محكومة دائماً بديناميات العلاقات الجدلية بين الذات والمواقف التي تكون فيها (الحضري، 1987: 25)، ويرى وولمان التوافق النفسي أنه يشير إلى التوازن بين الوظائف المختلفة للشخصية مما يتربّ عليه أن يقوم الأجهزة النفسية بوظائفها بدون صراعات شديدة (كافافي، 1990: 17).

#### النظريّة المفسّرة للتّوافق النفسي:

النظريّة الإنسانية (نظريّة العلاج المتمركّز حول العميل): تذهب هذه النّظرية إلى أن المحدد الأساسي والمهم للسلوك هو عملية إدراك الإنسان له أو الطريقة التي يدركها الفرد المحيط، حيث رأى روجرز (Rogers, 1989) الهدف منه هو تحقيق الذات، كما يرى أيضاً أن التوافق عبارة عن مجموعة من المعايير تكمن في قدرة الفرد على الثقة بمشاعره، الإحساس بالحرية والانفتاح على الخبرة (محمد، 2004: 27)، ويرى روجرز (Rogers, 1989) أن التوافق يرتبط بتحقيق الذات، وأن التوافق والانسجام يتحقق للفرد عندما تكون الذات المثالية (Self-Ideal) والذات الحقيقية (Real-Self) على استقامة واحدة، وهذا

يعني أنه إذا كان مفهوم الذات إيجابياً لدى الفرد يكون أكثر قدرة على التعامل مع مصادر الضغوط، أما إذا كان مفهوم الذات سلبياً فإن الفرد يدرك الموقف على أنه يمثل تهديداً وخطراً على مستوى التوافق لديه، ومن ثم يكون عرضة للضغط والضيق والقلق (بوشاتي، 2013: 308).

ويرتبط اسم روجرز (Rogers) بالاتجاه الإنساني في علم النفس الحديث (علم النفس الإنساني) أو القوة الثالثة في علم النفس، هذا الاتجاه الذي يعارض التحليل النفسي الذي يمثل وجهة النظر المتشائمة التي يتحرك فيها السلوك بغراائز الجنس والعدوان، من جهة ثانية فإنه يعارض وجهة النظر السلوكية التي بسطت الإنسان واعتبرته بمنزلة آلة، وقد ظهر هذا الصراع بين روجرز والسلوكية في المناظرة الشهيرة خلال الاجتماع السنوي لرابطة علماء النفس الأميركيان في شيكاغو عام (1955)، بالمقابل فإن روجرز يتفق مع وجهة النظر الوجودية في علم النفس التي تمثل الاتجاه الظاهري الذي يركز على خبرات الأشخاص ومشاعرهم وقيمهم، لقد طور (روجرز) طريقته في العلاج المتمركز حول المتعامل (العميل)، والتي سماها في أواخر حياته المهنية باسم العلاج المتمركز حول الشخص، وقد مرت نظرية (روجرز) في ثلاثة مراحل أثناء تطورها وهي: الأولى: من عام 1940-1950 وهي فترة العلاج غير المباشر، والثانية: من عام 1950-1957 وهي فترة العلاج المتميز بعكس المشاعر، والثالثة: من عام 1957-1970 وهي فترة العلاج المتمركز على الخبرات (عبد الله، 2012: 64).

الدراسات السابقة: اولاً/ ادمان الانترنت:

• دراسة الحساني (2022) إدمان الانترنت لدى عينة من طلاب كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية: هدف البحث إلى التعرف على بعض المتغيرات الديموغرافية التي يمكن أن تؤثر على مستوى إدمان الانترنت لدى عينة من طلاب كلية التربية، مثل النوع، والجنس، والتخصص، ومحل الإقامة، تكونت عينة البحث من ٤٠٠ طالباً وطالبة، ٣٨ من الذكور، ٣٦٢ من الإناث، من طلاب كلية التربية بقنا، جامعة جنوب الوادي، استخدم البحث الأدوات الآتية: مقياس إدمان الانترنت إعداد (أرنو، ٢٠١٣)، استمارة البيانات الديموغرافية إعداد (الباحثة)، وقد توصلت نتائج البحث إلى ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالب الذكور والإناث على مقياس إدمان الانترنت لصالح الذكور، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالب الشعب العلمية والأدبية على مقياس إدمان الانترنت لصالح

الشعب الأدبية، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالب ساكنى الحضر والريف على مقياس إيمان الإنترن特 لصالح ساكنى الحضر.

#### ثانياً/ التوافق النفسي:

##### • دراسة أمين ويونس (2023) مهارة حل المشكلات وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة: استهدفت

هذه الدراسة التعرف على علاقة مهارة حل المشكلات بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، وهي من الدراسات الوصفية التحليلية التي استخدمت منهج المسح الاجتماعي بالعينة، تم اختيار عينة عشوائية مكونة من (377) من طلاب الجامعة للإجابة على أدوات الدراسة (مقياس مهارة حل المشكلات - مقياس التوافق النفسي الاجتماعي)، وأشارت النتائج إلى أن مهارة حل المشكلات لدى عينة الدراسة كانت بمستوى متوسط والتوافق النفسي الاجتماعي كان بمستوى مرتفع، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة ضعيفة دالة إحصائياً بين مهارة حل المشكلات والتوافق النفسي الاجتماعي وأبعاده (التوافق الدراسي - التوافق مع الآخرين) مع أبعاد (التوافق الأسري - والتوافق الانفعالي) لدى طلاب الجامعة، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مهارة حل المشكلات والتوافق النفسي الاجتماعي ترجع إلى النوع أو الخصائص الدراسية للعينة (نوع الدراسة - السنة الدراسية) وتوصي الدراسة بتقديم برامج إرشادية وتدخل مهني لتنمية مهارة حل المشكلات لدى طلبة الجامعة.

#### • منهجية البحث

**أولاً: منهج البحث:** أعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الإرتباطي، وذلك لملائمة وطبيعة الدراسة، وعرف هذا المنهج بأنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية مثلاً هي قائمة في الحاضر، بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها، وبين ظواهر تعليمية، او نفسية او اجتماعية آخر، ولا يقف هذا المنهج عند حدود وصف الظاهرة موضوع البحث، وإنما يذهب بعد من ذلك فيحلل ويفسر ويقارن ويقيم آملاً في التوصل إلى تعليلات ذات معنى، بل أن بعض الأبحاث الوصفية ينفذ من الحاضر إلى المستقبل ليحاول أن يلخص تنبؤات بما يحتمل أن يؤتى إليه أمرها، فضلاً عن أنه تشخيص علمي للظاهرة بقدر ما يتتوفر من أدوات موضوعية، ومن التعبير عن هذا التشخيص برموز لغوية ورياضية مضبوطة وفق تنظيم محكم (عيادات، 1996، 289).

ثانياً: مجتمع البحث: إذ يتحدد مجتمع البحث الحالي طلبة جامعة ذي قار في مدينة الناصرية، محافظة ذي قار للعام الدراسي (2023-2024) والبالغ عددهم (16272) طالباً موزعين بواقع (6151) من الذكور ونسبتهم (38%)، و (10121) من الإناث ونسبتهن (62%)، موزعين على الكليات البالغ عددها (20) كلية، والجدول (1) يوضح ذلك.

الجدول (1) توزيع أفراد مجتمع البحث حسب الجنس والتخصص

الكلية	ت	الكلية	الجنس	الذكور	الإناث	عدد الطلبة	الكلية
كلية الطب	1	جامعة ذي قار	ذكور	469	1196	1665	الكلية
طب الاسنان	2		ذكور	114	344	458	الكلية
كلية الصيدلة	3		ذكور	230	568	798	الكلية
كلية التمريض	4		ذكور	35	238	273	الكلية
كلية الهندسة	5		ذكور	922	468	1390	الكلية
كلية الطب البيطري	6		ذكور	79	128	207	الكلية
كلية التربية الرياضية	7		ذكور	445	223	668	الكلية
كلية الزراعة والاهوار	8		ذكور	64	119	183	الكلية
كلية الإدارة والاقتصاد	9		ذكور	864	1023	1887	الكلية
كلية التربية للعلوم الصرفة	10		ذكور	758	1375	2133	الكلية
كلية العلوم	11		ذكور	305	667	972	الكلية
كلية علوم الحاسوب والرياضيات	12		ذكور	168	323	491	الكلية
مجموع العلمي							الكلية
كلية التربية للعلوم الإنسانية	13	جامعة ذي قار	ذكور	1066	1974	3040	الكلية
كلية التربية للبنات	14		ذكور	0	615	615	الكلية
كلية التربية الأساسية	15		ذكور	64	46	110	الكلية
كلية الآداب	16		ذكور	94	179	273	الكلية
كلية القانون	17		ذكور	258	346	604	الكلية

295	177	118		كلية العلوم الاسلامية	18
193	102	91		كلية الاعلام	19
17	10	7		كلية الاثار	20
5147	3449	1698	مجموع الانساني		
16272	10121	6151	المجموع الكلي		

### ثالثاً: عينة البحث:

أختيرت عينة البحث بطريقة عشوائية طبقية وهي أحد الخطوات المهمة للبحث، ولتحقيق أهداف البحث تم اختيار الكليات بشكل عشوائي، وهما (كلية التربية للعلوم الإنسانية، وكلية الآداب)، وعلى أساس ذلك تم اختيار (250) طالباً وطالبة من الكليات المختارة في جامعة ذي قار موزعين حسب النوع منهم (125) من الذكور و(125) من الإناث، وجدول (2) يوضح ذلك.

جدول(2) توزيع عينة البحث حسب الجنس

المجموع الكلي	الجنس		الجامعة
	إناث	ذكور	
250	125	125	جامعة ذي قار

رابعاً: اداتا البحث: مقياس إدمان الإنترنوتالتوافق النفسي: ولغرض التحقق من أهداف البحث الحالي قامت الباحثة بما يأتي:  
اولاً / مقياس إدمان الإنترنيت: قامت الباحثة بتبني مقياس إدمان الإنترنوتالمعد من قبل يونك (Young, 1998) الذي قام بترجمته وتقنيته على البيئة العربية ابراهيم (2019)، يتكون مقياس إدمان الإنترنوتمن (20) فقرة موزعة على خمسة ابعاد، وقد تم تبني تدرج ليكرت الخماسي بوضع (5) بدائل للإجابة على مقياس تقبل الذات وهي (لا اوفق بشدة، لا اوفق، لا اوفق قليلاً، اوفق كثيراً، اوفق تماماً).

ثانياً/ **مقياس التوافق النفسي:** وتبني مقياس اسعد (2020) لمفهوم التوافق النفسي المبني وفق تعريف ونظريه روجرز ، يتكون مقياس التوافق النفسي من (28) فقرة، وقد تم تبني تدرج ليكرت الخماسي بوضع (5) بدائل للإجابة على مقياس التوافق النفسي وهي (تطبيق على دائماً، تتطبق على غالباً ، تتطبق على احياناً ، تتطبق على نادراً، لا تتطبق على ابداً).

• **صلاحية الفقرات:** قامت الباحثة بعرض فقرات مقياس إدمان الإنترنالبالغة (20) فقرة، وفقرات مقياس التوافق النفسي البالغة (28) فقرة على المحكمين والبالغ عددهم (14) محكماً لبيان آرائهم في مدى صلاحية فقرات المقياس على العينة ومدى وضوح التعليمات بالنسبة للعينة وبعد جمع الآراء وتحليلها تم الاستبقاء على الفقرات التي حازت على نسبة اتفاق (80%) فما فوق، وحصلت الموافقة على صلاحية جميع الفقرات في قياس ما وضعت من أجله، وهي التي ستحل إحصائياً.

• **تصحيح مقياس ادمان الانترنت:** تم إعطاء لكل فقرة من فقرات مقياس إدمان الإنترنالدرجات تتراوح من (1-5) والبدائل هي: (لا اوفق بشدة، لا اوفق، لا اوفق قليلاً، اوفق كثيراً، اوفق تماماً). يقابلها سلم الدرجات (1-2-3-4-5) وبهذه الطريقة تم حساب الدرجة الكلية لكل مستجيبة على المقياس، فان اعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (100) واقل درجة هي (20) هذا وقد بلغ الوسط الفرضي للمقياس (60) للحكم على عينة البحث.

• **تصحيح مقياس التوافق النفسي:** تم إعطاء لكل فقرة من فقرات مقياس التوافق النفسي درجات تتراوح من (5-1) ووضع للمقياس خمسة بدائل هي (تطبيق على دائماً، تتطبق على غالباً ، تتطبق على احياناً ، تتطبق على نادراً، لا تتطبق على ابداً)، اما درجات التصحيح رتبة تنازلياً (5-4-3-2-1) على التوالي للفقرات الايجابية وعلى العكس منها للفقرات السلبية (1-2-3-4-5)، وقد استخرجت الخصائص السيكومترية كالصدق والثبات وذلك عن طريق مؤشرات الصدق الظاهري، وصدق البناء، اما الثبات فتم حسابه بطريقة اعادة الاختبار والفا كرونباخ، وان المدى لاعلى الدرجات (140) وادنى الدرجات هي (28) وبمتوسط فرضي (84).

**التحليل الاحصائي لفقرات مقياس إدمان الإنترنال:**  
ولغرض إجراء التحليل الإحصائي لفقرات مقياس إدمان الإنترنال، طبق المقياس الذي يتكون من (20) فقرة على عينة مكونة من (250) طالب وطالبة.

**حساب الخصائص السيكومترية للفقرات:**

قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية للفقرات المتمثلة بالقوة التمييزية والاتساق الداخلي (صدق الفقرات) وكالاتي:

#### 1- القوة التمييزية للفقرات (Discrimination Power of Items)

بعد تطبيق المقياس على أفراد العينة البالغ عددهم (250) طالب وطالبة وتصحيح نموذج الإجابة واستخراج كثافة التمييز لشريحة المقياس، يتم ترتيب درجات أعضاء العينة من أعلى مجموع إلى أقل مجموع الدرجات، تم تحديد مجموعتين متطرفيتين للنسب، كل منها بنسبة (27%)، ويكون عدد الطلبة في كل مجموعة من (68) طالباً وطالبة في المجموعة العليا، و (68) طالباً وطالبة في المجموعة الدنيا، واستعملت الباحثة الاختبار التأي (t-test) لعينتين مستقلتين في حساب دلالة الفروق بين متقطعي المجموعتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس، على أساس أن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرة. ومن خلال هذا الاجراء تبين أن جميع فقرات مقياس إدمان الإنترنتميز لا ينتمي لأن قيمها التائية المحسوبة أعلى من التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى (0,05) ودرجة حرية (134).

2-الاتساق الداخلي (صدق الفقرات): تم حساب صدق الفقرات كالاتي:

#### أ-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية :

اعتمدت الباحثة على معامل ارتباط بيرسون لحساب صدق الفقرة بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية، حيث أن درجات الفقرات متراقبة ومتردجة، علماً بأن عينة صدق الفقرات تكونت من (250) طالب وطالبة في البحث الحالي، وقد اتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية، إذ كانت قيم معاملات ارتباطها مع الدرجة الكلية أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.96) بدرجة حرية (248) ومستوى دلالة (0.05).

ب-علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتهي اليه:

استعملت الباحثة هذه الطريقة لإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتهي إليه للتحقق من صحة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس ادمان الإنترنتميز، وذلك باستخدام قيمة هذا المجال كمعيار داخلي، وبعد استخدام معامل ارتباط بيرسون اتضح أن جميع معاملات الارتباط ذات دلالة إحصائية مقارنة بالقيمة الحرجة (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (248)، ومن خلال هذا المؤشر اتضح أن فقرات المقياس تعبّر عن مجالاتها.

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس التوافق النفسي:

قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية للفقرات المتمثلة بالقوة التمييزية للفقرات، وارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

وكالاتي:

### 1. القوة التمييزية للفقرات (Discrimination Power of Items)

طبقت الباحثة المقياس على افراد العينة البالغ عددهم (250) طالب وطالبة وقد قامت الباحثة باستخراج القوة التمييزية وفقاً للخطوات الآتية:

- تم تصحيح استمارات الإجابة لاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس.
- بعد ذلك تم ترتيب درجات أفراد العينة تنازلياً من أعلى درجة كلية إلى أقل درجة كلية.
- حددت المجموعتان المتطرفتان بالدرجة الكلية وبنسبة (27 %) من كل مجموعة إذ اقترح "Kelly" ان يكون عدد افراد كل مجموعة من المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية عند حساب القوة التمييزية للفقرات بنسبة (27 %) من افراد العينة (عودة، 1998: 286)، وبلغ العدد الكلي (136) طالباً وطالبة، الواقع (68) طالب وطالبة في المجموعة العليا و(68) طالب وطالبة في المجموعة الدنيا.
- استعملت الباحثة الاختبار التأي (t-test) لعينتين مستقلتين في حساب دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس، على أساس أن القيمة التأي المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرة، واتضح أن جميع الفقرات مميزة لكونها دالة احصائية، لأن قيمتها التأي المحسوبة أكبر من القيمة التأي الجدولية البالغة (1,96) بدرجة حرية (134) وعند مستوى دلالة (0.05).

### 2. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية:

اعتمدت الباحثة في حساب صدق الفقرة على معامل ارتباط "بيرسون" Person correlation بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية، لكون درجات الفقرة متصلة ومتردجة، علمًا أن عينة صدق الفقرات تتكون من (250) طالب وطالبة في البحث الحالي، واتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) إذ كانت قيم معاملات ارتباطها بالدرجة الكلية أكبر من القيمة الجدولية البالغة (0,098) بدرجة حرية (248) وبمستوى دلالة (0,05).

الخصائص القياسية (السيكومترية) لمقياس ادمان الإنترنوتالتوافق النفسي: أولاً: صدق المقياس:

**أ. الصدق الظاهري:** يتحقق الباحثون من الصلاحية الظاهرية لمقياس ادمان الإنترنمن خلال تحديد تعريف المقياس ومجال سلوكه وكتابة فقرات بناء على مجال سلوك المقياس، وذلك بعد أن توصل خبراء التعليم والعلوم النفسية إلى توافق في الآراء حول صحة سلوك الفقرات التي تقيس ادمان الانترنت.

**ب. صدق البناء:** يقصد بصدق البناء السمات السيكولوجية التي تتعكس أو تظهر في علامات اختبار ما أو مقياس ما، ويمثل البناء سمة سيكولوجية أو صفة أو خاصية لا يمكن ملاحظتها مباشرة، وإنما يستدل عليها من خلال مجموعة من السلوكيات المرتبطة بها (ملحم، 2002: 269).

**ثانياً : ثبات المقياس:**

**أ- طريقة الاختبار - إعادة الاختبار:** لاستخراج الثبات بهذه الطريقة تم إعادة تطبيق المقياس على عينة ثبات مكونة من (30) طالب وطالبة ابتداءً من التطبيق الأول بفواصل (14) يوماً، ثم ارتباط بيرسون ودرجة التطبيقين الأول والثاني، ومعامل ارتباط المقياس (0,85) يشير إلى أنه إذا كان معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني (0.70) أو أكثر، فهذا مؤشر جيد على ثبات الاختبار في مجال التربية وعلم النفس (العيسيوي، 1985: 58).

**ب- معادلة ألفا كرونباخ:** لإيجاد الثبات بهذه الطريقة سحبت (100) استمارة من استمارات العينة الاساسية لمعرفة مدى تأثير ذلك في الثبات باستخدام معادلة كرونباخ، تم استخراج الثبات باستخدام معامل الفا (الفا كرونباخ Cronbach Alpha) والذي اشتقه (كرونباخ) كصورة عامة لمعامل الثبات على اساس معادلة (كيورد - ريتشاردزون) (أحمد، 1981: 82) وهذا النوع من الثبات يحسب معامل اتساق الاسلئة أي قوة الارتباط بين فقرات المقياس وقد بلغت درجة ثبات المقياس بهذه الطريقة (0.88)، وهو معامل ثبات جيد.

**وصف مقياسي إدمان الإنترنوتالتوافق النفسي بصورتهما النهائية :**

يتكون مقياس ادمان الإنترنوتتصورته النهائية من (20) فقرة، ذات التوزيع التقريري، يختار في صورتها المفحوص من خمسة بدائل متدرجة وهي: (لا اوفق بشدة، لا اوفق، لا اوفق قليلاً، اوفق كثيراً، اوفق تماماً)، تتراوح من (1) إلى (5) وفق للبديل الذي يقترب أو يبتعد عن قياس إدمان الإنترنيت، لذا فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المجيب في المقياس تكون درجة وأدنى درجة (20) في حين يبلغ الوسط الفرضي للمقياس (60).

يتكون مقياس التوافق النفسي بصيغته النهائية من (28) فقرة، وقد وضع للمقياس خمسة بدائل وهي (تطبيق على دائم، تطبيق على غالبا، تطبيق على احيانا، تطبيق على نادرا، لا تطبيق على ابدا)، اما درجات التصحيح رتب تنازليا (5-4-3-2-1) على التوالي للفقرات الايجابية وعلى العكس منها للفقرات السلبية (5-4-3-2-1)، وقد استخرجت الخصائص الميكومترية كالصدق والثبات وذلك عن طريق مؤشرات الصدق الظاهري، وصدق البناء، اما الثبات فتم حسابه بطريقة اعادة الاختبار والفا كرونياخ، وان المدى لاعلى الدرجات (140) وادنى الدرجات هي (28) وبمتوسط فرضي (84).

## المؤشرات الإحصائية لقياس إدمان الإنترنت والتوافق النفسي:

قامت الباحثة باستعمال الحقيقة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في استخراج تلك المؤشرات الإحصائية.

#### خامساً: الوسائل الإحصائية :

اعتمدت الباحثة الوسائل الإحصائية التي تلائم البحث وطبيعة أهدافه بناءً على استشارة بعض المختصين في مجال الإحصاء وباستخدام الحقيقة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وشملت الوسائل الإحصائية الآتية :

## 1- معامل ارتباط بیرسون، حيث تم استخدامه:

أ- لإيجاد العلاقة بين المتغيرين.

2- في حساب معامل الثبات بطريقة إعادة اختبار للمقياسين .

### 3- الاختبار الثاني، لعينة واحدة .

#### 4- مربع کای: لاستخراج الصدق الظاهري.

5- الاختبار التائمه لعينتين مستقلتين (t-test) لحساب القوة التمييزية لفترات المقياس.

الهدف الأول: التعريف على ادمان الانترنت طلبة الجامعة:

### جدول (3) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة الثانية لمقياس إدمان الإنترنيت

الدالة (0,05)	القيمة التائية $t$		المتوسط الفرضي	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة						
دالة	1,96	9,443	60	239	19,296	116,524	250	إدمان الإنترنيت

تعزو الباحثة سبب ارتفاع إدمان الإنترنaldi عينة البحث ما أشرنا إليه في الإطار النظري والدراسات السابقة، إذ أشارت يونج في نتائج دراستها لإدمان الإنترنالt أن المشمولين في الدراسة قضوا على الأقل (38) ساعة أسبوعياً على الإنترنالt وقد لاحظ الباحثون إن كل من يتجاوز استخدام شبكة الإنترنالt (20) ساعه أسبوعياً، تتزايد لديه احتمالات الإدمان، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الحساني (2022) التي توصلت إلى أن عينة البحث لديهم إدمان الإنترنالt بمستوى عالي على وفق بعض المتغيرات لديهم.

الهدف الثاني: الفروق ذات الدلالة الإحصائية في إدمان الإنترنالدي طلبة الجامعة وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)، وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائياً أظهرت النتائج ان الوسط الحسابي للذكور (4.04) والانحراف المعياري (0.89) في حين بلغ الوسط الحسابي للإناث (1.66) والانحراف المعياري (0.89) وعند اجراء الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين اظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة (13.13) اكبر من القيمة التائية الجدولية (1.98) عند مستوى دلالة (0.05) لذى توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين (ذكور - إناث)، ولصالح الذكور كما موضح في الجدول (4).

#### جدول (4) القيمة الثانية الجدولية والمحسوبة والوسط الحسابي للجنس (ذكور - إناث)

مستوى الدلالة عند 0.05	القيمة الثانية		درجة الحرية	انحراف معياري	المتوسط الحسابي	العدد	الجنس
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	1.98	13.13	248	0.89	4.04	125	ذكور
				0.89	1.66	125	إناث

وتعزو الباحثة هذه النتيجة التي توصلت إلى أن الذكور أكثر إدمان على الإنترنتمن الإناث، في ضوء الاختلاف بين الجنسين فالطلبة الذكور في هذه الدراسة يميلون إلى استخدام الإنترن特 أكثر من الإناث وهذا يرجع إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية وأساليب التربيةوالوالدية وثقافة المجتمع التي تعطي للذكور مساحة أكبر من الحرية، وقلة الرقابة التي تساعدهم على استخدام الإنترن特 لفترات أطول داخل المنزل وخارجها، وربما يكون السبب هو خصوصية وطبيعة الأنثى في المجتمع العراقي؛ فهي تقوم بالمشاركة في الواجبات المنزلية، وأيضا حرص الأهل على مشاركتها في الزيارات والمناسبات العائلية، وبالتالي لا يكون لديها أوقات فراغ كبيرة على العكس من الذكور، كما أن عادات وتقالييد المجتمع العراقي التي تتبع للذكور التواجد في الأماكن العامة مثل النوادي، ومقاهي الإنترن特، بشكل يومي، مما يتيح لهم فرصة استخدام الإنترن特 أكثر من الإناث، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الحساني (2022) إلى جود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس إدمان الإنترن特 لصالح الذكور.

### الهدف الثالث: التعرف على التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة.

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتحليل درجات عينة البحث المكونة من (250) طالب وطالبة، وأظهرت نتائج البحث إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قد بلغ (29,892) درجة وبانحراف معياري قدره (7,528) درجة، ولغرض معرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (84) درجة، استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة وتبيّن أن الفرق دال احصائيا عند مستوى دلالة (0,05)، إذ بلغت القيمة الثانية المحسوبة (10,275) وهي أكبر من القيمة الثانية الجدولية البالغة (1,96)، وبدرجة حرية (249) وهذا يعني أن عينة البحث لديهم مستوى مرتفع من التوافق النفسي والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5) نتائج مقارنة المتوسط الحسابي والمتوسط النظري لدرجات التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة

مستوى الدلالة (0,05)	درجة الحرية	القيمة التائية		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغير
		الدولية	المحسوبة				
دالة	249	1,96	10,275	84	7,528	29,892	التوافق النفسي

وتذهب الباحثة في تفسير هذه النتيجة إلى الاطار النظري والنظيرية التي ترى أن المحدد الأساسي والمهم للسلوك هو عملية إدراك الإنسان له أو الطريقة التي يدركها الفرد المحيط، حيث رأى روجرز (Rogers, 1989) الهدف منه هو تحقيق الذات، كما يرى أيضاً أن التوافق عبارة عن مجموعة من المعايير تكمن في قدرة الفرد على الثقة بمشاعره، الإحساس بالحرية والانفتاح على الخبرة، ويرى روجرز (Rogers, 1989) أن التوافق يرتبط بتحقيق الذات، وأن التوافق والانسجام يتحقق للفرد عندما تكون الذات المثالية، والذات الحقيقية على استقامة واحدة، اتفقت هذه النتيجة مع دراسة أمين ويونس (2023) توصلت الدراسة إلى أن التوافق النفسي كان بمستوى مرتفع.

الهدف الرابع: التعرف على دلالة الفروق في درجات التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث). لغرض التحقق من هذا الهدف قامت الباحثة بأخذ درجات عينة البحث البالغة (250) طالب وطالبة من درجات التوافق النفسي، وبعد معالجة البيانات إحصائياً، استخرجت الباحثة متوسطات درجات افراد العينة تبعاً للجنس (ذكور وإناث)، وتبين ان متوسط درجات الذكور (0,497) بانحراف معياري قدره (0,543)، ومتوسط درجات الإناث (0,598) بانحراف معياري قدره (0,693)، ولمعرفة الفروق بين الذكور والإناث استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وكانت النتائج كما موضحة في الجدول (6).

جدول (6) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في التوافق النفسي تبعاً لمتغير الجنس

مستوى الدلالة (0,05)	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	درجة الحرية	العدد	المتغيرات	المتغير
	الدولية	المحسوبة						
غير دالة	1,96	1,154	0,543	0,497	248	125	ذكور	التوافق النفسي
			0,693	0,598		125	إناث	

يتبيّن من الجدول أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين (ذكور وإناث) لأنّ القيمة التائبة المحسوبة البالغة (1,154) أصغر من القيمة التائبة الجدولية البالغة (1,96). وهذا راجع إنّ كلاً من الذكور والإإناث يدرّسون في نفس الجامعة ومع نفس الأساتذة، ويعيشون في بيئات واحدة هذا ما يوضح أنّهم يتعرّضون لنفس الضغوطات الجامعية داخل المؤسسة، إذ يدرّسون نفس المنهاج وبطريقة واحدة لديهم نفس الالتزامات الدراسية، هذا ما يدلّ على أن التوافق النفسي متساوي لدى الذكور والإناث. اتفقّت هذه النتيجة مع دراسة أمين ويونس (2023) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالّة إحصائياً في التوافق النفسي ترجع إلى النوع (ذكور - إناث).

**الهدف الخامس:** التعرّف على العلاقة الارتباطية بين إدمان الإنترنوتالتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة.

من أجل التوصل إلى الهدف تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للتوصّل إلى النتيجة، إذ بلغ معامل الارتباط (-0,505)، وكانت القيمة التائبة المحسوبة (-5,674) وبقيمة جدولية (1,96) تحت مستوى دلالة (0,05)، وجدول (7) يوضح العلاقة الارتباطية بين إدمان الإنترنوتالتوافق النفسي.

جدول (7) يوضح طبيعة العلاقة الارتباطية بين إدمان الإنترنوتالتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة

مستوى الدلالة (0,05)	القيمة التائبة		معامل الارتباط	المتغيرات
	الجدولية	المحسوبة		
دلالة	1,96	-5,674	-0,505	إدمان الإنترنوتالتوافق النفسي

يتبيّن من الجدول أعلاه: أنّ قيمة معامل الارتباط بين إدمان الإنترنوتالتوافق النفسي بلغت (-0,505) وهي علاقة عكسيّة ولمعرفة دلالة العلاقة استخدمت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وقد بلغت القيمة التائبة المحسوبة (-5,674) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,98) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (248)، وهذا يعني أنّ العلاقة بين إدمان الإنترنوتالتوافق النفسي هي علاقة عكسيّة دالة بمعنى كلما زاد إدمان الإنترنوتالطبقة الجامعية قل التوافق النفسي لديهم والعكس صحيح. وهذه النتيجة تلقي الضوء على أثر سلبي جديد لإدمان الإنترنوت عند فئة الطلبة الجامعيين، فالإدمان على الإنترنوت يتسبّب في انخفاض التوافق النفسي لديهم، وانخفاض التوافق النفسي ربما يتسبّب في المزيد من المعاناة الدراسية لدى

الطالب الجامعي، وبخاصة وأن الإدمان على الإنترت يستترف الأوقات المخصصة للدراسة والمذاكرة، وهذا ما أكد عليه الأدب النفسي في مجال إدمان الإنترت؛ وبخاصة أن هناك مؤشرات لارتباط هذه الظاهرة بحالات من المشكلات النفسية كالقلق والعزلة وفتور الدافعية عند طلبة الجامعات، نتيجة لتزايد عدد الساعات التي يمضونها على الإنترت، وعلى حساب نومهم ودراستهم، وبالتالي ربما تؤثر سلباً في الأداء الأكاديمي لهذه الفئة، مما ينعكس أيضاً على التوافق النفسي لديهم سلبياً، خاصة وأن اللجوء إلى الإنترت عند بعض الطلبة جاء كنوع من التكيف السلبي، والهروب من مواجهة الضغوط الأكاديمية والدراسية، وربما لافتقارهم إلى مهارات وسلوكيات أكثر فاعلية في حياتهم الجامعية.

**الاستنتاجات:**

1. ان عينة البحث طلبة الجامعة لديهم إدمان الإنترت.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان الإنترنطين (ذكور - إناث)، ولصالح الذكور.
3. ان عينة البحث طلبة الجامعة لديهم مستوى مرتفع في التوافق النفسي.
4. عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في التوافق النفسي بين (ذكور وإناث).
5. ان العلاقة بين إدمان الإنترنط والتوافق النفسي هي علاقة عكسية دالة بمعنى كلما زاد إدمان الإنترنط لدى افراد العينة قل التوافق النفسي لديهم والعكس صحيح

**النوصيات والمقررات:**

في ضوء النتائج التي توصلت إليها البحث توصي الباحثة بالآتي:

1. الكشف عن الطلبة المدمنين على الإنترت، والذين يعانون من انخفاض التوافق النفسي وتدريبهم على المهارات الإرشادية المناسبة.
2. للتوصى إلى أفضل الأساليب الإرشادية لمساعدة طلبة الجامعة في التغلب على مشكلاتهم السلوكية والأكاديمية، وبالتالي وقايتهم من الفشل الدراسي المحتمل، وهذا يجعلهم أكثر كفاءة وأكثر تواافقاً على المستوى النفسي بشكل خاص وعلى المستوى الجامعي بشكل عام

3. بناء البرامج الإرشادية الوقائية والعلاجية لفئة الطلبة المدمنين على الإنترن特 من الذكور، بحيث تساهم هذه البرامج في تحسين أساليب الضبط الذاتي لديهم، لخفض الأوقات التي تضيع بشكل سلبي على الإنترن特.
4. إجراء مزيد من الدراسات البحثية على عينات أخرى من طلبة الجامعات في مجال إدمان الإنترن特.

### المصادر العربية والاجنبية:

- احمد، محمد عبد السلام. (1981). *القياس النفسي والتربوي*، ط2، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- أرنوطة، بشري إسماعيل أحمد. (2004). *الاضطرابات النفسية للأطفال: الاسباب- التشخيص- العلاج*. مكتبة الانجلو المصرية.
- أمين، عبدالحميد حسن حاج ويونس، أحمد خليفة احمد. (2023). مهارة حل المشكلات وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. *مجلة القاهرة للخدمة الاجتماعية* العدد 39 إبريل 2023.
- بالخيري، حنان. (2024). *التوافق النفسي لتلميذ المرحلة الابتدائية وعلاقته بالتحصيل الدراسي في ظل المقاربة بالكتفاهات*. اطروحة دكتوراه. جامعة محمد خضر سبكرة- / كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية/ قسم علم النفس.
- بوشاشي، سامية. (2013). *السلوك العدوانى وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مولود معمري- تizi وزو، الجزائر 2013.
- جاد، محمد عبد المطلب. (2006). بعض الاساليب المعرفية لدى مدمني الانترنط دراسة تفاصيلية على عينة من طلاب كلية التربية النوعية. *مجلة التربية المعاصرة*، السنة 23، (73)، ص.8.
- حبيب، مازن محمد. (2018). *المظاهر النفسية للحداثة وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل*، رسالة ماجستير.
- الحساني، آمال علي أحمد. (2022). *إدمان الانترنط لدى عينة من طلاب كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية*. *مجلة جامعة جنوب الوادي الدولية للعلوم التربوية*، العدد الثامن، يونية 2022 م

- الحضري، نجية أحمد (1987). *قياس وضبط التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة الحاصلين على الثانوية الفنية ونظرائهم الحاصلين على الثانوية العامة*، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، بحوث المؤتمر الثالث علم النفس.
- الحوسني، ناصر سليمان عبدالله. (2011). *إدمان الانترنت وعلاقته بالاكتتاب والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة نزوى* . رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة نزوى ،سلطنة عمان.
- خطاب، محمد أحمد. (2018). *إدمان الإنترت*. الهيئة المصرية العامة للكتاب، 31 (117)، 49-55.
- خلي، ذكري يوسف (2018). *أعراض الإنترت آثاره وعلاجه*. <https://Www.altibbi.com/4136>
- الزايد، عادل. (2009). الإدمان مصطلح واسع يدخل ضمنه الإدمان السلوكى. *مجلة القبس*، السنة 38، (13106)، 22 يونيو، ص37.
- الزيدي، أمل بنت علي بن ناصر. (2014). *إدمان الإنترت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة*. رسالة ماجستير. جامعة نزوى/ كلية العلوم والآداب/ قسم التربية والدراسات الإنسانية تخصص إرشاد نفسي.
- سليمية، حمودة (2015). *الإدمان على الإنترت اضطراب العصر*. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، الجزائر، (21)، 213-224.
- عبد الرحمن، جمال الدين محمد مزكي. (2012) . *التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي في أوسط طلاب جامعة المدينة العالمية*. *مجلة جامعة المدينة العالمية*. (3)، 102-132.
- عبد الكرييم، محمد غانم ومحسن، مرتضى محمد وعبدالوهاب، منظر. (2017). *التوافق النفسي لدى طلبة كلية التربية* (بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على البكالوريوس منشورة). كلية التربية، جامعة القادسية، العراق.
- عبدالله، محمد قاسم (2012): *نظريات الارشاد والعلاج النفسي*، ط1، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان، المملكة الاردنية الهاشمية.
- عبيادات، ذوقان. (1996). *البحث العلمي مفهومه*. أدواته. أساليبه. ط1. دار الفكر للطباعة والنشر عمان.
- عودة، أحمد سلمان. (1998). *الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية*، ط4، مكتبة الفكر، عمان، الأردن.
- العيسوي، عبد الرحمن محمد. (1985). *لقياس والتجريب في علم النفس وال التربية*، مصر، دار المعرفة للنشر والتوزيع.

- الفخراني، خالد إبراهيم (2014): علم النفس العام، جمعية جودة الحياة المصرية،طنطا، مصر.
- فخري، أحمد. (2008). الإدمان على الإنترت .. ملاحظات. جامعة عين شمس، مسترجع من .2013/10/2 [www.hayathafs.com](http://www.hayathafs.com)
- القبس. (2010). إيمان الإنترت يزيد فرص إيذاء النفس. مجلة القبس، 39، (13312)، 20 يونيو، ص 43.
- القرني، محمد بن سالم بن محمد. (2011). إدمان الانترنت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز. مجلة كلية التربية، (75)، ج 3.
- كريدي، سميرة بنت عبدالله بن مصطفى. (2009). الاكتئاب والذكاء الانفعالي لدى عينة من مدممات الانترنت "دراسة وصفية مقارنة. مجلة دراسات نفسية، (16) 14، ص 121-166.
- كفافي، علاء الدين(1990) في الصحة النفسية، القاهرة: هجر للطباعة.
- محمد، محمد جاسم. (2004). مشكلات الصحة النفسية (أمراضها وعلاجها)، ط 1، مكتبة الثقافة للنشر والتوزيع.
- مسعود، عائشة علي (2018). الإنترت يهدد حياتنا. Retrieved, from <https://download-internet-pdf-.ebooks.com/14267-free-book>
- مقدادي، مؤيد وسمور، قاسم. (2008). الإدمان على الإنترت وعلاقته بالاستجابات العصبية لدى عينة من مرتدى مقاهي الإنترت في ضوء بعض المتغيرات. المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، 4 (1).
- مؤمن بکوش. (2012). قيم اجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاستماع لدى الطالب الجامعي رساله الماجستير قسم العلوم الاجتماعية جامعه محمد خضر.
- هاني، أحمد فخري. (2012). الإدمان على الانترنت. مجلة العلوم الاجتماعية. مسترجع من [www.swmsa.net](http://www.swmsa.net). بتاريخ : 6/11/2012
- يحيى، يحيى إسماعيل. (2014). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب قسم علم النفس جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، الخرطوم، جمهورية السودان.

- 
- Bonebrake, K. (2002). **College students' Internet use, relationship formation, and personality correlates.** *CyberPsychology & Behavior*, (5),551–557.
- Bozoglan, B. (2017). *Psychological, and Cultural Aspects of internet Addiction*. |G| Global.
- Engelberg E, Sjoberg L. (2004). **Internet use, social skills**, and adjustment. Development of face book. Addiction scale. *Psychological Reports*, 110(2), 501-517.
- Lanthier, R, & Windham, R. (2004). **Internet use and college adjustment: the moderating role of gender.** *Computers in Human Behavior*, (20), 591–606.
- Petry, N. M., Zajac, K., & Giny, M. K. (2018). **Behavioral addictions as mental Disorders**: to be or not to be? *Annual review of clinical psychology*, 14, 399- 423.
- Scherer, inpress (1996) **College life on line Healthy and unhealthy internet use**, *The journal of college student Development*.
- Wartella, E., & Jenings, N. (2001). New Members of the Family: The Digital Revolution in the Home. **Journal of Family Communication**, 1, 59- 69.
- Young K.S.(1996).Internet ddiction :the emergence of new clinicl disorder. Pper presented t the 104 th meeting of the mericn Psychologicl.
- Young, K. S. (2004). **Internet Addiction**: Anew Clinical phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402- 415.
- Young, K. S. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. **Journal of Contemporary Psychotherapy**.39(4), 241- 246.
- Young, K. S., Rogers, R. C. (1998). **The relationship between depression and internet addiction.** *Cyber psychology & behavior*, 1, 25- 28.