



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية والشعور

بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة

**Addiction to Social Media and its Relation with Social  
Isolation and Psychological Loneliness Among Al-Quds Open  
University Students**

إعداد:

إلهام عمر سليمان الديك

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

تشرين ثاني 2022م



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية والشعور  
بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة

**Addiction to Social Media and its Relation with Social  
Isolation and Psychological Loneliness Among Al-Quds Open  
University Students**

إعداد:

إلهام عمر سليمان الديك

بإشراف:

الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

تشرين أول 2022م

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية والشعور

بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة

**Addiction to Social Media and its Relation with Social  
Isolation and Psychological Loneliness Among Al-Quds Open  
University Students**

إعداد:

إلهام عمر سليمان الديك

بإشراف:

الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت في 2022/11/02م

أعضاء لجنة المناقشة

الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين جامعة القدس المفتوحة مشرفاً ورئيساً .....

الدكتور كمال عبد الحافظ سلامة جامعة القدس المفتوحة عضواً داخلياً .....

الدكتورة ليلى فؤاد حرز الله الجامعة العربية الأمريكية عضواً خارجياً .....

أنا الموقع أدناه إلهام عمر سليمان الديك؛ أفض/ جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص، عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

وأقر بأنني قد التزمت بقوانين جامعة القدس المفتوحة وأنظمتها وتعليماتها وقراراتها السارية المعمول بها والمتعلقة بإعداد رسائل الماجستير عندما قمت شخصياً بإعداد رسالتي الموسومة بـ: "إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة"، وذلك بما ينسجم مع الأمانة العلمية المتعارف عليها في كتابة الرسائل العلمية.

الاسم: إلهام عمر سليمان الديك

الرقم الجامعي: 0330011910034

التوقيع: إلهام الديك

التاريخ: 2022/11/02م

## الإهداء

إلى قدوتي الأولى ونبراسي الذي ينير دربي ... إلى من علمني وأعطاني ولم يزل يعطيني بلا حدود... قدوتي ... إلى أبي العزيز والغالي

إلى تلك المرأة العظيمة التي ربت وعلمت التي استمد منها قوتي لإكمال مسيرتي العلمية... تقف كلماتي عاجزة عن شكرك يا حبيبتي ... إلى أمي الحنونة والغالية.

أهدي مشروع تخرجي وتعبني خلال السنوات الدراسية كهدية متواضعة وبسيطة إلى الشخص الذي أمسك بيدي بقوة وسانديني ... إلى زوجي الغالي ... وأبنائي المخلصين

إلى كل من سانديني طوال حياتي ... إلى إخوتي الغاليين

إلى من سانديني نحو الحلم الجميل أصدقائي ... وشكرا لكل من وقف بجانبني من أصدقاء وزملاء، فالكلمات تعجز عن الشكر والامتنان لكم يا أروع الناس

إلى جامعتي وأساتذتي وكل من كان سبب لو بسيط في مساعدتي للوصول إلى هنا....

إلى دكتور الفاضل محمد شاهين الذي له فضل كبير في وصولي لهذه المرحلة..

أهدي مشروعني إلى كل شهيد وأسير وجريح، إلى فلسطين الحبيبة...

الباحثة

## الشكر والتقدير

أتوجه بجزيل الشكر والعرفان إلى الأساتذة في تخصص الإرشاد النفسي والتربوي، فقد كان لهم الفضل الكبير في الوصول إلى ما نحن عليه الآن، وهم لم يبخلوا علينا بعلمهم ووقتهم في تقديم النصح والمساعدة التي نحتاج إليها في دراستنا، وأخص بالذكر مشرفي الأستاذ الدكتور الفاضل محمد شاهين، المعلم والملهم والناصح الأمين الذي كان متواجداً دائماً لدعمنا وتوجيهنا نحو الطريق السليم للوصول إلى رسالة متكاملة وشاملة وإنجاز هذا العمل على أفضل وجه.

كما يسعدني أن أتقدم بوافر التقدير والاحترام إلى الأساتذة الأفاضل، أعضاء لجنة المناقشة: الدكتور كمال سلامة، والدكتورة ليلى حرز الله، على ما قدموه من جهودٍ مبذولة للإحاطة والاطلاع على الرسالة، وتقديم التوجيهات والملاحظات القيّمة التي أثّرت الجهد العلميّ المبذول.

الباحثة

## قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	قرار لجنة المناقشة
ب	التفويض والإقرار
ج	الإهداء
د	الشكر والتقدير
هـ	قائمة المحتويات
ز	قائمة الجداول
ط	قائمة الملاحق
ي	الملخص باللغة العربية
ل	الملخص باللغة الإنجليزية
<b>1</b>	<b>الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها</b>
5-2	المقدمة
7-5	مشكلة الدراسة وأسئلتها
8-7	فرضيات الدراسة
8	أهداف الدراسة
9-8	أهمية الدراسة
10-9	حدود الدراسة ومحدداتها
11-10	التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة
<b>12</b>	<b>الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة</b>
<b>13</b>	<b>الإطار النظري</b>
21-13	المبحث الأول: الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي
28-22	المبحث الثاني: العزلة الاجتماعية
39-28	المبحث الثالث: الوحدة النفسية
<b>39</b>	<b>الدراسات السابقة</b>
46-40	الدراسات المتعلقة بالإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي
52-47	الدراسات المتعلقة بالعزلة الاجتماعية
58-53	الدراسات المتعلقة بالوحدة النفسية
59	تعقيب على الدراسات السابقة

<b>62</b>	<b>الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات</b>
63	منهجية الدراسة
63	مجتمع الدراسة وعينتها
69-64	أدوات الدراسة وخصائصهما السيكومترية
70	متغيرات الدراسة
71-70	إجراءات تنفيذ الدراسة
72-71	المعالجات الإحصائية
<b>73</b>	<b>الفصل الرابع: نتائج الدراسة</b>
74	النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة
76-74	النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
77-76	النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
79-78	النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
79	النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة
81-79	النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى
83-81	النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية
86-83	النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة
87-86	النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة
88-87	النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة
<b>89</b>	<b>الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها</b>
92-90	تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها
93-92	تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها
95-93	تفسير نتائج السؤال الثالث ومناقشتها
96-95	تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها
97-96	تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها
98-97	تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها
101-98	تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها
103-102	تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها
<b>106-104</b>	<b>التوصيات والمقترحات</b>
<b>107</b>	<b>المراجع باللغة العربية</b>

115	المراجع باللغة الإنجليزية
119	الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	موضوع الجدول	الجدول
66	توزيع عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة الديمغرافية (التصنيفية)	1.3
68	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=36)	2.3
69	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس العزلة الاجتماعية مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=36)	3.3
70	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية (ن=36)	4.3
70	قيم معاملات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمقاييس الدراسة	5.3
76	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	1.4
78	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس العزلة الاجتماعية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	2.4
80	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	3.4
81	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن	4.4
82	تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن	5.4
83	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن	6.4
83	تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس العزلة الاجتماعية لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغيرات: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن	7.4

84	نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير التخصص (الكلية)	8.4
85	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن	9.4
86	تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن	10.4
86	نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير التخصص (الكلية)	11.4
88	معاملات ارتباط بيرسون بين إيمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من: العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة (ن=282)	12.4
89	نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي لتأثير مساهمة كل من إيمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة	13.4

## قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	الرقم
124-120	أدوات الدراسة قبل التحكيم	أ
125	قائمة المحكمين	ب
129-126	أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)	ت
133-130	أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية	ث
134	كتاب تسهيل المهمة	ج

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى

طلبة جامعة القدس المفتوحة

إعداد: إلهام عمر سليمان الديك

إشراف: الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين

2022

ملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، وعلاقته بكل من العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتطبيق أدوات الدراسة على عينة عشوائية عشوائية، من فروع رام الله والبييرة، وسلفيت، ونابلس، وبلغ حجمها (282) طالباً وطالبة، موزعين حسب متغيرات الدراسة الديمغرافية، في العام الدراسي 2022/2021.

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي بلغ (3.21)، بنسبة مئوية (64.2%)، ومستوى متوسط. وبينت النتائج أن متوسط العزلة الاجتماعية بلغ (2.66)، بنسبة مئوية (53.2%)، ومستوى متوسط. وكان المتوسط الحسابي للشعور بالوحدة النفسية (2.58)، بنسبة مئوية (51.6%)، ومستوى متوسط. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن، بينما كانت الفروق دالة إحصائية في العزلة الاجتماعية تبعاً لمتغير التخصص (الكلية)، وجاءت الفروق لصالح كل من: (الأداب) و(التنمية الاجتماعية والأسرية)، و (العلوم الإدارية والاقتصادية). وكذلك وجود فروق دالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية تبعاً لمتغير التخصص، وجاءت الفروق لصالح (الأداب)، و (التنمية الاجتماعية والأسرية)، و (العلوم الإدارية والاقتصادية).

وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباط طردية دالة إحصائياً بين إيمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من العزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية؛ إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (534)، (440. على التوالي، ووجود علاقة ارتباط طردية دالة إحصائياً بين العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة؛ إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (846). وأوضحت النتائج وجود أثر دال إحصائياً للعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية، ويلاحظ أن متغير العزلة الاجتماعية قد وضح (71.6%) من نسبة التباين في الشعور بالوحدة النفسية، أي أن متغير العزلة الاجتماعية له دور مهم وأساس في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية. أما فيما يتعلق بمتغير إيمان وسائل التواصل الاجتماعي، فإنه لم يسهم بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بمستوى الشعور بالوحدة النفسية.

**الكلمات المفتاحية: إيمان وسائل التواصل الاجتماعي، العزلة الاجتماعية، الشعور بالوحدة النفسية.**

# **Addiction to Social Media and its Relation with Social Isolation and Psychological Loneliness Among Al-Quds Open University Students**

**Preparation: Ilham Omar Aldeek**

**Supervision: Prof. Mohammed Ahmed Shaheen**

**2022**

## **Abstract**

The study aims to identify the level of addiction to social media among Al-Quds Open University students, and its relationship to social isolation and psychological loneliness, using the descriptive correlative approach, and applying the study tools to a cluster sample, from the branches of Ramallah, Al-Bireh, Salfit, and Nablus, consists of 282 male and female students, distributed according to demographic study variables, in the academic year 2021/2022.

The results show that the average of social media addiction was (3.21), with a percentage (64.2%), and a moderate level. The results show that the average of social isolation is (2.66), with a percentage (53.2%), and a moderate level. The average of feeling psychological loneliness is (2.58), with a percentage (51.6%), and a moderate level also. The results indicates that there are no statistically significant differences at the level ( $\alpha \leq .05$ ) in social media addiction due to: gender, specialization, place of residence, while the differences are statistically significant in social isolation according to the specialization, in favor of: (Arts), (Social and Family Development), and (Administrative and Economic Sciences). As well as the presence of statistically significant differences in the feeling of psychological loneliness according to specialization, in favor of (Arts), (Social and Family Development), (Administrative and Economic Sciences).

The results reveal a positive statistically significant relationship between social media addiction and social isolation and psychological loneliness. The value of the Pearson correlation coefficient is (.534) and (.440) respectively, and there is a direct statistically significant relationship between social isolation and a sense of psychological loneliness among students, as the value of the Pearson correlation coefficient is (.846). The results indicates that there is a statistically significant effect of social isolation in predicting feelings of psychological loneliness, it is noted that the social isolation variable has explained (71.6%) of the percentage of variance in feelings of psychological loneliness, that is, the social isolation variable has an important and basic role in predicting feelings of psychological loneliness. It does not contribute significantly to predicting the level of psychological loneliness.

**Key words: Addiction to social media, social isolation, psychological loneliness.**

# الفصل الأول

## خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

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 لمتغيرات الدراسة

## الفصل الأول

### خلفية الدراسة ومشكلتها

#### 1.1 المقدمة

اجتاحت وسائل التواصل الاجتماعي الحياة في الآونة الأخيرة، وفرضت سيطرتها على جميع الأفراد وتجاوز عدد مستخدميها مئات الملايين، وتواجدت في كل منزل وبين أيدي الجميع، ما جعله سلاح ذو حدين، فهي تسهل التواصل مع الآخرين وجعل العالم قرية صغيرة تجولها بدون تذكر سفر عبر جهاز إلكتروني صغير من جهة، أو تكون حاجزاً بين تواصل الفرد مع أقرب الناس إليه، ومصدراً للاضطراب والتأثيرات السلبية على صحته واستقراره من جهة أخرى.

تُعرف وسائل التواصل الاجتماعي بأنها خدمات تقدم عبر الإنترنت تسمح لمستخدميها ببناء لمحة عامة عنهم وفق نظام محدد، ويتم فيها توضيح قائمة المستخدمين والمشاركين بتبادل الاتصالات معها وعرض اتصالات الغير وقبولها أو رفضها ضمن الشبكة (القيسي، 2014). ويُستفاد من شبكات التواصل الاجتماعي في التواصل الشخصي، والتعليم، والعمل الحكومي، والمشاركة الإخبارية (جيوسي، 2015). وتشير موسى (2021) إلى تنوع وسائل التواصل الاجتماعي بين شبكات التواصل الاجتماعي الداخلية، وشبكات التواصل الاجتماعي الخارجية، وأبرزها (تويتر، وفيس بوك، وواتس أب، وإنستغرام، والتيك توك).

وعلى الرغم من الفوائد المتعددة والمتنوعة لوسائل التواصل الاجتماعي، إلا أن لها تأثيرات سلبية متنوعة أيضاً، وبخاصة إذا وقع الفرد ضحية لإدمانها، فهي تؤثر على الصحة النفسية والجسدية، ويمكن أن تؤدي إلى مشكلات، مثل: إهمال الأنشطة والعلاقات الاجتماعية الواقعية،

وتأثيرات صحية متنوعة، وإهمال الواجبات المتعلقة بالدراسة أو العمل، وتغيير عادات النوم والأكل (Macur & Pontes, 2018).

وينظر إلى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي باعتباره سلوكاً نمطياً سلبياً في استخدام أدوات التواصل الاجتماعي الإلكترونية لفترات طويلة، يقضيها الفرد مع مواقع ذات جاذبية خاصة دون ضرورة مهنية أو أكاديمية، وبشكل يضر به وبالعلاقات الاجتماعية ليصبح معتمداً عليها في تلبية حاجاته النفسية وغير قادر على الاستغناء عنها، مع الشعور بالضيق والتوتر في حال عدم القدرة على متابعتها، وتؤدي إلى تأثيرات سلبية على حياته النفسية والاجتماعية (الصبان والحربي، 2019).

وتعرف وسائل التواصل الاجتماعي بأنها: "منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمشارك بإنشاء موقع خاص به، ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم نفس الاهتمامات والهوايات؛ إذ باتت مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني في الآونة الأخيرة تسيطر على أوقات الشباب وأفكارهم" (العلمي، 2011: 34).

وهناك الكثير من المعطيات التي تشير إلى أن من أبرز الآثار التي يسببها إدمان وسائل التواصل الاجتماعي هي الشعور بالعزلة الاجتماعية، وفي الوقت ذاته تعد العزلة الاجتماعية من الأسباب التي قد تدفع الأفراد تجاه الإفراط في استخدام الإنترنت، وبخاصة وسائل التواصل الاجتماعي. ولعل من الأسباب التي تدفع الطلبة إلى العزلة الاجتماعية هو عدم التوافق وإحباط الحاجات الأساسية، ما يدفع بالفرد للتذمر من الحياة، فيشعر بالفراغ والملل وبالتالي الابتعاد عن الأشخاص المحيطين به، وهذا بدوره يقود إلى حالة يجد فيها الفرد نفسه منغمساً في استخدام المواقع الإلكترونية، ومنها بشكل خاص مواقع التواصل الاجتماعي (ابريعم، 2013).

وتمثل العزلة الاجتماعية مظهرًا من مظاهر الاغتراب، التي تدفع الفرد إلى تجنب الاتصال بالآخرين (محمد، 2003). وتصف العزلة الاجتماعية غياب الاتصال الاجتماعي، ويمكن أن تؤدي إلى الشعور بالوحدة. إنها حالة من الانقطاع عن الشبكات الاجتماعية العادية، والتي يمكن أن تتجم عن عوامل، مثل: فقدان القدرة على الحركة، أو البطالة، أو المشكلات الصحية، التي تحول بين الفرد والمشاركة في أي أنشطة نتيجة الشعور بالغيرة عن الآخرين (DiCaprio, 1976). وأشارت نتائج العديد من الدراسات إلى أن أغلب الأشخاص الذين يقضون ساعات متواصلة أمام الإنترنت يعانون من علاقات اجتماعية ضعيفة، والعزلة الاجتماعية، والانعزال التام عن المجتمع، وهي تصبح غير إرادية وتكون نتيجة خبرة ضاغطة يمر بها الفرد، فتؤثر كثيراً على شخصيته وعلاقته بالمحيطين ومنهم المهمين في حياته (باشه وآخرون، 2021).

ويُنظر إلى العزلة الاجتماعية على أنها حالة الحد الأدنى من الاتصال بالآخرين، وهي تختلف عن الشعور بالوحدة، فهي حالة ذاتية من المشاعر السلبية حول انخفاض مستوى الاتصال الاجتماعي عما هو مرغوب فيه (Peplau & Perlman, 1982). تتضمن بعض التعريفات الشعور بالوحدة كشكل من أشكال العزلة الاجتماعية (Hawthorne, 2006)، بينما يذكر البعض الآخر أن الوحدة هي رد فعل عاطفي على العزلة الاجتماعية (Heinrich & Gullone, 2006). وليس بالضرورة أن يتعايش المفهومين مع بعضهما، فقد يكون الشخص معزولاً اجتماعياً لكن ليس وحيداً أو مرتبطاً اجتماعياً، لكنه يشعر بالوحدة (Australian Psychological Society, 2018; Relationships Australia, 2018).

يمكن أن تكون العزلة الاجتماعية والوحدة ضارة بالصحة النفسية والجسدية للأفراد، مع الأخذ بالاعتبار أن جزء من التحدي في الإبلاغ عن العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة ينبع من نقص المعلومات حول هذه التجارب ونقص التعاريف المتفق عليها عالمياً. ومع زيادة العزلة الاجتماعية

يدخل الأفراد إلى الشعور بالوحدة النفسية الذي يعد اضطراباً خطيراً. ومن الطبيعي أن يتعرض جميع الأفراد لشعور الوحدة النفسية في فترات معينة في حياتهم، أما في حال زيادة هذا الشعور عن الحدود الطبيعية، فإن ذلك يمثل دقاً لناقوس الخطر لاضطراب الوحدة النفسية، ولا يمكن تحديد سبب واحد للوحدة النفسية؛ حيث إن تنوع الأسباب يجعل الأمر معقداً جداً (عطية، 2021). ويمكن أن يعزى الشعور بالوحدة إلى المواقف الاجتماعية، وهي تركز على النواقص أو المشكلات والصعوبات القائمة في البيئة باعتبارها أسباباً حتمية مؤدية للوحدة النفسية. كما إن الفروق الفردية أو ما يعرف بمجموعة الخصائص الشخصية تسهم في تحديد مستوى شعور الأفراد بالوحدة النفسية، مثل: الخجل، والانطواء، وتدني تقدير الذات، والعصابية، مع وجود اختلافات في درجات الشعور بها. وتنقسم العوامل الخطر فيها إلى عوامل ذاتية تتعلق بخصائص وسمات الشخصية كالانطواء إلى درجة العزلة، والعوامل الموقفية التي يكون سببها شبكة العلاقات الاجتماعية التي تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية (Weiss, 1973).

وحيث أن طلبة الجامعة يمثلون فئة رئيسة من الشباب الفلسطيني، وهم قد تجاوزوا مرحلة المراهقة أو لا يزالون في مرحلتها الأخيرة، وهي تمثل مرحلة حساسة ومهمة من مراحل النمو النفسي والاجتماعي للأفراد، فقد كان من الضروري دراسة واقع تعامل هذه الفئة من الشباب مع وسائل التواصل الاجتماعي، وبخاصة بعد تأثيرات جائحة كورونا، وبخاصة الإفراط في استخدام هذه الوسائل، وانعكاس ذلك على سلوكياتهم الاجتماعية، التي قد تصل أحياناً إلى الشعور بالوحدة وصولاً إلى العزلة الاجتماعية.

## 2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

يُعرف المراهقون ومنهم الطلبة بأنهم من مستخدمي الوسائط الاجتماعية بكثافة للتواصل مع الأصدقاء والشعور بالتحسن. على سبيل المثال، كشفت دراسة نوعية بين المراهقين ممن يعانون من الاكتئاب أن الشباب قد يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي للتعامل مع الانعزال والسلبية في حياتهم (Radovic et al., 2017). ومع ذلك، تربط العديد من الدراسات الاستخدام المكثف لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية بقضايا الصحة النفسية، فاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي يزيد من الشعور بالوحدة والقلق لديهم (Hunt et al., 2018). بالإضافة إلى ذلك، تشير هذه الدراسات إلى أن الأفراد الذين يفتقرون إلى المهارات الاجتماعية يزيد استخدامهم للإنترنت للتعامل مع الشعور بالوحدة (Kim et al., 2009; Indian & Grieve, 2014).

وأظهرت دراسة عكاشة (2021) وجود مستوى متوسط من إدمان الإنترنت لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الجنوبية الفلسطينية، وارتباط الإدمان لديهم بالشعور بالوحدة النفسية، فكان من المهم الوقوف على واقع إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وربطه بمتغيرات أخرى، لدى الطلبة الجامعيين في المحافظات الشمالية الفلسطينية، فتبلورت الفكرة بدراسة متغير إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين، وربطه بكل من العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية. وبناءً على ما تقدم، تتلخص مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

هل توجد علاقة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

وبناءً عليه، ستجيب هذه الدراسة عن الأسئلة الفرعية الآتية:

**السؤال الأول:** ما مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

**السؤال الثاني:** ما مستوى العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

**السؤال الثالث:** ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

**السؤال الرابع:** هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى

طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: (الجنس، التخصص، مكان السكن)؟

**السؤال الخامس:** هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة

القدس المفتوحة تعزى لمتغير: (الجنس، التخصص، مكان السكن)؟

**السؤال السادس:** هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة

جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: (الجنس، التخصص، مكان السكن)؟

**السؤال السابع:** هل توجد علاقة ارتباط بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية

والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

**السؤال التاسع:** هل يمكن التنبؤ في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة

النفسية والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

### 3.1 فرضيات الدراسة

للإجابة عن أسئلة الدراسة (الرابع حتى التاسع)، فقد صيغت الفرضيات الصفرية الآتية:

**الفرضية الأولى:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في العزلة

الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية بين مرتفعي ومنخفضي مستوى إدمان وسائل التواصل

الاجتماعي من طلبة جامعة القدس المفتوحة.

**الفرضية الثانية:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: (الجنس،

التخصص، مكان السكن).

**الفرضية الثالثة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: (الجنس، التخصص، مكان السكن).

**الفرضية الرابعة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس تعزى لمتغير: (الجنس، التخصص، مكان السكن).

**الفرضية الخامسة:** لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين إيمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة.

**الفرضية السادسة:** لا توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) لكل من إيمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة.

#### 4.1 أهداف الدراسة

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1- الكشف عن مستوى كل من: إيمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور

بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة.

2- تحديد طبيعة الفروق في متوسطات كل من إيمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة

الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تبعاً لمتغير:

(الجنس، التخصص، مكان السكن).

3- تقصي العلاقة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة

النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، وإمكانية التنبؤ في إدمان وسائل التواصل

الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية لديهم.

## 5.1 أهمية الدراسة

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

### 1.5.1 الأهمية النظرية

تتبع أهمية الدراسة من أهمية المتغيرات التي تتناولها (إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، العزلة الاجتماعية، الشعور بالوحدة النفسية)؛ وهي بالتالي قد تشكل إضافة الي الأدب النظري في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، لندرة الدراسات التي ربطت متغيرات الدراسة مجتمعة، وعلى فئة مهمة وهي طلبة الجامعة في المجتمع الفلسطيني، وانعكاس الفترة الطويلة لجائحة كورونا على هذه المتغيرات لدى مجتمع الطلبة والشباب بشكل عام.

### 2.5.1 الأهمية التطبيقية

تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة في أن نتائجها قد تقدم للعاملين في مجال الإرشاد والصحة النفسية بيانات حديثة ما بعد جائحة كورونا مباشرة، تتعلق بمتغيرات كانت ذات اهتمام في أثناء الجائحة، وهي: إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، والإشارة من خلالها إلى الأولويات والاحتياجات الإرشادية التي يمكن أن تقدم للفئات كافة، وبخاصة فئة الشباب ومنهم طلبة الجامعات، وذلك للتعامل مع ما برز من مشكلات نتيجة هذه الجائحة.

## 6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

تمثلت حدود الدراسة الحالية في الآتي:

1.6.1 الحدود البشرية: اقتصر تطبيق أدوات الدراسة على طلبة البكالوريوس في فروع المحافظات الشمالية لجامعة القدس المفتوحة (فروع: رام الله والبيرة، وسلفيت، ونابلس).

2.6.1 الحدود المكانية: طُبقت هذه الدراسة في فروع جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الشمالية.

3.6.1 الحدود الزمانية: طُبقت هذه الدراسة في العام 2022م.

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

5.6.1 الحدود الإجرائية: استخدم في هذه الدراسة مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ومقياس العزلة الاجتماعية، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، وهي بالتالي ستقتصر على الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، ودرجة صدقها وثباتها على عينة الدراسة وخصائصها، والمعالجات الإحصائية المناسبة.

## 7.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة

تضمنت متغيرات الدراسة التعريفات الآتية للمصطلحات:

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي:

يعرف الإدمان بأنه "رغبة مرضية متعمدة بين الإنسان والموضوع الإدماني سواء كان حدثاً أو شيئاً مادياً مثل: القمار والكمبيوتر والجنس والتبغ والخمر والهيروين وغيرها" (فطائر، 2001: 270).

وعرف السعودي إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بأنه: "الاستخدام المستمر لمواقع التواصل الاجتماعي مرات عديدة في اليوم الواحد لمدة زمنية ليست قصيرة لا يستطيع معها المستخدم التوقف أو التخلي عن هذا الاستخدام لإحساسه بأعراض مشابهة لتلك التي يعيشها المدمن" (سعودي، 2014: 44).

ويعرف إدمان وسائل التواصل الاجتماعي إجرائياً بالدرجة التي سيحصل عليها المُستجيبون من طالبة جامعة القدس المفتوحة على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي المطور لأغراض الدراسة الحالية.

### العزلة الاجتماعية:

عرف جيرسون وبييرلمان (Gerson & Perlman, 1979: 258) العزلة الاجتماعية بأنها: "العجز عن بناء علاقات اجتماعية مصحوبة بإحساس بعدم الارتياح".

وتعرف العزلة الاجتماعية إجرائياً بالدرجة التي سيحصل عليها المُستجيبون من طالبة جامعة القدس المفتوحة على مقياس العزلة الاجتماعية المطور لأغراض الدراسة الحالية.

### الشعور بالوحدة النفسية:

يعرف الشعور بالوحدة النفسية بأنه: "إحساس الفرد بفجوة نفسية تباعد بينه وبين الأشخاص، وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والود والحب من جانب الآخرين؛ بحيث يترتب عليه حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مثمرة مشبعة مع أي من الأشخاص، وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله" (قشقوش، 1988: 9).

ويعرف الشعور بالوحدة النفسية إجرائياً بالدرجة التي سيحصل عليها المُستجيبون من طالبة جامعة القدس المفتوحة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية المطور لأغراض الدراسة الحالية.

## الفصل الثاني

### الإطار النظري والدراسات السابقة

#### 1.2 الإطار النظري

##### 1.1.2 إدمان وسائل التواصل الاجتماعي

##### 2.1.2 العزلة الاجتماعية

##### 3.1.2 الشعور بالوحدة النفسية

#### 2.2 الدراسات السابقة ذات الصلة

##### 1.2.2 الدراسات المتعلقة بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي

##### 2.2.2 الدراسات المتعلقة بالعزلة الاجتماعية

##### 3.2.2 الدراسات المتعلقة بالوحدة النفسية

## الفصل الثاني

### الإطار النظري والدراسات السابقة

يقدم في هذا الفصل عرضاً للإطار النظري والدراسات السابقة، ففي الجزء الأول منه سيكون العرض عن متغيرات الدراسة الرئيسية، المتمثلة في: إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، أما الجزء الثاني من هذا الفصل، فيتمثل في الدراسات السابقة التي لها صلة بالدراسة الحالية؛ إذ وزعت بحسب متغيرات الدراسة الثلاثة، وتضمنت دراسات عربية وأخرى أجنبية.

#### 1.2 الإطار النظري

##### 1.1.2 إدمان وسائل التواصل الاجتماعي :Addiction to Social Networking sites

###### 1.1.1.2 تعريف إدمان وسائل التواصل الاجتماعي

يعتبر مفهوم إدمان وسائل التواصل الاجتماعي مفهوماً حديثاً نسبياً بالنسبة للقضايا والمشكلات الاجتماعية ويرتبط هذا المفهوم بالتعامل مع واقع التواصل الاجتماعي واختلف العلماء والباحثون حول تعريف مصطلح إدمان شبكات الإنترنت، وارتبط مصطلح إدمان مواقع التواصل الاجتماعي نظراً لأنها وسيلة للهروب من عالم الواقع ومشكلاته تماماً، حيث يتعرضون لاستخدام مواقع التواصل استخداماً زائداً عن الحد على أنها من أنواع الرغبات التي لا تقاوم (بهجت، 2003).

ويعرفه أبو بكر بأنه: "حالة من الاستخدام المرضي غير التوافقي والذي يؤدي إلى اضطرابات في السلوك والذي يستدل عليه من خلال عدد ساعات استخدام الشبكة للفرد نفسه في البداية ومواصلة الجلوس على مواقع التواصل وإهمال الواجبات الاجتماعية" (أبو بكر، 2005: 4).

ويعد الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي من المشكلات التي يعاني منها كل المجتمعات كونه يعيق مظاهر التنمية من خلال إهدار الطاقات، فهو ليس عادة اجتماعية سيئة فقط، بل يرتبط بفكرة فقدان السيطرة وبرغبة وحاجة قهرية لفعل ما، وما يرافقه من عواقب مرتبطة بالقلق والتوتر في المزاج وأعراض الانسحاب على المستوى النفسي أو الاجتماعي. و يعد الإدمان الإلكتروني مشكلة سياسية واقتصادية، فالحروب والفقر وما يرافقها من آثار نفسية واجتماعية تهز أركان المجتمع ككل (علي، 2019).

### 2.1.1.2 معايير الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي

اعتبر الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية أن إدمان الإنترنت هو اضطراب نفسي. في حين أشار الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية إلى معايير إدمان الإنترنت والتي تتمثل في ترق شديد لاستخدام الإنترنت، وعدم السيطرة على الوقت المستخدم في الإنترنت، كذلك أعراض السحب في حال عدم استخدام الإنترنت أو تقليل الوقت واختفاء هذه الأعراض عند استخدامه مرة ثانية. كذلك نمو القدرة على التحمل ومن ثم زيادة مدة الاستخدام، وتضييق الحياة وقصرها على استخدام الإنترنت وإهمال مظاهر مهمة أخرى، مثل: شريك الحياة، والأسرة، والمهنة، ومجالات الاهتمام الأخرى (عبد الوهاب، 2014).

### 3.1.1.2 أسباب الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي وأعراضه

أشار الزيدي (2014) إلى أن هناك مجموعة من الأسباب التي تدفع بمستخدمي شبكة الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي إلى الوقوع في براثن الإدمان على الإنترنت والمتمثلة في ضعف على كيفية التعامل مع الضغوط الحياتية واليومية، وضعف مواجهة المشكلات. كذلك ضعف إشغال الوقت والفراغ بهوايات متنوعة، وضعف إقامة علاقات اجتماعية جيدة بسبب الخجل أو الانطواء على النفس. بالإضافة إلى الشعور بالخواء النفسي والوحدة والهروب من الواقع بضرب من الخيال في علاقات تقند فيها الحميمية مع الآخر، وتجنب مواجهة الآخر، وجهاً لوجه سواءً أكان الآخر الأسرة أم الزوجة. كما أشار إلى المعاناة من بعض الاضطرابات النفسية المتمثلة في الاكتئاب والقلق، واضطرابات النوم، والتلعثم، والرهاب الاجتماعي، وغيرها من الاضطرابات والأمراض النفسية والهروب من معالجتها على يد المتخصصين.

كما أشار الزيدي (2014) إلى الافتقار إلى الحب والعاطفة والبحث عنها من خلال الإنترنت، والاعتراب النفسي والهروب من الواقع، وما يحيط به من أعراف وتقاليد وقوانين منظمة تفرض ضروباً من القيود على الأفعال والكلام، ما يدفع الشخص إلى الانفصال عن خلجاته ونفسه، والدخول في شخصية أخرى ضرب خياله "تناقض وجداني" يعمل على عدم نضج الشخص ويعوق نموه النفسي، وغيرها من المسببات التي تدفع الفرد إلى الإدمان على شبكة الإنترنت.

وهناك أعراض كثيرة للإدمان على الإنترنت، ومنها: زيادة عدد الساعات أمام الإنترنت بشكل مطرد تتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه، والتوتر والقلق الشديدين في حالة وجود أي عائق للاتصالات بالإنترنت قد تصل إلى حد الاكتئاب إذا ما طالت فترة الابتعاد عن الدخول، والإحساس بسعادة بالغة وراحة نفسية حين يرجع إلى استخدامه. هذا بالإضافة إلى الحديث عن الإنترنت في الحياة اليومية، وإهمال الواجبات الاجتماعية والأسرية والوظيفة بسبب استعمال الإنترنت، وكذلك

استمرار استعمال الإنترنت على الرغم من وجود بعض المشكلات، مثل: فقدان العلاقات الاجتماعية، والتأخر في العمل، والجلوس من النوم بشكل مفاجئ والرغبة في فتح الإنترنت (بشيش، 2018).

### 5.1.1.2 مراحل الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي

قدم عالم النفس الأمريكي جروهيل "Grohill" نموذج يحدد فيه ثلاث مراحل يمر بها الفرد في استكشافهم للإنترنت، وهي (القاضي، 2020):

**أولاً- مرحلة الاستحواذ أو الافتتان:** تحدث عندما يكون الفرد مستخدم جديد على الإنترنت أو أنه مستخدم موجود يحدث نشاطاً جديداً، وهذه المرحلة تمتاز بأنها مسببة للإدمان على الإنترنت لدى الأفراد بدرجة عالية حتى الوصول إلى المرحلة الثانية.

**ثانياً- مرحلة التحرر:** في هذه المرحلة يصبح الأفراد غير مهتمين بالنشاطات التي كانوا يدخلون بها كما كانوا عليها سابقاً. وحالما يصل الفرد إلى هذه المرحلة يمكنه أن يصل بسهولة إلى المرحلة الثالثة.

**ثالثاً- مرحلة التوازن:** في هذه المرحلة يكون الاستخدام المعياري للإنترنت، ويكون الوصول إليها في فترات مختلفة من قبل الأفراد وهذه المرحلة يمكن أن تعاد دورتها إذا وجد الفرد نشاطاً جديداً مثيراً آخر.

### 6.1.1.2 الآثار الناتجة عن الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي

هناك آثار عديدة سلبية للإدمان على الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، ومن أهمها:

الآثار الصحية للإدمان: يؤدي الإدمان الإلكتروني إلى الإصابة بضعف الجهاز المناعي، ما يجعل الفرد عرضة للكثير من الأمراض، فالجلوس الطويل أمام شاشة الكمبيوتر يؤدي إلى آلام في الظهر والعمود الفقري، كذلك احتمال الإصابة بما يعرف "بتنادر النفق الرسغي"؛ حيث يصيب الأشخاص الذين يجلسون لساعات طويلة أمام شاشة الكمبيوتر، ويستخدمون أصابعهم للضغط على لوحة المفاتيح والآلات الحاسبة والكتابة؛ فهذا التنادر يحدث نتيجة لانضغاط العصب الرسغي الأوسط المتحكم في عضلات الإبهام والمسؤول عن الحس. كما أن طول مدة الجلوس أمام شاشة الكمبيوتر، يؤدي إلى ركود في الدورة الدموية، ما يسبب حدوث جلطات دماغية وقلبية وضعف في أداء الأجهزة الحيوية بالجسم (سليمة، 2015).

الآثار النفسية للإدمان: إن الإدمان على الإنترنت له تأثيرات على الجملة العصبية النفسية؛ إذ يؤدي إلى عدم الاتزان الانفعالي، مما يؤدي إلى ضعف ردود الأفعال، وقد تحدث توترات عصبية بالإفراز المفرط والمتزايد لهرمون الكورتيزول هرمون الإجهاد والتعب، وهرمون الأدرينالين والنورادرينالين، فيولد ذلك سرعة الغضب و العدوانية، وظهور اضطرابات نفسية وعقلية، لدرجة أن بعض العلماء أطلق عليه اسم "الهوس النفسي"، كما قد يؤدي إدمان الإنترنت إلى ما يسمى "الإصابة بالتعب المتكرر"، وتعرف الإصابة بالتعب المتكرر بأنها الإصابة التي تلحق بالرسغ والأيدي والرقبة، عندما يجري الضغط على المجموعة العضلية من خلال الحركات السريعة (طباس وملال، 2021).

الآثار الأكاديمية للإدمان: يمكن القول إن الإدمان الإلكتروني هو السبب في رسوب أو طرد الطلبة الذين كانوا من المتفوقين في المدارس والكليات، كذلك الشرود الذهني بسبب التفكير الدائم في الجلوس أمام الإنترنت، وفقدان الدافعية والرغبة في الدراسة والتفكير في الهروب أو الآخر عن الدراسة للبقاء أمام الكمبيوتر. كذلك انخفاض مستوى درجات الطلبة وغيابهم عن حصصهم المقررة

بالمدرسة، ومع أن الإنترنت يعتبر وسيلة بحث مثالية فإن الكثير من طلبة المدارس يستخدمونه لأسباب أخرى، كالبحت في المواقع التي لا تمت لدراساتهم بصلة، أو كالثرثرة في حجرات الحوارات الحية، أو كاستخدام ألعاب الإنترنت (الزهرة، 2015).

### 2.1.1.2 النظريات المفسرة لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي

يذكر جريفيث وآخرون (Griffiths et al., 2014: 122-132) أن هناك ثلاث نماذج نظرية

تفسر الإدمان السلوكي، وهي كما يلي:

**النموذج المعرفي السلوكي:** يؤكد هذا النموذج على أن الاستخدام الشاذ لوسائل التواصل الاجتماعي ينبعث من المعارف اللاتكيفية، والذي يتم تضخيمه بعوامل بيئية متنوعة تؤدي أخيراً إلى الإدمان.

**نموذج المهارات الاجتماعية:** يؤكد هذا النموذج على أن الاستخدام الشاذ لوسائل التواصل الاجتماعي ينبثق من افتقاد مهارات العرض الذاتي وتفضيل التواصل الافتراضي عن التفاعلات المباشرة، ويؤدي في النهاية إلى الإدمان.

**النموذج الاجتماعي المعرفي:** ويؤكد هذا النموذج على أن الاستخدام الشاذ لوسائل التواصل الاجتماعي ينبثق بسبب توقع النتائج الإيجابية التي تتجمع مع فاعلية الذات المتعلقة بالإنترنت، والتنظيم الذاتي الناقص المرتبط بالإنترنت، ويؤدي في النهاية إلى الإدمان.

وطبقاً للنظرية النفسية الدينامية فإن أصل إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ينبع من الصدمات النفسية أو النقص الانفعالي في الطفولة، وسمات الشخصية، والمكانة النفسية الاجتماعية. وطبقاً لنظرية الضبط الاجتماعي، فإن الإدمان يختلف وفقاً للعمر، الجنس، والمكانة الاقتصادية. وترى النظرية السلوكية أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يدعم الفرد بمكافآت

كالهروب من الواقع والتسلية، وبناءً على النظرية المعرفية، فإن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي يحدث بسبب الأخطاء المعرفية، للهروب من المشكلات الداخلية والخارجية (Azizi et al., 2019). وترى النظرية السلوكية أن سلوك الإدمان يكمن في الخبرات السابقة للفرد والبيئة الحالية التي تحدث فيها المثيرات، وما يرافقها من تدعيم وعقاب لاستجابات دون أخرى من خلال عملية التعلم التي يجري فيها تغيير سلوك الفرد في استجابته للبيئة، وأن الوظائف والسلوكيات الفردية يخضع للاشتراط الإجرائي لسكنر "Skinner"، والذي يتم فيه مكافأة الشخص إيجاباً أو سلباً أو معاقبته. وعلى هذا السلوك يوفر الإنترنت مكافآت عديدة كالترفيه والمرح وإشباع حاجات الفرد، ويعد فرصة لتواصل الفرد الخجول مع الآخرين تجعله يشعر بالرضا والارتياح، بما يعزز إشباع الحاجة إلى الاهتمام والتقدير والحب الذي قد لا يتحقق على أرض الواقع (علي، 2019).

أما النظرية المعرفية، فتقترح أن المعارف سيئة التكيف كافية للتسبب في ظهور مجموعة من الاعراض المرتبطة بهذا الاضطراب أو إدمان الإنترنت، فالتشوهات المعرفية حول الذات تشمل الشك الذاتي، وانخفاض كفاءة الذات وتقدير الذات السلبي، مثل لا أشعر بالاحترام حينما لا أكون على الإنترنت، ولكن عندما أكون على الإنترنت فإنني افتخر بنفسي، والإنترنت هو المكان الوحيد الذي أشعر فيه بالاحترام، وهذه التشوهات المعرفية التي يدركها الأفراد والذين يعانون من مشكلات نفسية مختلفة يحملون إدراكات سلبية عن ذواتهم وعن شخصيتهم. ويجعلهم يفضلون الاندماج والتفاعل في الأنشطة المختلفة التي يقدمها الإنترنت لأنه يعد أقل تهديداً من التفاعل المباشر في الواقع (القاضي، 2020).

وتؤكد النظرية الاجتماعية الثقافية (ليف فيجوتسكي) على تباين واختلاف إدمان الإنترنت طبقاً للعادات والثقافة الاجتماعية لكل مجتمع والتي تحدد وتؤثر في بناء شخصيته الاجتماعية بما ينسجم مع متطلبات الثقافة الاجتماعية، وكون أننا لا يمكن أن نفهم أي ظاهرة أو اضطراب نفسي

ألا في إطاره البيئي والثقافي الذي يحدد السلوك السوي، فما يعد إدمان في مجتمع قد لا يعد كذلك في مجتمع آخر، كما أن الاضطرابات في مجتمع ما غير أفرادها على الانغماس في السلوك الشاذ للتكيف مع عاداته وتقاليده السائدة لذلك ركزت النظرية على البناء الاجتماعي والاسري والتواصل الاجتماعي والطبقات الاجتماعية (علي، 2019).

## 2.1.2 العزلة الاجتماعية

### 1.2.1.2 مفهوم العزلة الاجتماعية

تعددت المصطلحات والأوصاف التي استخدمت في الدراسات النفسية والتربوية، لوصف مفهوم العزلة الاجتماعية أهمها تعريف القمش والمعايطة "الانسحاب الاجتماعي، الانطواء على النفس، الانسحاب الناتج عن القلق" (القمش، والمعايطة، 2007: 233). وعرف عبد اللطيف خليفة العزلة الاجتماعية على أنها: "شعور الفرد بأن المجتمع الذي يعيش فيه غريب عنه، ولا يشعر بانتمائه إليه، عند ذلك يتوارى عن مسرح الحياة الاجتماعية، مما يترتب على ذلك غياب المشاركة في نشاطات المجتمع، وهي شعور الفرد بالوحدة والفراغ النفسي، وافتقاد العلاقات الاجتماعية، وكذلك البعد عن الآخرين، حتى وان وجد بينهم" (خليفة، 2005: 189).

كما عرفها مفتاح وآخرون (2021) بأنها الشعور بنقص التضامن مع الآخرين، وذلك يعود لشعور الفرد المعزول بعدم وجود من يشاركه الآراء والاهتمامات. كما أنها تمثل إدراك الفرد وشعوره بعدم الانتماء للجماعة والمتمثل في ابتعاد الفرد عن المشاركة الاجتماعية والثقافية. وتوصف العزلة الاجتماعية بأنها الحرمان من الترابط الاجتماعي، والمتمثلة بعدم كفاية نوعية وكمية العلاقات الاجتماعية مع الآخرين في بيئات مختلفة، بالإضافة إلى تجربة الفرد الذي يجري إبعاده عن الآخرين. وتحدث التفاعلات البشرية على مستويات مختلفة: الفرد والجماعة والمجتمع والبيئة؛ حيث

إن العزلة الاجتماعية تثير الاهتمام بكمية العلاقات الاجتماعية (عدد الأصدقاء أو تكرار التفاعلات مع الآخرين)، وجودتها (سواءً أكانت تلبى المعايير الاجتماعية للفرد أم لا)، وغالباً ما يؤدي الافتقار إلى الترابط الاجتماعي إلى زيادة الرغبة في الانتماء (Conor, 2020).

### 2.2.1.2 أسباب العزلة الاجتماعية وأعراضها

أشار الحربي (2017) إلى عدة أسباب تؤدي بالفرد للعزلة الاجتماعية، ومن ضمن هذه الأسباب وجود تلف في الجهاز العصبي المركزي، أو اضطرابات في عمل الهرمونات في الجسم. كذلك عدم معرفة الفرد للقواعد الأساسية لإقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، وعدم احترام الفرد وتجاهله من قبل الآخرين، وكذلك تعرضه للأذى والألم. هذا بالإضافة إلى العادات والتقاليد السائدة في بيئة الفرد، إضافة إلى نمط الحياة العائلية وازدواج المعاملة، بمعنى الضرب والعقاب والتجاهل تارة والمكافأة والتعزيز تارة أخرى، ما يدفع الفرد إلى ممارسة سلوك العزلة الاجتماعية. كما أورد الحربي (2017) أسباباً أخرى للعزلة الاجتماعية، مثل: وجود إعاقة لدى الفرد تسبب سلوك العزلة والانطواء، سواءً أكانت إعاقة ظاهرة كالإعاقات العقلية، أم سمعية، أم إعاقة خفية مثل صعوبات التعلم والمشكلات اللغوية. كما أن الخجل يعتبر من أكثر الأسباب شيوعاً؛ حيث إن الفرد الخجول لا يستطيع التعبير عن وجهة نظره أو التفكير بصوت عالٍ، كما يمنع الفرد من تكوين صداقات جديدة.

وأشار بوفنيزية وآخرون (2019) إلى مجموعة من الأسباب للعزلة الاجتماعية، أهمها: الخوف من المواقف الاجتماعية "الفوبيا الاجتماعية"؛ حيث إن الخوف الاجتماعي يولد لدى الأفراد نوعاً من القلق قد يعقبه أو يلزمه اضطراب في السلوك الاجتماعي. كذلك ضعف الثقة بالنفس، وهو يؤثر على المهارات الاجتماعية للأفراد في علاقاتهم الاجتماعية، ما يساهم في انفصالهم وانعزالهم،

وبالتالي الاحساس بالوحدة. كذلك فإن الحساسية الزائدة ترتبط بالخجل، فالشخص الخجول شديد الحساسية تجاه الآخرين ومعاناة الفرد من بعض العيوب في الشكل، وامتلاكه لبعض الصفات البدنية المتطرفة كالعصر الشديد، أو الطول الفائق، أو السمنة، أو النحافة.

وتتمثل أعراض العزلة الاجتماعية كما ورد في جيلان وأحمد (2021) في انشغال البال وتجنب المبادرة إلى التحدث مع الآخرين أو أداء نشاطات مشتركة معهم، وقد يشمل الشعور بعدم الارتياح لمخالطة الآخرين والتفاعل معهم. كذلك سهولة الانقياد وحب الروتين وعدم الاستجابة للتغيير، والميل إلى تجنب المناقشات الجماعية، وعدم طلب المساعدة في حال الحاجة لحل مشكلة ما. بالإضافة إلى التردد والتشاؤم حول المستقبل، وعدم الثقة التي قد تصل إلى درجة الشك والسخرية من الآخرين، وإدراك للمجتمع انه غير ثابت وملئ بالأشخاص غير الموثوق بهم، ويجد الأشخاص غير المنسجمين اجتماعياً صعوبة في المبادرة الاجتماعية وتقديم أنفسهم للآخرين.

وحدد حمروش (2021) مجموعة من مظاهر العزلة الاجتماعية والمتمثلة في شعور بالحساسية للذات والتعاسة والانشغال بالذات مع صعوبة تحقيق الاتصال الناجح مع الآخرين، والشعور بالقلق وعدم الارتياح في المواقف التي تتضمن مواجهة مع الناس، والانتباه والخوف من تركيز انتباه الآخرين وتفكيرهم. كذلك الحساسية من النقد بوجه عام، وعدم الثقة في النفس من حيث القدرة على التفاعل مع الآخرين، وعدم القدرة على تكوين صداقات مع الآخرين، والميل لتجنب العلاقات الشخصية مع الآخرين بصفة عامة، ومع أفراد الجنس الآخر بصفة خاصة. بالإضافة إلى الميل لقضاء الوقت أطول في الانشغال بالذات وتقييمها، ومبالغة أكثر في تأملهم وتقييمهم لذواتهم، والميل لقضاء وقت أقل من الحديث، وعدم وجود ثقة بكفاءاته الاجتماعية.

وأشار مدلل (2021) إلى أن هنالك مجموعة من المؤشرات التي تدل على سلوك العزلة الاجتماعية وأهمها سوء التوافق الاجتماعي للفرد في علاقاته مع الآخرين، كذلك تجنب الفرد

الاتصالات الاجتماعية. ويعتبر تجميد دائرة تفاعله الاجتماعي، وعدم القدرة على تطوير أو إدامة علاقات الصداقة والجيرة، وهروب الفرد من واقعه الاجتماعي إلى عالمه الذاتي، مدخلاً يؤدي إلى تبني الفرد لبنية معرفية مفادها أن الآخرين قد أهملوه أو تجاهلوه لانقطاعه عنهم لفترة من الزمن.

### 3.1.2.2 أنواع العزلة الاجتماعية

تنقسم العزلة الاجتماعية كما ورد في بوفيزية وآخرون (2019) إلى قسمين، هما:

**العزلة الاجتماعية البسيطة:** والتي تتمثل في الانعزال والابتعاد عن الآخرين، وعدم إقامة علاقات صداقة معهم، والامتناع عن المبادرة بالحديث بشكل مستمر، وعدم اللعب مع الآخرين والتفاعل معهم، وعدم الاهتمام بالبيئة المحيطة، بالإضافة إلى الخمول وعدم النضج، كما ويقتنع بالمشاهدة دون المشاركة لكنه لا ينسى المحيط.

**والعزلة الاجتماعية الشديدة:** وتنتج عن تعديل خاطئ في الانفعالات حين يرى الفرد الآخرين أنهم مصدر ألم وعدم راحة، لذلك يلجأ للانعزال عن الآخرين ويكون هذا النوع من المنعزلين اجتماعياً لديه سوء تكيف قد يؤدي إلى ظهور اضطرابات سلوكية في حال عدم تدخل في الوقت المناسب.

وأشار أبو خيران (2017) إلى أن من أهم أنواع العزلة الاجتماعية، العزلة الدائمة، وهي حالة تصيب الشخص منذ طفولته، وتستمر في التقايم كلما تقدم به العمر، وهذا النوع من العزلة مزمن ومتواصل، ويكون الشخص فيه مجبراً على البقاء وحيداً، فمهما بذل من جهد لا ينجح في التواصل مع المجتمع من حوله. كذلك فإن العزلة الاختيارية تتمثل باختيار الشخص البقاء بمفرده بعض الوقت، بسبب تعرضه لصدمة ما أو موقف معين أثر فيه سلباً وزعزع إيمانه بذاته، لكن مع الوقت تزداد مشاعر الإحباط والحزن والألم، وتزداد معها حالة العزلة، حتى يبتعد الشخص تماماً عن كل معارفه وعلاقاته الشخصية.

## 4.2.1.2 النظريات المفسرة للعزلة الاجتماعية

تناولت العديد من النظريات مفهوم العزلة الاجتماعية بصورة أو بأخرى، ومن أهم هذه

النظريات:

### نظرية التحليل النفسي:

أكد أدلر Adler أن الشعور بالعزلة يرجع إلى فشل تربية الوالدين أو حرمانه من الحب والعطف مما أدى إلى شعوره بالنقص. كما تؤكد كارين هورني Karen Horney على أن الفرد فيما يفشل في محاولاته للحصول على الدفء والعلاقات المشبعة مع الآخرين، فإنه يعزل نفسه عنهم، ويرفض أن يرتبط بهم، ويتحرك بعيداً عنهم، ويعتقد هورني أن هناك ثلاث نزعات عصابية يستخدمها الأفراد بمثابة ميكانزمات لحماية النفس من القلق، وتعود إلى بعض الأنماط السلوكية المحددة: التحرك نحو الآخرين (النوع الملائم)، التحرك ضد الآخرين (النوع العدوانى)، التحرك بعيداً عن الآخرين (النوع الانعزالي)؛ فإذا كان التحرك نحو الناس يتميز بالحاجة إلى الحب والشعور بالانتماء فإن التحرك بعيداً عنهم يمثل الشخصيات الانعزالية وتميل إلى تكوين مسافة عاطفية تبعدهم عن كل الناس الآخرين بحيث لا يتواصلوا معهم بأية طريقة، ويجب أن لا يحبوا أو يكرهوا ولا يتعاونوا مع الناس من أجل تحقيق هذه العزلة (مصطفى، 2012).

وتؤكد هذه النظرية على أن اضطراب علاقات الفرد الاجتماعية ينشأ منذ طفولته وتفاعله مع الآخرين؛ حيث يرجع شعور الفرد بالعزلة إلى إساءة الوالدين له في طفولته أو حرمانه من الحب والعطف والتشجيع، ما يؤدي إلى شعوره بالنقص مقارنة بالكبار، وهذا يؤدي إلى اضطراب علاقته الشخصية المتبادلة، فالفرد حين يخفق في محاولاته للحصول على الدفء والعلاقات المشبعة مع الآخرين، فإنه يعزل نفسه عنهم ويرفض أن يربط نفسه بهم ويتحرك بعيداً عنهم (مظلوم، 2014).

## النظرية المعرفية:

تهتم النظرية المعرفية بالعمليات الوسيطة بين المثير والاستجابة، وبهذا فهي تؤكد ما يجري داخل الدماغ من عمليات عقلية وما يصدر عنه من سلوكيات، ويمثل هذا الاتجاه كل من نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا "Pandura"، والنظرية العقلية العاطفية لإليس "Ellis". ويرى أصحاب النظرية المعرفية وعلى رأسهم "إليس" أن الأفكار والمعتقدات غير المنطقية تسهم في إظهار السلوك غير المنطقي وسلوك العزلة الاجتماعية، وأن المنعزلين اجتماعياً يقومون بعقاب أنفسهم ويخفقون قدرًا كبيراً من عدم الراحة والاضطراب في علاقاتهم مع الآخرين. وبناءً على ذلك، وصف "إليس" طريقة للتعامل مع هذه الممارسات والاتجاهات، يجري من خلالها جعل المشاركين يدركون كيف أن إساءة فهمهم وتعبيرهم بالألفاظ غير المنطقية، ما يؤثر سلباً على مشاعرهم وسلوكهم، وأن التدريب من خلال الإرشاد الجمعي يساعد على إدراك العلاقة بين معتقداتهم ومشاعرهم وسلوكهم (شاهين، 2016).

## النظرية السلوكية:

ترى المدرسة السلوكية أن السلوك الإنساني ما هو إلا مجموعة من العادات التي تعلمها الفرد أو اكتسبها في ضوء مراحل نموه المختلفة، وهم يرون بأن السلوك الغير مقبول ناتج عن أحد العوامل التالية: الفشل من اكتساب أو تعلم سلوك مناسب، تعلم أساليب سلوكية غير مناسبة أو مرضية، مواجهة الفرد لمواقف متناقضة، وربط استجابات الفرد بمنبهات جديدة لاستثارة جديدة. وطبقاً لهذه النظرية فإنه من الأسباب التي تقود إلى لجوء بعض الأفراد إلى العزلة الاجتماعية كوسيلة للتوافق النفسي، النقد المستمر والعقاب الشديدين اللذان يتعرض لهما المراهق أثناء تربيته، ما يدفعهم للعزلة لتجنب العقاب والتوبيخ والهروب من مشكلات الحياة، كذلك يعتقد أصحاب النظرية أن الإهمال الذي يلقاه الفرد في طفولته المبكرة من والديه أو المحيطين به والمعاملة

القاسية في التنشئة يؤدي إلى غياب التفاعل الإيجابي وعدم الشعور بالأمان والطمأنينة، وهو ما يقود إلى تدني مستوى التفاعل الإيجابي مما يؤدي إلى سلبيته وانسحابه عن الآخرين وبالتالي شعوره بالعزلة (محمد، 2012: 116).

### 3.1.2 الشعور بالوحدة النفسية Loneliness Feelings:

#### 1.3.1.2 مفهوم الشعور بالوحدة النفسية

تنوعت تعريفات الوحدة النفسية فعرفه ويس Weiss "بظاهرة معقدة وخبرة نفسية نتيجة انعدام الشعور العاطفي بالآخرين وقسم الوحدة النفسية إلى قسمين الأول وحدة نفسية عاطفية والثانية وحدة نفسية اجتماعية" (Weiss, 1973: 35)، وعرفت الوحدة النفسية بأنها: "الخلل الاجتماعي الذي يكون في شبكة العلاقات للفرد فلا تحقق ضمن المستوى المطلوب أو المفضل إليه فيصبح هناك تناقض بين المستويات المحققة والمنجزة والمستويات المطلوبة في علاقاته في المحيط" (Peplau & Perlman, 1979: 101). وذهب نيوكومب وبنتر (Newcomb & Benter, 1986) إلى أنها قصور في المهارات الاجتماعية وفي علاقات الفرد الاجتماعية، مما يدفع به إلى بعض الاضطرابات النفسية كالقلق أو الاكتئاب أو التفكير في الانتحار، وكذلك معاناة الفرد من الأعراض النفسجسمية، كالصداع، ضعف الشهية، والتعب والاجهاد، وأيضاً العدوانية والمشكلات الدراسية والهروب من المنزل، مما له في نهاية الأمر من آثار حادة على الأداء السيكولوجي والتوافق النفسي.

وهناك من بينها بأنها التجربة المؤلمة التي تحدث عندما يُنظر إلى العلاقات الاجتماعية للمرء على أنها أقل كمية وخاصة في الجودة مما هو مرغوب فيه؛ إذ يمكن للأفراد أن يكونوا بمفردهم دون الشعور بالوحدة ويمكن أن يشعروا بالوحدة حتى عندما يكونوا مع أشخاص آخرين

وترافق الشعور بالوحدة أعراض الاكتئاب وضعف الدعم الاجتماعي والعصابية والانطوائية، وعادةً ما ينظر إلى الوحدة على أنها سمة مستقرة، مع وجود اختلافات فردية في نقطة انطلاق مشاعر الوحدة النفسية التي يتوافق حولها الأشخاص اعتماداً على الظروف المحددة التي يجدون أنفسهم فيها (Cacioppo et al., 2003). وعرفت الوحدة النفسية في الدليل التشخيصي "DSM-5" على أنها "ميل للشعور والإدراك والتصرف والتفكير بطرق متسقة نسبياً عبر الوقت والمواقف قد يعتبر الشعور بالوحدة النفسية موجوداً في الأفراد المنفصلين والمعرضين للكآبة والانفراديين مع تفاعلات شخصية محدودة وتقييد الخبرة والتعبير العاطفي أي انخفاض القدرة على المتعة ومع ذلك إذا كان وحده سيكون مجرد سمة وليس كياناً مرضياً" (American Psychiatric Association, 2013). وتشير الوحدة النفسية إلى تجربة غير سارة ذاتية ينتج عنها النقص الملحوظ في العلاقات الاجتماعية للفرد، كما أنها ترتبط بالعديد من النتائج السلبية الجسدية والعقلية والصحية، مثل: المرض، ومشكلات القلب والأوعية الدموية، والقلق، والاكتئاب، والتوتر (Latikka, 2022).

### 2.3.1.2 أسباب الشعور بالوحدة النفسية

يرى ويس (Weiss, 1974) أن الوحدة النفسية لها أسباب متعددة، بعضها يعود لطبيعة الأشخاص أنفسهم، بينما يعود البعض الآخر إلى اضطرابات كمية أو كيفية في شكل العلاقات الاجتماعية، وأن الشعور بالوحدة يمكن أن نعزوه إلى المواقف الاجتماعية Situational، التي تركز على النواقص أو المشكلات والصعوبات القائمة في البيئة باعتبارها أسباباً حتمية مؤدية للوحدة النفسية. كما يعزى الشعور بالوحدة النفسية إلى مجموعة الخصائص الشخصية Personal Characters، التي تساعد الأفراد بالوحدة النفسية مثل الخجل والانطواء وتدني تقدير الذات وقلة الانبساطية والعصابية مع وجود اختلافات في درجة الشعور بها وتنقسم إلى عوامل ذاتية تتعلق

بخصائص الشخصية كالانطواء إلى درجة العزلة، والعوامل الموقفية يكون سببها شبكة العلاقات الاجتماعية التي تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية.

وتتمثل الوحدة النفسية في الحاجة للشعور بالانتماء، فكل فرد لديه ثلاث حاجات نفسية، هي: الحاجة للحب والمشاركة الوجدانية، والحاجة إلى وجود طرف آخر يتفهم المشاعر والأحاسيس المختلفة، والحاجة لوجود من يشعر المرء بالاحتياج إليه. وفي حالة عدم إشباع الفرد للحاجات الثلاثة يشعر الفرد بالفراغ، في حين أن هذا الشعور بالوحدة النفسية ينشأ كنتيجة لنقص المهارات الاجتماعية للتواصل مع الآخرين، ومن ثم يلزم الاهتمام بهذا التواصل الوجداني منذ الطفولة لتنمية قدرات الأفراد على التعامل مع العزلة دون الشعور بالوحدة النفسية (Roy, 1997).

وتعقيباً على ما سبق عرضه عن أسباب الوحدة النفسية، فقد قسمت لأسباب داخلية تعود إلى بناء شخصية الفرد وطبيعته سواءً أكانت الشخصية انطوائية أم انبساطية، وأسباب خارجية بيئية من المحيط الخارجي. ويضاف على ما ذكر سابقاً ما ظهر حديثاً من فيروس كورونا الذي أضاف للوحدة النفسية أسباب جديدة كالعزلة الاجتماعية الإجبارية التي فرضت للجميع الابتعاد عن المحيطين خارجياً، وشعور الخوف من المرض والموت بسبب الفيروس الذي أدخل العديد من الأفراد في وحدة نفسية خوفاً على أرواحهم، وكانت آثارها مرافقة لهم حتى بعد انتهاء الإغلاق.

### 3.3.1.2 أنواع الوحدة النفسية وأبعادها

أشار الحسيني والحمامي (2021) إلى أربعة أنواع من الوحدة النفسية، أهمها:

الوحدة النفسية العابرة؛ والتي تتضمن فترات من الوحدة النفسية على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق والمواءمة.

**الوحدة النفسية التحويلية؛** وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب، لكنهم يشعرون بالوحدة النفسية حديثاً نتيجة لبعض الظروف المستجدة، كالطلاق أو وفاة شخص عزيز.

**الوحدة النفسية المزمنة؛** والتي قد تستمر لفترات طويلة تصل إلى حد السنين، وفيها لا يشعر الفرد بأي نوع من أنواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية.

**الوحدة النفسية الأولية؛** وتوصف على أنها سمة سائدة في الشخصية، أو هي اضطراب في إحدى سمات الشخصية ترتبط أو تتصاحب بالانسحاب الانفعالي عن الآخرين، وفي الوقت الذي يجد فيه كثير من الأفراد ذوي الإحساس بالوحدة النفسية أنفسهم غير قادرين على تكوين علاقات مشبعة، ويحاول بعض هؤلاء الأفراد أن يهربوا من إحساسهم بالوحدة عن طريق الانخراط أو الدخول في علاقات مؤذية أو مرضية مع الآخرين. كذلك فإن الوحدة النفسية الثانوية عادة ما يظهر الشعور بالوحدة النفسية الثانوية في حياة الفرد عقب حدوث مواقف معينة في حياته، كالطلاق أو الترمل أو تصدع في العلاقات العاطفية والحب.

وهناك عدة أنواع من الوحدة النفسية، منها الوحدة النفسية العاطفية؛ والتي تنشأ جراء الافتقار إلى صلة حميمة وثيقة بشخص آخر، فالأفراد الذين قد انفصلوا عن أزواجهم بالوفاة نجدهم يعيشون هذا النوع من الوحدة النفسية، كذلك فقدان العلاقات الودودة والحميمية بشخص معين كوالدين أو شريك يشاطر الشخص تجاربه العاطفية. كذلك هناك الوحدة النفسية الاجتماعية؛ والتي تنشأ من غياب شبكة العلاقات الاجتماعية المشبعة أو كنتيجة ثانوية لفقدان شخص عزيز، ما يؤدي إلى عزلة وجدانية عد الانغماس مع زملاء العمل أو الأقارب (مراكشي، 2014).

وقد اختلفت آراء الباحثين حول أبعاد الشعور بالوحدة النفسية؛ حيث أشار بن عمر (2015) إلى أنه توجد ثلاثة أبعاد أساسية لخبرة الشعور بالوحدة النفسية، وهي:

البعد الأول- المتمثل في العاطفة: حيث يحتاج الأفراد دوماً الى الصداقة العاطفية الحميمة من اشخاص مقربين والى التأييد الاجتماعي، ويتولد الشعور بالوحدة النفسية نتيجة عدم إشباع تلك الحاجات، وعندها يفقد الأفراد الشعور بالعاطفة من قبل الآخرين.

البعد الثاني- هو فقدان الأمل (اليأس والإحباط): وهو شعور الفرد بالقلق المرتفع والضغط النفسي عند التوقع لاحتياجات لا تتحقق، ما يولد الشعور بالوحدة النفسية.

البعد الثالث- المتمثل في المظاهر الاجتماعية: وهي شعور الفرد بالوحدة النفسية الذي يقف حائلاً أمام تكوين الصداقات مع الآخرين، ما يولد الشعور بالاكْتئاب، ويجعل الفرد مستهدفاً للإيمان وانحراف السلوك إلى العنف والعدوان.

وتتميز الوحدة النفسية بالعديد من الخصائص المهمة التي تميزها عن غيرها من المفاهيم الأخرى، وأهم هذه المميزات كما أشار إليها صوفي (2021)، أنها خبرة غير سارة تسبب إحساساً مؤلماً وغير مرغوب فيه يعيشه الفرد نتيجة الانفصال عن بعض الأشخاص، أو مواقف مؤلمة تحيط به، أو موضوعات الوسط الذي يعيش فيه. كما أن الوحدة النفسية تتمثل في مواجهة الأفراد الذين يعانون من الوحدة النفسية لمصاعب في مجالات التآلف والاندماج مع الآخرين، وعدم القدرة على تكوين علاقات منسجمة والارتباط مع الآخرين. وهي أيضاً تمثل إدراكاً ذاتياً للفرد يعبر عن وجود نواقص في نسيج علاقاته الاجتماعية، وأن هذه النواقص قد تكون كمية، وتتمثل في عدم وجود عدد كافي من الأصدقاء، أو قد تكون كيفية وتتمثل في نقص المحبة والألفة والمودة عند الآخرين.

كما أشار القحطاني (Alqahtani, 2020) إلى أن من خصائص الوحدة النفسية كمفهوم تختلف عن العزلة الاجتماعية، وهي تمثل إدراك الفرد بوجود خلل في نسيج العلاقات الاجتماعية قد يكون هذا الخلل كمي كعدم وجود عدد كافي من الأصدقاء، أو يكون كفي كنقص المودة

والمحبة مع الآخرين، كما تعتبر الوحدة النفسية عامل خطر رئيس للاكتئاب والتفكير في الانتحار، إلى جانب ذلك له تأثير على الصحة النفسية والفسولوجية بطريقة قد تسبب حدوث تدهور معرفي، وحدث بعض الأمراض واضطراب النوم، وتراجع أداء الفرد وقدرته على ممارسة أنشطته اليومية.

#### 4.3.1.2 أعراض الشعور بالوحدة النفسية

أشار بن عمر (2015) إلى أن الأفراد الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية، يتسمون بتكوين مشاعر سلبية تجاه الغير، كذلك يكون الشخص الذي يعاني من الوحدة النفسية أكثر سلبية وغير قادرين على الاستجابة في أثناء التفاعلات الاجتماعية. وفي بعض الأحيان يستثيرون ردود أفعال سلبية مع الغير. كذلك الشعور بالخجل والقلق وعدم الارتياح في المواقف الاجتماعية، وغالباً ما يصاحب هذا الشعور الإحساس بالكبت وتجنب الآخرين، والشعور بالاكتئاب وعدم القدرة على التفاعل الطبيعي.

وذكر الغامدي (2020) أن من أهم ما يصاحب هو الشعور بالوحدة النفسية، ومن أعراضها البكاء؛ حيث إن الألم عادة ما يتلازم مع الدموع، ومن أجل ذلك فإن الوحدة النفسية أيضاً تتلازم مع الدموع، كذلك المشاعر الخفية؛ إذ إن بعض الأفراد الوحيدين يتدبرون مع الوحدة النفسية من خلال إخفاء مشاعرهم، فالبعض يخاف من البوح بمشاعره إذا اعتقد أنه سوف يسبب له السخرية أو الرفض، ويخفي الكشف عن أي إشارة للضعف مثل الوحدة النفسية. كذلك البلادة والخمول؛ حيث تترافق الوحدة النفسية أيضاً مع فترة خمول مثل المكوث في الفراش، الجلوس، التوقع، وخلال فترات الخمول هذه يكون الأفراد المنعزلون غارقين في أفكارهم، فهم إما يحلمون في صديق يكون كاملاً أو يفكرون في أشياء أخرى تستحوذ على أفكارهم. ومن أهم الأعراض أيضاً الانسحاب والاستغراق في أحلام اليقظة، إضافة إلى الانتحار؛ حيث يفكر البعض بأن الموت هو الطريق

الوحيد للهروب من الوحدة النفسية. وكذلك التدين، فهو طريق آخر من طرق التعاطي مع الوحدة النفسية؛ حيث يشعر البعض بأن الدين هو علاج ناجح لقهر وحدتهم النفسية.

### 7.3.1.2 مكونات الشعور بالوحدة النفسية

حاول الكثير من العلماء وضع تصور لمكونات الوحدة النفسية، وقد وضع روكاش "Rokash"

أنموذجاً يتكون من أربعة مكونات أساسية للشعور بالوحدة النفسية، هي (بن عيسى، 2020):

**المكون الأول- اغتراب الذات:** وهو يتمثل في شعور الفرد بالفراغ الداخلي والانفصال عن الآخرين واغترابه عن نفسه وهويته والحط من قدر الذات.

**المكون الثاني- العزلة في العلاقات الشخصية المتبادلة:** ويتمثل ذلك في شعور الفرد بالوحدة انفعالياً، وجغرافياً، واجتماعياً، وشعوره بعدم الانتماء، وإدراكه للغياب الاجتماعي والشعور بالخذلان والضجر.

**المكون الثالث- الألم والصداع الخفيف:** الذي يتمثل في الهياج الداخلي والثوران الانفعالي للفرد وسرعة الحساسية والغضب، الارتباك، اللامبالاة الذي يستهدف الأفراد الشاعرين بالوحدة النفسية.

**المكون الرابع- ردود الأفعال الموجهة الضاغطة:** حيث يتكون ذلك كنتاج لمزيد من الألم والمعاناة من الخبرة المعاشة للشعور بالوحدة النفسية.

كما تناول الغامدي (2020) مكونات الشعور بالوحدة النفسية، وأهمها إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والتواد والحب من قبل الآخرين، كذلك إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الوسط المحيط بصاحبها أو يترتب عليها فقد الثقة بالآخرين. وأيضاً معاناة الفرد لعدد من الأعراض العصابية كالإحساس بالملل وانعدام القدرة على تركيز الانتباه والاستغراق في أحلام اليقظة، وإحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة لانخراطه في علاقات مشبعة مثمرة مع

الآخرين. كما أن مشاعر الوحدة تنتج من الحاجة للارتباط مع آخرين على أساس من الود والمحبة، وإلى مقدرة الفرد على التعبير عن أفكاره وعواطفه بحرية تامة، وبدون خوف من الفرض أو سوء الفهم، وأن الوحدة أو الإحساس بها لا تحدث لكون الإنسان منفرداً، بل هي نتيجة لنقص العلاقة الوثيقة والودودة مع شخص آخر، أو نتيجة نقص في نسيج العلاقات الاجتماعية التي يكون فيها الفرد جزءاً من مجموعة من الأصدقاء يشتركون في الاهتمامات والأنشطة.

### 3.3.1.2 النظريات المفسرة للشعور بالوحدة النفسية

تناولت العديد من النظريات مفهوم الشعور بالوحدة النفسية أو الوحدة النفسية بشكل عام، ومن

أهم هذه النظريات:

#### نظرية التحليل النفسي:

وصف فرويد "Freud" الشعور بالوحدة النفسية باعتباره يمثل تنافر الهو "Id" والأنا "Ego" والأنا العليا "Super ego"، فينتج سوء في التكيف والتوافق، يبدأ بالفرد ذاته وينتقل إلى المحيطين به، وتعود أسبابها إلى عزلة وانسحاب نشأت أثناء الطفولة تسمى بالقلق العصابي الطفولي (فرويد، 1988)، فيما ذهب أدلر "Adler" إلى شعور سببه نقص الاهتمام الاجتماعي للفرد فيصبح عارض مرضي عصابي قد تعود أسبابه إلى نشأته في الطفولة (أدلر، 1996)، وتناولها كارل يونغ "Carl Jung" بعملية نمو للفرد بعلاقته مع الآخرين تهدف إلى النمو بالبنية الأساسية لديه من "القناع، الظل، الأنيميا، الأنييموس"؛ حيث يحاول الفرد التوافق مع الحياة حوله، فإذا عجز عن ذلك ينتج لديه الشعور بالوحدة النفسية (يونغ، 1997)، وهذا ما أكده العالم فروم "Fromm" بأن الشعور بالوحدة النفسية هي حالة طبيعية تمر بها البشرية نتيجة سعي الإنسان للحصول على حرية أكثر، فكلما قلت الحرية زادت الوحدة النفسية، وهو ما تناوله في كتابه "الهروب من الحياة Escape From

"Freedom" (فروم، 2009)، وأكد سوليفان (Sullivan, 1953) على أن احتياجات الناس تتغير في مراحل نمو مختلفة، وأن رغبتهم في أن يكونوا مع أشخاص آخرين ليست ثابتة حتى في مرحلة معينة من دورة الحياة، فهناك عوامل كثيرة تساهم في ذلك مثل المزاج والتقلبات التي تمر بالحياة والإعداد المادي، وكل هذا قد يدفع بالأفراد إلى الوحدة النفسية (شاهين، 2019).

### نظرية الحاجات الإنسانية لأبراهام ماسلو Maslow:

ترى نظرية الحاجات الإنسانية أن وجود أصدقاء وعائلة وأشخاص آخرين يمكننا التحدث إليهم هو حاجة نفسية، فالحاجة النفسية هي شيء مهم لصحتنا العقلية والشعور بالسعادة. عندما لا يتم تلبية هذه الاحتياجات، يصعب علينا الوصول إلى قمة الهرم والتفاعل مع أشياء مثل الإبداع، ويصعب علينا أيضاً تحقيق التوافق ويصبح هناك خلل، فمن الضروري وجود أشخاص يمكننا التحدث إليهم حول ما يحدث في حياتنا والتعبير عن مشاعرنا وأفكارنا سواءً أكانت جيدة أم سيئة، إضافة إلى ضرورة انتماء الفرد إلى مجتمعه وأدائه دور فعال فيه وشعوره بدعم الآخرين، ويساهم كل ما سبق في تحقيق التوازن لدى الأفراد ويقلل من ظهور اضطراب الشعور بالوحدة النفسية، التي قد تؤدي إلى الوفاة، وهذا ما تناوله هرم ماسلو بتدرج منتظم لتحقيق التوافق للأفراد (Rathunde, 2001).

### النظرية المعرفية:

يرى أصحاب النظرية المعرفية أن الشعور بالوحدة النفسية يعود إلى الأفكار والتصورات الخاطئة التي يحملها الفرد عن ذاته، والتصورات هذه ما هي إلا طريقة لتفسير والتفكير حول واقعنا اليومي. كما يعتبرون أن كلاً من السلوك والوجدان إنما يتحدان من خلال عمليات معرفية ضمنية،

وهذا يجعل المهارات الاجتماعية لشخص ما تختل بتأثير من أفكاره غير الواقعية وغير المتوافقة. فقد يظن هذا الشخص أن زملاءه سوف يرفضونه إذا حاول أن يعقد صداقات معهم. ويؤدي هذا الظن إلى إثارة قلقه وتوتره إلى الحد الذي يدفعه إلى تجنب الآخرين، والعزوف عن المبادرة بتفاعل اجتماعي كي لا يوقع نفسه في الحرج الناتج عن نبذ الآخرين وإهمالهم له (شاحب، 2017).

## 2.2 الدراسات السابقة

يعرض هذا الجزء من الفصل الثاني الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة الثلاثة: إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، وقد عرضت هذه الدراسات من الأحدث إلى الأقدم سواءً أكانت باللغة العربية أم باللغة الإنجليزية، تتبعها تلخيص وتعقيب على هذه الدراسات في إطار متغيرات الدراسة الحالية، وما يخدم التفسير والمناقشة للنتائج.

### 1.2.2 الدراسات المتعلقة بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي

هدفت دراسة الصوافي وآخرون (2022) الكشف عن مستوى إدمان الإنترنت، ومستوى الصحة النفسية في فترة التعلم عن بعد، ودراسة العلاقة بين الإدمان على الإنترنت والصحة النفسية، والتحقق من الفروق في إدمان الإنترنت والصحة النفسية. استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، من خلال تطبيق مقياس الإدمان على الإنترنت ومقياس الصحة النفسية على عينة ضمت (791) من طلبة البكالوريوس في الجامعات والكليات الحكومية والخاصة في سلطنة عمان. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن إدمان الإنترنت لدى الطلبة جاء بدرجة "متوسطة"، كما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين الإدمان على الإنترنت والصحة النفسية لدى الطلبة، وكذلك أشارت النتائج 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 (قوة الإنترنت) لصالح الشبكة الضعيفة.

وهدفت دراسة **عكاشة (2021)** التعرف إلى مستوى إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من الضغوط النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الجنوبية، وتقصي الفروق في متوسطات هذه المتغيرات تبعاً لمتغير: الجنس، مكان السكن، المستوى الاقتصادي. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي؛ إذ طبقت مقاييس: إدمان الإنترنت، الضغوط النفسية، ومستوى الطموح، على عينة ضمت (203) من طلبة الجامعة في فروع المحافظات الجنوبية في فلسطين، اختيروا بطريقة العينة المتسيرة لصعوبة التواصل مع كل أفراد مجتمع الدراسة بسبب الظروف التي فرضتها جائحة كورونا. أظهرت النتائج مستوى متوسط لإدمان الإنترنت لدى الطلبة؛ ولم تكن الفروق دالة باختلاف كل من: الجنس، مكان السكن، المستوى الاقتصادي، وأشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً، بينما كانت العلاقة طردية ودالة بين إدمان الإنترنت والضغوط النفسية لدى الطلبة.

وسعت دراسة **عبد الحكيم (2021)** للتعرف إلى المخاطر الأمنية والاجتماعية لمواقع التواصل الاجتماعي على الطلبة بجامعة جنوب الوادي بقنا، بهدف تجنب تلك المخاطر وتحقيق الاستخدام الأمثل لهذه المواقع. وقد تكونت عينة الدراسة من (2494) طالباً وطالبة من جميع الكليات بجامعة جنوب الوادي بقنا، وأظهرت النتائج أن أكثر مواقع التواصل الاجتماعي استخداماً من قبل الطلبة هو موقع الفيس بوك بنسبة مئوية بلغت (68.8%)، كما توصلت الدراسة إلى أن أكثر المخاطر الأمنية لمواقع التواصل الاجتماعي هي نشر الأخبار والأحداث دون التأكد من صحتها بنسبة بلغت (54.3%)، وتؤثر مواقع التواصل الاجتماعي فكرياً على المستخدمين بنسبة بلغت (46.6%)، وأن أكثر المخاطر الاجتماعية لمواقع التواصل الاجتماعي تتلخص في سيطرة الأوهام على الحقيقة

ونشر الرذيلة بين الشباب بنسبة بلغت (35.4%)، وترويج الثقافة الغربية في البلاد العربية بنسبة بلغت (40.4%).

وحاولت دراسة **موسى (2021)** معرفه مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة ود مدني الأهلية، وعالجته بمتغيرات (نوع اللغة المستخدمة في التواصل، والمواد الثقافية المفضلة)، اتبع المنهج الوصفي التحليلي، وشملت عينه الدراسة (183) من طلبة الجامعة، وجمعت البيانات باستخدام مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي. أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة تبعاً لنوع اللغة المستخدمة في التواصل، والمواد الثقافية المفضلة.

وهدفت دراسة **الكنزي (2021)** للتعرف إلى الآثار السلبية للإنترنت على طلبة الجامعات والوقوف على أسباب إدمان الطلبة الجامعيين له؛ باستخدام منهج المسح الاجتماعي عن طريق العينة القصدية وفق طريقة الاختيار المتناسب بمراعاة الحجم حسب الإحصائية المتحصل عليها، وتخص طلبة جامعة القضارف وكلياتها المتعددة، فتكونت العينة من (100) طالب وطالبة. أظهرت النتائج أن الإنترنت يؤدي إلى الإهمال في الواجبات الجامعية كما يضعف البصر ويعلم العنف من خلال مشاهدة الأفلام ويؤثر على العلاقات الاجتماعية كما يؤدي إلى الضغط على المصروفات؛ الأسرية وتكوين جماعات ضارة في المجتمع ويقلل الولاء والانتماء وخفض قيمة العمل اليدوي، وغيرها من النتائج.

وهدفت دراسة **كريري وقحل (2021)** التعرف إلى العلاقة بين القابلية للاستهواء وإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، واستخدمت الدراسة منهج وصفي ارتباطي، على عينة تكونت من (530) طالباً وطالبة من جامعة جازان، طبق عليهم مقياس القابلية للاستهواء، ومقياس

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين القابلية للاستهواء وإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وإمكانية التنبؤ بالقابلية للاستهواء من خلال إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، كما اختلف متغير القابلية للاستهواء، وكذلك متغير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي باختلاف النوع وذلك باتجاه النوع، ولم توجد فروق لمتغير القابلية للاستهواء وكذلك متغير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي باختلاف نوع الكلية، كما اختلف متغير القابلية للاستهواء وكذلك متغير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي باختلاف نوع السكن وذلك باتجاه طلبة سكان المدينة، وأخيراً توصلت النتائج إلى انخفاض مستوى انتشار القابلية للاستهواء وانخفاض مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة لدى الطلبة.

أما دراسة **عثماني وآخرون (Usmani et al., 2021)**، فهدفت إلى تقييم مدى انتشار إدمان الإنترنت لدى طلبة الطب وارتباطه بجودة نومهم وجودة الحياة. أجريت دراسة مقطعية في معهد رعاية من المستوى الثالث، جامعة مهاريشي ماركهاندشوار في الهند، وتكونت العينة من (592) طالباً من مختلف التخصصات، طبق عليهم اختبار إدمان الإنترنت (IAT)، ومؤشر جودة النوم الجسدي (PSQI)، وجودة الحياة 10 (QOL-10). أظهرت النتائج أن انتشار إدمان الإنترنت (13.5%) و (1.5%) للإدمان المعتدل والشديد على التوالي، كما بينت النتائج ارتباط شدة إدمان الإنترنت بشكل كبير بقلة النوم وانخفاض جودة الحياة.

بينما سعت دراسة **فانتا (Fantaw, 2021)** إلى تحديد العلاقة بين إدمان الإنترنت والرفاهية النفسية بين طلبة الجامعة في جامعة أديس أبابا، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من (304) من الطلبة الجامعيين (ذكور = 156، إناث = 148)، وأداة الدراسة المُستخدَمة مقياس إدمان الإنترنت ليونغ (20)، ومقياس الرفاهية النفسية. أظهرت نتائج الدراسة أن (28.2%) من المشاركين مدمنون على الإنترنت، وكانت نسبة إدمان الإنترنت متوسطة لدى أفراد العينة الذين

يستخدمون الإنترنت لغرض الترفيه، وهم أكثر عرضة لإدمان الإنترنت مقارنة بالطلبة الذين يستخدمون الإنترنت للأغراض الأكاديمية، كما لوحظ وجود مُستوى أعلى من إدمان الإنترنت بين الطلبة الذين استخدموا الإنترنت لأكثر من ست ساعات يوميًا مقارنة بأولئك الذين استخدموه لمدة ساعتين أو أقل، ووجد أن غالبية (90.1%) من حالة الرفاه النفسي للطلبة مرتفعة، بالمقارنة مع طلبة السنة الثانية، وكان طلبة السنة الأولى والثالثة يتمتعون بحالة أعلى نسبيًا من الرفاهية النفسية، وظهر أن قضاء أكثر من ست ساعات على الإنترنت يوميًا يرتبط أيضًا بانخفاض حالة الرفاهية النفسية، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباط عكسية بين إدمان الإنترنت والرفاهية النفسية لدى الطلبة.

وحاولت دراسة **عمران (2021)** التحقق من إمكانية تنبؤ كل من الشعور بالوحدة النفسية، والقلق من فيروس كورونا، والدعم الاجتماعي المدرك، في إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة لدى طلبة كلية التربية بأسبوط، وإمكانية تنبؤ كل من الشعور بالوحدة النفسية، والقلق من فيروس كورونا، والدعم الاجتماعي المدرك بإدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، وبلغت العينة الأساسية (104: 98 إناث، 6 ذكور)، وتوصلت النتائج إلى إمكانية تنبؤ كل من الشعور بالوحدة النفسية، والقلق من فيروس كورونا، والدعم الاجتماعي المدرك في إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة، وأسفرت نتائج تحليل المسار عن مؤشرات حسن مطابقة جيدة للنموذج المقترح.

وحللت دراسة **بلاسكو وآخرون (Blasco et al., 2020)** إدمان مواقع شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالقلق لدى عينة من طلبة الجامعة عددها (361) (طلبة الكلية، الماجستير، والدكتوراه)، بما يشكل نسبة (87.5%) إناث، و (12.5%) ذكور، بمتوسط عمري قدره 32.58 (انحراف معياري = 12.03)، و32.36 (انحراف معياري = 10.21) على التوالي، وجرى قياس إدمان

مواقع شبكات التواصل الاجتماعي باستخدام استبيان إدمان شبكات التواصل الاجتماعي (SNA) (the Social Network Addiction، وقياس القلق باستخدام استبيان Beek للقلق، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة بين إدمان شبكات التواصل والقلق، ووجود علاقة سالبة دالة بين إدمان شبكات التواصل والعمر.

وسعت دراسة القحطاني (Alqahtani, 2020) للتعرف إلى العلاقة بين مستوى إدمان الإنترنت والوحدة والرضا عن الحياة بين علوم الصحة وإعادة التأهيل؛ حيث استخدم التصميم الوصفي الارتباط لتحقيق هذا الهدف، وأجريت هذه الدراسة على طلبة جامعة الأميرة نورة بالرياض. استخدمت العينة العنقودية متعددة المراحل لتحديد حجم العينة التي كانت (180) طالبة، طبق عليهن مقياس إدمان الإنترنت (UCLA Loneliness Scale (ULS) (IAS)، ومقياس الرضا عن الحياة (SWLS). كشفت النتائج أن معظم المشاركات لم يكن مدمنات على الإنترنت، وكان لديهن مستوى معتدل من الشعور بالوحدة وكن راضيات للغاية عن حياتهن. بناءً على هذه النتيجة، استنتج أنه لا توجد علاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة والرضا عن الحياة ( $p > 0.01$ ). كما أشارت النتائج أن خطر الإدمان الداخلي بين الطالبات اللواتي تتراوح أعمارهن بين 18 و 24 عامًا يتزايد في العديد من البلدان اليوم.

وحاولت دراسة الصبان (2019) معرفة علاقة إدمان الطلبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بالأمن النفسي، والتورط في الجرائم السيبرانية. استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق مقاييس: الأمن النفسي، والتعرض للتورط في الجرائم السيبرانية عبر وسائل التواصل الاجتماعي، ومقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، على عينة ضمت (252) طالباً في جامعة طيبة بالمدينة المنورة. أظهرت النتائج أن أغلب الطلبة يمتلكون حسابات على مواقع التواصل الاجتماعي (95.6%)، وأكثرها استخداماً تطبيق "سناشات" (23.0%)، وتستخدم غالباً بما

يزيد عن أربع ساعات يومياً (46.8%)، وذلك لغرض التسلية بالدرجة الأولى (45.2%)، ووجود علاقة ارتباطية سالبة وتنبؤية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الطلبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وبين أمنهم النفسي، كما ظهر أن استخدام الطلبة لمواقع التواصل الاجتماعي كان له علاقة ارتباطية موجبة وتنبؤية دالة إحصائياً بمدى تعرضهم للتورط في الجرائم السيبرانية عبر تلك الوسائل، وتبين أن تعرض الطلبة للجرائم السيبرانية عبر تلك المواقع كان له علاقة ارتباطية سالبة وتنبؤية دالة إحصائياً بأمنهم النفسي.

وهدفنا دراسة **موسى وجبريل (2018)** إلى التعرف إلى مستويات التواصل الإلكتروني (مرتفع، متوسط، منخفض) وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية. استخدم الوصفي التحليلي من خلال تطبيق مقياس التواصل الإلكتروني، مقياس التوافق النفسي، على عينة الدراسة من (400) طالباً وطالبة بالصف الثاني الثانوي العام، الذين تراوحت أعمارهم ما بين (15-17) عام. أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلبة المرحلة الثانوية ومتوسطي درجات طالبات المرحلة الثانوية في الدرجة الكلية لكل من التواصل الإلكتروني والتوافق النفسي، ولا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلبة الشعبة العلمية بالمرحلة الثانوية، ومتوسطي درجات طلبة الشعبة الأدبية بالمرحلة الثانوية في الدرجة الكلية لكل من: التواصل الإلكتروني والتوافق النفسي، ولا يمكن التنبؤ بمستوى التواصل الإلكتروني (المنخفض - المتوسط - المرتفع) لدى طلبة المرحلة الثانوية من خلال درجاتهم على مقياس التوافق النفسي.

وهدفنا دراسة **مفتاح (2017)** إلى بحث علاقة إدمان الإنترنت بالصلابة النفسية، وكذلك التعرف إلى الفروق بين متوسطات أفراد العينة في إدمان الإنترنت والصلابة النفسية، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (142) طالباً وطالبة من كليتي التربية والعلوم بترهونة، طبق عليهم مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس الصلابة النفسية، وأظهرت النتائج

وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس إدمان الإنترنت ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية، كما توجد فروق بين الجنسين من طلبة الكليتين في إدمان الإنترنت لصالح الإناث.

وهدفت دراسة **قدوري (2015)** التعرف إلى العلاقة بين إدمان استخدام الإنترنت ببعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلبة جامعة غرداية، ولتحقيق هدف الدراسة تم توظيف المنهج الوصفي التحليلي. وتكونت عينة الدراسة من طلبة جامعة غرداية، والبالغ عددها (1200) طالباً وطالبة، اختيرت بطريقة عشوائية على مستوى كليتي العلوم والتكنولوجيا وكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، طبق عليهم مقياس استخدام الإنترنت - قائمة الأعراض المعدلة على عينة البحث، إضافة إلى مقياس الحالة النفسية للمراهقين والراشدين. أظهرت نتائج الدراسة بأن هناك علاقة بين إدمان استخدام الإنترنت وبعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة الدراسة. كما أشارت الدراسة إلى أن هناك فروق بين مدمني استخدام الإنترنت وغير مدمني استخدام الإنترنت في بعض أعراض الاضطرابات النفسية لصالح المدمنين، وأظهرت النتائج أن هناك فروق في بعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة البحث تبعاً لمتغير الجنس.

وحاولت دراسة **إلييم (Elyemm, 2014)** الكشف عن العلاقة بين إدمان طلبة الجامعة لمواقع التواصل الاجتماعي والأمن النفسي، وذلك من خلال اختبار تأثير الإدمان على الكفاءة الذاتية والتفاؤل والأمل والمرونة. ولتحقيق هدف الدراسة، استخدم المنهج الوصفي من خلال تطبيق مقياس الأمن النفسي على عينة عشوائية من طلبة الجامعات في تركيا، والبالغ عددهم (209) طالباً وطالبة. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة نتائج أهمها أن حالات التواصل بين الأفراد سواءً التبادلية أم التواصلية لم تؤثر في تعزيز الحالة النفسية الإيجابية، وهو ما يؤكد أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعية أثر بشكل سلبي على الأمن النفسي لدى طلبة عينة الدراسة.

وهدفت دراسة فاستلي (Vastly, 2012) التعرف إلى واقع استخدام الشباب الجامعي الروسي لمواقع التواصل الاجتماعي. ولتحقيق هدف الدراسة، استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال استخدام أداة المقابلة الشخصية للحصول على المعلومات؛ حيث طبقت الدراسة على عينة مكونة من (14) من الشباب الجامعي ممن تتراوح أعمارهم ما بين (22-28) عام، في مدينة سان بطرسبرج الروسية. وتوصلت الدراسة إلى العديد من النتائج من أهمها أن مواقع التواصل الاجتماعي توفر العديد من مزايا الاتصال الشخصي، ما يجعلها ثرية بالمعلومات مثل الاتصال السهل والمجاني بين المستخدمين، بالإضافة إلى الخصوصية في الاتصال، كما أن أسباب استخدام الشباب لمواقع التواصل تمثلت في: الحصول على المعلومات، والاتصال الشخصي مع الأهل والأصدقاء، والاستفادة من تجارب الآخرين.

## 2.2.2 الدراسات المتعلقة بالعزلة الاجتماعية

هدفت دراسة عقاد وطاققه (2022) للتعرف إلى واقع استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وأثره في العزلة الاجتماعية والإشباع المتحققة للطالبات الصم في المرحلة الثانوية. استخدم المنهج الوصفي، من خلال تصميم استبانة وتوزيعها على عينة طبقية عشوائية مكونة من (59) طالبة من الطالبات الصم في المرحلة الثانوية بمنطقة مكة المكرمة، موزعة على (3) مدن، وهي: (مكة - جدة - الطائف). وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن درجة الإشباع المتحققة من استخدام شبكات التواصل الاجتماعي لدى الطالبات الصم كانت مرتفعة بمتوسط (2,3729)، كما أشارت النتائج إلى وجود أثر ذي دلالة إحصائية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي في الإشباع المحققة لديهن، تتمثل في وجود علاقة ارتباطية طردية قوية بينهما. وأن درجة العزلة الاجتماعية لديهن كانت مرتفعة بمتوسط (2,4495)، وأظهرت النتائج

وجود أثر ذي دلالة إحصائية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي في العزلة الاجتماعية لديهم، تمثل في وجود علاقة ارتباطية طردية قوية بينهما.

وسعت دراسة **حمروش (2021)** إلى الكشف عن العلاقة بين الفيسبوك والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال تصميم استبانة وتوزيعها على عينة الدراسة في طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، والبالغ عددها (90) طالباً وطالبة. أظهرت النتائج أن موقع الفيسبوك يحتل موقع الصدارة كموقع تواصل اجتماعي مفضل لدى الشباب. كما أن مستخدمي الموقع التفاعلي الفيسبوك هي فئة الشباب، الذين أعمارهم ما بين (18-26) عام، وهي أكثر الشرائح العمرية تأثراً بهذا الموقع. وتمثلت أهم دوافع استخدام موقع الفيسبوك في التسلية والترفيه والتفاعل والتواصل الاجتماعي، وتشكلت الأبعاد السلبية لموقع الفيسبوك على الشباب (الطلبة الجامعيين) خاصة في العزلة الاجتماعية، والإدمان، وتقليل التواصل مع الأصدقاء، وإنشاء لغة شبابية جديدة.

وهدفت دراسة **الحويج (2021)** التعرف إلى طبيعة العلاقة بين إدمان الإنترنت بالعزلة الاجتماعية لدى الشباب. ولتحقيق هدف الدراسة، استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، من خلال تطبيق مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس العزلة الاجتماعية، على عينة مكونة من طلبة مرحلة التعليم الجامعي من جامعة المرقب- كليتي العلوم والآداب، والبالغ عددهم (100) طالباً وطالبة. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين إدمان الإنترنت والعزلة الاجتماعية. وأوصت الدراسة بضرورة تعزيز دور الأسرة والمدرسة في تأصيل القيم الحميدة لدى الشباب والأطفال، ومحاولة إدخال الأنشطة الاجتماعية المختلفة لتشجيع الشباب على الاندماج والتفاعل الاجتماعي، وتوعية الأسرة إعلامياً بمدى خطورة الإفراط في استخدام وسائل الاتصال الحديث بشكل متواصل وآثاره السلبية التي قد تؤدي إلى الضرر بالشباب وإلى تدمير الأسرة.

وحاولت دراسة تشو وآخرون (Chu et al., 2021) تقصي ما إذا كان إدمان الإنترنت قد توسط في العلاقة بين الدعم الاجتماعي والعنف عبر الإنترنت، بالإضافة إلى الارتباط المباشر بين الدعم الاجتماعي والتسلط عبر الإنترنت بسبب الإجهاد، واختبر النموذج النظري باستخدام البيانات التي جمعت من (1067) من طلبة الجامعات الصينية، واستخدمت مقاييس لتقييم دعمهم الاجتماعي، وإدمان الإنترنت، والعنف عبر الإنترنت، بالإضافة إلى مستوى الإجهاد. وأشارت النتائج إلى أن إدمان الإنترنت توسط جزئياً في العلاقة بين الدعم الاجتماعي والعنف عبر الإنترنت، بينما لعب التوتر دوراً معتدلاً في المرحلة الأولى، وكان تأثير الدعم الاجتماعي على إدمان الإنترنت مهماً فقط لطلبة الجامعات تحت ضغط منخفض، وسلطت النتائج الضوء على أهمية تحديد الآليات التي تعمل على توسط المسارات الوسيطة بين الدعم الاجتماعي والعنف عبر الإنترنت للشباب.

وسعت دراسة باشه وآخرون (2021) إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (60) تلميذ من تلاميذ المرحلة الإعدادية، طبق عليهم مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ومقياس العزلة الاجتماعية، وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى متوسط في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية، وحددت مستويات إدمان مواقع التواصل لمرتفعي الإدمان والأقل من المتوسط وفوق المتوسط، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط مدمني مواقع التواصل الاجتماعي وغير مدمني مواقع التواصل في العزلة الاجتماعية، ما يشير إلى وجود أثر لمستوى الإدمان على العزلة الاجتماعية؛ حيث لوحظ أن مدمني التواصل أكثر عزلة من غير

مدمني مواقع التواصل الاجتماعي، نتيجة ارتفاع المتوسط عن متوسط غير مدمني مواقع التواصل الاجتماعي.

وحاولت دراسة رحيم وآخرون (Rahiem et al, 2021) الكشف عن كيفية إدراك الشباب لصحتهم النفسية بعد عزلهم لمدة عام ونصف خلال جائحة COVID-19، باستخدام المنهج الوصفي (السردي)، على عينة (166) طالباً جامعياً في جاكرتا بإندونيسيا، واستخدمت الكتابة كأداة للدراسة؛ حيث كتب الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين (17 و 22) عامًا مقالات عاكسة عبر الإنترنت حول عواقب العزلة الاجتماعية بسبب كورونا الممتدة على صحتهم النفسية، قدمت استراتيجية جمع البيانات هذه فهماً عميقاً للظاهرة من خلال روايات أولئك الذين عانوا منها، وحددت سبعة مواضيع تعبر عن الصحة النفسية المتصورة للشباب من خلال التحليل الموضوعي الاستقرائي الانعكاسي: (1) آلام الوحدة والغربة؛ (2) حالة من "الانكسار" الناتجة عن المعاناة والضيق العاطفي. (3) الإحباط والارتباك والغضب. (4) تجربة المشاعر المتضاربة؛ (5) عدم اليقين بشأن كل من الحاضر والمستقبل؛ (6) الشعور بالهدف والوفاء؛ و (7) الرجوع إلى الإيمان، وأظهرت النتائج رؤى مهمة حول رفاهية الشباب الإندونيسي بعد القيود الاجتماعية الممتدة بعد تفشي المرض.

وهدفت دراسة جيلان وأحمد (2021) إلى تناول واقع الدعم الاجتماعي المُدرَك وعلاقته بإدمان الإنترنت لدى المراهقين في المجتمع السعودي، وذلك من خلال رصد طبيعة هذه العلاقة كما هي في الواقع، ولتحقيق هدف الدراسة استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من المراهقين الذين أعمارهم أكبر من (13) عام، وهم من الطلبة والطالبات الذين يدرسون في المرحلة المتوسطة والثانوية بالمملكة العربية السعودية، طبق عليهم مقياس الدعم الاجتماعي للمراهقين، والمقياس التشخيصي لإدمان الإنترنت، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية

سالية ذات دلالة إحصائية بين الدعم الاجتماعي المدرك وإدمان الإنترنت لدى المراهقين في المجتمع السعودي، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الدعم الاجتماعي المدرك وإدمان الإنترنت على بُعد دعم الوالدين، وبُعد دعم المعلمين، وبُعد دعم الزملاء وجاءت العلاقة سلبية، وبينت النتائج عدم وجود تأثير لمتغير الجنس في العلاقة بين الدعم الاجتماعي المدرك وإدمان الإنترنت لدى المراهقين.

أما دراسة راضي وحسن (2020)، فهدفت إلى معرفة اضطراب إدمان الإنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، وقد استخدم فيها المنهج الوصفي الارتباطي، وتألفت عينته من (200) طالباً، بينما أدوات الدراسة مقياس اضطراب إدمان الإنترنت، وخرجت النتائج بأن عينة البحث تتصف بإدمان الإنترنت، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب إدمان الإنترنت بين الذكور والإناث حسب متغير الجنس، فيما أشارت النتائج إلى فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب إدمان الإنترنت بين طلبة الجامعة من ذوي التخصص العلمي وأقرانهم من ذوي التخصص الإنساني، لصالح التخصص الإنساني.

وهدفت دراسة بوفنيزية وآخرون (2019) للتعرف إلى العلاقة الارتباطية بين العزلة الاجتماعية والاعتراب النفسي لدى الشباب على نطاق الأسرة والمجتمع بعد التعرض والاستخدام الكثيف لمواقع التواصل الاجتماعي. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي من خلال الاستبانة والمقابلة المقننة، وقد شملت عينة الدراسة (300) طالباً وطالبة من طلبة جامعة المنيا، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى العينة المدروسة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس، كما توجد فروق ذات

دلالة إحصائية بين أفراد العينة في متوسط درجاتهم على مقياس العزلة الاجتماعية والاعتراب النفسي تبعاً لمتغير الجنس.

وهدفت دراسة قرقوري (2019) للتعرف إلى علاقة الإدمان على استخدام موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك بالعزلة الاجتماعية لدى فئة المراهقين، إضافة إلى مقارنة درجة الفروق بين الإناث والذكور في الاستخدام المفرط لهذه المنصة الإلكترونية، وقد اعتمدت على عينة الدراسة المقدره ب (100) تلميذة وتلميذ يدرسون بثانوية طارق بن زياد من المستويات الدراسية الثلاثة (أولى، ثانية، ثالثة ثانوي)، باعتماد تقنية المعاينة القصدية، وزعت عليهم استمارة استبيان لمقياس إدمان الفيسبوك ومقياس العزلة الاجتماعية، وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً في درجات مقياس إدمان الفيسبوك تعزي لمتغير الجنس لصالح الذكور، ووجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان استخدام موقع الفيسبوك والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين، وبين زيادة مستوى إدمان المراهق على موقع الفيسبوك وزيادة مستويات العزلة الاجتماعية.

وسعت دراسة زندي (2017) إلى الكشف عن العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي وظهور العزلة الاجتماعية. ولتحقيق هدفها هدفت الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق مقياس مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس العزلة الاجتماعية على عينة مكونة من (180) طالباً وطالبة. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التواصل عبر المواقع الاجتماعية لدى الشباب الجامعي في متغير الجنس.

وسعت دراسة لودر (Lodder, 2016) إلى الكشف عن مستوى العزلة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس الدنمارك وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لديهم، حيث استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق مقياس العزلة الاجتماعية ومقياس العزلة الاجتماعية على

عينة الدراسة المكونة من (1342) من طلبة المراحل الثانوية في الدنمارك، اختيروا بالطريقة العشوائية، وأشارت النتائج إلى أن مستوى العزلة الاجتماعية لدى المراهقين كان مرتفعاً، وأن هناك فروق دالة إحصائياً في العزلة الاجتماعية تعزى للجنس ولصالح الذكور، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين العزلة الاجتماعية والمهارات الاجتماعية.

وهدف دراسة ابرييم (2015) التعرف إلى العلاقة بين الإدمان على الإنترنت وبين متغير العزلة الاجتماعية لدى عينة من طلبة جامعة أم البواقي، والفروق بين الجنسين في إدمان الإنترنت. استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس العزلة الاجتماعية. تكونت عينة الدراسة من (194) طالباً وطالبة من معظم الكليات، وأظهرت النتائج أن إدمان الإنترنت والعزلة الاجتماعية جاءا بمستوى مرتفع، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ترابط موجبة بين إدمان الإنترنت والعزلة الاجتماعية لعينة من طلبة جامعة أم البواقي، ووجود فروق بين الذكور والإناث من الطلبة في درجة إدمان الإنترنت لصالح الطلبة الذكور.

وسعت دراسة ميشيل (Meshel, 2015) للتعرف إلى أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق استبانة على عينة بلغ قوامها (1600) شاب من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي في بريطانيا، وقد أظهرت النتائج أن أكثر من نصف الأشخاص البالغين الذين يستخدمون مواقع من بينها (الفايس بوك، وبيبو، ويوتيوب)، قد اعترفوا بأنهم يقضون وقتاً أطول على شبكة الإنترنت من ذلك الوقت الذي يقضونه مع أصدقائهم الحقيقيين أو مع أفراد أسرهم. وأظهرت النتائج أيضاً أنهم يتحدثون بصورة أقل عبر الهاتف، ولا يشاهدون التلفاز كثيراً، ويلعبون عدداً أقل من ألعاب الكمبيوتر، ويرسلون كمية من الرسائل النصية وكذلك البريدية، وبينت النتائج أن (53) من الذين شاركوا في الدراسة المسحية، قد تسببت شبكات التواصل الاجتماعي في تغيير أنماط حياتهم، وأن نصف

مستخدمي الإنترنت في بريطانيا هم أعضاء في أحد مواقع التواصل الاجتماعي، مقارنة بـ (27%) في فرنسا، و (33%) في اليابان، و(40%) في الولايات المتحدة.

وسعت دراسة إيراني (Irani, 2014) إلى الكشف عن مستوى العلاقات الاجتماعية والعزلة الاجتماعية لدى طلبة الجامعات، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال تصميم مقياس العزلة الاجتماعية وتطبيقه على عينة الدراسة المكونة من (269) طالباً وطالبة من المرحلة الجامعية. وأظهرت النتائج أن مستوى العزلة الاجتماعية لدى الطلبة كان منخفضاً، وأكدت النتائج أن أكثر العوامل تنبؤاً بالعزلة الاجتماعية كانت نوعية العلاقات مع الأسرة والأصدقاء، ومدى تقبل الفرد بين مجموعات الأصدقاء والأقران.

### 3.2.2 الدراسات المتعلقة بالشعور بالوحدة النفسية

هدفت دراسة لاتيكا (Latikka, 2022) التعرف إلى دور استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في الشعور بالوحدة والضييق النفسي قبل وأثناء جائحة COVID-19؛ حيث استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال استخدام بيانات طولية تمثيلية على الصعيد الوطني من 3 نقاط (ن=735)، جرى جمعها ما بين الأعوام 2017-2020 عن السكان الفنلنديين. وأظهرت النتائج أن الشعور بالوحدة لم يزداد بين السكان الفنلنديين خلال جائحة COVID-19، كما أظهرت النتائج أنه منذ تفشي الوباء، ازداد الضغط النفسي بين الأفراد الوحيدين، ولكن ليس بين عموم السكان العاملين. وأشارت النتائج إلى أن الشعور بالوحدة هو عامل خطر للتأثيرات السلبية طويلة الأمد على الصحة العقلية للوباء، ويمكن أن توفر وسائل التواصل الاجتماعي موارد اجتماعية ذات مغزى خلال أوقات التباعد الاجتماعي، لكنها لا تستطيع الحماية من الضائقة النفسية الشديدة بين أولئك الذين يرون أنهم في كثير من الأحيان وحيدون.

وهدفت دراسة عطية (2021) إلى بناء نموذج للعلاقات السببية بين متغيرات (العنف الإلكتروني، والوحدة النفسية، وإدمان الإنترنت، والصحة النفسية) لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وطبقت أربعة مقاييس: مقياس إدمان، ومقياس العنف الإلكتروني، ومقياس الوحدة النفسية، ومقياس الصحة النفسية، على عينة مكونة من (416) طالباً وطالبة. أظهرت النتائج أن هناك تأثير 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، ما يعني أن العنف الإلكتروني متغير غير وسيط. وأشارت النتائج أيضاً إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الأوساط الحسابية لكل من إدمان الإنترنت والعنف الإلكتروني تعزى لمتغيرات: الجنس، المستوى الدراسي، الكلية. ولم تكن هناك فروق دالة إحصائية في الأوساط الحسابية للوحدة النفسية والصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس، بينما وجدت فروق دالة إحصائية في الوحدة النفسية والصحة النفسية تعزى لمتغير المستوى الدراسي والكلية.

وحاولت دراسة الهندي (Alheneidi et al., 2021) فحص الشعور بالوحدة وإشكالية استخدام الإنترنت، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي خلال مرحلة إغلاق جائحة COVID-19، على عينة من (593) مشاركاً من منطقة الشرق الأوسط (الكويت، المملكة العربية السعودية)، باستخدام النموذج المختصر لمقياس الوحدة المنقح "UCLA" واختبار إدمان الإنترنت. أظهرت النتائج وجود ارتباط بين الشعور بالوحدة وإشكالية استخدام الإنترنت، ووجود ارتباط بين الوحدة وعدد الساعات التي يقضيها الإنترنت، وأبلغ المشاركون الأصغر سناً عن مزيد من الشعور بالوحدة. كما ارتبطت جودة العلاقة مع الشخص (الأشخاص) الذين كانوا يقضون حبسهم بالوحدة، أما أولئك الذين

أبلغوا عن مزيد من الشعور بالوحدّة فقد حصلوا على أخبار متكررة حول الوباء من وسائل التواصل الاجتماعي. ارتبط استخدام الإنترنت الإشكالي بالوحدّة والتنبؤ بالوحدّة.

وسعت دراسة فيرولين (Verolien, 2021) للتعرف إلى تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على المراهقين للتعامل مع مشاعر القلق والوحدة النفسية أثناء الحجر الصحي بجانب مشكلات الصحة الجسدية والأضرار الاقتصادية. استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال إجراء دراسة استقصائية بين (2165) مراهقًا بلجيكيًا، تتراوح أعمارهم ما بين (13-19) عاماً. أظهرت النتائج أن الشعور بالوحدة كان له تأثير سلبي أكبر على سعادة المراهقين مقارنة بمشاعرهم، كما أشار المشاركون القلقون إلى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في كثير من الأحيان للبحث بنشاط عن طريقة للتكيف مع الوضع الحالي، وبدرجة أقل كوسيلة للبقاء على اتصال مع الأصدقاء والعائلة. وكان التأثير غير المباشر للقلق على السعادة من خلال التأقلم النشط إيجابيًا بشكل ملحوظ. كما أشارت النتائج إلى أن المشاركين الذين شعروا بالوحدة كانوا أكثر ميلاً لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي للتعامل مع نقص التواصل الاجتماعي. ومع ذلك، فإن استراتيجية التأقلم هذه لم تكن مرتبطة بشكل كبير بمشاعر السعادة لديهم.

وتناولت دراسة نزال وآخرون (Nazzal et al., 2020) فحص الدور التنبؤي للرضا عن الحياة والدعم الاجتماعي المتصور والمشكلات النفسيّة على الشعور بالوحدّة بين طلبة الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية، باستخدام المنهج الوصفي التنبؤي، على عينة ضمت (254) طالباً، باستخدام مقياس الشعور بالوحدّة "CLA"، والرضا عن مقياس الحياة "SWLS"، والمقياس متّعدد الأبعاد للدعم الاجتماعي المتصور "MSPSS"، ومقياس المشكلات النفسيّة ونموذج المعلومات الديموغرافية، وأظهرت النتائج تحيز كبير بين الجنسين تجاه الشعور بالوحدّة، حيث يكون الطلبة الذكور أكثر وحدة من الطالبات بينما أظهرت النتائج أن الطلبة الذين يعانون من

وحدة أعلى شعروا برضاً أقل عن حياتهم ولم يلاحظوا دعماً أقل من الأصدقاء والعائلة والآخرين المهمين. علاوة على ذلك، فإن الطلبة الذين يعانون من الشعور بالوحدّة العالية يعانون أيضاً من مشكلات نفسية، وأشارت النتائج أيضاً إلى أن الرضا عن الحياة والدعم الاجتماعي من الأصدقاء وغيرهم من الأشخاص المهمين هي من العوامل السلبية التي تنبئ بالوحدّة.

وسعت دراسة هوبماير وآخرون (Hopmeyer et al., 2020) إلى فحص أسباب الوحدّة النفسيّة بين الطلبة في كليتي غرب الولايات المتحدة وغرب وسط بولندا، استخدمت منهجاً وصفيّاً، وتكونت عينة الدّراسة من (1070) طالباً، طبق عليهم مقياس الشعور بالوحدّة النفسيّة. وأظهرت نتائج الدّراسة ارتباط عزو الشعور بالوحدّة إلى عجز في الصداقات وعدم الشعور بالارتباط مع الأقران والمخاوف بشأن هوية المرء ومستقبله بشكل فريد مع زيادة الشعور بالوحدّة، وارتبط الشعور بالوحدّة مع العجز الرومانسي فزاد الشعور بالوحدّة، وكان الشعور بالوحدّة النفسيّة أقوى بالنسبة للطلبة.

وسعت دراسة جابر (2019) للتعرف إلى إيمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة كلية التربية بني وليد. ولتحقيق هدف الدراسة، استخدم المنهج الوصفي التحليلي؛ حيث تكونت عينة الدراسة من جميع طلبة وطالبات أقسام علم النفس والفيزياء، وعلم النفس، وعددهم (20) طالباً، و(89) طالبة، وعدد طلبة قسم الفيزياء (24) طالبة، والعينة المختارة من المجتمع الكلي، قسم علم النفس (10) طالبة، و(50) طالبة، وقسم الفيزياء (15) طالبة. وتمثلت أدوات البحث في مقياس إيمان الإنترنت، مقياس الوحدة النفسية. واختتم البحث بالكشف عن الطلبة المدمنين على شبكات التواصل الاجتماعي والذين يعانون من الوحدة النفسية وتوفير البرامج العلاجية المناسبة لهم، وعرضت المقترحات إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين إيمان الإنترنت والوحدة النفسية والطمأنينة النفسية.

وهدفت دراسة **أبو العطا (2019)** التعرف إلى العلاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتكونت العينة من (300) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية في مدارس بورسعيد. ولتحقيق هدف الدراسة، استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق أدوات الدراسة، وهما: مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس الوحدة النفسية. وتوصلت النتائج إلى أنه توجد علاقة ارتباطية طردية بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لدى الطلبة، ووجود فروق دالة إحصائية بين طلبة الثانوي العام وطلبة الثانوي الفني مدمني الإنترنت في متغير الوحدة النفسية.

وهدفت دراسة **حنفي (2018)** إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية، والفرق في إدمان الإنترنت طبقاً لمتغير: (الجنس، ومنطقة السكن). استخدم المنهج الوصفي التحليلي، من خلال تطبيق مقياس إدمان الإنترنت لطلبة المرحلة الإعدادية، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية UCLA Loneliness Scale على عينة الدراسة، التي تكونت من (365) طالباً وطالبة، تتراوح أعمارهم ما بين (12-14) عام. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين كل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس إدمان الإنترنت طبقاً للجنس، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلبة المرحلة الإعدادية على مقياس إدمان الإنترنت باختلاف مكان السكن (ريف، حضر).

وهدفت دراسة **العيطان (2017)** التعرف إلى نوع العلاقة الارتباطية بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان استخدام الإنترنت لدى طلبة جامعة شقراء، وفحص الفروق في كل منهما باختلاف المستويات الدراسية (الأعلى والأدنى)، باستخدام المنهج الوصفي بأسلوبه (الارتباطي / المقارن)، وقد تكونت عينة الدراسة من (600) طالباً جامعياً، مناصفة بين المستويين (الأول والثاني) الجامعي، و (السابع والثامن) الجامعي، وتراوحت أعمارهم ما بين (19 – 26) عاماً، وأظهرت

النتائج انتشار الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة، كما تبين أن الطلبة من المستويات الدنيا (الأول والثاني) أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من طلبة الجامعة من المستويات العليا (السابع والثامن)، بينما لم يتبين وجود فروق بين طلبة الجامعة من المستويات العليا والمستويات الدنيا في إدمان استخدام الإنترنت. كذلك أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان استخدام الإنترنت لدى طلبة الجامعة.

وحاولت دراسة شاهين (2014) التعرف إلى واقع إدمان الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين وطبيعة الفروق بين الطلبة في درجات كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية، باختلاف الجنس ومُسْتَوَى الاستخدام للإنترنت. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وطبقت مقاييس الدراسة على عينة متيسرة قوامها (450) طالباً وطالبة من الجامعات الفلسطينية، تراوحت أعمارهم ما بين (19-26) عاماً، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في المتوسطات الحسابية لإدمان الإنترنت أو الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس، وأن درجة إدمان الإنترنت أو الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة ترتفع كلما ارتفع مُسْتَوَى الاستخدام للإنترنت، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية.

وبمراجعة الدراسات السابقة المتعلقة بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، تبين أنها هدفت الكشف عن مستوى إدمان الإنترنت ومستوى الصحة النفسية في فترة التعلم عن بعد، كما في دراسة الصوافي وآخرون (2022)، والتعرف إلى المخاطر الأمنية والاجتماعية لمواقع التواصل الاجتماعي على الطلبة بجامعة جنوب الوادي بقنا، كما في دراسة عبد الحكيم (2021)، والتعرف إلى العلاقة بين القابلية للاستهواء وإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، كما في دراسة كيري وقحل (2021)، وإلى تقييم مدى انتشار إدمان الإنترنت لدى الطلبة وارتباطه بجودة نومهم وجودة

الحياة، كدراسة (Usmani et al., 2021)، وكذلك هدفت دراسة (Fantaw, 2021) إلى تحديد العلاقة بين إدمان الإنترنت والرفاهية النفسيّة بين طلبة الجامعة.

أما الدراسة الحالية، فبحثت في علاقة إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بكل من العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدّة النفسيّة، وهو ما لم تتناوله أي من الدراسات السابقة، وربط هذه المتغيرات الثلاثة في إطار علاقة ارتباطية تنبؤية. ومن حيث العينة، فقد تنوعت العينات المستخدمة في الدراسات السابقة من حيث الفئة المستهدفة وطبيعتها وحجمها، وقد تضمنت العينات في الدراسات السابقة فئات، مثل: المراهقين، وطلبة الجامعات، وهنا اتفقت عينة الدراسة مع الدراسات السابقة في أهمية الفئة المستهدفة. أما من حيث الأداة، فقد تشابهت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث تبني المقاييس كأدوات للدراسة، واختلفت من حيث بعض متغيرات الدراسة والأسلوب الذي اتبع لاستخلاص النتائج.

وقد توصلت دراسة الصوافي وآخرون (2022) إلى أن إدمان الإنترنت لدى الطلبة 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 الطلبة عينة الدراسة. كما توصلت دراسة جيلان وأحمد (2021) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الدعم الاجتماعي المدرك وإدمان الإنترنت لدى المراهقين في المجتمع السعودي. وأشارت نتائج دراسة عكاشة (2021) إلى وجود علاقة طردية ودالة بين إدمان الإنترنت والضغط النفسي لدى الطلبة. وتوصلت دراسة الصبان (2019) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة وتنبؤية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الطلبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وبين أمنهم النفسي. وأشارت نتائج دراسة موسى وجبريل (2018) إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلبة المرحلة الثانوية لكل من التواصل الإلكتروني والتوافق النفسي. كما أشارت نتائج دراسة مفتاح

(2017) إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً على مقياس إدمان الإنترنت ودرجاتهم على مقياس إدمان الإنترنت ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية. وأكدت دراسة قدوري (2015) على أن هناك علاقة بين إدمان استخدام الإنترنت وبعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة الدراسة، كما أشارت الدراسة إلى أن هناك فروق بين مدمني استخدام الإنترنت وغير مدمني استخدام الإنترنت في بعض أعراض الاضطرابات النفسية لصالح المدمنين.

**وبعد الاطلاع على الدراسات التي تناولت متغير العزلة الاجتماعية، فقد حاولت بعض الدراسات السابقة التعرف إلى الدور الوسيط لإدمان الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، كدراسة (Chu et al., 2021)، التي بحثت فيما إذا كان إدمان الإنترنت قد توسط في العلاقة بين الدعم الاجتماعي والعُنف عبر الإنترنت، بينما هدفت دراسة باشه وآخرون (2021) إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية، وهدفت دراسة جيلان وأحمد (2021) إلى تناول واقع الدعم الاجتماعي المُدرك وعلاقته بإدمان الإنترنت لدى المراهقين في المجتمع السعودي. أما دراسة (Rahiem et al., 2021)، فكشفت عن كيفية إدراك الشباب لصحتهم النفسية بعد عزلهم لمدة عام ونصف خلال جائحة COVID-19، وهدفت دراسة راضي وحسن (2020) إلى معرفة اضطراب إدمان الإنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، وهذا ما اتفقت فيه بعض الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية.**

وقد أظهرت نتائج دراسة عقاد وطفافه (2022) وجود أثر ذي دلالة إحصائية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي في العزلة الاجتماعية لديهن، تمثل في وجود علاقة ارتباطية طردية قوية بينهما. وأكدت دراسة حمروش (2021) أن الأبعاد السلبية لموقع الفيسبوك على الشباب (الطلبة الجامعيين)، وبخاصة في العزلة الاجتماعية والإدمان، وتقليل التواصل مع الأهل والأصدقاء. كما أشارت نتائج دراسة الحويج (2021) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة

إحصائياً بين درجات عينة البحث على مقياس إدمان الإنترنت ودرجاتهم على مقياس العزلة الاجتماعية.

وأكدت دراسة باشه وآخرون (2021) على وجود انتشار في مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية، كما توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين. وأوضحت نتائج دراسة الكنزي (2021) أن الإنترنت يؤدي إلى الإهمال في الواجبات الجامعية، كما يضعف البصر ويعلم العنف من خلال مشاهدة الأفلام ويؤثر على العلاقات الاجتماعية، ويؤدي إلى الضغط على المصروفات؛ الأسرية وتكوين جماعات ضارة في المجتمع، ويقلل من الولاء والانتماء وخفض قيمة العمل اليدوي. وأشارت دراسة قرقوري (2019) إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان استخدام موقع الفيسبوك والعزلة الاجتماعية لدى المراهق، وبين زيادة مستوى إدمان المراهق على موقع الفيسبوك وزيادة مستويات العزلة الاجتماعية. وأظهرت نتائج دراسة زندي (2017) وجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي. وأشارت دراسة ابرييم (2015) إلى وجود علاقة ترابط موجبة بين إدمان الإنترنت والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة أم البواقي.

وبالرجوع إلى الدراسات التي تناولت متغير الشعور بالوحدة النفسية، ومن حيث الأهداف، فقد هدفت دراسة (Nazzal et al., 2020) إلى فحص الدور التنبئي للرضا عن الحياة والدعم الاجتماعي المتصور والمشكلات النفسية على الشعور بالوحدة بين طلبة الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية، وفحصت دراسة (Alheneidi et al., 2021) الشعور بالوحدة وإشكالية استخدام الإنترنت، وبحثت دراسة (Hopmeyer et al., 2020) أسباب الوحدة النفسية بين الطلبة في كليتي غرب الولايات المتحدة وغرب وسط بولندا، وحاولت دراسة شاهين (2014) التعرف إلى واقع إدمان

الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدّة النفسيّة لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين. ومن حيث العينة، فقد اتفقت مع العينة في الدراسة الحالية كونها طلبة الجامعات. أما من حيث الأدوات، فقد استخدمت الدراسات السابقة المقاييس، وهي بذلك تتفق مع الدراسة الحالية.

وقد أشارت دراسة عمران (2021) إلى إمكانية تنبؤ كل من الشعور بالوحدة النفسية، والقلق من فيروس كورونا، والدعم الاجتماعي المدرك في إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة. أما دراسة أبو العطا (2019)، فقد بينت نتائجها وجود علاقة ذات فروق دالة إحصائية بين طلبة الثانوي العام وطلبة الثانوي الفني مدمني الإنترنت في متغير الوحدة النفسية. وأظهرت دراسة حنفي (2018) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين كل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية.

وأكدت دراسة العيطان (2017) على وجود علاقة ارتباط إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان استخدام الإنترنت لدى جميع أفراد العينة من طلبة الجامعة. وأشارت دراسة شاهين (2014) إلى أن درجة إدمان الإنترنت أو الشعور بالوحدّة النفسيّة لدى الطلبة ترتفع كلما ارتفع مُستوى الاستخدام للإنترنت، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين، إدمان الإنترنت والشعور بالوحدّة النفسيّة. وأشارت دراسة (Blasco et al., 2020) إلى وجود علاقة موجبة دالة بين إدمان شبكات التواصل والقلق، ووجود علاقة سالبة دالة بين إدمان شبكات التواصل والعمر.

وقد اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث العينة التي تناولتها، كونها طلبة الجامعات، لكن الدراسة الحالية تميزت في تناولها طلبة جامعات فلسطينية، يعيش طلبتها ظروفاً خاصة وفريدة تحت الاحتلال منذ عشرات السنوات. أما من حيث الأدوات، فقد استخدمت

الدراسات السابقة المقاييس والأسلوب السردي النوعي، بينما ركزت الدراسة الحالية على المقاييس فقط.

وقد استفيد من الدراسات السابقة في بناء الإطار النظري للدراسة الحالية، وتحديد صياغة المشكلة وتحديد أهدافها وأهميتها، بما يتناسب مع التطور في الدراسات اللاحقة. ومن هنا، ترى الباحثة أن الدراسات التي لها علاقة بموضوع الدراسة الحالية لا تتصل بموضوعها اتصالاً مباشراً، ما دفعها إلى ضرورة إجراء هذه الدراسة بهدف التعرف إلى إيمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الشمالية؛ إذ لم تجمع الدراسات السابقة بين متغيرات الدراسة الحالية مجتمعة، وبذلك سوف يتمتع موضوع هذه الدراسة بالجدة والأصالة، فلم يدرس من قبل في المجتمع الفلسطيني.

## الفصل الثالث

### الطريقة والإجراءات

1.3 منهجية الدراسة

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

3.3 أدوات الدراسة

4.3 متغيرات الدراسة

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

6.3 المعالجات الإحصائية

## الفصل الثالث

### الطريقة والإجراءات

تناول هذا الفصل الطرق والإجراءات التي اتبعت، وتضمنت تحديد منهجية الدراسة المتبعة، ومجتمع الدراسة والعينة، وعرض الخطوات والإجراءات العملية التي اتبعت في بناء أدوات الدراسة وخصائصها، ثم شرح مخطط تصميم الدراسة ومتغيراتها، والإشارة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة.

### 1.3 منهجية الدراسة

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، باعتباره أكثر المناهج ملاءمة لطبيعة هذه الدراسة وتحقيق أهدافها، فهو يقوم بدراسة وفهم ووصف الظاهرة وصفاً دقيقاً من خلال المعلومات والأدبيات السابقة، ولا يعتمد فقط على جمع المعلومات، إنما يقوم بالربط وتحليل العلاقة ما بين متغيرات الدراسة للوصول إلى الاستنتاجات المطلوبة.

### 2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة جامعة القدس المفتوحة في فلسطين، والبالغ عددهم (38,000) وفقاً لإحصائية عمادة القبول والتسجيل والامتحانات. أما عينة الدراسة، فقد اختيرت بالطريقة العشوائية العنقودية؛ إذ وزعت عينة الدراسة على فروع رام الله والديرة، وسلفيت، ونابلس، وقد بلغ حجم عينة الدراسة (282) طالباً وطالبة من طلبة جامعة القدس المفتوحة؛ أي ما نسبته

(7%) من الطلبة، والجدول (1.3) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها الديمغرافية (التصنيفية):

الجدول (1.3)

توزيع عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة الديمغرافية (التصنيفية)			
المتغير	الفئات	العدد	النسبة %
	ذكر	145	51.4
	أنثى	137	48.6
	<b>المجموع</b>	282	100
	الإعلام والعلاقات العامة	25	8.9
	الآداب	40	14.2
	العلوم التربوية	44	15.6
	التنمية الاجتماعية والأسرية	36	12.8
	العلوم الإدارية والاقتصادية	87	30.9
	التكنولوجيا والعلوم التطبيقية	50	17.7
	<b>المجموع</b>	282	100
	قرية	161	57.1
	مدينة	81	28.7
	مخيم	40	14.2
	<b>المجموع</b>	282	100

### 3.3 أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت ثلاثة مقاييس لجمع البيانات، هي: مقياس إيمان وسائل

التواصل الاجتماعي، ومقياس العزلة الاجتماعية، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، كما يلي:

#### أولاً: مقياس إيمان وسائل التواصل الاجتماعي

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة، والمقاييس ذات العلاقة بإيمان وسائل التواصل

الاجتماعي، ومنها: دراسة عبد الرزاق (2020)، ودراسة ساهن (Sahin, 2018)، ودراسة توتغنو

ودنيز (Tutgnu & Deniz, 2015)، ودراسة المنائيس (Almenayes, 2015)؛ جرى تطوير مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، كما هو موضح في ملحق (أ).

### ثانياً: مقياس العزلة الاجتماعية

بعد الاطلاع على دراسة عبد الرزاق (2020)، ودراسة راضي وحسن (2020)، ودراسة شاهين (2014)؛ جرى تطوير مقياس العزلة الاجتماعية، كما هو موضح في ملحق (أ).

### ثالثاً: مقياس الشعور بالوحدة النفسية

بعد الاطلاع على الدراسات التي تناولت الشعور بالوحدة النفسية، ومنها: دراسة عبد الرزاق (2020)، ودراسة عطية (2020)، ودراسة شهري وعشري (2020)؛ جرى تطوير مقياس الشعور بالوحدة النفسية، كما هو موضح في ملحق (أ).

### 1.3.3 الصدق الظاهري (Face validity) لمقاييس الدراسة

للتحقق من الصدق الظاهري (صدق المحكمين) لمقاييس الدراسة الثلاثة: مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، مقياس العزلة الاجتماعية، مقياس الشعور بالوحدة النفسية، عرضت هذه المقاييس في صورتها الأولية على (10) محكمين من ذوي الخبرة والاختصاص ويحملون درجة الدكتوراه في العلوم التربوية والنفسية، كما هو موضح في ملحق (ب)؛ إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة. وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة، فعدلت بعض الفقرات، وصولاً إلى الصورة المعدة للتطبيق على العينة الاستطلاعية، وفحص الخصائص السيكمترية لكل مقياس من مقاييس الدراسة.

### 2.3.3 الخصائص السيكومترية لمقاييس الدراسة

لفحص الخصائص السيكومترية لمقاييس الدراسة الثلاثة، طبقت على عينة استطلاعية مكونة من (36) طالب وطالبة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، ومن خارج عينة الدراسة، وكانت النتائج كالتالي:

#### أ) صدق البناء لمقاييس الدراسة (Construct Validity):

حُسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لكل مقياس من مقاييس الدراسة، كما هو مبين في الجداول (2.3)، (3.3)، (4.3):

#### جدول (2.3)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=36):

الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	.23
2	.63**
3	.74**
4	.79**
5	.17
6	.48**
7	.58**
8	.62**
9	.60**
10	.59**
11	.65**
12	.72**
13	.82**
14	.60**
15	.84**

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (\*\* p < .01) (\* p < .05)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2.3) أن معامل ارتباط الفقرات: (1، 5)، كانت ذات درجة غير دالة إحصائياً، أما باقي الفقرات فقد تراوحت معاملات ارتباطها ما بين (.84-.48)،

وكانت دالة إحصائياً؛ إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (0.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.30- أقل أو يساوي 0.70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (0.70) تعتبر قوية، لذلك حذفت الفقرات (1، 5)، فأصبح عدد فقرات المقياس (13) فقرة.

### جدول (3.3)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس العزلة الاجتماعية مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=36):

الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة
.84**	13	.30*	1
.80**	14	.31*	2
.12	15	.47**	3
.89**	16	.40**	4
.90**	17	.57**	5
.78**	18	.77**	6
.18	19	.76**	7
.30*	20	.76**	8
.75**	21	.85**	9
.76**	22	.86**	10
.71**	23	.86**	11
.31*	24	.12	12

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

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (3.3) أن معامل ارتباط الفقرات: (12، 15، 19)، كانت غير دالة إحصائياً، أما باقي الفقرات فقد تراوحت معاملات ارتباطها ما بين (0.30-0.90)، وكانت دالة إحصائياً، فحذفت الفقرات (12، 15، 19)، وأصبح عدد فقرات المقياس (21)، فقرة.

### جدول (4.3)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية (ن=36):

الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة
.79**	11	.72**	1
.75**	12	.79**	2
.44**	13	.09	3
.66**	14	.78**	4
.71**	15	.32*	5
.66**	16	.46**	6
.66**	17	.85**	7
.51**	18	.50**	8
.55**	19	.52**	9
.75**	20	.76**	10

\*\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .01$ )

يلاحظ من الجدول (4.3) أن قيمة معامل ارتباط الفقرة (3)، كان غير دال إحصائياً، أما باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين (.32-.85)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، فحذفت الفقرة (3)، وأصبح عدد فقرات المقياس (19)، فقرة.

### ب) الثبات لمقاييس الدراسة:

للتحقق من ثبات مقاييس الدراسة الثلاثة، استخدم ثبات الاتساق الداخلي لكل مقياس، باستخدام معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق لكل مقياس، والجدول (5.3) يوضح ذلك:

### جدول (5.3)

قيم معاملات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمقاييس الدراسة

الأداة	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
إدمان وسائل التواصل الاجتماعي	13	.90
العزلة الاجتماعية	21	.94
الشعور بالوحدة النفسية	19	.92

يتضح من الجدول (5.3) أن قيمة معامل ثبات كرونباخ ألفا لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بلغت (0.90)، أما قيمة معامل الثبات لمقياس العزلة الاجتماعية، فبلغت (0.94)، بينما بلغت قيمة معامل الثبات لمقياس الشعور بالوحدة النفسية (0.92)، وتعتبر هذه القيم مرتفعة. وعليه، يمكن تطبيق المقاييس الثلاثة على عينة الدراسة الأصلية.

### 3.3.3 تصحيح مقاييس الدراسة

أولاً-مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي: تكون مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي في صورته النهائية من (13) فقرة، كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي.

ثانياً- مقياس العزلة الاجتماعية: تكون مقياس العزلة الاجتماعية في صورته النهائية من (21) فقرة، كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للعزلة الاجتماعية، باستثناء الفقرات: (1، 5، 17، 21)؛ إذ عكست الأوزان عند تصحيحها، وذلك لصياغتها بالاتجاه السلبي.

ثالثاً- مقياس الشعور بالوحدة النفسية: تكون مقياس الشعور بالوحدة النفسية في صورته النهائية من (19) فقرة، كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للشعور بالوحدة النفسية، باستثناء الفقرات: (4، 5، 7، 8، 12، 17، 18)؛ إذ صيغت بالاتجاه السلبي، فعكست الأوزان عند تصحيحها.

وقد طُلب من المستجيب تقدير إجاباته 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. ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى إدمان

وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة، حُوت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات، وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: مرتفع، ومتوسط، ومنخفض، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

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

$$1.33 = \frac{5-1}{3}$$

وبناءً على ذلك، فإنَّ مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي: مستوى

منخفض (2.33 فأقل)، مستوى متوسط (2.34-3.67)، ومستوى مرتفع (3.68-5).

### 4.3 متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

أ- المتغيرات المستقلة (التصنيفية):

- 1- الجنس: وله مستويان، هما: (1- ذكر، 2- أنثى).
- 2- التخصص (الكلية): وله ستة مستويات، هي: (1- الإعلام والعلاقات العامة، 2- الآداب، 3- العلوم التربوية، 4- التنمية الاجتماعية والأسرية، 5- العلوم الإدارية والاقتصادية، 6- التكنولوجيا والعلوم التطبيقية).
- 3- مكان السكن: وله ثلاثة مستويات، هي: (1- قرية، 2- مدينة، 3- مخيم).

ب- المتغيرات التابعة:

- أ) الدرجة الكلية التي تقيس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة.
- ب) الدرجة الكلية التي تقيس العزلة الاجتماعية لدى عينة الدراسة.
- ت) الدرجة الكلية التي تقيس الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة.

### 5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

نُفذت الدراسة وفق الخطوات الآتية:

1. جمعت المعلومات من المصادر كالكتب، المقالات، التقارير، الرسائل الجامعية، وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري للدراسة.
2. حدد مجتمع الدراسة، ومن ثم حددت عينة الدراسة بنوعها وحجمها.
3. طورت الصورة الأولية لأدوات الدراسة من خلال مراجعة الأدب التربوي في هذا المجال.
4. حكمت أدوات الدراسة المراد تطبيقها على عينة الدراسة.
5. طبقت أدوات الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة الأساسية؛ إذ شملت (36) طلبة جامعة القدس المفتوحة، وذلك بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة.
6. طبقت أدوات الدراسة على العينة الأصلية، والطلب منهم الإجابة على فقراتها بكل صدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم بأن إجاباتهم لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
7. أدخلت البيانات إلى ذاكرة الحاسوب، حيث استخدم برنامج الرزمة الإحصائي (SPSS, 27) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب.
8. فسرت نتائج الدراسة ونوقشت في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، وصولاً إلى تقديم التوصيات والمقترحات.

### 6.3 المعالجات الإحصائية

استخدم برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 27)، وذلك من خلال المعالجات

الإحصائية الآتية:

1. حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية.
2. استخراج معاملات ارتباط بيرسون (Person Correlation)، لتحديد معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس الدراسة بالدرجة الكلية، وفحص العلاقات بين المقاييس.
3. تطبيق معادلة كرونباخ ألفا لتحديد معامل ثبات مقياس الدراسة.
4. استخدام تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" (3-way ANOVA "without Interaction").
5. توظيف اختبار (LSD) للمقارنات البعدية، لتحديد دلالات الفروق إن وجدت.
6. طبق اختبار معامل الانحدار المتعدد التدريجي (Stepwise Multiple Regression)، باستخدام أسلوب الإدخال (Stepwise).

## الفصل الرابع

### عرض نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

## الفصل الرابع

### عرض نتائج الدراسة

عرض في هذا الفصل النتائج التي توصلت إليها الدراسة، ونظمت وفقاً لمنهجية محددة في العرض؛ حيث عُرضت في ضوء أسئلتها وفرضياتها، ويتمثل ذلك في عرض نص السؤال أو الفرضية، متبوعاً بالإشارة إلى نوع المعالجات الإحصائية المستخدمة، ثم جدول البيانات، يلي ذلك تعليقات على أبرز النتائج المستخلصة، وحسب الآتي:

#### 1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

##### 1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

ما مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس إدمان وسائل

التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، والجدول (1.4) يوضح ذلك:

#### جدول (1.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	المستوى
1	4	الوقت يمر دون أن أشعر، عندما استخدم وسائل التواصل الاجتماعي	3.92	1.030	78.4	مرتفع
2	8	يأخذني الوقت وأجد نفسي قد قضيت وقتاً أطول مما كنت أنوي مع وسائل التواصل الاجتماعي	3.84	1.104	76.8	مرتفع
3	5	أشعر أن الحياة سوف تكون مملة بدون وسائل التواصل الاجتماعي	3.63	1.109	72.6	متوسط
4	12	أشعر أنني أستخدم وسائل التواصل الاجتماعي أكثر فأكثر منذ أن بدأت الدخول إليها	3.38	1.197	67.6	متوسط
5	11	أجد نفسي أفكر باستمرار بما حدث في وسائل التواصل الاجتماعي	3.27	1.239	65.4	متوسط
6	1	أشعر بالضيق لو قلت الوقت الذي أمضيه مع وسائل التواصل الاجتماعي	3.26	1.231	65.2	متوسط
7	2	ينتمر أهلي مني باستمرار بسبب انشغالي الدائم بوسائل التواصل الاجتماعي	3.18	1.173	63.6	متوسط
8	7	أشعر بالانزعاج إذا قاطعني أحد وأنا منشغل باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي	3.15	1.251	63.0	متوسط
9	9	استخدم وسائل التواصل الاجتماعي في أثناء أداء واجبات أخرى (قيادة السيارة، الدراسة، ...)	3.11	1.212	62.2	متوسط
10	6	كثيراً ما أهمل واجباتي الدراسية بسبب انشغالي بوسائل التواصل الاجتماعي	3.06	1.224	61.2	متوسط
11	3	تدهور تحصيلي الأكاديمي بسبب استخدامي المستمر لوسائل التواصل الاجتماعي	2.89	1.210	57.8	متوسط
12	10	كثيراً ما ألغيت زيارة الأصدقاء بسبب انشغالي بوسائل التواصل الاجتماعي	2.53	1.305	50.6	متوسط
13	13	أعرض للانتقاد من الزملاء بسبب إفراطي في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي	2.50	1.294	50.0	متوسط
الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي			3.21	0.828	64.2	متوسط

يتضح من الجدول (1.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بلغ (3.21)، بنسبة مئوية (64.2%)، ومستوى متوسط. أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، فقد تراوحت ما بين (2.50 - 3.92)، وجاءت الفقرة: "الوقت يمر دون أن أشعر، عندما استخدم وسائل التواصل الاجتماعي" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (3.92)، ونسبة مئوية (78.4%)، ومستوى مرتفع، بينما جاءت الفقرة: "أنتعرض للانتقاد من الزملاء بسبب إفراطي في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.50)، ونسبة مئوية (50.0%)، ومستوى متوسط.

#### 2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

##### ما مستوى العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، والجدول (2.4) يوضح ذلك:

#### جدول (2.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس العزلة الاجتماعية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	المستوى
1	4	يوجد القليل من الأفراد الذين يمكنني أن أتحدث معهم في مختلف الأمور	3.67	1.190	73.4	متوسط
2	2	يوجد اتصال محدود بيني وبين أغلب جيراني	3.34	1.033	66.8	متوسط
3	11	أفتقد لمن يشاركني اهتماماتي	2.89	1.258	57.8	متوسط
4	19	أفتقد إلى الشخص المناسب الذي أرغب أن يشاركني أفراحي وأحزاني	2.88	1.224	57.6	متوسط
5	20	أدرك أن دائرة معارفي وأصدقائي محدودة للغاية	2.87	1.197	57.4	متوسط

متوسط	56.0	1.214	2.80	انقطعت علاقتي بمعظم أصدقائي منذ فترة طويلة	3	6
متوسط	55.6	1.176	2.78	أرى أن الآخرين بما فيهم أفراد أسرتي يسيئون فهمي	7	7
متوسط	55.0	1.221	2.75	أشككك في مواقف أصدقائي وفي علاقاتهم معي	8	8
متوسط	54.6	1.241	2.73	أشعر كأنني أعيش في فراغ اجتماعي دون وجود أحد من حولي	12	9
متوسط	52.6	1.306	2.63	ينقصني وجود أصدقاء حقيقيين	15	10
متوسط	52.2	1.186	2.61	يُيدي الآخرون درجة عالية من اللامبالاة تجاهي	9	11
متوسط	51.6	1.303	2.58	أشعر بأنني كالسجين في منزلي	14	12
متوسط	51.2	1.262	2.56	أشعر بالحزن لعدم وجود عدد كافٍ من الأصدقاء	6	13
متوسط	50.4	1.249	2.52	يرى الكثيرون أن أسلوبني في التعامل غير مريح بالنسبة لهم مما يجعلهم يبتعدون عني	18	14
متوسط	49.2	1.280	2.46	أشعر أنني مرفوض من الآخرين	10	15
متوسط	48.4	1.158	2.42	هناك العديد من الأشخاص الذين يمكنني طلب مساعدتهم إذا ما صادفتني أي مشكلة	17	16
متوسط	48.4	1.176	2.42	أشعر أنني قريب من عدد كبير من الأفراد	21	17
متوسط	48.2	1.249	2.41	يصعب علي أن أنال أي اهتمام حتى من أفراد أسرتي	16	18
متوسط	48.0	1.210	2.40	أشعر بالتجاهل من زملائي في الجامعة	13	19
منخفض	41.4	.957	2.07	يتقبلني عدد كبير من الأفراد بما أنا عليه	5	20
منخفض	41.2	1.065	2.06	يقف بعض الأصدقاء معي في وقت الشدة	1	21
متوسط	53.2	0.740	2.66	الدرجة الكلية لمقياس العزلة الاجتماعية		

يتضح من الجدول (2.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس العزلة الاجتماعية بلغ (2.66)، بنسبة مئوية (53.2%)، ومستوى متوسط. أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس العزلة الاجتماعية، فقد تراوحت ما بين (2.06) - (3.67)، وجاءت الفقرة: "يوجد القليل من الأفراد الذين يمكنني أن أتحدث معهم في مختلف الأمور" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (3.67)، ونسبة مئوية (73.4%)، ومستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة: "يقف بعض الأصدقاء معي في وقت الشدة" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.06)، ونسبة مئوية (41.2%)، ومستوى منخفض.

### 3.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

#### ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس الشعور بالوحدة

النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، والجدول (3.4) يوضح ذلك:

#### جدول (3.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	المستوى
1	3	انقطعت علاقتي بمعظم أصدقائي منذ فترة طويلة	2.99	1.334	59.8	متوسط
2	1	يقف بعض الأصدقاء معي في وقت الشدة	2.97	1.305	59.4	متوسط
3	19	أفتقد إلى الشخص المناسب الذي أُرغب أن يشاركني أفراحي وأحزاني	2.93	1.265	58.6	متوسط
4	15	ينقصني وجود أصدقاء حقيقيين	2.77	1.196	55.4	متوسط
5	14	أشعر بأنني كالسجين في منزلي	2.76	1.256	55.2	متوسط
6	16	يصعب علي أن أنال أي اهتمام حتى من أفراد أسرتي	2.71	1.202	54.2	متوسط
7	2		2.70	1.215	54	متوسط
8	13	أشعر بالتجاهل من زملائي في الجامعة	2.70	1.281	54.0	متوسط
9	9	يُبدى الآخرون درجة عالية من اللامبالاة تجاهي	2.63	1.341	52.6	متوسط
10	6	أشعر بالحزن لعدم وجود عدد كافٍ من الأصدقاء	2.54	1.220	50.8	متوسط
11	12	أشعر كأنني أعيش في فراغ اجتماعي دون وجود أحد من حولي	2.51	1.255	50.2	متوسط
12	11	أفتقد لمن يشاركني اهتماماتي	2.51	1.308	50.2	متوسط
13	7	أرى أن الآخرين بما فيهم أفراد أسرتي يسيئون فهمي	2.48	1.110	49.6	متوسط
14	5	يتقبلني عدد كبير من الأفراد بما أنا عليه	2.43	1.052	48.6	متوسط
15	10	أشعر أنني مرفوض من الآخرين	2.40	1.248	48	متوسط
16	17	هناك العديد من الأشخاص الذين يمكنني طلب مساعدتهم إذا ما صادفتني أي مشكلة	2.34	1.193	46.8	متوسط
17	4	يوجد القليل من الأفراد الذين يمكنني أن أتحدث معهم في مختلف الأمور	2.23	1.051	44.6	منخفض
18	18	يرى الكثيرون أن أسلوبني في التعامل غير مريح بالنسبة لهم مما يجعلهم يبتعدون عني	2.21	1.112	44.2	منخفض

19	8	أشكك في مواقف أصدقائي وفي علاقاتهم معي	2.17	1.035	43.4	منخفض
		الدرجة الكلية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية	2.58	0.731	51.6	متوسط

يتضح من الجدول (3.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية بلغ (2.58)، بنسبة مئوية (51.6%)، ومستوى متوسط. أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية، فقد تراوحت ما بين (2.17) - (2.99)، وجاءت الفقرة: "انقطعت علاقتي بمعظم أصدقائي منذ فترة طويلة" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.99)، ونسبة مئوية (59.8%)، ومستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة: "أشكك في مواقف أصدقائي وفي علاقاتهم معي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.17)، ونسبة مئوية (43.4%)، ومستوى منخفض.

## 2.4 النتائج المتعلقة بالفرضيات

### 1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن.

لاختبار الفرضية الأولى، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن، والجدول (4.4) يبين ذلك:

#### جدول (4.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي		المستوى	المتغيرات
الانحراف المعياري	المتوسط		
0.831	3.21	ذكر	
0.828	3.21	أنثى	
0.607	3.51	الإعلام والعلاقات العامة	
0.796	3.20	الأداب	
0.927	3.15	العلوم التربوية	
0.933	2.95	التنمية الاجتماعية والأسرية	
0.800	3.29	العلوم الإدارية والاقتصادية	
0.797	3.16	التكنولوجيا والعلوم التطبيقية	
0.809	3.27	قرية	
0.836	3.09	مدينة	
0.881	3.18	مخيم	

يتضح من الجدول (4.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية على مقياس إدمان

وسائل التواصل الاجتماعي في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف عن دلالة الفروق

بين المتوسطات الحسابية لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، فقد أجري تحليل التباين

الثلاثي "بدون تفاعل" ("3-way ANOVA "without Interaction")، والجدول (5.4) يبين ذلك:

#### جدول (5.4)

تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة تعزى إلى

متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن

الدلالة الإحصائية	F قيمة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
.471	0.522	0.355	1	0.355	الجنس
.179	1.535	1.044	5	5.218	التخصص (الكلية)
.402	0.914	0.621	2	1.243	مكان السكن
		0.680	273	185.579	الخطأ

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .05$ )

يتضح من الجدول (5.4) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في إيمان وسائل التواصل الاجتماعي تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن.

#### 2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن.

لاختبار الفرضية الثانية، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن، والجدول (6.4) يبين ذلك:

#### جدول (6.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن

العزلة الاجتماعية		المتغيرات
الانحراف المعياري	المتوسط	
0.710	2.70	ذكر
0.772	2.62	أنثى
0.643	2.60	الإعلام والعلاقات العامة
0.718	2.86	الآداب
0.735	2.49	العلوم التربوية
0.764	2.83	التنمية الاجتماعية والأسرية
0.742	2.73	العلوم الإدارية والاقتصادية
0.728	2.44	التكنولوجيا والعلوم التطبيقية
0.740	2.69	قرية
0.772	2.56	مدينة
0.672	2.74	مخيم

يتضح من الجدول (6.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية على مقياس العزلة الاجتماعية في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس العزلة الاجتماعية، فقد أجري تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" (3-way ANOVA "without Interaction"، والجدول (7.4) يبين ذلك:

#### جدول (7.4)

تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس العزلة الاجتماعية لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغيرات: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن

الدالة الإحصائية	قيمة F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
.170	1.892	1.005	1	1.005	الجنس
.019*	2.752	1.463	5	7.314	التخصص (الكلية)
.459	0.780	0.415	2	0.829	مكان السكن
		0.531	273	145.099	الخطأ

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .05$ )

يتضح من الجدول (7.4) عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) في العزلة الاجتماعية تعزى إلى متغير: الجنس ومكان السكن، بينما كانت هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) في العزلة الاجتماعية تعزى إلى متغير التخصص (الكلية).

وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس العزلة الاجتماعية لدى طلبة

جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير التخصص (الكلية)، أجري اختبار أقل فرق دال (LSD)

والجدول (8.4) يوضح ذلك:

#### جدول (8.4)

نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير التخصص (الكلية)

المتغير	المستوى	المتوسط	الإعلام والعلاقات العامة	الآداب	العلوم التربوية	العلوم الإدارية والاقتصادية	العلوم التطبيقية
	الإعلام والعلاقات العامة	2.60					
	الآداب	2.86			.371*		.428*
	العلوم التربوية	2.49				-.338*	
	التنمية الاجتماعية والأسرية	2.83					.395*
	العلوم الإدارية والاقتصادية	2.73					.294*
	التكنولوجيا والعلوم التطبيقية	2.44					

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .05$ )

يتبين من الجدول (8.4) الآتي:

- وجود فروق دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) في العزلة الاجتماعية تبعاً إلى متغير التخصص (الكلية) بين (التكنولوجيا والعلوم التطبيقية) من جهة وكل من: (الآداب) و(التنمية الاجتماعية والأسرية)، و (العلوم الإدارية والاقتصادية)، من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح كل من: (الآداب) و(التنمية الاجتماعية والأسرية)، و (العلوم الإدارية والاقتصادية).
- وجود فروق دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) في العزلة الاجتماعية تبعاً إلى متغير التخصص (الكلية) بين (العلوم التربوية) من جهة وكل من: (الآداب) و(التنمية الاجتماعية والأسرية)، من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح كل من (الآداب) و (التنمية الاجتماعية والأسرية).

### 3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن.

لاختبار الفرضية الثالثة، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن، والجدول (9.4) يبين ذلك:

#### جدول (9.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن

الشعور بالوحدة النفسية		المتغير	المستوى
الانحراف المعياري	المتوسط		
0.704	2.63	الكلية	ذكر
0.759	2.53		أنثى
0.720	2.45	مكان السكن	الإعلام والعلاقات العامة
0.651	2.86		الأداب
0.757	2.38		العلوم التربوية
0.723	2.69		التممية الاجتماعية والأسرية
0.691	2.73		العلوم الإدارية والاقتصادية
0.699	2.24		التكنولوجيا والعلوم التطبيقية
0.730	2.56		قرية
0.743	2.54		مدينة
0.709	2.74	مخيم	

يتضح من الجدول (9.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية على مقياس الشعور بالوحدة النفسية في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية، فقد أجري تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" ("3-way ANOVA "without Interaction")، والجدول (10.4) يبين ذلك:

#### جدول (10.4)

تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن

الدلالة الإحصائية	قيمة F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
.053	3.776	1.854	1	1.854	الجنس
.000*	5.920	2.906	5	14.532	التخصص (الكلية)
.406	0.905	0.445	2	0.889	مكان السكن
		0.491	273	134.031	الخطأ

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .05$ )

يتضح من الجدول (10.4) عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) في الشعور بالوحدة النفسية تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن، بينما كانت هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) في الشعور بالوحدة النفسية تعزى إلى متغير التخصص (الكلية).

وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير التخصص (الكلية)، أجري اختبار أقل فرق دال (LSD) والجدول (11.4) يوضح ذلك:

#### جدول (11.4)

نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير التخصص (الكلية)

المتغير	المستوى	المتوسط	الإعلام والعلاقات العامة	الآداب	العلوم التربوية	التنمية الاجتماعية والأسرية	العلوم الإدارية والاقتصادية	التكنولوجيا التطبيقية
	الإعلام والعلاقات العامة	2.45						
	الآداب	2.86						
	العلوم التربوية	2.38						
	التنمية الاجتماعية والأسرية	2.69						
	العلوم الإدارية والاقتصادية	2.73						
	التكنولوجيا التطبيقية	2.24						

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .05$ )

يتبين من الجدول (11.4) الآتي:

- وجود فروق دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في الشعور بالوحدة النفسية تبعاً إلى متغير التخصص (الكلية) بين (الأداب) من جهة وكل من: (الإعلام والعلاقات العامة) و(العلوم التربوية)، من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح (الأداب).
- وجود فروق دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في الشعور بالوحدة النفسية تبعاً إلى متغير التخصص (الكلية) بين (التكنولوجيا والعلوم التطبيقية) من جهة وكل من: (الأداب) و(التنمية الاجتماعية والأسرية)، و (العلوم الإدارية والاقتصادية)، من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح كل من: (الأداب) و(التنمية الاجتماعية والأسرية)، و (العلوم الإدارية والاقتصادية).
- وجود فروق دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في الشعور بالوحدة النفسية تبعاً إلى متغير التخصص (الكلية) بين (العلوم التربوية) و(العلوم الإدارية والاقتصادية)، وجاءت الفروق لصالح (العلوم الإدارية والاقتصادية).

#### 4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة

لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من: العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة.

لاختبار الفرضية الرابعة، استخرج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من: العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، والجدول (12.4) يوضح ذلك:

جدول (12.4)

معاملات ارتباط بيرسون بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من: العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة (ن=282)

الشعور بالوحدة النفسية	العزلة الاجتماعية	إدمان وسائل التواصل الاجتماعي
		1
	1	.534**
1	.846**	.440**

\*\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .01$ )

يتضح من الجدول (12.4) الآتي:

- وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0.534)، وجاءت العلاقة طردية موجبة؛ بمعنى أنه كلما ازدادت درجة إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ازداد مستوى العزلة الاجتماعية.
- وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0.440)، وجاءت العلاقة طردية موجبة؛ بمعنى أنه كلما ازدادت درجة إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ازداد مستوى الشعور بالوحدة النفسية.
- وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0.846)، وجاءت العلاقة طردية موجبة؛ بمعنى أنه كلما ازدادت درجة العزلة الاجتماعية ازداد مستوى الشعور بالوحدة النفسية.

## 5.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة

لا توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) لكل من إيمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة.

لاختبار الفرضية الخامسة، ومن أجل قياس تأثير مساهمة كل من إيمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، استخدم معامل الانحدار المتعدد التدريجي (Stepwise Multiple Regression)، باستخدام أسلوب الإدخال (Stepwise)، والجدول (13.4) يوضح ذلك:

### جدول (13.4)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي لتأثير مساهمة كل من إيمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة

النموذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية		مستوى الدلالة	معامل الارتباط (R)	التباين المفسر $R^2$	معامل الارتباط المعدل
	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	بيتا	قيمة ت				
1	الثابت	.353	.087	4.065	.000			
	العزلة الاجتماعية	.836	.031	26.578	.000	.846 <sup>a</sup>	.716	.715

قيمة "ف" المحسوبة للعزلة الاجتماعية = 706.393 دالة عند مستوى دلالة 0.000.

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .05$ )

يتضح من الجدول (13.4) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) للعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية، ويلاحظ أن متغير العزلة الاجتماعية قد وضح (71.6%) من نسبة التباين في الشعور بالوحدة النفسية، أي أن متغير العزلة الاجتماعية له دور مهم وأساس في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية. أما فيما يتعلق بمتغير إيمان وسائل التواصل الاجتماعي، فإنه لم يسهم بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بمستوى الشعور بالوحدة النفسية. وتجدر الإشارة إلى أن قيم عامل تضخم التباين (VIF) للنماذج التنبؤية الاثنان قد كانت متدنية؛ ما يشير

إلى عدم وجود إشكالية التساهمية المتعددة (Multicollinearity)، التي تشير إلى وجود ارتباطات قوية بين المتنبئات. وعليه، يمكن كتابة معادلة الانحدار، وهي:  $y = 0.353 + 0.836x$ ، أي كلما تغير متغير العزلة الاجتماعية درجة واحدة يحدث تغير طردي موجب في الشعور بالوحدة النفسية بمقدار (0.836).

## الفصل الخامس

### تفسير النتائج ومناقشتها

#### 1.5 تفسير نتائج أسئلة 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

#### 2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

#### 3.5 التوصيات

## الفصل الخامس

### تفسير النتائج ومناقشتها

تضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة، من خلال أسئلتها وما انبثق عنها من فرضيات، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة الواردة في هذه الدراسة، إضافة إلى تفسير النتائج، وصولاً إلى التوصيات التي يمكن طرحها في ضوء هذه النتائج.

#### 1.5 تفسير نتائج أسئلة الدراسة ومناقشتها

##### 1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

ما مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بلغ (3.21)، بنسبة مئوية (64.2%)، ومستوى متوسط؛ حيث أشارت عينة الدراسة بنسبة مئوية بلغت (78.4%) إلى أن الوقت يمر دون أي شعور عند استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، والتي حازت على المرتبة الأولى بين فقرات المقياس.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الصوافي وآخرون (2022)، ودراسة عكاشة (2021)، في أن إدمان الإنترنت لدى الطلبة جاء بدرجة "متوسطة"، وأظهرت نتائج دراسة فانتاو (Fantaw, 2021) أن (28.2%) من طلبة الجامعة مدمنون على الإنترنت، وكان المستوى متوسط في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة في دراسة موسى (2021)، ودراسة باشه وآخرون (2021)، أما

دراسة كيري وقحل (2021)، فبينت انخفاض مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة.

وتعزى هذه النتيجة إلى الدافعية والرغبة الملحة للطلبة في متابعة كل الأخبار والمستجدات التي تدور حول العالم، ومشاهدة الفيديوهات والمقاطع المسلية لهم عبر صفحاتهم الشخصية في كل وقت وفي أي مكان، وكذلك الهروب من الضغوط النفسية والاجتماعية والظروف القاسية التي يمر بها المجتمع الفلسطيني؛ إذ يرى هؤلاء الطلبة أن هذه المواقع هي تفرغ لهم من الكبت والملء لوقت فراغهم. وترى الباحثة أن إدمان الإنترنت يمكن أن يكون سببه هو معاناة هؤلاء الطلبة من أحد الاضطرابات النفسية، والتي تدفعهم الى التعلق بالإنترنت والهروب من الواقع لتجنب مواجهة مشكلاتهم، كذلك عدم وجود اندماج وتفاعل مع محيطهم الاجتماعي وعدم تلقي الدعم الاجتماعي من بيئتهم المحيطة المتمثلة في الأسرة والزملاء والأصدقاء، وهذا ما يدفع هؤلاء الطلبة إلى الانعزال عن المجتمع وإشغال أنفسهم وبناء عالمهم الخاص من خلال هذه المواقع، بعيداً عن التفاعل مع المحيط الاجتماعي.

إن سهولة استخدام الإنترنت وسرعة التصفح له في أي وقت بسبب تواجد الإنترنت في كل مكان في الوقت الحاضر، سواءً داخل الجامعة، أم في العمل، أم في المنزل، وحتى في الأماكن العامة، وباعتبار أن التصفح عبر الإنترنت بات لا يقتصر على استخدامه عبر جهاز الحاسوب في المنزل أو العمل أو مراكز الحواسيب فقط، بل إن تقنية الهواتف الشخصية وسهولة تصفح الإنترنت عبر التطبيقات الموجودة عليه أتاح للأفراد فرصة استخدام هذه الوسائل بكل سهولة ولوقت أطول، دون أية قيود أو وقت زمني محدد، وهذا بالتأكيد يساهم في زيادة مداومة الأفراد على التصفح، والذي قد يقود بهم إلى الإدمان.

ويمكن القول أيضاً أن المستوى الاقتصادي لا يقف عائقاً أمام استخدام هذه الوسائل، وذلك بسبب الانتشار الواسع لهذه المواقع كونها مجانية، وبسبب انخفاض تكاليف الاشتراك بالإنترنت، وهذا يمكن أن يكون سبباً كافياً لاستغراق هؤلاء الطلبة في استخدام هذه المواقع دون تحديد وقت معين وبدون توقف، ما يؤدي بهم إلى الوصول إلى مرحلة الإدمان، كما أن هذا مكن كل المستويات في المجتمع من استخدام الإنترنت حتى لو كانت ذات مستوى اقتصادي متدنٍ؛ إذ يعتبره الأفراد أنه بات من الحاجات الأساسية الضرورية التي لا يمكن الاستغناء عنها.

### 2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

#### ما مستوى العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

أشارت النتائج أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس العزلة الاجتماعية بلغ (2.66)، بنسبة مئوية (53.2%)، ومستوى متوسط؛ حيث تراوحت المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس العزلة الاجتماعية ما بين (2.06- 3.67)، وأشارت عينة الدراسة بنسبة مئوية بلغت (73.4%) إلى وجود القليل من الأفراد الذين يمكن التحدث معهم في مختلف الأمور، والتي حازت على المرتبة الأولى بين فقرات المقياس.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة باشه وآخرون (2021)، التي بينت نتائجها وجود مستوى متوسط في العزلة الاجتماعية لدى الطلبة، بينما اختلفت مع نتائج دراسة لودر (Lodder, 2016)، ودراسة ابرييم (2015)، اللتان أظهرت نتائجهما وجود مستوى مرتفع في العزلة الاجتماعية لدى المراهقين والطلبة، وكذلك مع نتائج دراسة إيراني (Irani, 2014)، التي بينت أن مستوى العزلة الاجتماعية لدى الطلبة كان منخفضاً.

وتعزى هذه النتيجة إلى العزلة الاجتماعية هي عبارة عن الحرمان من الترابط الاجتماعي، والمتمثلة في عدم كفاية نوعية وكمية العلاقات الاجتماعية مع الآخرين في بيئات مختلفة، بالإضافة إلى تجربة الفرد الذي يتم إبعاده عن الآخرين. وهذا ما أشارت إليه عينة الدراسة من خلال ارتفاع نسبة استجاباتهم على وجود عدد قليل من الأفراد المحيطين الذين يمكن أن يتفاعل معهم. وهذا بدوره يؤدي إلى شعور الفرد بأن المجتمع الذي يعيش فيه غريب عنه، ولا يشعر بانتمائه إليه، ويترتب على ذلك شعور الفرد بالوحدة والفراغ النفسي، وغياب المشاركة في نشاطات المجتمع، وكذلك البعد عن الآخرين، ما يؤدي إلى افتقاد العلاقات الاجتماعية والدخول في دوامة العزلة الاجتماعية.

ويتوافق هذا مع ما أكدته نظرية المدرسة السلوكية بأن لجوء بعض الأفراد إلى العزلة الاجتماعية كوسيلة للتوافق النفسي، هو بسبب الإهمال الذي يلقاه الفرد في طفولته المبكرة من والديه أو المحيطين به، وقلة العلاقات والتفاعلات والمعاملة القاسية في التنشئة، والذي بدوره يؤدي إلى عدم التفاعل الإيجابي وعدم الشعور بالأمان والطمأنينة. وهذا ما أكدته دراسة (Irani, 2014)، بأن أكثر العوامل تنبؤاً في العزلة الاجتماعية كانت نوعية العلاقات مع الأسرة والأصدقاء، ومدى تقبل الفرد بين مجموعات الأصدقاء والأقران.

### 3.1.5 تفسير نتائج السؤال الثالث ومناقشتها

ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية بلغ (2.58)، بنسبة مئوية (51.6%)، ومستوى متوسط؛ حيث بلغت المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية ما بين (2.17-2.99).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الخواجة (2020)، أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية متوسطاً لدى الطلبة، وأظهرت نتائج دراسة العيطان (2017) انتشار الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة، وتتفق كذلك مع نتائج دراسة نزال (2020)، التي أشارت إلى أن الطلبة الذين يعانون من الوحدة النفسية بدرجة مرتفعة شعروا برضاً أقل عن حياتهم، ولم يلاحظوا دعماً أقل من الأصدقاء والعائلة والآخرين المهمين علاوة على ذلك، فالطلبة الذين يعانون من الشعور بالوحدة العالية يعانون أيضاً من مشكلات نفسية، كما أشارت هذه النتائج أيضاً إلى أن الرضا عن الحياة والدعم الاجتماعي من الأصدقاء وغيرهم من الأشخاص المهمين هي من العوامل السلبية التي تنبئ بالوحدة، كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة (Hopmeyer et al., 2020)، التي أشارت نتائجها إلى عزو الشعور بالوحدة النفسية لدى الفرد إلى عجز في الصداقات، وعدم الشعور بالارتباط مع أقرانه، والمخاوف بشأن هوية المرء ومستقبله بشكل فريد مع زيادة الشعور بالوحدة.

وتعزى هذه النتيجة إلى أن إحساس طلبة جامعة القدس المفتوحة بالوحدة النفسية يمكن إرجاعه لعدة أسباب، منها: الأوضاع السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي يمر بها المجتمع الفلسطيني، وذلك بسبب الضغوط التي يتعرض لها الطالب، والتي أثرت على كافة نواحي حياتهم؛ حيث يتعرض أفراد المجتمع الفلسطيني لفرض قيود على تحركاتهم وسفرهم وممارسة أنشطتهم والتردد من الحركة أحياناً بسبب الأوضاع الأمنية، فقد أشار أفراد العينة إلى شعورهم كالسجناء في المنزل، كذلك زيادة عدد الأسرى والشهداء، ما دفعهم للشعور بالضجر والملل والخوف من الوضع القائم وشعورهم بعدم وجود أمان لحياتهم ومستقبلهم، وقلة الثقة بمحيطهم الاجتماعي، ما يدفعهم إلى أن يكونوا أكثر عزلة وانطواءً، وفقدان القدرة على التعامل بإيجابية مع المجتمع والنشاطات الاجتماعية.

كما أشارت عينة الدراسة بنسبة مئوية بلغت (59.8%) إلى انقطاع علاقاتهم بمعظم الأصدقاء منذ فترة طويلة، والتي حازت على المرتبة الأولى بين فقرات المقياس. وتفسر الباحثة ذلك بالرجوع إلى أن انقطاع علاقات الطلبة بمعظم الأصدقاء منذ فترة طويلة كأحد أسباب الوحدة النفسية هو افتقاد الشباب الجامعي للصدقات الحميمة، في ظل واقع المجتمع الذي يعاني من تذبذب العلاقات الاجتماعية، وبسبب الظروف التي يمر بها المجتمع والقيود المفروضة عليهم. وأبرز مثال على ذلك الخلافات الحزبية بين أفراد المجتمع، التي بدورها أثرت سلباً على كل مجالات الحياة في المجتمع الفلسطيني، والظروف الاقتصادية الصعبة التي تجعل الشباب أكثر انشغالاً بالعمل في أثناء مرحلة التعليم بسبب تكاليف التعليم والحاجة للمال، والتي تجعلهم أكثر انشغالاً بقضاء أوقاتهم في العمل بدلاً من قضاء أوقات فراغ أطول مع أصدقائهم والاستماع إلى همومهم ومشكلاتهم؛ حيث أشارت العينة إلى شعورهم بالافتقاد إلى الشخص المناسب للمشاركة في الأفراح والمناسبات، وكذلك الشعور بنقص في وجود الأصدقاء الحقيقيين.

ومن الناحية النظرية، ترى الباحثة أن الأفراد يحتاجون دوماً إلى الصداقة العاطفية الحميمة من أشخاص مقربين وإلى التأييد الاجتماعي، ويتولد الشعور بالوحدة النفسية نتيجة عدم إشباع تلك الحاجات، وعندها يفتقد الأفراد الشعور بالعاطفة من قبل الآخرين. كما أن مشاعر الوحدة تنتج من الحاجة للارتباط مع آخرين على أساس من الود والمحبة، وإلى مقدرة الفرد على التعبير عن أفكاره وعواطفه بحرية تامة، وبدون خوف من الفرض أو سوء الفهم، وأن الوحدة أو الإحساس بها لا تحدث لكون الإنسان منفرداً، بل هي نتيجة لنقص العلاقة الوثيقة والودودة مع شخص آخر، أو نتيجة نقص في نسيج العلاقات الاجتماعية التي يكون فيها الفرد جزءاً من مجموعة من الأصدقاء الذين يشتركون في الاهتمامات والأنشطة.

## 2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

### 1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغيرات: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الصوافي وآخرون (2022)، ودراسة عكاشة (2021)، التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الإدمان على الإنترنت تبعاً لمتغير الجنس، وبينت دراسة بوفيزية وآخرون (2019) وجود فروق دالة في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس، وأشارت دراسة قرقوري (2019) إلى وجود فروق دالة إحصائية في درجات مقياس إدمان الفيسبوك تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور

وتعزى هذه النتيجة إلى الانتشار الواسع للإنترنت في المجتمع وسهولة استخدامه وقلة تكاليفه، وهذا ساعد بأن يكون الاستخدام متاح من قبل الأفراد في الفئات العمرية والاقتصادية كافة؛ حيث بات غير مقصور على فئة معينة في المجتمع، ويستخدمه الذكور والإناث بغض النظر عن فئاتهم العمرية وبشكل منتظم، كما أنه بات غير محصور على سكان المدن دون القرى والمخيمات، كون المدن تكون عادةً متطورة من ناحية الخدمات أكثر من القرى؛ إذ إن شبكات الإنترنت استطاعت الوصول إلى المناطق كافة حتى النائية منها، فالأفراد في هذه المناطق يتصفحون الإنترنت مثلهم مثل باقي الأفراد في المدن، وحتى لا يختلف الاستخدام نوعاً عن حجم

الاستخدام في دول العالم، وهذا ما قلل من وجود فروق بين هذه المتغيرات في استخدام الإنترنت والإدمان عليه.

### 2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغيرات: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في العزلة الاجتماعية تعزى إلى متغير: الجنس، ومكان السكن، بينما كانت هناك فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في العزلة الاجتماعية تعزى إلى متغير التخصص (الكلية)، وجاءت الفروق لصالح كل من: (الآداب) و(التنمية الاجتماعية والأسرية)، و (العلوم الإدارية والاقتصادية). واختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة بوفنيزية وآخرون (2019)، التي بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة على مقياس العزلة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس.

وتعزى هذه النتيجة المتمثلة في عدم وجود فرق في العزلة الاجتماعية بين الذكور والإناث ومكان السكن أيضاً، إلى أن أسباب هذه العزلة لا ينحصر بأحد الجنسين أو بمكان السكن والبيئة الاجتماعية، بل يمكن القول إن الأسرة هي المسؤولة بالدرجة الأولى عن شبكات العلاقات الاجتماعية وعن الاضطرابات الاجتماعية والنفسية، فعندما توفر الأسرة والبيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد أجواء مناسبة من التفاهم والمحبة والدعم الاجتماعي، فإن ذلك سينعكس بشكل إيجابي على الفرد سواءً أكانت أنثى أم ذكر، وسواءً أكان من سكان القرية أم المدينة.

### 3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص (الكلية)، مكان السكن.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في الشعور بالوحدة النفسية تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن. بينما أظهرت النتائج الإحصائية وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في الشعور بالوحدة النفسية تعزى إلى متغير التخصص (الكلية)، وجاءت الفروق لصالح كل من: (الأداب) و(التنمية الاجتماعية والأسرية)، و(العلوم الإدارية والاقتصادية).

تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة عطية (2021)، ودراسة شاهين (2014)، التي أظهرت عدم وجود فروق دالة في الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس، وكان الشعور بالوحدة النفسية لدى الذكور في دراسة هوبماير وآخرون (Hopmeyer et al., 2020)، بينما وجدت فروق دالة إحصائية في الوحدة النفسية تعزى لمتغير الكلية.

وتعزى هذه النتيجة إلى أن الشعور بالوحدة النفسية لا ينحصر على أحد الجنسين ولا على مكان سكن معين، بل هي حاجة كل الأفراد ولكلا الجنسين بالشعور بالانتماء والحاجة للحب والمشاركة الوجدانية، الحاجة إلى وجود طرف آخر يفهم المشاعر والأحاسيس المختلفة، والحاجة لوجود من يشعر المرء بالاحتياج إليه. وفي حالة عدم إشباع الفرد للحاجات الثلاثة يشعر الفرد بالفراغ، ما يفاقم لديه شعور الإحساس بالوحدة. كما ترى الباحثة أن الاختلاف جاء لمتغير الكلية لصالح العلوم الأدبية أكثر من العلمية هو أن طبيعة الدراسة والمناهج وآلية التعليم تختلف عن بعضها البعض، فالطلبة في التخصصات العلمية يقضون وقتاً أطول في الدراسة النظرية

والتطبيقية، ويكون هناك تفاعل أكثر مع المحيط من خلال المشاركة في الدورات التطبيقية وتنفيذ المشاريع، في حين أن التخصصات الأدبية تعتمد على الفرد نفسه دون الحاجة للتفاعل مع المحيط، هذا بالإضافة إلى سهولة المناهج ووجود وقت فراغ أكثر لديهم مقارنة بالطلبة الملتحقين في التخصصات العلمية.

#### 4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من: العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة.

أظهرت النتائج وجود علاقة طردية موجبة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، وأظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة طردية موجبة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بينت دراسة الكنزي (2021)، التي بينت أن الإنترنت يؤثر على العلاقات الاجتماعية لدى الأفراد، وأشارت نتائج دراسة الحويج (2021) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين إدمان الإنترنت والعزلة الاجتماعية لدى الشباب، وبينت دراسة باشه وآخرون (2021) وجود علاقة ارتباط إيجابية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين، كما بينت دراسة الهندي (Alheneidi et al., 2021) وجود ارتباط بين الشعور بالوحدة وإشكالية استخدام الإنترنت، ووجود ارتباط بين الوحدة وعدد الساعات التي يقضيها الإنترنت، وأظهرت دراسة بوفنيزية وآخرون (2019) وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة، وأشارت دراسة

قرقوري (2019) إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان استخدام موقع الفيسبوك والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين، وبين زيادة مستوى إدمان المراهق على موقع الفيسبوك وزيادة مستويات العزلة الاجتماعية، وكشفت دراسة زندي (2017) عن وجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي، وأظهرت دراسة لودر (Lodder, 2016) وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين، وبينت دراسة ميشيل (Meshel, 2015) أن أكثر من نصف الأشخاص البالغين في بريطانيا الذين يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي، قد اعترفوا بأنهم يقضون وقتاً أطول على شبكة الإنترنت من ذلك الوقت الذي يقضونه مع أصدقائهم الحقيقيين أو مع أفراد أسرهم، كما أشارت نتائج دراسة قدوري (2015) إلى أن هناك علاقة بين إدمان استخدام الإنترنت وبعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة الدراسة، بينما بينت دراسة العنود (Alanoud, 2020) أنه لا توجد علاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة لدى طلبة جامعة الأميرة نورة في الرياض.

وتعزى هذه النتيجة إلى أن الاستخدام المتكرر وتصفح المواقع بشكل مفرط يقلل من طبيعة النشاط الاجتماعي الواقعي؛ حيث إن ذلك يؤثر على علاقة الطالب مع محيطه، فقضاء وقت كبير على هذه المواقع في ظل سهولة استخدام الوسائل الرقمية وسهولة الدخول إلى المواقع وتنوع التطبيقات ومجانيتها استخدامها يساهم في زيادة الوقت المستخدم لها وبالتالي تقليل احتكاك الفرد مع محيطه والذي يؤدي إلى تفكك الروابط الاجتماعية وقد يلغي العديد منها، فكلما زادت ساعات الاستخدام لهذه المواقع ضعفت المشاركة الاجتماعية، وهذا ما أكدته دراسة حمروش (2021) بأن الأبعاد السلبية لموقع الفيسبوك على الشباب (الطلبة الجامعيين)، وبخاصة في العزلة الاجتماعية والإدمان، هو تقليل التواصل مع الأهل والأصدقاء.

ويمكن تفسير هذه النتيجة أيضاً باعتبار أن أنماط الحياة الجديدة والمتمثلة بالاعتماد على وسائل التواصل في التفاعل بين الأفراد، قد حفزت المدمنين على الإنترنت من التركيز على الاتصال عبر شاشات الجوال بدلاً من التواصل المباشر بينه وبين الأفراد. كما أن تصفح الإنترنت ومواقع التواصل قد تكون مهرباً وملاً لهؤلاء الأفراد من واقعهم، وبخاصة في ظل المعاناة من الضغوطات سواءً أكانت اجتماعية، أم نفسية، أم اقتصادية، لذلك يلجأ هؤلاء الأفراد إلى قضاء وقت طويل على هذه المواقع للترفيه عن أنفسهم والتخلص من مشكلاتهم أو على الأقل التخفيف منها، فهي قد تكون منفذاً لهم في تلبية احتياجاتهم وتحقيق رغباتهم التي يعجزون عن تحقيقها في الواقع الحقيقي.

أما بخصوص وجود علاقة طردية موجبة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، فهي تتفق مع نتائج دراسة (Verolien, 2021)، التي أشارت إلى أن عينة الدراسة الذين شعروا بالوحدة كانوا أكثر ميلاً لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي للتعامل مع نقص التواصل الاجتماعي. وتتفق أيضاً مع دراسة حنفي (2018)، التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين كل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية، ودراسة العيطان (2017)، التي أكدت على وجود علاقة ارتباط إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان استخدام الإنترنت لدى جميع أفراد العينة من طلبة الجامعة. وهي تتفق أيضاً مع نتائج دراسة شاهين (2014)، التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية، ودراسة أبو العطا (2019)، التي أشارت إلى وجود علاقة ذات فروق دالة إحصائية بين طلبة الثانوي العام وطلبة الثانوي الفني مدمني الإنترنت في متغير الوحدة النفسية.

وتعزى هذه النتيجة إلى أن طلبة الجامعة عندما يشعرون بالضيق والتوتر وإحساسهم بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والود والحب، يجعلهم ذلك أكثر إقبالاً على استخدام الإنترنت بشكل مفرط، ووجود فجوة نفسية تُباعد بينهم وبين أشخاص الوسط المحيط يزيد مستوى الشعور بالوحدة النفسية لديهم، ما يؤدي إلى إدمانهم على الإنترنت، وبخاصة مع سهولة استخدام الحواسيب والدخول على الإنترنت في هذا الوقت، والذي يحقق لهم المتعة الشخصية، والشعور بالذات والهروب من المشكلات الاجتماعية؛ حيث إن إدمان الطلبة على وسائل التواصل الاجتماعي يشعرهم بالوحدة النفسية والعزلة عن المحيطين بهم، وهم يفضلون الإنترنت على الأنشطة الاجتماعية التي لا تشبع دوافعهم الاجتماعية، وبالتالي يفضل بعض الطلبة الانسحاب من المحيط الاجتماعي وتفضيل شبكات الإنترنت على غيرها من العلاقات والتفاعلات الإنسانية.

#### 5.2.5 تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

لا توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) لكل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة.

أظهرت النتائج وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) للعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية؛ حيث إن متغير العزلة الاجتماعية قد وضح (71.6%) من نسبة التباين في الشعور بالوحدة النفسية، أي أن متغير العزلة الاجتماعية له دور مهم وأساس في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية. أما فيما يتعلق بمتغير إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، فإنه لم يسهم بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بمستوى الشعور بالوحدة النفسية.

أظهرت النتائج دراسة عقاد وطاقفه (2022) وجود أثر ذي دل إحصائياً لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي في العزلة الاجتماعية لدى الطالبات، وبينت دراسة عمران (2021) مطابقة النموذج المقترح للعلاقات بين إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، والشعور بالوحدة النفسية، والقلق من فيروس كورونا لدى طلبة جامعة أسيوط، وبينت دراسة تشو وآخرون (Chu et al., 2021) أن إدمان الإنترنت قد توسط في العلاقة بين الدعم الاجتماعي والعُنف عبر الإنترنت لدى طلبة الجامعات الصينية، وأظهرت نتائج دراسة عطية (2021) أن هناك تأثير غير مباشر لإدمان الإنترنت على الصحة النفسية من خلال الوحدة النفسية، ما يعني أن الوحدة النفسية متغير وسيط جزئي، وأشارت دراسة فيرولين (Verolien, 2021) إلى أن المشاركين الذين شعروا بالوحدة كانوا أكثر ميلاً لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي للتعامل مع نقص التواصل الاجتماعي. ومع ذلك، فإن استراتيجية التأقلم هذه لم تكن مرتبطة بشكل كبير بمشاعر السعادة لديهم، وأشارت نتائج دراسة نزال وآخرون (Nazal et al., 2020) إلى أن الرضا عن الحياة والدعم الاجتماعي من الأصدقاء وغيرهم من الأشخاص المهمين هي من العوامل السلبية التي تنبئ بالوحدة، كما أظهرت نتائج دراسة إيراني (Irani, 2014) أن أكثر العوامل تنبؤاً بالعزلة الاجتماعية كانت نوعية العلاقات مع الأسرة والأصدقاء، ومدى تقبل الفرد بين مجموعات الأصدقاء والأقران، وبينت دراسة شاهين (2014) أن درجة إدمان الإنترنت أو الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة ترتفع كلما ارتفع مستوى الاستخدام للإنترنت، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية.

ويمكن عزو هذه النتيجة باعتبار أن من أهم أعراض العزلة الاجتماعية تجنب المبادرة إلى التحدث مع الآخرين والشعور بعدم الارتياح لمخالطة الآخرين والتفاعل معهم، إضافة إلى تجنب المناقشات الجماعية وصعوبة المبادرة الاجتماعية في تقديم أنفسهم للآخرين وتجنب العلاقات

الشخصية مع الآخرين، كذلك سوء التوافق الاجتماعي للفرد في علاقاته مع الآخرين وتجنب الفرد الاتصالات الاجتماعية، ونتيجة هذه الأعراض تضعف العلاقات والتفاعلات بين الفرد والمحيط، ما يصل به إلى حد كبير من التفكك أو حتى الانقطاع في العلاقات والتفاعلات، والتي تؤدي أيضاً إلى نقص في المهارات الاجتماعية التي يمتلكها الفرد للتواصل مع الآخرين، وهذا بدوره يقود إلى الإحساس بالوحدة النفسية، فيزداد الشعور بالخجل والخوف من التعامل مع الآخرين، وتجنب بناء علاقات والتواصل معهم، والانخفاض في تقدير الذات، والشعور بالغربة وعدم الرضا عن الحياة، والاكتئاب والملل والرفض من الآخرين، وهذا ما يسبب لهم الشعور بالوحدة النفسية.

### 3.5 التوصيات والمقترحات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، فإنه يمكن التوصية بما يلي:

1. باعتبار النسبة التي كانت قريبة للمرتفع في مستوى ادمان وسائل التواصل الاجتماعي، فإنه من الضروري أن تقوم عمادة شؤون الطلبة وأعضاء هيئة التدريس عقد محاضرات وندوات علمية تناقش فيها تطورات الإنترنت وتقنيات الاتصال الشخصي، وانعكاساتها على البناء الاجتماعي وسبل الاستفادة منها على نحو إيجابي.
2. تفعيل التعاون والتنسيق بين مؤسسات المجتمع المدني والمحلي والإعلام والوحدات الإرشادية في المدارس والجامعات لنشر الوعي وبيان مخاطر الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، من خلال عمل برامج وقائية للتعريف بأخطار إدمان شبكات التواصل الاجتماعي، وعرض قصص واقعية عن ظاهرة الإدمان، وتوجيههم نحو الاعتدال في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل عام لتفادي الوقوع في دائرة الإدمان عليها.

3. التعاون بين مجالس الطلبة وأعضاء هيئة التدريس لعقد ندوات عامة من أجل توعية الأهالي حول أهمية توفير مناخ أسرى يسوده الجو النفسي والأسري المشبع بالحب والأمن والتقدير والحوار والمناقشة، والابتعاد عن القسوة والتسلط والإهمال وفتور العلاقات الاجتماعية، والحفاظ على الجلسات الأسرية وزيادة التفاعل الاجتماعي بين أفراد الأسرة، حتى لا تصبح الأجهزة المتنفس الوحيد لهم، لتجنب وقوع أبنائهم في دائرة اضطراب الشعور بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية.

4. ضرورة قيام المؤسسات التعليمية بتطوير برامج وتطبيقات تعليمية مرتبطة بالمناهج الدراسية بغرض خلق بيئة تعليمية بدلاً من تركيز الشباب على استخدام هذه الأجهزة من الجانب الترفيهي فقط. والعمل على توفير بدائل وأنشطة يومية للطلبة لإشغال أوقات فراغهم وتنمية مواهبهم كالرياضة والقراءة، وإشغالهم بما هو مفيد في حياتهم ويعزز دورهم في الحياة.

5. ضرورة توفير مراكز إرشاد نفسي في الجامعات الفلسطينية وتزويدها بأخصائيين نفسيين للكشف عن الطلبة المدمنين على شبكات التواصل الاجتماعي، والذين يعانون من زيادة الشعور بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية قبل تخرجهم والتحاقهم بالمهن بعد التخرج وتوفير برامج إرشادية مناسبة.

6. ضرورة اهتمام المؤسسات التربوية والجامعات بالأنشطة اللامنهجية التي تساهم في تفعيل روح التعاون وبناء العلاقات والتفاعل المستمر بين الطلبة وتنمية المهارات الاجتماعية والقدرة على التواصل مع الآخرين الذي بدوره يقلل من تقادم مشاعر الوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية لديهم.

7. إجراء المزيد من البحوث حول إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وربطه بمتغيرات نفسية أخرى قد تلعب دوراً مهماً في مستوى ارتقاعه وانخفاضه لدى الطلبة.

## المصادر والمراجع العربية والأجنبية

## المصادر والمراجع العربية والأجنبية:

### أولاً: المراجع باللغة العربية

ابريعم، سامية. (2013). إدمان الإنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية (دراسة ميدانية لعينة من

طلبة جامعة أم البواقي). *مجلة الآداب والعلوم الاجتماعية*، 12(1)، 231-246.

ابريعم، سامية. (2015). العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالاغتراب النفسي (دراسة ميدانية

لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم البواقي). *مجلة علوم الإنسان والمجتمع*، 4(2)،

215-240.

أبو العطا، إبراهيم. (2019). العلاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة

الثانوية. *مجلة كلية التربية*، 1(26)، 979 - 1012.

أبو بكر، أحمد. (2005). إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى طلبة

الجامعة. *مجلة البحث في التربية في علم النفس*، 3(18)، 40-56.

أبو خيران، إيمان. (2017). مستوى العزلة الاجتماعية لدى مرضى السرطان والسكري المترددين

في المستشفى في محافظة الخليل، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس،

فلسطين.

أدler، ألفريد. (1996). *سيكولوجيتك في الحياة: كيف تحياها؟* (ترجمة عبد العلي الجسماني)،

بيروت: المؤسسة العربية للدراسات والنشر، (تاريخ نشر الكتاب الأصلي 1931).

باشه، الشيماء وشوكت، عواطف ومحمد، هدى. (2021). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدي المراهقين. *مجلة بحوث العلوم الانسانية والاجتماعية*،

1(5)، 136-162.

- بشيش، صبا. (2018). إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- بن عمر، نور. (2015). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته ببعض سمات الشخصية "خجل، عدوان" لدى الاطفال الصم من وجهة نظر المربين. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجزائر.
- بن عيسى، خديجة. (2020). الوحدة النفسية لدى الطالبات المصابات بالصرع دراسة إسقاطية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة محمد الضيف بن مسلية، الجزائر.
- بهجت، هبة الله. (2003). أثر استخدام تكنولوجيا الاتصال الحديثة على أنماط الاتصال الأسري في مصر. (رسالة ماجستير منشورة)، كلية الإعلام، جامعة القاهرة، مصر.
- بوفنيزية، خزيمة وآخرون. (2019). تصفح الشباب لمواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة حمد الصديق بن حيي-جيجل-الجزائر.
- جابر، ميلاد. (2019). إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة كلية التربية بني وليد. مجلة عالم التربية، 1(67)، 14-51.
- جيلان، هنادي وأحمد، ذكية. (2021). الدعم الاجتماعي المُدرك وعلاقته بإدمان الإنترنت لدى المراهقين. المجلة الدولية لنشر البحوث والدراسات، 3(25)، 7064-2709.
- جيوسي، مجدي. (2015). واقع الأسرية العلاقات العامة من وجهة نظر أولياء أمور في مدينة طولكرم. المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية- سلسلة العلوم الإنسانية، 17(2)، 1605-2587.

الحربي، محمد. (2017). فعالية برنامج ارشادي قائم على اللعب في خفض العزلة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 25(3)، 322-307.

الحسيني، حسين والحمامي، سمر. (2021). الوحدة النفسية عند الاطفال. المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة المنصورة، 6(4)، 217-190.

حمروش، امينة. (2021). الفيسبوك وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى الطالب الجامعي. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة محمد الصديق بن يحيى-جيجل، الجزائر.

حنفي، داليا. (2018). إدمان الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلبة المرحلة الاعدادية بأسبوط. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، 1(1)، 1-30.

الحويج، الهادي. (2021). إدمان الإنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى الشباب، مجلة التربوي، 1(18)، 344 – 323.

خليفة، ايناس. (2005). مراحل النمو وتطوره ورعايته. الأردن: دار مجدلاوي للنشر والتوزيع. راضي، مؤيد وحسن، براء. (2020). اضطراب إدمان الإنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة واسط، 3(38)، 1090-1075.

زندي، يمنية. (2017). مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بظهور العزلة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي: دراسة ميدانية على عينة من الشباب. مجلة الحكمة للدراسات الاجتماعية، 1(10)، 154 – 142.

الزهرة، فاطيمة. (2015). دور الارشاد والتوجيه المدرسي في الحد من ظاهرة الإدمان على

الإنترنت وعلاقتها بالاغتراب النفسي. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الدكتور مولاي

الطاهر، سعيدة، الجزائر.

الزبيدي، أمل. (2014). إدمان الإنترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى

طلبة جامعة نزوى. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة نزوى، عُمان.

سعودي، عبد الكريم. (2014). إدمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي:

دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار. مجلة دراسات نفسية وتربوية، 1(13)، 41-52.

سليمة، حمودة. (2015). الإدمان على الإنترنت: اضطراب العصر. مجلة العلوم الاجتماعية

والانسانية، (1) 21، 213-224.

شاحب، أحمد. (2017). أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الشعور بالوحدة النفسية

-الفيسبوك نموذجا. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة زيان عاشور، الجفلة، الجزائر.

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. (2016). إدمان الإنترنت. القاهرة: دار العلوم العربية للنشر والتوزيع.

شاهين، محمد. (2019). نظريات الشخصية. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

شهري، أمل وعشري، ولاء. (2020). إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والقلق لدى طالبات

الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 28(2)، 444-472.

الصبان، محمد. (2019). إدمان الطلبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالأمن النفسي والتورط في الجرائم السيبرانية. *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية*، 6(2)، 267-293.

الصوافي، جوخة والعجمي، قاسم والبوسعيدي، هدى والصائغي، هناء. (2022). الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالصحة النفسية في فترة التعلم عن بعد لدى عينة من الطلبة الجامعيين في سلطنة عُمان. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للبحوث الانسانية والاجتماعية*، 4(59)، 1-12.

صوفي، عبد الوهاب. (2021). الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة. *مجلة العلوم التربوية والانسانية*، 1(7)، 151-168.

طباس، خديجة وملال نسيم. (2021). الإدمان على الإنترنت لدى الطلبة الجامعيين. *مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية*، 5(1)، 383-405.

عبد الحكيم، أماني. (2021). المخاطر الاجتماعية والأمنية لمواقع التواصل الاجتماعي على عينة من الطلبة بجامعة جنوب الوادي بقنا. *بحوث في علم المكتبات والمعلومات*، 26(26)، 249-286.

عبد الله، عبد القادر. (2000). *منهج البحث العلمي وكتابة الرسائل الجامعية*. بغداد: دار التوحيد.

عبد الوهاب، أماني. (2014). إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من الشباب الجامعي. *المجلة العلمية لكلية التربية النوعية*، 1(2)، 105-128.

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، رام الله، فلسطين.

عقاد، آلاء وطقاطقه، فراس. (2022). واقع استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وأثره في العزلة الاجتماعية والإشباع المتحققة للطالبات الصم في المرحلة الثانوية. *المجلة العربية لعلوم*

*الإعاقة والموهبة*، 6(21)، 1-30.

عكاشة، حمدي. (2021). إدمان الإنترنت وعلاقته بمستوى الطموح والضغط النفسية لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الجنوبية. (رسالة ماجستير غير منشورة)،

جامعة القدس المفتوحة، رام الله، فلسطين.

العلمي، لينا. (2011). العضوية في مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها في تحسين الوعي السياسي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح

الوطنية، نابلس، فلسطين

علي، أسماء. (2019). إدمان الإنترنت وعلاقته بالتسويق الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة. *مجلة ابحاث البصرة للعلوم الانسانية*، 4(44)، 19-44.

عمران، فاطمة. (2021). النموذج البنائي للعلاقات بين إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية والقلق الاجتماعي من فيروس كورونا والدعم الاجتماعي المدرك

بين طلبة كلية التربية. *المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج*، 2(93)، 919-1008.

العيطان، محمد. (2017). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بإدمان استخدام الإنترنت لدى طلبة جامعة شقراء. *مجلة الشمال للعلوم الإنسانية*، 2(2)، 167 – 202.

الغامدي، أحلام. (2020). الوحدة النفسية وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الباحة. *مجلة كلية التربية*، 1(110)، 1497-1529.

فروم، إريك. (2009). *الهروب من الحرية*. (ترجمة محمود منقذ الهاشمي)، دمشق: منشورات وزارة الثقافة، (تاريخ نشر الكتاب الأصلي 1941).

فرويد، سيجموند. (1988). **الآنا والهو**. (ترجمة محمد عثمان نجاتي)، لبنان: دار الطليعة، (تاريخ نشر الكتاب الأصلي 1923).

فطير، جواد. (2001). **الإدمان: أنواعه، مراحل، علاجه**. الأردن: دار الشروق للنشر والتوزيع.  
القاضي، عدنان. (2020). **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالإدمان للإنترنت لدى طلبة كلية التربية جامعة تعز، مجلة العلوم النفسية والتربوية، 3(6)، 115-139.**

القيبيسي، لما. (2014). **الذكاء الأخلاقي لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية مستخدمات وغير مستخدمات التويتر**. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض، السعودية.

قدوري، يوسف. (2015). **إدمان استخدام الإنترنت وعلاقته ببعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلبة جامعة غرداية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 1(19)، 271 – 284.**

قرقوري، إيمان. (2019). **إدمان الفيسبوك وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى المراهق الجزائري: دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ ثانوية طارق ابن زياد بقسنطينة. مجلة المعيار، 23(45)، 706 – 734.**

قشقوش، إبراهيم. (1988). **مقياس الشعور بالوحدة النفسية**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.  
القمش، مصطفى والمعايطة، خليل. (2007). **الاضطرابات السلوكية والانفعالية**. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

كريري، هادي وقحل، خلود. (2021). **القابلية للاستهواء وعلاقتها بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة من طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، 9(2)، 311-343.**

الكنزي، خلف الله. (2021). الآثار السلبية لإدمان الإنترنت: دراسة تطبيقية على طلبة جامعة

القضارف. *مجلة التطوير العلمي للدراسات والبحوث*، 1(5)، 158 – 177.

محمد، سوزان. (2012). العزلة الاجتماعية لدى أطفال الرياض. *مجلة كلية التربية للبنات بجامعة*

بغداد، 23(4):116.

محمد، عادل. (2003). *مقياس العزلة الاجتماعية*. القاهرة: دار الإرشاد.

مدلل، خلود. (2021). العزلة الاجتماعية في فترة الحجر الصحي وعلاقتها بظهور الأليكسيثيميا

لدى المعاقين بصريا. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الشهيد حمه لخضر-البوادي،

الجزائر.

مراكشي، مريم. (2014). استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بشعور الوحدة النفسية

لدى الطلبة الجامعيين. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة محمد خضير، بسكرة،

الجزائر.

مصطفى، ضفاف. (2012). أثر برنامج إرشادي لتخفيف العزلة الاجتماعية لدى طالبات المرحلة

المتوسطة. *مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية*. 1(203)، 1369-1391.

مظلوم، حسين. (2014). العزلة الاجتماعية وعلاقتها بالاستهواء لدى الأطفال. *مجلة العلوم*

الانسانية، 1(22)، 184-195.

مفتاح، أيمن وشريك، هديل ولعطير، ياسر. (2021). مؤشرات العزلة الاجتماعية لدى المراهقين

المشوهين جسديا بالحروق. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة محمد بوضياف

بالمسيلة، الجزائر.

مفتاح، صالح. (2017). إدمان الإنترنت وعلاقته بالصلابة النفسية لدى عينة من طلبة كليتي

التربية والعلوم ترهونة. *مجلة جامعة الزيتونة*، 1(24)، 69 – 105.

موسى، إخلص. (2021). إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسط طلبة الجامعات وأثره على الهوية الثقافية (دراسة ميدانية لعينة من طلبة جامعة ودمدني الأهلية، والية الجزيرة، السودان). *مجلة العلوم الاجتماعية- المركز الديمقراطي العربي، ألمانيا - برلين*، 19، 64-87.

موسى، طه وجبريل، السعيد. (2018). مستويات التواصل الإلكتروني وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية. *مجلة بحوث التربية النوعية*، 1(51)، 235 - 268.

يونغ، كارل. (1997). *علم النفس التحليلي*. (ترجمة نهاد خياطة)، دمشق: دار الحوار للنشر والتوزيع، ط2، (تاريخ نشر الكتاب الأصلي 1931).

#### ثانياً: المراجع الأجنبية

- Alheneidi, H., AlSumait, L., AlSumait, D., & Smith, A. P. (2021). Loneliness and Problematic Internet Use during COVID-19 Lock-Down. *Behavioral Sciences*, 11(1), 5-15.
- Alqahtani, F. (2020). Relationship between Level of Internet Addiction, Loneliness and Life Satisfaction among College of Health and Rehabilitation Sciences Students at Princess NourahBint Abdulrahman University. *MNJ*, 5(2), 55-74 55.
- American Psychiatric Association [APA]. (2013). **Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)**. American Psychiatric Pup.
- Australian Psychological Society. (2018). **Australian loneliness report: A survey exploring the loneliness levels of Australians and the impact on their health and wellbeing**. Melbourne: APS.
- Azizi, S. M., Soroush, A., & Khatony, A. (2019). The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical science: across-sectional study. *BMC Psychology*, 7(28), 1-8.
- Blasco, R. L., Cosculluela, C. L., & Robres, A.Q. (2020). Social Network Addiction and Its Impact on Anxiety level Among University Students. *Students. Sustainability*, (12), 5397-5405.

- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., & Berntson, G. G. (2003). The anatomy of loneliness. **Current directions in psychological science**, 12(3), 71-74.
- Chu, X., Li, Y., Wang, P., Zeng, P., & Lei, L. (2021). Social support and cyberbullying for university students: The mediating role of internet addiction and the moderating role of stress. **Current Psychology**, 1-9.
- Conor, L. (2020). **Social Isolation, Fear of Missing Out, and Social Media Use in Deaf and Hearing College Students**. A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Science in Experimental Psychology. College of Liberal Arts.
- DiCaprio, N. S. (1976). **The good life: models for a healthy personality**. Prentice Hall.
- Eylem, S., & Jale, B. (2014). The role of internet Addiction and social media membership on university students. **Psychological capital contemporary Educational Technology**, 5(3), 241-252.
- Fantaw, C. (2021). The Relationship between Internet Addiction and Psychological Wellbeing among Addis Ababa University Main Campus Students. **Primary Health Care: Open Access**, 11(1), 1-8.
- Garcia, E. (2011). **A tutorial on correlation coefficients**, information- retrieval-18/7/2018.<https://pdfs.semanticscholar.org/c3e1/095209d3f72ff66e07b8f3b152fab099eadea.pdf>.
- Gerson, A. C., & Perlman, D. (1979). Loneliness and expressive communication. **Journal of Abnormal Psychology**, 88(3), 258.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J. & Demetrovics, Z. (2014). Social Networking Addiction: An Overview of Preliminary finding in K. P. Rosenberg & L.C. Feder (Eds), **Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment**, (pp.119-142), UK, London: Elsevier.
- Hawthorne, G. (2006). Measuring social isolation in older adults: development and initial validation of the friendship scale. **Social Indicators Research**, 77:521–48.
- Heinrich, L. & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. **Clinical Psychology Review**, 26:695–718.
- Hopmeyer, A., Terino, B., Adamczyk, K., Corbitt Hall, D., DeCoste, K., & Troop-Gordon, W. (2020). The Lonely Collegiate: An Examination of the Reasons for Loneliness Among Emerging Adults in College in the Western United States and West-Central Poland. **Emerging Adulthood**, 1-23.

- Hunt, MG. Marx, R., Lipson, C., et al. (2018). No more FOMO: limiting social media decreases loneliness and depression. **Journal of Social and Clinical Psychology**, 37(10), 751–768.
- Indian, M. & Grieve, R. (2014). When Facebook is easier than face-to-face: social support derived from Facebook in socially anxious individuals. **Personality and Individual Differences**, 59:102–106.
- Irani, W. (2014). Graduate student experiences on and off campus: Social connectedness and perceived isolation. **Journal of Distance Education** 28(1), 1-17.
- 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**, 12:451–455.
- Latikka, R. (2022). Loneliness and psychological distress before and during the COVID-19 pandemic: Relationships with social media identity bubbles. **Social Science & Medicine**. (293), January 2022, 114674
- Loderer, G. (2016): Adolescent loneliness and social skills: Agreement and discrepancies between self, Meta-and Peer-Evaluations. **Journal of Youth & Adolescence** 45(12), 2406-2416.
- Macur, M., & Pontes, H. M. (2018). Individual differences and the development of Internet addiction: A nationally representative study. In **Psychological, social, and cultural aspects of Internet addiction** (pp. 221-235). IGI Global
- Vastly, M. (2012). **Use of social networks sites by Yonge adults in Russia. Unpublished master thesis**. University of Tampere of Social.
- Mecheel, V. (2015). **Facebook and the invasion of technological communities**, N.Y, New York.
- Nazzal, F. I., Cruz, O., & Neto, F. (2020). Psychological predictors of loneliness among Palestinian university students in the West Bank. **Transcultural Psychiatry**, 57(5), 688-697.
- Newcomb, M. D., & Bentler, P. M. (1986). Loneliness and social support; A confirmatory hierarchical analysis. **Personality and Social Psychology Bulletin**, 12(4), 520-535.
- Peplau, L. & Perlman, D. (1982). **Perspectives on loneliness**. In: Peplau L & Perlman D (eds). **Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy**. New York: Wiley.

- Peplau, L. A., & Perman, D., (1979). Blueprint for asocial psychological theory of loneliness. **In love and attraction: An interpersonal conference**, (pp.101- 110). New York: Pergamum Press.
- Radovic, A., Gmelin, T., Bradley, S., et al. (2017). Depressed adolescents: Positive and negative use of social media. **Journal of Adolescence**, (55), 5–15.
- Rahiem, M. D., Krauss, S. E., & Ersing, R. (2021). Perceived Consequences of Extended Social Isolation on Mental Well-Being: Narratives from Indonesian University Students during the COVID-19 Pandemic. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 18(19), 10489
- Rathunde, K. (2001). Toward a psychology of optimal human functioning: What positive psychological learn from the “experiential turns” of James, Dewey, and Maslow. **Journal of Humanistic Psychology**, 41(1), 1-15.
- Relationships Australia. (2018). **Is Australia experiencing an epidemic of loneliness? Findings from 16 waves of the Household Income and Labor Dynamics of Australia Survey**. Canberra: Relationships Australia.
- Roy, A., & Harwood, J. (1997). Underrepresented, positively portrayed: Older adults in television commercials. **Journal of Applied and Psychotherapy: A theory-Construction approach**. Haught on Mifflin.
- Sullivan, H. (1953). **The Interpersonal Theory of Psychiatry**. Norton, N. Y.
- Usmani, S. B., Bharti, P., Bhatti, K., Jindal, P., & Bharti, A. (2021). The Effect of Internet Addiction on the Sleep Pattern and Quality of Life among Medical Students. **International Journal of Current Research and Review**, 13(03), 159-167.
- Vastly, M. (2012). **Use of social networks sites by Yonge adults in Russia. Unpublished master thesis**. University of Tampere of Social.
- Verolien, C. (2021). How Adolescents Use Social Media to Cope with Feelings of Loneliness and Anxiety During COVID-19 Lockdown. **ORIGINAL ARTICLES**. 24(4), 250-257.
- Weiss, R. S. (1973). **Loneliness: The experience of emotional and social isolation**. The MIT Press.
- Weiss, R. S. (1974). The Provisions of Social Relation Ships in: Rubin, 2, Ed., Doing unto to hers, **Prentice Hall**, Englewood Cliff, 17-26.

## الملاحق

- أ. أدوات الدراسة قبل التحكيم
- ب. قائمة المحكمين
- ت. أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)
- ث. أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية
- ج. كتاب تسهيل مهمة

## الملحق (أ): أدوات الدراسة قبل التحكيم



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا

الدكتور الفاضل: ..... المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: "إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة". ومن أجل ذلك، طورت ثلاثة مقاييس للدراسة، الأول: إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والثاني: العزلة الاجتماعية، والثالث: الشعور بالوحدة النفسية، ويطلب من الشخص الذي تنطبق عليه هذه المقاييس أن يضع علامة (X) داخل المربع الذي يناسبه، بحيث يبين مدى موافقته على العبارة التي تصفه كما يرى هو. ولما كنتم من أهل العلم والدراسة والاهتمام بهذا الموضوع، فإنني أتوجه إليكم بإبداء آرائكم حول كل فقرة من فقرات المقاييس المرفقة، إذا ما كانت الفقرة مناسبة أم غير مناسبة للقياس، ملائمة أم غير ملائمة من حيث انتمائها للمجال الذي وضعت فيه، سليمة لغوياً أم غير سليمة، واقتراحاتكم فيما إذا كانت الفقرة بحاجة إلى تعديل، وإن كان هناك فقرات يمكن إضافتها.

شاكراً ومقدراً لكم حسن تعاونكم،

الباحثة: إلهام الديك

بإشراف: أ. د. محمد أحمد شاهين

بيانات المحكم:

اسم المحكم	الجامعة	الرتبة	التخصص

أولاً- مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي:

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة		ملاءمة الفقرة		صيغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
		غير ملائمة	ملائمة	غير ملائمة	ملائمة	غير مناسبة	مناسبة	
1	-	أجد صعوبة في النوم ليلاً مباشرة بعد استخدامي وسائل التواصل الاجتماعي						
2	-	سوف أشعر بالضيق لو قلت الوقت الذي أمضيه مع وسائل التواصل الاجتماعي						
3	+	يشتكي أهلي مني باستمرار بسبب انشغالي الدائم بوسائل التواصل الاجتماعي						
4	-	درجاتي الجامعية تدهورت بسبب استخدامي المستمر لوسائل التواصل الاجتماعي						
5	-	يمكن أن تمر أيام عديدة دون شعوري بالحاجة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي						
6	+	الوقت يمر دون أن أشعر عندما أستخدم وسائل التواصل الاجتماعي						
7	-	أشعر أن الحياة سوف تكون مملة بدون وسائل التواصل الاجتماعي						
8	+	كثيراً ما أهمل واجباتي الدراسية بسبب انشغالي بوسائل التواصل الاجتماعي						
9	+	أشعر بالانزعاج إذا قاطعني أحد وأنا منشغل باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي						
10	+	كثيراً ما يأخذني الوقت وأجد نفسي قد قضيت وقتاً أطول مما كنت أنوي مع وسائل التواصل						
11	+	كثيراً ما استخدم وسائل التواصل الاجتماعي أثناء أداء واجبات أخرى (قيادة السيارة، الدراسة، ...)						
12	-	كثيراً ما ألغي زيارة الأصدقاء بسبب انشغالي بوسائل التواصل الاجتماعي						
13	+	أجد نفسي أفكر باستمرار بما حدث في وسائل التواصل الاجتماعي						
14	+	أشعر أنني أستخدم وسائل التواصل الاجتماعي أكثر فأكثر منذ أن بدأت الدخول إليها						

					أنتعرض للانتقاد من الزملاء بسبب إفراطي في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي	15
--	--	--	--	--	---	----

### ثانياً - مقياس العزلة الاجتماعية:

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة	ملاءمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
1	-	يقف بعض الأصدقاء معي في وقت الشدة					
2	-	يوجد اتصال مباشر بيني وبين أغلب جيراني					
3	+	انقطعت علاقتي بكل أصدقائي منذ فترة					
4	+	يوجد القليل من الأفراد الذين يمكنني أن أتحدث معهم في مختلف الأمور					
5	-	يتقبلني عدد كبير من الأفراد بما أنا عليه					
6	+	أشعر بالحزن لعدم وجود عدد من الاصدقاء					
7	+	أرى أن الآخرين بما فيهم أفراد أسرتي يسيئون فهمي					
8	+	أشككك في مواقف أصدقائي وفي علاقاتهم معي					
9	+	يُيدي الآخرون درجة عالية من الفتور واللامبالاة تجاهي					
10	+	أشعر أنني مرفوض من الآخرين					
11	+	أفتقد لمن يشاركني أموري واهتماماتي					
12	-	أهتم لدعوات الآخرين في مناسباتهم					
13	+	أشعر كأنني أعيش في فراغ اجتماعي دون وجود أي أنسان حولي					
14	+	أشعر بالتجاهل من زملائي في الجامعة					
15	-	يمكنني الاعتماد كلياً على عدد كبير من الأشخاص في تصريف أموري					
16	+	أشعر بأنني كالسجين في منزلي					
17	+	ليس لدي أي أصدقاء حقيقيين					
18	+	لم أعد أتوقع أن أنال أي اهتمام حتى من أفراد أسرتي					

					يوجد أشخاص من حولي يمكنني أن أتحدث معه عن مشكلاتي اليومية	-	19
					هناك العديد من الأشخاص الذين يمكنني طلب مساعدتهم إذا ما صادفتني أي مشكلة	-	20
					يرى الكثيرون أن أسلوبني في التعامل غير مريح بالنسبة لهم مما يجعلهم يتعدون عني	+	21
					أفتقد إلى الشخص المناسب الذي أريد أن يشاركني أفراحي وأحزاني	+	22
					أدرك أن دائرة معارفي وأصدقائي محدودة	+	23
					أشعر أنني قريب من عدد كبير من الأفراد	-	24

### ثالثاً - مقياس الشعور بالوحدة النفسية:

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة	ملاءمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
1	-	أشعر أنني منسجم مع من حولي من الناس					
2	+	أشعر أنني أحتاج إلى الأصدقاء					
3	+	أشعر بأنه لا يوجد من أجد إليه من الناس					
4	+	يغلب علي الشعور بالوحدة					
5	-	أشعر بأنني جزء من مجموعة الأصدقاء					
6	-	أشارك في كثير من الأشياء مع الناس المحيطين بي					
7	+	أشعر بأنني لم أعد قريباً من أي شخص					
8	+	أشعر بأن اهتماماتي وأفكاري لا يشاركني فيها					
9	-	أشعر بالود والمحبة من الآخرين					
10	-	أشعر بأنني قريب من الناس					
11	+	أشعر بأنني مهمل ومنبوذ ممن حولي					
12	+	أشعر بأن علاقاتي مع الآخرين بلا قيمة					
13	+	أشعر بأنه لا يوجد شخص يفهمني جيداً					
14	+	أشعر بأنني منعزل عن الآخرين					

					أشعر بأنني أستطيع أن أعثر على الأصدقاء عندما أحتاج إليهم	-	15
					أشعر بالخجل	+	16
					أشعر بأن الناس الذين حولي ليسوا معي	+	17
					أشعر بأن هناك مَنْ أستطيع أن أتحدث معه متى شئت	-	18
					أشعر بأن هناك مَنْ يُمكنني اللجوء إليه عندما أحتاج لذلك	-	19

أشكر لكم حسن تعاونكم

الملحق (ب): قائمة المحكمين

الجامعة	التخصص	الرتبة	الاسم	الرقم
جامعة القدس المفتوحة	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ	أ. د. حسني عوض	1
جامعة القدس المفتوحة	صحة نفسية	أستاذ	أ. د. سامي أبو اسحق	2
جامعة القدس المفتوحة	علم نفس تربوي	أستاذ	أ. د. زياد بركات	3
جامعة القدس المفتوحة	صحة نفسية	أستاذ	أ. د. يوسف ذياب عواد	4
جامعة القدس المفتوحة	إدارة تربوية	أستاذ	أ. د. باسم شلش	5
جامعة القدس المفتوحة	قياس وتقويم	أستاذ	أ. د. معزوز علاونة	6
جامعة القدس المفتوحة	علم نفس تربوي	أستاذ مشارك	د. نبيل المغربي	7
جامعة الخليل	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مساعد	د. إبراهيم المصري	8
جامعة بير زيت	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مساعد	د. محمد العوري	9
جامعة القدس المفتوحة	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مساعد	د. أحمد سعد	10

الملحق (ت): أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا

عزيزتي الطالبة/ عزيزي الطالب،

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: "إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة 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 سريتها، ولا يطلب منك كتابة اسمك أو ما يشير إليك، شاكرين لك حسن تعاونك.

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحثة: إلهام الديك

بإشراف: أ. د محمد أحمد شاهين

أولاً- المتغيرات التصنيفية:

الجنس:  ذكر  أنثى

التخصص (الكلية):  الإعلام والعلاقات العامة  الآداب  العلوم التربوية

التنمية الاجتماعية والأسرية  العلوم الإدارية والاقتصادية  التكنولوجيا والعلوم

التطبيقية

مكان السكن:  قرية  مدينة  مخيم

أولاً- مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أجد صعوبة في النوم ليلاً مباشرة بعد استخدامي وسائل التواصل الاجتماعي					
2	أشعر بالضيق لو قلت الوقت الذي أمضيه مع وسائل التواصل الاجتماعي					
3	يتذمر أهلي مني باستمرار بسبب انشغالي الدائم بوسائل التواصل الاجتماعي					
4	تدهور تحصيلي الأكاديمي بسبب استخدامي المستمر لوسائل التواصل الاجتماعي					
5	يمكن أن تمر أيام عديدة دون شعوري بالحاجة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي					
6	الوقت يمر دون أن أشعر عندما استخدم وسائل التواصل					
7	أشعر أن الحياة سوف تكون مملة بدون وسائل التواصل					
8	كثيراً ما أهمل واجباتي الدراسية بسبب انشغالي بوسائل التواصل الاجتماعي					
9	أشعر بالانزعاج إذا قاطعني أحد وأنا منشغل باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي					
10	يأخذني الوقت وأجد نفسي قد قضيت وقتاً أطول مما كنت أنوي مع وسائل التواصل الاجتماعي					
11	استخدم وسائل التواصل الاجتماعي في أثناء أداء واجبات أخرى (قيادة السيارة، الدراسة، ...)					
12	كثيراً ما ألغي زيارة الأصدقاء بسبب انشغالي بوسائل التواصل الاجتماعي					
13	أجد نفسي أفكر باستمرار بما حدث في وسائل التواصل					
14	أشعر أنني أستخدم وسائل التواصل الاجتماعي أكثر فأكثر منذ أن بدأت الدخول إليها					
15	أتعرض للانتقاد من الزملاء بسبب إفراطي في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي					

الفقرات السالبة: الفقرة (5) فقط.

ثانياً - مقياس العزلة الاجتماعية:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	يقف بعض الأصدقاء معي في وقت الشدة					
2	يوجد اتصال محدود بيني وبين أغلب جيرانني					
3	انقطعت علاقتي بمعظم أصدقائي منذ فترة طويلة					
4	يوجد القليل من الأفراد الذين يمكنني أن أتحدث معهم في مختلف					
5	يتقبلني عدد كبير من الأفراد بما أنا عليه					
6	أشعر بالحزن لعدم وجود عدد كافٍ من الأصدقاء					
7	أرى أن الآخرين بما فيهم أفراد أسرتي يسيئون فهمي					
8	أشككك في مواقف أصدقائي وفي علاقاتهم معي					
9	يُبدى الآخرون درجة عالية من اللامبالاة تجاهي					
10	أشعر أنني مرفوض من الآخرين					
11	أفتقد لمن يشاركني اهتماماتي					
12	أهتم لدعوات الآخرين في مناسباتهم					
13	أشعر كأنني أعيش في فراغ اجتماعي دون وجود أحد من حولي					
14	أشعر بالتجاهل من زملائي في الجامعة					
15	يمكنني الاعتماد على عدد كبير من الأشخاص في تصريف					
16	أشعر بأنني كالسجين في منزلي					
17	ينقصني وجود أصدقاء حقيقيين					
18	يصعب علي أن أنال أي اهتمام حتى من أفراد أسرتي					
19	يوجد أشخاص من حولي يمكنني أن أتحدث معهم عن مشكلاتي					
20	هناك العديد من الأشخاص الذين يمكنني طلب مساعدتهم إذا ما صادفتني أي مشكلة					
21	يرى الكثيرون أن أسلوبني في التعامل غير مريح بالنسبة لهم مما يجعلهم يبتعدون عني					
22	أفتقد إلى الشخص المناسب الذي أرغب أن يشاركني أفراحي					
23	أدرك أن دائرة معارفي وأصدقائي محدودة للغاية					
24	أشعر أنني قريب من عدد كبير من الأفراد					

الفقرات السالبة: (1، 5، 12، 15، 19، 20، 24)

ثالثاً - مقياس الشعور بالوحدة النفسية:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أشعر بأنني غير منسجم مع كل من هم من حولي					
2	أشعر أنني أحتاج إلى الأصدقاء					
3	أشعر بأنه يوجد مَنْ أُلجأ إليه عند الحاجة					
4	يغلب عليّ الشعور بالوَجْدَة					
5	أشعر بأنني جزء من مجموعة الأصدقاء					
6	أشارك في كثير من الأشياء مع الناس المحيطين بي					
7	أشعر بأنني لم أعد قريباً من أي شخص					
8	أشعر بأن هناك من يشاركني في اهتماماتي					
9	أشعر بالود تجاهي من الآخرين					
10	أشعر بأنني معزول عن الناس					
11	أشعر بأنني غير مقبول من قبل الآخرين					
12	أشعر بأن علاقاتي مع الآخرين بلا قيمة					
13	أشعر بأنه يوجد شخص يفهمني جيداً					
14	أشعر بأنني منعزل عن الآخرين					
15	يصعب عليّ أن أعرّض على الأصدقاء عندما أحتاج إليهم					
16	أشعر بالخجل في المواقف الاجتماعية					
17	أشعر بأن الناس الذين حولي ليسوا معي					
18	أشعر بأن هناك مَنْ أستطيع أن أتحدث معه متى احتجت لذلك					
19	أشعر بأن هناك مَنْ يمكنني اللجوء إليه عندما أحتاج لذلك					
20	أشعر بالغرابة رغم وجود الكثيرين من حولي					

الفقرات السالبة: (3، 5، 6، 8، 9، 13، 18، 19)

أشكر لكم حسن تعاونكم

## الملحق (ث): أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا

عزيزتي الطالبة/ عزيزي الطالب،

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: "إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة 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 سريتها، ولا يطلب منك كتابة اسمك أو ما يشير إليك، شاكرين لك حسن تعاونك.

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحثة: إلهام الديك

بإشراف: أ. د محمد أحمد شاهين

أولاً- المتغيرات التصنيفية:

الجنس:  ذكر  أنثى

التخصص (الكلية):  الإعلام والعلاقات العامة  الآداب  العلوم التربوية

التنمية الاجتماعية والأسرية  العلوم الإدارية والاقتصادية  التكنولوجيا والعلوم

التطبيقية

مكان السكن: □ قرية □ مدينة □ مخيم

أولاً- مقياس إيمان وسائل التواصل الاجتماعي:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أشعر بالضيق لو قلت الوقت الذي أمضيه مع وسائل التواصل الاجتماعي					
2	يتذمر أهلي مني باستمرار بسبب انشغالي الدائم بوسائل التواصل الاجتماعي					
3	تدهور تحصيلي الأكاديمي بسبب استخدامي المستمر لوسائل التواصل الاجتماعي					
4	الوقت يمر دون أن أشعر، عندما استخدم وسائل التواصل الاجتماعي					
5	أشعر أن الحياة سوف تكون مملة بدون وسائل التواصل الاجتماعي					
6	كثيراً ما أهمل واجباتي الدراسية بسبب انشغالي بوسائل التواصل الاجتماعي					
7	أشعر بالانزعاج إذا قاطعني أحد وأنا منشغل باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي					
8	يأخذني الوقت وأجد نفسي قد قضيت وقتاً أطول مما كنت أنوي مع وسائل التواصل الاجتماعي					
9	استخدم وسائل التواصل الاجتماعي في أثناء أداء واجبات أخرى (قيادة السيارة، الدراسة، ...)					
10	كثيراً ما ألغيت زيارة الأصدقاء بسبب انشغالي بوسائل التواصل الاجتماعي					
11	أجد نفسي أفكر باستمرار بما حدث في وسائل التواصل الاجتماعي					
12	أشعر أنني أستخدم وسائل التواصل الاجتماعي أكثر فأكثر منذ أن بدأت الدخول إليها					
13	أعرض للانتقاد من زملاء بسبب إفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي					

ثانياً - مقياس العزلة الاجتماعية:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	يقف بعض الأصدقاء معي في وقت الشدة					
2	يوجد اتصال محدود بيني وبين أغلب جيراني					
3	انقطعت علاقتي بمعظم أصدقائي منذ فترة طويلة					
4	يوجد القليل من الأفراد الذين يمكنني أن أتحدث معهم في مختلف الأمور					
5	يتقبلني عدد كبير من الأفراد بما أنا عليه					
6	أشعر بالحزن لعدم وجود عدد كافٍ من الأصدقاء					
7	أرى أن الآخرين بما فيهم أفراد أسرتي يسيئون فهمي					
8	أشكك في مواقف أصدقائي وفي علاقاتهم معي					
9	يُبدى الآخرون درجة عالية من اللامبالاة تجاهي					
10	أشعر أنني مرفوض من الآخرين					
11	أفتقد لمن يشاركني اهتماماتي					
12	أشعر كأنني أعيش في فراغ اجتماعي دون وجود أحد من حولي					
13	أشعر بالتجاهل من زملائي في الجامعة					
14	أشعر بأنني كالسجين في منزلي					
15	ينقصني وجود أصدقاء حقيقيين					
16	يصعب علي أن أنال أي اهتمام حتى من أفراد أسرتي					
17	هناك العديد من الأشخاص الذين يمكنني طلب مساعدتهم إذا ما صادفتني أي مشكلة					
18	يرى الكثيرون أن أسلوبني في التعامل غير مريح بالنسبة لهم مما يجعلهم يبتعدون عني					
19	أفتقد إلى الشخص المناسب الذي أرغب أن يشاركني أفراحي وأحزاني					
20	أدرك أن دائرة معارفي وأصدقائي محدودة للغاية					
21	أشعر أنني قريب من عدد كبير من الأفراد					

ثالثاً - مقياس الشعور بالوحدة النفسية:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أشعر بأنني غير منسجم مع كل من هم من حولي					
2	أشعر أنني أحتاج إلى الأصدقاء					
3	يغلب عليّ الشعور بالوحدة					
4	أشعر بأنني جزء من مجموعة الأصدقاء					
5	أشارك في كثير من الأشياء مع الناس المحيطين بي					
6	أشعر بأنني لم أعد قريباً من أي شخص					
7	أشعر بأن هناك من يشاركني في اهتماماتي					
8	أشعر بالود تجاهي من الآخرين					
9	أشعر بأنني معزول عن الناس					
10	أشعر بأنني غير مقبول من قبل الآخرين					
11	أشعر بأن علاقاتي مع الآخرين بلا قيمة					
12	أشعر بأنه يوجد شخص يفهمني جيداً					
13	أشعر بأنني منعزل عن الآخرين					
14	يصعب عليّ أن أعثر على الأصدقاء عندما أحتاج إليهم					
15	أشعر بالخجل في المواقف الاجتماعية					
16	أشعر بأن الناس الذين حولي ليسوا معي					
17	أشعر بأن هناك من أستطيع أن أتحدث معه متى احتجت لذلك					
18	أشعر بأن هناك من يمكنني اللجوء إليه عندما أحتاج لذلك					
19	أشعر بالغيرة رغم وجود الكثيرين من حولي					

أشكر لكم حسن تعاونكم

## الملحق (ح): كتاب تسهيل المهمة

Al-Quds Open University

Academic Affairs  
Deanship of Graduate Studies

Ramallah - P.O. Box 1804 - Postcode: P6058238  
Tel: 02/2976240 - 02/2956073  
Fax: 02/2963738  
Email: fgs@qou.edu

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



جامعة القدس المفتوحة

الشؤون الأكاديمية  
عمادة الدراسات العليا

رام الله - ص.ب 1804 - الرمز البريدي: P6058238  
هاتف: 02/2976240 - 02/2956073  
فاكس: 02/2963738  
بريد الكتروني: fgs@qou.edu

Ref. :

الرقم :ع. د. ع. / 2387 / 22

Date :

التاريخ: 2022/5/25

لمن يهمه الأمر،

### تسهيل مهمة

فتهدىكم عمادة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه، تقوم الطالبة (الهام عمر سليمان دار الديك) بإعداد رسالة ماجستير في تخصص "الإرشاد النفسي والتربوي" بعنوان: (إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة). وعليه، أمل من حضرتكم تسهيل مهمة الطالبة في الحصول على المعلومات التي تساعد في إعداد رسالتها وتوزيع أدوات الدراسة المتعلقة بها، شاكرين لكم حسن تعاونكم في خدمة البحث العلمي، ومعالجة قضايا مجتمعنا الفلسطيني.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير،



نسخة:

• الملف.