



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت لدى عينة من
طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة

**Predicting Emotional Separation in Light of Psychological
Loneliness and Internet Addiction Among a Sample of Married
Graduate Students at Al-Quds Open University**

إعداد:

بوشرى عبد القادر العيساوي أسينا

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

2025



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات العليا
المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة

**Predicting Emotional Separation in Light of Psychological Loneliness and
Internet Addiction Among a Sample of Married Graduate Students at Al-
Quds Open University**

إعداد:

بوشري عبد القادر العيساوي أسينا

بإشراف

الأستاذ الدكتور حمدي أبو جراد

قدّمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في

الإرشاد النفسي والتربوي
جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

2025

التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة
الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة

Predicting Emotional Separation in Light of Psychological Loneliness and Internet Addiction Among a Sample of Married Graduate Students at Al-Quds Open University

إعداد:

بوشرى عبد القادر العيساوي أسينا

بإشراف:

أ. د. حمدي يونس أبو جراد

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت في 2025/4/29م

أعضاء لجنة المناقشة

مشرفاً ورئيساً.....
عضواً.....
عضواً.....

جامعة القدس المفتوحة

جامعة فلسطين التقنية

جامعة القدس المفتوحة

أ. د. حمدي يونس أبو جراد

أ. د. جولتان حسن حجازي

أ. د. حسني محمد عوض

أنا الموقعة أدناه بوشرى عبد القادر العيساوي أسينا، أفوض جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص، عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

الاسم: بوشرى عبد القادر العيساوي أسينا

الرقم الجامعي: 0330012220097

التوقيع:

التاريخ:

الإهداء

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وصلّى اللهم وسلّم وبارك على أشرف الخلق

سيّدنا محمد صلّى الله عليه وسلّم.

لقد منّ الله تعالى عليّ بإنهاء هذه الرسالة، فإنّي أهدي هذا الجهد المتواضع:

إلى روح الشهداء الأبرار.

إلى من أثار لي الطّريق دون كلل ولا ملل، وحصد الأشواك عن دربي ليمهّد لي طريق العلم، وعلمني العطاء

دون انتظار، وبه أزداد فخرا "أبي الغالي".

إلى من هي لحياتي حياة ونور، إلى من ينحني لها القلب حبا وامتنانا، إلى من أسبح في بحر حنانها ليخفّف

من آلامي، إلى "أمّي الغالية".

إلى سندي ورفيق الدّرب والروح الدّائم، إلى من يرسم البسمة في قلبي وعلى وجهي، إلى من يدعمني ويشدّ

أزري، إلى من يحثّني على طلب العلم، إلى حبيب القلب والروح "زوجي الحبيب"

إلى فلذات وضياء حياتي، وبهجة حياتي: "نور الهدى، وأيمن، وسلمي".

إلى عزوتي، وسندي، وفخري: إخوتي، وأختي العزيزة "خديجة".

إلى منبع الفكر، وأسطورة البحث العلمي مشرفي الأستاذ الدكتور حمدي أبو جراد من غزة رمز العزّة.

إلى أساتذتي وأهل الفضل عليّ، الذين عاملوني بالتقدير والاحترام والتّوجيه والإرشاد... .

إليكم جميعا أهدي ثمرة جهدي ونجاحي... .

الباحثة

بوشرى أسينا

الشكر والتقدير

انطلاقاً من قول النبي - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - "من لا يشكر الناس لا يشكر الله".

فإني أتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان إلى الأستاذ الدكتور الفاضل حمدي أبو جراد، على ما قدمه لي من علم نافع، وعلى ما بذله من جهد ونصح وتوجيه من بداية البحث حتى إتمام هذه الرسالة، الذي عكس بطيب أصله وكرم أخلاقه كل معاني العلم، والأخلاق العالية، فمنحني من وقته كثيراً، وتشرفت بالعمل تحت إشرافه واستفدت من علمه وتوجيهاته، فقد كان ناصحاً أميناً، ومهما كتبت من كلمات الشكر فلن توفيّه حقّه، فجزاه الله عنّا خير الجزاء في الدنيا والآخرة، وبارك في علمه وعمره.

كما أتقدم بفائق التقدير والاحترام إلى أعضاء لجنة المناقشة:

الممتحن الخارجي الأستاذ الدكتور

والممتحن الداخلي الأستاذ الدكتور

كلّ بلقبه العلمي واسمه على ما قدموه من جهود طيبة في قراءة هذه الرسالة، وإثرائها بملاحظاتهم القيمة لكي تخرج هذه الرسالة في أحسن صورة والاستفادة منها من طرف كل طالب علم.

الباحثة

بوشرى أسينا

قائمة المحتويات

أ.....	صفحة الغلاف
Error! Bookmark not defined.	قرار لجنة المناقشة
ت.....	الإقرار والتفويض
ث.....	الإهداء
ج.....	الشكر والتقدير
ح.....	قائمة المحتويات
د.....	قائمة الجداول
ذ.....	قائمة الملاحق
ر.....	الملخص
س.....	Abstract
2	الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها
2	1.1 المقدمة
6	2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها
9	3.1 أسئلة الدراسة
9	4.1 أهداف الدراسة
10.....	5.1 أهمية الدراسة
11.....	6.1 حدود الدراسة ومحدداتها
12.....	7.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة
15.....	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة
15.....	1.2 الإطار النظري
43.....	2.2 الدراسات السابقة ذات الصلة
64.....	الفصل الثالث الطريقة والإجراءات
64.....	1.3 منهجية الدراسة
64.....	2.3 مجتمع الدراسة وعينتها
65.....	3.3 أدوات الدراسة وخصائصها
78.....	4.3 متغيرات الدراسة

79.....	5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة
80.....	6.3 المعالجات الإحصائية
81.....	الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة
81.....	1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة
94.....	الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها
94.....	1.5 مناقشة نتائج أسئلة الدراسة
101.....	2.5 التوصيات
Error! Bookmark not defined.	المراجع باللغة العربية
112.....	المراجع بالإنجليزية
118.....	الملاحق

103	التوصيات والمقترحات.	3.5
105	المصادر والمراجع باللغة العربية.	
115	المصادر والمراجع باللغة الإنجليزية.	
121	الملاحق.	

قائمة الجداول

الصفحة	موضوع الجدول	الجدول
69	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الانفصال العاطفي بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، (ن=32).	1.3
70	قيمة معامل الثبات لأبعاد مقياس الانفصال العاطفي والدرجة الكلية.	2.3
71	درجات احتساب مستوى مقياس الانفصال العاطفي.	3.3
73	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الوحدة النفسية بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، (ن=32).	4.3
74	قيمة معامل الثبات لأبعاد مقياس الوحدة النفسية والدرجة الكلية.	5.3
75	درجات احتساب مستوى مقياس الوحدة النفسية.	6.3
77	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس إدمان الإنترنت بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، (ن=32).	7.3
78	قيمة معامل الثبات لأبعاد مقياس إدمان الإنترنت والدرجة الكلية.	8.3
79	درجات احتساب مستوى مقياس الإدمان على الإنترنت.	9.3
82	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس الانفصال العاطفي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً.	1.4
83	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات المجال الاجتماعي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	2.4
84	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات المجال النفسي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	3.4
85	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات المجال العاطفي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	4.4

87	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس الوحدة النفسية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً.	5.4
88	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الوحدة النفسية الاجتماعية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	6.4
88	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الوحدة النفسية العاطفية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	7.4
89	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس إدمان الإنترنت وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً .	8.4
90	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات التحمل والصراع مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	9.4
91	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات التحمل والصراع مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	10.4
93	نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي لتأثير مساهمة كل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين بجامعة القدس المفتوحة.	11.4

قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	الرقم
121	قائمة المحكمين للمقياس .	أ
122	أدوات الدراسة قبل التحكيم.	ب
130	أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري).	ت
137	أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية.	ث
144	كتاب تسهيل مهمة.	ج

التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة

إعداد: بوشرى عبد القادر العيساوي أسينا

بإشراف: الأستاذ الدكتور حمدي أبو جراد

2025

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة. استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وطبقت الدراسة على عينة متيسرة، ضمت (122) طالبا وطالبة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام ثلاثة مقاييس: مقياس الانفصال العاطفي، ومقياس الوحدة النفسية، ومقياس الإدمان على الإنترنت، وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من الانفصال العاطفي لدى الطلبة المتزوجين للدرجة الكلية، وبمتوسط حسابي مقداره (2.34)، وبنسبة مئوية (46.8%)، ومستوى متوسط للشعور بالوحدة النفسية للدرجة الكلية، وبمتوسط حسابي مقداره (2.44)، وبنسبة مئوية (48.8). وأيضا وجود مستوى متوسط لإدمان الإنترنت للدرجة الكلية بمتوسط حسابي مقداره (2.57) وبنسبة مئوية (51.4%). وأشارت نتائج تحليل الانحدار المتعدد إلى عدم وجود إشكالية التساهمية المتعددة مما يشير إلى وجود ارتباطات قوية بين المتغيرات. كما أشارت النتائج إلى أن الشعور بالوحدة النفسية له تأثير إيجابي قوي على الانفصال العاطفي ($B = 0.731, p < .001$)، مما يعني أن كل زيادة بوحدة واحدة في الشعور بالوحدة النفسية ترتبط بزيادة بمقدار (0.731) وحدة في الانفصال العاطفي. بينما يُظهر إدمان الإنترنت تأثيرًا إيجابيًا أقل بلغ ($B = 0.269, p = .001$). كما تبين أن

تأثير الشعور بالوحدة النفسية بلغ ($\beta = 0.606$)، ويفوق تأثير إيمان الإنترنت ($\beta = 0.245$)، مما يؤكد أن المتنبئ الأول يُعدّ الأقوى في تفسير التباين في الانفصال العاطفي.

الكلمات المفتاحية: الانفصال العاطفي، الوحدة النفسية، إيمان الإنترنت.

Predicting Emotional Detachment in Light of Psychological Loneliness and Internet Addiction Among a Sample of Married Postgraduate Students at Al-Quds Open University

Prepared by: Bouchra Abdelkader Al-Issaoui Assina

Supervised by: Professor Dr. Hamdy Abu Jarad

2025

Abstract

This study aimed at predict emotional detachment in light of psychological loneliness and internet addiction among a sample of married postgraduate students at Al-Quds Open University. A descriptive correlational approach was employed, and the study was conducted on a convenience sample of (122) married postgraduate students. To achieve the study objectives, three scales were used: The emotional detachment, the psychological loneliness, the internet addiction.

The results indicated a moderate level of emotional detachment among married students, with an overall mean score of (2.34) and a percentage of (46.8%). Similarly, a moderate level of psychological loneliness was observed, with a mean score of (2.44) and a percentage of 48.8%. Additionally, internet addiction was found to be at a moderate level, with a mean score of (2.57) and a percentage of (51.4%).

Multiple regression analysis results showed no multicollinearity issues, indicating the absence of strong correlations between predictors. The findings further revealed that psychological loneliness had a strong positive impact on emotional detachment ($B = 0.731$, $p < .001$), meaning that a one-unit increase in psychological loneliness was associated with a 0.731-unit increase in emotional detachment. In contrast, internet addiction had a weaker positive effect ($B = 0.269$, $p = .001$). Moreover, the impact of psychological loneliness ($\beta = 0.606$) exceeded that of internet addiction ($\beta = 0.245$), confirming that the former is the strongest predictor of emotional detachment variance.

Keywords: Emotional detachment, psychological loneliness, internet addiction.

الفصل الأول .

خلفية الدراسة ومشكلتها:

1.1 مقدمة.

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها.

3.1 فرضيات الدراسة.

4.1 أهداف الدراسة.

5.1 أهمية الدراسة.

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها.

7.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية.

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها:

1.1 المقدمة :

يشهد العالم المعاصر تغييرات سريعة وتطورات تكنولوجية متلاحقة أثرت بشكل كبير على مختلف جوانب الحياة والعلاقات الاجتماعية، حيث أصبحت التكنولوجيا في عصر العولمة الرقمية جزءاً لا يتجزأ من حياة الإنسان اليومية، سواء أكان منها: الشخصية أو الأسرية أو المهنية. ورغم ما تقدمه التكنولوجيا من فوائد وإمكانيات، إلا أن هناك جوانب سلبية ترتبط بها، منها: الاستخدام المفرط وغير المنضبط للإنترنت، مما يؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة النفسية للأفراد، وبالتالي الشعور بالوحدة النفسية، التي هي شعور بالعزلة والانفصال العاطفي* عن الآخرين خصوصاً داخل الأسرة، حيث يقلّ التواصل المباشر والمشاركة الوجدانية نتيجة تقليص الوقت الذي يقضيه الأزواج معاً، مما يحدّ من جودة التواصل العاطفي، وبالتالي يعزز الفجوة العاطفية، مما يزيد من فرص حدوث الانفصال العاطفي بينهم.

ويشير هذا النوع من الانفصال إلى وجود مشكلة في التواصل الصحي بين الزوج والزوجة ويدلّ على نقص الثقة والاحترام والموّدة بين الزوجين، حيث يحلّ الغضب والانزعاج والكراهية محلّ الحب والموّدة، ويشعر الزوجان بأنّ المشاعر الإيجابية قد اختفت بشكل دائم، وأفسحت المجال للمشاعر السلبية. ويحدث هذا النوع من الانفصال تدريجياً وبهدوء، وغالباً دون وعي الزوجين، ومع تباعد الزوجين، يتعرّض استقرار الزواج للخطر (Hedayatimoghadam & Bakhshipour, 2022). كما يشير الانفصال العاطفي إلى الشعور بالتهديد والضعف

* هناك عدة أسماء للانفصال العاطفي من ضمنها: التصدع الخفي، والتباعد النفسي، والطلاق الصامت، والطلاق العاطفي، والطلاق غير الرسمي.

في العلاقات وأحياناً الميل إلى تبني سلوكيات دفاعية مثل: التّباعد وإنهاء العلاقة فجأة وإنكار أهميّة العلاقة مع الآخرين (Buser et al., 2019; Finzi-Dottan, 2023).

إنّ المشكلات الحياتية التي تواجه الزوجين تنعكس على نمط حياتهما إذا لم يبادرا إلى حلّها، ممّا يؤثّر على مدى التفاهم والمشاركة والتعاون بينهما، وهذا قد يؤدي إلى غياب المودة والتوافق بينهما، فيضعف الأساس العاطفي بينهما، وبالتالي يعيشان انفصلاً عاطفياً (العبدلي، 2019).

ويعد الانفصال العاطفي انفصلاً غير معلن على الملأ، بل إنّه قد يكون من طرف واحد في حين يمكن للطرف الآخر أن يجهله كلياً، وتختلف خطورة هذا الانفصال باختلاف أسبابه، وإمكانية إصلاحه وهذا يتعلق مباشرة بمدى جدية الأسباب المؤدية إليه، ويحدث نتيجة الضغوط المتتالية للأعمال المختلفة ضمن الحياة الزوجية (الضمور، وعربيات، 2024).

والانفصال العاطفي ظاهرة غير صحية تهدد استقرار البناء الأسري، حيث تتكوّن بشكل تدريجي حتى تصل إلى غياب التواصل وعدم تبادل الزوجين لمشاعر المودة والرّحمة، فيبدأ كلّ منهما ينكر فضل الآخر، ممّا يؤدي إلى تغليب الممارسات السيئة بينهما، وبالتالي يصبح كل منهما يتجاهل الآخر، ولا يلبي حقوقه ويتعامل معه بأنانية، وهذا يجعلهما يقفان كثيراً على أخطاء الماضي وعدم نسيانها؛ فتختفي المشاعر الإيجابية بينهما مع حرصهما على المحافظة على مظاهر الارتباط الزوجي أمام الناس لسبب من الأسباب. وفي ظلّ هذه الحياة الفارغة من مشاعر الدّفء والمودة والحبّ يبدأ كل من الزوجين يعيش في عالمه الخاص، أو من خلال العالم الافتراضي نتيجة الشّعور بالوحدة النفسيّة رغم عيشهما تحت سقف واحد (مرسي، 2019).

وتعدّ الوحدة النفسيّة من المشكلات النفسيّة الشائعة في عصرنا الحالي، فهي مرتبطة بالشّعور بالعزلة الاجتماعية وانخفاض مستوى الدّعم الاجتماعي، ممّا يؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصّحة النفسيّة للأفراد

وتمثل الوحدة تهديداً للصحة العقلية والجسدية للفرد (Du, Li, Chi, Zhao, & Zhao,2019; Kong & You, 2013). ويؤدي ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة إلى انخفاض مستوى الرفاهية لدى الفرد (Bhagchandani, 2015). وانخفاض القبول الاجتماعي (Vanhalst et al., 2013; Ye & Lin, 2017).

والشعور بالوحدة النفسية Loneliness Feelings له أسباب عدة: كالتجارب غير السارة بسبب الخلل في العلاقات الاجتماعية سواء أكان من الناحية الكمية أو النوعية. ومنها أيضا ما هو أخطر كالتى تتشأ من كراهية الذات والإحباط والحزن والخزي. وهناك نوع من الناس يفقد القدرة على الدفاع عن النفس فيعيش صراعاً داخلياً؛ فتصبح حياته بدون معنى مما يعرض صحته النفسية للخطر، وقد تصل إلى الانتحار في حالة عدم التدخل الإرشادي والنفسي (Willock & Curtis, 2012). وقد وجدت منظمة الصحة العالمية بين أبريل وسبتمبر من العام 2020، بأن (70%) من الأشخاص كانت الوحدة النفسية العامل الرئيس الذي يساهم في مشكلات الصحة النفسية، بدأت من العزلة التي فرضت الانفصال الفعلي عن الآخرين وتطورت لديهم للوحدة النفسية (Alkhouri, 2021).

إن الشعور بالوحدة النفسية بلا شك تجربة مؤلمة حينما ينظر الفرد إلى علاقاته الاجتماعية على أنها قليلة من حيث الكم والجودة، بالمقارنة مع ما يرغب هو فيه. وتبقى الوحدة النفسية شعورا ذاتيا لأن الشخص من الممكن أن يكون وحيدا دون الشعور بالوحدة، ويمكن أن يشعر بالوحدة وسط أهله ومجتمعه. فالشعور بالوحدة النفسية يمكن أن يكون من أبرز العوامل التي تسهم في إدمان الإنترنت بين الشباب الجامعي. كما أنها تؤثر بشكل مباشر على العلاقات الزوجية من خلال زيادة مستويات التوتر والانفصال العاطفي بين الأزواج (العساف، 2021).

و تدفع الوحدة النفسية الأفراد إلى اللجوء إلى العالم الافتراضي (الإنترنت) كوسيلة للهروب من الواقع، إذ أشارت الإحصائيات في عام 2021 إلى أن (4.80) مليار شخص حول العالم يستخدمون الإنترنت، ويشكلون ما نسبته (60.9 %) من سكان العالم. وأن عدد مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي المسمى بالفيس بوك في العالم العربي (188) مليون مستخدم، مما أدى إلى ظهور تأثيرات غير مرغوبة من الناحية الاجتماعية والصحية على الأفراد نتيجة الاستخدام المفرط للشبكة العنكبوتية، والاستغراق في العالم الافتراضي، فانتشرت فجوة العلاقات بين الناس بشكل عام، وبين الأزواج بشكل خاص، إذ زادت حدة الخلافات التي تهدد استقرار البناء الأسري، مما تسبب في لجوء بعض الأزواج أو الزوجات إلى الخيانات الزوجية عبر هذا العالم الافتراضي (البرادعي، 2021).

ولقد أحدث التطور السريع للإنترنت تغييراً جذرياً في المجتمع، حيث وفر للإنسان راحة وكفاءة غير مسبوقة لدرجة أنه أصبح أمراً بالغ الأهمية في حياته وتعليمه وعمله، لذلك نجد أن الطلبة الجامعيين الذين يمتلكون مستوى أعلى من التعليم يكونون أكثر انفتاحاً على تبني التقنيات الجديدة، حيث أصبح الإنترنت هو المصدر الرئيس للمعلومات لما يوفره من سهولة وسرعة في الوصول إليها عبر محرّكات البحث، وكذلك الوصول إلى الأدبيات العلمية عبر المكتبات الإلكترونية حول العالم. كما أن الإنترنت يعدّ وسيلة حيوية للتواصل بين الأفراد دون قيود زمنية أو مكانية، ويوفر مجموعة من خيارات الترفيه لطلاب الجامعات. إلا أنه خلق للأفراد تحديات نفسية واجتماعية، أهمها إدمان الإنترنت (Xia, 2023).

ويقصد بإدمان الإنترنت عدم قدرة الشخص على التحكم في الاعتماد عليه، وهو يصنّف ضمن الإدمان السلوكي الذي من شأنه أن يزيد من مشاعر الوحدة النفسية من خلال تقليل الوقت المخصّص للتفاعلات الاجتماعية المباشرة وتعزيز الانعزال (Jaishy & al., 2023). لذا يمكن القول أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين الوحدة

النفسية وإدمان الإنترنت، حيث يساهم كل منهما في تعزيز الآخر؛ فالأفراد الذين يشعرون بالوحدة النفسية قد يلجأون إلى الإنترنت كوسيلة للتواصل الاجتماعي والهروب من واقعهم العاطفي، مما قد يؤدي إلى الإدمان (Kim & al.,2009).

وترى جيلان (Gilan, 2021) أن الإدمان على الإنترنت هو حالة نفسية تتميز بالاستخدام المفرط للإنترنت، وعادة ما يضر المستخدم، لذلك فهو يوصف بأنه اضطراب نفسي ينطوي على السلوك القهري. وتأسيساً على ما سبق يمكن استنتاج أن هناك شبكة من العلاقات بين متغيرات الدراسة لذا جاءت الدراسة الحالية لتسليط الضوء على مشكلة الانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة المتزوجين، ودراسة العوامل المرتبطة بهذه الظاهرة في ضوء متغيري الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت. كما تركز الدراسة الحالية على تحديد مساهمة كل متغير من هذه المتغيرات في تفسير التباين في الانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة.

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها:

ظهرت تحديات جديدة تؤثر في الحياة الزوجية والعلاقات العاطفية في ظل التقدم التكنولوجي المتسارع وانتشار استخدام الإنترنت في حياتنا اليومية. ونظرا لهذا الانتشار المفرط في استعمال التكنولوجيا عموماً والإنترنت خصوصاً، أصبحت ظاهرة الوحدة النفسية والإدمان على الإنترنت من الظواهر البارزة التي يمكن أن تؤدي إلى الانفصال العاطفي بين الأزواج. لاسيما بين الطلبة المتزوجين الذين يواجهون ضغوطاً متنوعة، سواء أكان الأكاديمي منها أو المهني أو العائلي.

ولقد أصبح المجال التّعليمي له النّصيب الأوفر من توظيف الإنترنت بشكل عام، حيث أصبح الطّالب الجامعيّ يقضي معظم وقته بين مواقع وصفحات الإنترنت لكونها تشكّل مصدرا رئيسيا للتّعلّم عن بعد، وذلك من خلال المنصّات والمواقع التّعليميّة، والبحث عن المعلومة من خلال محرّكات البحث من أجل القيام بالأبحاث والتّكليفات الجامعيّة. ممّا نتج عنه شغف للاطلاع وتجربة كلّ ما هو جديد لمواكبة المستجدّات في عالم التّكنولوجيا، وما توفّره من معلومات متنوّعة وهائلة من مصادر مختلفة، ممّا شكّل حالة نفسيّة إن لم نقل مرضيّة وهي إدمان الإنترنت، حيث يحيد المتعلّم عن الهدف الرئيسيّ الرئيس وهو التّعلّم ليجد المتعلّم نفسه منجرفا وغارقا في المغريات التي تظهر له خلال عملية التّعلّم (العجمي وآخرون، 2022).

وتتمحور مشكلة الدّراسة حول مدى تأثير إدمان الإنترنت والشّعور بالوحدة النفسيّة على وجود الانفصال العاطفي لدى الطّلبة المتزوّجين، حيث يمكن أن يؤدّي الشّعور بالوحدة النفسيّة والاستخدام المفرط لمواقع التّواصل الاجتماعي للانفصال العاطفي.

ومن خلال معايشة الباحثة لطلبة الدّراسات العليا كطالبة والاحتكاك بزملائها الطّلاب والطّالبات، تبين للباحثة أنّه ربّما يكون هناك انفصال عاطفي لدى الطّلبة المتزوّجين نتيجة الشّعور بالوحدة النفسيّة جرّاء الارتباط المستمرّ بالشّبكة العنكبوتيّة (الإنترنت) بهدف الدّراسة، والبحث، والتّقصي، حيث أنّ مرحلة الدّراسات العليا تتطلّب بحثا علميا مستمرا وهذا يجعل الطّالب على اتّصال بمحرّكات البحث العلميّ ومواقع التّواصل الاجتماعي لمعرفة المستجدّات العلميّة، إضافة لأوضاع الحرب والاحتلال التي تعيشها دولة فلسطين، وتحوّل التّعليم نحو التّعليم الإلكترونيّ، فأصبح الطّالب يجد نفسه يستهلك وقته بين عمله الوظيفي في الصّباح، ودراسه الأكاديميّة في المساء، إضافة إلى المتطلبات الأكاديمية المرتبطة بالبحث عبر الإنترنت، والحرص على معرفة تطورات الأحداث داخل فلسطين وتداولها عبر مواقع التّواصل الاجتماعي لحشد التأييد حول عدالة القضية الفلسطينيّة،

والتواصل المستمر عبر الإنترنت مع الأهل والأقارب للاطمئنان عليهم في باقي المدن الفلسطينية المعزولة عن بعضها البعض بسبب الاحتلال. ونتيجة لذلك تتوقع الباحثة أن ينتج عن الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت فجوة عاطفية بين الأزواج نتيجة الانشغال الدائم عن الطرف الآخر.

وقد وجدت الباحثة أيضا من خلال اطلاعها على الدراسات السابقة أن هناك دراسات تناولت مدى تأثير إدمان الإنترنت أو مواقع التواصل الاجتماعي على العلاقة بين الزوجين من بينها: دراسة العيسى (2022)، ودراسة المهايمة وآخرون (2020)، ودراسة السميح (2019)، والتي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الانفصال واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الأزواج. كما وجدت دراسات سابقة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية، كدراسة صلاح (2024)، ودراسة شاهين والديك (2023)، ودراسة بشار وعطية (2022)، ودراسة وونغباكران وآخرون (2021)، ودراسة غازو وآخرون (2020)، والتي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان الإنترنت.

كما تبين للباحثة من مراجعة الأدب النظري أن هناك نقصا في الدراسات التي تناولت متغيرات الانفصال العاطفي، والوحدة النفسية، وإدمان الإنترنت مجتمعة في دراسة واحدة في المجتمع الفلسطيني، فمن هنا ارتأت الباحثة القيام بهذه الدراسة التنبؤية حول مدى إسهام إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ بالانفصال العاطفي بين الأزواج، خاصة لدى طلبة الدراسات العليا المتزوجين.

وبناءً على ما تقدم، تتلخص مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

ما مدى مساهمة كل من الوحدة النفسية والإدمان على الإنترنت في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى عينة من

طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة؟

3.1 أسئلة الدراسة:

السؤال الأول: ما مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس

المفتوحة؟

السؤال الثاني: ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة

القدس المفتوحة؟

السؤال الثالث: ما مستوى إيمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس

المفتوحة؟

السؤال الرابع: ما مدى الإسهام النسبي لكل من إيمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ بالانفصال

العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة؟

4.1 أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1- التعرف على مستوى الانفصال العاطفي لدى طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس

المفتوحة.

2- التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس

المفتوحة.

3- التعرف على مستوى إيمان الإنترنت لدى طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة.

4- تحديد مقدار المساهمة النسبية لكل من إيمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ بالانفصال

العاطفي لدى طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة.

5.1 أهمية الدراسة:

تتبع أهمية هذه الدراسة من الناحيتين النظرية والتطبيقية على النحو الآتي:

1.5.1 الأهمية النظرية

تكمن أهمية الدراسة من الناحية النظرية في أنها تسلط الضوء على موضوع التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت لدى عينة من الطلبة المتزوجين في الدراسات العليا في ظلّ الازدياد المتسارع للمستحدثات التكنولوجية في عالم الإنترنت، والحاجة الماسة لاستخدامه من قبل الطلبة والباحثين. كما تبرز أهمية الدراسة من كونها تسلط الضوء على فئة الطلبة المتزوجين الذين يعيشون تشابك في المهمّات الزوجية والأسرية والعلمية. كما تستمد الدراسة أهميتها من دراستها لإدمان الإنترنت وتأثيره على التوافق الأسري وجودة الحياة الأسرية.

كما تبرز أهمية الدراسة الحالية من المتغيرات التي تناولتها (الوحدة النفسية، وإدمان الإنترنت) وما لها من تأثيرات سلبية على العلاقة الزوجية لطلبة الجامعة. بالإضافة إلى أنها تعتبر أول دراسة محلية - حسب علم الباحثة - تتناول ثلاث متغيرات وهي: الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية وتأثيرهما على الانفصال العاطفي في دراسة واحدة في المجتمع الفلسطيني.

2.5.1 الأهمية التطبيقية:

أمّا من الناحية التطبيقية، فإنّ هذه الدراسة تعمل على تحديد العوامل والديناميات النفسية والاجتماعية التي تساهم في الانفصال العاطفي، والوحدة النفسية، والإدمان على الإنترنت لدى الطلبة المتزوجين في الدراسات العليا، ممّا يساهم في فهم أعمق لهذه الظواهر، وبالتالي سيدفع الباحثين للبحث في تطوير نماذج نظريات

جديدة تشرح هذه العلاقات المعقدة. كما ستدفع نتائج هذه الدراسة العاملين في مجال الإرشاد النفسي لتطوير برامج دعم وتدخلات فعالة للأفراد المتأثرين بمثل هذه القضايا النفسية والأسرية في نفس الوقت. وتأمل الباحثة أن تسهم هذه الدراسة في إثراء المعرفة العلمية للطلبة المتزوجين من أجل تحقيق توازن صحي بين استخدام التكنولوجيا والحفاظ على علاقتهم الزوجية.

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها:

تتمثل حدود الدراسة الحالية في الآتي:

الحدود الموضوعية: تقتصر هذه الدراسة على فحص العلاقة بين الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية كمتغيرين مستقلين، والانفصال العاطفي كمتغير تابع (المتنبأ به). كما تستبعد الدراسة أي تحليل لمتغيرات ديموغرافية أخرى.

الحدود البشرية: طبقت هذه الدراسة على الطلبة المتزوجين من الدراسات العليا - درجة الماجستير - جامعة القدس المفتوحة.

الحدود المكانية: اقتصرت هذه الدراسة على طلبة الماجستير المتزوجين بجامعة القدس المفتوحة في جميع محافظات الضفة الغربية.

الحدود الزمانية: طبقت هذه الدراسة في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي 2025 م.

الحدود المفاهيمية: اقتصرت الدراسة على الحدود المفاهيمية والمصطلحات الواردة في الدراسة.

الحدود الإجرائية: استخدمت في هذه الدراسة ثلاثة مقاييس: مقياس الانفصال العاطفي، ومقياس الوحدة النفسية، ومقياس الإدمان على الإنترنت، وهي بالتالي اقتصرت على الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، ودرجة صدقها وثباتها على عينة الدراسة، وخصائصها، والمعالجات الإحصائية المناسبة.

7.1 التعريفات الإصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة:

الانفصال العاطفي **Emotional detachment** هو: "هجر الزوج لزوجته سواء أكان هجرا في العلاقة العاطفية أم هجرا في المحادثة وفقدان المودة، والسكن النفسي بين الزوجين مع قيام الزوج بالحقوق الزوجية الأخرى: كالنفقة وتأمين السكن بحيث يظهر للناس استقامة العلاقة الزوجية والواقع على خلافه" (الحقباتي، 2017: 63).

ويعرف أيضاً بأنه "اختلال التوازن، وسوء العدالة في الحقوق والواجبات بين الزوجين، مما يؤثر سلباً في التواصل، وبالتالي فتور المشاعر بين الأزواج" (الشواشرة، وعبد الرحمن، 2018: 305).

وتتبنى الباحثة هذا المفهوم في الدراسة الحالية؛ لاستخدامها مقياس الشواشرة وعبد الرحمن (2018) ويقاس الانفصال العاطفي بالدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس الانفصال العاطفي المستخدم في الدراسة الحالية.

الوحدة النفسية: Loneliness Feeling عرف الدسوقي (2013:4) الشعور بالوحدة النفسية بأنه: "إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين المحيطين به نتيجة افتقاده لإمكانية الانخراط أو الدخول في علاقات مشبعة ذات معنى معهم مما يؤدي إلى شعوره بعدم التقبل والنبذ وإهمال الآخرين له رغم أنه محاط بهم". وتقاس في الدراسة الحالية بالدرجة الكلية التي حصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس الوحدة النفسية تقنين الدسوقي.

إدمان الإنترنت Internet Addiction: عرف يونج (Young, 2009, 244) إدمان الإنترنت بأنه "فقدان الإحساس بالوقت أثناء التواجد على الإنترنت، إذ يشعر الفرد بالانسحاب، ويعاني من أعراض القلق والتوتر، مما يؤثر سلباً على أدائه الاجتماعي والنفسي والأكاديمي والصحي"، ويقاس الإدمان على الإنترنت في الدراسة الحالية

من خلال الدرجة الكليّة التي حصل عليها الطالب على الصورة المعربة المقننة على طلبة الجامعات والتي
أعدّها شاهين (2014).

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة.

1.2 الإطار النظري.

1.1.2 الانفصال العاطفي.

2.1.2 الوحدة النفسية.

3.1.2 إدمان الإنترنت.

2.2 الدراسات السابقة ذات الصلة.

1.2.2 الدراسات المتعلقة بالانفصال العاطفي.

2.2.2 الدراسات المتعلقة بالوحدة النفسية.

3.2.2 الدراسات المتعلقة بإدمان الإنترنت.

الفصل الثّاني: الإطار النظري والدراسات السابقة.

1.2 الإطار النظري:

قدّم هذا الفصل عرضاً للإطار النظري والدراسات السابقة، ففي الجزء الأول منه تناولت الباحثة متغيّرات الدّراسة الرئيسيّة المتمثّلة في: الانفصال العاطفي، والوحدة النفسيّة، وإدمان الإنترنت. أمّا الجزء الثّاني من هذا الفصل فتناول: الدّراسات السابقة المتّصلة بموضوع الدّراسة، حيث ورّعت بحسب متغيّرات الدّراسة، وتضمّنت دراسات عربيّة وأخرى أجنبيّة. وسوف يجري عرض الدّراسات العربيّة والأجنبيّة من الأحدث إلى الأقدم، وقد قسّمت إلى دراسات مرتبطة بالانفصال العاطفي، ودراسات مرتبطة بالوحدة النفسيّة، وأخرى مرتبطة بالإدمان على الإنترنت.

1.1.2 الانفصال العاطفي:

1.1.1.2 مفهوم الانفصال العاطفي:

يرى حجازي أن: الانفصال العاطفي هو تلك الحالة من انطفاء علاقة العاطفة (الجنس) أو خوفاتها إلى درجة متقدّمة، أو مع ما يضاف من تراكم التناقضات في التوقّعات، يبدو الرّباط الزوجي وكأنّه استنزف على صعيد العاطفة والشّراكة في تحقيق الأهداف على حد سواء، ومع هذا الاستنزاف يتزايد التّباين وتتقلّص منطقة التّقاطع بين دائرتي الرّباط الزوجي، وتتباعدهاتان الدّائرتان ممّا ينشأ عنه عالمان مختلفان، حيث يبدأ كل من الرّوجين التّحرك في فلك خاص به على مختلف الصّعد والاهتمامات" (حجازي، 2000).

ويرى هادي أن: "الانفصال العاطفي هو حالة يعيش فيها الرّوجان منفردين بعضهما عن بعض بالرّغم من وجودهما في منزل واحد، ويعيشان في انعزال عاطفي، ولكل منهما عالمه الخاص البعيد عن الطّرف الآخر وينتج عنه برود الحياة الرّوجيّة وغياب الحب والرّضا عن العلاقة بين الرّوجين" (هادي، 2012: 437).

فالعلاقة العاطفية بينهما تقتصر إلى المودة والسكن النفسي، حيث لا يشعر أحدهما بوجود الآخر بالرغم من عيشهم في بيت واحد (عباس، 2015).

وترى الصطوف أن: الانفصال والتباعد النفسي ينشأ تدريجياً، كمحصلة للعديد من الصراعات بين الزوجين، والتي من أهم أسبابها: عدم التوافق الجنسي، والعامل الاقتصادي، والحب المشروط، أو الرومانسية المفرطة من أحد الزوجين، أو عدم الإعداد لمتطلبات الزواج النفسية، أو انشغال أحد الزوجين بصفة دائمة، أو الأنانية في التعامل مع الشريك" (الصطوف، 2015).

وترى البرادعي أن: "الانفصال العاطفي هو حالة من غياب المشاعر، والعواطف بين الزوجين، على الرغم من تواجدهما تحت سقف واحد، إما: للحفاظ على مصلحة الأبناء، أو الحفاظ على الشكل الظاهري للأسرة أمام المجتمع الذي يستنكر الطلاق" (البرادعي، 2021: 484).

ويعرّف الانفصال العاطفي بأنه: "حالة إنهاء العلاقة بين الزوجين دون حلّ رابطة الزواج بالأسلوب الشرعي الذي يرفع به قيد النكاح، بلفظ أو أسلوب مخصوص. وقد يكون الطلاق صادراً عن وعي الطرفين ومتقفاً عليه من قبلهما. وقد يكون الطلاق صادراً عن أحدهما والطرف الآخر لا يعلم عنه، ورغم فشلهما كزوجين، فإنهما يحافظان على الشكل الاجتماعي للزواج، ويستمران في العيش تحت سقف واحد، أجبرتهما عليه الصواب الاجتماعي، أو واجبات يقومون بها تجاه الأبناء" (ذنون، 2017: 38).

فالانفصال العاطفي هو: "فقدان الزوجين أسلوب الحوار الهادف، وعدم قدرتهما على التكيف مع متطلبات الحياة الزوجية، مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى الصدمات بينهما، وعدم إشراك كل منهما للآخر في مواجهة المشكلات الحياتية وبالتالي الشعور بفقدان الانتماء النفسي والفكري بينهما، فيفقدان بالتالي الرضا الزوجي الذي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالتلاقي العاطفي بين الزوجين الذي هو أساس الاستقرار الزوجي، فغياب الحب المتبادل بين الزوجين والسعي غير المتوازن نحو استخدام أساليب الحياة الحديثة لمواكبة التطورات التكنولوجية

الحديثة في جميع مناحي الحياة أدى إلى نمو ظاهرة الانفصال العاطفي بين الأزواج" (الشواشرة، وعبد الرحمن، 2018: 301).

ومن خلال التعريفات السابقة ترى الباحثة أن الانفصال العاطفي هو الشعور بنكسة عاطفية تؤثر على جودة العلاقة بين الزوجين وعلى صحتهم النفسية نتيجة صعوبة تكيف الأزواج مع الحياة المشتركة ومع واقع التطور التكنولوجي الحديث. فيعيش الزوجان حالة من التباعد النفسي والعاطفي، حيث يفقد كلا الطرفين أو أحدهما الشعور بالارتباط العاطفي والحب والاهتمام المتبادل، مع الاستمرار في الرباط الزوجي بمظاهره القانونية والاجتماعية لسبب من الأسباب التي تبدو بالنسبة لهما أسبابا وجيهة تحتم عليهما الاستمرار في تلك العلاقة الزوجية (الميتة).

2.1.1.2. أسباب الانفصال العاطفي:

لقد بينت أبو عطية أن أسباب الانفصال العاطفي تنطوي على سلسلة من العوامل المتداخلة التي تقود إلى تآكل الروابط بين الزوجين وبرودة العلاقة بينهما. فسوء الاختيار سواء أكان من الزوج أو الزوجة ينشأ عنه علاقة هشة لأنه يغلب عليها الرغبة اللحظية والجدب العاطفي غير المعقلن، مما من شأنه أن يعزز غياب الاتفاق على نمط حياة مناسب لكلاهما، فيدخلان في حالة من الرتابة والملل الشيء الذي يضعف مناخ التواصل اليومي. ويزيد الاختلاف الثقافي والاختلاف في منظومة القيم من احتمالية صدام على مستوى وجهات النظر حول المسائل الجوهرية، مما يعقد حل الخلافات بينهما. وفي غياب ضبط النفس، تتحول الإساءات اللظمية والنفسية والجسدية إلى دوامة نفسية مؤذية، بينما تغذي الأنانية شعور الإهمال لدى الطرف الآخر. كما أن تفضيل أهل الزوج أو الزوجة على الشريك، يشعر الطرف الآخر بالإهمال أو الإقصاء. وعندما يفتقر أحد الطرفين لقوة الشخصية، فإنه يتعذر عليه مواجهة المشكلات وحلها، فتنفقم الخلافات وتتبدل المشاعر، ويغيب

الدّفء عن العلاقة الحميمية لتصبح عملية ميكانيكية دون مشاعر، فيعيش كل في عالمه الخاص به بعيدا عن الطرف الآخر إمّا: من خلال الإدمان على العالم الافتراضي ومواقع التّواصل الاجتماعي، أو الدّخول في علاقات خارج مؤسّسة الزّواج، حيث يفقد الشّريكان إطار التّعة والالتزام اللّازمين لاستقرار الحياة الزّوجيّة، فيدخلان في حالة من التّباعد التّفسي والطلاق العاطفي (أبو عطية، 2019).

كما نجد أيضا أنّ من العوامل المسبّبة للانفصال العاطفي بين الأزواج: عدم التّقارب الفكري والثّقافي، أو الفارق العمري بين الزّوجين، أو الاختلاف الطّبقي بينهما، أو عدم قدرة الزّوجين على التّكيف مع الحياة المشتركة وتحمل المسؤوليّة؛ لذلك نجد أنّ أغلب حالات الانفصال العاطفي قد تكون في السّنوات الأولى من الزّواج، أو بعد ولادة الطّفّل الأول بفترة وجيزة، أو بعد أزمة منتصف العمر (سن اليأس) (الزهراني، 2018).

3.1.1.2. مراحل الانفصال العاطفي:

إنّ الانفصال أو الانطفاء العاطفي لا يحدث فجأة بين عشية وضحاها أو دفعة واحدة، بل هو نتيجة تراكمات للإحباطات والتناقضات التي تستهلك قيمة الرّباط الزّوجي على مدى سنوات، ممّا يتولّد عنه انطفاء للمشاعر وتباعد نفسي بين الزّوجين. وفي ظلّ هذا الوضع قد يقوم أحد الطّرفين أو كلاهما بإرضاء طموحاته وحاجاته بعيدا عن الرّباط الزّوجي الذي أضحي رباطا شكليًا أمام المجتمع.

تمرّ العلاقة الزّوجية بمراحل لتصل إلى الانفصال العاطفي ويمكن حصرها في الآتي:

أولاً: فقدان التّعة والشّعور بخيبة الأمل والفشل بعدم القدرة على تحقيق التّوّعات التي وضعها لنفسيهما، فيتحوّل الشّعور بالسّعادة والرّضا إلى الشّعور بالتّعاسة.

ثانياً: فتور الحب وفقدانه، فيشعر الزّوجان أو أحدهما بانطفاء العاطفة اتّجاه الطرف الآخر، حيث يشعر أنّ حاجته من الحب غير مشبعة فينصرف عنه بعواطفه واهتمامه، ويميل إلى تضخيم عيوبه والتقليل من شأنه وإلقاء اللّوم عليه، إضافة إلى التّركيز على الأعمال الفرديّة بدل الأعمال المشتركة.

ثالثاً: التصرف بأنانية ولامبالاة باحتياجات ومتطلبات وآلام الطرف الآخر؛ لأنّ المشاعر قد ماتت اتّجاهه، فيصبح كلّ منهما أو أحدهما يفكّر فقط بنفسه ومصالحته الشخصيّة دون مراعاة لأيّ شيء آخر، فيشيع العناد بينهما والعصبية والتذمّر والشجار لأنّفه الأسباب.

رابعاً: الصّمت الزّوجي القاتل وعدم تبادل الأحاديث والمشاعر الودّية مع الطرف الآخر لقناعته بعدم جدوى الحوار معه، فتغيب البهجة والمودّة والمرح والأجواء الرومانسية والمداعبة من العلاقة الزّوجية، ممّا يزيد من التّمزق والفجوة والجمود بينهما.

خامساً: الانفصال العاطفي، حيث تكثّر الحواجز النفسيّة بين الزّوجين، فيصبح التّعامل بينهما شبه رسمي وبارد خالياً من العواطف ولا يكون إلاّ للضرورة، كما أنّ كلّ منهما يستقل في فراش خاص، فيعيشان في حالة تمزّق وتصحّر عاطفي وشعور بالغرابة مع أنّهما يعيشان تحت سقف واحد وفي بيت واحد (بوعدي واعر، 2018).

4.1.1.2. شخصيّة المطلق عاطفيّاً:

يمكن تصنيف شخصيّات المنفصلين عاطفيّاً من خلال التّصنيف التّالي:

أ- شخصيّة لديها جفاف عاطفي نتيجة خلل في التّربية، مثل أن يكون فاقداً للعطف والحنان في صغره، ولم تتوفر له التّوعية والتّأهيل المناسب.

ب- شخصيّة لديها انصراف مبالغ فيه للعمل، حيث يكون العمل أهم شيء في حياته وهو وسيلة لتحقيق ذاته على حساب الأسرة، أو أن يكون منهماكا بترفيه نفسه مع أصدقائه على حساب أسرته.

ج- شخصيّة لديها إدمان على الإنترنت ووسائل التّواصل الاجتماعي الحديثّة والعلاقات، تاركا الاهتمام بالأسرة وراء ظهره.

د- شخصية لديها اضطرابات نفسية تكدر حياتها وتعطل التواصل والحب بينه وبين أفراد أسرته (الصالح، 2013: 53-54).

وترى الباحثة أنّ الانفصال العاطفي هو ظاهرة تعكس تفاعلات معقدة بين عوامل نفسية واجتماعية وشخصية، فالانفصال العاطفي ليس مجرد حالة عرضية، بل هو نتيجة حتمية لضعف التواصل العاطفي بين الزوجين، وقصور في تلبية الاحتياجات العاطفية المتبادلة بينهما وتراكم مشكلات غير معالجة، مما يؤدي إلى فقدان الشعور بالانسجام وجمود في العلاقة الزوجية، وبالتالي تراجع الانجذاب والتواصل العاطفي بين الزوجين. فالانفصال العاطفي يرتبط غالبا بخصائص شخصية معينة، مثل التردد في التعبير عن المشاعر، وانخفاض الثقة بالنفس، أو تجارب سابقة من الحرمان العاطفي، كما يمكن أن يكون انعكاسا لديناميكيات القوة في العلاقة الزوجية ومدى توازن الأدوار بين الزوجين، مما يؤثر سلبا على الجوانب النفسية والعاطفية والاجتماعية لهما كالتالي:

الصحة النفسية: الشعور بالوحدة والوحدة مما يمكن أن يزيد من احتمالات الإصابة بالاكتئاب والقلق.

تدهور العلاقة الزوجية: زيادة الفجوة بين الزوجين مما قد يؤدي إلى الطلاق الرسمي.

العلاقة الأسرية: يؤثر على البيئة الأسرية، حيث يمكن أن يشعر الأطفال بالتوتر وعدم الاستقرار.

لذا فالأمر يتطلب جهدا من كلا الزوجين لإعادة بناء العلاقة من خلال تعزيز التواصل الفعال، وحل الخلافات

في أوانها، وتوفير الإشباع العاطفي لبعضهما البعض من خلال العمل على تحسين جودة العلاقة الزوجية.

5.1.1.2 النظريات المفسرة للانفصال العاطفي:

هناك بعض النظريات التي اهتمت بتفسير الانفصال العاطفي:

أ) نظرية التبادل الاجتماعي Social Exchange Theory

يعدّ جورج هومنز وريتشارد إميرسون George, Homans & Richard, Emerson من أهمّ المؤسّسين لنظرية التّبادل الاجتماعي والتي اعتمدت على العديد من نتائج البحوث الميدانية في مجال الجماعات والسلوك الاجتماعي، حيث يبدأ التّبادل الاجتماعي عند "جورج هومنز" من تفاعل الأفراد التّقائلي وجها لوجه عاكسا الأوجه النفسيّة والاقتصاديّة والاجتماعيّة لتكون قاعدة لعملية التّبادل ذات أهداف وغايات اجتماعيّة كالسمعة والاعتبار والاحترام والتّقدير والنّفوذ الاجتماعي، فيما ينظر "إميرسون" إلى أنّ العلاقة التّبادلية تتحوّل عبر الزمن من حالة عدم توازن إلى حالة توازن (الزهراني، 2021)

وتشير هذه النظرية إلى أنّ الإنسان عموما يسعى لتشارك المعارف وتبادل السلوكيات، وهو بطبعه يرغب في الشّعور بالحب والمودة والاحترام والارتياح، وهذا ما يدفعه للتّفكير في الزّواج، بهدف الحصول على الاستقرار النفسي والمادّي، حيث يشعر الزّوجان بأنّ كل طرف منهما مسؤول عن حماية ومساعدة الطّرف الآخر، لذلك تفسّر نظرية التّبادل الاجتماعي رغبة الفرد بالزّواج بأنّها قائمة على الرّغبة في تبادل المصالح بين الطّرفين، وعلى مبدأ العدالة التّوزيعيّة (الصطوف، 2015).

فنظرية التّبادل الاجتماعي ترى بأنّ العلاقة الزّوجية تصبح مهدّدة عندما لا تعطي جذبا للزّوجين للاستمرار فيها نتيجة وجود عوائق، فيتحوّل التّفاعل بينهما إلى حلقة صراع، ويسعى كلّ منهما للانتقام من الآخر وعندما لا يستطيع أيّ من الزّوجين حسم الصّراع، فهو يقبل الاستمرار في العلاقة لكي لا يتعرّض إلى خسائر مادية، أو نفسيّة، أو اجتماعيّة، وهذا ما يؤدّي للانفصال العاطفي (Wilson & Waddoups, 2002).

ب) نظرية التّفاعل الرّمزي Symbolic Interactionism :

يعد هيربرت ميد ووليام جيمس Herbert Mead and William, James من رواد نظرية التّفاعل الرّمزي التي تتعلّق بالرّموز والمعاني، والمقصود بالرّموز: قدرة الأفراد على التّعبير عن الأفكار في تعاملاتهم مع بعضهم

البعض، وحسب هذه النظرية فالانفصال العاطفي هو: أن لكل من الزوج والزوجة أفكارا ومخزون معرفي يتم استخدامه في الحياة، والاختلاف بينهما يتم بتحديد توقعات الأدوار على مجريات التفاعل بينهما (غليون، وآخرون، 2022).

فالعالم الرمزي والثقافي للأزواج يختلف باختلاف بيئتهم اللغوية أو العرقية أو الطبقة الاجتماعية. لذلك تدرس نظرية التفاعل الرمزي تأثير هذا الاختلاف على تحديد توقعات الأزواج عن أدوارهما، وعلى مجريات التفاعل بينهما، وأنه كلما كان الاختلاف زاد مستوى التوتر والصراع، إلا أنه في حالة اشتراك الزوجين في نفس العالم الرمزي تبلورت توقعات الأدوار بينهما بشكل إيجابي، وبشكل قوي وسريع (هادي، 2012).

وتسعى نظرية التفاعل الرمزي لتفسير العلاقة بين الزوجين من خلال العمليات الداخلية التي تحدث داخل بناء الأسرة وتشمل: أداء الأدوار، وتقسيم العمل، والاتصال والتواصل، واتخاذ القرارات، ووحل المشكلات. ويتعلق فمدى التفاعل في هذه المواقف بمدى توافق العالم الرمزي لكلا الزوجين (ابن هملة، 2012).

ت) النظرية السلوكية Behavioral Theory:

يرى جون واطسون وبوروس فريدريك سكينر John, Watson and Burrhus Frederic Skinner -الذي أدخل مفهوم التعزيز والعقاب لتشكيل السلوك-: أن ممارسة الفرد لسلوك معين يحفزّه للاستمرار فيه، أما عدم ممارسته فيضعفه ويطفئه. وإذا نظرنا إلى العلاقة الزوجية من خلال النظرية السلوكية، نجد أن الزوجين لديهما سلوكيات يتفاعلان من خلال استخدامها والتي لا تخلو من استراتيجيات كل من الثواب والعقاب، فعندما يثيب أحدهما الآخر ويشبع له احتياجاته فإنه يحفزّه على التفاعل معه ويجعله يعتمد عليه، فالثواب تدعيم إيجابي للتفاعل الزوجي، حيث يحفز كلا الزوجين على القيام بما يرضي الطرف الآخر من خلال تعديل سلوكياتهما وأفكارهما حتى تتقارب، والعكس عندما يعاقب أحدهما الآخر؛ فإنه يشعره بعدم الارتياح وبالتالي يدفعه إلى

النّفور، ممّا يجعل استجاباتهم عدائيّة اتّجاه بعضهما البعض، فينفّران من العلاقة وينفصلان عاطفيًا (كفافي، 2012).

ث) نظريّة جوتمان للانحلال الزّواحي Gottman's Theory of Marital Dissolution:

قامت نظريّة جوتمان (Gottman, 1999) على دراسات علميّة طويلة مع فئات من الأزواج على مدى عدّة سنوات. وقد قامت نظريّته على الافتراضات التّالية:

- 1- إنّ نقاط القوّة والضعف في إدارة الصّراع بين الأزواج لها تأثير على نوعية التّواصل العاطفي بينهما.
- 2- قد يكون الزّوجان متفقان حول أشياء معيّنة في حياتهما الزّوجية، إلا أنّهما قد يختلفان عليها مع مرور الوقت بغضّ النّظر عن وجود أطفال لديهما أو عدم وجودهم.
- 3- كثرة الخلافات والصّراعات بين الزّوجين يكون لها تأثير سلبي على العلاقة الزّوجية.
- 4- طول أمد الزّواج لا يعني دائمًا وجود توافق زوجي ورضا بين الزّوجين.
- 5- فشل الزّوجين في الحفاظ على المودّة والمحبة والاستقرار العاطفي بينهما هو نتاج تراكمات لمواقف سلبية مرّ بها ولم تعالج في حينها.
- 6- إذا وصل الزّوجان لمستوى اليأس في علاقتهم العاطفيّة فإنّ الإدراك العاطفي بينهما يتحوّل من الرضا والحب والاحترام، والإشباع العاطفي والاستقرار النّفسي، إلى الشّعور بالألم والحزن والغضب والجفاف العاطفي وبالتالي الشّعور بالانفصال العاطفي رغم الاستمرار في العيش تحت سقف واحد.
- 7- نجاح الزّواج أو فشله مرتبط برغبة كلا الزّوجين وقدرتهما على إدارة وحلّ الخلافات بينهما (ناجي وآخرون، 2016).

ويرى جوتمان Gottman كذلك أنّ قدرة الزّوجين على إدارة الصّراعات التي لا يمكن تفاديها هو الذي يطيل عمر العلاقة الزّوجية الجيدة، أما السلوكات السلبية مثل كثرة الانتقادات، والاحتقار، والتعنيف بشتّى أنواعه،

فتؤدّي إلى التّعاسة الزّوجية وغياب العاطفة بينهما وبالتالي الشّعور بالانفصال العاطفي (الشواشرة، وعبد الرحمن، 2018).

ج- النّظرية البنائية الوظيفية Structural Functional Theory

يعتبر فيلهم فونت Wilhelm, Wundt مؤسس النّظرية البنائية وقد عدّل عليها فيما بعد كل من جان بياجيه وكارل سميث Jean, Piaget & Carl, Smith، وترى هذه النّظرية: أنّ كلّ بناء أو نسق في المجتمع يتكوّن من عدّة أجزاء مترابطة فيما بينها، وأنّ لكلّ جزء من أجزاء النّسق أهميّة في الحفاظ على النّسق وتوازنه، فالنّسق الزّواجي أو الأسري يكون مهددا بسبب فارق السنّ الكبير بين الزّوجين، أو السّكن مع أهل الزّوج، أو العنف الزّوجي بكافة أشكاله، أو بسبب عدم الاتّفاق على الأمور الماليّة، مما يولّد النّفور في التّفاعل وصعوبة في التّفاهم والتّواصل ينتج عنه انفصال عاطفي بين الزّوجين. فحسب النّظرية البنائية يبني الزّوجان قرارهما بعدم الطّلاق والاستمرار في علاقة ميّنة وبدون مشاعر حفاظا على الأسرة ورعاية للأبناء، خوفا من أن يشعر الأبناء بحالة من الفراغ في حالة عدم وجود الأمّ الحقيقيّة لهم (مبارك، ونزال، 2015).

التّعليق على النّظريات المفسّرة للانفصال العاطفي:

من خلال عرض الباحثة لبعض النّظريات المفسّرة للانفصال العاطفي، وجدت أنّ هذه الظّاهرة متعدّدة الأبعاد، ولا يمكن تفسيرها بشكل أحادي. إذ توفّر كل نظريّة منظورا مختلفا يسهم في فهم أعمق للعوامل المؤدّية إلى الانفصال العاطفي، فالنّظريات تكمل بعضها البعض وتوفّر إطارا شاملا لفهم الظّاهرة من جوانب متعدّدة. فكل نظريّة تضيف بعدا مختلفا، ممّا يعكس التعقيد الذي يحيط بالعلاقات الزّوجية وتأثيرها على الزّوجين. فنظرية التّبادل الاجتماعي قدّمت تفسيراً مبنياً على مبدأ التّوازن بين المكاسب والتّكاليف في العلاقات الزّوجية ممّا يبرز دور التّوازن بين الأشباع العاطفي والمنافع المتبادلة في استمرارية العلاقة أو تدهورها، بينما النظرية

السُّلوكيَّة ركّزت على الأنماط السُّلوكية المكتسبة التي تعزّز الانفصال العاطفي، مثل غياب التعزيز الإيجابي أو وجود تفاعلات سلبية متكررة بين الزوجين. في حين سلّطت نظريَّة التفاعل الرّمزي الضوء على أهميَّة المعاني المشتركة بين الزوجين، والتي قد تؤدي إلى فجوة عاطفيَّة بينهما. أما نظريَّة جوتمان فقد ركّزت على الديناميَّات التفاعلية السُّلبية التي تنذر بانحلال العلاقة، في حين أظهرت النظرية البنائية الوظيفية دور الأدوار الاجتماعية المتكاملة للزوجين في تعزيز الترابط والاستقرار الأسري.

كما ترى الباحثة أنّ نظرية جوتمان للانحلال الزوجي كانت دقيقة في تحليل الديناميكيات الزوجية التي تؤدي إلى الانفصال العاطفي من خلال تقديمها لعوامل تنبؤية ملموسة مثل النقد، والازدراء، والدفاعية، وهي عوامل ظاهرة في العلاقات الزوجية المتدهورة. فنظرية جوتمان تجمع بين الجوانب السلوكية والتواصلية بطريقة عملية تبرز كيف تتحوّل الخلافات اليومية إلى فجوة عاطفية عميقة إذا لم يتم معالجتها، فهذا التوجّه يجعلها الأكثر ارتباطاً بتفسير ظاهرة الانفصال العاطفي من منظور واقعي وعلمي.

2.1.2 الوحدة النفسية.

1.2.1.2. مفهوم الوحدة النفسية:

الإنسان هو كائن اجتماعي يحتاج إلى التواصل مع الآخر للتطور والبقاء على قيد الحياة، إلا أنّ التواصل الاجتماعي والتماسك بين الأفراد أصبح مهدداً بسبب انتشار الشعور بالوحدة النفسية بشكل متزايد حول العالم، فهو ينشأ عن فجوة متصورة بينهما الحالة المرغوبة والحالة الفعلية للعلاقات الاجتماعية، فالوحدة شعور غير مريح ومعقد ينتج عن الافتقار إلى الروابط الشخصية والاجتماعية المرغوبة، كما أنّ الشعور بالوحدة يتفاقم مع تقدّم العمر (Lay-Yee & al, 2022: 1904).

ويرى سوان Swan أن: "الشعور بالوحدة النفسية هي ليست فقط مجرد تصور للعلاقات الاجتماعية غير الكافية، وإنما هي كذلك مشاعر عدم الرضا داخل العلاقات، فقد يشعر الفرد بالعزلة رغم أنه يعيش مع الآخرين، حيث يظهر عليه أنه يعيش حياة اجتماعية جيدة لكنه في الحقيقة هو يشعر بالوحدة، فعدد الأصدقاء لا يحدد ما إذا كان الشخص يشعر بالوحدة أم لا، ولكن الذي يحدد ذلك هو تصور الشخص للعلاقات نفسها وهي التي تنبئ بوجود الشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية، لأنها خبرة ومشاعر ذاتية بطبيعتها" (Swan, 2018:12).

عرّف قشقوش الوحدة النفسية على أنها: "شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الأشخاص وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر فيها الفرد بافتقاد التقبل والحب من جانب الآخرين، بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مشبعة مع أي من الأشخاص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله " (قسقوش، 1988: 9).

ويشير أرنولد Arnold إلى أنّ الوحدة النفسية هي: "الشعور بالفراغ الداخلي الذي يمكن أن يكون مصحوبا بالحزن وتثبيط الهمة والشعور بالعزلة، والأرق، والقلق، وتصاحبه رغبة كبيرة من جانب الشخص في الانطواء والانعزال بسبب شعور الفرد بأنه مرفوض من الآخرين الذين يعيش معهم" (Arnold,2004: 1-2).

وترى أمين " أنها خبرة غير سارة وإحساس مؤلم يشعر فيه الفرد بوجود خلل في إشباع العلاقات بينه وبين الآخرين مع التأكيد على أنها حالة من البؤس والفراغ العاطفي الذي يعاني منها كل من تعرّضوا للشعور بهذه الخبرة" (أمين، 1999: 223)

كما عرفها ويس Weiss على أنها: " حالة عجز تحدث نتيجة إحساس الفرد بافتقاد الارتباط العاطفي الذي يربطه بالآخرين" (Weiss, 1973: 35).

بناء على ما سبق، ترى الباحثة أنّ الوحدة النفسية حسب الدراسة الحالية هي حالة نفسية ذاتية يشعر فيها الفرد بالعزلة والافتقار إلى العلاقات الاجتماعية الداعمة، وعدم الانتماء للآخرين بما فيهم شريك الحياة على

الرغم من وجوده معه تحت سقف واحد، لأنّ حياتهما تخلو من علاقات عاطفيّة مشبعة وملبئة بالألفة والمودّة، ومن المؤشّرات على الوحدة النفسيّة الرّغبة في العزلة والانطواء، وعدم الشّعور بالمساندة والحبّ من قبل الشّريك، وبالتالي الشّعور بالضيق والقلق وعدم الرّضا في العلاقة الزوجية.

2.2.1.2. أنواع الوحدة النفسيّة:

يرى يونغ (Yong, 1979) أن الوحدة النفسيّة تنقسم إلى ثلاثة أقسام وهي:

أ) **الوحدة النفسيّة العابرة:** وهي فترات قصيرة المدى تحدث عندما يواجه الفرد تغييراً مؤقتاً في ظروفه أو بيئته أو علاقاته، حيث يكون الفرد خلال هذه الفترة الزمنيّة القصيرة والعابرة غير قادر على الشّعور بالتواصل والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين، رغم أنّ الحياة الاجتماعيّة للفرد تتسم بالتوافق والمواءمة.

ب) **الوحدة النفسيّة التحوّلية:** وهي أنّ الفرد كان يتمتّع بحياة اجتماعيّة طيبة في الماضي لكنّه أصبح يشعر بالوحدة النفسيّة نتيجة خبرة سيئة أو حدث سيئ مرّ به حديثاً. مثل وفاة أحد أفراد الأسرة أو صديق مقرب، أو انتهاء علاقة زوجيّة، أو انتقال الأطفال إلى العيش بعيداً عن المنزل وما إلى ذلك.

ج) **الشّعور بالوحدة النفسيّة المزمّنة:** هي حالة يعاني فيها الشّخص من ألم مستمر بسبب عدم وجود روابط كافية مع الآخرين، حيث يشعر الفرد لفترات طويلة من الزّمان، أو إلى سنوات بعدم الرّضا عن جودة علاقاته الاجتماعيّة ممّا يدفعه إلى العزلة والانطواء.

3.2.1.2. أشكال الشّعور بالوحدة النفسيّة:

صنّف قشقوش الوحدة النفسيّة إلى ثلاثة أشكال:

أ- **الوحدة النفسيّة الأوليّة:** وهي سمة سائدة في الشّخصية أو أنّها اضطراب في أحد سمات الشّخصيّة، وهي ترتبط في الحالتين بالانسحاب الانفعالي عن الآخرين، حيث يعاني صاحب هذه الشّخصيّة من

مصاعب مزمّنة أو طويلة الأمد للدّخول في علاقات متبادلة ومشبعة عاطفيًا مع أشخاص ذوي أهميّة بالنسبة له، فيشعر كما لو أنّ هناك حاجزًا يباعد بينه وبينهم لا يستطيع تخطّيه.

ب- **الوحدة النفسيّة الثّانوية:** وتظهر في حياة الفرد عقب حدوث مواقف معيّنة من حياته، مثل الطّلاق أو التّرمّل أو تمزّق أو تصدّع علاقات الحب، والحنين أو الشوق للأسرة والوطن أو الانتقال الجغرافي، فهو استجابة انفعاليّة لما حدث من تغيّر في بيئته الفرد، حيث يفترض أنّه كانت توجد لدى هذا الشّخص علاقات سليمة ومشبعة كانت تربطه بالآخرين ذوي أهميّة. كما أنّ الإحساس بالوحدة الثّانويّة يخفّ أو يسكن إذا تغيّر الموقف الطّارئ والمؤلّم.

ج- **الوحدة النفسيّة الوجوديّة:** وهي تظهر لدى بعض الأشخاص نتيجة استعدادات وراثيّة وتركيبية معيّنة غير واضحة أو محدّدة، إذا لم يتوقّر لهم إجراءات توازن مضادّة من خلال ظروف بيئيّة معزّزة أو مشجّعة، فإنّ هذه الاستعدادات يمكن أن تؤدّي في النّهاية إلى شعور الفرد بالوحدة النفسيّة (قشقوش، 1983: 193-199).

4.2.1.2 صور الشّعور بالوحدة النفسيّة:

تتجلّى الوحدة النفسيّة في عدّة صور من بينها:

أ- **الشّعور بالوحدة الأسريّة:** تتمثل في شعور أفراد الأسرة بالانعزال نتيجة عدم التّفاهم بينهم وغياب الاهتمام ببعضهم البعض، وتجاهل مشاعر بعضهم البعض.

ب- **الشّعور بالوحدة الاجتماعيّة:** تتمثل في إحساس الفرد بالفراغ والبعد رغم تواجد الآخرين حوله، كما أنّه يعاني من الشّعور بالرّفوض وعدم الاهتمام من المجتمع ممّا يجعله يفقد معنى الحياة.

ت- **الشعور بفقدان التّقبّل**: يتمثّل في شعور الفرد بعدم الانسجام مع الآخرين، وعدم قدرته على فهم تفكيرهم ممّا يجعل علاقاته الاجتماعية سطحيّة؛ وبالتالي عدم وجود علاقات صادقة وموثوقة، فيجعله يشعر بعدم الرّضا والتّوافق مع الآخرين؛ وبالتالي انعدام الرّغبة الاجتماعية.

ث- **الشعور بالحرمان**: يتمثّل في الشعور بالتّجاهل والرّفص من طرف الأصدقاء في ظلّ وجود رغبة ملحّة في الحصول على صديق مقرب.

ج- **الشعور بالوحدة الانفعاليّة**: تتمثّل في رغبة الفرد الشّديدة لوجود شريك الحياة، والشعور بالاهتمام والسّعادة الأسريّة، وكذلك الرّغبة في مشاركة مشاعره مع الآخرين (صلاح، 2024).

5.2.1.2 مكونات الوحدة النّفسيّة:

تتمثّل مكونات الشعور بالوحدة النّفسيّة في:

- أ- إحساس الفرد بالضّجر نتيجة افتقاد الشعور بالحب والتّقبّل من الآخرين.
- ب- إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية بينه وبين المحيطين به يترتّب عنها فقدان النّقة بالآخرين.
- ت- معاناة الفرد من أعراض عصابية كالاستغراق في أحلام اليقظة، أو انعدام القدرة على التّركيز والانتباه، أو الشعور بالملل سواء أكان مع الآخرين أو مع نفسه.
- ث- إحساس الفرد بالافتقار إلى المهارات الاجتماعية التي يمكن أن تساعد في الحصول على علاقات اجتماعية مثمرة ومرضية (قشقوش، 1983: 191).

ومن وجهة نظر الباحثة، فإنّ تحليل مكونات الوحدة النّفسيّة، مثل الشعور بالعزلة، وعدم الرّضا عن الذات، يظهر أنّ هذه الظّاهرة تتداخل مع العديد من العوامل النّفسيّة والاجتماعية، فهي ليست مجرد غياب للعلاقات الاجتماعية، بل ترتبط بتصور الفرد لجودة هذه العلاقات ومدى تلبيتها لاحتياجاته العاطفية والنّفسيّة، لذلك نجد الوحدة النّفسيّة بأشكال مختلفة تتراوح بين الوحدة المؤقتة والدائمة، وبين

الوحدة الذاتية والاجتماعية، مما يعكس تأثيرها بشكل متفاوت على الأفراد تبعا لطبيعة شخصياتهم وبيئاتهم. كما أنّ صورها تتنوع بين الانسحاب الاجتماعي، والشعور بالاغتراب، وفقدان الإحساس بالانتماء، وهي صور تعكس الجانب التفاعلي والذاتي للشعور بالوحدة.

6.2.1.2 النظريات النفسية المفسرة للوحدة النفسية:

أ- نظرية التحليل النفسي Psychoanalytic Theory

يرى فرويد Freud أنّ الشعور بالوحدة النفسية هو ناتج عن التنافر والتنافس بين مكونات الشخصية (الأنا، والهو، والأنا الأعلى) داخل الفرد وفقا لديناميكيات وميكانيزمات الشخصية، رغم أنّ لكلّ منها وظائفه وخصائصه، فسلوك الفرد هو نتاج لتفاعل مكونات الشخصية، ونادرا ما يعمل أحد هذه الأنظمة بمفرده دون النظامين الآخرين. فالهو تمثل الغرائز الأساسية عند الإنسان، والأنا الأعلى تمثل القيم والأخلاق والفضيلة، أمّا الأنا فهي المسؤولة عن إحداث حالة التوازن في مكونات الشخصية بين الهو (الأناي) والأنا الأعلى (المثالي). ولذلك يرى فرويد أنّ سوء التوافق والتنافر بين الأنا والهو والأنا الأعلى ينتج عنه القلق العصابي الطفولي الذي يرتبط بالسنوات الخمس الأولى من حياة الطفل. فالوحدة النفسية قد تكون نتيجة للصراعات الداخلية غير المحلولة والحرمان العاطفي الذي يعاني منه الفرد منذ الطفولة. فعندما تكون العلاقات الأولية غير آمنة ومضطربة (مثل علاقة الفرد بوالديه أو مقدمي الرعاية)، تنشأ لدى الفرد مشاعر عميقة بالعزلة وعدم الثقة بالآخرين، وبالتالي ضعف العلاقات والارتباط بالآخرين، مما يؤثر بشكل سلبي على علاقاته العاطفية في المستقبل. (المصري، 2011).

يرى أدلر Adler كذلك أنّ الشعور بالوحدة النفسية مرتبط بالطفولة نتيجة تعرض الطفل للإساءة من طرف والديه وحرمانه من الحب والعطف والتشجيع، مما يولد لديه شعورا بالنقص نتيجة افتقاره لعامل الشعور الإنساني (بعلي، 2015).

ويرى أريكسون Erikson أنّ الفشل في تفادي أزمة الألفة مقابل العزلة في مرحلة الشباب يؤدي إلى تجنب الفرد للعلاقات الـبـينـشـخـصـيـة التي تتيح له الدّخول في علاقات اجتماعية ناجحة، ممّا يجعله يشعر بالخواء الاجتماعي والعزلة (جابه، 2023).

ب- النظرية السلوكية Behavioral Theory :

يرى جون واتسون John B. Watson أنّ الشّعور بالوحدة النفسيّة مرتبط بحدوث صراع بين العمليّات المؤدّية إلى الكفّ نتيجة عدم قدرة الفرد على ترك الاستجابات الشرطية التي تعلّمها في طفولته نتيجة الخبرات السلبية التي مرّ بها في بيئته ممّا أدّى إلى تكوين عادات غير مناسبة لديه، حيث أنّها لا تساعده على أن يحيا حياة فعّالة وناجحة مع الآخرين، كما تعوقه عن تعلّم استجابات وأنماط سلوكية أكثر مواءمة في علاقته بالآخرين فالفرد الذي يختبر رفضاً أو فشلاً في إقامة علاقات اجتماعية صحيّة، قد يتجنب المزيد من التّواصل؛ ممّا يؤدي إلى شعور متزايد بالعزلة وضعف القدرة على بناء روابط عاطفية قويّة (Vang, 2019).

ج- نظرية التّعلم الاجتماعي (Social Learning Theory) :

يرى باندورا Bandura أنّ الفرد يتعلّم السلوكيات والعواطف من خلال ملاحظة الآخرين وتقليدهم، كما تؤثر التفاعلات الاجتماعية والبيئة المحيطة على تطوير الفرد لمشاعره، ومنها الشّعور بالوحدة النفسيّة، كما أنّ هذا الشّعور ممكن أن ينتج عن توقّعات الفرد اتّجاه قدراته في التّعامل مع الآخرين، حيث يتأثر شعور الفرد بالكفاءة الذاتيّة في تفاعله الاجتماعي، وبقدرته على بناء علاقات اجتماعية ناجحة أم لا، وتوقّعه بعدم قدرته على السيطرة في المواقف الاجتماعية (عبد الوارث، 2020).

د- النظرية الإنسانيّة Humanistic Theory :

يرى ماسلو Maslow أنّ الشّعور بالوحدة النّفسيّة ينشأ بسبب عدم إشباع حاجات الانتماء والحب، والشّخص الوحيد يكون مدفوعاً للاحتكاك والصّداقة الحميمة والانتماء، والحاجة إلى التّغلب على مشاعر الاغتراب والعزلة التي سادت الحراك الاجتماعي، وتحطّم الجماعات التقليديّة، وبعثرة الأسرة والفجوة بين الأجيال بسبب التّحسر المستمر واختفاء العلاقات الوجيهة (Boston & al, 2024).

يعتبر هرم ماسلو للحاجات الإنسانيّة هو نموذج نفسي طوّره عالم النفس أبراهام ماسلو Maslow لترتيب احتياجات الإنسان في شكل هرمي، حيث تبدأ الاحتياجات الأساسيّة في قاعدة الهرم وتزداد تعقيداً مع الارتفاع. الحاجات الأساسيّة وفق ماسلو تبدأ من الحاجات الفيزيولوجيّة، ثمّ الأمان، يليها الحب والانتماء، ثمّ التّقدير، وصولاً إلى تحقيق الذات.

في السّياق الفلسطيني ومن خلال هرم ماسلو، يمكن فهم الشّعور بالوحدة النّفسيّة لدى الفلسطينيين كنتيجة للتّحدّيات التي يواجهونها في تلبية بعض الاحتياجات الأساسيّة، حيث أنّ الظروف السياسيّة والاجتماعيّة والاقتصاديّة يمكن أن تكون سبباً في تعقيد تلبية هذه الاحتياجات، حيث يصعب على الأفراد الانتقال إلى مستويات أعلى من الهرم دون ضمان احتياجات المستويات الأدنى. هذا قد يؤدي إلى الشّعور بالعزلة والوحدة النّفسيّة، خصوصاً في ظلّ انقطاع العديد من الرّوابط الاجتماعيّة وعدم تلبية بعض الحاجات النّفسيّة والاجتماعيّة.

التّعليق على النّظريّات المفسّرة للوحدة النّفسيّة:

من خلال مناقشة الباحثة للشّعور بالوحدة النّفسيّة في ضوء نظريّة التّحليل النّفسي، والنّظريّة السلوكيّة، ونظريّة التّعلم الاجتماعي، والنّظريّة الإنسانيّة، ترى الباحثة أنّ هذه النّظريّات قدّمت تفسيرات لهذه الظّاهرة في إطار تكاملي بينها. فنظريّة التّحليل النّفسي تبرز الشّعور بالوحدة النّفسيّة كنتيجة لصراعات داخلية غير واعية ترتبط

بتجارب الطفولة المبكرة، مما يشير إلى الجذور العميقة لهذه الحالة في حياة الفرد. أما النظرية السلوكية فتركز على الأنماط المكتسبة من العزلة وعدم التفاعل، حيث ينشأ الشعور بالوحدة النفسية نتيجة غياب التعزيز الإيجابي في العلاقات الاجتماعية. في حين تظهر نظرية التعلم الاجتماعي أهمية النمذجة والملاحظة في تشكيل الشعور بالوحدة، موضحة كيف يمكن للسلوكيات الاجتماعية أو العزلة المحيطة بالفرد أن تؤثر على تجربته للوحدة. أما النظرية الإنسانية، فتتظر إلى الوحدة النفسية على أنها تعبير عن فقدان تحقيق الذات أو غياب العلاقات التي تشعر الفرد بالمعنى والانتماء، مما يعكس بعدا وجوديا لهذه الظاهرة.

ومن هنا يمكننا القول أن الشعور بالوحدة النفسية يمثل حالة نفسية ذات أبعاد عميقة، تنبع من التفاعل بين العوامل الذاتية والاجتماعية. ولا يقتصر هذا الشعور على غياب العلاقات الاجتماعية، بل يتجاوز ذلك إلى إدراك الفرد لجودة هذه العلاقات ومدى تلبية احتياجاته العاطفية والنفسية. فالشعور بالوحدة النفسية يتسم بطابع ذاتي، حيث قد يشعر الفرد بالعزلة حتى في وجود الآخرين إذا افتقد الشعور بالتفاهم والقبول. كما أن هذا الشعور قد ينشأ نتيجة تجارب حياتية مؤلمة، أو بسبب فجوات في التواصل مع الذات أو مع الشريك أو مع الأسرة، أو مع المحيط الاجتماعي. لذا فهي حالة نفسية عميقة تعكس نقصا في الإشباع العاطفي والاجتماعي، مما يؤثر سلبا على جودة العلاقات الشخصية والعلاقات الزوجية.

3.1.2. إدمان الإنترنت:

1.3.1.2. مفهوم الإدمان على الإنترنت:

انتشار الإنترنت عبر العالم أصبح من أكبر التحولات التكنولوجية في العصر الحديث، فهو الآن جزء لا يتجزأ من حياة الناس حول العالم، فقد زاد عدد مستخدمي الإنترنت خلال العقدين الماضيين مع تسارع انتشار

الشبكات اللاسلكية (Wi-Fi) وشبكات الجيل الخامس (5G)، مما أتاح للناس سرعة عالية في الاتصال بالإنترنت، الشيء الذي أتاح لهم تكوين مجتمعات عالمية وعلاقات جديدة، مما أدى إلى إحداث تغييرات بنويّة في طبيعة العلاقات بين الأفراد والمجتمعات على مستوى العالم (صبيح وأحمد، 2018).

إنّ لشبكة المعلومات (الإنترنت) استخدامات في غاية الأهميّة للجامعات والمدارس ومراكز الأبحاث، حيث يمكن من خلالها نقل وتبادل المعلومات بينها، ونشر الأبحاث العلميّة، كما يستطيع الباحث الحصول على المعلومات المطلوبة من المكتبات العامّة أو من مراكز المعلومات بسرعة كبيرة جدا بالمقارنة مع الطّرق التقليديّة. ويمكن الاستفادة من الشبّكة في عمليّة التّعلم عن بعد بصورة كبيرة جدا (علي، 2010).

فاستخدام الإنترنت لا يمثّل خطورة في حدّ ذاته على السّلوّك إلّا إذا أصبح سلوكا قهريّا، وتعارض مع القيام بأنشطة الحياة اليوميّة، فالمشكلة تكمن في: الوقت الطّويل الذي يمضيه الشّخص مستخدما للإنترنت، وفي نوعية الأنشطة والمجالات التي يمكن الوصول إليها عبر الإنترنت، ومن هنا ظهر نوع جديد من الاضطرابات لم يكن معروفا قبل التسعينات من القرن الماضي، إلّا أنّه اختلف الباحثون حول المصطلح الذي يعبر عن الإفراط في استخدام الإنترنت، فاعتبره بعض الباحثين إدمانا للإنترنت (Internet addiction)، واعتبره آخرون مشكلة الإنترنت (Problematic internet) (الشافعي، 2019). وقد تمّ استخدامه كذلك مع مصطلحات أخرى مثل: الاستخدام المكثّف للإنترنت، اضطراب استخدام الانترنت، إشكاليّة استخدام الإنترنت، الاستخدام القهري للإنترنت (Negah, & al, 2016).

ويعتبر عالم النّفس الأمريكي إيفان جولدربرج Goldberg Ivan أوّل من أشار إلى إدمان الإنترنت عام (1995)، وجاءت بعده كامبرلي يونج Kimberly Young التي استخدمت مصطلح "اضطراب إدمان الإنترنت" في دراسة تحت عنوان "إدمان الإنترنت" سنة (1996) لما في هذا المسمّى من دلائل اعتماديّة وجاذبيّة تدفع

النَّاس لاستخدام الإنترنت لفترات طويلة مع عدم القدرة على التَّوَقُّف عنه، وهو الإِسْم الذي أصبح أكثر شيوعاً وانتشاراً واستخداماً بين الباحثين (Xin & al, 2018).

يعرّف الإِدْمَان على الإنترنت بأنّه: " رغبة لا يمكن السَّيطرة عليها في الاستخدام المفرط للإنترنت، وتخفيض الوقت الذي يقضيه دون الاتِّصال بالإنترنت، والعصبية الشَّديدة والعدوان في حالة الحرمان، والتدهور التَّدرجي للحياة الاجتماعية والأسرية" (Chou, & Hsiao, 2000, 66).

كما يعرّف على أنّه: "اضطراب في التَّحكم في الدَّوافع المرتبطة ببعض نشاطات الإنترنت ومرتافقة بأعراض الإِدْمَان، مثل الحاجة الملحة للارتباط بالشَّبكة، وحالة من الاشتياق وعدم قدرة الفرد على منع تفكيره فيه عندما يكون غير مرتبط بالإنترنت وفقدان الإحساس بالوقت لما يكون على الشَّبكة ممَّا يؤدِّي إلى ظهور مشاكل شخصية واجتماعية" (Benoit, 2004, 169).

ويعرّف أيضاً بأنّه: "تعرُّج المزاج واضطراب السلوك تبعاً له عندما يحرم الشَّخص من استخدام الإنترنت" (Mitchell, 2000: 632).

ويعرّفه Kesici & Tunc (2018, 236) على أنّه: "دافع يؤدِّي إلى الاستمرار في استخدام الأدوات الرِّقمية، على الرِّغم من أنّه من المعروف أنّ الإفراط في استخدام هذه الأدوات سيؤدِّي إلى مشكلات جسدية، وعاطفية، وعقلية، واجتماعية للفرد".

وعرّف عزب (2001، 286) إِدْمَان الإنترنت بأنّه: "متلازمة الاعتماد النَّفسي للمداومة على ممارسة التعامل مع شبكة الإنترنت لفترات طويلة ومتزايدة ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية (بل على حساب هذه الصُّرورات وغيرها) مع ظهور المحكَّات التَّشخيصية المألوفة في الإِدْمانات التقليدية، من قبيل: التَّكرارية، والنَّمطية،

والإلحاح، والهروب، والانسحاب من الواقع الفعلي إلى واقع افتراضي، كما يكون السلوك في هذه الحالة قهرياً عنيدا ومنتشبتاً، بحيث يصعب الإقلاع عنه دون معاونة علاجية للتغلب على الأعراض الانسحابية النفسانية

وعرفه فراج وآخرون (2020، 410): "على أنه نمط سلوكي متكرر يقوم به الفرد بشكل يومي من أجل الهروب من مشكلاته الحياتية، أو من أجل الشعور بحالة من الرضا مما قد يؤدي إلى تدمير حياته الأسرية، أو المهنية، أو العلمية، أو يعرضه لإحدى الاضطرابات النفسانية كالاكتئاب أو القلق أو الاغتراب النفسي أو غيرها".

وترى الدسوقي (2022، 309) أن الإدمان على الإنترنت هو: "الانغماس في العالم الافتراضي، والابتعاد عن الواقع الخارجي، مما يترتب عليه إهمال العلاقات مع الأشخاص المحيطين، وإهمال العمل، والابتعاد تماما عن العالم الخارجي".

ويعرف إدمان الإنترنت كما حدده الجمعية النفسية الأمريكية (APA) بأنه: "استخدام الإنترنت بما يتجاوز (38) ساعة أسبوعيا لغير حاجة العمل، مع الميل إلى زيادة ساعات استخدام الإنترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها ساعات أقل من قبل، مع المعاناة من أعراض نفسية وجسدية عند انقطاع الاتصال بالشبكة، ومنها التوتر النفسي، والقلق، وتركيز التفكير بشكل قهري حول الإنترنت وما يجري فيه. وأحلام وتخيلات مرتبطة بالإنترنت. وحركات إرادية ولا إرادية مرتبطة بالإنترنت لتخفيف أو تجنب أعراض الانسحاب. إضافة إلى الميل لاستخدام الإنترنت بمعدل أكثر تكرارا. أو لمدة زمنية أطول، تتجاوز ما كان يخصه الفرد أصلا" (شاهين، 2016، 29-30).

وترجع أسباب الإدمان على الإنترنت إلى مجموعة من العوامل أهمها: الشعور بالفراغ، والشعور بالملل، والشعور بالحرمان العاطفي، مما يجعل الشخص يبحث عن الإشباع العاطفي عبر غرف الدردشة، والتي توفر

له فرصة للتخلص من القيود المجتمعية الصارمة عبر الدّخول بأسماء مستعارة وحسابات وهمية، كما توفّر له وسيلة للتفريغ الانفعالي عن مكبوتاته اللاشعورية، ممّا يجعله يتوهم الحميمية والألفة داخل غرف الدردشة، فالفرد من خلال استخدام الإنترنت يحاول التّخلص من حالات القلق النّفسي، وضغوطات الحياة اليومية (المصري، 2006).

وقد أشارت العيسى في دراستها التي أسفرت نتائجها على أنّ إدمان الإنترنت متنبئ بالانفصال العاطفي إلى أنّه من الآثار السلبية لإدمان الإنترنت: "ضعف التّواصل الأسري، بسبب انشغال أفراد الأسرة كالأزواج بتلبية عواطف افتراضية غير موجودة على أرض الواقع، والتي تؤدي إلى نشوب الخلافات بين الزوجين، وحالة قصوى من الانفصال العاطفي" (العيسى، 2022، 10).

كما أنّ الإدمان على الإنترنت له تأثير سلبي على الصّحة النّفسيّة للأفراد، حيث أشارت دراسة بشبش (2018) إلى أنّ الإدمان على الإنترنت يرتبط ارتباطاً طردياً مع كل من الاكتئاب والوحدة النّفسيّة لدى طلبة الجامعة.

وترى الباحثة من خلال استعراض مجموعة من التعريفات ، أنّ إدمان الإنترنت هو إدمان سلوكي يمثل ظاهرة نفسية وسلوكية معقدة تتجاوز مجرد الاستخدام المفرط للتكنولوجيا الرقمية، حيث يرتبط بأبعاد نفسية عميقة، وتأثيرات سلبية على مختلف جوانب حياة الأفراد لاسيما العاطفية والاجتماعية، فهو يرتبط بشكل مباشر بالانسحاب من التفاعل الاجتماعي الحقيقي والتّوجّه نحو العزلة النّفسيّة عبر العالم الافتراضي، وبالتالي يمكن أن يخسر صداقاته الواقعية، وتنهار علاقاته الأسرية، وهو ما سيعزّز لدى الأفراد الشّعور بالوحدة النّفسيّة ممّا قد يسهم في زيادة احتمالية حدوث الانفصال العاطفي، أو أنّ الانفصال العاطفي هو العامل المسبّب للوحدة النّفسيّة كنتيجة متوقّعة وإدمان الإنترنت كمحصلة نهائية وهذا ما حاولت الباحثة الجواب عنه من خلال القيام بهذه الدراسة العلمية.

ويعدّ الشخص مدمنا إذا ظهر عليه على الأقل خمسة من الخصائص الآتية:

- 1- الشّعور بالانشغال بالإنترنت مثل: الانشغال بأخر مرة تمّ الدّخول فيها على شبكة الانترنت، وانتظار وتخيّل الجلسة التّالية للدّخول عليه.
- 2- استخدام الإنترنت بشكل أكبر ممّا يعطيه المزيد من الوقت للشّعور بالاكْتفاء أو الرّضا.
- 3- تكرار الجهود والمحاولات الفاشلة للحدّ من استخدام الإنترنت.
- 4- الشّعور بالعصبية أو بتقلّب المزاج أو الانزعاج عند محاولات التوقّف عن استخدام الإنترنت.
- 5- استخدام الإنترنت بشكل أكبر ممّا هو مخطّط له.
- 6- التّعريض لفقدان علاقات اجتماعية، أو فرصة عمل أو تعليم بسبب الإنترنت.
- 7- الكذب على أفراد الأسرة أو الأصدقاء لإخفاء التعلّق أو الانشغال بالإنترنت.
- 8- استخدام الإنترنت للهروب من المشكلات أو لتقليل الشّعور بالقلق أو الاكتئاب (Young, 1996).

2.3.1.2. أنواع الاستخدام الإدماني للإنترنت:

وفقا للمركز الأمريكي للإدمان على الإنترنت، تمّ تحديد خمسة أنواع من إدمان الإنترنت وهي:

- 1- الإدمان الجنسي عبر الإنترنت وهو: ولع مستخدم الإنترنت بالمواقع الإباحية والممارسات غير الأخلاقية على الإنترنت، حيث يقوم المدمن بتنزيل المواد الإباحية الإلكترونية واستخدامها والاتجار بها، فهو مهووس بالجنس السيبراني والمواد الإباحية الإلكترونية.
- 2- إدمان العلاقات السيبرانية: يتورط المدمن على الإنترنت في علاقات إلكترونية يمكن أن تصل إلى الرّنا عبر الإنترنت.

3- إدمان الدردشة عبر الشبكات الاجتماعية: يستغني مستخدم الإنترنت عن علاقاته الواقعية ويستبدلها بالعلاقات الافتراضية عبر مواقع التواصل الاجتماعي الإلكترونية.

4- الإدمان المعرفي ويعرف أيضا بإدمان المعلومات الزائدة: وهو انغماس الشخص في الحجم الهائل للمعلومات التي يوفرها الإنترنت لدرجة انصرافه عن واجباته الأساسية، حيث يكون لديه سلوك قهري بتصفح الويب أو البحث في قواعد البيانات طوال الوقت.

5- إدمان الألعاب: وهو الانقياد اللاواعي نحو الألعاب المتوفرة على الإنترنت، حيث يؤثر ذلك على واجباته والوظائف الأساسية التي يقوم بها في حياته الواقعية كالواجبات الزوجية، والعمل، والواجبات المنزلية، والدراسة.

6- إدمان الإنفاق المالي: وهو التسوق عبر الإنترنت بشكل مبالغ فيه ولو أن الشخص في غير حاجة لتلك الأشياء، وكذلك الدخول في المزادات وأسواق البورصة من أجل المتعة فقط، أو لعب القمار (Saliceti, 2015).

3.3.1.2. أبعاد الإدمان على استخدام الإنترنت:

يرى كيسر وآخرون (Keser, & al, 2013) أن لإدمان الإنترنت أربعة أبعاد هي:

1- صعوبة ضبط السلوك: أي أن الفرد ليس لديه القدرة لا على إدارة الوقت الذي يقضيه على الإنترنت ولا

على ضبط التحكم في استخدامه، مما يتسبب له في اضطرابات نفسية وصحية واجتماعية.

2- التجنب: ويشير إلى تصور استخدام الإنترنت فيما يتعلق بالفشل في الوفاء بالواجبات والمهام على

المستويات الشخصية والأسرية والاجتماعية والأكاديمية والمهنية.

3 -العزلة الاجتماعية: فالفرد ينعزل عن العلاقات الاجتماعية التي يعيش فيها لأنه يفضل التفاعل الافتراضي عبر الإنترنت على التفاعل الاجتماعي الحقيقي ومشاركة الآخرين والتواصل معهم.

4 -الحرمان: وهو شعور يترتب عن الابتعاد عن استخدام الإنترنت والتوقف عنه، فيترتب عنه اضطرابات جسمية ونفسية مختلفة: كالشعور بالألم، والقلق، والاكتئاب، والصداع، وقلة النوم.

وترى الباحثة أنّ إدمان الإنترنت هو ظاهرة نفسية سلوكية معقدة تنعكس في أنماط الاستخدام المفرط وغير المنضبط للشبكة العنكبوتية، فالشخص المدمن على الإنترنت عنده ضعف في التحكم الذاتي، ويحاول الهروب من الواقع، والبحث عن التعزيز الفوري من خلال الغوص في العالم الافتراضي، مما يشير إلى تداخل العوامل الشخصية والاجتماعية في تشكل الإدمان لدى الأفراد. كما أنّ تنوع الاستخدام الإدماني، سواء أكان للألعاب الإلكترونية أو تصفح المواقع بشكل قهري، تبرز تنوع دوافع الأفراد واستجاباتهم لحاجاتهم النفسية، والاجتماعية، والأكاديمية، أو المهنية، مما يعكس التأثير الشامل لهذا السلوك على حياة الفرد.

4.3.1.2. النظريات المفسرة لإدمان الإنترنت:

1- النظرية السلوكية:

يرى أصحاب النظرية السلوكية أنّ السلوكيات الطبيعية وغير الطبيعية هي نتيجة لأنماط التعلم، وأنماط التعلم غير القادرة على التكيف هي سبب الاضطرابات النفسية، وأنّ تشكيل السلوك الذي يراد تعزيزه إيجابياً يتمّ بالمكافأة، فبالتالي يصبح سلوكاً نموذجياً لدى الفرد نتيجة للإشباع النفسي الذي يحصل لديه من هذه الأنشطة والمكافآت. فالشخص الذي يعاني من القلق يستخدم الإنترنت ليشعر بالهدوء والاسترخاء، فينظر إلى هذا الشعور على أنّه تعزيز إيجابي لاستخدام الإنترنت لاحقاً. فعندما توفر الشبكة العنكبوتية أشكالاً مختلفة من الخدمات

والأنشطة، كالألعاب الإلكترونية، والمرح، والحصول على كم هائل من المعلومات بكل سهولة، والحصول على الاهتمام والتقدير من خلال مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة، وبالتالي الحصول على الارتياح الذي يفقده في الحياة الواقعية بطريقة سهلة وسريعة وغير مكلفة، فكل ذلك سيساهم في تشكيل سلوك الإدمان على خدمات الإنترنت لدى الفرد. إضافة إلى أن الشعور الداخلي الذي يشعر به الشخص بعد كل استخدام للإنترنت يتغير في شدته وليس في طبيعته ونوعه ويصبح أكثر حدة وشدّة مما يجعله يعاني من الاضطرابات العاطفية والنفسية والسلوكية (كريري ومدكور، 2021).

2- النظرية المعرفية:

يعدّ كل من ألبرت أليس Albert Ellis، وآرون بيك Aaron Beck من رواد النظرية المعرفية التي تؤكد على أنّ النشاط المعرفي للفرد يؤثر في سلوكه. لذا تركّز هذه النظرية في تفسيرها لإدمان الإنترنت على التشوّهات المعرفية عن الذات، أي أنّ الفرد لديه نظرة سلبية ومتشائمة حول الذات والتي تشمل الشكّ الذاتي، وانخفاض كفاءة الذات، وتقدير الذات السلبي، وعن حياته الحالية والمستقبلية، والإدراكات السلبية التي يحملها عن شخصيته وعن الآخرين، وما يقومون به من سلوكيات يومية، والتي يعنقد أنّها موجهة إليه، تجعله يفضل الاندماج والتفاعل في مختلف الأنشطة التي تقدّمها الشبكة العنكبوتية، لأنها تعدّ بالنسبة له أقلّ تهديدا من التفاعل المباشر مع الناس في الواقع، وأنّها المكان الوحيد الذي يشعر فيه بالفخر والاحترام (مثل: لا أشعر بالاحترام عندما لا أكون على الإنترنت، لكن حينما أكون على الإنترنت فإنني أفخر بنفسي، فالإنترنت هو المكان الوحيد الذي أشعر فيه بالاحترام) (العيسى، 2022). فاستخدام الإنترنت كوسيلة للتفاعل والاتصال تمنح الفرد مرونة وتقدير أفضل من علاقة وجه لوجه، لأنها تسهّل عليه التعبير عن ذاته، وبالتالي فهو ينظر للإنترنت على أنّه وسيلة تحرّره اجتماعيا (كمبرلي يونج، 2014).

3- النظرية الاجتماعية والثقافية:

يرى أصحاب هذه النظرية أنه إذا أردنا فهم السلوك غير السوية لأفراد مجتمع معين فيجب دراسة محيطهم الاجتماعي، لأن الاضطرابات النفسية حسب هذه النظرية تختلف حسب العمر، والطبقة الاجتماعية، والخلفية الثقافية، لذلك ركز أنصار هذا الاتجاه في تفسيراتهم لأي سلوك غير سوي على البناء الأسري، والتواصل بين الأفراد، والضغوط الاجتماعية، والطبقات المكونة للمجتمع. كما يرى أصحاب هذه النظرية أن السلوك المرضي لا يتم فهمه إلا من خلال معايير ذلك المجتمع. لذا فالأفراد يقبلون على استخدامات الإنترنت بهدف التفاعل الاجتماعي، حيث يحاولون البحث والتواصل مع أشخاص يتشابهون معهم (شاهين، 2016).

ويرى أصحاب الاتجاه الاجتماعي الثقافي أن الإدمان ينتشر بين أشخاص من فئة معينة دون أخرى تبعا للجنس، والعمر، والحالة الاجتماعية والاقتصادية، والعرق والبلد. فإدمان الإنترنت نجده ينتشر بين فئة الطلبة الجامعيين (Jennifer and Ferris, 1999). كما نجد أن معظم مدمني الإنترنت هم من المتزوجين وذوي العلاقات خارج إطار الزوجية (Tsai and Lin, 2001). وبالرغم من شيوع فكرة أن إدمان الإنترنت هو شائع بين فئة الشباب إلا أن هناك دراسات كشفت على أن الاستخدام المفرط للإنترنت ينتشر بين المراهقين، وطلبة الجامعة، والموظفين في أماكن العمل، وربات البيوت (Bard, 2003: 468).

التعليق على النظريات المفسرة لإدمان للإنترنت:

ومن خلال استعراض بعض النظريات المفسرة لإدمان الإنترنت، ترى الباحثة أن الإدمان على الإنترنت هو ظاهرة متعددة الأبعاد؛ لذا فهذه النظريات تقدم إطارا علميا متكاملًا لفهم الظاهرة من جوانب متعددة، حيث تبرز النظرية السلوكية أهمية التعزيزات الإيجابية والسلبية في تشكيل السلوك الإدماني، وتوضح كيفية تطور

هذا السلوك نتيجة التكرار والإشباع الفوري. أما النظرية المعرفية فتركز على دور التفكير الخاطئ والاعتقادات غير الواقعية في زيادة الاعتماد على الإنترنت كوسيلة للهروب من المشكلات أو لتحقيق الذات. أما النظرية الاجتماعية الثقافية فتشير إلى تأثير البيئة والمجتمع في تعزيز هذا الإدمان في ظل هذه التغيرات السريعة في البيئة الرقمية والتحويلات الثقافية عبر العالم.

كما ترى الباحثة أن اهتمام النظريات بتفسير ظاهرة الإدمان على الإنترنت (الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، إدمان ألعاب الفيديو، إدمان الإنفاق المالي، الإدمان الجنسي عبر الإنترنت ...) وسبل معالجتها مرتبط بشيوع استخدام الإنترنت بشكل كبير بين جميع أفراد المجتمع، حيث أصبح يشكل مصدرا كبيرا لانتشار الاضطرابات النفسية والمضاعفات العصبية مما يتسبب في إفساد حياة الأفراد، حيث نجد أن بعض الدراسات قد تناولت تأثيره السلبي في ضعف الصحة العقلية (Yoo & al., 2014)، وتدني احترام الذات (Chun,2016)، والأرق، والتوتر، والقلق، والتعاسة، والضغوط النفسية، والاكتئاب (Akin,2012).

2.2 الدراسات السابقة ذات الصلة:

2. 1.2 الدراسات المتعلقة بالانفصال العاطفي:

هدفت دراسة أميمن (2024) التعرف على مظاهر الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء المتزوجات بمدينة الخمس. و تضمنت العينة (160) امرأة متزوجة. وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى (0.01) بين الطلاق العاطفي وبين أبعاده الثلاثة وهي: ضعف الارتباط العاطفي، فقدان الشعور بالحب والموودة، ضعف الإشباع الجنسي. وكشفت نتائج البحث عن أن مستوى الطلاق العاطفي لدى المبحوثات دون المتوسط، وتبين أن أكثر مظاهر الطلاق العاطفي تمثلت في: الخوف من المجهول، وندرة الخروج مع الزوج في نزهة، والانشغال المستمر بالعمل، واللوم المتبادل بين الزوجين، وندرة التواصل الجسدي

مع الزوج، وندرة تبادل الهدايا مع الزوج، وقلة التعبير عن البهجة بالمرح والضحك، وندرة تبادل الكلمات الرقيقة مع الزوج، وقلة ممارسة العملية الجنسية وعدم الإشباع الجنسي.

سعت دراسة الضمور، وعربيات (2024) إلى التعرف إلى المقدرة التنبؤية للكدر الزوجي في الطلاق العاطفي لدى المعلمات المتزوجات في محافظة الكرك، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اختيار (268) معلّمة متزوجة بالطريقة المتيسرة، وتم تطوير مقياسين: الكدر الزوجي، والطلاق العاطفي. وأظهرت النتائج أنّ مستوى الكدر الزوجي، والطلاق العاطفي لديهنّ كان متوسطاً، وقد توصلت نتائج الدراسة أنّ الكدر الزوجي بأبعاده، وبصورة مجتمعة يُفسّر ما مقداره (78%) من التباين في الطلاق العاطفي، أما إسهام كل بعد من أبعاد الكدر الزوجي في الطلاق العاطفي كانت كالاتي بعد طبيعة العلاقات العاطفية (74.3%)، في حين بعد طبيعة الاتصال والتفاعل (2.8%)، وأخيراً بلغ إسهام بعد البنية المعرفية (0.09%)، كما توصلت النتائج إلى أنّ المعلمات المتزوجات لا يختلفن في الكدر الزوجي، والطلاق العاطفي تبعاً لمتغيري عدد سنوات الزواج، والمستوى التعليمي.

وهدفت دراسة الخوالدة والقطاونة (Alkhaldeh, & Alqatawneh, 2022) التعرف على علاقة الطلاق العاطفي بالضغط النفسي لدى الممرضين المتزوجين العاملين في مستشفى الجامعة الأردنية، اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، تكوّنت عينة الدراسة من (64) ممرّضا وممرّضة متزوجين وعاملين في مستشفى الجامعة الأردنية، وأشارت النتائج إلى أنّ مستوى الطلاق العاطفي، ومستوى الضّغط النفسي لكليهما جاء متوسطاً، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين الطلاق العاطفي والضغط النفسي.

وسعت دراسة العيسى (2022) إلى التعرف على القدرة التنبؤية لإدمان الإنترنت وبعض المتغيرات الديموغرافية بالانفصال العاطفي لدى المعلمين المتزوجين، تكوّنت عينة الدراسة من (465) معلّماً ومعلّمة

اختيروا بالطريقة المتيسرة، ولتحقيق أهداف الدراسة اعتمد المنهج الارتباطي التنبؤي، واستخدمت الاستبانة كأداة لجمع البيانات. وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الانفصال العاطفي تعزى لمتغيرات: التباعد الاجتماعي، والتباعد النفسي، والتباعد المهني، وأظهرت وجود فروق دالة إحصائية في مجال فقدان التواصل يعزى لمتغير الجنس، ولصالح الذكور، وأظهرت النتائج أن إدمان الإنترنت متنبئ بالانفصال العاطفي، وفسر ما نسبته (12.20%) من الانفصال العاطفي. كما أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى إدمان الإنترنت والانفصال العاطفي متوسط، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى إدمان الإنترنت تعزى لمتغيرات الدراسة (الجنس، والفئة العمرية، وعدد الأبناء، وعدد سنوات الزواج).

كما أجرى الزهراني (2021) دراسة هدفت إلى الكشف عن علاقة الطلاق العاطفي بكل من الضغوط النفسية وفاعلية الذات لدى عينة من الأزواج بمحافظة جدة، حيث استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (198) زوج وزوجة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الطلاق العاطفي، ومقياس الضغوط النفسية لدى الأزواج، ومقياس فاعلية الذات كأدوات لجمع البيانات، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة بين الضغوط النفسية والطلاق العاطفي، في حين ظهرت علاقة سالبة بين فاعلية الذات والطلاق العاطفي، كما أظهرت النتائج وجود فروق بين متوسطات كل من الأزواج والزوجات في التأثير بالضغوط النفسية لصالح عينة الزوجات، في حين لم تظهر فروق بين كل من الأزواج والزوجات في مستوى فاعلية الذات.

تناولت دراسة الكايد والشرعة (2021) مدى مساهمة أنماط التواصل الزوجي والتعلق غير الآمن بأسرة المنشأ في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى الزوجات المراجعات للمحاكم الشرعية في الأردن، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي، وتكونت عينة الدراسة من (170) زوجة من المراجعات للمحاكم الشرعية تم اختيارهن بالطريقة المتيسرة، وأظهرت النتائج أن نمط التواصل السائد بين الأزواج كان نمطا غير سوي، وكان

مستوى تعلق الزوجات غير الآمن بأسرة المنشأ متوسطاً، ومستوى الإنفصال العاطفي لديهنّ متوسط. وكان نمط التّواصل الزوجي أكثر تنبؤاً بالانفصال العاطفي، حيث فسّر ما نسبته (79,3%) من التّباين المفسّر.

هدفت دراسة نارمينا وآخرون (Narimani .et al 2021) إلى التّعرف على القدرة التنبؤية لكل من أنماط التّواصل الأسري والبنية التّحفيزية في التنبؤ بالطلاق العاطفي للأزواج. وقد شارك في الدّراسة مائة وواحد وستون فرداً متزوجاً (87 ذكراً و74 أنثى). وطبّق استبيان أنماط التّواصل المنقّح (FCPQ-R) واستبيان الجوانب (PCI) ومقياس الطّلاق العاطفي (EDS) على المشاركين في الدّراسة وقد أظهرت النتائج أنّ الطّلاق العاطفي كان مرتبطاً سلبياً بالبنية التّحفيزية التّكيفية ونمط الاتّصال، بينما كان مرتبطاً بشكل إيجابي مع البنية التّحفيزية غير التّكيفية ونمط المطابقة. أظهرت نتائج تحليل الانحدار أيضاً أنّ 45% من التّباين في الطّلاق العاطفي تمّ تفسيره من خلال متغيّرات البنية التّحفيزية لأنماط التّواصل الأسري.

وهدف دراسة بارافا وآخرون (Parvaz et.al, 2020) إلى التنبؤ بالطلاق العاطفي من خلال المعتقدات المعرفية والمرونة النفسيّة، وقد طبّق قياس جوتمان للطلاق العاطفي واستبيان المعرفة الميّا (MCQ-30) على (467) شخصاً متزوجاً (282 امرأة و185 رجلاً) تمّ اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية. أظهرت النتائج أنّ المعتقدات المعرفية والمرونة النفسيّة كانت لهما علاقة دالّة إحصائياً ($p < 0.01$) بالطلاق العاطفي. وقد فسّرت هذه المتغيّرات ما نسبته (24%) من التّباين في الطّلاق العاطفي. كان للمعتقدات الميّا إدراكية السّلبية علاقة إيجابية مهمّة بالطلاق العاطفي. وبالتالي فإنّه من خلال تعديل المعتقدات الميّا إدراكية وزيادة المرونة النفسيّة، يمكن تحسين العلاقة الزوجية وبالتالي تقليل الطّلاق العاطفي بين الأزواج.

وتناولت دراسة جروان والفريحات (Jarwan, & Al-frehat, 2020) أثر الطّلاق العاطفي وعلاقته بالصّلاية النفسيّة لدى عيّنة من الطّالبات المتزوجات في جامعة اليرموك، حيث حاولت استكشاف الفروق بين الطّالبات

المتأثرات بالطلاق العاطفي في ضوء بعض المتغيرات (مدة الزواج، الراتب الشهري للأسرة، والمستوى التعليمي للزوج). وقد استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وقد أظهرت النتائج أن مستوى الطلاق العاطفي لدى الطالبات المتزوجات في جامعة اليرموك كان منخفضاً، وعلى غير المتوقع كان مستوى الصلابة النفسية لدى الطالبات المتزوجات مرتفعاً. كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إحصائية سلبية بين الطلاق العاطفي والصلابة النفسية لدى الطالبات المتزوجات في جامعة اليرموك.

وتناولت دراسة زهرة وآخرون (Zahra & al, 2020) دراسة اجتماعية للعلاقة بين الإدمان على شبكات التواصل الافتراضية والطلاق العاطفي لدى أسر طهران، تم استخدام المنهج المسحي في هذه الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (403) شخصاً متزوجاً لديهم إمكانية الوصول إلى الفضاء الإلكتروني. ولاختيار هذه العينة تم استخدام أسلوب العينة العنقودية من مرحلتين. وأشارت نتائج البحث إلى وجود نمط من العلاقة العكسية الدالة إحصائياً بين المتغير المستقل "إدمان الإنترنت" والمتغير التابع "الطلاق العاطفي" بمعامل تأثير (16.0)، إلا أن إدمان الإنترنت يؤثر على المتغير التابع من خلال متغيرات: الألفة والاعتراب والتدين والصحة النفسية والالتزام بالتقاليد والقيم، حيث كان للألفة الزوجية أعلى معامل تأثير.

أجرت معابرة والكوشة (Maabreh & Alkosheh, 2020) دراسة هدفت إلى فحص فاعلية نموذج (فرجينيا ساتير) في التقليل من أنماط التواصل السلبية وأثر ذلك على جودة الحياة لدى المتزوجات، تكونت عينة الدراسة من (24) سيدة متزوجة تم اختيارهن بشكل قصدي. خضعت (12) زوجة منهن للبرنامج الإرشادي المستند إلى نموذج فرجينيا ساتير، في حين المجموعة الضابطة لم تخضع إلى أي برنامج إرشادي. أظهرت النتائج أن أنماط التواصل السلبية قد تراجعت لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، حيث كان هناك تحسن في جودة الحياة لدى أفراد المجموعة التجريبية.

كما هدفت دراسة المهارة، والحسون (2020) إلى التعرف على القدرة التنبؤية لدرجة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الصلابة النفسية في الطلاق العاطفي لدى عينة من المتزوجات العاملات في الجامعة الأردنية. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (350) متزوجة عاملة في الجامعة الأردنية ومستشفى الجامعة الأردنية، تم اختيارهن بالطريقة العشوائية الطبقيّة، وطبق عليهنّ المقاييس التّالية: مقياس درجة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ومقياس مستوى الصّلابة النفسيّة، ومقياس الطّلاق العاطفي كأدوات لجمع البيانات. وأظهرت نتائج الدراسة درجة مرتفعة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى متوسط لكلّ من الصّلابة النفسيّة والطلاق العاطفي. كما أظهرت النتائج أنّ استخدام مواقع التواصل الاجتماعي أسهم بما نسبته (54%) في الطّلاق العاطفي وبالعلاقة طردية بين المتغيّرين. فيما أظهرت النتائج أنّ الصّلابة النفسيّة أسهمت بما نسبته (10%) في الطّلاق العاطفي وبالعلاقة طردية بين المتغيّرين.

أجرت راجبي وآخرون (2019) دراسة في إيران هدفت إلى الكشف عن فعالية برنامج علاجي للأزواج المستند إلى نظرية جوتمان في خفض الطلاق العاطفي وتحسين مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي. تكونت العينة من (28) زوجا تلقت المجموعة التجريبية (14 زوجا) علاجاً باستخدام طريقة (جوتمان) على مدار (8) جلسات ومن تمّ تطبيق مقياس الطّلاق العاطفي (لجوتمان) ومقياس مهارات الاتصال. وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في انخفاض مستويات الطّلاق العاطفي لصالح المجموعة التجريبية، وتحسن مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي لديهم مقارنة بالمجموعة الضابطة.

وهدف دراسة السميحيين (2019) إلى التعرف على علاقة الطّلاق العاطفي باستخدام شبكات التواصل الاجتماعي لدى عينة من النساء المتزوجات، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، ولتحقيق أهداف الدراسة تمّ

استخدام مقياس الطلاق العاطفي، ومقياس التّواصل الاجتماعي كأدوات لجمع البيانات، وتكوّنت عيّنة الدّراسة من (30) امرأة متزوّجة، وقد أظهرت النتائج أنّ مستوى استخدام شبكات التّواصل كان مرتفعاً، وأنّ مستوى الطّلاق العاطفي كان متوسّطاً، كما أظهرت النتائج أنّ هناك علاقة طردية بين الطّلاق العاطفي ومستوى استخدام شبكات التّواصل الاجتماعي.

وقام شاهيبهاجي وآخرون (Shahebiagh, & al., 2018) بدراسة هدفت إلى معرفة معدّل الطلاق العاطفي والعوامل التنبؤية لدى طاقم التمريض في شمال إيران، حيث استخدمت الدّراسة المنهج الوصفي الاستعراضي، وتكوّنت العيّنة العشوائية من (382) ممرضة يعملن في مستشفى راشات الإيراني، وقد استخدمت الدّراسة الاستبانة كأداة للقياس، وأشارت النتائج إلى وجود حالات من الطّلاق العاطفي بين الممرضات اللواتي شاركن في هذه الدّراسة بنسبة 7.6%. وقد جاء من أبرز العوامل المؤدية لحالات الطّلاق العاطفي، أن تعيش الزّوجة مع عائلة الزّوج في نفس المنزل، أو في منزل مجاور لعائلة الزّوج.

هدفت دراسة الشواشرة وعبد الرحمن (2018) إلى التّعرف عن مستوى الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوّجين، وقد استخدم المنهج الوصفي الارتباطي في هذه الدراسة، حيث تكونت العيّنة من (242) من الأفراد المتزوّجين، تمّ اختيارهم بالطريقة المتيسّرة، وقد استخدم مقياس الانفصال العاطفي، ومقياس للأفكار اللاعقلانية كأدوات لجمع البيانات، وأظهرت نتائج الدّراسة أنّ مستوى الانفصال العاطفي، ومستوى الأفكار اللاعقلانية جاء منخفضاً، وتبيّن وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين مستوى الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قوّة العلاقة الارتباطية بين الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير سنوات الزّواج.

2.2.2 الدراسات المتعلقة بالوحدة النفسية:

تناولت دراسة صلاح (2024) التعرف على التأثير الوسيط للإدمان على الهواتف الذكية في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. استخدم المنهج الوصفي الارتباطي بأسلوب تحليل المسار، وطبقت الدراسة على عينة متيسرة، ضمت (350) طالبا وطالبة، وأظهرت النتائج أن مستوى إدمان الهواتف الذكية كان مرتفعا، وأن مستوى الشعور بالوحدة النفسية كان متوسطا، وأسهم المتغير الوسيط "الإدمان على الهواتف الذكية" في زيادة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وجودة الحياة.

وسعت دراسة النعاس وآخرون (2024) إلى دراسة الوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة مصراته، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من (201) طالب وطالبة، وتم استخدام مقياس الوحدة النفسية، ومقياس تقدير الذات كأدوات للبحث. وأشارت النتائج إلى أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكلية جاء بدرجة منخفضة، ومستوى الشعور بتقدير الذات جاء عاليا، كما أنه توجد علاقة سالبة قوية جدا ذات دلالة معنوية بين مستوى الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية - جامعة مصراته.

هدفت دراسة شاهين والديك (2023) التعرف إلى القدرة التنبؤية لإدمان وسائل التواصل والعزلة الاجتماعية في الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وطبقت أدوات البحث على عينة عشوائية بلغ حجمها (282) طالبا. أظهرت النتائج مستوى متوسط لكل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، بمتوسط (3,21، 2,66، 2,58) على التوالي. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، تعزى إلى متغير: الجنس، ومكان السكن، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباط طردية دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية، وكل من إدمان وسائل

التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، وأوضحت النتائج وجود أثر دال إحصائيًا للعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية، فقد أوضحت العزلة الاجتماعية (71,6%) من نسبة التباين في الشعور بالوحدة النفسية.

أما دراسة بشار (2022) فقد هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التعلق الوالدي، وإدمان الهاتف الذكي، والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة، والفروق بين الجنسين في المتغيرات الثلاثة، وكذا التعرف إلى إمكانية التنبؤ بإدمان الهاتف الذكي، والوحدة النفسية، من خلال التعلق الوالدي، إضافة إلى التعرف على العوامل والديناميات الكامنة وراء التعلق الوالدي غير الآمن، وإدمان الهاتف الذكي، والوحدة النفسية. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، والمنهج الإكلينيكي. أما العينة فقد تكونت من (546) طالبًا وطالبة بكلية التربية، وكلية الدراسات الإنسانية منهم: (320) طالبًا و(226) طالبة، بمتوسط عمري (19,295) عامًا، وتم تطبيق مقياس التعلق الوالدي لدى طلبة الجامعة، ومقياس الوحدة النفسية، ومقياس إدمان الهاتف الذكي، والمقابلة الشخصية، وبعض لوحات اختبار تفهم الموضوع. وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الطلبة على التعلق الوالدي غير الآمن، وإدمان الهاتف الذكي، والوحدة النفسية. وقد كشفت نتائج البحث السيكميومي عن أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجة الذكور والإناث في التعلق الوالدي غير الآمن، وإدمان الهاتف الذكي والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة من خلال التعلق الوالدي. أما من خلال البحث الإكلينيكي، فقد أظهرت الخصائص الفردية ديناميات شخصية ذوي التعلق غير الآمن ومدمني الهاتف الذكي ومرتفعي الوحدة النفسية لكل حالة على حدة. ولقد اتفقت كل من نتائج البحث السيكميومي والبحث الإكلينيكي معًا في كون نتائج البحث الإكلينيكي المتممق تؤيد نتائج البحث.

قام العبدى (2022) بدراسة استهدفت التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية والطلاق العاطفي لدى عينة من النساء في ظل جائحة كورونا دراسة مقارنة حسب متغير الإنجاب، وقد تم اختيار عينة متيسرة

مكوّنة من (225) من النّساء، وقد أظهرت النّتائج مستوى متوسّط من الشّعور بالوحدة النّفسيّة والطلاق العاطفي لدى عينة الدّراسة. وأنّ هناك علاقة ارتباطيّة بين الشّعور بالوحدة النّفسيّة والطلاق العاطفي سواء أكان في الدّرجة الكليّة أو الأبعاد، كما توصلت النّتائج إلى النّساء اللّواتي لم ينجبن أطفالاً؛ كنّ أكثر شعوراً بالوحدة النّفسيّة والطلاق العاطفي من النّساء المنجبات للأطفال.

أجرت خريسات وآخرون (2021) دراسة هدفت إلى الكشف عن الأمن النّفسي وعلاقته بالوحدة النّفسيّة لدى الأرامل والمطلّقات تبعاً لمتغيّرات (نمط السّكن، والعمل، والعمر)، تمّ استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في هذه الدّراسة، وتكوّنت عيّنة الدّراسة من (300) أرملة، و(200) مطلّقة، تمّ اختيارهنّ بالطريقة المتيسّرة، وقد أظهرت نتائج الدّراسة أنّ هناك فروقا على مقياس الأمن النّفسي تعزى إلى متغيّر العمل (للأرامل والمطلّقات)، وذلك لصالح المرأة العاملة وفروق تعزى لنمط السّكن، وذلك لصالح الأرملة ذات السّكن المستقل. كما أظهرت النّتائج أنّ هناك فروقا على مقياس الوحدة النّفسيّة تعزى إلى متغيّر العمل، وذلك لصالح (الأرامل والمطلّقات) غير العاملات، وفروقا تعزى إلى متغيّر العمر للمرأة الأرملة، وذلك لصالح ذات الفئة العمريّة (44-25). وأنّ هناك علاقة عكسيّة بين الأمن النّفسي والوحدة النّفسيّة.

أما دراسة عبد الوهاب (2021) فهذفت للتعرف إلى تحديد مستوى الشّعور بالوحدة النّفسيّة لدى طلاب الجامعة واستخدم المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدّراسة 47 طالب وطالبة من قسم علم النّفس بجامعة تلمسان في الجزائر، ولجمع البيانات اعتمد على مقياس الشّعور بالوحدة النّفسيّة، وقد أشارت النّتائج إلى وجود مستوى متوسط للشّعور بالوحدة النّفسيّة في حين لا توجد فروق في مستوى الشّعور بالوحدة النّفسيّة تعزى إلى متغير الجنس والمستوى التعليمي والسّن.

وسعت دراسة وونغباكران وآخرين (Wongpakaran & al, 2021) إلى الكشف عن آثار الوحدة النفسية بإدمان الإنترنت على وجه التحديد، بتحديد مسار علاقات سببية، إذ كانت المشكلات الشخصية والدوافع للإنترنت متغيرات متداخلة وسيطية للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان الإنترنت، وقد تكونت عينة الدراسة من (318) طالبا في الطب، وأظهرت نتائج الدراسة وساطة كاملة للمشاكل المثبطة اجتماعيا، في حين الباقي كان له تأثير وساطة جزئي، باستثناء أن المشاكل الشخصية المتطفلة والباردة ليس لها دور وسيط.

وسعت دراسة ويرنر وآخرين (Werner & al, 2021) إلى الكشف عن تأثير الوحدة النفسية لدى طالبات الجامعات الألمانية، واستخدمت المنهج الوصفي، حيث اعتمدت تصميم طولي خلال الفترة (يونيو إلى أغسطس 2019) و(يونيو إلى أغسطس 2020)، وتكونت عينة الدراسة من (443) طالبا، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى مستويات مرتفعة من الاكتئاب أكثر من ذي قبل جائحة كورونا (38.5% مقابل 27.7%) وكانت أعراض القلق (35.8% مقابل 29.8%) والشكاوى الجسدية (32.3% مقابل 27.5%) كما أشارت النتائج إلى زيادة مستويات الشعور بالوحدة النفسية باعتبارها أهم عواقب الوباء.

هدفت دراسة الشهري، والعشري (2020) إلى الكشف عن علاقة إدمان الإنترنت ببعض المتغيرات النفسية (الوحدة النفسية، والقلق)، وتكونت عينة الدراسة من (1500) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، وتراوحت أعمارهن بين (18-25) عاماً، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وقد أشارت النتائج إلى أن درجة إدمان الإنترنت لدى الطالبات كانت متوسطة، كما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى الطالبات تعزى لمتغيرات (السن، والتخصص)، كما أظهرت النتائج أن درجة الوحدة النفسية والقلق لدى الطالبات جاءت متوسطة، وكذلك وجود علاقة ذات دلالة

إحصائية موجبة بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين القلق والوحدة النفسية لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

تناولت دراسة عثمان (2017) مستويات إدمان الهاتف الذكي، وجودة الحياة، والشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات شعبة الطفولة، والكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الحياة والشعور بالوحدة النفسية لديهن. استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (234) طالبة بالفرقتين الثانية والثالثة شعبة الطفولة، تم استخدام مقياس إدمان الهواتف الذكية، ومقياس جودة الحياة، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية كأدوات للدراسة، وقد أشارت النتائج إلى أن مستوى إدمان الهاتف الذكي، والشعور بالوحدة النفسية بين طالبات شعبة الطفولة أقل من المتوسط، في حين أن مستوى جودة الحياة بينهن أعلى من المتوسط، كما أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طالبات شعبة الطفولة مرتفعات ومنخفضات إدمان الهواتف الذكية في جودة الحياة الدرجة الكلية وجميع الأبعاد فيما عدا بعد التعلم والدراسة، وذلك لصالح مرتفعات إدمان الهواتف الذكية، فيما عدا بعد فقدان الألفة المتبادلة مع الغير.

وقام دمير وكتلو (Demir & Kutlu, 2016) بدراسة للكشف عن علاقة إدمان الإنترنت في الشعور بالوحدة والاكتئاب لدى طلبة الجامعة، استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (262) طالبا جامعيًا، (241) طالبة و(21) طالبا، تتراوح أعمارهم بين 17-31 عاما، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب وإدمان الإنترنت، كما أظهرت النتائج أن الشعور بالوحدة النفسية ينبئ بإدمان الإنترنت، وإدمان الإنترنت ينبئ بالاكتئاب، أي أن كل من الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت عاملان أساسيان للإصابة بالاكتئاب.

وهدفت دراسة بهار دواج وأشوك (Bhardwaj & Ashok, 2015) إلى الكشف عن إدمان الهاتف المحمول والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة، فاستخدم المنهج الوصفي، وتكوّنت عينة الدراسة من (40) طالبا جامعيًا، طبّق مقياس إدمان الهاتف ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، فأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لإدمان الهاتف الذكي ترجع إلى متغير الجنس، في حين توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الهاتف الذكي والشعور بالوحدة النفسية.

3.2.2 الدراسات المتعلقة بإدمان الإنترنت:

هدفت دراسة الدسوقي (2022) إلى استكشاف اتجاه السيّدات نحو إدمان الإنترنت وعلاقته بمستوى التوكيدية لديهنّ، وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكوّنت العينة من (120) سيّدة سعودية، حيث تمّ جمع البيانات عن طرق الاستبانات، فأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة بين إدمان الإنترنت ومستوى المهارات التوكيدية لدى السيّدات، في حين لا توجد علاقة ذات دلالة بين اتجاه إدمان الإنترنت وبين السن لدى عينة الدراسة.

سعت دراسة عطية (2021) إلى نمذجة العلاقات السببية بين متغيرات الدراسة الأربعة (إدمان الإنترنت و العنف الإلكتروني والوحدة النفسية والصحة النفسية) والتحقّق من خلال فحص التأثيرات المباشرة وغير المباشرة، ومعرفة ما إذا كانت متغيرات العنف الإلكتروني، والوحدة النفسية متغيرات وسيطية (جزئية أو كلية) بين إدمان الإنترنت والصحة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، وتحديد مدى إسهام العنف الإلكتروني، والوحدة النفسية (كلّ على حدة) كمتغيرات وسيطية في العلاقة بين إدمان الإنترنت والصحة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكوّنت العينة من (416) طالبا

وطالبة من جامعة القدس المفتوحة، وطبقت أربعة مقاييس: مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس العنف الإلكتروني، ومقياس الوحدة النفسية، ومقياس الصحة النفسية. وأشارت النتائج إلى أن هناك تأثيراً غير مباشر لإدمان الإنترنت على الصحة النفسية من خلال الوحدة النفسية مما يعني أن الوحدة النفسية متغير وسيط جزئي، بينما لم يكن هناك تأثير لإدمان الإنترنت على الصحة النفسية من خلال العنف الإلكتروني مما يعني أن العنف الإلكتروني متغير وسيط.

تناولت دراسة شاهين وعكاشة (2021) مستوى إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من الضغوط النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الجنوبية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة ضمت (214) من طلبة الجامعة، الذين طبقت عليه المقاييس التالية: إدمان الإنترنت، والضغوط النفسية، ومستوى الطموح. وقد أظهرت النتائج مستوى متوسط لإدمان الإنترنت لدى الطلبة بمتوسط (3.11)، بينما بلغ المتوسط لمستوى الطموح (3.92)، بمستوى مرتفع، وبلغ المتوسط الحسابي للضغوط النفسية (2.93)، بمستوى متوسط. كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط طردية ودالة بين إدمان الإنترنت والضغوط النفسية، بمعامل ارتباط (0.606)، وعلاقة عكسية بين مستوى الطموح والضغوط النفسية، بمعامل ارتباط (-0.178).

أجرى الصوافي وآخرون (2021) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى إدمان الإنترنت، ومستوى الصحة النفسية في فترة التعلم عن بعد لدى الطلاب الجامعيين في سلطنة عمان، ودراسة العلاقة بين الإدمان على الإنترنت والصحة النفسية، والتحقق من الفروق في إدمان الإنترنت والصحة النفسية تبعاً لمتغيرات (الجنس وقوة الإنترنت والمعدل التراكمي)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (791) من طلبة البكالوريوس في الجامعات والكليات الحكومية والخاصة في سلطنة عمان، وقد تم تطبيق مقياس الإدمان على الإنترنت ومقياس الصحة النفسية كأدوات للدراسة. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن إدمان

الإنترنت لدى الطلاب جاء بدرجة متوسطة، أما مستوى الصحة النفسية فقد حصل على مستوى جيد، كما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين الإدمان على الإنترنت والصحة النفسية لدى طلبة عينة الدراسة، وأشارت النتائج كذلك إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الإدمان على الإنترنت تبعاً لمتغيرات (الجنس، والمعدل التراكمي)، ولكن يوجد فروق في الإدمان على الإنترنت تبعاً لمتغير (الإنترنت) لصالح الشبكة الضعيفة. أما بالنسبة لمتغير الصحة النفسية فلا يوجد فرق فيه تبعاً لمتغير (المعدل التراكمي)، وأظهرت النتائج أنه يوجد فروق في الصحة النفسية تبعاً لمتغيري (الجنس، وقوة الإنترنت) لصالح الذكور، ولصالح شبكة الإنترنت القوية.

وهدف دراسة حمدان (2020) إلى التعرف على واقع إدمان الإنترنت وعلاقته بجودة الحياة الزوجية، وإشباع الحاجات النفسية لدى المتزوجين، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت الدراسة من (200) زوج وزوجة من محافظة طول الكرم، وتم استخدام الاستبانة كأداة لجمع المعلومات، فأظهرت النتائج أن كل من مقياس جودة الحياة ومقياس الحاجات النفسية للزوجين كانا مرتفعين، في حين مقياس إدمان الإنترنت لدى الزوجين كان متوسط، وكان لمتغير السكن تأثير على بعض المتغيرات التابعة. كما أظهرت النتائج أن معاملات الارتباط بين مجالات جودة الحياة الزوجية ومجالات إدمان الإنترنت جاءت مجملها دالة إحصائية، وهذا يفسر أنه كلما زادت جودة الحياة الزوجية قلّ إدمان الإنترنت، وكلما أشبع الزوجان حاجات بعضهما النفسية تراجع مستوى الإدمان على الإنترنت والعكس صحيح لأنهما في علاقة تبادلية.

وهدف دراسة مارزيلي وآخرون (Marzilli, & al, 2020) إلى تقييم العلاقة بين إدمان الإنترنت بين طلاب الجامعات الشباب: التفاعل المعقد بين الأداء الأسري والاندفاع والاكنتاب والقلق. استخدم في هذه الدراسة منهج تحليل الانحدار المتعدد والنمذجة الهيكلية لتقييم العلاقة بين وظائف الأسرة والاندفاعية والأعراض النفسية وإدمان الإنترنت. وتكونت العينة من (244) طالبا جامعياً من الشباب، وقد استخدمت الدراسة اختبار إدمان

الإنترنت، واستبيانات الإبلاغ الذاتي لتقييم تصوّر الطلبة الشباب لأداء الأسرة ومستويات الاندفاع والأعراض النفسية المرضية لديهم كأدوات لجمع البيانات. وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في إدمان الإنترنت تبعاً لمتغير الجنس، كما أظهرت النتائج أنّ ضعف التفاعل العاطفي الأسري وارتفاع الاندفاعية يساهمان بشكل كبير في إدمان الإنترنت. كما أكدت الدراسة على دور الوساطة للاندفاعية والأعراض الاكتئابية في هذه العلاقات.

قام محتالي (2019) بدراسة هدفت إلى التّحقّق من وجود علاقة من عدمه بين الإدمان على الفيس بوك والتّوافق الزوجي، وكذلك معرفة مستوى التّوافق الزوجي من خلال تسليط الضّوء على مؤشّراته، والتّعرف على درجة الإدمان على الفيس بوك من حيث اعتيادية الاستخدام ومستوى الإدمان ومساوئ استخدامه، استخدمت الدّراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكوّنت عيّنة الدّراسة من (210) من الأزواج المقيمين بمدينة أمّ البواقي في الجزائر، وتمّ استخدام مقياس التّوافق الزوجي، ومقياس الإدمان على الفيس بوك أدوات لجمع المعلومات، وتوصّلت النّتائج إلى أنّ الأزواج المقيمين ببلدية أمّ البواقي يتميّزون بدرجة مرتفعة من الإدمان على الفيس بوك، ومستوى منخفض من التّوافق الزوجي، كما أظهرت النّتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة قوية بين الإدمان على الفيس بوك ومحور الرّضا الزوجي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين الإدمان على الفيس بوك ومحور التّوصل لحل المشكلات بين الزوجين، في حين أظهرت النّتائج عدم وجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على الفيس بوك ومحور الأدوار داخل الأسرة.

تناولت دراسة غازو وآخرون (Gazo & al, 2020) العلاقة بين الكفاءة الذاتية الاجتماعية والوحدة وإدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة الهاشمية، وقد استخدم المنهج الوصفي الارتباطي على عيّنة قسدية، والتي تكوّنت من (618) طالبا وطالبة في الجامعة الهاشمية، وأظهرت النّتائج أنّ كل مستوى كل من الكفاءة الذاتية

الاجتماعية، والوحدة، وإدمان الإنترنت كان متوسطا. وكان هناك ارتباط سلبي بين الكفاءة الذاتية الاجتماعية والشعور بالوحدة وإدمان الإنترنت، وارتباط إيجابي بين الوحدة وإدمان الإنترنت.

وسعت دراسة تشانغ وآخرون (Zhang & al, 2018) إلى التعرف على العلاقات بين الدعم الاجتماعي والشعور بالوحدة وإدمان الإنترنت لدى طلاب ما بعد المرحلة الثانوية في الصين: تحليل طولي متقاطع. وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية العنقودية من (169) طالبا، (88) طالبة و(81) طالبا، ومتوسط أعمارهم يتراوح بين (18-31) عاما. وقد تم قياس الاستبيان ثلاث مرّات: في بداية العام، وبعد ستة أشهر، ثم بعد عام، في السنة الأولى بعد المرحلة الثانوية. ولقد أظهرت النتائج أنّ الوحدة تلعب دورا وسيطا بين إدمان الإنترنت والدعم الاجتماعي، كما أنّ إدمان الإنترنت قد يسبب الشعور بالوحدة نتيجة تجنب التفاعل الاجتماعي في الحياة الواقعية.، وأنّ الطلاب الذين لديهم دعم اجتماعي منخفض ينفصلون عن أفراد أسرهم وزملائهم، ويميلون لاستخدام الإنترنت بشكل مفرط للحصول على الراحة النفسية والرّضا. مما يشير إلى أنّ معالجة مشكلة الوحدة يمكن أن تساعد في تقليل التأثيرات السلبية لإدمان الإنترنت على الشعور بالدعم الاجتماعي.

وهدفت دراسة بن عمارة (Ben Amara, 2017) إلى استكشاف المشاكل الأسرية الناتجة عن إدمان المتزوجين لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي في محافظة ورقلة، وقد تكونت عينة الدراسة من (40) زوج وزوجة، مدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي، وأظهرت النتائج أنّ إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت هو وسيلة للهروب من المشكلات العائلية، في حين أظهرت الدراسة أنّه لا توجد فروق دالة إحصائية في المشكلات الأسرية تعزى لمتغير الجنس والمستوى التعليمي.

وقد أجرى مجاز وآخرون (Mojaz & al, 2015) دراسة للكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت واستخدام موقع الفيس بوك بالرضا الزوجي والانفصال العاطفي بين الطلاب المتزوجين في الجامعات، وقد أجريت هذه الدراسة في جامعة همدان، حيث تم اختيار عينة تتكوّن من (220) طالبا من مستخدمي موقع الفيس بوك، فأظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي كبير بين إدمان الإنترنت واستخدام موقع الفيس بوك والانفصال العاطفي، كما أظهرت أن الإدمان على الإنترنت وموقع الفيس بوك قادران على التنبؤ بالانفصال العاطفي والرضا بين الزوجين، حيث أدى كل من الإدمان على الإنترنت واستخدام موقع الفيس بوك إلى انخفاض الرضا بين الزوجين؛ وبالتالي زيادة الانفصال العاطفي بينهما.

من خلال استعراض الدراسات العربية والأجنبية المقترحة كدراسات سابقة للدراسة، فإنه يمكن استخلاص التّعقيب على هذه الدراسات كالاتي:

1. من حيث الأهداف:

لقد تناولت الدراسات السابقة مفهوم الانفصال العاطفي وأبعاده، فمن الدراسات التي تناولت مدى تأثير إدمان الإنترنت أو مواقع التواصل الاجتماعي على العلاقة بين الزوجين، دراسة العيسى (2022)، ودراسة المهايمة وزهرة وآخرون (2020)، ودراسة السميحيين (2019)، ودراسة بن عمارة (2017)، ودراسة مجاز وآخرون (2015)، وأشارت نتائجها إلى علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الانفصال العاطفي واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الأزواج.

أما الدراسات السابقة التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة فهي: دراسة شاهين والديك (2023)، ودراستي بشار وعطية (2022)، ودراسة وونغباكران وآخرين (2021)، ودراسة غازو وآخرون (2020)، ودراستي بشبش وتشانغ وآخرون (2018)، ودراسة عثمان (2017)، ودراسة

دمير وكتلو (2016)، ودراسة بهاردواج وأشوك (2015)، وأشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان الإنترنت.

2. من حيث المنهجية:

استخدمت أغلب الدراسات السابقة المنهج الوصفي الارتباطي لأنه هو المنهج الأمثل لدراسة ووصف العلاقات الارتباطية بين متغيرات الدراسة التي تناولوها، مثل دراسة: الضمور وعربيات (2024)، ودراسة العيسى (2022)، ودراسة نارمينا وآخرون (2021)، ودراسة بارافا وآخرون (2020)، ودراسة المهيرة والحسون (2020)، فقد استخدمت المنهج الارتباطي التنبؤي، ودراسة بشار (2022) المنهج الوصفي والمنهج الإكلينيكي، ودراسة شاهبيهاجي وآخرون (2018) المنهج الوصفي الاستعراضي.

أما الدراسة الحالية فتبحث في مدى التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين واستخدمت المنهج الوصفي التنبؤي. وبالتالي فهذه الدراسة كانت مختلفة عن الدراسات السابقة لكونها استخدمت ثلاثة متغيرات متواجدة في الدراسات السابقة مجتمعة في دراسة واحدة، الشيء الذي لم تتطرق إليه أي من الدراسات السابقة.

3. من حيث العينة: تنوعت العينات المستخدمة في الدراسات السابقة من حيث الفئة المستهدفة وطبيعتها وحجمها، حيث تضمنت العينات في الدراسات السابقة فئات مثل: المعلمين المتزوجين، والمتزوجات العاملات في إدارة الجامعة، والممرضات المتزوجات، والطلبة الجامعيين، في حين اقتصرَت الدراسة الحالية على عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين بجامعة القدس المفتوحة.

4. من حيث الأداة: تشابهت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث تبني المقاييس كأدوات للدراسة، واختلفت من حيث بعض متغيرات الدراسة والأسلوب الذي سيتبع لاستخلاص النتائج.

وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في بناء الإطار النظري للدراسة الحالية، وصياغة أسئلتها واختيار أدواتها وتفسير نتائجها.

ومن هنا، ترى الباحثة أن الدراسات التي لها علاقة بموضوع الدراسة الحالية لم تتطرق لمتغيرات الدراسة (الانفصال العاطفي، والوحدة النفسية، وإدمان الإنترنت) مجتمعة في دراسة واحدة داخل فلسطين على حد علم الباحثة، مما دفعها إلى إجراء هذه الدراسة بهدف التعرف إلى مدى إسهام كل من الاحساس بالوحدة النفسية وإدمان الإنترنت في الانفصال العاطفي لدى عينة من الطلبة المتزوجين في الدراسات العليا، وبذلك يتمتع موضوع هذه الدراسة بالجدة والأصالة.

الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات:

1.3 منهجية الدراسة.

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها.

3.3 أدوات الدراسة وخصائصها.

4.3 متغيرات الدراسة.

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة.

6.3 المعالجات الإحصائية.

الفصل الثالث الطريقة والإجراءات

تتأول هذا الفصل الأساليب والإجراءات التي تمّ اتّباعها لتنفيذ الدّراسة. شملت هذه الإجراءات تحديد منهجية البحث المستخدمة، وتوضيح مجتمع الدّراسة والعينة المختارة، مع وصف دقيق للخطوات العمليّة المتعلّقة ببناء أدوات الدّراسة وتحديد خصائصها. كما تمّ التّطرّق إلى شرح متغيّرات الدّراسة الرّئيسة، بالإضافة إلى أنواع الاختبارات الإحصائيّة المستخدمة لتحليل البيانات، والتي تساهم في الإجابة عن تساؤلات الدّراسة وتحقيق أهدافها.

1.3 منهجية الدّراسة:

اعتمدت هذه الدّراسة على المنهج الوصفي الارتباطي؛ لمناسبتها لتحقيق أهداف الدّراسة، إذ يعتمد هذا المنهج على جمع البيانات حول المتغيّرات التي يتناولها، ومن ثمّ تحديد ما إذا كانت هناك علاقة بينهما، وتقضي طبيعة تلك العلاقة ووصف العلاقة بين المتغيّرات وصفاً كمياً باستخدام مقاييس كمّية (عوده وملكاوي، 1992)،

2.3 مجتمع الدّراسة وعينتها:

تكوّن مجتمع الدّراسة من جميع طلبة الدّراسات العليا- درجة الماجستير- المتزوّجين في جامعة القدس المفتوحة، والبالغ عددهم (507) طالباً وطالبة، وفقاً لإحصائية عمادة القبول والتّسجيل في جامعة القدس المفتوحة للعام الدّراسي (2025/2024).

أما عينة الدّراسة، فقد اختيرت كالآتي:

أولاً- العينة الاستطلاعية (Pilot Study): اختيرت عينة استطلاعية مكونة من (32) من طلبة الدراسات العليا- درجة الماجستير- المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة، وذلك بغرض التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات.

ثانياً- عينة الدراسة (Sample Study): اختيرت عينة الدراسة بالطريقة الممتسرة، وقد بلغ حجم العينة (122)، طالباً وطالبة، بنسبة (24.0%) من طلبة الدراسات العليا- درجة الماجستير- المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة.

3.3 أدوات الدراسة وخصائصها

بهدف تحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت ثلاثة مقاييس لجمع البيانات، وهي: مقياس الانفصال العاطفي، ومقياس الوحدة النفسية، ومقياس الإدمان على الإنترنت، كما يلي:

أولاً: مقياس الانفصال العاطفي:

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس الانفصال العاطفي المستخدمة استخدمت الباحثة مقياس الشواشرة، وعبد الرحمن (2018)، ويتكوّن المقياس من (37) فقرة، تقيس مستوى الانفصال العاطفي لدى المتزوجين، موزعة على ثلاثة أبعاد: البعد الاجتماعي ويتكوّن من (11) فقرة، والبعد النفسي ويتكوّن من (13) فقرة، والبعد العاطفي ويتكوّن من (13) فقرة، وعليه فالمقياس في الدراسة الحالية في صورته الأولية المرسله للمحكّمين يتكوّن من (37) فقرة.

صدق مقياس الانفصال العاطفي:

تمّ التحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية من خلال مؤشرات عدّة:

أ-الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري لمقياس الانفصال العاطفي؛ عرض المقياس بصورته الأولى على مجموعة من المتخصصين ممن يحملون درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس، والقياس والتقييم، وقد بلغ عددهم (9) محكمين كما هو موضح في ملحق (أ)، حيث طلب منهم الحكم على مدى وضوح صياغة الفقرات وسلامتها، ومدى مناسبة الفقرات للبعد الذي وضعت فيه، ومدى كفاية وشمولية فقرات المقياس لقياس السمة المراد قياسها (الانفصال العاطفي)، ومدى انسجام الفقرات مع السياق الثقافي للمجتمع الفلسطيني، وقد اعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناء على اقتراحات المحكمين وملاحظاتهم قد تم تعديل وحذف بعض الفقرات حسب كل بعد في المقياس كما يلي:

البعد الاجتماعي:

- * حذفت الفقرة (7) التي نصت على "عندما يأتي أهلي لزيارتنا لا يبادر زوجي/ زوجتي باستقبالهم". لأنها مكررة مع الفقرة (4): "علاقة زوجي/ زوجتي بأهلي سيئة".
- * عدلت الفقرة (10): "يقارنني زوجي/ زوجتي بالآخرين ويشعروني / تشعروني بالدونية مقارنة بهم". لأنها فقرة مركبة. لتصبح: "يشعروني/ تشعروني زوجي/ زوجتي بالدونية مقارنة بالآخرين".

البعد النفسي:

- * عدلت صياغة الفقرات (12)، و(15)، و(18)، و(23) لتصبح منطقية أكثر:
- الفقرة (12): "عندما أغضب أقوم بتحقير زوجي/ زوجتي". لتصبح أكثر تهذيباً: "عندما أغضب أوجه كلمات جارحة لزوجي/ زوجتي".
- الفقرة (15): "في أيام الفراغ والعطل أجلس في غرفة منفردة بعيداً عن زوجي/ زوجتي" لتصبح: "أجلس في غرفة منفردة بعيداً عن زوجي/ زوجتي في أيام الفراغ والعطل"

الفقرة (18): " تراودني فكرة الطلاق من زوجي/ زوجتي " لتصبح: "تراودني فكرة الانفصال عن زوجي/ زوجتي".

الفقرة (23): "لا يتعاطف زوجي/ زوجتي معي عندما أتعرض للضغوط" لأنه جملة منفية لتصبح: "يتجاهل زوجي/ زوجتي الضغوط التي أتعرض لها أحيانا".

* حذفت الفقرتان (19): "لا يشاركني زوجي/ زوجتي همومي في العمل". و(21): "لا أتحدث لزوجي/ لزوجتي عما يحدث لي مع زملائي في العمل". لأنها مكررة مع الفقرة (20):

" أتردد في مشاركة زوجي/ زوجتي في هموم العمل سلبيًا (مشاكل العمل) أو إيجابيًا (التترقيات أو المكافآت).
البعد العاطفي:

* عدلت صياغة الفقرة (29): "أضجر عندما أسمع زوجي/ زوجتي يتكلم/ تتكلم". لتصبح أكثر تهذيباً:
"أشعر بعدم الرغبة في الاستماع عندما يتحدث زوجي/ زوجتي".

وقد أصبحت فقرات مقياس "الانفصال العاطفي" بعد التحكيم (34) فقرة.

ب- صدق الاتساق الداخلي

حُسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجال

الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية، كما هو مبين في الجدول (3-1).

جدول (3-1): قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الانفصال العاطفي بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، (ن=32)

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الدرجة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الدرجة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الدرجة
المجال العاطفي			المجال النفسي			المجال الاجتماعي		
.67**	.67**	22	.86**	.84**	11	.85**	.89**	1
.84**	.87**	23	.66**	.70**	12	.69**	.77**	2
.74**	.79**	24	.89**	.92**	13	.63**	.70**	3
.93**	.93**	25	.90**	.90**	14	.85**	.91**	4
.94**	.93**	26	.93**	.94**	15	.61**	.64**	5
.92**	.93**	27	.87**	.90**	16	.78**	.87**	6
.69**	.77**	28	.86**	.87**	17	.85**	.80**	7
.88**	.91**	29	.94**	.94**	18	.93**	.94**	8
.92**	.92**	30	.88**	.89**	19	.87**	.89**	9
.74**	.80**	31	.93**	.96**	20	.90**	.89**	10
.93**	.90**	32	.83**	.85**	21	-	-	-
.80**	.80**	33	-	-	-	-	-	-
.89**	.92**	34	-	-	-	-	-	-
.98** درجة كلية للبعد			.98** درجة كلية للبعد			.97** درجة كلية للبعد		

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05 < p) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01 < p)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (3.1) أن قيم معامل ارتباط الفقرات تراوحت ما بين (.61 - .96)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً. إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي نقل عن (.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (.30- أقل أو يساوي .70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (.70) تعتبر قوية، لذلك لم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

ثبات مقياس الانفصال العاطفي:

للتحقق من ثبات مقياس الانفصال العاطفي، استخدمت طريقة ثبات التجانس الداخلي من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)، ويبيّن جدول (3-2) قيمة معامل الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية.

جدول (2-3): قيمة معامل الثبات لأبعاد مقياس الانفصال العاطفي والدرجة الكلية

الأداة	المجال	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
الانفصال العاطفي	المجال الاجتماعي	10	.949
	المجال النفسي	11	.971
	المجال العاطفي	13	.969
	الانفصال العاطفي ككل	34	.987

يلاحظ من خلال الجدول (2-3) أن جميع قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الانفصال العاطفي والدرجة الكلية جاءت مرتفعة؛ مما يدل على دقة المقياس في قياس السمة المقاسة.

تصحيح مقياس الانفصال العاطفي:

تكون المقياس بصورته النهائية من (34) فقرة، موزعة على (3) مجالات؛ المجال الاجتماعي (10) فقرة، والمجال النفسي (11) فقرة، والمجال العاطفي (13) فقرة، تتم الإجابة عن كل فقرة وفق سلم إجابات خماسي (دائمًا = 5، وغالبًا = 4، وأحيانًا = 3، ونادرًا = 2، وأبدًا = 1) علماً أن جميع الفقرات كانت ذات اتجاه إيجابي، وذلك حسب انطباق محتوى الفقرة على المتزوج/ المتزوجة، وبذلك فإن الدرجة الكلية التي يمكن أن يحصل عليها المتزوج/ المتزوجة على المقياس تتراوح بين (34 - 170) درجة. ولتصنيف مستوى الانفصال العاطفي بدلالته الكلية إلى ثلاث مستويات (عالٍ، متوسط، منخفض) فقد تم اعتماد معادلة المدى:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى (لتدرج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = 1.33 = \frac{1-5}{3}$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي:

جدول (3.3) درجات احتساب مستوى مقياس الانفصال العاطفي	
2.33 فأقل	مستوى منخفض
2.34 - 3.67	مستوى متوسط
3.68 - 5	مستوى مرتفع

ثانياً: مقياس الوحدة النفسية

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس الوحدة النفسية المستخدمة اعتمدت الباحثة على مقياس كاليفورنيا لوس أنجلس للشعور بالوحدة (UCLA)، حيث أعدّ المقياس راسيل Russell عام 1978 في نسخته الأولى وتمّ تطويره عدّة مرّات حتّى وصل لنسخته النهائية عام (1996)، وهذا المقياس هو النسخة الثالثة المنقّحة لمقياس كاليفورنيا لوس أنجلس للشعور بالوحدة (UCLA)، وتمّ ترجمة المقياس وتطبيقه وتقنيه على البيئة العربية من قبل الدسوقي (2013) وتكوّن من (20) فقرة، وكانت الإجابة عليه حسب مقياس ليكرت الخماسي وحسب التدرّج الآتي: دائماً (5)، غالباً (4)، أحياناً (3)، نادراً (2)، أبداً (1). وتكوّن المقياس من بعدين:

الأول: بُعد الوحدة النفسية الاجتماعية، ويضمّ العبارات (1، 2، 5، 6، 11، 12، 14، 15، 19، 20).

الثاني: بُعد الوحدة النفسية العاطفية، ويضمّ العبارات (3، 4، 7، 8، 9، 10، 13، 16، 17، 18)، وحملت

عبارات المقياس المرقّمة (2-3-4-7-8-11-12-13-14-17-18) الاتجاه الإيجابي، بينما حملت

عبارات المقياس التي تحمل أرقام (1-5-6-9-10-15-16-19-20) الاتجاه السلبي (Russell et al.,

1978; Russell et al., 1980).

صدق مقياس الوحدة النفسية:

تمّ التحقّق من صدق المقياس في الدّراسة الحالية من خلال مؤشّرات عدّة:

أ-الصدق الظّاهري (Face validity):

تمّ عرضه بصورته الأولى على مجموعة من المتخصّصين ممّن يحملون درجة الدّكتوراه في الإرشاد النفسي والتّربوي، وعلم النفس، والقياس والتّقويم، وقد بلغ عددهم (9) محكّمين كما هو موضّح في ملحق (أ)، وذلك بغرض التّحقّق من الصدق الظّاهري للمقياس من خلال الحكم على مدى وضوح الصّيغة وسلامتها، ومدى مناسبة الفقرات للبعد الذي وضعت فيه وللمقياس، ومدى كفاية وشمولية فقرات المقياس لقياس السّمة المراد قياسها (الوحدة النفسية)، ومدى انسجام الفقرات مع السّياق الثقافي للمجتمع الفلسطيني، وقد اعتمد معيار الاتّفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناء على اقتراحات المحكّمين وملاحظاتهم قد تمّ تعديل وحذف بعض الفقرات حسب كل بعد في المقياس كما يلي:

بعد الوحدة النفسية الاجتماعية:

حذفت الفقرات التّالية لأنّها لا تقيس السّمة المراد قياسها وفقاً لآراء المحكّمين

الفقرة (1): "أشعر بأنه يوجد أناس يفهموني جيّداً".

الفقرة (19): "أشعر بأنّ هناك من أستطيع أن أتحدّث معه".

الفقرة (20): "أشعر بأنّ هناك من يمكنني اللّجوء إليه".

عدّلت صياغة الفقرة (11): "أنا مهمل ومنبوذ". لتصبح: "أنا مهمل من الآخرين من حولي".

بعد الوحدة النفسية العاطفية:

عدّلت صياغة الفقرة (3): "لا يوجد من ألبأ إليه من الناس". لأنها جملة منفية، لتصبح: "أشعر بأنه لا يوجد من ألبأ إليه من الناس".

حذفت الفقرات التالية:

الفقرة (17): "أشعر بالخجل". لا تقيس الوحدة النفسية.

الفقرة (18): "أشعر بأنّ الناس الذين حولي ليسوا معي". لأنها مكررة مع الفقرة (7).

وعليه فقد أصبحت فقرات مقياس "الوحدة النفسية" بعد التحكيم (15) فقرة.

ب- صدق الاتساق الداخلي

حُسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجال

الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية، كما هو مبين في الجداول (3-4).

جدول (3-4): قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الوحدة النفسية بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، (ن=32)

الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الدرجة الكلية
الوحدة النفسية العاطفية		الوحدة النفسية الاجتماعية			
.87**	.90**	3	.13	.23	1
.65**	.73**	4	.39*	.44**	2
.77**	.78**	7	.17	.21	5
.82**	.82**	8	.07	.16	6
.34*	.48**	9	.84**	.82**	11
.25	.23	10	.74**	.68**	12
.83**	.82**	13	.89**	.91**	14
-	-	-	.85**	.90**	15
درجة كلية للبعد	.68**	درجة كلية للبعد	.94**		

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01 < p)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (3-4) أنّ قيم معامل ارتباط الفقرات: (1، 5، 6، 10)، كانت ذات درجة غير مقبولة وغير دالة إحصائياً، وتحتاج إلى حذف، أما باقي الفقرات فقد جاءت قيم معاملات ارتباطها ما بين (0.34 - 0.91)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً. وفي ضوء ما أشار إليه جارسيا (Garcia, 2011)، أنّ قيمة معامل الارتباط التي تقلّ عن (30%) تعتبر ضعيفة، فقد حذفت الفقرات: (1، 5، 6، 10)، وأصبح عدد فقرات المقياس (11) فقرة للتطبيق على العينة الأساسية.

ثبات مقياس الوحدة النفسية:

للتحقق من ثبات مقياس الوحدة النفسية، استخدمت طريقة ثبات التجانس الداخلي من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)، ويبين جدول (3-5) قيمة معامل الثبات لكل بُعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية.

جدول (3-5): قيمة معامل الثبات لأبعاد مقياس الوحدة النفسية والدرجة الكلية

الأداة	المجال	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
الوحدة النفسية	الوحدة النفسية الاجتماعية	5	.891
	الوحدة النفسية العاطفية	6	.865
	الوحدة النفسية ككل	11	.930

يلاحظ من خلال الجدول (3-5) أنّ جميع قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الوحدة النفسية

والدرجة الكلية جاءت مرتفعة؛ مما يدلّ على دقة المقياس في قياس السمة المقاسة.

تصحيح مقياس الوحدة النفسية:

تكون مقياس الوحدة النفسية في صورته النهائية بعد استخراج الصدق من (11)، فقرة، موزعة على

مجالين هما: المجال الأول: الوحدة النفسية الاجتماعية وتشمل فقراته: (1، 7، 8، 10، 11)، المجال الثاني:

الوحدة النفسية العاطفية وتشمل فقراته: (2، 3، 4، 5، 6، 9) كما هو موضح في ملحق (ث)، تتم الاستجابة على عبارته وفق مقياس ليكرت الخماسي، حيث تم توزيع الفقرات على المقياس: دائماً (5) درجات؛ عادة (4) درجات؛ أحياناً (3) درجات؛ نادراً (2) درجة؛ أبداً (1) درجة. وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للوحدة النفسية، باستثناء الفقرة (6) التي مثلت الاتجاه السلبي (العكسي) لمفهوم الوحدة النفسية إذ عكست الأوزان عند تصحيحها.

ولتحديد مستوى الوحدة النفسية، لدى عينة الدراسة حوّلت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات، ولتصنيف مستوى الوحدة النفسية بدلالاتها الكلية إلى ثلاث مستويات (عالٍ، ومتوسط، ومنخفض) فقد تم اعتماد معادلة المدى:

$$1.33 = \frac{1-5}{3} \frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى (التدرج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \text{طول الفئة}$$

وبناءً على ذلك، فإن مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي:

جدول (6.3)

درجات احتساب مستوى مقياس الوحدة النفسية

2.33 فأقل	مستوى منخفض
3.67 - 2.34	مستوى متوسط
5 - 3.68	مستوى مرتفع

ثالثاً: مقياس الإدمان على الإنترنت:

استخدم مقياس إدمان الإنترنت المطور من القائمة التشخيصية لـ "يونغ young" (1996، 1998) المكونة من ثماني فقرات والمقتبسة من "DSM- IV" (1994) وأضافت إليها (12) فقرة وهي تقيس النواتج السلبية من الاستخدام المفرط للإنترنت، ليصبح عدد فقرات المقياس (20) فقرة، وقد تمّ تقنين المقياس للبيئة الفلسطينية من قبل شاهين (2014) وتطبيقها على طلبة الجامعات. وأجرت عطية (2021) تحليلاً عملياً للمقياس وقد أفرز التحليل العملي الاستكشافي أنّ الفقرات تشبعت على عاملين فقط:

العامل الأول: وتكون من (9) عبارات وهي (1، 7، 8، 10، 11، 12، 15، 17، 20) وتمّ تسميته التحمل والصراع.

العامل الثاني: وتكون من (11) فقرة وهي: (2، 3، 4، 5، 6، 9، 13، 14، 16، 18، 19) وعبرت عن المشاكل الناتجة عن إدمان الإنترنت وتمّ تسميته المشاكل الناتجة.

وعليه فقد تكوّن المقياس في الدراسة الحالية في صورته الأولية المرسلة للمحكّمين من (20) فقرة.

صدق مقياس إدمان الانترنت:

تمّ التحقّق من صدق المقياس في الدراسة الحالية من خلال مؤشّرات عدّة:

أ-الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقّق من الصدق الظاهري لمقياس إدمان الانترنت عرض المقياس بصورته الأولى على مجموعة من المتخصّصين ممّن يحملون درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس، والقياس والتقويم، وقد بلغ عددهم (9) محكّمين كما هو موضّح في ملحق (أ)، حيث طلب منهم الحكم على مدى وضوح صياغة الفقرات وسلامتها، ومدى مناسبة الفقرات للبعد الذي وضعت فيه، ومدى كفاية وشمولية فقرات المقياس لقياس السمة

المراد قياسها (إدمان الإنترنت)، ومدى انسجام الفقرات مع السياق الثقافي للمجتمع الفلسطيني، وقد اعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناء على اقتراحات المحكمين وملاحظاتهم قد تم حذف فقرة (8): "أدفع عن نفسي إذا سألني أحد ماذا أفعل في استخدامي للإنترنت". وعليه فقد أصبحت فقرات مقياس "الإدمان على الإنترنت" بعد التحكيم (19) فقرة.

ب- صدق الاتساق الداخلي:

حُسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجال

الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية، كما هو مبين في الجداول (3-7).

جدول (3-7): قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس إدمان الإنترنت بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، (ن=32)

الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	.77**	.70**	2	.78**	.78**
7	.87**	.86**	3	.88**	.88**
9	.79**	.81**	4	.70**	.66**
10	.90**	.86**	5	.70**	.68**
11	.71**	.74**	6	.82**	.77**
14	.92**	.89**	8	.77**	.77**
16	.85**	.86**	12	.66**	.68**
19	.86**	.80**	13	.91**	.89**
-	-	-	15	.88**	.87**
-	-	-	17	.74**	.74**
-	-	-	18	.81**	.80**
درجة كلية للبعد .97**		درجة كلية للبعد .98**			

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (3-7) أن قيمة معامل ارتباط الفقرات تراوحت ما بين (.66 - .92)،

وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائية. في ضوء ما أشار إليه جارسيا (Garcia, 2011)، فلم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

ثبات مقياس إدمان الانترنت:

للتحقق من ثبات مقياس إدمان الانترنت، استخدمت طريقة ثبات التجانس الداخلي من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)، وبيّن جدول (3-8) قيمة معامل الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية.

جدول (3-8): قيمة معامل الثبات لأبعاد مقياس إدمان الانترنت والدرجة الكلية

الأداة	المجال	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
الإدمان على الإنترنت	التحمل والصراع	8	.937
	المشاكل الناتجة	11	.938
	الإدمان على الإنترنت ككل	19	.967

يلاحظ من خلال الجدول (3-8) أنّ جميع قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد إدمان الانترنت والدرجة

الكلية جاءت مرتفعة؛ مما يدلّ على دقة المقياس في قياس السمة المقاسة.

تصحيح مقياس إدمان الانترنت:

تكوّن مقياس الإدمان على الإنترنت في صورته النهائية بعد استخراج الصدق من (19)، فقرة، موزعة

على مجالين هما: المجال الأول التحمل والصراع وتشمل فقراته: (1، 7، 9، 10، 11، 14، 16، 19)، المجال

الثاني: المشاكل الناتجة وتشمل فقراته: (2، 3، 4، 5، 6، 8، 12، 13، 15، 17، 18) كما هو موضّح في ملحق

(ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للإدمان على الإنترنت.

وطلب من المستجيب تقدير إجابته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات

كما يلي: دائماً (5) درجات، غالباً (4) درجات، أحياناً (3) درجات، نادراً (2) درجتان، أبداً (1)، درجة واحدة.

ولتحديد مستوى الإدمان على الإنترنت، لدى عينة الدراسة حوّلت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (5-1) درجات، وتصنيف المستوى إلى ثلاث مستويات: منخفضة، ومتوسطة، ومرتفعة، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

$$1.33 = \frac{1-5}{3} \frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى (لتدرج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \text{طول الفئة}$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي:

جدول (9.3): درجات احتساب مستوى مقياس الإدمان على الإنترنت

مستوى منخفض	2.33 فأقل
مستوى متوسط	3.67 - 2.34
مستوى مرتفع	5 - 3.68

4.3 متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

المتغيرات المستقلة (المنبئة): الوحدة النفسية، والإدمان على الإنترنت.

المتغير التابع (المتنبأ به): الانفصال العاطفي.

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة:

اتّبعَت الباحثة في تنفيذ الدراسة عدداً من الخطوات على النحو الآتي:

1. جمعت البيانات الثانوية من العديد من المصادر الثانوية كالكتب، والمقالات والبحوث، والتقارير، والرسائل الجامعية، وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري للدراسة، والاستعانة بها في بناء أدواتها وتوظيفها في الوصول إلى نتائج الدراسة لاحقاً.
2. تحديد مجتمع الدراسة ومن ثمّ تحديد عيّنتها.
3. تطوير أدوات الدراسة من خلال مراجعة الأدب التربوي في هذا المجال.
4. تحكيم أدوات الدراسة المراد تطبيقها على عينة الدراسة.
5. تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة الأساسية؛ إذ شملت (32) من طلبة الدراسات العليا- درجة الماجستير- المتروّجين في جامعة القدس المفتوحة، وذلك بهدف التأكّد من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة.
6. تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية، والطلب منهم الإجابة على فقراتها بكل صدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم بأنّ إجاباتهم لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
7. إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب؛ حيث استخدم برنامج الرّزمة الإحصائي (SPSS, 28) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب.
8. مناقشة النتائج التي أسفر عنها التحليل في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، والخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

6.3 المعالجات الإحصائية:

من أجل معالجة البيانات وبعد جمعها، قامت الباحثة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم

الاجتماعية (SPSS, 28)، وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1. معادلة كرونباخ الفا (Cronbachs Alpha)، من أجل التَّحَقُّق من ثبات الاتِّساق الداخلي لفقرات كل أداة

من أدوات الدراسة.

2. اختبار بيرسون (Pearson Correlation)، لمعرفة العلاقات بين الفقرات ومجالاتها والدرجة الكلية

للمقياس.

3. اختبار تحليل الانحدار المتعدّد التّدرّيجي (Stepwise Multiple Regression)، باستخدام أسلوب

الإدخال (Stepwise)، بهدف معرفة مدى إسهام الوحدة التّفسيّة والإدمان على الإنترنت في التنبؤ

بالانفصال العاطفي.

الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة

تناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء أسئلتها التي تمّ طرحها، وقد نظّمت وفقاً لمنهجية محدّدة في العرض؛ حيث عُرضت في ضوء أسئلتها، ويتمثّل ذلك في عرض نصّ السؤال، ثم الإشارة إلى نوع المعالجات الإحصائية المستخدمة، ثمّ جدولة البيانات، ووضعها تحت عناوين مناسبة، يلي ذلك تعليقات على أبرز النتائج المستخلصة، وهكذا تعرض النتائج المرتبطة بكلّ سؤال على حدة.

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة:

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

ما مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة؟
للإجابة عن السؤال الأول حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس الانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة، والجدول (1.4) يوضح ذلك:

جدول (1.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس الانفصال العاطفي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم المجال	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	1	المجال النفسي	2.39	1.137	47.8	متوسط
2	2	المجال العاطفي	2.31	1.216	46.2	منخفض
3	3	المجال الاجتماعي	2.30	.992	46.0	منخفض
		الدرجة الكلية	2.34	1.084	46.8	متوسط

يُتضح من الجدول (1.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الانفصال العاطفي ككل بلغ (2.34)، ونسبة مئوية (46.8%)، وبمستوى متوسط، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس الانفصال العاطفي، تراوحت ما بين (2.30-2.39)، وجاء "المجال النفسي" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.39)، ونسبة مئوية (47.8%)، وبمستوى متوسط، بينما جاء "المجال الاجتماعي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.30)، ونسبة مئوية (46.0%)، وبمستوى منخفض. وقد حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل مجال من مجالات مقياس الانفصال العاطفي كل مجال على حدة، وعلى النحو الآتي:

(1) المجال الاجتماعي:

جدول (2.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات المجال الاجتماعي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

المرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	3	يكثر زوجي/ زوجتي من لومي إذا أسأت التصرف بالمال.	2.90	1.295	58.0	متوسط
2	5	أوفر نقوداً بدون علم زوجي/ زوجتي.	2.86	1.338	57.2	متوسط
3	2	قلة الدخل المادي يؤثر سلباً في علاقتي العاطفية بزوجي/ بزوجتي.	2.79	1.201	55.8	متوسط
4	1	أتضايق عند الخروج مع زوجي/ زوجتي في المناسبات الاجتماعية.	2.32	1.194	46.4	منخفض
5	7	أنا مرغم/ة على استمرار العلاقة الزوجية من أجل أطفالي فقط.	2.17	1.340	43.4	منخفض
6	8	يظهر زوجي/ زوجتي جوانب شخصيتي السلبية أمام الآخرين	2.15	1.322	43.0	منخفض
7	10	ثقتي بزوجي/ بزوجتي محدودة أثناء تواجده/ تواجدها مع آخرين/ أخريات.	2.10	1.332	42.0	منخفض

8	9	يشعري/ تشعري زوجي/ زوجتي بالدونية مقارنة بالآخرين.	2.02	1.333	40.4	منخفض
9	4	علاقة زوجي/ زوجتي بأهلي سيئة.	1.88	1.161	37.6	منخفض
10	6	أتناسى عائلتي عندما أغانر البيت لأيام عدة.	1.84	1.192	36.8	منخفض

يتضح من الجدول (2.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن المجال الاجتماعي تراوحت ما بين (1.84 - 2.90)، وجاءت الفقرة: "يكثر زوجي/ زوجتي من لومي إذا أسأت التصرف بالمال" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.90)، وبنسبة مئوية (58.0%)، وبمستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة: "أتناسى عائلتي عندما أغانر البيت لأيام عدة" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (1.84)، وبنسبة مئوية (36.8%)، وبمستوى منخفض.

(2) المجال النفسي:

جدول (3.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ل فقرات المجال النفسي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	12	عندما أشعر بالقلق والتوتر فإن زوجي/ زوجتي لا يهتم/ تهتم لأمرى.	2.55	1.379	51.0	متوسط
2	19	أتردد في مشاركة زوجي/ زوجتي في هموم العمل سلبيًا (مشكلات العمل) أو إيجابيًا (الترقيات أو المكافآت).	2.52	1.350	50.4	متوسط
3	21	يتجاهل/ تتجاهل زوجي/ زوجتي الضغوط التي أتعرض لها أحيانًا.	2.49	1.313	49.8	متوسط
4	16	عندما نواجه مشكلة ما فإننا لا نحاول حلها سويًا.	2.45	1.361	49.0	متوسط
5	15	تسير الأيام والشهور والسنين بملل مع زوجي/ زوجتي.	2.39	1.411	47.8	متوسط
6	20	عند العودة من العمل لا نهتم أنا وزوجي/ وزوجتي لبعضنا البعض.	2.39	1.369	47.8	متوسط
7	13	زوجي/ زوجتي غير مبالٍ/ مبالية بي في أغلب المواقف.	2.38	1.326	47.6	متوسط

متوسط	47.4	1.368	2.37	أجلس في غرفة منفردة بعيداً عن زوجي/ زوجتي في أيام الفراغ والعطل.	14	8
متوسط	46.8	1.296	2.34	عندما أغضب أوجه كلمات جارحة لزوجي/ زوجتي.	11	9
منخفض	44.2	1.221	2.21	أتجاهل أخبار زوجي/ زوجتي وأنا في العمل.	18	10
منخفض	44.0	1.372	2.20	تراودني فكرة الانفصال عن زوجي/ زوجتي.	17	11

يتضح من الجدول (3.4) أنّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال المجال النفسي تراوحت ما بين (2.20 - 2.55)، وجاءت الفقرة: "عندما أشعر بالقلق والتوتر فإن زوجي/ زوجتي لا يهتم/ تهتمّ لأمرى" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.55)، وبنسبة مئوية (51.0%)، وبمستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة: "تراودني فكرة الانفصال عن زوجي/ زوجتي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.20)، وبنسبة مئوية (44.0%)، وبمستوى منخفض.

(3) المجال العاطفي:

جدول (4.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ل فقرات المجال العاطفي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية:

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	24	أنا وزوجي/ زوجتي لا نتبادل التهاني في المناسبات.	2.50	1.386	50.0	متوسط
2	22	زوجي/ زوجتي يصلح أن يكون أباً/ أمّاً وليس زوجاً/ زوجة.	2.48	1.380	49.6	متوسط
3	25	يتجاهلني زوجي/ زوجتي بعد إنجاز عمل جيد كلفني الجهد الكثير.	2.42	1.413	48.4	متوسط
4	23	مشاعري باردة اتجاه زوجي/ زوجتي.	2.39	1.352	47.8	متوسط
5	33	زوجي/ زوجتي لا يغار/ لا تغار عليّ كما يجب.	2.39	1.435	47.8	متوسط
6	29	زوجي/ زوجتي غير قادر/ قادرة على إسعادي.	2.37	1.467	47.4	متوسط

7	28	أنا غير راضٍ/ راضية عن زوجي.	2.33	1.502	46.6	منخفض
8	27	أشعر بعدم الرغبة في الاستماع عندما يتحدث/تتحدث زوجي/زوجتي.	2.30	1.353	46.0	منخفض
9	34	أشعر بخيبة أمل في زوجي.	2.30	1.493	46.0	منخفض
10	32	أضايق عند اقتراب زوجي/ زوجتي مني.	2.21	1.350	44.2	منخفض
11	26	حياتي الزوجية تعيسة.	2.19	1.393	43.8	منخفض
12	31	علاقتنا الجنسية شبه معدومة.	2.15	1.359	43.0	منخفض
13	30	العلاقة بيني وبين زوجي/ زوجتي آيله للفراق.	2.07	1.347	41.4	منخفض

يتضح من الجدول (4.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن المجال العاطفي تراوحت

ما بين (2.50 - 2.07)، وجاءت الفقرة: "أنا وزوجي/ زوجتي لا نتبادل التهاني في المناسبات" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.50)، ونسبة مئوية (50.0%)، وبمستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة: "العلاقة بيني وبين زوجي/ زوجتي آيله للفراق" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.07)، ونسبة مئوية (41.4%)، وبمستوى منخفض.

2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

ما مستوى الوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة؟

للإجابة عن السؤال الثاني حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس الوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة، والجدول (5.4) يوضح ذلك:

جدول (5.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس الوحدة النفسية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم المجال	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	1	الوحدة النفسية الاجتماعية	2.47	.941	49.4	متوسط
2	2	الوحدة النفسية العاطفية	2.41	.935	47.2	متوسط
		الدرجة الكلية	2.44	.899	48.8	متوسط

يتضح من الجدول (5.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الوحدة النفسية ككل بلغ (2.44)، ونسبة مئوية (48.8%)، وبمستوى متوسط، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس الوحدة النفسية تراوحت ما بين (2.41-2.47)، وجاء مجال "الوحدة النفسية الاجتماعية" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.47)، ونسبة مئوية (49.4%)، وبمستوى متوسط، بينما جاء مجال "الوحدة النفسية العاطفية" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.41)، ونسبة مئوية (47.2%)، وبمستوى متوسط.

وقد حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل مجال من مجالات مقياس الوحدة النفسية كل مجال على حدة، وعلى النحو الآتي:

1) الوحدة النفسية الاجتماعية:

جدول (6.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الوحدة النفسية الاجتماعية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية:

المرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	1	أحتاج إلى الأصدقاء.	3.34	1.096	66.8	متوسط
2	11	من الصعب العثور على الأصدقاء عندما أحتاج إليهم.	2.47	1.267	49.4	متوسط
3	10	أنا منعزل عن الآخرين.	2.31	1.318	46.2	منخفض
4	7	أنا مهمل من الآخرين من حولي.	2.21	1.130	44.2	منخفض
5	8	علاقاتي مع الآخرين بلا قيمة.	2.02	1.132	40.4	منخفض

يتضح من الجدول (6.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن الوحدة النفسية

الاجتماعية تراوحت ما بين (2.02 - 3.34)، وجاءت الفقرة: "أحتاج إلى الأصدقاء" في المرتبة الأولى، بمتوسط

حسابي قدره (3.34)، وبنسبة مئوية (66.8%)، وبمستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة: "علاقتي مع الآخرين بلا قيمة" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.02)، وبنسبة مئوية (40.4%)، وبمستوى منخفض.

(2) الوحدة النفسية العاطفية:

جدول (7.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ل فقرات الوحدة النفسية العاطفية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	2	أشعر بأنه لا يوجد من ألبأ إليه من الناس.	2.66	1.225	53.2	متوسط
2	3	يغلب عليّ الشعور بالوحدة.	2.59	1.271	51.8	متوسط
3	9	أشعر بعدم وجود شخص يفهمني جيداً.	2.47	1.241	49.4	متوسط
4	5	اهتماماتي وأفكاري لا يشاركني فيها أحد.	2.44	1.233	48.8	متوسط
5	4	لم أعد قريباً من أي شخص.	2.39	1.314	47.8	متوسط
6	6	أشعر بالودّ والمحبة من الآخرين.	1.93	.964	38.6	منخفض

يتضح من الجدول (7.4) أنّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال الوحدة النفسية

العاطفية تراوحت ما بين (2.66 - 1.93)، وجاءت الفقرة: "أشعر بأنه لا يوجد من ألبأ إليه من الناس" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.66)، وبنسبة مئوية (53.2%)، وبمستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة: "أشعر بالودّ والمحبة من الآخرين" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (1.93)، وبنسبة مئوية (38.6%)، وبمستوى منخفض.

3.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

ما مستوى إدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة؟

للإجابة عن السؤال الثالث حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس إيمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة، والجدول (8.4) يوضّح ذلك:

جدول (8.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس إيمان الإنترنت وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم المجال	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	1	التحمل والصراع.	2.78	1.010	55.6	متوسط
2	2	المشاكل الناتجة.	2.41	1.006	48.2	متوسط
		الدرجة الكلية	2.57	.987	51.4	متوسط

يُتضح من الجدول (8.4) أنّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس إيمان الإنترنت ككل بلغ (2.57)، وبنسبة مئوية (51.4%)، وبمستوى متوسط، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس إيمان الإنترنت تراوحت ما بين (2.41-2.78)، وجاء مجال "التحمل والصراع" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.78)، وبنسبة مئوية (55.6%)، وبمستوى متوسط، بينما جاء مجال "المشاكل الناتجة" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.41)، وبنسبة مئوية (48.2%)، وبمستوى متوسط.

وقد حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل مجال من مجالات مقياس إيمان الإنترنت كل مجال على حدة، وعلى النحو الآتي:

(1) التحمل والصراع:

جدول (9.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات التحمل والصراع مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	1	أستخدم الإنترنت لفترة أطول مما كنت أريد.	3.33	1.202	66.6	متوسط
2	7	أتفحص موقعي على التواصل الاجتماعي قبل القيام بأي شيء آخر يومياً.	2.88	1.244	57.6	متوسط
3	19	أقول لنفسني دقائق قليلة أخرى في استخدام الإنترنت لكّتي استمرّ لوقت أكبر.	2.83	1.251	56.6	متوسط
4	14	أحاول التقليل من الوقت الذي أمضيه في استخدام الإنترنت، وأفضل بذلك.	2.83	1.303	56.6	متوسط
5	9	أجد نفسي متلهفاً لاستخدام الإنترنت.	2.74	1.291	54.8	متوسط
6	16	يتلاشى الصّيق عند استخدامي للإنترنت.	2.67	1.209	53.4	متوسط
7	11	أخشى الحياة بدون استخدام الإنترنت.	2.52	1.281	50.4	متوسط
8	10	أغضب بسبب مضايقة أحدهم لي عندما أكون مشغولاً باستخدام الإنترنت.	2.48	1.248	49.6	متوسط

يتّضح من الجدول (9.4) أنّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عيّنة الدراسة عن التّحمّل والصّراع تراوحت

ما بين (3.33 - 2.48)، وجاءت الفقرة: "أستخدم الإنترنت لفترة أطول مما كنت أريد" في المرتبة الأولى، بمتوسط

حسابي قدره (3.33)، وبنسبة مئوية (66.6%)، وبمستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة: "أغضب بسبب مضايقة

أحدهم لي عندما أكون مشغولاً باستخدام الإنترنت" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.48)، وبنسبة

مئوية (49.6%)، وبمستوى متوسط.

(2) المشاكل الناتجة:

جدول (10.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات المشاكل الناتجة مرتبة تنازلياً حسب

المتوسطات الحسابية.

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	12	أتأخّر عن الخلود للنوم؛ بسبب استخدامي الإنترنت لوقت متأخّر من الليل.	2.75	1.217	55.0	متوسط

متوسط	52.0	1.224	2.60	أتجاهل متاعب الحياة اليومية؛ من أجل الاستمتاع باستخدام الإنترنت.	8	2
متوسط	51.8	1.238	2.59	أهمل واجباتي المنزلية؛ لأقضي فترات أطول لاستخدام الإنترنت.	2	3
متوسط	49.8	1.248	2.49	يتأثر إنتاجي بسبب استخدامي للإنترنت.	17	4
متوسط	48.8	1.299	2.44	أحاول إخفاء كم من الوقت الذي أمضيه في استخدام الإنترنت.	15	6
متوسط	48.4	1.225	2.42	يشتكى المحبطون بي من الوقت الطويل الذي أقضيه باستخدام الإنترنت.	5	7
متوسط	47.4	1.228	2.37	أفضل إمضاء وقتي في استخدام الإنترنت عن القيام بالأعمال الأخرى.	18	10
متوسط	45.4	1.220	2.27	أفضل الاستمتاع باستخدام الإنترنت عن الاستمتاع مع أسرتي.	3	12
منخفض	45.0	1.237	2.25	أشعر بأن تفكيري مشغول بالإنترنت خارج أوقات استخدامي له.	13	13
منخفض	43.8	1.152	2.19	أفضل تكوين علاقات وصالات باستخدام الإنترنت.	4	14
منخفض	43.0	1.204	2.15	تتأثر نتائجي في الجامعة؛ بسبب جلوسي الطويل على الإنترنت.	6	15

يتضح من الجدول (10.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال المشاكل الناتجة تراوحت ما بين (2.75 - 2.15)، وجاءت الفقرة: " أتأخر عن الخلود للنوم؛ بسبب استخدامي الإنترنت لوقت متأخر من الليل " في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.75)، ونسبة مئوية (55.0%)، وبمستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة: " تتأثر نتائجي في الجامعة؛ بسبب جلوسي الطويل على الإنترنت " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.15)، ونسبة مئوية (43.0%)، وبمستوى منخفض.

4.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

ما مدى الإسهام النسبي لكل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين بجامعة القدس المفتوحة؟

لاختبار السؤال الرابع، ومن أجل قياس مدى الإسهام النسبي لكل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين بجامعة القدس المفتوحة، استخدم معامل الانحدار المتعدد التدريجي (Stepwise Multiple Regression) باستخدام أسلوب الإدخال (Stepwise)، والجدول (11.4) يوضح ذلك:

جدول (11.4): نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي لتأثير مساهمة كل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين بجامعة القدس المفتوحة.

النموذج	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	المعاملات غير المعيارية	المعاملات المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	التباين المفسر	معامل الارتباط المعدل
			معامل الانحدار	الخطأ المعياري	بيتا β	قيمة ت	R ²	(R)	
1	الثابت	.088	.184	.071	.476	.635	.584	.764 ^a	.581
	الشعور بالوحدة النفسية	.922	.071	.071	12.991	.000	.584	.764 ^a	.581
2	الثابت	-.137	.190	.089	-.722	.472	.619	.787 ^b	.613
	الشعور بالوحدة النفسية	.731	.089	.089	8.168	.000	.619	.787 ^b	.613
	إدمان الإنترنت	.269	.081	.081	3.306	.001	.619	.787 ^b	.613

قيمة "ف" المحسوبة للشعور بالوحدة النفسية = 168.770 دالة عند مستوى دلالة < .001

قيمة "ف" المحسوبة للشعور بالوحدة النفسية و إدمان الإنترنت = 96.836 دالة عند مستوى دلالة < .001

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05 < p)

يتضح من الجدول (11.4) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05 < p) لكل من: (إدمان

الإنترنت، والشعور بالوحدة النفسية) في التنبؤ بالانفصال العاطفي. إذ وضّحاً معاً نسبة تباين بلغت (R² =

.619). ما يشير إلى تفسيرهما (61.9%)، من نسبة التباين في مستوى الانفصال العاطفي.

وتجدر الإشارة إلى أن قيم عامل تضخم التباين (VIF) للنماذج التنبؤية الاثنان قد كانت متدنية؛ مما يشير إلى عدم وجود إشكالية التساهمية المتعددة (Multicollinearity) مما يشير إلى وجود ارتباطات قوية بين المتنبئات.

وعليه يمكن كتابة معادلة الانحدار كما يلي: $(\hat{y} = -.137 + .731 X_1 + .269 X_2)$ ،

حيث تمثل \hat{y} : الانفصال العاطفي، X_1 : الشعور بالوحدة النفسية، X_2 : إدمان الإنترنت.

تشير النتائج إلى أن الشعور بالوحدة النفسية له تأثير إيجابي قوي على الانفصال العاطفي ($B =$

$0.731, p < .001$)، مما يعني أن كل زيادة بوحدة واحدة في الشعور بالوحدة النفسية ترتبط بزيادة بمقدار (0.731)

وحدة في الانفصال العاطفي. بينما يظهر إدمان الإنترنت تأثيرًا إيجابيًا أقل بلغ ($B = 0.269, p = .001$). وعند

النظر إلى القيم المعيارية في النموذج الثاني، تبين أن تأثير الشعور بالوحدة النفسية بلغ ($\beta = 0.606$)، وهو

يفوق تأثير إدمان الإنترنت ($\beta = 0.245$)، مما يؤكد أن المتنبئ الأول يعد الأقوى في تفسير التباين في الانفصال

العاطفي.

الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها.

1.5 تفسير النتائج ومناقشتها.

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها.

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها.

3.1.5 تفسير نتائج السؤال الثالث ومناقشتها.

4.1.5 تفسير نتائج السؤال الرابع ومناقشتها.

2.5 التوصيات والمقترحات.

الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها

تضمّن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة، من خلال أسئلتها، ومن خلال التحليل الإحصائي، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة الواردة في هذه الدراسة، إضافة إلى تفسير أبرز النتائج التي خلصت إليها الدراسة، وصولاً إلى التوصيات التي يمكن طرحها في ضوء هذه النتائج، وقد نظّمت وفقاً لمنهجية محدّدة في العرض كما يلي:

1.5 مناقشة نتائج أسئلة الدراسة:

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها:

ما مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة؟ أظهرت النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول أنّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الانفصال العاطفي ككل بلغ (2.34) ونسبة مئوية (46.8) وبتقدير متوسط، أمّا المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس الانفصال العاطفي تراوحت ما بين (2.30-2.39)، وجاء المجال النفسي في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (2.39) ونسبة مئوية (47.8)، وبمستوى متوسط، حيث نجد أنّ الفقرة (12): عندما أشعر بالقلق والتوتر فإنّ زوجي/ زوجتي لا يهتمّ/ تهتمّ لأمرني) جاءت بمتوسط حسابي (2.55) ونسبة مئوية (51.0). والفقرة (19): أتردّد في مشاركة زوجي/ زوجتي في هموم العمل سلبيًا (مشكلات العمل) أو إيجابًا (الترقّيات أو المكافآت) جاءت بمتوسط حسابي (2.52) ونسبة مئوية (50.4) وتتوافق هذه النتيجة مع الدراسات التنبؤية بالانفصال العاطفي لكلّ من: (الكايد والشرعة، 2021)، و (نارمينا وآخرون، 2021)، و (بارافا وآخرون، ومعابرة والكوشة 2020)، حيث كان مستوى الانفصال العاطفي فيها متوسطًا، بسبب أنماط التواصل غير السوي بين الأزواج، ، والدراسة التجريبية التي قام بها (راجبي وآخرون،

(2019)، والتي أسفرت نتائجها على تحسّن التّواصل اللفظي وغير اللفظي لدى الأزواج وبالتالي خفض مستوى الانفصال العاطفي لديهم. واختلفت مع دراسة كل من: (أمين، 2024)، و(إسماعيل وجراون والفريحات، 2020)، حيث أنّ مستوى الانفصال العاطفي لدى العيّات في هاتين الدّراستين جاء منخفضاً، ومستوى حل المشكلات والصّابة النّفسية مرتفعاً

وترى الباحثة أنّ الانفصال العاطفي الذي يعاني منه طلبة الدّراسات العليا المتزوّجين في جامعة القدس المفتوحة يعزى إلى مشكلة في التّواصل بين الزّوجين، الذي هو حجر الزّاوية لنجاح العلاقة الزّوجية واستمراريتها، حيث يتبادل من خلاله الزّوجان الأفكار والمشاعر (الحوار اليومي، والتّعبير عن الحب، ومناقشة المشكلات)، والاحتياجات بطريقة صريحة ومحترمة، ممّا من شأنه أن يقلّل من سوء الفهم ويقوّي الرّوابط العاطفية، ويوفّر الشّعور بالأمان والدّعم العاطفي؛ لأنّ من أهمّ معيقات التّواصل بين الزّوجين هي: سوء الفهم بسبب ضعف التّعبير أو التّفسير الخاطيء للرسائل اللفظية وغير اللفظية، انشغال أحد الطّرفين أو كلاهما وعدم تخصيص وقت للتّواصل.

وترى الباحثة أنّ درجة مقياس الانفصال العاطفي التي جاء مستواها متوسّط قريب من المنخفض عند طلبة الدّراسات العليا المتزوّجين في جامعة القدس المفتوحة، يعزى إلى أنّ الطلبة الفلسطينيين يعيشون وضعاً خاصاً نتيجة ضغوط الاحتلال، ممّا يجعل الطّالب الجامعي الفلسطيني يحاول إيجاد التّوازن بين مهامّه الدّراسية، ومسؤولياته اليومية سواء أكانت الوظيفية منها أو الأسرية، إلّا أنّ الوضع غير المستقر للبلاد خلق لديهم ضغطاً نفسياً وبالتالي انعكس على العلاقات الزّوجية بشكل سلبي، إلّا أنّه رغم ذلك لاحظت الباحثة أنّ الطلبة لديهم وعي ورغبة في الحفاظ على استقرار الأسرة، حيث كانت نسبة الفقرة (17: تراودني فكرة الانفصال عن زوجي/ زوجتي) والفقرة (30: العلاقة بيني وبين زوجي/ زوجتي آيلة للفراق) منخفضة، وتعزو الباحثة من وجهة نظرها هذه النّتيجة إلى عاملين هما: المستوى العلمي المرتفع لدى الطلبة المتزوّجين في جامعة القدس المفتوحة،

وخصوصية المجتمع الفلسطيني الذي يعزّز مفهوم الأسرة وضرورة الحفاظ على استقرارها واستمراريتها لأنها هي شكل من أشكال النضال والصمود ضدّ الاحتلال.

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها:

ما مستوى الوحدة النفسيّة لدى عيّنة من طلبة الدراسات العليا المتزوّجين في جامعة القدس المفتوحة؟

أظهرت النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني أنّ المتوسط الحسابي لتقديرات عيّنة الدراسة على مقياس الوحدة النفسيّة ككل بلغ (2.44) ونسبة مئوية (48.8%)، وبمستوى متوسّط. ولدى مقارنة هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة تبين للباحثة أنّ هذه النتيجة تتفق مع ما جاء في دراسة كل من: (صلاح، 2024)، و(شاهين والديك، 2023) اللتين طبّقتا على طلبة جامعة القدس المفتوحة، ودراسة (بشار، 2022)، ودراسة (عبد الوهاب، 2021)، ودراسة (الشهري والعشري، 2020). واختلفت مع دراسة كل من: (النعاس وآخرون، 2024)، و(ويرنر وآخرون، 2021)، و(عثمان، 2017).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى عدّة عوامل يمكن أن يكون لها تأثير على شعور عيّنة الدراسة بالوحدة النفسيّة، نذكر منها: التّعليم عن بعد نتيجة ظروف الحرب والذي رغم محاسنه، من توفير مرونة في الوقت والمكان، والتّقليل من مصاريف المواصلات، والسّكن، واستمرار العمليّة التّعليميّة خلال فترة الأزمات (الحروب، والكوارث الطّبيعيّة)، كما أنّه يساهم في تعزيز مهارات استخدام التّكنولوجيا، وتعزيز استقلالية الطّالب في جعله أكثر مسؤوليّة عن تعليمه الذاتيّ، إلّا أنّ له بعض السّلبيّات منها: افتقاد الطّالب للمهارات الاجتماعيّة اللاّزمة للانخراط في علاقات مشبعة مع زملائه، ممّا يشعره بالاغتراب وعدم الألفة، وهذا ينعكس سلباً لا محالة على شبكة علاقاته الاجتماعيّة، وعلى تطوير المهارات الاجتماعيّة والشّخصيّة له. وهذا ما يفسّر أنّ الفقرة (1): "أحتاج إلى الأصدقاء" من مقياس الوحدة النفسيّة (المجال الاجتماعي)، جاء متوسّطها الحسابي (3.34) ونسبة مئوية (66.8)، فالطّالب يعاني من الفاقد الاجتماعي ممّا ينعكس على نفسيّته في قدرته على الاندماج، والتّكيف،

وربط علاقات مع الآخرين، وبالتالي تنخفض ثقته بنفسه. كما أنّ الضغوط الأكاديمية من متطلبات البحث والدراسة المكثفة، قد يكون سببا في شعور الطلبة بالعزلة نتيجة قلة فرص التواصل الاجتماعي مع الزملاء والأصدقاء، وتقليل الوقت المتاح للتواصل مع الشريك والأسرة. إضافة إلى أنّ الطالب يمكن أن يشعر بالضغط النفسي وبالتالي الشعور بالانعزال نتيجة مواجهته لتوقعات عالية من المشرفين أو العائلة. إضافة إلى أنّ الظروف الاجتماعية، والاقتصادية، تدفع الطالب للعمل بجانب الدراسة لتلبية الاحتياجات المعيشية له ولأسرته، مما يقلل من فرص التواصل الاجتماعي. كما أنّ الظروف السياسية للبلد التي تعيش تحت الاحتلال تحدّ من الفرص المتاحة للأنشطة الاجتماعية والترويحية. هذه العوامل وغيرها قد تتضافر لتؤدي إلى مستويات متوسطة من الشعور بالوحدة النفسية بين طلبة الدراسات العليا المتزوجين بجامعة القدس المفتوحة.

3.1.5 تفسير نتائج السؤال الثالث ومناقشته

ما مستوى إدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة؟

كشفت النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث أنّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس "إدمان الإنترنت" ككل بلغ (2.57)، وبنسبة مئوية (51.4%)، وبمستوى متوسط. ولدى مقارنة هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة تبين للباحثة أنّ هذه النتيجة تتفق مع ما جاء في دراسة (الصوافي وآخرون، 2021)، ودراسة (حمدان، 2020)، ودراسة (غازو وآخرون، 2020). التي أظهرت نتائجها تعرّض أفراد عيناتها لدرجة متوسطة من الإدمان على الإنترنت.

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى عدّة عوامل، أهمّها: أنّ الإنترنت أصبح أداة لا غنى عنها في المجال الأكاديمي، لأنّه يوفر مكتبة ضخمة من المعلومات التي تسهل عملية التعلّم الذاتي وتطوير المهارات، فطلبة الدراسات العليا أصبحوا يعتمدون على الإنترنت كمصدر رئيس للحصول على المعلومات والبيانات اللازمة لأبحاثهم ودراساتهم مما يرفع مستوى استخدامهم للإنترنت، إضافة إلى كون الطلبة يتلقون تعليمهم عن بعد بسبب ظروف الحرب،

والحواجز بين المدن والمفروضة من طرف الاحتلال، فالطالب يجد نفسه مضطراً لاستخدام الإنترنت لساعات طويلة، كما أنه هو الوسيلة الفعالة والأسرع التي تمكن الطالب من متابعة الأخبار والمستجدات العالمية بشكل لحظي. وهو الوسيلة التي يتواصل بها الطالب أيضاً مع أهله للاطمئنان عليهم في المدن الأخرى، والتي تعاني من العزلة عن بعضها البعض بسبب الاحتلال سواء أكان بين غزة والضفة الغربية أو بين مدن الضفة نفسها. ونظراً لتظافر هذه العوامل يجد الطالب نفسه يواجه تحديات وضغوطاً نفسية قد تدفعه إلى استخدام الإنترنت بعيداً عن مجال الدراسة كوسيلة للتخفيف من هذه الضغوط أو كمهرب من التوتر، لما يوفره من مجموعة واسعة من خيارات الترفيه، بما في ذلك مشاهدة الأفلام، الاستماع إلى الموسيقى، وممارسة الألعاب الإلكترونية. وترى الباحثة أن كون مستوى الإدمان على الإنترنت جاء متوسطاً فهذا لا يعني بالضرورة وجود مشكلة نفسية لدى الطلبة، حيث أظهرت نتائج دراسة (شاهين وعكاشة، 2021) أن مستوى الإدمان على الإنترنت لدى الطلبة كان متوسطاً، إلا أن مستوى الطموح لديهم كان مرتفعاً. ويمكن تفسير ذلك بكون الطالب الجامعي الفلسطيني يتميز بروح التحدي لفرض واقع أفضل في ظل كل الظروف الصعبة التي يعيشها.

4.1.5 تفسير نتائج السؤال الرابع ومناقشته:

ما مدى الإسهام النسبي لكل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة؟

كشفت النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع أن الشعور بالوحدة النفسية له تأثير إيجابي قوي على الانفصال العاطفي ($B = 0.731, p < .001$)، مما يعني أن كل زيادة بوحدة واحدة في الشعور بالوحدة النفسية ترتبط بزيادة بمقدار (0.731) وحدة في الانفصال العاطفي. بينما يظهر إدمان الإنترنت تأثيراً إيجابياً أقل بلغ ($B = 0.269, p = .001$). وبالنظر إلى القيم المعيارية بيتا β ، تبين أن تأثير الشعور بالوحدة النفسية بلغ ($\beta = 0.606$)، وهو يفوق

تأثير إدمان الإنترنت ($\beta = 0.245$)، مما يؤكد أن المتنبئ الأول يُعدّ الأقوى في تفسير التباين في الانفصال العاطفي.

ويعود اختلاف نسبة ما فسرتة هذه المنبئات (الوحدة النفسية- إدمان الانترنت) من التباين في المتغير التابع (الانفصال العاطفي) لاختلاف قيم معاملات الارتباطات بينها وبين المتغير التابع، فكلما زادت قيم معاملات الارتباط بين المنبئات من جهة والمتغير التابع من جهة أخرى زادت معها نسبة التباين المفسر من المتغير التابع. كما تتأثر الزيادة في نسبة التباين المفسر من تباين المتغير التابع أيضا بحجم معاملات الارتباط الداخلية بين هذه المنبئات؛ فتزداد بنقصان حجم معاملات الارتباط الداخلية بينها وتتراجع الزيادة في نسبة التباين المفسر بزيادة حجم معاملات الارتباط الداخلية بين هذه المنبئات، كما يعتمد ما يضيفه كل من هذه المنبئات إلى نسبة التباين المفسر من تباين المتغير التابع أيضا إلى دخول متغير الوحدة النفسية في معادلة الانحدار أولاً؛ مما ساهم بإضافة نصيب أكبر من التباين المفسر، على حين حظى متغير إدمان الانترنت بنصيب أقل إذا تأخر دوره في دخول هذه المعادلة حيث كان ارتباطه مع متغير الوحدة النفسية عالي.

وبناء على هذه النتائج فقد توصلت الباحثة إلى أن نتائج دراستها اتفقت مع نتائج دراسة كل من (العيسى، 2022)، و(المهايرة، 2020)، اللتين أظهرت نتائجهما أن إدمان الإنترنت، وإدمان مواقع التواصل الاجتماعي تنبئ بالانفصال العاطفي، ودراسة (حمدان، 2020) التي أظهرت نتائجها أنه كلما زادت جودة الحياة الزوجية قلّ الإدمان على الإنترنت والعكس صحيح. واتفقت مع دراسة (العبيدي، 2022) التي أظهرت علاقة ارتباطية بين الشعور بالوحدة النفسية والانفصال العاطفي في الدرجة الكلية والأبعاد، حيث جاء مستواهما متوسط.

ففي الدراسة الحالية كان الشعور بالوحدة النفسية هو المتنبئ الأقوى بالانفصال العاطفي، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى نقص التواصل العاطفي الفعال بين الزوجين، فكون الزوج أو الزوجة يشعر أحدهما بالوحدة النفسية

أو كلاهما، فهذا يعني أنّ التّواصل اللفظي أو غير اللفظي بينهما غير سوي، وبالتالي هذا ينعكس على علاقتهم العاطفيّة. فالتّواصل الفعّال بين الزوجين هو أساس بناء علاقة زوجيّة مستقرّة وناجحة، فهو يسهم في حلّ المشكلات بطرق بناءة من خلال الاستماع النّشط، ومحاولة فهم مشاعر ووجهات نظر الشّريك دون نقد لاذع أو تقليل من شأنه، ممّا يعزّز التفاهم المتبادل ويقوّي العلاقة بين الزوجين. فالصّمت يقتل العلاقة الزوجيّة لأنّه يفتح المجال أمام التّأويلات غير الصّحيحة وبالتالي سوء الفهم للمواقف والسلوكيات بين الزوجين.

وترى الباحثة أنّ الشّعور بالوحدة النّفسيّة هو متغيّر سلبي وغير سوي، وبالتالي يعيق الطّالب عن الاندماج والتّفاعل الاجتماعي الطّبيعي مع المحيطين به، ويمكن أن يعزى ذلك لعدّة عوامل أهمّها: كون الطّلبة المتزوّجين يواجهون ضغوطا أكاديميّة كبيرة تتطلّب تخصيص وقت وجهد كبيرين للدراسة والبحث العلمي. إضافة إلى التّحدّيات الاقتصاديّة المتعلّقة بتكاليف الدّراسة ومتطلّبات الحياة الزوجيّة والأسريّة، ممّا من شأنه تقليل الوقت المخصّص للتّواصل والتّفاعل بين الزوجين بطريقة فعّالة وسويّة. كما أنّ الوضع السّياسي والأمني للبلد يضيف ضغطا نفسيّا بعدم الشّعور بالأمان، والإحساس بالتهديد المستمر من التّعريض للاعتقالات على الحواجز الأمنيّة بين المدن أو من داخل الحرم الجامعي أو من بين أهله وأسرته، ممّا يجعل الفرد دائم الخوف على نفسه وأسرته، وهذا يمكن أن يزعزع ثقته بنفسه وتقديره لذاته، وهو ما يدفعه للشّعور بالوحدة النّفسيّة، لعدم قدرته على البوح بمخاوفه التي من وجهة نظره يمكن أن تظهر ضعفه أمام أسرته وأمام الآخرين، كما أنّ المجتمعات العربيّة تكرّس ثقافة عدم البوح بالمشاعر الحقيقيّة حتّى لا يظهر الشّخص بمظهر الضّعف أمام الآخرين حتّى لو كان أقرب شخص له يشاركه الحياة بجلوها ومرّها ألا وهو الزوج أو الزّوجة، ممّا يشعر الشّخص بعدم وجود المساندة والدّفء العاطفي بجانب الشّريك، فيلجأ إلى التّرفيه عن نفسه بالانغماس في عالم الإنترنت الذي يوفر له الراحة النّفسيّة والثّقة بالنّفس بعيدا عن الانتقادات التي يمكن أن توجّه له من قبل الشّريك، وليعيش في عالم افتراضي مليء بالبهجة، والمساندة العاطفيّة، والنّشوة غير الواقعيّة لكنّها تخفّف عنه متاعب الحياة بطريقة تريحه حسب

تفسيره ورؤيته للأشياء. فشعور الزوجين أو أحدهما بالوحدة النفسية حسب ما جاء في الدراسة الحالية يساهم بشكل أقوى من الإدمان على الإنترنت في خلق الفجوة العاطفية بين الزوجين التي تبدأ في الاتساع شيئاً فشيئاً بسبب عدم وجود المساندة والدعم العاطفي، إضافة إلى تراكم الخلافات والمشاكل غير المحلولة في وقتها نتيجة عدم التواصل الفعال، ونتيجة الانشغالات الخاصة بكل طرف منهما، مما يجعل الزوجان يعيشان حالة من اللامبالاة بمشاعر بعضهما البعض، والبرود العاطفي ومن تمّ الانفصال العاطفي، فيبدأ كل طرف منهما يعيش همومه وانشغالاته وإنجازاته وإخفاقاته دون أن يشاركها مع الطرف الآخر، رغم أنّهما يعيشان تحت سقف واحد، إلا أنّهما يحافظان على استمرار الحياة الزوجية بينهما حفاظاً على مصلحة الأبناء، وعلى أمورهما المادية، وعلى مظهرهما الاجتماعي أمام الأهل والمجتمع الذي يرفض فكرة الطلاق وصفة المطلق. إضافة إلى خاصية مهمة لدى الأسرة الفلسطينية ألا وهي أنّ الحفاظ على كيان الأسرة واستمرارها هو رمز من رموز الصمود أمام الاحتلال وإثبات الوجود على الأرض والتشبث بها.

2.5 التوصيات والمقترحات.

في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، توصي الباحثة بالآتي:

- 1- تقديم دورات تدريبية مجانية للطلبة المتزوجين وللطلبة المقبلين على الزواج في فن التوافق الزوجي والأسري.
- 2- القيام بدراسة تجريبية حول فاعلية برنامج إرشادي لخفض الانفصال العاطفي بين الأزواج.
- 3- القيام بدورات تدريبية لخفض الشعور بالوحدة النفسية وتعزيز الاندماج والتوافق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.
- 4- القيام بدورات تدريبية لخفض الإدمان على الإنترنت لدى الطلبة الجامعيين.

5- القيام بدراسة مقارنة بنفس متغيرات الدراسة الحالية بين طلبة البكالوريوس وطلبة الدراسات العليا.

6- ضرورة دمج مواضيع تعنى بتعزيز العلاقات الزوجية السليمة ضمن المناهج التعليمية لتزويد الشباب

والشابات بالمعرفة والمهارات اللازمة لبناء علاقات قائمة على التفاهم والاحترام المتبادل.

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

المراجع باللّغة العربيّة

-البرادعي، مها (2021). كثافة استخدام الأزواج للمواقع والتطبيقات الاجتماعية وعلاقته بالانفصال العاطفي بينهما. مجلة كلية الآداب، جامعة سوهاج، 1(58)، 475-513.

أميمن، عثمان (2024). مظاهر الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء المتزوجات بمدينة الخمس: دراسة إمبريقية. المجلة العلمية لكلية التربية - مج (3)، ع (1)، يناير 2024: 130-167.

أمين، سهير (1999). فاعلية برنامج إرشادي لتخفيف الوحدة النفسية لدى المسنين المقيمين في دور المسنين. المؤتمر الدولي الثامن بمناسبة إعلان الأمم المتحدة لعام (1999) عاما دوليا للمسنين، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ص 227-534.

بشار، علي (2022). التعلق الوالدي وعلاقته بإدمان الهاتف الذكي والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، 33 (132): 415-474.

بشيش، صبا (2018). إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكنتاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة.

بعلي، مصطفى. (2015). القبول والرفض الوالدي كما يدركه الأبناء وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة المسيلة (أطروحة دكتوراه غير منشورة). كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.

بوعدي، ریحانة وأعمر، مروة (2018). الانفصال العاطفي وعلاقته بالالتزام الديني لدى الطلبة المتزوجين بجامعة محمد بوضیاف بالمسلیة، جامعة بوضیاف بالمسلیة، كلية العلوم الإنسانیة، الجزائر .

جابه، فیروز (2023). فاعلیة الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض الإحساس بالوحدة النفسیة لدى عینة من الأیتام في دار الرعایة الاجتماعیة بمدينة مصراتة، مجلة العلوم الإنسانیة والطبیعیة. 4(2)، 450-474.

جراون، علي والفرحات، باسم (2020). الطلاق العاطفي وعلاقته بالصلابة النفسیة. المجلة الدولیة، 8 (1)، 72-85.

حجازي، مصطفى (2000). الصحة النفسیة، المركز الثقافی العربی، المغرب.

الحقباڤي، مصطفى (2017). العلاقة بین الانفصال العاطفي وإشباع الحاجات النفسیة لدى المتعلمین المتزوجین في محافظة جرش، رسالة ماجستير، جامعة الیرموك، كلية التریبة-الأردن.

-حمدان، وسن (2020). واقع إدمان الإنترنت وعلاقته بجودة الحیاة الزوجیة وإشباع الحاجات النفسیة لدى المتزوجین في محافظة طولكرم. رسالة ماجستير غیر منشورة، جامعة النجاح الوطنیة، فلسطين.

خریسات، شادیة وطشطوش، رامي ونجادات، أحمد (2023). الأمن النفسی والوحدة النفسیة لدى النساء (الأرامل والمطلقات): دراسة مقارنة. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانیة) ، 37(5)، 845.

دسوقي، مجدي (2013). مقياس الشعور بالوحدة النفسیة، كلية التریبة النوعیة، جامعة المنوفیة.

الدسوقي، ولاء (2022). الاتجاه نحو إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوكیدیة لدى السيدات المتزوجات في ضوء بعض المتغیرات. دراسات عربیة في التریبة وعلم النفس، 1(141)، 303-324.

ذنون، نجلاء (2017). تفسير القرآن للطلاق العاطفي (النشوز) ودوره في تنمية ثقافة التعامل مع المشكلات الزوجية، مجلة آداب المستنصرية، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية، العراق، ع (76): 29-45.

الزهراني، بن صالح (2018). الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة الباحة-المملكة العربية السعودية، 2(16): 129-99.

الزهراني، علي (2021). الطلاق العاطفي وعلاقته بكل الضغوط النفسية وفاعلية الذات لدى عينة من الأزواج بمحافظة جدة، جامعة الملك عبد العزيز. مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية-جامعة الفيوم، العدد (13).

السميحيين، فادية (2019). الطلاق العاطفي وعلاقته باستخدام شبكات التواصل الاجتماعي لدى عينة من النساء المتزوجات، مجلة دراسات العلوم التربوية، 42 (2)، 535-550.

الشافعي، إبراهيم (2019). اختبارات إدمان الإنترنت. قسم الصحة النفسية بكلية التربية جامعة طنطا، دار الكتاب الحديث-القاهرة.

شاهين، محمد (2016). إدمان الإنترنت، دار العلوم العربية للنشر والتوزيع، جمهورية مصر العربية، ط (1).

شاهين، محمد. (2014). إدمان الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين، دراسات عربية في التربية وعلم النفس: رابطة التربويين العرب، السعودية، 36(3): 138-162.

شاهين، محمد والديك، إلهام (2023). القدرة التنبؤية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*. 7 (22): 117-135.

شاهين، محمد وعكاشة، حمدي (2021). إدمان الإنترنت وعلاقته بمستوى الطموح والضغط النفسية لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الجنوبية، *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية*، ع 15 ديسمبر 2021، المركز الديمقراطي العربي ألمانيا، برلين.

الشهري، أمل والعشري، ولاء (2020). إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والقلق لدى طالبات الجامعة. *المجلة الأكاديمية*، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، 28 (2): 444-472.

الشواشرة، عمر وعبد الرحمن، هبة (2018). الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 14 (13) 303-313.

الصالح، عبد الرحمن (2013). *دليل الإرشاد الأسري، سيكولوجية المطلق عاطفياً، إعداد نخبة من المختصين والمختصات، مكتبة الملك فهد الوطنية، السعودية.*

صبيح، أزهار وأحمد، أسيل (2018). استخدام المرأة مواقع التواصل الاجتماعي والاشباكات المتحققة منه. دار أمجد للنشر والتوزيع.

الخطوف، لارا (2015). الانفصال العاطفي بين الزوجين وعلاقته بالاكئاب والقلق لدى الأبناء المراهقين. كلية الآداب. الجمهورية العربية السورية.

صلاح، سوسن (2024). التأثير الوسيط للإيمان على الهواتف الذكية في العلاقات بين الشعور بالوحدة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع رام الله والبيرة (رسالة ماجستير غير منشورة).

الصوافي، جوخة والعجمي، قاسم والحضرمي، أحمد (2022). إيمان الإنترنت لدى طلبة جامعة الشرقية خلال مرحلة التعلم عن بعد في ضوء بعض المتغيرات، مجلة التنمية البشرية والتعليم للأبحاث التخصصية، مج (8)، ع (3)، يوليو 2022.

الضمور، سحر وعربيات، أحمد (2024). المقدرة التنبؤية للكدر الزوجي في الطلاق العاطفي لدى المعلمات المتزوجات في محافظة الكرك. المجلة التربوية الأردنية، 9 (2)، 343-368.

عباس، علي (2015). الإرشاد النفسي: الاتجاه المعاصر لإدارة السلوك الإنساني، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

عبد الله، المهديرة وأمل، الحسون (2020). القدرة التنبؤية لدرجة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الصلابة النفسية في الطلاق العاطفي لدى عينة من المتزوجات العاملات في الجامعة الأردنية. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مج (17)، ع (3)، 2021، 375-391.

عبد الوارث، إسلام (2020). النوموفوبيا وعلاقتها بكل من الشعور بالوحدة النفسية والأداء الأكاديمي لدى المرحلة الابتدائية، مجلة كلية التربية جامعة الإسكندرية، 30(3).

عبد الوهاب، صوفي (2021). الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة. مجلة العلوم التربوية والإنسانية، جامعة تلمسان، (7): 151-168.

العبدلي، حسن (2019). بحث الطلاق العاطفي وانعكاسه على تقدير الذات لدى المرأة المتزوجة، مجلة الفنون والآداب وعلوم الإنسانيات والاجتماع، ع (35) - فبراير.

العبدلي، محمد. (2022). مستوى الشعور بالوحدة النفسية والطلاق العاطفي لدى عينة من النساء في ظل جائحة كورونا دراسة مقارنة حسب متغير الإنجاب، بحث ماجستير كلية التربية النوعية - جامعة بنها، مجلة كلية التربية النوعية للدراسات التربوية والنوعية، ع (19) فبراير 2022.

عثمان، حسن (2017). جودة الحياة والشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات شعبة الطفولة مرتفعي ومنخفضي إدمان الهواتف الذكية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج27، ع95، 369-407.

العجمي، قاسم والصوافي، جوخة والحضرمي، أحمد (2022). إدمان الإنترنت لدى طلبة جامعة الشرقية خلال مرحلة التعليم عن بعد في ضوء بعض المتغيرات، مجلة التنمية البشرية والتعليم للأبحاث التخصصية، مج (8)، ع (3)، يوليو 2022.

عزب، حسام الدين (2001). إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (الوجه الآخر لثورة الإنفوميديا)، المؤتمر العلمي السنوي "الطفل والبيئة" معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، 24-25 مارس 2001، ص 279-322.

العساف، أحمد (2021). العلاقة بين الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت لدى الشباب الجامعي: دراسة ميدانية. مجلة العوم الاجتماعية والنفسية، 27(1)، 220-235.

عطية، مي (2021). العنف الإلكتروني والوحدة النفسية كمتغيرات وسيطة بين إدمان الإنترنت والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس المفتوحة.

علي، محمد النوبي (2010). إدمان الإنترنت في عصر العولمة، عمان، دار الصفاء للنشر والتوزيع.

أبو عطية، سهام (2019). الإرشاد الزواجي والأسري مفاهيم ونظريات ومهارات، المملكة الأردنية الهاشمية- عمان، دار الفكر، ط (1).

عوذ، أحمد وملكاوي، فتحي حسن (1992). أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية: عناصر البحث ومناهجه والتحليل الإحصائي. إربد: مكتبة الكتابي.

-العيسى، تغريد (2022). القدرة التنبؤية لإدمان الإنترنت وبعض المتغيرات الديموغرافية بالانفصال العاطفي لدى المعلمين المتزوجين. رسالة ماجستير- جامعة اليرموك، كلية الآداب.

<http://demo.mandumah.com/Record/1361552>

غليون، بشرى وأبو عطية، أحمد ودرويش، سهام (2022). الضغوط المهنية وعلاقتها بالطلاق العاطفي لدى المعلمات المتزوجات في بئر السبع (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة عمان العربية.

فراج، تامر والرمادي، أبو بكر ورائيا، شعبان (2020). الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان الإنترنت لطلاب الجامعة. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 12 (14)، 405-428.

قشقوش، إبراهيم (1983). خبرة الإحساس بالوحدة النفسية، حولىة كلية التربية، س (2)، ع (2)، 187-218.

قشقوش، إبراهيم (1988). مقياس الوحدة النفسية لطلاب الجامعات. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

الكايد، نسبية والشرعة، حسين. (2021). مساهمة أنماط التّواصل الزوجي والتعلق غير الآمن بأسرة المنشأ في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى الزوجات المراجعات للمحاكم الشرعية في الأردن. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، مج12، ع36 (2021)، 164-177.

كيري، هادي ومذكور، صفية (2021). التشوهات المعرفية وعلاقتها بإدمان الإنترنت في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. مجلة الإرشاد النفسي، ع (65)، ج (1)، 92-147.

كفافي، علاء الدين (2012). الإرشاد والعلاج النفسي الأسري المنظور النسقي الاتصالي. القاهرة: دار الفكر العربي.

كمبرلي، يونج (2014). إدمان الإنترنت المفهوم- النظرية- العلاج، ترجمة هلال، أحمد وأبوحمزة، عيد، القاهرة، دار الكتاب.

مبارك، عناد ونزال، وفاء. (2015). الطلاق العاطفي لدى شرائح اجتماعية مختلفة في المجتمع العراقي. مجلة الفاتح، مج11، ع (63)، 88-116.

محتالي، خولة (2019). الإدمان على الفيسبوك وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج بمدينة أم البواقي. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النيلين، السودان.

مرسي، منى (2019). إسهام التنظيم الانفعالي والتوجيه الزوجي نحو الحياة في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى عينة من السيدات المتزوجات: دراسة ارتباطية تنبؤية. المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، (34)، 362-

المصري، محمد (2011). البنية العاملية لمكونات مقياس الوحدة النفسية لدى عينة جامعية، مجلة العلوم التربوية، 19(4)، 31-50.

المصري، وليد (2006). الأسرة العربية وهوس الإنترنت. مجلة العربي، (575) 1636-1688.

النعاس، عمر، وأبو مزيريق، بشير، والطالب، سالمة (2024). الوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة مصراته، المجلة العلمية لكلية التربية. مج (3)، ع (1)-98-129.

هادي، أنوار (2012). أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة المستنصرية، بغداد، العراق.

ابن هملة، نسيمة (2012). الطلاق والرابطة الاجتماعية في الوسط الحضري: المرأة المطلقة في مدينة وهران نموذجاً (رسالة ماجستير غير منشورة)، علم الاجتماع، جامعة وهران، الجزائر.

المراجع بالإنجليزية

Akin, A. (2012). The relationships between Internet addiction, subjective vitality, and subjective happiness. *Cyberpsychology, Behavior, and social Networking*, 15(8), 404-410.

Alkhaldeh, M., & Alqatawneh, Y. (2022). **Emotional Divorce and its Relationship with Psychological Stress among Married Nurses Working at Jordan University Hospital**. *Dirasat: Educational Science*, 49(4), 335-347. Retrieved from <https://doi.org/12.35516/edu.v49i4.33-44>

Alkhouri, D. (2021). **Pandemic's mental health burden heaviest among young adults**, <https://abcnews.go.com/Health/pandemics-mental-health-burden-heaviest-young-adults/story?id=75811308>

Arnold, V.C (2004). **When seniors drink, Alcoholism and the Elderly**. 'National Association of Alcoholism and Drug Abuse counselors'.

Bard, M. (2003): **Computer in human behavior**, vol. 24, issues, 2 pp 468-474.

Ben Amara, S. (2017). Family problems resulting from social networking websites addiction by married couples. *Algerian Scientific Journal Platform*, 17(1), 79-96.

Benoit, F. (2004). Cynthia Duguay : utilisation d'internet par les adolescents et Phénomène de cyberdépendance ,*Revue québécoise de psychologie*, N25.

Bhagchandani, R. K. (2017). Effect of loneliness on the psychological well-being of college students. *International Journal of Social Science and Humanity*, 7(1), 60-64.

Bhardwaj, M. & Ashok, M. (2015). Mobile phone Addiction and Loneliness Among Teenagers. *The International Journal of Indian Psychology*, 2 (3): 27-34.

<blob:https://web.whatsapp.com/7a16080e-e1df-46e9-8a1a-0d0234646bfe>

Boston-Leary, K. Alexander, G. & Davis, S. (2024). Leveraging Maslow's Hierarchy of Needs to Build Nursing's More Inclusive Future. *Nursing Administration Quarterly*, 48(1): 55-64.

Buser, T. J., Pertuit, T. L., & Muller, D. L. (2019). Nonsuicidal Self-Injury, Stress, and Self-Differentiation. *Adultspan Journal*, 18(1), 4-16. <https://doi.org/10.1002/adsp.12065>

Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). **Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college students` CASE.** *Computers & Education*, 35(1), 65-80.

Chun, J. (2016). Effects of psychological problems, emotional deregulation, and self-esteem on problematic internet use among Korean adolescents. **Children and Youth Services Review**, 68, 187-192.

Demir, Y. & Kutlu, M. (2016). Very happy people. **Psychological science**, 13(1): 81-84.

Du, H., Li, X., Chi, P., Zhao, S., & Zhao, J. (2019). Loneliness and self-esteem in children and adolescents affected by parental HIV: A 3-Year Longitudinal Study. **Applied Psychology: Health and Well-Being**, 11(1), 3-19.

Finzi-Dottan, R. (2023). The Role of Fear of Intimacy as Mediator between Self-Differentiation and Marital Relationship Satisfaction: A Dyadic Model. **The Family Journal**,31(3), 392-398. <https://doi.org/10.1177/10664807231163254>

Garcia, E.(2011.) **A tutorial on correlation coefficients**, information- retrieval-18/7/2018.<https://pdfs.semanticscholar.org/c3e1/095209d3f72ff66e07b8f3b152fab099edea.pdf>.

Gazo, A., Mahasneh, A., Abood, M. & Muhediat, F. (2020). Social Self-Efficacy and relationship to loneliness and Internet Addiction among Hashemite University Students. **International Journal of Higher Education**, 9 (2), 144-155.

Gilan, Hanadi (2021). Perceived social support and its relationship to internet addiction in adolescents. **International Journal of Research and Studies Publishing**, 2(19), 65-114.

Gottman, J. (1999). **The seven principles for making marriage work.** New York: Three River PRESS.

Hedayatimoghadam, S., & Bakhshipour, A. (2022). The Effectiveness of Emotional Schema Therapy on Emotional Divorce and Emotional Maturity of Couples Seeking Divorce in City Babol. **Journal of Excellence in counseling and psychotherapy**,11(42), 36-44. https://journal-counselling.islamshahr.iau.ir/article_692042_b0d33dbfe78a53ba0fa6d6d474a2f9ed.pdf.

<https://doi.org/10.18488/journal.61.2020.81.72.85>

international journal of women Health and Reproduction sciences, available

Jaisly, R., Maggu, G., Srivastava, M., Chaudhury, S., & Saldanha, D. (2023). Internet addiction and its effects on psychological wellbieng: A community-based study. **Industrial Psychiatry Journal**, 32(1), 61-22. <http://dx.doi.org/10.4103/ipj.ipj>

Jarwan, A. & Al-frehat, B. (2020). **Emotional Divorce and its Relationship with Psychological Hardiness DOI.**

Jennifer, R. and Ferres, D. (1999): **Internet addiction disorder, Causes symptom and con sequences**, New York: time.

Keser, H., Esge, N., Kocadag, T & Bulu, S. (2013). Validity and Reliability Study of the internet Addiction Test. **Mevlana International Journal of Education**. 3(4), pp: 207-222.

Kesici, A., & Tunc, N. F. (2018). Investigating the digital addiction level of the university students according to their purposes for using digital tools. **Universal Journal of Educational Research**, 6(2), 245-241.

Kim, J., Larose, R., & Peng, W .(2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic internet use: The relationship between internet use and psychological well-being. **Cyberpsychology& Behavior**, 12, 541-455. <http://dx.doi.org/10.1089/cpb.2008.0327>.

Kong, F., & You, X. (2013). Loneliness and self-esteem as mediators between social support and life satisfaction in late adolescence. **Social Indicators Research**, 110(1), 271-279.

Lay-Yee, R., Milne, B., Clair, V., Broad, J., Wilkinson, T., Connolly, M., Teh, R., Hayman, K., Muru-Lanning, M. & Kerse, N. (2022). Prevalence of Loneliness and Its Association with General and Health-Related Measures of Subjective Well-Being in a Longitudinal Bicultural Cohort of Older Adults in Advanced Age Living in New Zealand: LiLACS NZ. **The Journals of Gerontology: Series B**, 77(10), 1904-1915. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbac087>

Maabreh, S., & AL-Kousheh, F. (2020), The Effectiveness of a Counseling Program Based on the Model of Virginia Satir in Improving Quality of Life and Reducing Negative Communication Patterns among a Sample of Wives in Irbid Governorate. **Research on Humanities and Social Science**, 10(12), 84-96.

Marzilli, E., Cerniglia, L., Ballarotto, G., & Cimino, S. (2020). Internet addiction among young adult university students: The complex interplay between family functioning, impulsivity, depression, and anxiety. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 17(21), 8231. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218231>.

Mitchell, P. (2000): Internet addiction: genuine diagnosis or not? **Lancet**, 355 (9604), 632.

Mojaz, Z., Paydar, M. & Ebrahimi, M. (2015). The relationship between the internet addiction and the use of Facebook with marital satisfaction and emotional divorce among married university students. **Indian journal of Fundamental and Applied Lief Sciences**, 5(s3), 709-717.

Narimani, M. , Rahimi, S. & Sedaghat, M. (2021). Predicting emotional divorce of couples based on family communication patterns and motivational structure. *Iranian Journal of Family Psychology*, 5(2), 27-38. doi: 10.22034/ijfp.2021.245543.

Negah, Shahla, Ostover. (2016): Internet addiction and its psychosocial risks (Depression Anxiety stress and loneliness) among Iranian Adolescents and young adults structural Equation Model in a cross – sectional study. **International journal of mental Health and addictions**, June volume14, p245-268.

Parvaz, Y, Bakhtiari, M., Masjedi Arani, A. , & Asle Zaker, M. . (2020). Predicting emotional divorce based on metacognitive beliefs and psychological flexibility . **Researcher Bulletin of Medical Sciences**, 24(1), e14. Retrieved from <https://vclass.sbm.u.ac.ir/index.php/rbms/article/view/32248>

Rajaei, A., Daneshpour, N. & Robertson, J. (2019). The Effectiveness of Couples Therapy Based on The Gottman Method Among Iranian Couples With Conflicts: A Quasi-Experimental Study. **Journal of Couple & Relationship Therapy**, 1(1), 1-19.

Saliceti, F. (2015). Internet Addiction Disorder (IAD). **Social and Behavioral Sciences**. 191: 1372-1376.

Shahebiagh, M. Khorshidi, Z. Barzanjeh, Sh. Jafarabadi, M. Rad, A (2018). The rate of emotional divorce and predictive factors in nursing, staff in north of Iran. **International Journal of Women Health and Reproduction Sciences**, available online at: (www.researchgate.net).

Swan, T. (2018). **The Anatomy of Loneliness**. London: How To Find Your Way Back To Connection. Watkins Media,

Tsai, H; Cheng, S; Yeh,T; et al (2001). The risk factors of internet addiction- a survey of university freshmen, **Psychiatry Research**, 167, 294-299.

Vang, C. (2019). **Loneliness Experiences of Hmong Older Adults: A Constructivist Grounded Theory Study**. (Ph.D. Thesis), ProQuest Dissertation and Thesis, Arizona State University.

Weiss. R. S. (1973). **Loneliness: The experience of emotional and social isolation**, Cambridge, Mass: Mit press. P. 35.

Werner, A. M., Tibubos, A. N., Mulder, L. M., Reichel, J. L., Schafer, M., Heller, S., ...& Beutel, M. E. (2021). The impact of lockdown stress and loneliness during the COVID-19 Pandemic on **Mental Health Among University Students in Germany**. PsyArXiv:1-31.

Wilson, S; & Waddoups, S. (2002). Good marriages gone bad: Health mismatches as a cause of later-life marital dissolution. **Population Research and Policy Review**, 21(6), 505-533.

Wongpakaran, N., Wongpakaran, T., Pinyopornpanish, M., Simcharoen, S., & Kuntawong, P. (2021). Relationship Between Loneliness and Internet Addiction: Testing of Serial Mediation Models of Interpersonal Problems and Motivation for Internet Use. **Research Square**, 1-11.

Xia, X. (2023). Internet addiction among college students in China and its underlying causes. **Science Insights Education Frontiers**, 16(1):2457-2473.

Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W., & Hong, Z. (2018). Online activities, prevalence of Internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. **Addictive Behaviors Reports**, 7, 14-18.

Ye, Y., & Lin, L. (2015). Examining relations between locus of control, loneliness, subjective well-being, and preference for online social interaction. **Psychological Reports**, 116(1), 164-175.

Yoo, Y. s., Cho, O. -H., & Cha, K,-S. (2014). Associations between overuse of the internet and mental health in adolescent. **Nursing & Health Sciences**, 16(2), 193-200.

Young, K. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. **Journal of Contemporary Psychotherapy**, 39,241-246.

Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the internet: a case that breaks the stereotype. **Psychological reports**, 79(3), 899-902.

Young, J. E. (1979): Loneliness among college students: A Cognitive Approach. *Disser. Abst. Inter*, 40 (3) B, P 1392.

Zahra, F., Baqer, S., & SumaEh, H. (2020). A Sociological Study of the Relationship between Addiction to Virtual Social Networks and Emotional Divorce in Tehran Families. **THE WOMEN AND FAMILY CULTURAL EDUCATION** 15 (51001050), 117-150, 2020.

Zhang, S., Tian, Y., & Sui, Y. (2018). Relationships between social support, loneliness, and internet addiction in Chinese postsecondary students: A longitudinal cross-lagged analysis. **Frontiers in Psychology**. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>.

الملاحق

الملحق (أ)

قائمة بأسماء المحكمين

الرقم	الاسم	الرتبة العلمية	التخصص	الجامعة
1	محمد شاهين	أستاذ دكتور	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
2	معتصم مصلح	أستاذ دكتور	التدريس مناهج وطرق	جامعة القدس المفتوحة
3	كمال سلامة	أستاذ دكتور	قياس وتقويم	جامعة القدس المفتوحة
4	منى بلبيسي	أستاذة دكتورة	قياس وتقويم	جامعة القدس المفتوحة
5	آلاء حمودة	دكتورة	إرشاد نفسي وتربوي	وزارة التربية والتعليم
6	محمد العوري	أستاذ مساعد	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة بيرزيت
7	جمال مرشود	أستاذ دكتور	إرشاد نفسي وتربوي	الكلية الجامعية للعلوم التربوية التابعة لوكالة الغوث (UNRWA)
8	يحيى الصرفندي	أستاذ دكتور	إرشاد نفسي وتربوي	الكلية الجامعية للعلوم التربوية التابعة لوكالة الغوث (UNRWA)
9	جولتان حجازي	أستاذة دكتورة	علم نفس	جامعة فلسطين التقنية/ خضوري

الملحق (ب)



مقاييس الدراسة في صورتها الأولية قبل التحكيم

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

بسم الله الرحمن الرحيم

عناية أ. د. ... حفظه الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

الموضوع: تحكيم أدوات الدراسة

تحية طيبة وبعد،

يسعدني أن أضع بين أيديكم هذه الاستبانة التي تتكوّن من ثلاثة مقاييس، والتي تشكّل أداة قياس لدراسة ميدانية في صورتها الأولية استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي وهي بعنوان: "التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين بجامعة القدس المفتوحة"، وحيث إنكم من المختصين في هذا المجال، ومن المهتمين بالبحث العلمي، فإنّ تقّتي بكم تدفعني لوضع هذه الاستبانة بين أيديكم لإبداء رأيكم في فقراتها للتأكد من دقّة صياغتها ووضوحها وسهولة الإجابة عليها ومدى ترابطها وملاءمتها لموضوع الدراسة، راجية تزويدي بملاحظاتكم. وللإشارة فإنّ الاستبانة الخاصة بهذه الدراسة تتكون من ثلاثة مقاييس وهي: مقياس الانفصال العاطفي، مقياس

الوحدة النَّفسية، ومقياس إدمان الإنترنت والتي سيتم الإجابة عن كل فقرة فيها وفق سلم إجابات خماسي (دائمًا =

5، وغالبًا = 4، وأحيانًا = 3، ونادرًا = 2، وأبداً = 1)

وتفضلوا بقبول فائق التقدير والاحترام.

الباحثة: بوشرى أسينا.

تحت إشراف: أ. د. حمدي أبو جراد.

المحور الأول: مقياس الانفصال العاطفي.

الرقم	الفقرة	مناسب	غير مناسب	ينتمي	لا ينتمي	ملاحظات
المجال الاجتماعي:						
1	أتضايق عند الخروج مع زوجي/ زوجتي في المناسبات الاجتماعية.					
2	قلة الدّخل المادّي يؤثّر سلبيًا في علاقتي العاطفيّة بزوجي/ بزوجتي.					
3	يكثّر زوجي/ زوجتي من لومي إذا أسأت التصرف بالمال.					
4	علاقة زوجي/ زوجتي بأهلي سيئة.					
5	أوفّر نقودًا بدون علم زوجي/ زوجتي.					
6	أتناسى عائلتي عندما أغانر البيت لأيام عدة.					
7	عندما يأتي أهلي لزيارتنا لا يبادر زوجي / زوجتي باستقبالهم.					
8	أنا مرغم/ة على استمرار العلاقة الزوجية من أجل أطفالي فقط.					

					يظهر زوجي / زوجتي جوانب شخصيتي السلبية أمام الآخرين.	9
					يقارنني زوجي / زوجتي بالآخرين ويشعروني / تشعروني بالدونية مقارنة بهم.	10
					ثقتي بزوجي / بزوجتي محدودة أثناء تواجده / تواجدها مع آخرين / أخريات.	11
المجال النفسي						
					عندما أغضب أقوم بتحقير زوجي / زوجتي.	12
					عندما أشعر بالقلق والتوتر فإن زوجي / زوجتي لا يهتم / تهتم لأمرى.	13
					زوجي / زوجتي غير مبالٍ / مبالية بي في أغلب المواقف.	14
					في أيام الفراغ والعطل أجلس في غرفة منفردة بعيداً عن زوجي / زوجتي.	15
					تسير الأيام والشهور والسنين بملل مع زوجي / زوجتي.	16
					عندما نواجه مشكلة ما فإننا لا نحاول حلها سويًا.	17
					تراودني فكرة الطلاق من زوجي / زوجتي.	18
					لا يشاركني زوجي / زوجتي همومي في العمل.	19
					أتجاهل أخبار زوجي / زوجتي وأنا في العمل.	20

					أتردد في مشاركة زوجي / زوجتي في هموم العمل سلبيًا (مشاكل العمل) أو إيجابيًا (التّرقّيات أو المكافآت).	21
					لا أتحدّث لزوجي / لزوجتي عمّا يحدث لي مع زملائي في العمل.	22
					عند العودة من العمل لا نهتمّ أنا وزوجي / وزوجتي لبعضنا البعض.	23
					لا يتعاطف زوجي / زوجتي معي عندما أتعرض للضّغوط.	24
المجال العاطفي:						
					زوجي / زوجتي يصلح أن يكون أبًا / أمًا وليس زوجًا / زوجة.	25
					مشاعري باردة اتّجاه زوجي / زوجتي.	26
					أنا وزوجي / زوجتي لا نتبادل التّهانئ في المناسبات.	27
					يتجاهلني زوجي / زوجتي بعد إنجاز عمل جيّد كلّفني الجهد الكثير.	28
					حياتي الزّوجية تعيسة.	29
					أضجر عندما أسمع زوجي / زوجتي يتكلم / تتكلم.	30
					أنا غير راض / راضية عن زواجي.	31
					زوجي / زوجتي غير قادر / قادرة على إسعادي.	32
					العلاقة بيني وبين زوجي / زوجتي آيله للفراق.	33
					علاقتنا الجنسيّة شبه معدومة.	34

					أتضايق عند اقتراب زوجي / زوجتي منّي.	35
					زوجي / زوجتي لا يغار / لا تغار عليّ كما يجب.	36
					أشعر بخيبة أمل في زوجي / زوجتي.	37

المحور الثاني: مقياس الوحدة النفسية:

ملاحظات	لا ينتمي	ينتمي	غير مناسب	مناسب	الفقرة	الرقم
					أنا منسجم مع من حولي من الناس.	1
					أحتاج إلى الأصدقاء.	2
					لا يوجد من ألبأ إليه من الناس.	3
					يغلب عليّ الشعور بالوحدة.	4
					أعتبر نفسي جزءاً من مجموعة الأصدقاء.	5
					أشارك في كثير من الأشياء مع الناس المحيطين بي.	6
					لم أعد قريباً من أي شخص.	7
					اهتماماتي وأفكاري لا يشاركني فيها أحد.	8
					أشعر بالودّ والمحبة من الآخرين.	9
					أنا قريب من الناس.	10
					أنا مهمل ومنبوذ.	11
					علاقاتي مع الآخرين بلا قيمة.	12

				أشعر بعدم وجود شخص يفهمني جيداً.	13
				أنا منعزل عن الآخرين.	14
				من الصعب العثور على الأصدقاء عندما أحتاج إليهم.	15
				أشعر بأنه يوجد أناس يفهموني جيداً.	16
				أشعر بالخجل.	17
				أشعر بأن الناس الذين حولي ليسوا معي.	18
				أشعر بأن هناك مَنْ أستطيع أن أتحدث معه.	19
				أشعر بأن هناك مَنْ يُمكنني اللجوء إليه عندما أحتاج.	20
				لا يشاركني زوجي / زوجتي همومي في العمل.	19
				أتجاهل أخبار زوجي / زوجتي وأنا في العمل.	20
				أتردد في مشاركة زوجي / زوجتي في هموم العمل سلبيًا (مشاكل العمل) أو إيجابيًا (التّرقّيات أو المكافآت).	21
				لا أتحدّث لزوجي / لزوجتي عمّا يحدث لي مع زملائي في العمل.	22
				عند العودة من العمل لا نهتمّ أنا وزوجي / وزوجتي لبعضنا البعض.	23

					لا يتعاطف زوجي / زوجتي معي عندما أتعرض للضغوط.	24
المجال العاطفي						
					زوجي / زوجتي يصلح أن يكون أبًا / أمًا وليس زوجًا / زوجة.	25
					مشاعري باردة اتجاه زوجي / زوجتي.	26
					أنا وزوجي / زوجتي لا نتبادل التّهاني في المناسبات.	27
					يتجاهلني زوجي / زوجتي بعد إنجاز عمل جيد كلفني الجهد الكثير.	28
					حياتي الزوجية تعيسة.	29
					أضجر عندما أسمع زوجي / زوجتي يتكلم / تتكلم.	30
					أنا غير راض / راضية عن زواجي.	31
					زوجي / زوجتي غير قادر / قادرة على إسعادي.	32
					العلاقة بيني وبين زوجي / زوجتي آيلة للفراق.	33
					علاقتنا الجنسية شبه معدومة.	34
					أتضايق عند اقتراب زوجي / زوجتي مني.	35
					زوجي / زوجتي لا يغار / لا تغار عليّ كما يجب.	36

					أشعر بخيبة أمل في زوجي / زوجتي.	37
--	--	--	--	--	------------------------------------	----

البعد الأول: بعد الوحدة النفسية الاجتماعية ويتكون من (10 فقرات: (1، 2، 5، 6، 11، 12، 14، 15، 19، 20) .

البعد الثاني: الوحدة النفسية العاطفية ويتكون من (10 فقرات: (4، 3، 7، 8، 9، 10، 13، 16، 17، 18) . .

المحور الثالث: مقياس إدمان الإنترنت:

م	الفقرة	مناسب	غير مناسب	ينتمي	لا ينتمي	ملاحظات
1	أستخدم الإنترنت لفترة أطول مما كنت أريد.					
2	أهمل واجباتي المنزلية؛ لأقضي فترات أطول لاستخدام الإنترنت.					
3	أفضل الاستمتاع باستخدام الإنترنت عن الاستمتاع مع أقاربي.					
4	أفضل تكوين علاقات وصدقات باستخدام الإنترنت.					
5	يشتكى المحيطون بي من الوقت الطويل الذي أقضيه باستخدام الإنترنت.					
6	تتأثر نتائجي في الجامعة؛ بسبب جلوسي الطويل على الإنترنت.					

					أَتفحص موقعي على التّواصل الاجتماعي قبل القيام بأيّ شيء آخر يوميّاً.	7
					أدافع عن نفسي إذا سألني أحد: ماذا أفعل في استخدامي للإنترنت؟	8
					أتجاهل متاعب الحياة اليومية؛ من أجل الاستمتاع باستخدام الإنترنت.	9
					أجد نفسي متلهفاً لاستخدام الإنترنت.	10
					أغضب بسبب مضايقة أحدهم لي عندما أكون مشغولاً باستخدام الإنترنت.	11
					أخشى الحياة بدون استخدام الإنترنت.	12
					أتأخّر عن الخلود للنوم؛ بسبب استخدامي الإنترنت لوقت متأخّر من الليل.	13
					أشعر بأنّ تفكيري مشغول بالإنترنت خارج أوقات استخدامي له.	14
					أحاول التقليل من الوقت الذي أمضيه في استخدام الإنترنت، وأفضل بذلك.	15
					أحاول إخفاء كم من الوقت الذي أمضيه في استخدام الإنترنت.	16

					يتلاشى الضيق عند استخدامي للإنترنت.	17
					يتأثر إنتاجي بسبب استخدامي للإنترنت.	18
					أفضل إمضاء وقتي في استخدام الإنترنت عن القيام بالأعمال الأخرى.	19
					أقول لنفسي دقائق قليلة أخرى في استخدام الإنترنت لكنني استمر لوقت أكبر.	20

البعد الأول: بعد التحمل والصراع ويتكون من (9 فقرات: (1،7،8، 10، 11، 12، 15، 17، 20).

البعد الثاني: بعد المشاكل الناتجة ويتكون من (11 فقرة: (2،3،4، 5، 6، 9، 13، 14، 16، 18، 19).

الملحق (ت) المقاييس في صورتها النهائية بعد التحكيم



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

بسم الله الرحمن الرحيم السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، وبعد...

أخي الطالب/ أختي الطالبة

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان :

"التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية والإدمان على الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات

العليا - درجة الماجستير - المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة"، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على

درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا - جامعة القدس المفتوحة؛ وقد وقع عليك

الاختيار لتكون ضمن عينة الدراسة. لذا، أرجو منك التعاون في تعبئة هذه الاستبانة بما يتوافق مع وجهة نظرك،

علماً بأن بيانات الدراسة هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيراعى الحفاظ على سرّيتها، ولا يطلب منك كتابة

اسمك أو ما يشير إليك، شاكرين لك حسن تعاونك .

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحثة: بوشرى أسينا

إشراف: أ. د. حمدي أبو جراد

الجزء الأول: مقياس الانفصال العاطفي

الرقم	الفقرة	مناسب	غير مناسب	ينتمي	لا ينتمي	ملاحظات
المجال الاجتماعي						
1	أتضايق عند الخروج مع زوجي/ زوجتي في المناسبات الاجتماعية.					
2	قلة الدخل المادي يؤثر سلباً في علاقتي العاطفية بزوجي/ بزوجتي.					
3	يكثر زوجي/ زوجتي من لومي إذا أسأت التصرف بالمال.					
4	علاقة زوجي/ زوجتي بأهلي سيئة.					
5	أوفر نقوداً بدون علم زوجي/ زوجتي.					
6	أتناسى عائلتي عندما أغادر البيت لأيام عدة.					
7	أنا مرغم/ة على استمرار العلاقة الزوجية من أجل أطفالي فقط.					
8	يظهر زوجي/ زوجتي جوانب شخصيتي السلبية أمام الآخرين.					
9	يشعرني/ تشعرني زوجي/ زوجتي بالدونية مقارنة بالآخرين.					
10	ثقتي بزوجي/ بزوجتي محدودة أثناء تواجده/ تواجدها مع آخرين/ أخريات.					
المجال النفسي:						

					عندما أغضب أوجه كلمات جارحة لزوجي / زوجتي .	11
					عندما أشعر بالقلق والتوتر فإن زوجي / زوجتي لا يهتمّ / تهتمّ لأمرى .	12
					زوجي / زوجتي غير مبالٍ / مبالية بي في أغلب المواقف .	13
					أجلس في غرفة منفردة بعيداً عن زوجي / زوجتي في أيام الفراغ والعطل .	14
					تسير الأيام والشهور والسنين بملل مع زوجي / زوجتي .	15
					عندما نواجه مشكلة ما فإننا لا نحاول حلّها سوياً .	16
					تراودني فكرة الانفصال عن زوجي / زوجتي .	17
					أتجاهل أخبار زوجي / زوجتي وأنا في العمل .	18
					أتردد في مشاركة زوجي / زوجتي في هموم العمل سلبيًا (مشكلات العمل) أو إيجابيًا (التّرقّيات أو المكافآت) .	19
					عند العودة من العمل لا نهتمّ أنا وزوجي / وزوجتي لبعضنا البعض .	20
					يتجاهل / تتجاهل زوجي / زوجتي الضّغوط التي أتعرض لها أحياناً .	21
المجال العاطفي:						

					22 زوجي/ زوجتي يصلح أن يكون أبًا/ أمًا وليس زوجًا/ زوجة.
					23 مشاعري باردة اتجاه زوجي/ زوجتي.
					24 أنا وزوجي/ زوجتي لا نتبادل التهاني في المناسبات.
					25 يتجاهلني زوجي/ زوجتي بعد إنجاز عمل جيد كلفني الجهد الكثير.
					26 حياتي الزوجية تعيسة.
					27 أشعر بعدم الرغبة في الاستماع عندما يتحدث/تحدث زوجي/ زوجتي .
					28 أنا غير راضٍ/ راضية عن زواجي.
					29 زوجي/ زوجتي غير قادر/ قادرة على إسعادي.
					30 العلاقة بيني وبين زوجي/ زوجتي آيله للفراق.
					31 علاقتنا الجنسية شبه معدومة.
					32 أتضايق عند اقتراب زوجي/ زوجتي مني.
					33 زوجي/ زوجتي لا يغار/ لا تغار علي كما يجب.
					34 أشعر بخيبة أمل في زواجي.

الجزء الثاني: الوحدة النفسية

الرقم	الفقرة	مناسب	غير مناسب	ينتمي	لا ينتمي	ملاحظات
1	أنا منسجم مع من حولي من الناس .					
2	أحتاج إلى الأصدقاء .					
3	أشعر بأنه لا يوجد من ألبأ إليه من الناس .					
4	يغلب عليّ الشعور بالوحدة .					
5	أعتبر نفسي جزءاً من مجموعة الأصدقاء .					
6	أشارك في كثير من الأشياء مع الناس المحيطين بي .					
7	لم أعد قريباً من أيّ شخص .					
8	اهتماماتي وأفكاري لا يشاركني فيها أحد .					
9	أشعر بالودّ والمحبة من الآخرين .					
10	أنا قريب من الناس .					
11	أنا مهمل من الآخرين من حولي .					
12	علاقاتي مع الآخرين بلا قيمة .					
13	أشعر بعدم وجود شخص يفهمني جيّداً .					
14	أنا منعزل عن الآخرين					
15	من الصعب العثور على الأصدقاء عندما أحتاج إليهم .					

الجزء الثالث: مقياس إدمان الإنترنت:

الرقم	الفقرة	مناسب	غير مناسب	ينتمي	لا ينتمي	ملاحظات
1	أستخدم الإنترنت لفترة أطول مما كنت أريد:					
2	أهمل واجباتي المنزلية؛ لأقضي فترات أطول لاستخدام الإنترنت:					
3	أفضل الاستمتاع باستخدام الإنترنت عن الاستمتاع مع أسرتي:					
4	أفضل تكوين علاقات وصدقات باستخدام الإنترنت.					
5	يشتكى المحيطون بي من الوقت الطويل الذي أقضيه باستخدام الإنترنت.					
6	تتأثر نتائجي في الجامعة؛ بسبب جلوسي الطويل على الإنترنت.					
7	أنفحص موقعي على التّواصل الاجتماعي قبل القيام بأيّ شيء آخر يوميًا.					
8	أتجاهل متاعب الحياة اليوميّة؛ من أجل الاستمتاع باستخدام الإنترنت.					
9	أجد نفسي مثلهفًا لاستخدام الإنترنت.					
10	أغضب بسبب مضايقة أحدهم لي عندما أكون مشغولًا باستخدام الإنترنت.					
11	أخشى الحياة بدون استخدام الإنترنت.					

					12	أُتأخّر عن الخلود للنّوم؛ بسبب استخدامي الإنترنت لوقت متأخّر من اللّيل.
					13	أشعر بأنّ تفكيري مشغول بالإنترنت خارج أوقات استخدامي له.
					14	أحاول التّقليل من الوقت الذي أمضيه في استخدام الإنترنت، وأفضل بذلك.
					15	أحاول إخفاء كم من الوقت الذي أمضيه في استخدام الإنترنت.
					16	يتلاشى الضّيق عند استخدامي للإنترنت.
					17	يتأثر إنتاجي بسبب استخدامي للإنترنت.
					18	أفضّل إمضاء وقتي في استخدام الإنترنت عن القيام بالأعمال الأخرى.
					19	أقول لِنفسي دقائق قليلة أخرى في استخدام الإنترنت لكنّي استمرّ لوقت أكبر.

الملحق (ث)

أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، وبعد...

أخي الطالب / أختي الطالبة

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان :
"التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية والإدمان على الإنترنت لدى عينة من طلبة الدراسات
العليا - درجة الماجستير - المتزوجين في جامعة القدس المفتوحة"، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على
درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا - جامعة القدس المفتوحة؛ وقد وقع عليك
الاختيار لتكون ضمن عينة الدراسة. لذا، أرجو منك التعاون في تعبئة هذه الاستبانة بما يتوافق مع وجهة نظرك،
علماً بأن بيانات الدراسة هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيراعى الحفاظ على سرّيتها، ولا يطلب منك كتابة
اسمك أو ما يشير إليك، شاكرين لك حسن تعاونك .

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحثة: بوشرى أسينا

إشراف: أ. د. حمدي أبو جراد

الجزء الأول: مقياس الانفصال العاطفي:

الرقم	الفقرة	مناسب	غير مناسب	ينتمي	لا ينتمي	ملاحظات
المجال الاجتماعي:						
1	أتضايق عند الخروج مع زوجي/ زوجتي في المناسبات الاجتماعية.					
2	قلة الدخل المادي يؤثر سلباً في علاقتي العاطفية بزوجي/ بزوجتي.					
3	يكثُر زوجي/ زوجتي من لومي إذا أسأت التصرف بالمال.					
4	علاقة زوجي/ زوجتي بأهلي سيئة.					
5	أوفر نقوداً بدون علم زوجي/ زوجتي.					
6	أتناسى عائلتي عندما أغادر البيت لأيام عدة.					
7	أنا مرغم/ة على استمرار العلاقة الزوجية من أجل أطفالي فقط.					
8	يظهر زوجي/ زوجتي جوانب شخصيتي السلبية أمام الآخرين.					
9	يشعُرني/ تشعُرني زوجي/ زوجتي بالدونية مقارنة بالآخرين.					
10	ثقتي بزوجي/ بزوجتي محدودة أثناء تواجده/ تواجدها مع آخرين/ أخريات.					

المجال النفسي:

					11	عندما أغضب أوجه كلمات جارحة لزوجي/ زوجتي.
					12	عندما أشعر بالقلق والتوتر فإن زوجي/ زوجتي لا يهتم/ تهتم لأمرى.
					13	زوجي/ زوجتي غير مبالٍ/ مبالية بي في أغلب المواقف.
					14	أجلس في غرفة منفردة بعيدًا عن زوجي/ زوجتي في أيام الفراغ والعطل.
					15	تسير الأيام والشهور والسنين بمل مع زوجي/ زوجتي.
					16	عندما نواجه مشكلة ما فإننا لا نحاول حلها سويًا.
					17	تراودني فكرة الانفصال عن زوجي/ زوجتي.
					18	أتجاهل أخبار زوجي/ زوجتي وأنا في العمل.
					19	أتردد في مشاركة زوجي/ زوجتي في هموم العمل سلبيًا (مشكلات العمل) أو إيجابيًا (الترقّيات أو المكافآت).
					20	عند العودة من العمل لا نهتمّ أنا وزوجي/ وزوجتي لبعضنا البعض.
					21	يتجاهل/ تتجاهل زوجي/ زوجتي الضغوط التي أتعرض لها أحيانًا.

المجال العاطفي:

					زوجي / زوجتي يصلح أن يكون أبًا/ أمًا وليس زوجًا/ زوجة.	22
					مشاعري باردة اتجاه زوجي / زوجتي.	23
					أنا وزوجي / زوجتي لا نتبادل التهاني في المناسبات.	24
					يتجاهلني زوجي / زوجتي بعد إنجاز عمل جيد كلفني الجهد الكثير.	25
					حياتي الزوجية تعيسة.	26
					أشعر بعدم الرغبة في الاستماع عندما يتحدث/تتحدث زوجي / زوجتي.	27
					أنا غير راضي / راضية عن زواجي.	28
					زوجي / زوجتي غير قادر / قادرة على إسعادي.	29
					العلاقة بيني وبين زوجي / زوجتي آيله للفراق.	30
					علاقتنا الجنسية شبه معدومة.	31
					أتضايق عند اقتراب زوجي / زوجتي مني	32
					زوجي / زوجتي لا يغار / لا تغار علي كما يجب.	33
					أشعر بخيبة أمل في زواجي.	34

الجزء الثاني: الوحدة النفسية

الرقم	الفقرة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	أحتاج إلى الأصدقاء.					
2	أشعر بأنه لا يوجد من ألجأ إليه من الناس.					
3	يغلب عليّ الشعور بالوحدة.					
4	لم أعد قريبا من أي شخص.					
5	اهتماماتي وأفكاري لا يشاركني فيها أحد.					
6	أشعر بالودّ والمحبة من الآخرين .					
7	أنا مهمل من الآخرين من حولي.					
8	علاقاتي مع الآخرين بلا قيمة.					
9	أشعر بعدم وجود شخص يفهمني جيّداً.					
10	أنا منعزل عن الآخرين.					
11	من الصعب العثور على الأصدقاء عندما أحتاج إليهم.					

الجزء الثالث: مقياس إدمان الإنترنت:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أستخدم الإنترنت لفترة أطول مما كنت أريد.					
2	أهمل واجباتي المنزلية؛ لأقضي فترات أطول لاستخدام الإنترنت.					
3	أفضل الاستمتاع باستخدام الإنترنت عن الاستمتاع مع أسرتي.					
4	أفضل تكوين علاقات وصدقات باستخدام الإنترنت.					
5	يشتكى المحيطون بي من الوقت الطويل الذي أقضيه باستخدام الإنترنت:					
6	تتأثر نتائجي في الجامعة؛ بسبب جلوسي الطويل على الإنترنت.					
7	أتفحص موقعي على التواصل الاجتماعي قبل القيام بأي شيء آخر يومياً.					
8	أتجاهل متاعب الحياة اليومية؛ من أجل الاستمتاع باستخدام الإنترنت.					
9	أجد نفسي متلهفاً لاستخدام الإنترنت.					
10	أغضب بسبب مضايقة أحدهم لي عندما أكون مشغولاً باستخدام الإنترنت.					
11	أخشى الحياة بدون استخدام الإنترنت.					

					12	أُتأخَّر عن الخلود للنَّوم؛ بسبب استخدامي الإنترنت لوقت متأخَّر من اللَّيل.
					13	أشعر بأنَّ تفكيري مشغول بالإنترنت خارج أوقات استخدامي له.
					14	أحاول التَّقليل من الوقت الَّذي أمضيه في استخدام الإنترنت، وأفشل بذلك.
					15	أحاول إخفاء كم من الوقت الذي أمضيه في استخدام الإنترنت.
					16	يتلاشى الصَّيق عند استخدامي للإنترنت.
					17	يتأثَّر إنتاجي بسبب استخدامي للإنترنت.
					18	أفضِّل إمضاء وقتي في استخدام الإنترنت عن القيام بالأعمال الأخرى.
					19	أقول لِنفسي دقائق قليلة أخرى في استخدام الإنترنت لكنِّي استمرُّ لوقت أكبر.

ملحق (ج): كتاب تسهيل المهمة

<p>Al-Quds Open University Academic Affairs Deanship of Graduate Studies and Scientific Research Ramallah - P.O. Box 1804 - Postcode: P6058238 Tel: 02/2976240 - 02/2956073 Fax: 02/2963738 Email - Graduate Studies: fgs@qou.edu Email - Scientific Research: sprgs@qou.edu</p>		<p>جامعة القدس المفتوحة الشؤون الأكاديمية عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي رام الله - ص.ب 1804 - الرمز البريدي: P6058238 هاتف: 02/2976240 - 02/2956073 فاكس: 02/2963738 بريد إلكتروني - الدراسات العليا: fgs@qou.edu بريد إلكتروني - البحث العلمي: sprgs@qou.edu</p>
---	---	--

الرقم: ع د ع ب / 24/3482

التاريخ: 2024/12/17

حضرة أ. د. إبراهيم الشاعر حفظه الله
رئيس الجامعة

تحية طيبة وبعد،

تسهيل مهمة

فنهديكم أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه تقوم الطالب/ة (يوشري عبد القادر العيسوي أسينا)، بإعداد رسالة ماجستير في تخصص "الإرشاد النفسي والتربوي" بعنوان: (التنبؤ بالانفصال العاطفي في ضوء الوحدة النفسية وإيمان الإنترنت لدى عنة من طلبة الدراسات العليا المتزوجين بجامعة القدس المفتوحة). وعليه، أمل توجيهاتكم لتسهيل مهمة الطالب/ة في الحصول على البيانات والمعلومات اللازمة، وتوزيع أداة الدراسة على طلبة كلية الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير،

أ. د. محمد شاهين
الدراسات العليا والبحث العلمي



نسخة:

• الملف.