



كلية التربية
المجلة التربوية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ()

أثر استخدام الإنترنت كمتغير منبئ بالاكتئاب
لدى عينة من طالبات المرحلتين الثانوية والجامعية
بالمنطقة الشرقية

إعداد

د/ إيمان محمد عبد القادر عطوي
أستاذ مساعد الصحة النفسية والعلاج النفسي
كلية العلوم والدراسات الإنسانية - الجبيل
جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل

DOI: 10.12816/EDUSOHAG. 2020.

المجلة التربوية - العدد الخامس والسبعون - يوليو 2020م

Print:(ISSN 1687-2649) Online:(ISSN 2536-9091)

الملخص:

هدف البحث الحالي إلى محاولة الكشف عن مدى إسهام استخدام الإنترنت في ظهور أعراض الاكتئاب، والفروق المتوقعة بين طالبات المرحلتين الثانوية والجامعية في استخدام الإنترنت، وتأثير مدة الاستخدام على ظهور أعراض الاكتئاب، حيث تم تطبيق مقياس استخدام

الإنترنت (إعداد الباحثة) وإجراء صدق المحكمين والبناء الداخلي والتمييزي، ومعامل ثبات "ألفا كرونباخ والقسمة النصفية"، ومقياس قائمة "بيك للاكتتاب"، بعد إجراء الصدق العملي لمكونات القائمة ومعامل ثبات ألفا كرونباخ والقسمة النصفية، وبلغت عينة البحث (133) طالبة منهم (57 طالبة ثانوية، و76 طالبة جامعية) بالمنطقة الشرقية، وأشارت النتائج إلى ضعف إسهام البُعد المعرفي، والبُعد السلوكي، والبُعد الاجتماعي، والبُعد النفسي في معدلات الاكتتاب لدى عينة طالبات الجامعة والعينة الكلية، في حين ساهم البُعد الصحي بنسبة بلغت (9.30%) والبعد القيمي ساهم بنسبة (5.40%) من معدلات الاكتتاب لدى عينة طالبات الثانوي، ووجود فروق دالة إحصائياً بين طالبات المرحلتين الثانوية و الجامعية في استخدام الإنترنت على البُعد المعرفي في اتجاه طالبات الجامعة، وعلى البُعد الاجتماعي والبُعد القيمي في اتجاه طالبات الثانوي، كما وجدت فروق دالة إحصائياً وفق مدة استخدام الإنترنت (ساعة باليوم، من 2: أقل من 5 ساعات، أكثر من 5 ساعات)، لدى طالبات المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية والعينة الكلية في الأداء على مقياس "بيك" للاكتتاب في اتجاه مجموعتي الاستخدام من 2 إلى أقل من 5 ساعات، والاستخدام لأكثر من 5 ساعات باليوم، وأوصت الدراسة بنشر الوعي النفسي عند الأطفال، والشباب من خلال التوعية والإرشاد لدى المؤسسات التعليمية عامة، والجامعية على وجه الخصوص؛ للتعامل مع الآثار السلبية للإنترنت ومخاطره.

The Effect of Using the Internet as a Depression- Predictive factor (or Variable) for High School and University Female Students in the Eastern Region in KSA

Dr. Eman Mohamed Abd al Kader Atawy

Assistant Professor of Mental Health and Psychotherapy

College Of Science & Humanities – Jubail

Imam Abdulrahman Bin Fisal University

Abstract:

The present study aimed at investigating the extent to which the use of the internet contributes in increasing depression levels for high- school and university students . The instruments used to collect data were a measure of internet use (developed by the researcher), and the Pick's measure of depression. Validity and reliability procedures were taken to validate both measures. Then, the two measures were administered to a sample of (133) female students; 57 in the high school and 76 in the university level in the eastern region in the Kingdom of Saudi Arabia. Data analysis indicated that the knowledge, behavioral, social and psychological factors had low effect on depression rates for the university group and the total sample of the study. However, the health factor had (9.30 %) effect and the values factor had (5.40 %) effect on the depression rates for high-school students. There were significant differences between high-school and university student in the negative effects of using the internet on the knowledge factor for university students and on the social and values factors for high-school students. There were also significant differences among the three groups of the sample of the study assigned according to the duration of using the internet (one hour, 2-5 hours, and more than 5 hours daily) as the findings showed that the two groups who used the internet for 2-5 hours and more than 5 hours had higher levels of depression as shown in their performances on Pick' depression measure. In conclusion, the study recommends that all educational institutions in general and the universities in particular should give more concern to developing students' awareness of the negative effects and the dangers of using the internet.

Keywords: depression- internet addiction – negative effects- prediction.

المقدمة:

تعد تكنولوجيا الاتصال حالياً البرهان الحقيقي على التطور التكنولوجي اللا متناهي ومن نتاج هذا التطور هو الإنترنت، الذي يمثل تقنية حديثة، من شبكات تضم الملايين من النظم الإلكترونية والشبكات المنتشرة حول العالم، مما يسمح بتقديم خدمات في شتى المجالات، وبقدراً تقدم هذه الشبكة من معلومات وخدمات على المستوى الشخصي والمهني، بقدر ما يثير الفضول لماذا يظل البعض أمامها لساعات طويلة وبشكل مفرط غير عقلائي. (الجوهرة بنت فهد الجلبية ، 305،2016) وهذا ما قد يؤدي إلى ما يسمى بالإدمان على استخدام الإنترنت الذي يشبه الإدمان. وتشير بعض الدراسات إلى أن أكثر مستخدمي شبكة الإنترنت (90 %) من الشباب، وما يقارب (50 %) يدمنون على الإنترنت ويعانون من الاضطرابات النفسية. (يمينة بوبعابة،8،2016) ويعد الاكتئاب من الاضطرابات الأكثر شيوعاً وانتشاراً في العصر الحالي، وما نراه في وسائل التواصل الاجتماعي من حالات انتحار، حيث ارتبط انتشارها بتعدد المدنية، وتتباين هذه الاضطرابات في مدى تأثيرها السلبي على صحة الفرد وعلى حياته وتوافقه النفسي والاجتماعي، ويعد أكثر سلبية على الطلبة الجامعيين والمراهقين. (سمية بوبعابة، 27،2017) ومن هنا تأتي أهمية الدراسة الحالية التي تناولت استخدام الإنترنت كمتغير منبئ بالاكتئاب لدى الشباب كما اشارت دراسة (مiller،2019) وكان الهدف منها معرفة أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الأطفال، وتوصلت الدراسة إلى وجود صلة بين وسائل التواصل الاجتماعي والاكتئاب. أيضاً في سن المراهقة والشباب البالغين وجدت الدراسة أن الذين يقضون معظم وقتهم على إنستجرام، الفيس بوك ومنصات أخرى كانوا معرضين للاكتئاب بنسبة (66%)، الأمر يستحق النظر بجدية في كيف يمكن أن تؤثر وسائل التواصل الاجتماعي بشكل سلبي على المراهقين والشباب وكشفت دراسة أجريت عام (2017) شملت أكثر من نصف مليون من الصف الثامن إلى الصف الثاني عشر أن عدد الذين يظهرون مستويات عالية من أعراض الاكتئاب قد زادت بنسبة 33 في المائة بين عامي 2010 و2015. وبحلول عام 2015 امتلك 92 بالمائة من المراهقين والشباب هاتفاً ذكياً ارتفعت لديهم أعراض الاكتئاب، وارتبطت باقتناء الهاتف الذكي خلال تلك الفترة، حتى عندما أعيدت نفس الدراسة بعد سنة، بجامعة سان ديبغو "جان توينجي"، وجود ارتفاع حاد في تقارير الطلاب الذين يبحثون عن المساعدة في مراكز الإرشاد الجامعي، وخاصة للاكتئاب والقلق. وزادت الزيارات 30 في المئة بين عامي 2010 و 2015. ونجد دراسة

(Jennifer,2019;Mosley,2020;Pinker,S.2010;Shakespeare)2019

والرشيد إسماعيل الطاهر،2018،و محمد احمد شاهين،2015وسارة على وآخرون ،2019،وخلال العمار، 2014) تمت هذه الدراسات علي عينات كبيرة جداً من المراهقين والشباب، وتوصلت إلى أن مدمنو" مواقع التواصل الاجتماعي معرضون للاكتئاب. وهذا ما كشفت عنه دراسة حديثه صدرت عن كلية الطب في جامعة بيترسبرغ الأميركية، أن زيادة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي تتنبأ بزيادة أعراض الاكتئاب لدى المراهقين. مشكلة البحث:

يعد الاستخدام المفرط للإنترنت من المشكلات الأساسية لدى الشباب، ففئتين استخدام الإنترنت أصبح مشكلة تواجه الأسر، إلا أن الاستخدام المفرط الذي يصل لدرجة الإدمان يعد بحد ذاته مشكلة لا بد من مواجهتها. ومن خلال اطلاع الباحثة على العديد من الأدبيات

والدراسات التي تناولت إدمان الإنترنت ومنها دراسات(بسمه حسين عيد يونس، 2016 و بوفرة مختار، 2019،2019;Fast,2019;Liwaa,2018;Danielle,2018;Preidt,2019) توصلت إلى أن إدمان الإنترنت لدى الأفراد والجماعات، وخاصة الذين يقضون ساعات طويلة في استخدام الإنترنت لها آثار سلبية، ومن خلال تساؤلات الباحثة حول عينه من هؤلاء الشباب الذين يقضون تلك الساعات تبين أنهم يستخدمون الإنترنت للتمتع بمشاهدة ما يطرحه الإنترنت من مواقع التواصل الاجتماعي، وبعض البرامج دون أن يكون لهم هدف أصلاً سوى تلك المشاهدات، مما أسهم في وجود فجوة اجتماعية بين الأفراد وأسرههم وهذا ما تلمسه الباحثة من خلال تواجدها في محيط اجتماعي لا يختلف عن المحيط الاجتماعي للآخرين، وكثرة قضاء ساعات طويلة في استخدام الإنترنت. وتحدد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤل التالي: هل توجد علاقة بين استخدام الإنترنت كمتغير منبئ بالاكنتاب لدى عينة من طالبات المرحلتين الثانوية والجامعية بالمنطقة الشرقية؟

أهداف البحث:

1- دراسة أثر استخدام الإنترنت كمتغير منبئ بالاكتئاب لدى عينة من طالبات المرحلتين الثانوية والجامعية بالمنطقة الشرقية التي ينبغي رعايتها لمواجهة الغزو المعلوماتي العالمي.

2- تعزيز ميدان الدراسات والبحوث بدراسة حديثة في تحديد مستوى الإدمان على الإنترنت ليس هدفاً لبحثك

أهمية البحث:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في تناولها لظاهرة هامة في العصر الحالي، وهي ظاهرة الإدمان على الانترنت، والتي مست كل الفئات العمرية وخاصة فئة الشباب، وما قد يترتب عنها من اضطرابات نفسية وأيضاً اضطرابات في سلوك الأفراد، كالقلق، والاكتئاب والاضطرابات العصابية عموماً، وكذلك تسليط الضوء على العلاقة بين إدمان الإنترنت وظهور الاكتئاب لدى طالبات المرحلة الثانوية والجامعية، وقد تساعد المختصون في مجالات الإرشاد والعلاج النفسي على تقديم المساعدة والعلاج للتخفيف من الآثار السلبية لهذه الظاهرة والإرشاد للاستخدام الإيجابي الفعال للإنترنت.

تبرز أهمية البحث في التوصيات التربوية والنفسية للأسر، والمؤسسات العلمية وللمجتمع مما يؤدي للوقاية من الإدمان منذ مرحلة مبكرة، هذا إذا علمنا أن إدمان الإنترنت بصورة واسعة في الواقع الحالي قد يؤثر سلباً على البناء الاجتماعي للأفراد وخاصة الأطفال والشباب مما يسبب بعض الأمراض النفسية، ومنها الاكتئاب الذي قد يؤدي إلى الانتحار. يكتسب البحث أهميته من أهمية الفئة المستهدفة، وهم طلبة المرحلة الثانوية، والجامعية التي تقع بين فترتين رئيسيتين من حياة الفرد وهما فترة المراهقة والرشد وخلالهما تتأكد شخصية الفرد وهويته، والإدمان على الإنترنت قد تكون له آثار سلبية، وبناء شخصية هزيلة لا تستطيع أن تواجه مشكلات الحياة المختلفة، مما يحتم أهمية التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي لهؤلاء الأفراد ليكونوا أصحاء نفسياً.

مفاهيم البحث:

*إدمان الإنترنت **Internet addiction**: إنه حالة من انعدام السيطرة والاستخدام المفرط للمواقع الإلكترونية، مما يؤثر سلباً في ممارسة الأفراد لمهام حياتهم الطبيعية، وينتج لذلك اضطرابات اجتماعية ونفسية، وسلوكية، وقد تتشابه مع عديد من الاضطرابات التي تكون لدى الشخص المدمن للعقاقير والمواد المؤثرة نفسياً وسلوكياً. (فهد بن علي طيار، 2016، 429)

*إدمان الإنترنت: هو الاستخدام المكثف للإنترنت، وعدم القدرة على التحكم في الاستخدام الذي يؤدي إلى الإدمان الذي يؤثر على حياة الفرد. (محمد احمد شاهين، 2015، 188)

*الاكتئاب **Depression**: حالة من الهم والحزن والكرب تنتج بسبب خلل داخلي وخارجي للفرد مما يدفعه إلى اجترار الأفكار السوداوية والحزن وتصاحب هذه الحالة مجموعة من الأعراض النفسية والجسمية والانفعالية والاجتماعية. (Shukrya, et al, 2016, 331)

*الاكتئاب: هو اضطراب مزاجي يسبب شعوراً دائماً بالحزن وفقدان الاهتمام، وهو يؤثر على الشعور والتفكير، والسلوك ويمكن أن يؤدي إلى مشاكل نفسية انفعالية وجسدية، قد تجعل الفرد يجد صعوبة في القيام بالأنشطة اليومية العادية، وأحياناً يشعر كما لو أن الحياة لا تستحق العيش. (قاموس علم النفس كمبردج، 2020)

*طالبات الثانوي **Secondary students**: هن طالبات المرحلة الأخيرة من التعليم المدرسي، يسبق هذه المرحلة التعليم الأساسي ويليه التعليم العالي، يعدّ التعليم الثانوي هو فترة تعليم المراهقة أي للطلاب ما بين سني 11 عاماً وحتى سن 18 عاماً.

طالبات الجامعة **University students**: هن طالبات المرحلة التي تأتي بعد المرحلة الثانوية وتحدد ب (4-6) سنوات حسب النظام التربوي. (Wikipedia, 2020)

الاطار النظري للبحث:

انتشر بشكل كبير الإدمان على الإنترنت وخصوصاً بين المراهقين والشباب، والذي يعكس آثاراً متعددة منها نفسية واجتماعية وصحية وتربوية وسلوكية ونفسية وعقلية، تؤثر على الأشخاص المستخدمين لهذه الشبكات لوقت طويل، حيث تتداول كمية هائلة من المعلومات بين أبناء البشر بسرعة مذهلة حيث جعلت العالم غرفة بلا جدران يتفاعل أهلها مع بعضهم البعض، وإدمان الإنترنت يرد تحته عناوين عديدة تذكرها سمية بوبعاية (2017) الاستعمال المرضى، **pathological** وإساءة الاستعمال **abuse internet** وغير الملانم **inappropriate** والمشكل **excessive** والمفرط **usage internet addictive**، استعمال الإنترنت **problematic** والإدماني **internet use Compulsive** الاعتماد على الإنترنت **dependents internet**. ويترتب الإدمان على الإنترنت عدة آثار منها:

- 1- الآثار الصحية: الأضرار التي تصيب الأيدي من الاستخدام المفرط للفأرة، وأضرار تصيب العين والعمود الفقري والجسم.
- 2- الآثار الاجتماعية: انسحاب ملحوظ للفرد من التفاعل الاجتماعي مما يؤدي إلى العزلة، ويؤثر في الهوية الثقافية والعادات والقيم، والتصدع الأسري والاجتماعي. (رولا حمص، 2009)

3- الآثار العقائدية: حيث توجد مواقع تحرف أصول العقيدة الإسلامية الخالصة بما تقدمه من بدع وأفكار منحرفة تشكك في العقيدة وربما إلى الإلحاد. (Mosley, 2020, 325)

- 4- الآثار الاخلاقية: تتمثل في متابعة الشباب إلى مواقع اللا أخلاقية التي تبث الرذيلة والشذوذ والانحرافات السلوكية والجنسية وتؤدي لبناء ثقافات ضارة بالمجتمع وقيمه.
- 5- الآثار التعليمية: التشتت ومتابعة مواقع التواصل الاجتماعي والعزوف عن التعليم الجاد، وعدم تحمل المسؤولية للتعليم. (Pinker,2010)
- 6- الآثار الاقتصادية: منها الدخول إلى حسابات الغير وسرقتها، وتدمير برامج الحاسوب ونشر الفيروسات وغسيل الأموال عبر شبكات الإنترنت. (منظمة الصحة العالمية، 2020)
- 7- الآثار الأمنية: وهو الجانب السلبي، مثل: التزوير، وسرقة المعلومات ومعرفة الشباب بآلية عمل المتفجرات، والجرائم، وطرق الانتحار المختلفة.
- 8- الآثار النفسية والعقلية: الاستخدام المفرط للإنترنت يقلل من القدرة على مهارات التفكير العليا التفكير وتحرم الدماغ من الارتباطات التشعبية وتطغى على الدماغ وتؤدي الذاكرة طويلة المدى. (فهد بن علي طيار، 2016) وتوصلت نتائج دراسة كلاً من، (Fast; Jansson,2019 Howard,2019; McKellop,2020; Nicholas, 2020; إلى الأعراض الشائعة لدى مدمني الإنترنت منها: *الجلوس لفترات طويلة أمام الإنترنت.

* إهمال الواجبات المهنية والأسرية والزوجية، نتيجة السهر والأرق.
* الشعور بالضيق الشديد عند انفصال النت سواء بانقطاع التيار الكهربائي أو بغيره.
* وجود حالة من الترقب للجلوس عليه والفشل الدائم عند محاولة تقنين الجلوس أمامه.
* الميل إلى العزلة (الانطواء في حالة صغار السن)، والعزوف عن الأنشطة الاجتماعية.
* الإحساس بسعادة كبيرة جداً وراحة نفسية حين الرجوع إلى استخدام الإنترنت.
* شعور الفرد بأن حياته جحيم بدون الإنترنت. كما أشارت الدراسات بأن مستخدمي الإنترنت يصنفون مدمنين إذا أمضوا ثلاثين ساعة، ونصف ساعة أمام الإنترنت في الأسبوع، أيضاً استخدام الإنترنت رغم وجود عمل كثير يجب على المستخدم إنجازه. وأشارت Wikipedia (2020) إلى أنواع عديدة من إدمان الإنترنت مثل، الجنس، والعلاقات الإلكترونية، والقمار، وألعاب الفيديو، وتصفح الإنترنت الاستحواذي وجمع البيانات، وأشارت أن من أسباب إدمان الإنترنت، الملل والفراغ والوحدة، المشاكل الاقتصادية، القلق، الكآبة، وبصفة عامة فإن إدمان الإنترنت يتخذ الأشكال الرئيسية منها: إدمان الدردشة الإلكترونية: وتُصبح للعلاقات الجديدة على الإنترنت الأولوية على الأسرة والأصدقاء. أيضاً إدمان المواد الإباحية / الجنس على الإنترنت عن طريق التصفح القهري للمواقع الإباحية والجنس، وإدمان الألعاب الإلكترونية وهو اللعب الاستحواذي والقهري للألعاب الإلكترونية، والألعاب التفاعلية لمستخدمين متعددين. (Ducharme,2019) ويشير (Marshall,2019) إن إدمان الإنترنت يمكن أن يشمل كل ما يتعلق بالأموال، القمار، التسوق الإلكتروني، التتبع الإلكتروني للاستثمارات. استعرض McKellop (2020) التفسيرات لإدمان الإنترنت منها التفسير السيكودينامي الذي اتضح من الخبرات التي يمر بها الأطفال في مرحلة الطفولة، أو ما يسمى بصدمة الطفولة المبكرة، وارتباطها ببعض سمات الشخصية المضطربة والميول والنزعات الموروثة ، فقد يكون لدى الفرد استعداداً لإدمان الإنترنت، ولكنه لا يقع في الإدمان إلا إذا توافرت ظروف وأحداث ضاغطة في حياته دفعته إلى إدمان الإنترنت. أما (محمد النوبة محمد علي، 2010، 36) أشار إلى التفسير السلوكي على أساس أن الفرد يقوم بمجموعة من السلوكيات والأنشطة، بهدف الحصول على المكافأة أو التعزيز، وهذا ينطبق على الإدمان على المخدرات، والكحول، وإدمان الإنترنت، وما تقدمه تلك الشبكة للفرد من الراحة والمتعة النفسية، ووسيلة للهروب من الواقع. وأشار (الرشيد إسماعيل الطاهر، 2018، 427) إلى التفسير الطبي بأن الأفراد تحكمها مجموعة من العوامل الوراثية الجينية وتغيرات كيميائية في المخ وناقلات عصبية، وما يتعلق بها من تغيرات الكروموسومات والهرمونات لتنظيم نشاط المخ والجهاز العصبي، فقد أظهرت البحوث أنه توجد عقاقير قد تحدث خلل في التواصل العصبي، مما يترتب عليه إرسال المخ للمعلومات غير صحيحة كأن يتوهم الشخص باعتدال المزاج لممارسة نشاط معين، مثل تناول العقاقير أو المخاطرة، أو المقامرة، وبتطبيق مثل هذا التفسير على حالة الاعتماد على الإنترنت، حيث يتيح الإنترنت للفرد شعوراً بالمتعة والإثارة أما التفسير الاجتماعي الثقافي تشير له (هبة بهي الدين ربيع، 2003، 13) أن الإدمان يتأثر بالجنس، العمر، المستوى الاقتصادي والاجتماعي، الديانة والوطن ، بينما نجد الإدمان على الإنترنت يشمل جميع المجتمعات بنسب مختلفة، وخاصة بين الأطفال والمراهقين والشباب. والإدمان على الإنترنت قد يكون مؤشراً منبئاً بالاكنتاب، وتشير منظمة الصحة العالمية (2020) إلى أن الاكنتاب من أكثر الأمراض شيوعاً في العالم، نتيجة تفاعل معقد بين العوامل الاجتماعية والنفسية والبيولوجية. وتختلف مسببات الاكنتاب بين شخص وآخر، فقد تكون أسباب وراثية، وقد تكون أسباباً خارجية، كالظروف الاجتماعية

والخلافات الزوجية والأسرية والمادية أو الأحداث المفاجئة المحزنة، وقد تكون أسباباً داخلية قادت إلى خلل في وظائف الدماغ والنواقل الكيميائية فيه. وتختلف أعراض الاكتئاب وطول مدته من شخص إلى آخر، فقد يعاني البعض أعراضاً قليلة، في حين يعاني آخرون بشدة. ومن هذه الأعراض، الشعور بالحزن وعدم الاهتمام بالنظافة الشخصية وحب العزلة واختلال الشهية وصعوبة التفكير وكثرة النوم، وفقدان الاهتمام بالأشياء، وأشارت دراسة (Ducharme, 2019) لعدد من نظريات علم النفس في تفسير أسباب حدوث الاكتئاب، فهناك النظرية البيولوجية والتي ترى أن الخبرات النفسية والانفعالية تؤثر على النشاط الكيميائي للدماغ ومن ثم فالمشاعر والأفكار والسلوك قد تتغير تبعاً للتغيرات الكيميائية في الدماغ ففي حالة الاكتئاب تكون المواد الكيميائية العصبية مثل: السير وتونين والدوبامين Serotonin, Dopamine بها نقص في الدماغ، وهذا النقص هو ما يسبب الشعور بالاكتئاب، أما نظرية التحليل النفسي أثبتت أن الاكتئاب يحدث نتيجة لفقدان موضوع الحب سواء بالموت أو الهجر أو فقدان، فالخبرات الضاغطة الصدمية، التي يواجهها الفرد في السنوات المبكرة من عمره، قد تجعله أكثر عرضه بشكل أكبر للاكتئاب.

بينما أشار مركز (De Bono Center for Teaching Thinking, 2020) للنظرية السلوكية التي أشارت إلى أن حدوث الاكتئاب يحدث عند تدني مستوى التدعيم الإيجابي وارتفاع مستوى الخبرات السلبية غير السارة، في حين تشير النظرية المعرفية أن التشويه المعرفي لدى المكتئبين يرتبط بخبرات الفشل والتوقعات السلبية. ويشير (Brown, 2019, 65) إلى أعراض الاكتئاب منها: *الأعراض النفسية العاطفية: الاحساس بالعجز واليأس والقلق مع أفكار سلبية تشاؤمية.

*أعراض سلوكية: إبداء النفس ولوم الذات والاحساس بالذنب تجاه الأمور بدون ضرورة وسرعة الانفعال وافتقاد الصبر وصعوبة التركيز واتخاذ القرار وربما الانتحار.

*اضطرابات في النوم، الاستيقاظ المبكر، الأرق أو كثرة النوم.

*أعراض صحية: اضطرابات الأكل، نقص في الرغبة الجنسية، ضعف في النشاط.

* أعراض جسدية: الصداع، الآم العضلات، التعرق، الدوار، الإرهاق والضعف العام، لذا يعتبر

الاكتئاب مرض يصيب النفس والجسم ويؤثر على التفكير والتصرف وتنعدم أية رغبة

في الحياة. هذا ويمكن تقسيم الاكتئاب من الناحية السببية إلى نوعين: (Reactive

Depression) والاكتئاب التفاعلي (euologogenous depression) الاكتئاب الذاتي

يحدث الاكتئاب بشكل تلقائي وبدون أسباب واضحة، أما الاكتئاب التفاعلي يحدث عندما

يتعرض المريض لصدمة نفسية. أما التصنيف الذي أستند إلى أعراض سريرية يقسم

الاكتئاب إلى:

1-الاكتئاب العصابي: ويتميز بالمبالغة والتطرف لاستجابة يمكن أن تكون سوية عندما

تحدث باعتدال. (Howard, 2019)

2- الاكتئاب الذهاني: ويعتبر أشد خطراً من النوع الاستجابي أو العصابي ويصبح المريض

خطراً على نفسه وعلى المجتمع. (Marshall et al 2019) أما التصنيف الذي يستند

إلى مستوى الشدة: أ- الاكتئاب البسيط: يتميز صاحبه بأنه يعاني من بطء في نشاطه

الذهني والحركي، ويصاحبه الحزن واليأس، مبتعداً عن المشاركة الاجتماعية

(Preidt, 2019).

ب- الاكتئاب الشديد أو الحاد: وهو أشد من البسيط وفيه يوجه المريض اللوم والكرهية ضد الذات. أيضاً توجد أنواع أخرى من الاكتئاب: ا- اكتئاب سن القعود: وما يصاحبه من ضعف الحيوية، والوهم، والهواجس السوداوية.

2- الاكتئاب الموسمي: ويظهر عند البعض في أوقات معينة من السنة ويميل الفرد إلى الانعزال، والحزن، والنوم الطويل وزيادة الوزن والإرهاق. (Shukrya et al 2016)
فروض البحث:

يحاول البحث التحقق من مدى صحة الفروض التالية:

- 1- يُسهم استخدام الإنترنت في التنبؤ بمعدلات الاكتئاب لدى عينة البحث.
 - 2- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجة طالبات المرحلة الثانوية، ومتوسط درجة طالبات المرحلة الجامعية في الأداء على مقياس استخدامات الإنترنت وأبعاده الفرعية.
 - 2- يزداد الاكتئاب بزيادة مدة استخدام الإنترنت.
- الدراسات السابقة

دراسة "ويدانتو وماك موران"، (2016)، widyanto, L., & Memurran, M. واستهدفت تحديد سن مستخدمي الإنترنت، وعدد الساعات التي يقضونها في مواقع الشبكة العنكبوتية. وتوصلت الدراسة إلى أن هناك ارتباط إيجابي بين عدد ساعات استخدام الإنترنت والإدمان. أما دراسة الرشيد إسماعيل الطاهر (2018) استهدفت كشف العلاقة بين إدمان الإنترنت والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة، وكانت عينة الدراسة 330 من الطلاب الجامعة، واستخدم الباحثون مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتوصلت الدراسة إلى: وجود علاقة دالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات إدمان الإنترنت تبعاً لمتغير التخصص لصالح التخصص التربوية الفنية. أما دراسة سمية بوبعالية (2017) هدفت إلى معرفة العلاقة بين درجة الإدمان على الإنترنت وظهور اضطرابات النوم لدى عينة من الشباب، وتكونت عينة الدراسة من (152) من الطلبة وتم استخدام مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس اضطرابات النوم، وتوصلت الدراسة إلى: وجود علاقة دالة إحصائية بين درجة الإدمان على الإنترنت ودرجة ظهور اضطرابات النوم، أيضاً وجود دلالة إحصائية في درجة إدمان الإنترنت تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة لصالح الذكور. أما دراسة بسمة حسين عيد يونس (2016) واستهدفت معرفة علاقة إدمان شبكات التواصل الاجتماعي و الاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة، وتكونت عينة الدراسة من 619 من الطلاب، واستخدمت مقياس إدمان شبكات التواصل الاجتماعي، وقائمة الاضطرابات النفسية وتوصلت إلى: وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 على مقياس الإدمان والاضطرابات النفسية وأبعاده (الأعراض الجسمانية، الوسواس القهري، الحساسية التفاعلية، الاكتئاب، القلق، العداوة، قلق الخواف، البارانويا التخيلية، الذهانية)، أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 في الدرجات الكلية لمقياس الإدمان والاضطرابات النفسية في عدد الساعات التي تقضيها على مواقع التواصل الاجتماعي.

أما دراسة سهام مطشر معيجل وعلي عبد الحسن بريسم (2016) واستهدفت معرفة مستوى الإدمان على الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، تكونت عينة الدراسة من 220 طالب وطالبة وتوصلت الدراسة إلى: عدم وجود فروق دالة إحصائية في الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس. أما دراسة محمد خليل عباس

وسامي محمد ملحم(2015) واستهدفت معرفة القدرة التنبؤية لكل من العدوانية والغضب والاكتئاب في سمة التشدد في الرأي (الدوجماتية) لدى عينة من المراهقين وعلاقته بتقدير الذات لديهم وتكونت عينة الدراسة من (119) من طلاب الصف التاسع والعاشر، واستخدم الباحثان مقياس التشدد، والعدائية، والغضب وتقدير الذات وتوصلت الدراسة إلى أن العدوانية، والغضب قد فسرا التباين في التشدد في الرأي، وأن العدوانية والغضب والاكتئاب كان لهم أثر في التشدد في الرأي (الدوجماتية)، كما أن هناك فروقاً في التشدد في الرأي لصالح متغير الجنس للإناث.

التعليق على الدراسات السابقة

هدفت الدراسات السابقة التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت واضطرابات الشخصية، والدراسة الحالية قد اتفقت مع دراسة "widyanto,L.,&Mcmurran, M.(2016)

من حيث عدد ساعات استخدام الإنترنت والإدمان، أيضاً مع دراسة كلاً من الرشيد إسماعيل الطاهر(2018) و بسمه حسين عيد يونس(2016) وسهام مطشر معجل وعلي عبد الحسن بريسم (2016) على وجود علاقة بإدمان الانترنت وظهور اضطرابات نفسية مثل الوسواس القهري، الحساسية التفاعلية، الاكتئاب، القلق، العداوة، قلق الخوف، البارانويا التخيلية، الذهانية و العدوانية والغضب والاكتئاب في سمة التشدد في الرأي (الدوجماتية)، والدراسة الحالية في حدوث الاكتئاب، وقد اختلفت مع دراسة سمية بوبعاية (2017) التي وجدت علاقة بين الإدمان على الانترنت و اضطرابات النوم.

المواد وطرق العمل:

محددات البحث:

- 1- الحد المكاني: يتحدد بالمنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية.
- 2- الحد الزمني: تم تطبيق مقياس البحث خلال الفصل الدراسي الثاني لعام 1441 هـ.
- 3- الحد البشري: تم اختيار العينة من داخل مدارس المرحلة الثانوية بنات بمنطقة الجبيل، والدمام، والخبر، وطالبات جامعة الامام عبدالرحمن بن فيصل كلية العلوم والدراسات الإنسانية بالجبيل، وكلية التربية والآداب بالدمام وكلية المجتمع.

منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي على استخدام المنهج الوصفي المقارن؛ لكونه المنهج المناسب للبحث الحالي.

إجراءات التطبيق:

قامت الباحثة في بداية الخطوات الميدانية للبحث بعدد من الإجراءات كما يلي:

- (1) تم تحديد عدد من شروط اختيار عينة البحث تمثلت في:
أ- أن تمثل عينة البحث المرهلتين الثانوية، والجامعية لاهتمام الباحثة بإجراء مقارنة بين المرهلتين في مدى تأثير استخدام الإنترنت على الطالبات.
ب- اقتصرت عينة البحث على الإناث القاطنات منطقة الجبيل والدمام والمنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية.
- (2) تم تطبيق استمارة جمع بيانات بهدف التعرف على عدد ساعات استخدام الإنترنت والمكان الذي تتمكن من خلاله استخدام الإنترنت (المنزل، المدرسة/ الجامعة)، والوسيلة التي

تستخدم من خلالها الإنترنت (تليفون نقال، كمبيوتر لوحي، تابلت أو أيباد)، وذلك بهدف إجراء مقارنة بين أفراد العينة وفق تلك الأبعاد.

(3) تم شرح الهدف من البحث وكيفية الإجابة على أدوات البحث، والتأكيد على سرية البيانات، وإن كتابة الاسم ليس ضروري، وأهمية الاستجابة بدقة على فقرات أدوات البحث.

(4) تم تقسيم العينة وفق استخدامات الإنترنت إلى ثلاثة مجموعات حسب مدة الاستخدام (أقل من ساعة باليوم، من ساعتين إلى أقل من خمس ساعات، أكثر من خمس ساعات)، إلى تحديد درجة إيمان الإنترنت.

عينة البحث الاستطلاعية:

تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية وفق الضوابط السابق ذكرها، حيث تم تطبيق أدوات الدراسة (مقياس إيمان الإنترنت، ومقياس بيك للاكنتاب)، على عينة مكونة من (30) طالبة ثانوي، و50 طالبة جامعية) من طالبات مراحل التعليم الثانوي والجامعي بمنطقة الجبيل بالمملكة العربية السعودية؛ بهدف التعرف على الخصائص السيكومترية لأدوات البحث. عينة البحث الأساسية:

بعد التأكد من صلاحية أداة البحث للتطبيق على العينة المستهدفة بالبحث، تم تطبيق الأداة على عينة مكونة من (133 طالبة)، ممثلين للمرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية المرحلة الجامعية، وفيما يلي وصف العينة وفق أدوات البحث:

جدول (1)

وصف عينة البحث الأساسية حسب المرحلة والمتوسط العمري

المرحلة	العدد	النسبة المئوية	متوسط العمر	الانحراف المعياري
ثانوي	57	42.86%	16.04	1.24
جامعي	76	57.14%	19.23	2.76

جدول (2)

تصنيف أفراد عينة البحث وفقاً لمدة استخدام الإنترنت

العينة الكلية		المرحلة الجامعية		المرحلة الثانوية		فئة الاستخدام
النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية	العدد	
14.29%	19	11.84%	9	17.54%	10	ساعة باليوم
36.09%	48	36.84%	28	35.09%	20	من 2: أقل من 5 ساعات
49.62%	66	51.32%	39	47.37%	27	أكثر من 5 ساعات
100%	133	100%	76	100%	57	المجموع

أدوات البحث:

اعتمدت الباحثة في الجانب الإجرائي من البحث الحالي على تطبيق (مقياس إيمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة) من "إعداد/ الباحثة 2020"؛ ومقياس بيك للاكنتاب إعداد "أرون بيك" ترجمة تعريب/ احمد عبد الخالق 1996.

(أولاً) مقياس استخدامات الإنترنت إعداد الباحثة (2020م)

(أ) تحديد الهدف من المقياس: تم تحديد الهدف الأساسي لمقياس استخدامات الإنترنت، في محاولة معرفة الآثار المترتبة على استخدام الإنترنت على عدة نواحي (معرفية، واجتماعية، نفسية، وسلوكية، وصحية، وقيمية).

(ب) خطوات إعداد المقياس: قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس وتصميمه باتباع الخطوات التالية: 1- مراجعة الإطار النظري الذي تناول الاتجاهات النظرية والدراسات السابقة، التي تناولت تأثيرات استخدام الإنترنت على النواحي الشخصية، والمعرفية، والقيمية لدى المراهقين والشباب، ودوره في ظهور الاضطرابات النفسية، والتأثير على الناحية الانفعالية والناحية المادية، والناحية السلوكية الناتجة عن التعامل مع مجتمع الإنترنت الافتراضي.

2- تم وضع الفقرات في صورتها الأولية حيث بلغت (54) فقرة للتحقق من مدى وملاءمتها لهدف المقياس.

3- تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، بإجراء عمليات الصدق والثبات على عينة استطلاعية بلغت (80) من طالبات المرحلة الثانوية بمنطقة الجبيل، والمرحلة الجامعية بكلية العلوم والدراسات الإنسانية بالجبيل بالمملكة العربية السعودية.

(ج) وصف المقياس:

تم إعداد المقياس الحالي في صورته الأولية مكوناً من (60) فقرة تقيس ستة أبعاد هي (البعد المعرفي "8 فقرات"، البعد السلوكي "10" فقرات، البعد الاجتماعي "10" فقرات، البعد النفسي "15"، البعد الصحي "10" فقرات، البعد القيمي "7" فقرات)، يتم الإجابة عليها من خلال مقياس متدرج من ثلاث استجابات (دائماً / أحياناً / نادراً). يُعطى الطالب (ثلاث درجات) للاستجابة بـ " دائماً"، و(درجتان) للاستجابة بـ "أحياناً"، و(درجة واحدة) للاستجابة بـ " نادراً".

(ه) تقنين المقياس:

صدق المقياس: (1) صدق المحكمين:

تم عرض مقياس اتجاه طالبات الجامعة نحو الإنجاب في صورته الأولية المكون من (60) فقرة ممثلة لأبعاد المقياس الأربعة على (6) محكمين متخصصين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي وعلم النفس الإكلينيكي؛ وفي ضوء آراء المحكمين اعتمدت الباحثة على نسبة اتفاق (83%) فأكثر لإبقاء الفقرة في المقياس واعتماداً على ذلك تم حذف (10) فقرات لم تحظ بنسبة الاتفاق المحددة، وتم إخضاع المقياس الأولي مكوناً من (50) فقرة لأساليب الصدق والثبات الإحصائية.

(2) صدق البناء الداخلي:

يعتمد صدق البناء الداخلي على حساب معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، وذلك بعد حذف المفردة من الدرجة الكلية لهذا البعد باعتبار أن بقية المفردات محكاً (ميزاناً داخلياً) لهذه المفردة، ومن هذا المنطلق قامت الباحثة بهذا الإجراء لحساب صدق البناء الداخلي لمقياس استخدام الإنترنت وأبعاده الفرعية، على العينة الاستطلاعية (ن=80)، والجدول (3) يوضح النتائج:

جدول (3)

درجة ارتباط الدرجة الفرعية لكل فقرة بالدرجة الكلية للبعد

الارتباط بدرجة البعد بعد حذف المفردة	م	الارتباط بدرجة البعد بعد حذف المفردة	م	الارتباط بدرجة البعد بعد حذف المفردة	م	الارتباط بدرجة البعد بعد حذف المفردة	م
**0.51	17	**0.29	27	**0.54	16	(1) البعد المعرفي	
**0.38	42	**0.45	28	(3) البعد الاجتماعي		**0.47	1
**0.62	44	**0.50	29	**0.42	1	**0.67	32
**0.58	46	**0.44	30	**0.51	19	**0.41	5
**0.53	47	**0.59	31	**0.61	21	**0.69	6
**0.60	48	**0.44	32	**0.66	22	**0.63	12
**0.62	49	**0.35	33	**0.64	23	(2) البعد السلوكي	
**0.66	50	**0.57	34	**0.45	24	**0.47	7
(6) البعد القيمي		**0.50	35	**0.54	25	**0.45	9
**0.40	4	**0.59	37	**0.49	36	**0.49	10
**0.69	18	**0.51	38	**0.47	41	**0.31	11
**0.70	20	**0.56	40	(4) البعد النفسي		**0.59	13
**0.69	39	**0.64	45	**0.35	8	**0.56	14
**0.64	43	(5) البعد الصحي		**0.49	26	**0.64	15

* دال عند مستوى 0.05 ** دال عند مستوى 0.01

ينضح من الجدول (3) وجود ارتباط دال بين درجات فقرات الأبعاد الفرعية، والدرجة الكلية للبعد بما يشير إلى درجة صدق مطمئنة للتطبيق.

لمزيد من التحقق من صدق البناء الداخلي لمقياس استخدام الإنترنت وأبعاده، تم حساب درجة ارتباط الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس، وأصبح المقياس الكلي (50) فقرة ممثلة للأبعاد الستة (المعرفي) 5 فقرات، السلوكي من 8 فقرات، الاجتماعي من 9 فقرات،

أثر استخدام الإنترنت كمتغير منبئ بالاكتئاب.....
 النفسي 15 فقرة، الصحي 8 فقرات، النفسي 5 فقرات)، وفيما يلي توضيح للنتائج بالجدول
 (4):

جدول (4)
 معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية

الأبعاد الفرعية						م - ع - ر
البعد القيمي	البعد الصحي	البعد النفسي	البعد الاجتماعي	البعد السلوكي	البعد المعرفي	
9.25	15.68	30.31	18.58	17.16	10.48	المتوسط
2.54	3.50	5.92	3.79	3.19	2.26	الانحراف المعياري
**0.65	**0.76	**0.88	**0.78	**0.63	**0.34	نسبة الارتباط

** دال عند مستوى 0.01

* دال عند مستوى 0.05

ينتضح من الجدول (4) وجود ارتباطات دالة بين درجة الأبعاد الفرعية، والدرجة الكلية للمقياس مما يعطي ثقة في تطبيقه.

(ب) الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

اعتماداً على محك المتوسط العمري، قامت الباحثة بمقارنة درجات المجموعتين المتطرفتين في الأداء (الأعلى من حيث المتوسط العمري "20" استمارة)، والأدنى من حيث المتوسط العمري "20" استمارة) على أبعاد المقياس الفرعية، ويوضح الجدول (5) تلك النتائج:

جدول (5)

المتوسطات (م) والانحرافات المعيارية (ع) لمقياس استخدام الإنترنت وأبعاده الفرعية وقيم (ت) حسب المتوسط العمري (ن=40)

الاختبار	المقياس	م	ع	د/ح	قيمة (ت)	الدلالة
البعد المعرفي	المتوسط الأعلى	11.85	2.68	38	** 3.14	دال عند مستوى 0.01 في اتجاه المتوسط الأعلى
	المتوسط الأدنى	9.10	2.91			
البعد السلوكي	المتوسط الأعلى	19.10	3.61	38	** 3.47	دال عند مستوى 0.01 في اتجاه المتوسط الأعلى
	المتوسط الأدنى	14.95	3.94			
البعد الاجتماعي	المتوسط الأعلى	20.75	4.45	38	** 3.49	دال عند مستوى 0.01 في اتجاه المتوسط الأعلى
	المتوسط الأدنى	15.70	4.68			
البعد النفسي	المتوسط الأعلى	33.70	6.96	38	** 3.26	دال عند مستوى 0.01 في اتجاه المتوسط الأعلى
	المتوسط الأدنى	26.15	7.63			
البعد الصحي	المتوسط الأعلى	17.85	4.17	38	** 3.40	دال عند مستوى 0.01 في اتجاه المتوسط الأعلى
	المتوسط الأدنى	13.25	4.36			
البعد القيمي	المتوسط الأعلى	11.00	2.97	38	** 3.34	دال عند مستوى 0.01 في اتجاه المتوسط الأعلى
	المتوسط الأدنى	7.85	2.97			
الدرجة الكلية	المتوسط الأعلى	114.25	24.75	38	** 3.37	دال عند مستوى 0.01 في اتجاه المتوسط الأعلى
	المتوسط الأدنى	87.00	26.36			

يتضح من الجدول (5) وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات ذوي المتوسط العمري الأعلى، وذوي المتوسط العمري الأدنى لدى العينة الاستطلاعية على مقياس استخدام الإنترنت وأبعاده الفرعية، بما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مقبولة من الصدق. (2) ثبات المقياس: (أ) معامل ثبات ألفا كرونباخ:

جدول (6)

معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس استخدام الإنترنت وأبعاده الفرعية لدى العينة الاستطلاعية الكلية (ن=80)

الأبعاد الفرعية						الاختبار الفرعي معامل الثبات
البعد المعرفي	البعد السلوكي	البعد الاجتماعي	البعد النفسي	البعد الصحي	البعد القيمي	
0.72	0.70	0.69	0.77	0.70	0.62	معامل ثبات ألفا كرونباخ

يشير جدول (6) إلى تمتع المقياس بدرجة ثبات جيدة. (2) معامل ثبات التجزئة النصفية:

جدول (7)

معامل ثبات التجزئة النصفية لمقياس استخدام الإنترنت وأبعاده الفرعية لدى العينة الاستطلاعية الكلية (ن=80)

الأبعاد الفرعية						الاختبار الفرعي معامل الثبات
البعد القيمي	البعد الصحي	البعد النفسي	البعد الاجتماعي	البعد السلوكي	البعد المعرفي	
0.58	0.57	0.50	0.51	0.80	0.48	قبل تصحيح الطول
0.73	0.73	0.66	0.68	0.89	0.65	بعد تصحيح الطول

يتضح من جدول (7) تمتع مقياس استخدام الإنترنت بدرجة ثبات جيدة بعد تصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان - براون.

(ثانياً) قائمة بيك للاكنتاب (Beck Depression Inventory (BDI

إعداد / أرون بيك ترجمة د/ أحمد عبد الخالق 1996م

تعتبر قائمة بيك للاكنتاب من القوائم الواسعة الانتشار في ميادين علم النفس الإكلينيكي والطب النفسي، وتستخدم بنجاح بوصفها أداة للتقويم الذاتي لتقدير شدة أعراض الاكنتاب بدءاً من سن السادسة عشرة وصولاً إلى سن الشيخوخة، وتتضمن القائمة (21) مجموعة من الفقرات، وتمثل كل مجموعة عرضاً معيناً من أعراض الاكنتاب وتحت كل عرض أربعة خيارات تعكس التدرج في شدة العرض (صفر) تعني عدم وجود العرض، (1) تعني وجود العرض بدرجة خفيفة، (2) تعني وجود العرض بدرجة متوسطة، (3) تعني وجود العرض بدرجة كبيرة (أحمد عبد الخالق، 1996).

(هـ) تقنين المقياس: صدق المقياس:

حظيت قائمة بيك للاكنتاب بنسب صدق وثبات جيدة في عدد من البيئات العربية في مصر، والسعودية، وسوريا، ولبنان، والكويت؛ مما يعتبر مؤشر مطمئن لتطبيق المقياس على عينة البحث الحالية إلا أن الباحثة آثرت إجراء صدق التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory Factor Analysis، من الدرجة الأولى على العينة الاستطلاعية (ن=80)، بطريقة المكونات الأساسية Principal component's، للتحقق من البناء العاملي للمقياس، وقد أسفرت مصفوفة الارتباط عن قيمة Determinant أكبر من (0.001)، كما أن قيمة اختبار برتليت (Bartlett's test of sphericity) فُدرت بـ (690.03) وهي قيمة دالة عند (0.01)، وقيمة اختبار "كايزر وماير وأولكين" KMO (Kaiser-Mayer-Olkin) تساوي (0.696) وهي قيمة أعلى من (0.50) مما يدل على كفاءة التعيين وأن المصفوفة يتوفر فيها الحد الأدنى من الارتباطات التي تجعلها قابلة للتحليل العاملي؛ ويتضمن الجدول (8) درجة تشبع فقرات المقياس على العوامل المستخلصة:

جدول (8)

مصفوفة المكونات أو العوامل

قيم الشيوخ Com munal ities	مصفوفة المكونات Component Matrix							
	Loadings التشبعات							المتغير ت variab les
	السابع	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول	
0.684	0.219-	0.145	0.502	0.190-	0.285	0.400-	0.292	1

قيم الشيوع Com munal ities	Component Matrix مصفوفة المكونات							المتغير ت variab les
	Loadings التشبعات							
	السابع	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول	
0.668	0.091	0.135-	0.413-	0.139	0.271	0.290-	0.542	2
0.703	0.085	0.068	0.037	0.532	0.113-	0.281-	0.562	3
0.677	0.321-	0.172	0.243-	0.008	0.291	0.094-	0.626	4
0.516	0.143-	0.263-	0.055-	0.339	0.166	0.369-	0.381	5
0.680	0.099	0.160	0.426	0.198	0.241-	0.411-	0.444	6
0.681	0.175-	0.185	0.071-	0.283-	0.384	0.136-	0.605	7
0.649	0.065	0.412-	0.206	0.095	0.251-	0.294-	0.523	8
0.778	0.154-	0.249-	0.344-	0.065-	0.096-	0.321-	0.677	9
0.759	0.137	0.018	0.067-	0.407-	0.456-	0.142-	0.585	10
0.792	0.630	0.036	0.142	0.106-	0.194	0.338-	0.459	11
0.612	0.137-	0.092-	0.087-	0.012	0.334-	0.069-	0.679	12
0.566	0.093	0.110	0.189	0.007-	0.491	0.030-	0.517	13
0.756	0.153-	0.007-	0.104	0.196-	0.439-	0.262	0.649	14
0.821	0.384	0.249-	0.014	0.384-	0.167	0.463	0.471	15
0.668	0.119-	0.411	0.032-	0.315-	0.145-	0.016-	0.603	16
0.784	0.036	0.191-	0.082-	0.006	0.209	0.609	0.571	17
0.728	0.032-	0.070-	0.029	0.141	0.010	0.661	0.515	18
0.655	0.036-	0.099-	0.296	0.319	0.098	0.480	0.463	19
0.578	0.183-	0.124	0.239	0.164	0.033-	0.545	0.382	20
0.849	0.318	0.566	0.335-	0.369	0.167-	0.220	0.322	21
	1.021	1.074	1.178	1.332	1.479	2.651	5.869	الجذر الكامن
	4.862	5.115	5.610	6.342	7.044	12.622	27.947	نسبة التباين

يوضح الجدول (8) قيم التشبعات والشيوع المستخلصة من التحليل العاملي لاستجابات العينة الاستطلاعية (ن=80) لفقرات مقياس بيك للاكنتاب؛ حيث يتضح تشبعها على (7) عوامل استوعب العامل الأول (27.95%) من التباين الارتباطي وبلغ جذره الكامن (5.87)، والثاني استوعب (12.62%) من التباين الارتباطي وبلغ جذره الكامن (2.65)، والثالث استوعب (7.04%) من التباين الارتباطي وبلغ جذره الكامن (1.48)، والرابع استوعب (6.34%) من التباين الارتباطي وبلغ جذره الكامن (1.32)، والخامس استوعب (5.61%) من التباين الارتباطي وبلغ جذره الكامن (1.18)، والسادس استوعب (5.11%) من التباين الارتباطي وبلغ جذره الكامن (1.07)، والسابع استوعب (4.86%) من التباين الارتباطي وبلغ جذره الكامن (1.02)، بما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق، وتتفق مع تقنين "أحمد عبد الخالق 1996" للمقياس وتشبعه على (7) عوامل.

(2) ثبات المقياس:

(أ) معامل ثبات ألفا كرونباخ: تم حساب ثبات قائمة بيك للاكنتاب، باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ ضمن حزمة البرامج الإحصائية المعروفة باسم spss، على العينة الاستطلاعية (ن=80)، وبلغ معامل الثبات المستخرج (0.865) وهو معامل ثبات جيد ومطمئن للتطبيق.

(ب) معامل ثبات التجزئة النصفية: تم حساب ثبات القسمة النصفية (فردى - زوجي) لبنود قائمة بيك للاكنتاب، وتصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان - براون، على العينة الاستطلاعية (ن=80)، وبلغ معامل الثبات قبل تصحيح الطول (0.465)، وبعد تصحيح الطول بلغ (0.635)، وهو معامل ثبات مقبول للتطبيق.

(4) الأساليب الإحصائية المستخدمة بالبحث:

تم إدخال البيانات ومعالجتها إحصائياً باستخدام حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss، اعتماداً على مقاييس النزعة المركزية من متوسطات وانحرافات معيارية، لقياس متوسط استجابات العينة على أدوات البحث، كما تم استخدام تحليل الانحدار البسيط، والاختبار التائي، وتحليل التباين؛ لمعرفة نسب الإسهام ودلالة الفروق بين أفراد العينة الكلية على متغيرات البحث.

(8) المعالجة الإحصائية واستخراج النتائج:

(أولاً) نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على: "يسهم استخدام الإنترنت في التنبؤ بمعدلات الاكنتاب لدى عينة البحث."

للتحقق من صحة الفرض السابق قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل الانحدار البسيط؛ لبيان قدرة المتغير المستقل (التفسيري)، وهو استخدام الإنترنت بأبعاده الستة (المعرفي، والسلوكي، والاجتماعي، والنفسي، والصحي، والقيمي)، على التنبؤ بالمتغير التابع (المتنبئ به) وهو الاكنتاب، لدى العينة، ويوضح الجداول (9، 10، 11) النتائج التي تم التوصل لها:

(أ) نتائج المرحلة الثانوية:

جدول(9)

تحليل الانحدار البسيط للمتغيرات المنبئة (أبعاد مقياس استخدام الإنترنت)
بالمتغير التابع (الاكنتاب) لدى طالبات المرحلة الثانوية

الثابت	قيمة T. test	بيتا Beta	المعامل الباني	قيمة F ف	R ² R-s q	R	معامل الانحدار	
							المنبئة	المتنبئ بها
31.74	0.30	0.041	0.259	0.09	0.002	0.041	البعد المعرفي	المنبئة
							الاكنتاب	المتنبئ بها
26.64	0.74	0.099	0.457	0.55	0.010	0.099	البعد السلوكي	المنبئة
							الاكنتاب	المتنبئ بها
32.63	0.15	0.020	0.087	0.02	0.000	0.020	البعد الاجتماعي	المنبئة
							الاكنتاب	المتنبئ بها
21.12	1.19	0.158	0.430	1.41	0.025	0.158	البعد النفسي	المنبئة
							الاكنتاب	المتنبئ بها
13.31	2.37	0.30	1.33	5.62	0.093	0.304	البعد الصحي	المنبئة
							الاكنتاب	المتنبئ بها
21.91	1.78	0.233	1.283	3.15	0.054	0.233	البعد القيمي	المنبئة
							الاكنتاب	المتنبئ بها
15.82	1.45	0.191	0.181	2.09	0.037	0.191	الدرجة الكلية	المنبئة
							الاكنتاب	المتنبئ بها

يكشف الجدول (9) إلى ضعف إسهام البعد المعرفي، والبعد السلوكي، والبعد الاجتماعي، في معدلات الاكنتاب لدى طالبات المرحلة الثانوية، في حين ساهم البعد النفسي بنسبة (2.50%) في معدلات الاكنتاب، وإسهام البعد الصحي بأكبر نسبة بلغت (9.30%) والبعد القيمي ساهم بنسبة (5.40%) من معدلات الاكنتاب لدى طالبات المرحلة الثانوية.

(ب) نتائج المرحلة الجامعية:

جدول(10)

تحليل الانحدار البسيط للمتغيرات المنبئة (أبعاد مقياس استخدام الإنترنت)
بالمتغير التابع (الاكتتاب) لدى طالبات المرحلة الجامعية

الثابت	قيمة ت T. test	بيتا Beta	المعامل الباني	قيمة ف F	ر2 R-s q	ر R	معامل الانحدار المتغيرات	
							المنبئة	المتنبئ بها
36.69	0.24-	0.03-	0.177-	0.06	0.001	0.027	البعد المعرفي	المنبئة
							الاكتتاب	المتنبئ بها
46.72	1.24-	0.142-	0.675-	1.53	0.020	0.142	البعد السلوكي	المنبئة
							الاكتتاب	المتنبئ بها
37.59	0.33-	0.038-	0.161-	0.11	0.001	0.038	البعد الاجتماعي	المنبئة
							الاكتتاب	المتنبئ بها
46.61	1.29-	0.148-	0.408-	1.66	0.022	0.148	البعد النفسي	المنبئة
							الاكتتاب	المتنبئ بها
38.77	0.50-	0.058-	0.267-	0.25	0.003	0.058	البعد الصحي	المنبئة
							الاكتتاب	المتنبئ بها
34.11	0.09	0.011	0.083	0.01	0.000	0.011	البعد القيمي	المنبئة
							الاكتتاب	المتنبئ بها
47.11	1.01-	0.117-	0.126-	0.10	0.14	0.117	الدرجة الكلية	المنبئة
							الاكتتاب	المتنبئ بها

يكشف الجدول (10) إلى ضعف إسهام البُعد المعرفي، والبُعد الاجتماعي، والبُعد الصحي، والبُعد القيمي في معدلات الاكْتتاب لدى طالبات المرحلة الجامعية، في حين ساهم البُعد السلوكي بنسبة (2%)، والبُعد النفسي بنسبة (2.20%) في معدلات الاكْتتاب، وإسهام الدرجة الكلية للاستخدام بنسبة (1.40%) من معدلات الاكْتتاب لدى طالبات المرحلة الجامعية، وكلها إسهامات ضعيفة.
(ج) نتائج العينة الكلية:

جدول(11)

تحليل الانحدار البسيط للمتغيرات المنبئة (أبعاد مقياس استخدام الإنترنت)
بالمتغير التابع (الاكتتاب) لدى العينة الكلية

الثابت	قيمة ت T. test	بيتا Beta	المعامل الباني	قيمة ف F	ر2 R-s q	ر R	معامل الانحدار المتغيرات	
							المنبئة	المتنبئ بها
34.27	0.05	0.005	0.030	0.00	0.000	0.005	البعد المعرفي	المنبئة
							الاكتتاب	المتنبئ بها

الثابت	قيمة ت T. test	بيتا Beta	المعامل الباني	قيمة ف F	ر R-s q	ر R	معامل الانحدار المتغيرات	
							المنبئة السلوكي	المتنبئ بها الاكتئاب
37.34	0.39-	0.034-	0.160-	0.15	0.001	0.034	المنبئة السلوكي	المتنبئ بها الاكتئاب
							المنبئة الاجتماعي	المتنبئ بها الاكتئاب
35.88	0.20-	0.017-	0.071-	0.04	0.000	0.017	المنبئة الاجتماعي	المتنبئ بها الاكتئاب
							المنبئة الاجتماعي	المتنبئ بها الاكتئاب
35.99	0.20-	0.018-	0.047-	0.04	0.000	0.018	المنبئة الاجتماعي	المتنبئ بها الاكتئاب
							المنبئة الاجتماعي	المتنبئ بها الاكتئاب
27.76	1.15	0.100	0.445	1.32	0.010	0.100	المنبئة الصحي	المتنبئ بها الاكتئاب
							المنبئة الصحي	المتنبئ بها الاكتئاب
28.69	1.27	0.111	0.677	1.63	0.012	0.111	المنبئة القيمي	المتنبئ بها الاكتئاب
							المنبئة القيمي	المتنبئ بها الاكتئاب
32.24	0.28	0.023	0.023	0.07	0.001	0.023	المنبئة الدرجة الكلية	المتنبئ بها الاكتئاب
							المنبئة الدرجة الكلية	المتنبئ بها الاكتئاب

يكشف الجدول (11) إلى ضعف إسهام البعد المعرفي، والبعد السلوكي، والبعد الاجتماعي، والبعد النفسي في معدلات الاكتئاب لدى العينة الكلية، في حين ساهم البعد الصحي بنسبة بلغت (واحد%) والبعد القيمي ساهم بنسبة (1.20%) من معدلات الاكتئاب لدى العينة الكلية.

(ثانياً) نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني على: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجة طالبات المرحلة الثانوية، ومتوسط درجة طالبات المرحلة الجامعية في الأداء على مقياس استخدامات الإنترنت، وأبعاده الفرعية." للتحقق من صحة الفرض السابق، ومعرفة مستويات الدلالة واتجاهها لصالح أي من فئتي البحث (طالبات ثانوي، وطالبات جامعة)، وذلك على مقياس استخدام الإنترنت وأبعاده الفرعية الستة (المعرفي، والسلوكي، والاجتماعي، والنفسي، والصحي، والقيمي)، تم استخدام الاختبار التائي T.test " لاختبار دلالة الفروق بين عينتين غير مرتبطتين، ويوضح الجداول (12) النتائج التي تم التوصل إليها:

جدول (12)

المتوسطات (م) والانحرافات المعيارية (ع) لمقياس استخدام الإنترنت وأبعاده الفرعية وقيم (ت) لدى عينة البحث:

الدلالة	قيمة (ت)	المرحلة الجامعية (ن=76)		المرحلة الثانوية (ن=57)		الأبعاد
		ع	م	ع	م	
دال عند مستوى 0.05 في اتجاه الجامعية	* 2.07-	2.33	10.80	2.38	9.94	البُعد المعرفي
غير دال	1.60-	3.18	17.69	3.29	16.79	البُعد السلوكي
دال عند مستوى 0.01 في اتجاه الثانوية	** 2.93	3.59	17.50	3.45	19.31	البُعد الاجتماعي
غير دال	1.75	5.48	29.00	5.58	30.70	البُعد النفسي
غير دال	1.51	3.27	14.93	3.48	15.82	البُعد الصحي
دال عند مستوى 0.01 في اتجاه الثانوية	** 4.15	1.94	7.97	2.75	9.67	البُعد القيمي
غير دال	1.66	13.99	97.91	16.06	102.24	الدرجة الكلية

** دال عند مستوى 0.01

* دال عند مستوى 0.05

دال عند 0.01 = 2.576

د/ح = 131 دالة عند 0.05 = 1.960

يشير الجدول (12) إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين طالبات المرحلة الثانوية، وطالبات المرحلة الجامعية على البُعد المعرفي في اتجاه طالبات الجامعة، وعند مستوى دلالة (0.01) على البُعد الاجتماعي والبُعد القيمي في اتجاه طالبات الثانوي.

(ثالثاً) نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص الفرض الثالث على: " يزداد الاكنتاب بزيادة مدة استخدام الإنترنت." "

للتحقق من الفرض السابق، تم استخدام اختبار تحليل التباين في اتجاه واحد " One Way ANOVA"؛ لاختبار دلالة الفروق بين عينة البحث وفق مدة استخدام الإنترنت (ساعة باليوم، من 2: أقل من 5 ساعات، أكثر من 5 ساعات)، على مقياس بيك للاكنتاب، واختبار " شيفيه Scheffe " لإجراء جميع المقارنات الممكنة بين كل مجموعتين من المجموعات الثلاثة في حال وجود دلالة، ويوضح الجداول (13، 14، 15، 16، 17، 18) النتائج التي تم التوصل إليها: (أ) نتائج المرحلة الثانوية

جدول (13)

تحليل التباين في اتجاه واحد لدلالة الفروق وفق مدة التعرض على مقياس بيك للاكنتاب لدى طالبات المرحلة الثانوية

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيم ف	مستوى الدلالة
بيك للاكنتاب	بين المجموعات	2332.96	2	1166.48	5.96	دال عند 0.01
	داخل المجموعات	10559.3	45	195.54		
	التباين الكلي	12892.3	56			

يكشف الجدول (13)، وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين مجموعات المرحلة الثانوية الثلاث وفق مدة استخدام الإنترنت (ساعة باليوم، من 2: أقل من 5 ساعات، أكثر من 5 ساعات)، في الأداء على مقياس بيك للاكنتاب.

جدول (14)

اختبار "شيفيه" للمقارنات بين المجموعات الثلاث على بيك للاكنتاب

المجموعة	المتوسط	ساعة باليوم	من 2: أقل من 5 ساعات	أكثر من 5 ساعات
ساعة باليوم	20.60	-	* 17.85-	* 15.73-
من 2: أقل من 5 ساعات	38.45	-	-	2.11
أكثر من 5 ساعات	36.33	-	-	-

يكشف الجدول (14)، عن وجود فروق دالة إحصائياً في الأداء على مقياس بيك عند مستوى دلالة (0.05)، بين مجموعة استخدام الإنترنت لمدة ساعة باليوم وكلا من مجموعتي استخدام الإنترنت من 2 إلى أقل من 5 ساعات باليوم، ومجموعة استخدام الإنترنت لأكثر من 5 ساعات باليوم في اتجاه مجموعتي الاستخدام من 2 إلى أقل من 5 ساعات، ولأكثر من 5 ساعات باليوم.

(ب) نتائج المرحلة الجامعية:

جدول (15)

تحليل التباين في اتجاه واحد لدلالة الفروق وفق مدة التعرض على مقياس بيك للاكنتاب لدى طالبات المرحلة الجامعية

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيم ف	مستوى الدلالة
---------	--------------	----------------	-------------	----------------	-------	---------------

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيم ف	مستوى الدلالة
بيك للاكنتاب	بين المجموعات داخل المجموعات التباين الكلي	4647.28 12451.9 17099.2	2 73 75	2323.64 170.57	13.62	دال عند 0.01

يكشف الجدول (15)، وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين مجموعات المرحلة الجامعية الثلاث وفق مدة استخدام الإنترنت (ساعة باليوم، من 2: أقل من 5 ساعات، أكثر من 5 ساعات)، في الأداء على مقياس بيك للاكنتاب.

جدول (16)

اختبار "شيفيه" للمقارنات بين المجموعات الثلاث على بيك للاكنتاب

المجموعة	المتوسط	ساعة باليوم	من 2: أقل من 5 ساعات	أكثر من 5 ساعات
ساعة باليوم	23.89	-	3.89-	18.42-*
من 2: أقل من 5 ساعات	27.78	-	-	14.52-*
أكثر من 5 ساعات	42.31	-	-	-

يكشف الجدول (16)، عن وجود فروق دالة إحصائياً في الأداء على مقياس بيك عند مستوى دلالة (0.05)، بين مجموعة استخدام الإنترنت لمدة ساعة باليوم، ومجموعة استخدام الإنترنت لأكثر من 5 ساعات باليوم في اتجاه مجموعة الاستخدام لأكثر من 5 ساعات باليوم، كما وجدت فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين مجموعة استخدام الإنترنت من 2 إلى أقل من 5 ساعات باليوم، ومجموعة استخدام الإنترنت لأكثر من 5 ساعات باليوم في اتجاه مجموعة الاستخدام لأكثر من 5 ساعات باليوم.

(أ) نتائج العينة الكلية:

جدول (17)

تحليل التباين في اتجاه واحد لدلالة الفروق وفق مدة التعرض على مقياس بيك للاكنتاب لدى العينة الكلية

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيم ف	مستوى الدلالة
بيك للاكنتاب	بين المجموعات داخل المجموعات التباين الكلي	5039.64 24958.8 29998.4	2 130 132	2519.82 191.99	13.12	دال عند 0.01

يكشف الجدول (17)، وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين مجموعات العينة الكلية الثلاث وفق مدة استخدام الإنترنت (ساعة باليوم، من 2: أقل من 5 ساعات، أكثر من 5 ساعات)، في الأداء على مقياس بيك للاكنتاب.

جدول (18)

اختبار "شيفيه" للمقارنات بين المجموعات الثلاث على بيك للاكنتاب

المجموعة	المتوسط	ساعة باليوم	من 2: أقل من 5 ساعات	أكثر من 5 ساعات
ساعة باليوم	22.16	-	* 10.07-	* 17.70-
من 2: أقل من 5 ساعات	32.23	-	-	* 7.63-
أكثر من 5 ساعات	39.86	-	-	-

يكشف الجدول (18)، عن وجود فروق دالة إحصائياً في الأداء على مقياس بيك عند مستوى دلالة (0.05)، بين مجموعة استخدام الإنترنت لمدة ساعة باليوم وكلا من مجموعتي استخدام الإنترنت من 2 إلى أقل من 5 ساعات باليوم، ومجموعة استخدام الإنترنت لأكثر من 5 ساعات باليوم في اتجاه مجموعتي الاستخدام من 2 إلى أقل من 5 ساعات، ولأكثر من 5 ساعات باليوم، كما وجدت فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين مجموعة استخدام الإنترنت من 2 إلى أقل من 5 ساعات باليوم، ومجموعة استخدام الإنترنت لأكثر من 5 ساعات باليوم في اتجاه مجموعة الاستخدام لأكثر من 5 ساعات باليوم.

مناقشة النتائج:

تشير نتائج الفرض الأول إلى ضعف إسهام البعد المعرفي، والبعد السلوكي، والبعد الاجتماعي في معدلات الاكتئاب لدى طالبات المرحلة الثانوية والجامعية، ويرجع ذلك إلى انشغال الطالبات في الدراسة والعلاقات الاجتماعية، مما يتيح لهم استخدام الإنترنت بشكل دائم وهذا ما أشارت إليه دراسة: (Miller,2019; Howard ,2019; Nicholas, 2020; Pinker, 2010) و بشرى أنوت (2016)، وهبة بهي الدين ربيع (2003)، في حين ساهم البعد النفسي بنسبة (2.50%) في معدلات الاكتئاب، تفسر النتيجة بأن إدمان الإنترنت يؤدي إلى زيادة العزلة والانسحابية عن المجتمع والذي قد يؤدي إلى الاكتئاب، وهذا ما يجعل الفرد يعيش في صراعات مختلفة مع نفسه ومع البيئة المحيطة من حوله. ولعل هذه النتيجة جاءت موافقة للعديد من الدراسات التي ذكرت تأثير الإنترنت ومساهمته في تكوين الاكتئاب مثل: دراسة بوفرة مختار(2019) و عبد الكريم غالي محسن (2012) و خالد العمار (2019, Mosley; 2013, Preidt; 2013, Cengiz; 2013, Nicholas, 2020) التي توصلت إلى أن إدمان الإنترنت يرتبط بعلاقة سلبية مع الصحة النفسية للفرد. وإسهام البعد الصحي بأكبر نسبة بلغت (9.30%)، لأن استخدام الإنترنت لساعات طويلة يؤثر صحياً كما جاء في دراسة سارة علي الحربي، وهند عايد و سيد الرحمن (2019) و دانيا الشبؤون (2011)، والبعد القيمي ساهم بنسبة (5.40%) من معدلات الاكتئاب لدى طالبات المرحلة الثانوية؛ مما أدى إدمان الإنترنت وإشباع رغبة المتعلمين، وما يوفره الإنترنت من مواقع متنوعة تجذب المستفيد نحوها بإشباع الغرائز والميول، وقد اتفقت النتائج مع أدبيات الإطار النظري للدراسة أيضاً مع دراسة (Brown, (2019), Corbitt & etal, (2020), Mosley, (2020), Miller, (2019), Danielle, (2018), Jennifer, (2019), Nicholas, (2020) واتفقت هذه الدراسات مع الدراسة الحالية في أن التنشئة الاجتماعية والثقافية السائدة في الأسرة أدت إلى الإكئاب لدى الطالبات، كذلك انشغال الطالبات بالأمور الدراسية، يقلل من فرصة توافر عامل الوقت لانشغالهن بأمور أخرى دراسية واجتماعية، أما الطالبات اللاتي لديهن فرصة أكبر للتعامل مع الإنترنت، فكانت فرص حدوث الإكئاب لديهن أكبر كما جاء في نتائج الفرض الثالث للدراسة الحالية "يزداد الإكئاب بزيادة مدة استخدام الإنترنت." وهذا ما أكدته أيضاً دراسة (McKellop) 2020, Ducharme, 2019). أما نتائج الفرض الثاني والذي ينص على: " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجة طالبات المرحلة الثانوية، ومتوسط درجة طالبات المرحلة الجامعية في الأداء على مقياس استخدامات الإنترنت، وأبعاده الفرعية، توصلت الدراسة الحالية إلى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين طالبات المرحلة الثانوية، وطالبات المرحلة الجامعية على البعد المعرفي في اتجاه طالبات الجامعة، وعند مستوى دلالة (0.01) على البعد الاجتماعي والبعد القيمي في اتجاه طالبات الثانوي، ويدل ذلك على أن مواقع التواصل الاجتماعي أصبحت بديلاً لا يستهان به عن الحياة الواقعية، والاستخفاف بتأثيرها أو اعتبارها مجرد نوع من التسلية قد يؤدي إلى نتائج كارثية، حيث أن بعض مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعية يتخلون تماماً عن حياتهم الواقعية عن طريق إنشاء حياة موازية عبر مواقع التواصل الاجتماعية، وهذا قد يؤدي إلى الشعور بالوحدة والعزلة (عكس المتوقع) وبالتالي إلى درجات من الاكتئاب، واتفقت دراسة (Brown, 2019)

(Howard, S. (2010), Pinker, S. (2010) و خالد العمار (2014)، و محمد النوبة محمد علي (2010). مع الدراسة الحالية . بينما اختلفت دراسة كلاً من (بشرى أرنوت (2016)، و بسمه حسين عيد يونس (2016) Shakespeare (2020) McKellop , (2019) مع الدراسة الحالية في عدم توضيح أبعاد الإدمان على الإنترنت مثل البعد المعرفي و الاجتماعي و القيمي وأثارها في حدوث الإدمان على الإنترنت. أما نتائج الفرض الثالث والذي ينص على: " يزداد الاكتئاب بزيادة مدة استخدام الإنترنت." وقد اتفقت دراسة Cengiz, S., (2019) Preidt (2013) و يمينة بوبعاية (2016) و بوفرة مختار (2019) مع نتائج الدراسة الحالية عن وجود فروق دالة إحصائياً في الأداء على مقياس الاكتئاب بين مجموعات استخدام الإنترنت لمدة ساعة باليوم ومجموعات استخدام الإنترنت من 2 إلى أقل من 5 ساعات باليوم، ومجموعات استخدام الإنترنت لأكثر من 5 ساعات باليوم في اتجاه مجموعتي الاستخدام من 2 إلى أقل من 5 ساعات، ولأكثر من 5 ساعات باليوم، كما وجدت فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين مجموعة استخدام الإنترنت من 2 إلى أقل من 5 ساعات باليوم، ومجموعة استخدام الإنترنت لأكثر من 5 ساعات باليوم في اتجاه مجموعة الاستخدام لأكثر من 5 ساعات باليوم مما يشير إلى أنه يزداد الاكتئاب بزيادة مدة استخدام الإنترنت.

التوصيات:

من خلال النتائج التي توصلت إليها الباحثة، نجد بعض التوصيات التي تؤخذ بعين الاعتبار ومنها:

- 1-نشر الوعي النفسي عند الشباب من خلال التوعية، والإرشاد لدى المؤسسات التعليمية عامة، والجامعية خاصة للتعامل مع مخاطر الإنترنت.
- 2-إعداد البرامج والدورات والندوات التي تحفز الطلبة بعدم الانجرار وراء إدمان الإنترنت .
- 3-تفعيل دور المراكز البحثية والتربوية والنفسية والإرشاد التربوي بالجامعات، لتوعية الطلبة من مخاطر إدمان الإنترنت، وتوفير مراكز لمساعدة المدمنين للإنترنت.
- 4-توظيف استراتيجيات معرفية سلوكية للتعامل مع الاستخدام المفرط للإنترنت، وتقويم فاعليتها من خلال مقارنتها مع أساليب إرشادية أخرى.
- 5-التوعية الموجهة لفئة الطلاب وأولياء الأمور عن مشكلات إدمان الإنترنت.
- 6-إدراج أضرار الإدمان على الإنترنت في المناهج الدراسية منذ المرحلة الابتدائية.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- أرنوت، بشرى. (2016). إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين. *مجلة أبحاث ميسان*، المجلد الثاني عشر، العدد الرابع والعشرون، ص 33-96.
- بوبعابة، سميرة. (2017). الإدمان على الإنترنت وعلاقته بظهور اضطرابات النوم لدى عينة من الشباب الجامعي، دراسة ميدانية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة. (رسالة ماجستير غير منشورة) الجمهورية الجزائرية، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
- بوبعابة، يمينة. (2016). مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي الفيس بوك أنموذجا، ماجستير، جامعة محمد بوضياف المسيلة. الجزائر.
- الجليليه، الجوهرة بنت فهد. (2016). إدمان الإنترنت وعلاقته بالرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية، *المجلة الدولية التربوية المتخصصة*، المجلد 5، العدد 5، ص 301-323.
- حمص، رولا. (2009). إدمان الإنترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعي، دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق. سوريا.
- خليل، محمود بيومي. (2002). *انحرافات الشباب في عصر العولمة*. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر.
- الراشد، سعد بن عبد الله. (2014). إدمان الإنترنت لدى طلاب الجامعة في المملكة العربية السعودية. دراسة اختبارية للاستبيان التشخيصي لـ كيمبيرلي يونج" كلية الإعلام والاتصال. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الرياض، *مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، المجلد 11، العدد 1، ص 44-65.
- ربيع، هبة بهي الدين. (2003). إدمان شبكة المعلومات والاتصالات الدولية (الانترنت) في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة الدراسات النفسية*، العدد (04)، المجلد رقم (12).
- شاهين، محمد احمد. (2015). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض إدمان الإنترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين، *مجلة جامعة الأقصى*. (سلسلة العلوم الإنسانية)، المجلد التاسع عشر، العدد الثاني، ص 183-199.
- الشبؤون، دانيا. (2011). القلق وعلاقته بالاكنتاب عند المراهقين، "دراسة ميدانية ارتباطية لدى عينة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية". *مجلة جامعة دمشق*، المجلد 27، العدد الثالث + الرابع، 759-797.
- الطاهر، الرشيد إسماعيل. (2018). إدمان الإنترنت لطلاب كلية التربية بجامعة الملك فيصل وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية. *مجلة الدراسات العليا*، مجلد 01، ص 395 – 432
- طيار، فهد بن علي. (2016). إدمان الإنترنت وعلاقته بأساليب المعاملة الودية لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود. *المجلة الدولية التربوية المتخصصة*، المجلد 5، العدد 3، ص 419-446.
- عباس، محمد خليل ، ملحم، سامي محمد. (2015). القدرة التنبؤية لكل من العدائية والغضب والاكنتاب في سمة التشدد في الرأي (الدوجماتية) لدى عينة من المراهقين في الاردن وعلاقته بتقدير الذات لديهم. *مجلة دراسات العلوم التربوية*، المجلد 42، العدد 1، جامعة الإمام العربية : 16:1.
- علي، سارة، والحربي، هند عايد والرحمن سيد. (2019). العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والاكنتاب بين المراهقات في بريدة. القصيم، المملكة العربية السعودية، *Journal for Humanities and Social Sciences*، 10 مايو، Volume 64، February 2019 Issue ، Pages 141–162 CAMS، 2، جامعة القصيم: المملكة العربية السعودية.
- علي، محمد النوبة محمد. (2010). مقياس إدمان الإنترنت لدى طلاب الجامعة الموهوبين. ط 1، عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

- العمار، خالد. (2014). إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة دمشق- فرع درعا. *مجلة جامعة دمشق*، المجلد 30، العدد الأول، كلية التربية: جامعة دمشق.
- قاموس علم النفس كمبريدج. (2020).
<https://archive.org/details/waq45338/page/n3/mode/2up->
- محسن، عبد الكريم غالي (2012). الاكتئاب لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالجنس والتخصص. *مجلة كلية التربية للعلوم الإنسانية*، جامعة البصرة، ص 1-33.
- مختار، بوفرة (2019). إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من تلاميذ التعليم المتوسط. *مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية*، العدد 49، 111-136.
- مرياني، محمد (2001). اللغة العربية والانترنت. *المجلة العربية للعلوم*، العدد، 34، مجلد 31، ص 61-87.
- معجل، سهام مطشر وبريسم، علي عبد الحسن (2016). الإدمان على الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. *مجلة أبحاث ميسان*، المجلد الثاني عشر، العدد الرابع والعشرون، ص 1-35
- منظمة الصحة العالمية (2020). الاضطرابات النفسية. برنامج العمل لرأب الفجوة في الصحة النفسية (mhGAP)، 28 تشرين الثاني/نوفمبر: قطر.
- النجمة، علاء الدين إبراهيم. (2008). مدى فعالية برنامج إرشادي نفسي للتخفيف من أعراض الاكتئاب عند طلاب المرحلة الثانوية. ماجستير، كلية التربية الإسلامية، غزة.
- يونس، بسمه حسين عيد. (2016). إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة. (ماجستير) جامعة الأزهر، غزة.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Al Liwaa;.(2018). Antidepressants are dangerous and ineffective. *so why do doctors prescribe them to children?* 25 Aug. 49(2), pp. 598-613.
- Brown, S..(2019). More time on social media linked to increase in teenage depression, *study finds*. July 15, *researchers at Montreal's Sainte-Justine*.
- Cengiz,S. (2013).An analysis of internet addiction levels of individuals according various variables.The *Turkish Online Journal of Educational Technology* . October 2011, volume 10, Issue 4 .
- Corbitt,D.J.,Gauthier,J.M.,& Troop, W.(2020). cidality Disclosed Online: Using a Simulated Facebook Task to Identify Predictors of Support Giving to Friends at Risk of Self-harm, Suicide and Life.*Threatening Behavior*,
- Danielle, L., Clark, J., Raphael & Amy L..,(2018). Social Media Screening in Adolescent Primary Care Pediatrics. June, 141, (6).
- De Bono Center for Teaching Thinking.(2020). Depression Scale, Al Manhal Collections. (www.almanhal.com) Imam Abdulrahman Bin Faisal University.
- Ducharme, J.,(2019). Social Media Hurts Girls More Than Boys. *J Child Adolesc Behav* ,Vol 6 (3), 374-397
- Fast, K.,&Jansson, A.(2019). *Transmedia work: Privilege and precariousness in digital modernity*. *Canadian Journal of Psychiatry*, January 9, pp. 1-175.

- Howard, J.,(2019).Increasing social media use tied to rise in teens' depressive symptoms. UCLA's Brain Mapping Center, July 15, 2019.
- Jennifer, V.,(2019). is a Reading, PA-based freelance writer with 15 years of experience as a writer and research analyst in the healthcare field.
- Marshall, J.M., Dunstan, D.A.,& Bartik, W.(2019). Clinical or gimmickal: The use and effectiveness of mobile mental health apps for treating anxiety and depression. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*.
- McKellop, M.,(2020).Study: Excessive social media fuels teenage depression. *Montréal's Sainte-Justine*, July 26.
- Miller, C .(2019). Does Social Media Cause Depression? Evidence is mounting that there is a link between social media and depression, studies teenage and young adult. *Child Mind Institute: New York Magazine*.
- Mosley, T.,(2020). Study Links Social Media Use To Anxiety, Depression, The impact of racism on child and adolescent health. *Clinical Child and Family Psychology Review*,22(3), pp. 316-347
- Nicholas, C.(2020). *The effects of the internet Fast forward Fear of a fried future*. Norton Published in Britain by Atlantic in September.
- Phua J, Jin, S,& Hahm, J.(2018). Celebrity-endorsed e-cigarette brand Instagram advertisements: Effects on young adults' attitudes towards e-cigarettes and smoking intentions. *J Health Psychol*;23:550e60.
- Pinker,S.(2010). the shallows, and the nature The solution is not to bemoan technology but to develop strategies of selfcontrol, as we do with every other temptation in life. PNAS May 11, 2010, 107 (Supplement 2) 8993-8999; first published May 5.
- Preidt, R.,(2019). *Too Much Social Media a Depression Risk for Teens*. *psychiatry, Lancet Child & Adolescent*, University of Montreal.
- Roche,C.&Young,J.(2015). perceived influence of social media on young adult health behaviors.Vaterlaus#Gettinghealthy,*The Comput Hum Behav*;45:151,e7.
- Shakespeare,J.(2019).Arise In Depression Among Teens And Young Adults Could Be Linked To Social Media Use.*adolescent health*, March 14.
- Shukrya K.,Maliki, J, Asadi, A, &Waely, S.(2016). Prevalence and Levels of Depression Among Parents of Children with Cancer in Basrah. *Sultan Qaboos University Med J*, August, Vol. 16, Iss. 3, pp. e329–334 .
- Trent, M., Dooley, D.G., Dougé, J, Upadhya, K.K., Wallace, S.B.
- widyanto, L.,& Mcmurran, M.(2016).the psychometric properties of the internet addiction test . *psychology & Behavior* , 7 (4) , 443-450.
- Wikipedia.(2020). Social media and the effects on American adolescents.