

# **إدمان الإنترنت وعلاقته بالرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية**

الجوهرة بنت فهد الجبيلة \*

# إدمان الإنترنت وعلاقته بالرضا عن الحياة وتقدير الذات

## لدى طالبات المرحلة الثانوية

أن نسبة انتشار الإنترنت قد زادت بمعدلات عالية خلال السنوات الماضية فقد ارتفعت من (13% في العام 2005م) إلى (65,5%) في نهاية العام 2014م [1]. وقد أظهرت الدراسات الأولية الذي قام بها المركز الامريكي لإحصائيات التعليم عام 2003م أن 78% من المراهقين في الفئة العمرية من (15-17) سنة هم من مستخدمي الإنترنت [2].

وتزايد القلق لدى الآباء والمربين بسبب الزيادة الهائلة في معدلات استخدام الإنترنت خاصة لدى المراهقين الذين هم أكثر عرضة لاستخدام الإنترنت استخداماً مرضياً بسبب ضعف قدرتهم للسيطرة على حماسهم في التعرف على الشيء الذي يحرك اهتماماتهم [3]. ولكل تقدم تكنولوجي مزاياه وعيوبه والحياة الالكترونية لا تخلو من الإيجابيات والسلبيات إلا أن الخطر يكمن في أن تعمل النواحي السلبية لشبكة الإنترنت على حجب النواحي الايجابية له. وللإنترنت استخدامات مفيدة وأخرى ضاره، وليس من المتوقع أن تكون جميع استخدامات الطلاب للإنترنت في الجانب الإيجابي، بل من المتوقع أن يكون استخدامه في الجوانب السلبية الأمر الذي قد يضر بمصلحته [4]. ومع تزايد الإقبال على شبكة الإنترنت وسوء استخدامها وقضاء وقت طويل أمامها ظهر ما يسمى بالإدمان على الإنترنت.

ويعتبر إدمان الإنترنت ظاهرة مزمنة ومرتبطة بحدوث خسائر مادية وأسرية واجتماعية وعقلية خطيرة [5]. كما تعتقد يونج [6] أن استخدام شبكة الإنترنت يمكن أن يحدث خللاً في الحياة الأكاديمية والاجتماعية والمالية والمهنية بنفس طرق الإدمان الأخرى، وتضيف أنه كما يتخلل الإنترنت حياتنا في المنزل والمدرسة والعمل فمن الممكن أن يولد مشكلات متعلقة بحياتنا الزوجية والأكاديمية والمهنية.

**المخلص** - هدف البحث الحالي إلى الكشف عن مستوى إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية السعوديات بمدينة الرياض ومعرفة العلاقة بين إدمان الإنترنت وكلاً من الرضا عن الحياة وتقدير الذات، وإمكانية التنبؤ بإدمان الإنترنت من الرضا عن الحياة وتقدير الذات. تكونت عينة البحث من (381) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية السعوديات بمدينة الرياض. استخدمت الباحثة مقياس إدمان الإنترنت (IAT)، كما استخدمت مقياس الرضا عن الحياة (MSLSS) ومقياس تقدير الذات (S-ES) وقد توصلت البحث إلى أن أعلى نسبة من طالبات المرحلة الثانوية يستخدمن الإنترنت بشكل معتدل حيث بلغت (65,4%)، بينما بلغت نسبة من يستخدمن الإنترنت بشكل مرتفع (28,6%)، يليها نسبة الطالبات اللاتي يستخدمن الإنترنت بشكل منخفض حيث بلغت (5,2%)، كما بلغت نسبة من يستخدمن الإنترنت بشكل حاد (0,8%). و توجد علاقة سلبية بين إدمان الإنترنت والرضا عن الحياة. كما وأشارت النتائج إلى أنه يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من الدرجة الكلية للرضا عن الحياة كما يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من درجات بعض المحاور الفرعية للرضا عن الحياة وهي كالتالي (البيئة الحياتية، المدرسة، الأسرة). وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات. وكذلك يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من الدرجة الكلية لتقدير الذات. **الكلمات المفتاحية:** إدمان الإنترنت، الرضا عن الحياة، تقدير الذات، المرحلة الثانوية.

### 1. المقدمة

يشهد القرن الحالي تقدماً تكنولوجياً هائلاً يتبعه نمواً مطرداً في استخدام الإنترنت من معظم فئات المجتمع العمرية وبكافة طبقاته. ويُعدّ التأثير المتنامي لاستخدام الإنترنت من أهم سمات المجتمعات الحديثة وأحد السبل لإشباع الكثير من الدوافع والرغبات الكامنة لدى أفرادها.

وتشير الاحصائيات في المملكة العربية السعودية إلى أن عدد مستخدمي الإنترنت قد بلغ (19,6) مليون مستخدم؛ كما

الفرد وقد تترتب عليه مشكلات نفسية أخرى [13]. ويعتبر شعور الفرد بالرضا عن الحياة في المراهقة مؤشراً إيجابياً لاستثمار قدراته الحالية لحياة مستقبلية صحية [14]. والشعور بالرضا عن الحياة يرتبط ارتباطاً وثيقاً بنجاح الفرد في حياته، كما يسهم إسهاماً كبيراً في عملية تكيفه الشخصي والاجتماعي وفي نظريته الخاصة إلى العالم وإلى أبعاد عالمه الخاص [15].

ويؤدي التقدم التكنولوجي في مجالات الحياة ومنها الإنترنت إلى سوء التوافق واضطراب في العلاقات الاجتماعية والبيئشخصية مما يؤثر في تقييم الفرد لذاته، كما أن شعور الفرد بأنه ذو قيمة من حيث التقبل الاجتماعي من قبل الآخرين ينمي لديه الثقة بالذات مما يساعد على قدرته على مواجهة المشكلات وضغوط الحياة [16]. ويشير أيدن وساري [17] إلى أن المراهقين أكثر عرضة للاستخدام المفرط للإنترنت، وأن معتقداتهم ونظريتهم تجاه انفسهم تنعكس على سلوكياتهم أثناء استخدامهم له، وعند هذه المرحلة تظهر أهمية تقدير الذات حيث أن تقدير الذات يعني ما يؤمن به الفرد من معتقدات تتعلق بذاته كما يشير إلى كيفية تقييمه لمفهومه الذاتي.

ويعتبر امتلاك الافراد قدر من تقدير الذات أحد الاحتياجات النفسية الأساسية وعندما يفشل الفرد في تحقيق ذاته ربما يصاب بالقلق والاكتئاب وانعدام الاستقرار العاطفي والهرب من الواقع، كما نجد أن الدرجة العالية من تقدير الذات تخلق لدى الفرد الشعور بالثقة في نفسه التي تمكنه من التكيف مع المواقف الصعبة [5].

وقد أشارت العديد من الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين إيمان الإنترنت والرضا عن الحياة ومنها دراسة [3,8,10]. كما توصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين إيمان الإنترنت وتقدير الذات لدى شرائح عمرية متفاوتة كدراسة [5,18].

إن أعداد مستخدمي الإنترنت الذين وصلوا لدرجة الإدمان عليه أو من هم على حافة الإدمان في تزايد مستمر. ومع ذلك فإن استخدامه أصبح من الأمور الضرورية في يومنا الحالي

وقد بينت عدة دراسات الآثار السلبية للإدمان على الإنترنت منها دراسة [2,5,7,8,9,10] حيث أشارت إلى العديد من المشاكل النفسية أو الاجتماعية أو الأكاديمية التي يعاني منها المراهقين أو الشباب نتيجة إدمانهم على الإنترنت مما يؤثر على مستوى الصحة النفسية لديهم. وعليه فإن الفرد يمكن أن يضحى بالعلاقات الشخصية أو الأسرية وبالحياة الأكاديمية أو المهنية، بل ومن الممكن أن تُدمر حياته وذلك بالوقوع في دائرة إدمانه للإنترنت.

## 2. مشكلة الدراسة

أقدمت فتاة حاصلة على البكالوريوس وتبلغ من العمر الواحد والعشرين عاماً على إلقاء نفسها من الدور الثالث وأصيبت بعدة كسور متفرقة في جسدها، فقد حاولت الانتحار لأن والديها قاما بمنعها من استخدام الإنترنت؛ تلك الحادثة جعلت الباحثة تتساءل عن سبب ما قامت به رغم كبر سنها حيث كان إيمانها الشديد للإنترنت وتعلقها به وراء ذلك.

وللإدمان على الإنترنت بنية تؤثر سلبياً على حياة الفرد النفسية والاجتماعية والمهنية فقد أصبحت الأبحاث في هذا المجال ذات أهمية كبيرة نظراً لاستخدامنا الإنترنت في كل مناحي الحياة اليومية. وهناك بعض الأعراض المرضية التي تنتج عن الاستخدام المفرط للإنترنت والتي تشمل: ضعف الدوافع الشخصية، وعدم القدرة على التوقف عن استخدامه، والشعور بأن الإنترنت هو الصديق الوحيد، والتفكير به بشكل متواصل، وتبرز المشكلة بشكل كبير عندما ينعزل الفرد عن أسرته وأصدقائه [11].

كما أن أكثر الأشخاص قابلية للإدمان على الإنترنت هم أصحاب الشخصيات القلقة والذين يعانون من الملل وممن يمتلكون قدرة على التفكير المجرد بسبب انجذابهم الشديد للإثارة العقلية [12].

ولقي مفهوم الرضا عن الحياة اهتماماً كبيراً في مجال علم النفس باعتباره مؤشراً للتكيف والصحة النفسية، وأن الشعور بعدم الرضا عن الحياة يعتبر من المشكلات المهمة في حياة

4/ الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية.

5/ إمكانية التنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية.

### ج. أهمية الدراسة

1/ يتناول البحث الحالي ظاهرة جديدة انتشرت على مدى واسع وهي ظاهرة إدمان الإنترنت، والذي يمكن أن يكون له تأثيراً سلبياً على الفرد ومن ثم المجتمع. حيث يعتبر أحد المفاهيم الحديثة في علم النفس والذي لم ينل كفايته من البحث. وعليه فمن المؤمل أن يدعم البحث الحالي الدراسات السابقة في مجال علم النفس.

2/ يستمد البحث الحالي أهميته من كونه يتناول بالدراسة عينة المراهقين، وتتعلق القضية بشكل جزئي بالخصائص المميزة لهذه الأعمار المراهقة وأزماتها ومواقفهم تجاه فائدة الإنترنت، والميل المتزايد لاستخدامه والتي تعتبر جميعها عوامل أساسية لنزعتهم لإدمان الإنترنت.

3/ وأخيراً، يكتسب البحث الحالي أهميته من كونه سيوفر نتائج علمية مستمدة من التطبيق على المراهقات وذلك بالتعرف على بعض العوامل المنبئة بإدمانهن للإنترنت، قد تساعد الجهات النفسية والاجتماعية والأكاديمية ذات العلاقة في المملكة العربية السعودية، في رسم الاحتياجات وإعداد البرامج الإرشادية والعلاجية لدى هذه الفئة، مما يساهم تالياً في رفع مستوى التوافق والصحة النفسية لديهم.

### د. مصطلحات الدراسة

إدمان الإنترنت Internet Addiction:

عرّفت يونج [19] إدمان الإنترنت بأنه "اضطراب سريري جديد له القدرة على التأثير في كفاءة التحكم والسيطرة في الانفعالات عند استخدام الإنترنت، بحيث يتسبب في مشكلات مهنية واجتماعية وشخصية ونفسية. وعرفه علي [12] بأنه عبارة عن الاعتقاد المستمر للفرد والاستغراق في قضاء وقت أطول في تصفح شبكة الإنترنت ومشاهدته لمواقع يرغبها ويفضلها.

وعليه فإنه يجب علينا تحديد آثار هذا التقدم التكنولوجي على الصحة النفسية للمراهقين للتمكن من تطوير الاستراتيجيات اللازمة لمواجهته.

ونظراً إلى أن هناك ندرة في الدراسات السابقة وخصوصاً على المستوى العربي - في حدود ما أتيح للباحثة الاطلاع عليه من دراسات ذات صلة. حيث لا توجد دراسة في المملكة العربية السعودية - في حدود علم الباحثة - عنيت ببحث العلاقة بين متغيرات الدراسة. لذا يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة على السؤال الرئيس التالي: ما العلاقة بين إدمان الإنترنت وكلاً من الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية؟

### أ. أسئلة الدراسة

للإجابة عن السؤال الرئيس للدراسة؛ فإن ذلك يتطلب الإجابة عن الأسئلة الفرعية التالية:

- 1- ما مستوى إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية؟
- 2- هل توجد علاقة بين إدمان الإنترنت والرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية؟
- 3- هل يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من الرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية؟
- 4- هل توجد علاقة بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية؟
- 5- هل يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية؟

### ب. أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

- 1/ الكشف عن مستوى إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية.
- 2/ الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت والرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية.
- 3/ إمكانية التنبؤ بإدمان الإنترنت من الرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية.

السعودية، وأصبح الإدمان عليه مشكلة حقيقية ومرصاً من امراض العصر.

ولإدمان الإنترنت عدة مصطلحات مثل: الاستخدام القهري للإنترنت، الاستخدام المرضي للإنترنت، وسوء استخدام الإنترنت، واستخدام مصطلح إدمان الإنترنت لأول مرة من عالمة الأمريكية يونج Young عام 1996م التي وصفت إدمان الإنترنت بأنه نوع من أنواع اضطراب التحكم في الاندفاع ثم وضعت بعد ذلك معايير تشخيصية له [4].

وقد قدمت الجمعية الأمريكية للطب النفسي سبعة معايير لتشخيص إدمان الإنترنت وهي كالتالي: الاحتمال، أعراض الانسحاب، مدة استخدام الإنترنت أكثر من الوقت الذي تم التخطيط له في البداية، الرغبة الدائمة في السيطرة على السلوك، قضاء وقت طويل في الحديث عن القضايا التي تتعلق بالإنترنت، تقليل الأنشطة الاجتماعية والمهنية والترفيهية من خلال استخدام الإنترنت، الاستخدام المستمر على الرغم من معرفة الآثار السلبية له [5].

وهناك أعراض كثيرة للإدمان على الإنترنت منها:

- زيادة عدد الساعات أمام الإنترنت بشكل مطرد تتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه.

- التوتر والقلق الشديدين في حالة وجود أي عائق للاتصال بالإنترنت قد تصل لحد الاكتئاب عندما تطول فترة الابتعاد عن استخدام الإنترنت والإحساس بسعادة بالغة وراحة نفسية حين يرجع إلى استخدامه.

- التكلم عن الإنترنت بشكل دائم في الحياة اليومية.

- إهمال الواجبات الاجتماعية والأسرية والوظيفية بسبب استعمال الإنترنت.

- القلق والتوتر أثناء النوم والجلوس منه بشكل مفاجئ مع وجود رغبة باستخدامه [12].

وقد لخص العصيمي الأضرار والآثار السلبية التي يمكن أن تلحق بدمني الإنترنت فيما يلي:

1. أضرار صحية جسدية: كاضطراب النوم، والاضطرابات

وتُعرّف الباحثة إدمان الإنترنت إجرائياً: أنه المجموع الكلي لدرجات إدمان الإنترنت على مقياس (IAT) المستخدم في هذه الدراسة.

الرضا عن الحياة Life Satisfaction:

يُعرّف الرضا عن الحياة بأنه: "حالة داخلية يشعر بها الفرد وتظهر على سلوكه واستجابته وتشير إلى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لذاته ولأسرته وللآخرين وتقبله للبيئة المدركة وتفاعله مع خبراتها بصورة متوافقة" [13].

كما يُعرّف بوش [20] الرضا عن الحياة "بأنه تقييم المراهقين للجوانب المرتبطة بحياتهم مثل الأسرة والمدرسة والمجتمع".

وتُعرّف الباحثة الرضا عن الحياة إجرائياً: بأنه المجموع الكلي لدرجات الرضا عن الحياة على مقياس (MSLSS) المستخدم في هذه الدراسة.

تقدير الذات Self-Esteem:

يُعرّف روزنبرج [4] تقدير الذات بأنه اتجاه مفضل أو غير مفضل تجاه النفس. وتُعرّف الباحثة تقدير الذات إجرائياً: أنه المجموع الكلي لدرجات تقدير الذات على مقياس (S-ES) المستخدم في هذه الدراسة.

هـ. حدود الدراسة

تقتصر حدود الدراسة على ما يلي:

أ. الحدود الموضوعية: تحدد بتقصي العلاقة بين إدمان الإنترنت ومتغيري الرضا عن الحياة وتقدير الذات.

ب. الحدود البشرية: طالبات المرحلة الثانوية السعوديات.

ت. الحدود المكانية: المدارس الثانوية بمدينة الرياض للبنات.

ث. الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 1437/1436هـ.

### 3. الإطار النظري

أصبح الإنترنت في عصر المعلومات الحالي واسع الاستخدام في المدارس والمنازل وأماكن الترفيه والعمل والحياة اليومية وخاصة لدى الدول المتقدمة، وقد انتشرت هذه التكنولوجيا في شتى أنحاء العالم بما فيها المملكة العربية

وإعطاء معلومات خاطئة عن النفس.

ودراسة الحنتوشي [2] التي هدفت إلى قياس مدى انتشار الإنترنت بين طلاب وطالبات المدارس الثانوية في مدينة الرياض، ودراسة العوامل التي يمكن أن ترتبط بإدمان الإنترنت والعلاقة بين الاكتئاب وإدمان الإنترنت بين الطلاب والطالبات. وتكونت عينة الدراسة من (770) طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: بلغ معدل انتشار إدمان الإنترنت (5.3%) مع الأكثرية للذكور وتعتبر هذه النسبة مقارنة للنسب العالمية، وارتبط إدمان الإنترنت بانخفاض التحصيل الدراسي وكثرة الغياب عن المدرسة وكثرة استخدام الإنترنت كل يوم وقلة عدد ساعات النوم وانخفاض مستوى الرقابة الأبوية، وارتبط بمستوى أعلى من الاكتئاب.

ودراسة ياسين وآخرون [22] التي هدفت إلى بحث إمكانية مستوى تقدير الذات التنبؤ بإدمان الإنترنت. وتكونت عينة الدراسة من (151) من طلبة جامعة عين شمس. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: عدم وجود اختلاف في إدمان الإنترنت باختلاف الجنس أو التخصص، كما كشف متغير تقدير الذات عن قدرته في التنبؤ بإدمان الإنترنت.

وهدفت دراسة Aydin & Sari [17] إلى بحث العلاقة بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات لدى الطلاب المراهقين بتركيا. وتكونت عينة الدراسة من (96) طالباً وطالبة. وتوصلت الدراسة إلى أن تقدير الذات يرتبط بشكل سلبي بإدمان الإنترنت، كما أنه يعتبر من المتغيرات المنبئة بالإدمان على الإنترنت.

أما دراسة رشوان [8] فقد هدفت إلى التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والهناؤ النفسي - الاجتماعي من خلال مكوناته وهي (الخجل - الاكتئاب - الانطواء الاجتماعي - تقدير الذات - الرضا عن الحياة)، وكذلك الوقوف على دلالة الفروق بين المدمنين وغير المدمنين على متغيرات الهناؤ النفسي - الاجتماعي، وكذلك الفروق بين الذكور والإناث في كل من إدمان الإنترنت والهناؤ النفسي - الاجتماعي لديهم، وكذلك مدى

الغذائية، وأمراض العيون، والخمول، والسمنة، مما قد يؤدي إلى مضاعفات كأمراض القلب وغيرها.

2. أضرار صحية نفسية: كالاكتئاب، والعزلة، ومشاكل عائلية ومادية ومهنية وربما أكاديمية.

3. أضرار أسرية: يقل الوقت الذي يقضيه مدمن الإنترنت مع أسرته، زيادة المشاكل الأسرية، قلة الثقة بين الزوجين.

4. أضرار اجتماعية: العزلة والوحدة، قلة النشاط الاجتماعي، فقدان بعض العلاقات الشخصية.

5. أضرار دراسية وأكاديمية: إن إدمان الإنترنت كان سبباً في رسوب أو طرد طلاب كانوا من المتفوقين في المدارس والجامعات.

6. أضرار أخلاقية وتربوية: تتداخل الأسباب الأخلاقية لإدمان الإنترنت مع النتائج فكلهما قد يكون السبب في نشوء الآخر.

7. أضرار مادية: الصرف على شراء الأجهزة أو فواتير الاشتراك في شركات الاتصالات [21].

#### 4. الدراسات السابقة

تناولت العديد من الدراسات جوانب تتعلق بالإدمان على الإنترنت وعلاقته بمتغيرات مختلفة ولكن كان تركيز الباحثة على الدراسات التي تناولت علاقة الإدمان بتقدير الذات أو الرضا عن الحياة أو كلاهما؛ وسوف يتم عرض الدراسات التي توفرت للباحثة تبعاً للتسلسل الزمني على النحو التالي:

دراسة العمري [7] التي هدفت إلى التعرف على بعض الآثار النفسية والاجتماعية لطلاب المرحلة الثانوية في محافظة محايل التعليمية بالمملكة العربية السعودية المدمنين على الإنترنت. وتكونت عينة الدراسة من (211) طالباً. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن معدل استخدام الطلاب للإنترنت بلغ (77%)، وكان طلاب الصف الثالث الثانوي أكثر استخداماً للإنترنت، وظهرت آثار نفسية للإدمان على الإنترنت من أهمها مشكلات النوم والشعور بالحزن والكآبة. كما ظهرت آثار اجتماعية من أهمها الشعور بالميل إلى العزلة وعدم مخالطة الآخرين وقضاء وقت طويل أمام الإنترنت

عن الحياة لدى طلاب الجامعات التركية. وتكونت عينة الدراسة من (89) طالباً وطالبة. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان من أهمها: توجد علاقة سلبية كبيرة بين إيمان الإنترنت وتقدير الذات ولا توجد علاقة بين إيمان الإنترنت والرضا عن الحياة، كما توجد علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات وبالتالي اعتبر الباحثون أن الرضا عن الحياة يؤثر على إيمان الإنترنت عبر تقدير الذات.

كما هدفت دراسة يعقوب وجعفر [24] إلى قياس درجة إيمان الإنترنت لدى الأعمار (13-17) سنة و(19-22) سنة، والتعرف على دلالة الفروق في إيمان الإنترنت تبعاً لمتغيري الجنس والعمر. وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من طلاب المراحل المتوسطة والثانوية والجامعية. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: إن أفراد عينة البحث يستخدمون الإنترنت ولكن لم يصل إلى درجة الإيمان عليه. كما أظهرت النتائج أن أفراد عينة البحث الذكور أكثر من الإناث استخداماً للإنترنت وأن عينة البحث بأعمار (13-17) سنة أكثر استخداماً للإنترنت من عينة البحث بأعمار (19-22) سنة.

وهدف دراسة Bahrainian & Khazae [5] إلى تقييم انتشار إيمان الإنترنت بين طلاب الجامعة بإيران وعلاقته بتقدير الذات والاكتماب. تكونت عينة الدراسة من (408) طالباً وطالبة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي: بلغت نسبة انتشار إيمان الإنترنت بين الطلاب (7,40%) منهم (2,2%) إيمان شديد بينما (5,38%) إيمان متوسط للإنترنت، كما توجد علاقة ذات دلالة إيجابية بين الاكتماب وإيمان الإنترنت بينما توجد علاقة ذات دلالة سلبية بين الإيمان وتقدير الذات.

كما هدفت دراسة Anwar [10] إلى بحث العلاقة بين إيمان الإنترنت وكلاً من الوحدة وتقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة في باكستان. تكونت عينة الدراسة من (300) طالباً وطالبة. وتوصلت النتائج إلى أن إيمان الإنترنت يرتبط ارتباطاً موجباً ذو دلالة إحصائية بالوحدة ويرتبط ارتباطاً سالباً بكل من تقدير الذات والرضا عن الحياة.

إسهام كل متغير من متغيرات الهناء النفسي - الاجتماعي في التنبؤ بحدوث إيمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: توجد علاقة ارتباطية موجبة بين إيمان الإنترنت وكل من الخجل الاجتماعي والانطواء الاجتماعي والاكتماب لدى عينة الدراسة الكلية؛ بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين إيمان الإنترنت وكل من تقدير الذات والرضا عن الحياة. كما أسهم كل من (الانطواء الاجتماعي - الاكتماب - الخجل - الرضا عن الحياة - تقدير الذات) على الترتيب في التنبؤ بحدوث إيمان الإنترنت لدى عينة الدراسة.

وهدف دراسة عبدالخالق [4] إلى بيان معدلات انتشار إيمان الإنترنت وعلاقته بتقدير الذات والوسواس القهري والأرق. وتكونت عينة الدراسة من (1021) من طلبة جامعة الكويت وطالباتها. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: أن إيمان الإنترنت أعلى لدى الطلبة مقارنة بالطالبات وأنه يرتبط ارتباطاً جوهرياً بكل من: الوسواس القهري والأرق لدى الجنسين، وأن منبئاته هي الأرق لدى الذكور والأرق والوسواس القهري لدى الطالبات، بينما لم يتنبأ متغير تقدير الذات بإيمان الإنترنت لدى الجنسين.

كما هدفت دراسة Ayas & Horzum [23] إلى تحليل آثار الاكتماب والوحدة وتقدير الذات في التنبؤ بمستوى إيمان الإنترنت للطلاب التعليم الثانوي في تركيا. وتكونت عينة الدراسة من (292) طالباً وطالبة. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها توجد علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات وإيمان الإنترنت.

أما دراسة Cardak [3] فقد هدفت إلى بحث العلاقة بين إيمان الإنترنت والصحة النفسية. وتكونت عينة الدراسة من (479) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة بتركيا. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: إن إيمان الإنترنت يرتبط بشكل سلبي بتقدير الذات والرضا عن الحياة.

وهدف دراسة Bozoglan, Demirer & Sahin [9] إلى بحث العلاقة بين إيمان الإنترنت والوحدة وتقدير الذات والرضا

## التعقيب على الدراسات السابقة:

تتجر الأدبيات في ميدان علم النفس بالعديد من الدراسات الحديثة في مجال الإدمان على الإنترنت وعلاقته بعدة متغيرات مختلفة؛ بينما توجد القلة من الدراسات العربية والأجنبية تناولت العلاقة بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات أو الرضا عن الحياة أو كلاهما بالدراسة. وبالرغم من وجود عدة دراسات في مجال الإدمان على الإنترنت طُبقت في المملكة العربية السعودية إلا أن الباحثة لم تتوصل إلى أي دراسة تناولت متغيرات البحث بالدراسة.

وقد اتفقت عينة البحث الحالي مع بعض عينات الدراسات السابقة باختيار فئة المراهقين حيث أكدت نتائج العديد من الدراسات الحديثة التي بحثت في هذا المجال بأن المراهقين هم أكثر الفئات العمرية عرضة للإدمان على الإنترنت. كما تمت مناقشة النتائج وتفسيرها في ضوء نتائج الدراسات السابقة.

## 5. الطريقة والإجراءات

## أ. منهج الدراسة

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يعتبر أكثر المناهج اتساقاً مع مشكلة البحث.

## ب. عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (93) طالبة تم اختيارهن عشوائياً من الصفوف الثلاثة بالمرحلة الثانوية (منهن: 28 طالبة بالصف الأول، 35 طالبة بالصف الثاني، 30 طالبة بالصف الثالث). وقد بلغ المتوسط الحسابي لأعمارهن (16.83) سنة بانحراف معياري قدره (1.02) سنة. وقد أُستخدمت بيانات هذه العينة في التحقق من ثبات وصدق أدوات البحث.

أما عينة الدراسة النهائية فقد تم اختيارها بطريقة طبقية عشوائية، وتكونت من (381) طالبة من الصفوف الثلاثة بالمرحلة الثانوية (منهن: 112 طالبة بالصف الأول، 144 طالبة بالصف الثاني، 125 طالبة بالصف الثالث)، وقد بلغ المتوسط الحسابي لأعمارهن (16.93) سنة بانحراف معياري

قدره (0.97) سنة. وقد أُستخدمت بيانات هذه العينة في الإجابة على اسئلة البحث.

## ج. أدوات الدراسة

أولاً: مقياس إدمان الإنترنت (The Internet Addiction Test) (IAT) أعدت المقياس كيمبرلي يونج الذي يعتبر مقياساً موثقاً للاستخدام المفرط للإنترنت ويهدف إلى قياس مستويات إدمان الإنترنت، ويتكون المقياس من (20) عبارة بصيغة الاستفهام يجاب عنها باختيار من بين ستة بدائل هي على التوالي: (دائماً، غالباً، كثيراً، أحياناً، نادراً، لا ينطبق). وتأخذ الخيارات السابقة الدرجات الآتية على التوالي: (5، 4، 3، 2، 1، 0) [6].

وقد قامت الباحثة بتحويل العبارات من صيغة الاستفهام إلى عبارات تقريرية لسهولة استجابات المفحوصين عليها وذلك بعد أن قامت بترجمته إلى اللغة العربية وإجراء بعض التعديلات لمؤامتها ثقافياً للبيئة السعودية، حيث تم عرضه على عدد من المحكمين من المتخصصين في علم النفس بالجامعات، وتم الأخذ بالمرئيات التي اتفق عليها أغلبيتهم، كما تم عرضها على عشرة من طالبات المرحلة الثانوية للتأكد من وضوح مضمون العبارات.

وتمتد الدرجة على هذا المقياس ما بين (الصففر) الذي يدل على انعدام مستوى إدمان الإنترنت، حتى (100) وهي الدرجة القصوى، وكلما ارتفعت الدرجة كلما أشار ذلك إلى ارتفاع معدل إدمان الإنترنت.

وقد وضع مُعدّ المقياس التفسير التالي لمجموع الدرجات: من (0-19) مستوى استخدام الإنترنت بشكل منخفض؛ من (20-49): مستوى استخدام الإنترنت بشكل معتدل؛ من (50-79) مستوى استخدام الإنترنت بشكل مرتفع؛ من (80-100) مستوى استخدام الإنترنت بشكل حاد.

وقد تم تطبيق المقياس على عينة البحث الاستطلاعية المكونة من (93) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية، وتم حساب ثبات وصدق المقياس على النحو التالي:



- (أ) ثبات المقياس: تم حساب ثبات عبارات المقياس (IAT) بطريقتين هما:
1. حساب معامل ألفا ل كرونباخ Alpha-Cronbach للمقياس (بعدد عبارات المقياس)، وفي كل مرة يتم حذف درجات إحدى العبارات من الدرجة الكلية للمقياس، وأسفرت تلك الخطوة عن أن جميع العبارات ثابتة، حيث وُجد أن معامل ألفا للمقياس عند حذف كل عبارة من عباراته أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للمقياس في حالة وجود جميع العبارات. أي أن غياب كل عبارة من عبارات المقياس يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات الكلي للمقياس.
2. حساب معاملات الارتباط بين درجات العبارة والدرجات الكلية للمقياس، فوُجد أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا، مما يدل على الاتساق الداخلي وثبات جميع عبارات المقياس إيمان الإنترنت (IAT).
- (ب) تم حساب الثبات الكلي للمقياس بطريقتين: الأولى عن طريق معامل ألفاف وُجد أنه يساوي (0.849)، والثانية عن طريق معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان - براون Spearman-Brown فوُجد أنه يساوي (0.866)، وهي معاملات ثبات مرتفعة، مما يدل على الثبات الكلي للمقياس.
- (ج) صدق العبارات: تم حساب صدق عبارات مقياس إيمان الإنترنت (IAT) عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس باعتبار أن بقية عبارات المقياس محكًا للعبارة.
- والجدول رقم (1) يوضح معاملات ثبات وصدق عبارات مقياس إيمان الإنترنت (IAT)

#### جدول 1

معاملات ثبات وصدق عبارات مقياس إيمان الإنترنت (IAT) (ن = 93)

رقم العبارة	معامل ألفا	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية عند حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية
1	0.843	**0.48	**0.40
2	0.843	**0.47	**0.41
3	0.849	**0.37	**0.27
4	0.835	**0.65	**0.58
5	0.839	**0.58	**0.52
6	0.849	**0.32	*0.24
7	0.846	**0.45	**0.35
8	0.834	**0.67	**0.61
9	0.843	**0.49	**0.41
10	0.839	**0.57	**0.50
11	0.843	**0.49	**0.41
12	0.839	**0.58	**0.50
13	0.836	**0.62	**0.55
14	0.847	**0.40	**0.31
15	0.849	*0.25	*0.21
16	0.839	**0.56	**0.49
17	0.841	**0.53	**0.45
18	0.833	**0.68	**0.62
19	0.847	**0.41	**0.32
20	0.837	**0.61	**0.53

معامل ألفا الكلي للمقياس = 0.849

\*\* دال إحصائيًا عند مستوى (0.01)

\* دال إحصائيًا عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

ويعطي هذا المقياس درجة منفصلة لكل بعد على حدا كما أنه يعطي درجة كلية للرضا عن الحياة. وتتم الاجابة على المقياس باستخدام مقياس ليكرت السداسي للاستجابة بدءاً من (غير موافق بشدة = 1، غير موافق بدرجة متوسطة = 2، غير موافق بدرجة ضعيفة = 3، موافق بدرجة ضعيفة = 4، موافق بدرجة متوسطة = 5، موافق بشدة = 6)، وذلك في حالة العبارات الموجبة أما في حالة العبارات السالبة فيتم عكس الدرجات، وجميع العبارات موجبة الاتجاه وذلك باستثناء (11 عبارة) سالبة الاتجاه وهي العبارات ذات الأرقام: (3-4-9-13-23-24-27-32-34-35-39). وقد قام الحميدي بترجمته إلى اللغة العربية لموائمة على البيئة الكويتية، ثم تم عرضه على مجموعة من المتخصصين في اللغة العربية وعلم النفس للتأكد من سلامة الصياغة ودقة المضمون السيكلوجي للبنود، كما تم عرضه على (50) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية للتأكد من وضوح التعليمات وسهولة فهم الكلمات ومحتوى العبارات وتحقق من تمتعه بصدق وثبات عالي [20].

وقد تم تطبيق المقياس على عينة البحث الاستطلاعية المكونة من (93) طالبة، وتم حساب ثبات وصدق المقياس على النحو التالي:

(أ) ثبات المقياس: تم حساب ثبات عبارات المقياس (MSLSS) بطريقتين هما:

1. حساب معامل ألفا ل كرونباخ Alpha-Cronbach للمحور الفرعي (بعدد عبارات المحور الفرعي)، وفي كل مرة يتم حذف درجات إحدى العبارات من الدرجة الكلية للمحور الفرعي الذي ينتمي إليه، وأسفرت تلك الخطوة عن أن جميع العبارات ثابتة، حيث وُجد أن معامل ألفا للمحور الفرعي عند حذف كل عبارة من عباراته أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للمحور الفرعي في حالة وجود جميع العبارات. أي أن غياب كل عبارة من عبارات المحور الفرعي يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات الكلي للمحور الفرعي. وذلك باستثناء عبارتين هما: العبارة رقم 35

- معامل ألفا للمقياس عند حذف كل عبارة من عباراته أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للمقياس في حالة وجود جميع العبارات، أي أن غياب العبارة يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات الكلي للمقياس، وأن وجودها يؤدي إلى ارتفاع هذا المعامل، وهذا يشير إلى أن جميع العبارات ثابتة.

- إن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات والدرجة الكلية للمقياس (في حالة وجود درجة العبارة في الدرجة الكلية للمقياس) دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) مما يدل على الاتساق الداخلي وثبات جميع عبارات المقياس.

- إن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس (في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس) دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) مما يدل على صدق جميع عبارات المقياس.

من الاجراءات السابقة تأكد للباحثة ثبات وصدق مقياس إدمان الإنترنت (IAT) وصلاحيته لقياس إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية.

ثانياً: مقياس الرضا عن الحياة متعدد الأبعاد للطلبة (MSLSS) Live Of Satisfaction Scale  
أعد المقياس سكوت هبner Huebner Scott، ويتكون من (40) عبارة تغطي خمسة مجالات فرعية للرضا عن الحياة هي كالتالي:

- الأصدقاء (9 عبارات) وهي العبارات ذات الأرقام: (1، 4، 11، 12، 16، 23، 24، 29، 37).

- الأسرة (7 عبارات) وهي العبارات ذات الأرقام: (7، 8، 18، 19، 21، 28، 30).

- المدرسة (8 عبارات) وهي العبارات ذات الأرقام: (3، 6، 9، 13، 20، 22، 25، 26).

- البيئة الحياتية (9 عبارات) وهي العبارات ذات الأرقام: (15، 27، 31، 32، 34، 36، 38، 39، 40).

- الذات (7 عبارات) وهي العبارات ذات الأرقام: (2، 5، 10، 14، 17، 33، 35).

2. حساب معاملات الارتباط بين درجات العبارة والدرجات الكلية للمحور الفرعي وذلك للعبارات التي تم الإبقاء عليها (38 عبارة)، فوجد أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، مما يدل على الاتساق الداخلي وثبات جميع عبارات مقياس الرضا عن الحياة. والجدول رقم (2) يوضح معاملات ثبات عبارات مقياس الرضا عن الحياة (MSLSS) بالطريقتين السابقتين.

## جدول 2

معاملات ثبات عبارات مقياس الرضا عن الحياة (MSLSS) (ن = 93)

المحور	رقم العبارة	معامل ألفا	معامل الارتباط*	المحور	رقم العبارة	معامل ألفا	معامل الارتباط*
الأصدقاء	1	0.840	**0.64		20	0.790	**0.79
	4	0.826	**0.63		22	0.790	**0.79
معامل ألفا العام للمحور	11	0.829	**0.78		25	0.793	**0.77
0.853 =	12	0.852	**0.70		26	0.812	**0.68
	16	0.844	**0.75	البيئة الحياتية	15	0.637	**0.60
	23	0.844	**0.62		27	0.630	**0.59
	24	0.837	**0.66	معامل ألفا العام للمحور	31	0.643	**0.58
	29	0.843	**0.80	0.674 =	32	0.601	**0.68
	37	0.825	**0.65		34	0.651	**0.51
الأسرة	7	0.874	**0.85		36	0.627	**0.66
	8	0.883	**0.78		38	0.634	**0.59
معامل ألفا العام للمحور	18	0.880	**0.79		39	0.737	-
0.897 =	19	0.880	**0.80		40	0.647	**0.60
	21	0.890	**0.76	الذات	2	0.679	**0.59
	28	0.883	**0.79		5	0.685	**0.56
	30	0.884	**0.78	معامل ألفا العام للمحور	10	0.586	**0.81
	3	0.795	**0.76	0.699 =	14	0.597	**0.79
المدرسة	6	0.829	**0.46		17	0.574	**0.81
	9	0.830	**0.40		33	0.655	**0.65
معامل ألفا العام للمحور	13	0.810	**0.71		35	0.795	-
0.830 =							

العبارات ثابتة. وذلك باستثناء عبارتين هما: العبارتين (35)، (39) حيث وُجد أن معامل ألفا للمحور الفرعي يرتفع عند حذف هاتين العبارتين، وأن تدخل هاتين العبارتين يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات الكلي للمحور الفرعي لكل منهما، ولذا تم حذف هاتين العبارتين.

- أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات التي تم الإبقاء عليها والدرجة الكلية للمحور الفرعي (في حالة وجود درجة العبارة في الدرجة الكلية للمحور الفرعي) دالة

\*معامل الارتباط العبارة بالدرجة الكلية للمحور الذي تقيسه عند وجود درجة العبارة في الدرجة الكلية للمحور.

\*\* دال إحصائياً عند (0.01)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- أن معامل ألفا للمحور الفرعي عند حذف كل عبارة من عباراته أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للمحور الفرعي في حالة وجود جميع العبارات، أي أن غياب العبارة يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات الكلي للمحور الفرعي، وأن وجودها يؤدي إلى ارتفاع هذا المعامل، وهذا يشير إلى أن جميع

إحصائياً عند مستوى (0.01) مما يدل على الاتساق الداخلي وثبات جميع عبارات المقياس. ومعامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية ل سبيرمان - براون وSpearman-Brown، فوجد أن معاملات الثبات بهاتين الطريقتين مرتفعة مما يدل ثبات المحاور الفرعية والثبات الكلي لمقياس الرضا عن الحياة. كما بالجدول التالي:

## جدول 3

معاملات ثبات المحاور الفرعية والثبات الكلي لمقياس الرضا عن الحياة (MSLSS) (ن = 93)

م	المحاور الفرعية	عدد العبارات	معامل ألفا	معامل الثبات
			معامل ألفا	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية
			ل كرونباخ	ل سبيرمان - براون
1	الأصدقاء	9	0.853	0.871
2	الأسرة	7	0.897	0.904
3	المدرسة	8	0.830	0.836
4	البيئة الحياتية	8	0.737	0.791
5	الذات	6	0.795	0.839
	المقياس ككل	38	0.911	0.922

(ج) صدق العبارات: تم حساب صدق عبارات مقياس الرضا عن الحياة (MSLSS) عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس باعتبار أن بقية عبارات المقياس محكاً للعبارة. والجدول التالي يوضح معاملات صدق عبارات المقياس وذلك للعبارات التي تم الإبقاء عليها (38 عبارة).

## جدول 4

معاملات صدق عبارات مقياس الرضا عن الحياة (MSLSS) (ن = 93)

المحور	رقم العبارة	معامل الارتباط**	المحور	رقم العبارة	معامل الارتباط**	المحور	رقم العبارة	معامل الارتباط**
الأصدقاء	1	0.55**	الأسرة	21	0.64**	البيئة الحياتية	31	0.37**
	4	0.71**		28	0.70**		32	0.53**
	11	0.68**		30	0.68**		34	0.34**
	12	0.51**	المدرسة	3	0.66**		36	0.47**
	16	0.52**		6	0.33**		38	0.42**
	23	0.52**		9	0.26*		40	0.35**
	24	0.59**	الذات	13	0.57**		2	0.37**
	29	0.52**		20	0.70**		5	0.33**
	37	0.74**		22	0.71**		10	0.67**
الأسرة	7	0.79**		25	0.68**		14	0.64**
	8	0.70**		26	0.54**		17	0.72**
	18	0.71**	البيئة الحياتية	15	0.46**		33	0.45**
	19	0.72**		27	0.43**			

\*\* معامل الارتباط العبارة بالدرجة الكلية للمحور الذي تقيسه عند حذف

درجة العبارة من الدرجة الكلية للمحور.

\* دال إحصائياً عند مستوى (0.05)

\*\* دال إحصائياً عند مستوى (0.01)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:  
- أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الفرعي الذي تقيسه (في حالة حذف درجة العبارة

المرحلة الثانوية، وتم حساب ثبات وصدق المقياس كما يلي:  
(أ) ثبات المقياس: تم حساب ثبات عبارات المقياس (S-ES) بطريقتين هما:

1. حساب معامل ألفا كرونباخ Alpha-Cronbach للمقياس (بعدد عبارات المقياس)، وفي كل مرة يتم حذف درجات إحدى العبارات من الدرجة الكلية للمقياس، وأسفرت تلك الخطوة عن أن جميع العبارات ثابتة، حيث وُجد أن معامل ألفا للمقياس عند حذف كل عبارة من عباراته أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للمقياس في حالة وجود جميع العبارات. أي أن غياب كل عبارة من المقياس يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات الكلي للمقياس.  
2. حساب معاملات الارتباط بين درجات العبارة والدرجات الكلية للمقياس، فُوجد أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، مما يدل على الاتساق الداخلي وثبات جميع عبارات مقياس تقدير الذات (S-ES)

(ب) تم حساب الثبات الكلي للمقياس بطريقتين: الأولى عن طريق معامل ألفا فُوجد أنه يساوي (0.870)، والثانية عن طريق معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية ل سبيرمان - براون Spearman-Brown فُوجد أنه يساوي (0.916)، وهي معاملات ثبات مرتفعة، مما يدل على الثبات الكلي للمقياس.

(ج) صدق العبارات: تم حساب صدق عبارات مقياس تقدير الذات (S-ES) عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس باعتبار أن بقية العبارات محكاً للعبارة. والجدول رقم (5) يوضح معاملات صدق وثبات عبارات مقياس تقدير الذات (S-ES)

من الدرجة الكلية للمحور الفرعي) دالة إحصائياً عند مستوى (0.01 أو 0.05) مما يدل على صدق جميع عبارات مقياس الرضا عن الحياة.

من الاجراءات السابقة تأكد للباحثة ثبات وصدق مقياس الرضا عن الحياة (MSLSS) وصلاحيته لقياس الرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية.

ثالثاً: مقياس تقدير الذات (S-ES) Self-Esteem Scale

أعدّ المقياس روزنبرج Rosenberg، لقياس المشاعر العامة لاحترام الذات وتقبلها لدى المراهقين، وقد استخدم بتوسع مع الراشدين. ويتكون المقياس من (10) بنود يطلب من المبحوث أن يقرر مشاعره عن ذاته بشكل مباشر. يجاب عنها باستخدام مقياس ليكرت الخماسي للاستجابة بدءاً من (كثيراً جداً = 5؛ كثيراً = 4؛ متوسطاً = 3؛ قليلاً = 2؛ لا ينطبق = 1). تتراوح الدرجة على هذا المقياس ما بين (10) الذي يدل على انخفاض مستوى تقدير الذات، حتى (50) وهي الدرجة القصوى. وقام عبدالخالق بترجمته إلى اللغة العربية وإجراء بعض التعديلات لمؤامتها ثقافياً للبيئة الكويتية بعد عرضه على عدداً من المتخصصين في مجالي علم النفس واللغة، كما قام بتحويل الصياغة السلبية لخمسة بنود إلى الصياغة الإيجابية، نظراً لصعوبة فهم بعض المبحوثين للنفي المزدوج عند الإجابة. قد استخدم المقياس في عدد من الأبحاث العربية وتم التأكد من تمتعه بصدق وثبات عاليين [4]. وقامت الباحثة بعرض المقياس على عشرة من طالبات المرحلة الثانوية للتأكد من وضوح مضمون العبارات. وقد تم تطبيق المقياس على عينة البحث الاستطلاعية المكونة من (93) طالبة من طالبات

#### جدول 5

معاملات ثبات وصدق عبارات مقياس تقدير الذات (S-ES) (ن = 93)

رقم العبارة	معامل ألفا	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس عند حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية
1	0.852	**0.74	**0.66
2	0.849	**0.77	**0.70
3	0.856	**0.70	**0.61
4	0.870	**0.57	**0.45

**0.62	**0.71	0.855	5
**0.74	**0.81	0.845	6
**0.67	**0.74	0.852	7
**0.48	**0.59	0.868	8
**0.56	**0.65	0.860	9
**0.40	**0.50	0.870	10

معامل ألفا الكلي للمقياس = 0.870

\*\* دال إحصائياً عند مستوى (0.01)

طالبات المرحلة الثانوية. حيث تشير الدرجة العالية على المقياس إلى ارتفاع تقدير الذات لدى الطالبة، أما الدرجة المنخفضة عليه فتشير إلى انخفاض تقدير الذات لديها، وأقصى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالبة على جميع عبارات مقياس تقدير الذات هي (50) درجة، أما (10) فهي أقل درجة يمكن أن تحصل عليها.

### 6. النتائج

#### النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

للإجابة عن السؤال الأول الذي ينص على أنه: "ما مستوى إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية؟ تم استخراج التكرارات والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية Means واستخدام اختبار مربع كاي ( $\chi^2$ -Square) لبحث الفروق بين تكرارات عدد طالبات مستويات استخدام الإنترنت. واختبار (T-Test) للعينة الواحدة، لدراسة دلالة الفرق بين متوسط العينة والقيمة العليا في المدى الذي يشير إلى مستوى استخدام الإنترنت بشكل معتدل، فكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

#### جدول 6

التكرارات والنسب المئوية لمستوى استخدام طالبات المرحلة الثانوية للإنترنت ونتائج مربع كاي، ونتائج اختبار (ت) للعينة الواحدة عند دراسة الفرق بين متوسط العينة والقيمة العليا في المدى الذي يشير إلى مستوى استخدام الإنترنت بشكل معتدل

قيمة مربع كاي ( $\chi^2$ ) ودلالاتها	مقياس إدمان الإنترنت		مدى الدرجات	مستوى استخدام الإنترنت
	النسبة المئوية	التكرار		
398.96	5.2 %	20	0 - 19	مستوى استخدام الإنترنت بشكل منخفض
دالة عند مستوى 0.01	65.4 %	249	20 - 49	مستوى استخدام الإنترنت بشكل معتدل
	28.6 %	109	50 - 79	مستوى استخدام الإنترنت بشكل مرتفع
	0.8 %	3	80 - 100	مستوى استخدام الإنترنت بشكل حاد (مرتفع جداً)
	100 %	381	المجموع	
	42.24			المتوسط
	14.65			الانحراف المعياري

49	القيمة التي نقارن بها*
9.01	قيمة (ت)
0.01	مستوى الدلالة

- أن المتوسط العام لإدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية بالرياض قد بلغ (42.24) وهو قريب إلى حد ما من الحد الأعلى للمدى الذي يشير إلى مستوى استخدام الإنترنت بشكل معتدل الذي يمتد (20 - 49) وهذا تأكيد آخر على أن أفراد عينة الدراسة من طالبات المرحلة الثانوية يستخدمون الإنترنت بشكل معتدل.

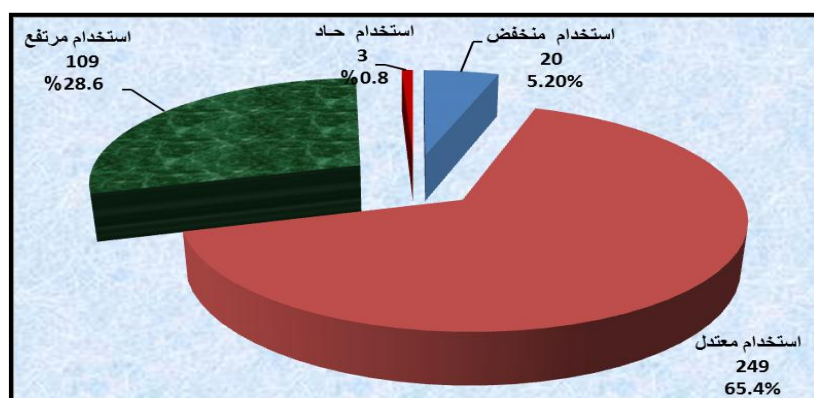
- أن قيمة اختبار (ت) تشير إلى وجود فرق دال إحصائياً (عند مستوى 0.01) بين المتوسط العام لإدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية بالرياض الذي يساوي (42.24) والقيمة العليا في المدى الذي يشير إلى مستوى استخدام الإنترنت بشكل معتدل الذي يساوي (49)، وهذا يشير إلى أنه رغم اقتراب متوسط العينة من الحد الأعلى في المدى الذي يشير إلى مستوى استخدام الإنترنت بشكل معتدل إلا أن الفرق بينهما دال إحصائياً وذلك لصالح الحد الأعلى في المدى الذي يشير إلى مستوى استخدام الإنترنت بشكل معتدل. ويوضح الشكل التالي التكرارات والنسب المئوية لمستويات استخدام الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية بالرياض.

\* القيمة التي نقارن بها هي تلك القيمة التي تشير إلى القيمة العليا في المدى الذي يشير إلى مستوى استخدام الإنترنت بشكل معتدل وهي 49 درجة.

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- أن نسبة طالبات المرحلة الثانوية اللواتي يستخدمون الإنترنت بشكل معتدل قد بلغت (65,4%) من إجمالي عددهن، وهي أعلى نسبة بالمقارنة بباقي النسب، تليها نسبة طالبات المرحلة الثانوية اللواتي يستخدمون الإنترنت بشكل مرتفع والتي بلغت (28,6%) من إجمالي عددهن. وبلغت نسبة من يستخدمون الإنترنت بشكل منخفض (5,2%) من إجمالي عددهن. أما نسبة طالبات المرحلة الثانوية اللواتي يستخدمون الإنترنت بشكل حاد كانت أقل نسبة حيث بلغت (0,8%) من إجمالي عدد العينة من طالبات المرحلة الثانوية وهي نسبة صغيرة جداً بالمقارنة بباقي النسب.

- تشير قيمة مربع كاي التي تساوي (398.96) إلى وجود فرق دال إحصائياً بين تكرارات أفراد العينة من حيث استخدام الإنترنت وذلك لصالح من يستخدمون الإنترنت بشكل معتدل، وهذا يؤكد على أن أعلى نسبة من أفراد عينة الدراسة من طالبات المرحلة الثانوية يستخدمون الإنترنت بشكل معتدل.



شكل 1

التكرارات والنسب المئوية لمستويات استخدام الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية بالرياض

بوجه عام فإن معظم طالبات المرحلة الثانوية بالرياض (94%) منهن (65.4% بشكل معتدل، 28.6% بشكل مرتفع)

ومن إجمالي نتائج السؤال الأول يتضح أن أعلى نسبة من طالبات المرحلة الثانوية يستخدمون الإنترنت بشكل معتدل، وأنه

يستخدم الإنترنت بشكل معتدل أو مرتفع.

الإنترنت والرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية؟ تم

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

استخدام معامل الارتباط ل بيرسون، فكانت النتائج كما بالجدول

للإجابة عن السؤال الثاني ونصه: هل توجد علاقة بين إدمان

التالي:

#### جدول 7

معاملات الارتباط ل بيرسون لدراسة العلاقة بين إدمان الإنترنت والرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية (ن = 381)

المتغيرات	إدمان الإنترنت	مستوى الدلالة
	معامل ارتباط بيرسون	
الأصدقاء	-0.16	0.01
الأسرة	-0.32	0.01
المدرسة	-0.33	0.01
البيئة الحياتية	-0.35	0.01
الذات	-0.18	0.01
الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	-0.43	0.01

للإجابة عن السؤال الثالث ونصه: هل يمكن التنبؤ بإدمان

الإنترنت من الرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية؟

تم استخدام تحليل الانحدار البسيط Simple regression

analysis regression للتنبؤ بإدمان الإنترنت من الدرجة الكلية للرضا عن

الحياة. وتحليل الانحدار المتعدد regression analysis

Multiple للتنبؤ بإدمان الإنترنت من المحاور الفرعية للرضا

عن الحياة، فكانت النتائج كما بالجدول التالية:

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً (عند مستوى 0.01) بين

إدمان الإنترنت وجميع المحاور الفرعية والدرجة الكلية للرضا

عن الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية. أي أنه كلما ارتفعت

درجات المحاور الفرعية والدرجة الكلية للرضا عن الحياة

انخفض إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية بمنطقة

الرياض.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

#### جدول 8

نتائج تحليل تباين الانحدار البسيط عند التنبؤ بإدمان الإنترنت من الدرجة الكلية للرضا عن الحياة

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	معامل التحديد R <sup>2</sup>
إدمان الإنترنت	المنسوب للانحدار	14834.56	1	14834.56	84.31	0.01	0.1823
	المنحرف عن الانحدار (البواقي)	66688.18	379	175.96			

المتعدد) الذي يساوي (0.1823) إلى أنه يمكن تفسير

(18.23%) من التباين في درجات إدمان الإنترنت، وهي كمية

معقولة من التباين المُفسر بواسطة متغير الدرجة الكلية للرضا

عن الحياة.

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود تأثير دال إحصائياً (عند مستوى 0.01) للدرجة الكلية

للرضا عن الحياة على إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة

الثانوية، ويشير معامل التحديد (أو مربع معامل الارتباط

جدول 9. معاملات الانحدار البسيط ودلالاتها عند التنبؤ بإدمان الإنترنت من الدرجة الكلية للرضا عن الحياة

المتغير التابع	المتغير المستقل (المنبئ)	المعامل البائي	الخطأ المعياري للمعامل البائي	بيتا $\beta$	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
إدمان الإنترنت	الثابت	93.62	5.64	16.61	0.01	0.01
	الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	-0.28	0.03	-0.43	9.18	0.01



يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود تأثير سالب دال إحصائياً (عند مستوى 0.01) للدرجة الكلية للرضا عن الحياة على إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية.

- أن ثابت الانحدار دال إحصائياً (عند مستوى 0.01).

ومن الجدول السابق يمكن صياغة معادلة الانحدار البسيط التي تعين على التنبؤ بإدمان الإنترنت من الدرجة الكلية للرضا عن الحياة في الصور التالية:

$$\text{إدمان الإنترنت} = -0.28 (\text{الدرجة الكلية للرضا عن الحياة}) + 93.62 \dots (1)$$

أي أنه كلما ارتفعت الدرجة الكلية للرضا عن الحياة انخفض إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية.

التنبؤ بإدمان الإنترنت من المحاور الفرعية للرضا عن الحياة

تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد المتدرج Stepwise Multiple Regression Analysis عند التنبؤ بإدمان الإنترنت من المحاور الفرعية للرضا عن الحياة، حيث تبدأ طريقة تحليل الانحدار المتعدد المتدرج بإدراج المتغيرات المستقلة في معادلة الانحدار المتعدد "خطوة خطوة"، ففي الخطوة الأولى يتم إدراج أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً على المتغير التابع في معادلة الانحدار المتعدد، ثم في الخطوة الثانية يتم إدراج ثاني

أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً على المتغير التابع في معادلة الانحدار المتعدد بالإضافة إلى المتغير المستقل الذي تم إدراجه في الخطوة الأولى، وهكذا حتى تنتهي من جميع المتغيرات المستقلة التي لها تأثير دال إحصائياً على المتغير التابع، أما المتغيرات المستقلة التي ليس لها تأثير دال إحصائياً على المتغير التابع أو التي تفسر كمية ضئيلة جداً من التباين في درجات المتغير التابع فيتم حذفها ولا يتم إدراجها في معادلة الانحدار المتعدد [25].

وقد أسفرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج عن إدراج محور (البيئة الحياتية) في معادلة الانحدار المتعدد وذلك في الخطوة الأولى باعتباره أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً على المتغير التابع (إدمان الإنترنت)، وفي الخطوة الثانية تم إدراج محور (المدرسة) في معادلة الانحدار المتعدد باعتبارها ثاني أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً على إدمان الإنترنت، وفي الخطوة الثالثة تم إدراج محور (الأسرة) في معادلة الانحدار المتعدد باعتبارها ثالث أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً على إدمان الإنترنت، وتوقف البرنامج عند الخطوة الثالثة ولم يدرج كلا من المحورين: (الأصدقاء، الذات)، والنتائج كما بالجدولين التاليين:

#### جدول 10

نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد (الخطوة الثالثة) عند التنبؤ بإدمان الإنترنت من المحاور الفرعية للرضا عن الحياة (ن = 381)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	معامل التحديد $R^2$
المنسوب إلى الانحدار	17390.12	3.00	5796.71	34.08	0.01	0.2134
المنحرف عن الانحدار (البواقي)	64132.62	377.00	170.11			

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود تأثير دال إحصائياً (عند مستوى 0.01) للمحاور الثلاثة (البيئة الحياتية، المدرسة، الأسرة) على إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية.

- أن معامل التحديد أو مربع معامل الارتباط المتعدد يساوي

(0.2134) مما يدل على أن المحاور الثلاثة (البيئة الحياتية، المدرسة، الأسرة) تُفسّر مجتمعة 21.34% من التباين في درجات المتغير التابع (إدمان الإنترنت) لدى طالبات المرحلة الثانوية، وهي كمية مرتفعة إلى حد ما من التباين المُفسّر بواسطة هذه المحاور الثلاثة.

## جدول 11

ملخص نتائج تحليل الانحدار المتعدد (الخطوة الثالثة) عند التنبؤ بإدمان الإنترنت من المحاور الفرعية للرضا عن الحياة (ن = 381)

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	بيتا $\beta$	الخطأ المعياري للمعامل البائي	المعامل البائي B	المتغيرات المستقلة
0.01	19.33	-	4.31	83.35	ثابت الانحدار
0.01	3.95-	0.21-	0.11	0.42-	البيئة الحياتية
0.01	5.44-	0.26-	0.08	0.43-	المدرسة
0.01	3.18-	0.17-	0.12	0.38-	الأسرة

والمدرسة، والأسرة انخفض إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض. ومن إجمالي نتائج السؤالين الثاني والثالث يتضح وجود علاقة سالبة (عكسية) بين إدمان الإنترنت وكل من: جميع المحاور الفرعية والدرجة الكلية للرضا عن الحياة. كما يتضح أنه يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من الدرجة الكلية للرضا عن الحياة، وأنه على مستوى المحاور الفرعية للرضا عن الحياة، يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من المحاور الثلاثة (البيئة الحياتية، المدرسة، الأسرة) لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

## النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

للإجابة عن السؤال الرابع ونصه: هل توجد علاقة بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية؟ تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، فكانت النتائج كما بالجدول التالي:

## جدول 12

معاملات الارتباط ل بيرسون لدراسة العلاقة بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية (ن = 381)

إدمان الإنترنت	المتغيرات
مستوى الدلالة	معامل ارتباط بيرسون
0.01	0.20-
	تقدير الذات

للإجابة عن السؤال الخامس الذي ينص على "هل يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية؟ تم استخدام تحليل الانحدار البسيط Simple regression analysis للتنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات، فكانت النتائج كما بالجدولين التاليين:

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود تأثير سالب دال إحصائياً (عند مستوى 0.01) للمحاور الثلاثة (البيئة الحياتية، المدرسة، الأسرة) على (إدمان الإنترنت) لدى طالبات المرحلة الثانوية.

- أن ثابت الانحدار دال إحصائياً (عند مستوى 0.01).

ومن الجدول السابق يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بإدمان الإنترنت من المحاور الثلاثة لدى طالبات المرحلة الثانوية في الصورة التالية:

إدمان الإنترنت = 0.42- (البيئة الحياتية) - 0.43- (المدرسة) - 0.38- (الأسرة) + 83.35..... (2)

والترتيب السابق للمتغيرات المستقلة (أو المحاور) في معادلة الانحدار المتعدد يعكس الأهمية النسبية لتأثير كل منها على المتغير التابع (إدمان الإنترنت).

أي أنه كلما ارتفعت درجات كل من البيئة الحياتية،

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً (عند مستوى 0.01) بين إدمان الإنترنت والدرجة الكلية لتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية. أي أنه كلما ارتفعت الدرجة الكلية لتقدير الذات انخفض إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

جدول 13

نتائج تحليل تباين الانحدار البسيط عند التنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	معامل التحديد $R^2$
إدمان الإنترنت	المنسوب للانحدار	3170.77	1	3170.77	15.34	0.01	0.0390
	المنحرف عن الانحدار (البواقي)	78351.97	379	206.73			

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

(0.039) إلى أنه يمكن تفسير (3.9%) من التباين في درجات إدمان الإنترنت، وهي كمية صغيرة من التباين المُفسر بواسطة متغير تقدير الذات.

- وجود تأثير دال إحصائياً (عند مستوى 0.01) لتقدير الذات على إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية، ويشير معامل التحديد (أو مربع معامل الارتباط المتعدد) الذي يساوي

جدول 14

معاملات الانحدار البسيط ودالاتها عند التنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات

المتغير التابع	المتغير المستقل (المنبئ)	المعامل البائي	الخطأ المعياري للمعامل البائي	بيتا $\beta$	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
إدمان الإنترنت	الثابت	60.51	4.72		12.81	0.01
	تقدير الذات	-0.44	0.11	-0.20	-3.92	0.01

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

ويتضح من نتائج السؤال الأول أن نسبة انتشار إدمان الإنترنت بين طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض قد بلغت (29,4%) منهم (0,8%) ممن يستخدمون الإنترنت بشكل حاد؛ و(28,6%) ممن يستخدمون الإنترنت بشكل مرتفع. كما سجلت الدراسة أعلى النسب وذلك للطالبات اللاتي يستخدمون الإنترنت بشكل معتدل حيث بلغت (65,4%)؛ بينما بلغت نسبة من يستخدمون الإنترنت بشكل منخفض (5,2%) من إجمالي أفراد العينة.

وتعتبر نسبة انتشار إدمان الإنترنت بين الطالبات بشكل حاد في الدراسة الحالية والبالغة (0,8%) منخفضة مقارنة بنتيجة دراسة الحنتوشي [2] التي كشفت أن (5,3%) من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية يستخدمون الإنترنت بشكل حاد بأكثرية للذكور والتي اعتبرها الحنتوشي مقارنة للنسب العالمية؛ بينما بلغت نسبة من يستخدمون الإنترنت في دراسته بشكل مرتفع (29,4%) بأكثرية للإناث، وتعتبر هذه النسبة قريبة جداً من النسبة التي سجلتها الدراسة الحالية وهي (28,6%). يليه نسبة غير المدمنين على الإنترنت والتي بلغت (38%) (أي من

- وجود تأثير سالب دال إحصائياً (عند مستوى 0.01) لتقدير الذات على إدمان الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية. - أن ثبات الانحدار دال إحصائياً (عند مستوى 0.01). ومن الجدول السابق يمكن صياغة معادلة الانحدار البسيط التي تعين على التنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات في الصور التالية:

$$\text{إدمان الإنترنت} = -0.44 (\text{تقدير الذات}) + 60.51 \dots (3)$$

أي أنه كلما ارتفعت درجات تقدير الذات انخفض إدمان

الإنترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية. ومن إجمالي نتائج السؤالين الرابع والخامس يتضح وجود علاقة سالبة (عكسية) إدمان الإنترنت وتقدير الذات. كما يتضح أنه يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

7. مناقشة النتائج وتفسيرها

أصبح إدمان الإنترنت مشكلة كبيرة بالنسبة للمراهقين والشباب وذلك على الرغم من شيوع دراسات إدمان الإنترنت في العالم بشكل كبير إلا أنها لم تبدأ في الانتشار في المملكة

في المجتمع السعودي.

أما فيما يتعلق بنتائج السؤالين الثاني والثالث، فقد توصلت الدراسة الحالية إلى أنه توجد علاقة سالبة دالة احصائياً بين إدمان الإنترنت وجميع المحاور الفرعية والدرجة الكلية للرضا عن الحياة، إضافة إلى امكانية التنبؤ بإدمان الإنترنت من الدرجة الكلية للرضا عن الحياة ومن المحاور الفرعية الثلاثة (البيئة الحياتية، المدرسة، الأسرة) بالترتيب الذي وردت به. أي أنه كلما ارتفعت الدرجة الكلية للرضا عن الحياة وكلما ارتفعت درجات كل من المحاور الفرعية الثلاثة (البيئة الحياتية، المدرسة، الأسرة) انخفض إدمان الإنترنت لدى الطالبات. اتفقت النتيجة الحالية مع العديد من نتائج الدراسات السابقة كدراسة رشوان [8] والتي بحثت العلاقة بين إدمان الإنترنت والرضا عن الحياة كأحد ابعاد الهناء النفسي - الاجتماعي، حيث توصلت إلى وجود علاقة سالبة ذات دلالة احصائياً بين إدمان الإنترنت والرضا عن الحياة، إضافة إلى أنه يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من الرضا عن الحياة. كما اتفقت نتيجة دراسة كل من: [3,10,23] مع الدراسة الحالية في وجود علاقة سالبة ذات دلالة احصائياً بين إدمان الإنترنت والرضا عن الحياة. اما دراسة Umit [27] التي اجريت على طلاب الجامعات بتركيا فقد توصلت إلى أنه يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من الرضا عن الحياة؛ كما ان المدمنين على الإنترنت يعانون من عدم استقرار عاطفي ومستوى رضاهم عن حياتهم منخفض كما انهم يشعرون بالوحدة. وتوصلت دراسة Bozoglan et.al [9] إلى عدم وجود علاقة بين إدمان الإنترنت والرضا عن الحياة ولكن توجد علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات وبالتالي اعتبر الباحثون أن الرضا عن الحياة يؤثر على إدمان الإنترنت من خلال تقدير الذات.

وترى الباحثة أنه يمكن تفسير النتيجة الحالية في ضوء أن انخفاض الرضا عن الحياة ومحاوره الثلاثة (البيئة الحياتية، المدرسة، الأسرة) يعتبر مؤشراً على إدمان الإنترنت. كما يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من خلال رضا الطالبات عن حياتهم.

يستخدمون الإنترنت بشكل منخفض) وتعتبر تلك النسبة مرتفعة جداً عن النسبة التي توصلت لها الدراسة الحالية والتي بلغت (5,2%) من اجمالي عينة الدراسة.

كذلك تعتبر نسبة الإدمان على الإنترنت في الدراسة الحالية هي (29,4%) منخفضة مقارنة بدراسة كل من باهرانيان وخازاي [5] والتي بينت أن نسبة انتشار الإدمان على الإنترنت بين طلاب الجامعة بإيران قد بلغ (40,7%) منهم (2,2%) ممن لديهم إدمان شديد على الإنترنت و(38,5%) من لديهم إدمان مرتفع. بينما تعتبر نسبة الإدمان على الإنترنت في الدراسة الحالية مقارنة لدراسة مويدفار وآخرون [26] التي توصلت إلى أن نسبة الإدمان على الإنترنت بين الطلاب الذين تتراوح اعمارهم بين (15-25) سنة بإيران قد بلغت (26,8%).

وتفسر الباحثة هذا الانخفاض في نسبة الإدمان على

الإنترنت مقارنة بنتائج الدراسات السابقة إلى عدد من العوامل منها: أن عينة الدراسة الحالية كانت من الإناث بينما عينة الدراسات السابقة كانت من كلا الجنسين حيث اوضحت نتائج الدراسات المذكورة اعلاه إلى أن إدمان الإنترنت لدى الذكور أعلى من الإناث وعليه فإنه توجد فجوة بين الجنسين في إدمان الإنترنت.

كما تفسر الباحثة هذا الانخفاض في نسبة الإدمان على الإنترنت والذي يقابله ارتفاع في نسبة من يستخدمون الإنترنت بشكل معتدل إلى الخصائص المميزة لهذه الفئة العمرية وأزماتها ومواقفهم تجاه فائدة الإنترنت والميل المتزايد لاستخدامه والتي تعتبر جميعها عوامل اساسية لنزعتهم لإدمان الإنترنت.

كما تفسر الباحثة هذه النتيجة إلى أن المجتمع السعودي يعتبر من المجتمعات المترابطة والتي تحرص على تنمية العلاقات الاجتماعية بين افراده؛ وعليه يمكن اعتبار الإناث أكثر نجاحاً من الذكور في المجال الاجتماعي مما قد يسبب لدى الذكور وقت فراغ طويل واحتياج عاطفي اكبر وميل أكثر لقضاء وقت طويل في استخدام الإنترنت. كما يمكن أن يعود ذلك إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية للذكور واختلافها عن الإناث

والإحساس بالفشل والرغبة في التعويض عن النقص الذي يشعر به الفرد، كما أن لتقدير الذات دور كبير في نمو المراهقين وبالتالي يحتاج المراهقون للإحساس بقيمتهم مما يؤدي بهم إلى اللجوء للإدمان على الإنترنت كوسيلة للهروب مما يشعرون به. ويرى Ayas & Horzum [23] أن تلك العلاقة العكسية بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات يمكن أن تعود إلى كون الأفراد المدمنين للإنترنت متقبلين لهذا الوضع ولا يبذلون جهداً لتغييره.

ويشير جريفيت Griffith أن الإنترنت يجعل لدى الأفراد الرغبة بخلق وتطوير الهوية الاجتماعية والتمتع بشخصية مختلفة وتحقيق رضا عن النفس، كما أن الأفراد الذين ينظرون إلى أنفسهم بطريقة سلبية يمكن أن يعتبرون الإنترنت وسيلة للتعويض عن ذلك النقص ويزيدون من استخدامهم له [5].

كما أن معاناة الفرد من ردود أفعال المحيطين به سواء في المدرسة أو الأسرة يؤثر على تكوين مفهوم الذات لديه ويؤدي إلى شعوره بالحاجة إلى الحب والاطمئنان والأمان والرغبة في التفاعل مع المحيطين به مما قد يسهم في إدمانه على الإنترنت سعياً وراء تقدير جيد للذات الذي فشل في الحصول له [22].

مما سبق يتضح أن للرضا عن الحياة وتقدير الذات دور مؤثر على تطوير وتنمية المراهقين؛ لذا يحتاج المراهقون إلى الشعور بأهميتهم وقد يكون فهم خبراتهم وتقبلهم كما هم الخطوة الأولى الواجب على الآباء والمعلمين والمختصين اتخاذها.

### 8. التوصيات

يُعدّ إدمان الإنترنت من المشكلات الواضحة في البيئة الاسرية والمدرسية وتجاهل هذه المشكلة قد يؤدي إلى ظهور مشكلات أكبر في المستقبل، وفي ضوء النتائج التي توصل إليها البحث يمكن تقديم التوصيات التالية:

1. تعتبر فترة المراهقة من الفترات الحرجة التي يمر بها أبنائنا؛ لذلك يجب توعية الأسر بخصائص هذه المرحلة وكيفية التعامل معها حتى يتم تجاوزها بيسر وسهولة.

2. الحرص على تقديم الأنشطة الاجتماعية والثقافية المتنوعة للمراهقين في البيئة المدرسية لتنمية القدرات الكامنة لديهم وشغل

وتفسر الباحثة تأثير مستوى إدمان الإنترنت بالرضا عن المدرسة بنسبة أكبر من الرضا عن الأسرة نظراً لأهمية العلاقات الاجتماعية واتساعها خلال فترة المراهقة والرغبة في إرضاء جماعة الأقران. كما أن للأسرة دور هام في دعم ورعاية أبنائها مما يساعد في تشكيل شخصياتهم. وعليه فإن الفرد كلما كان أكثر رضا عن حياته كلما كان أكثر سعادة وتفاؤل وأكثر قدرة على التكيف وتجاوز الأحداث الصاعقة في الحياة.

أما بالنسبة لنتائج السؤالين الرابع والخامس، فقد توصلت الدراسة الحالية إلى أنه توجد علاقة سالبة دالة احصائياً بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات، إضافة إلى امكانية التنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات. أي أنه كلما ارتفعت الدرجة الكلية لتقدير الذات انخفض إدمان الإنترنت لدى الطالبات. اتفقت النتيجة الحالية مع العديد من نتائج الدراسات السابقة كدراسة كل من: [8,17,23] والتي توصلت إلى وجود علاقة سالبة بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات كما توصلت إلى أن تقدير الذات من المتغيرات المنبئة بالإدمان على الإنترنت، بينما اتفقت نتائج الدراسات السابقة [3,5,9,10] مع نتيجة الدراسة الحالية في وجود علاقة سالبة بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات. بينما لم تتوصل نتائج دراسة عبدالخالق [4] إلى وجود علاقة ذات دلالة احصائياً بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات وقد فسر الباحث هذه النتيجة بان المعدلات اليومية لإدمان الإنترنت قد لا تصل إلى مستوى تضرر تقدير الذات ومن الممكن أن يتأثر تقدير الذات إذا ارتفعت معدلات استخدام الإنترنت أكثر من المعدل المذكور في الدراسة. واتفقت نتيجة دراسة ياسين وآخرون [22] مع نتيجة الدراسة الحالية في أنه يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من تقدير الذات.

وترى الباحثة أنه يمكن تفسير النتيجة الحالية في ضوء أن انخفاض تقدير الذات يعتبر مؤشراً على إدمان الإنترنت وبالتالي يعتبر ضعف تقدير الذات سمة أساسية للتنبؤ باحتمالية الإدمان على الإنترنت مما قد يتسبب في حدوث الكثير من المشكلات، ويؤدي انخفاض تقدير الذات إلى انعدام الثقة في النفس

[12] علي، محمد (2010): إدمان الإنترنت في عصر العولمة.

دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.

[13] عبد المقصود، أماني (2003): دليل مقياس الرضا عن

الحياة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

[15] ميخائيل، امطانيوس (2010): مؤشرات الثبات والصدق

لمقياس الرضا عن الحياة متعدد الأبعاد للطلبة MSLSS

على عينات سورية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج

11. ع 1. ص 97-123.

[16] النملة، عبدالرحمن (2013): تقدير الذات وعلاقته بالرضا

عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود

الإسلامية. دراسات العلوم التربوية. مج 40. ص 1318-

1333.

[20] الحميدي، حسن. (2013). الخصائص السيكومترية

لمقياس الرضا عن الحياة متعدد الأبعاد للمراهقين "النسخة

الكويتية". دراسات تربوية ونفسية (مجلة كلية التربية

بالبزقازيق). ع (80). ص 113-156.

[21] العصيمي، سلطان (2010): إدمان الإنترنت وعلاقته

بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية

بمدينة الرياض. رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية

للعلوم الامنية.

[22] ياسين، حمدي؛ سري، هبه؛ سريميني، إيمان (2010):

إدمان الإنترنت وتقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعة.

مجلة البحث العلمي في الآداب، ع 11، ص 197-230.

[24] يعقوب، حيدر وجعفر، زهرة (2014): الإدمان على

الإنترنت لدى الفئات العمرية (13-17) و(19-22) سنة.

مجلة كلية الآداب. جامعة بغداد، ع 109. ص 641-

670.

أوقات فراغهم بما يعود عليهم بالفائدة.

3. وضع برامج ارشادية ووقائية من قبل المختصين للطلاب

تتعلق بتوعيتهم بالاستخدام الامثل والمناسب للإنترنت ونتائج

الاستخدام المفرط له.

4. عقد شراكة بين الأسرة والمدرسة والمؤسسات الاجتماعية

ذات العلاقة لمناقشة هذه المشكلة والتصدي لها وذلك بهدف

رسم الخطط وإيجاد الحلول المناسبة لها.

## المراجع

### أ. المراجع العربية

[1] التقرير السنوي لهيئة الاتصالات وتقنية المعلومات

(2014): تم الرجوع للرباط <http://www.citc.gov.sa>

/arabic/MediaCenter/Annualreport/Documents/PR\_REP\_010A.pdf

[2] الحنتوشي، مشهور (2010): إدمان الإنترنت بين طلاب

المدارس الثانوية في مدينة الرياض مدى انتشاره،

ومحدداته، وعلاقته بالاكنتاب. قدمت هذه الرسالة كمتطلب

من الهيئة السعودية للتخصصات الصحية للحصول على

شهادة الزمالة السعودية في طب الأسرة والمجتمع بمستشفى

القوات المسلحة بالرياض.

[4] عبدالخالق، أحمد محمد (2013): إدمان الإنترنت وعلاقته

بتقدير الذات والوسواس القهري والأرق. دراسات نفسية. مج

23، ع 1. ص 85-112.

[7] العمري، علي (2008): إدمان الإنترنت وبعض آثاره

النفسية والاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في

محافظة محايل التعليمية. رسالة ماجستير غير منشورة،

جامعة الملك خالد.

[8] رشوان، الشيماء (2013): إدمان الإنترنت وعلاقته بالهناء

النفسية - الاجتماعي. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية

الآداب، جامعة المنيا.

- [14] Wang, T. Yuen, M. Slaney, R. (2009): Perfectionism depression, loneliness, & life satisfaction: A study of high school students in Hong Kong. *The Counseling Psychologist*, 37(2):249-274.
- [17] Aydin, B & Sari, S. (2011): Internet addiction among adolescents: the role of self-esteem. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, (15):3500-3505.
- [18] Fioravanti, G. Dettore, D. Casale, S. (2012): *Adolescent Internet addiction: testing the association between self-esteem, the perception of Internet attributes, and preference for online social interactions*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22703038>.
- [19] Young, K. (2007): Cognitive Behavior Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications. *Cyber Psychology and Behavior*, 10(5): 671-679.
- [23] Ayas, T & Horzum, M. (2013): Relation between depression, loneliness, self-esteem and internet addiction. *Education*, 133(3): 283-290.
- [26] Moayedfar. S; Habibpoor - Gatabi. K; Ganji, A. (2007): Study of internet addiction among adolescents and young adults aged 15-25 in *Tehran, Rasane J.* 1(4):3-4.
- [27] Umit, M. (2014): The association of internet addiction with attachment styles, personality traits, loneliness & life satisfaction. *International journal of human sciences*, 11(1):357-372.
- [25] حسن، عزت (2016): الإحصاء النفسي والتربوي: تطبيقات باستخدام برنامج SPSS 18. القاهرة، دار الفكر العربي.
- ب. المراجع الأجنبية
- [3] Cardak, M. (2013): Psychological Well-Being and Internet Addiction among University Students. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 12(3): 134-141.
- [5] Bahrainian, A & Khazaei, A. (2014): Internet addiction among students: the relation of self-esteem and depression. *Bulletin of Environment, Pharmacology and life sciences*, 3(3): 1-6.
- [6] Young, K. (1998). Internet Addiction the Emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1(1).
- [9] Bozoglan, B. Demirel, V. & Sahin, I. (2013): Loneliness, self-esteem, & life satisfaction as predictors of internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian journal of psychology*, (54):313-319.
- [10] Anwar, N. (2015): Internet addiction As A Predictor Of Loneliness, Self Esteem and Satisfaction with life. *Journal of Pakistan Psychiatric Society*. 12(1): 72-73.
- [11] Davis, R. (2001): A cognitive behavioral model of pathological internet use, *computers in human behavior*, 17(2):187-195.

# INTERNET ADDICTION AND ITS RELATION TO LIFE-SATISFACTION AND SELF-ESTEEM IN HIGH SCHOOL FEMALE STUDENTS

**ALJUHARA FAHAD ALJOBAILAH**  
assistant professor of psychology

***ABSTRACT**\_ the present research aimed at exploring the level of internet addiction for the Saudi high school female students in Riyadh City, and finding out the relationship between internet addiction and both of life satisfaction and self-esteem, and the possibility of predicting internet addiction by life satisfaction and self-esteem. The sample of the research consisted of (381) of the Saudi high school female students in Riyadh City. The female researcher used the Internet Addiction Test (IAT), the Multidimensional Students Life Satisfaction Scale (MSLSS), and the Self-Esteem Scale (S-ES). The research concluded the following results: 1- the highest proportion of the high school female students used the internet moderately with a percentage of (65.4%), whereas the percentage of those highly using the internet reached (28.6%), followed by the percentage of the female students using the internet in a low degree that reached (5.2%), and the percentage of those using the internet intensively reached (0.8%). 2- There was a negative relationship between internet addiction and life satisfaction. 3- Internet addiction could be predicted by the total degree of life satisfaction, and internet addiction could also be predicted by the degrees of some sub-axes of life satisfaction, namely: (life environment, school, and family). 4- There was a negative relationship between internet addiction and self-esteem. 5- Internet addiction could be predicted by the total degree of self-esteem.*

***KEYWORDS:** Internet addiction, life satisfaction, self-esteem, high school.*