



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة



كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية
قسم العلوم الإجتماعية
شعبة علم النفس

عنوان المذكرة :

التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في
استخدام الإنترنت
دراسة ميدانية بمدينة بسكرة

مذكرة مكتملة لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي

الأستاذ المشرف (ة) :

ريحاني الزهرة 

من إعداد الطالبة :

أحلام ميلودي

السنة الجامعية : 2013 - 2014

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر و عرفان

لك اللهم عز وجل أسجد خاشعة، شاكرة فضلك على إتمام هذا الجهد المتواضع

فشكرا لله شكر الحامدين وحمدا لله حمد الشاكرين

مقدمة آيات التقدير والعرفان بالجميل لكل من تعلمت على يديه

كما أتوجه بخالص الشكر والإمتنان إلى من أطرت وأشرفت وقدمت كل ما لديها من توجيهات دقيقة وإرشادات قيمة لأكون في المسار الصحيح ولإتمام هذا البحث العلمي

الأستاذة الفاضلة ریحانی الزهرة

كما لا يفوتني من كان لها الفضل في بداية هذا البحث الأستاذة دبله خولة

فهي مشكورة على كل ماقدمته لنا من توجيهات ونصائح

كذلك إلى كل من لم يبخل علي بدعمه ولم يصدني إذا قصدته

أ.د. خالد خياط _ أ.د. رابحي إسماعيل _ أ. طاع الله حسينة _ أ. فايضة حلاسة ... الخ

وإلى من قدم لي يد المساعدة لإتمام هذا العمل من قريب أو من بعيد

أخيرا... معذرة إن كنت نسيت أو أخطأت

فإني لا أدعي أنني قد بلغت حد الكمال

فالكمال لله وحده

إن أصبت فمن عند الله وإن أخطأت

فعذرا إني بشر في طور التعلم

وما توفيقني إلا بالله عليه توكلت وإليه أنبت

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
شكر و عرفان	
فهرس المحتويات	
فهرس الجداول	

الفصل الأول الإطار العام للدراسة

1- مقدمة_ إشكالية	03.....
2- فرضيات الدراسة	05.....
3- أهداف الدراسة	05.....
4- أهمية الدراسة	05.....
5- دوافع اختيار الموضوع	06.....
6- الدراسات السابقة	06.....
7- التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة	09.....

الإطار النظري

الفصل الثاني: التوافق النفسي

1 تمهيد	
1- تعريف التوافق النفسي	13.....
2- النظريات المفسرة للتوافق النفسي	14.....

- 3- أبعاد التوافق النفسي 16
- 4- مؤشرات التوافق النفسي 17
- 5- ميكانيزمات التوافق النفسي 18
- 6- عوائق التوافق النفسي 19
- 20 خلاصة

الفصل الثالث: استخدام الإنترنت ومستوياته لدى المراهق

تمهيد

- 1- تعريف المراهقة 22
- 2- خصائص ومراحل المراهقة 23
- 3- مشكلات المراهقين 24
- 4- تعريف الإنترنت واستخداماته 25
- 5- مخاطر الإنترنت 27
- 6- مستويات استخدام الإنترنت 27
- 7- المراهق والإنترنت 30
- 30 خلاصة

الإطار الميداني

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

- 1- منهج الدراسة 34
- 2- حدود الدراسة 34

34	الدراسة الإستطلاعية	-3
35	أدوات الدراسة	-4
38	عينة الدراسة	-5
39	الأساليب الإحصائية المستخدمة	-6
40	خلاصة	

الفصل الخامس: عرض و مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

تمهيد

42	عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة الأولى	-1
44	عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة الثانية	-2
47	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى	-3
49	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية	-4
50	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	-5
52	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة	-6
53	خلاصة	
54	الخاتمة	
56	قائمة المرجع	

الملاحق

ملخص الدراسة

فهرس الجداول

الصفحة	الجدول	الرقم
37	يوضح فقرات مقياس التوافق النفسي	01-
38	يوضح الفرق بين الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة في مقياس التوافق النفسي	02-
39	يوضح خصائص العينة حسب الجنس	03-
39	يوضح خصائص العينة حسب السن	04-
42	يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على مقياس التوافق النفسي	05-
44	يوضح الفرق بين الذكور والإناث على مقياس التوافق النفسي	06-
47	يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على بعد التوافق الانفعالي من مقياس التوافق النفسي.	07-
49	يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على بعد التوافق الصحي من مقياس التوافق النفسي.	08-
51	يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على بعد التوافق الأسري من مقياس التوافق النفسي.	09-
52	يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على بعد التوافق الاجتماعي من مقياس التوافق النفسي	10-

طرح إشكال الدراسة

الفصل الأول : طرح إشكال الدراسة

- 1 مقدمة_ إشكالية
- 2 فرضيات الدراسة
- 3 أهداف الدراسة
- 4 أهمية الدراسة
- 5 دوافع اختيار الموضوع
- 6 التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة
- 7 الدراسات السابقة

مقدمة _ إشكالية:

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم مراحل النمو في حياة الإنسان حيث تبدأ بالبلوغ الذي يعد طريقاً بين الطفولة المتأخرة و المراهقة.

وهي بطبيعتها فترة حساسة تشهد تطوراً سريعاً و تحدث فيها تغيرات في الشخصية من الناحية الجسمية و العقلية و النفسية و الاجتماعية، نتيجة مزيج من العوامل البيولوجية و العوامل الاجتماعية التي يعيشها الفرد أي نتيجة أفكاره النابعة من إنفعالاته التي تنعكس على شخصيته، فهو ينتقل من التفكير القائم على إدراك الملموس إلى التفكير الأعمق في الأمور المعنوية و الفكرية، و تزداد قدرته على النقد و التحليل و ينتقل من مرحلة الإعتماد على غيره إلى الإعتماد على النفس أو الاستقلالية الذاتية و الاكتفاء الذاتي ونتيجة هذا الانتقال تظهر الصراعات النفسية و الحساسية الانفعالية التي تحكمها النرجسية و تقمص ما يسود من القيم و الاتجاهات التي تشيع بين الكبار في حضارته و في المجتمعات التي يرتبط بها مع استمرار نضجه فينتسح نطاق علاقاته الإجتماعية، ولا تعني شخصية المراهق الانفصال عن الشخصية التي تكونت في الطفولة لأن خبراته في الصغر تخلف آثارها و تظهر في سن المراهقة.

كما أننا لا نستطيع أن نتحدث عن مرحلة المراهقة ما إذا تحدثنا عن الصحة النفسية و أبنيتها و وظائفها التي نستبدلها من آثارها في سلوك الإنسان لأنها تمثل التوازن النفسي للشخصية. ففي حالة نفسية يشعر فيها الفرد بالتوافق الذي يعد أحد أبرز مظاهرها حيث يستطيع خلالها التنسيق بين حاجاته و سلوكه الهادف و تفاعله و تغلبه على الصعوبات التي تعترض حياته.

فالشخص الذي يتمتع بتوافق نفسي جيد هو شخص متكيف مع مختلف الظروف و يمكن أن يتعايش معها ومع أزماتها و صراعاتها و توتراتها و يتجاوزها و يتصرف بشكل مناسب و إيجابي في جميع المواقف، بل و يستغل قدراته في تحقيق أهدافه بكل ثقة و يسعى دائماً إلى التصرف بطريقة تؤدي به إلى تحسين صحته النفسية . و بما أن التوافق يرتبط بذات الفرد و بيئته فإن المراهق يتأثر بالعديد من المؤثرات التي يعيش فيها و بالأدوات التي يستخدمها في عصره كوسائل الإتصال و التي من بينها الأنترنت.

حيث أحدثت ثورة تكنولوجيا الإتصال و المعلومات في السنوات القليلة الماضية تغيرات نوعية في العديد من أوجه الحياة، فمهدت الطريق للانتقال من المجتمع الصناعي إلى مجتمع المعلومات، وقد تركت هذه الثورة آثارها النفسية والاجتماعية و الثقافية على المجتمع المعاصر لأنها شهدت إنتشارا واسعا عبر العالم في الآونة الاخيرة.

وتعتبر الانترنت من أبرز التقنيات في مجال شبكة المعلومات الدولية في العالم التي تقدم للإنسان تكلفة أقل ووقت أقصر و إنجازا أكبر وجاذبية بين المستخدمين نظرا للخدمات المتعددة التي تقدمها للمستخدم.

فهي تؤدي أساسا إلى صياغة الأنشطة الرئيسية للإنسان في شتى نواحي الحياة، فأزيلت من خلالها حواجز الزمان والمكان وأصبحت همزة وصل بين دول العالم والمحرك الفعال لمختلف الأنشطة والمجالات لجميع فئات المجتمع. فقد أصبحت من أبرز المستحدثات التكنولوجية باعتبارها وسيلة للإتصال و تبادل الأفكار و المعلومات، و أسلوبا للتعامل اليومي و نمطا للتبادل المعرفي وبالتالي فإننا نشهد ازدياد عدد المستخدمين لها. كما أن هذا الإنتشار السريع لهذه الشبكة جعلها من أهم معالم العصر الحديث، لما أحدثته من تغيرات عميقة و جذرية في مختلف النواحي ولاسيما النفسية و الاجتماعية التي تنعكس بالطبع على مستخدميها.

فإن استخدام الإنترنت له مترباته النافعة الإيجابية وعواقبه الضارة السلبية فمنها من يسيء هذا الإستخدام ويفرط فيه ويعتمد عليه ويشعر بالإشتياق الدائم له إذا حدث ما يمنع اتصاله به، ونجد أغلب تفكيره منصبا حول الدخول للإنترنت مرة أخرى، وذلك بسبب توفر أجهزة الحاسوب في كل بيت ولدى أغلب فئات المجتمع وتوفر مقاهي الإنترنت. حيث أشار كراوت وآخرون (krout et al, 1998) أنه إذا تم استخدام الإنترنت كأحد وسائل الإتصال الحديثة ومن أجل زيادة المعرفة، فإن إيجابياتها قد تكون أقل من سلبياتها فيما إذا تحولت إلى وسيلة بديلة عن الإختلاط الفعلي المباشر بالآخرين، إذ أن عدم الإتصال والتفاعل والإختلاط الحقيقي يرتبط مع انخفاض صحة الفرد النفسية والجسمية (أيف سالم طراونة، لمياء سليمان الفنيخ، 2012: 285). حيث توصلت دراسة تشابج كوك يانج yang 2002 "chang kook 2002" إلى أن المراهقين المستخدمين للحاسب الآلي بدرجة كبيرة جدا يعانون من مشكلات نفسية خطيرة (عبد الله بن أحمد بن علي آل عيسى الغامدي، 2009: 78).

وعلى ضوء ما سبق يمكن طرح إشكال الدراسة الحالية في التساؤلين التاليين:

- مامستوى التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت؟.
 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت تعزى لمتغير الجنس (إناث - ذكور)؟.
- وللإجابة على التساؤل الرئيسي الأول للدراسة فإن ذلك يتطلب الإجابة على التساؤلات التالية:

- 1- مامستوى التوافق الإنفعالي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت؟.
- 2- مامستوى التوافق الصحي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت؟.
- 3- مامستوى التوافق الأسري لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت؟.
- 4- مامستوى التوافق الاجتماعي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت؟.

فرضيات الدراسة:

- 1- يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت مستوى منخفض من التوافق النفسي.
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس (ذكور_ إناث).

الفرضيات الجزئية:

- 1- يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت مستوى منخفض من التوافق الإنفعالي.
- 2- يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت مستوى منخفض من التوافق الصحي.
- 3- يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت مستوى منخفض من التوافق الأسري.
- 4- يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت مستوى منخفض من التوافق الاجتماعي.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- معرفة مستوى التوافق النفسي بأبعاده لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت.
- معرفة ما إذا كان هناك فروق بين المراهقين المفرطين في استخدام الإنترنت.

أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية هذه الدراسة باعتبارها تتناول سلوك اجتماعي له مترتبات نفسية متعددة

وهي تتمثل في الاستخدام الهائل للإنترنت بحيث أصبحت منتشرة خاصة في الآونة الأخيرة لأنها من التكنولوجيات الحديثة المتوفرة، وما يترتب على ذلك الإستخدام المفرط على فئة المراهقين من المجتمع من مشكلات شخصية وانفعالية وجوانب أخرى صحية وأسرية واجتماعية تؤثر على سلوك الفرد تأثيرا يستحق الدراسة وإلقاء الضوء على مثل هذه المتغيرات بشكل بالغ وبأهمية أكثر.

كما تعتبر مساهمة متواضعة لدراسة نفسية تتضمن الإفراط في استخدام الإنترنت في إطار التوافق النفسي.

دوافع اختيار الموضوع:

إن الدوافع الشخصية التي ألفتنا إلى دراسة هذا الموضوع بصفة خاصة والمتمثل في التوافق النفسي لدى المراهق المدمن على الإنترنت فهي متمثلة في:

- كون هذا الموضوع من الدراسات الحديثة والشائعة في وقتنا الحالي وذلك طبعاً لأهميته من عدة جوانب مختلفة ويمس أفراد أسر كثيرة من مجتمعنا، وهو فعلاً يستحق الدراسة والإهتمام من الناحية الاكلينيكية.
- لمعرفة مستوى التوافق سواء من الناحية الشخصية أو الأسرية أو الصحية أو الإجتماعية بالنسبة للمراهق المدمن على الإنترنت.
- أما الدوافع العلمية فهي متمثلة فيما يلي:
- الدراسة والكشف عن الأسباب والدوافع الكامنة وراء إفراط المراهق على شبكة الإنترنت بالإضافة إلى الآثار المترتبة على ذلك.
- لتناسب متغيرات الدراسة والوقت المسموح به فهو بحث قصير المدى.
- لاعتبار متغيرات الدراسة لا تخرج من اختصاص علم النفس الاكلينيكي.

الدراسات السابقة:

الدراسات العربية:

1-دراسة الدندراوي (2005): بعنوان "الإفراط في استخدام كل من الكمبيوتر والانترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى المراهقين"، حيث هدفت إلى تحديد العلاقة بين الإفراط في استخدام الكمبيوتر والإنترنت وبين بعض المشكلات النفسية لدى المراهقين (الأعراض الإكتئابية، العزلة الإجتماعية، اللامبالاة)، وكذلك دراسة الفروق بين الذكور والإناث المراهقين في شيوع المشكلات النفسية المرتبطة بالإفراط في استخدام الكمبيوتر

والإنترنت. وتمثلت عينة الدراسة في (150 ذكورا، 150 إناثا)، وتم استخدام مقياس الأعراض الاكتئابية، مقياس العزلة الاجتماعية، مقياس اللامبالاة.

وقصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الكمبيوتر والإنترنت وبين مشكلة الأعراض الاكتئابية ومشكلة اللامبالاة لديهم. وعدم وجود علاقة ارتباطية دالة بين الإفراط في استخدام الكمبيوتر والإنترنت وبين مشكلة العزلة الاجتماعية لدى المراهقين.

وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مشكلة العزلة الاجتماعية (سلطان عائض مفرح العصيمي، 2010: 80، 81، 84، 85، 89).

دراسة جلال ومحمد (2005): بعنوان تأثير الاستخدام المفرط للإنترنت على بعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير الاستخدام المفرط للإنترنت على بعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة، حيث أجريت على عينة قوامها 199 طالبا من طلاب جامعة المنيا. وللإجابة على تساؤلات الدراسة أعد الباحث أداة لقياس الاستخدام المفرط للإنترنت، بالإضافة إلى تطبيق مقاييس للشخصية كمقياس آيزنك للإنبساطية. وأظهرت الدراسة وجود فروق دالة بين مفرطي ومنخفضي الاستخدام على سمات الشخصية الإيجابية وهي الإنبساطية والعدوانية وتأكيد الذات والبحث الحسي، وعلى سمات الشخصية السلبية وهي توهم المرض والقلق، كما بينت النتائج وجود بروفيل مميز لمفرطي استخدام الإنترنت (عبد الله بن أحمد بن علي آل عيسى الغامدي، 2009: 81، 82).

3-دراسة ربيع (2003): هدفت هذه الدراسة إلى محاولة معرفة ما إذا كان الاستخدام المفرط لشبكة المعلومات يؤدي إلى إدمان المستخدم لها. وقد استخدمت الباحثة أداتين هما استمارة دوافع استخدام شبكة المعلومات ومقياس إدمان شبكة المعلومات الدولية من إعداد الباحثة، وبلغت عينة الدراسة 150 مستخدما للشبكة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط شدة الدوافع نحو الشبكة وعدد ساعات الاستخدام اليومي لها بين مجموعة المدمنين وغير المدمنين للشبكة لصالح مجموعة المدمنين ووجود فروق دالة في إدمان الشبكة بين الذكور والإناث لصالح الذكور. (محمد محمد عبد الهادي وآخرون، ب س: 17، 18).

الدراسات الأجنبية:

1-دراسة بارك (2009, park) : هدفت هذه الدراسة إلى تقصي العلاقات بين استخدام الانترنت والأعراض الاكتئابية لدى المراهقين في كوريا الجنوبية، وتكونت العينة من (3449) من مجتمع الصف الثاني المتوسط من مدارس كوريا الجنوبية، وتم استخدام الانحدار اللوجستي متعدد التباين، وقد وجدت الدراسة أن الزيادة في استخدام الانترنت ارتبط إيجابيا بزيادة المخاطر من أعراض الاكتئاب.

2- دراسة سهيل وبارجيز (2006, suhail & bargees): سعت هذه الدراسة إلى تفحص التأثيرات الإيجابية والسلبية للاستخدام المفرط للانترنت على طلاب المرحلة الجامعية، وقد تم بناء مقياس آثار الانترنت لتحديد هذه الآثار، وتكونت العينة من 200 طالبا بجامعة GC بباكستان.

وقد أظهرت مجموعة الارتباطات أن هناك ارتباطات موجبة بين الوقت المنقضي على الانترنت وبعض الأبعاد المتنوعة على مقياس آثار الأنترنت التي تشير إلى أن الاستخدام المفرط للانترنت يقود إلى مشكلات تربوية وجسدية، ونفسية منطقية بين الشخصية. وقد قرر عدد كبير من الطلاب إلى أن هناك آثار إيجابية للانترنت تفوق الآثار السلبية (سلطان عائض مفرح العصيمي، 2010: 80، 81، 89).

3- دراسة وانغ وآخرون (2003, whang et al): والتي هدفت إلى فحص الخصائص النفسية لمفرطي استخدام الانترنت في كوريا. ولقد تم مقابلة مستخدمي الانترنت لمعرفة الخصائص النفسية التي ترتبط بالإفراط في استخدام الانترنت من خلال مستوى استخدامه، ولقد تم استخدام مقياس كمبرلي يونغ المعدل لإدمان الانترنت. وقد بلغت عينة الدراسة "13588".

وتوصلت هذه الدراسة إلى أن هناك إلى أن هناك علاقة قوية بين إدمان الانترنت والخلل الوظيفي في العلاقات الاجتماعية. كما قد حاول العديد من مدمني الإنترنت الهروب من الواقع، وأنه عندما كان مدمني الإنترنت يشعرون بالقلق أو الاكتئاب يكونوا أكثر رغبة في الدخول على الإنترنت وأنهم أعلى درجة في الوحدة النفسية والمزاج الاكتئابي والاندفاعية (نايف سالم طراونة، لمياء سليمان الفنيخ، 2012: 279)

التعقيب على الدراسات السابقة:

لقد تطرقت الدراسات السالفة الذكر إلى إفراط استخدام الانترنت من عدة جوانب فهناك

من تطرق إليها بهدف دراسة علاقتها بالأعراض الاكتئابية وبعض المشكلات النفسية لدى المراهقين كدراسة بارك (park,2005)، ودراسة الدندراوي (2005)، وهناك من سعى إلى فحص التأثيرات الإيجابية والسلبية لهذا الاستخدام كدراسة سهيل وبارجيز (souhail & bargees, 2006) أما دراسة وانغ (whang, 2003) فقد هدفت إلى فحص الخصائص النفسية، في حين نجد دراسة جلال ومحمد التي اهتمت بالتعرف على تأثير ذلك الاستخدام المفرط للإنترنت على بعض متغيرات الشخصية، أما دراسة ربيع (2003) فقد اهتمت بما إذا كان ذلك الاستخدام المفرط يؤدي إلى الإدمان على الإنترنت.

فعلى الرغم من اختلاف الأهداف بين هذه الدراسات إلا أن أغلبها ركزت على الجانب النفسي لمفرطي استخدام الإنترنت وهذا ما ساعد الباحثة على اختيار موضوع الدراسة الحالية ألا وهو مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت، كما أن الإطلاع على الدراسات السابقة أفاد الباحثة على التعرف على التراث النظري للدراسات المشابهة وهذا ما سهل في اختيار المنهج وهو المنهج الوصفي كدراسة سهيل وبارجيز، دراسة وانغ، دراسة الدندراوي، دراسة جلال ومحمد ودراسة ربيع.

كما اتفقت هذه الدراسة مع بعض الدراسات الأخرى من حيث اختيار العينة والمتمثلة في المراهقين كدراسة بارك ودراسة الدندراوي، ومن حيث الأدوات كدراسة وانغ التي اعتمدت على مقياس إدمان الإنترنت لكامبرلي يونغ. لكنها اختلفت معها من حيث خصائص العينة والأدوات المستخدمة من دراسة إلى أخرى.

التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

التوافق النفسي:

هو توازن ثابت وعلاقات منسجمة بين الكائن الحي والبيئة التي يعيش فيها، تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجاته وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية، ورضا الفرد عن مظهره الخارجي وتمتعه بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والإنفعالية. حيث يمثل الدرجة الكلية التي يحصل عليها المراهق من خلال تطبيق مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير (2003) والذي يقيس كلا من التوافق الشخصي، التوافق الأسري والتوافق الاجتماعي.

المراهق المفرط في استخدام الانترنت:

هو المراهق الذي يتراوح عمره بين 15 - 21 سنة من كلى الجنسين، ويرتبط بشبكة الإنترنت بشكل مفرط قصد إشباع حاجة نفسية داخلية. لذلك فهو يمثل في الدراسة الحالية الدرجة التي يتحصل عليها المراهق في إفراط استخدام الانترنت من خلال مقياس الإدمان على الانترنت لكامبرلي يونغ.

الإطار النظري

الفصل الثاني: التوافق النفسي

• تمهيد

- 1- تعريف التوافق النفسي
- 2- النظريات المفسرة للتوافق النفسي
- 3- أبعاد التوافق النفسي
- 4- مؤشرات التوافق النفسي
- 5- ميكانيزمات التوافق النفسي
- 6- عوائق التوافق النفسي

• خلاصة

تمهيد:

يعتبر التوافق النفسي جانب مهم في جوانب الصحة النفسية باعتباره يمثل قدرة الفرد على الأساليب السوية والاستجابات الناجحة التي تمكنه من إشباع دوافعه وتحقيق أهدافه، حتى يصل إلى خفض التوترات النفسية التي ترافق الحاجات قبل إشباعها. لذلك ففي هذا الفصل سنتطرق إلى: تعريف التوافق النفسي، نظرياته، أبعاده، مؤشرات، ميكانيزماته، وعوائق التوافق النفسي.

1- تعريف التوافق النفسي:

1-1 لغة: ورد في لسان العرب لابن منظور أن: وفق الشيء ما لائمه، وقد وافقه موافقة ووفقا واتفق معه وتوافق (مومن بكوش الجموعي، 2013: 76)

1-2 حسب عدد من العلماء:

يعرفه آيزنك eyzenk بأنه الحالة التي تتناول حاجات الفرد ومطالبه بالنسبة للبيئة التي تحقق له الإشباع الكامل.

لندكرين lindgren وآخرون: تلك العملية التي يقوم الشخص من خلالها بتعديل البيئة المحيطة به.

جابلين ghaplin: علاقة انسجام الشخص مع البيئة المادية والاجتماعية (صالح حسن الداھري، 2008: 15).

ويرى وولمان wolman أن التوافق علاقة متناغمة مع البيئة تتضمن قدرة الفرد على إشباع الحاجات والإجابة على المتطلبات مما يمكن الفرد من إقامة علاقة متناغمة مع البيئة (ناصر الدين زبدي، نصيرة لمين: 2012، 124).

كما يرى جمال أبو دلو بأن التوافق يجب أن تكون الوظائف الجسمية متعاونة تعاوننا تماما لصالح الجسم كله (جمال أبو دلو، 2008، ص34).

إن مفهوم التكيف هو مفهوم بيولوجي، كان حجر الزاوية في نظرية داروين عن الانتخاب الطبيعي وبقاء الأصلح سنة 1859 وقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجي للتكيف والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح تلاؤم مصطلح تلاؤم أو توافق (محمد قاسم عبد الله، 2001: 37).

2- النظريات المفسرة للتوافق:**2-1- النظرية البيولوجية الطبيعية:**

حيث يرى روادها بأن جميع أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها أو اكتسابها خلال الحياة عن طريق الاصابات والجروح والعدوى أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد، وترجع اللبنة الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من داروين مندل وجالتون كالمان (محمد جاسم العبيدي، 2009: 24).

2-2- نظرية التحليل النفسي:

يرى فرويد أن الشخص المتوافق هو من تعمل أجهزته الثلاث بانسجام وأن تكون الانا قوية (صالح حسن أحمد الداهري، وهيب مجيد الكبيسي، 1999: 204). كما يعتقد أن عملية التوافق الشخصي غالباً ما تكون لا شعورية أي أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم أن العصاب والذهان ماهي إلا عبارة عن شكل من أشكال سوء التوافق ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث مسميات هي قوة الأنا، القدرة على التحمل، القدرة على الحب.

أما يونغ فيرى أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف، كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة.

حيث اعتقد أدلر أن الطبيعة الانسانية تعد أساساً أنانيو وخلال عمليات التربية فإن بعض الافراد ينمون ولديهم اهتمام اجتماعي قوي ينتج عنه رؤية الآخرين مستجابين لرغباتهم ومسيطرين على الدافع الأساسي للمناقشة دون مبرر ضد الآخرين طالبا للسلطة أو للسيطرة. (محمد جاسم العبيدي، 2009: 24، 25)

كما أن إريكسون يرى بأن الشخص المتوافق لابد أن يتسم بالثقة، الاحساس الواضح بالهوية أو القدرة على الألفة والحب، الشعور بالاستقلالية، التوجه نحو الهدف والتنافس والقدرة على ملائمة الظروف المتغيرة دليل النضج وسهولة التوافق (بلحاج فروجة، 2011: 115).

2-3 النظرية السلوكية:

طبقاً للسلوكية فإن أنماط التوافق وسوء التوافق يعد مكتسب، وذلك من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد، والسلوك التوافقي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية

الاستجابة بتحديات الحياة والتي تقابل سوف بالتعزيز أو التدعيم (محمد جاسم العبيدي، 2009: 25).

أي أن التوافق يتمثل في استجابات مكتسبة من خلال الخبرة التي يتعرض لها الفرد والتي تؤهله للحصول على توقعات منطقية على الإثابة، فتكرار إثابة سلوك ما من شأنه أن يتحول الى عادة، وعملية التوافق الشخصي لدى واطسون وسكينر لا يمكن أن تنمو عن طريق ما يبذله الجهد الشعوري للفرد ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات أو إثابات البيئة (بلحاج فروجة، 2011: 116).

فالمجتمع هو الذي يصنع الفرد ويشكله كما يشاء لأن الفرد صفحة بيضاء، والمجتمع يشكله من خلال التنشئة الاجتماعية في البيت والمدرسة وينمي فيه الحاجات والأهداف التي تتفق مع تقاليده وقيمه ويعلمه العادات المقبولة في إشباعها ويكسبه السلوك المناسب اجتماعيا للتعبير عن النفس.

وعلى هذا فالشخص المتمتع بصحة نفسية هو الذي اكتسب السلوكيات المقبولة اجتماعيا التي تمكنه من التوافق مع نفسه ومع المجتمع توافقا يشبع حاجاته ويرضي المجتمع، أما الشخص واهن النفسية فهو الذي فشل في اكتساب هذه السلوكيات أو اكتسب سلوكيات غير مقبولة اجتماعيا تثير سخط المجتمع عليه، أو تعلم سلوكيات متناقضة في الموقف الواحد، فيقع في دوامة الصراع النفسي (هروان أبو حويج، عصام الصفدي، 2009: 49).

2-3- نظرية علم النفس الانسان:

يتمثل مدخل علم النفس الانسان في مساعدة الافراد على التوافق وذلك عن طريق تقبل الآخرين لهم وشعورهم بأنهم أفراد لهم قيمتهم ومنها البدء في البحث عن ذاتهم والتداول مع أفكار ومشاعر كانت مدفونة محاولين الحصول على القبول مع الآخرين وبالتالي تحقيق التوافق السليم. (بلحاج فروجة، 2011: 116)

حيث يشير كارل روجرز إلى أن الافراد الذين يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم غير المنسقة مع مفهومهم عن ذاتهم. كما أكد ماسلو على أهمية تحقيق الذات في تحقيق التوافق السوي الجيد. أي أن الشخص المتوافق هو الذي يستطيع إشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية حسب أولوياتها.

وأكد ببرز على أهمية التنظيم أو التوجيه دون الخوف من المستقبل لأن هذا سيفقد الأفراد شعورهم الفعلي بالرضا. (محمد جاسم العبيدي، 2009: 25)

2-4- النظرية الاجتماعية:

يقوم هذا الاتجاه أساساً على أن التوافق هو عملية اجتماعية تقوم على مسايرة الفرد بمعايير المجتمع ولمواصفاته الثقافية، وذلك من خلال قدرته على القيام باستجابات متنوعة تلائم المواقف المختلفة وتشبع رغباته وحاجاته، وهذا يعني أن التوافق من وجهة نظر أصحاب هذا الاتجاه يعكس أسلوب الفرد في مواجهة ظروف الحياة وحل مشاكله. فقد عرف جوردن التوافق بأنه محاولات الفرد لتحقيق نوع من العلاقات الثابتة والمرضية مع بيئته.

وترى ليزلي فيليبس أن التوافق يوضح اتجاهين كاملين من المسؤولية تجاه البيئة الإنسانية.

الأول هي أن يقبل الفرد ويستجيب بفعالية تجاه التوقعات الاجتماعية التي تواجهه تبعاً لسنه وحبه، وهنا فإن التوافق يوضح مدى استعداد الفرد لمجابهة التوقعات الاجتماعية من أجل السلوك التوافقي.

الثاني هو أن التوافق يعني أكثر من مفهوم بسيط للنماذج الاجتماعية أو بمعنى آخر يعني أن الفرد يستغل كل الفرص التي تسنح له ليحقق هدفاً ذاتياً ثابتاً.

كما يرى كل من فاي وريشلي أن نظام التوافق يتحدد بدرجة الفاعلية التي يقابل بها الفرد مستويات الاستقلال الشخصي والمسؤولية الاجتماعية في عمره وجماعته الثقافية (حسين أحمد حشمت، مصطفى حسين باهي، 2006: 43، 44، 45).

3- أبعاد التوافق:

3-1 التوافق النفسي (الذاتي): ويشتمل هذا البعد على السعادة مع الذات والثقة بها والرضا عنها والشعور بقيمتها أو إشباع الحاجات والتمتع بالأمن الشخصي كما يتمثل في اعتماد الفرد على نفسه وإحساسه بقيمته وشعوره بالحرية في توجيه السلوك دون سيطرة الغير، والشعور بالانتماء والسعي إلى تحقيق الأهداف ويشمل توافق وجداني وعقلي وتوافق ترفيهي وتوافق فيزيقي (أديب محمد الخالدي، 2009: 101).

3-2 التوافق الاجتماعي: يتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط والغير الاجتماعي والأساليب الثقافية السائدة

في المجتمع والتفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الناجحة مع الآخرين وتقبل نقدهم وسهولة الإختلاط معهم والسلوك العادي مع أفراد الجنس الآخر والمشاركة في النشاط الاجتماعي مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الإجتماعية. (بطرس حافظ بطرس، 2008: 113)

3-3 التوافق الانفعالي: ويتمثل في الذكاء الانفعالي والهدوء والإستقرار والثبات والضبط الانفعالي المناسب لمثيرات الانفعال والتماسك في مواجهة الصدمات الانفعالية وحل المشكلات الانفعالية (إجلال محمد سرى، 2000: 37).

3-3 التوافق المهني: هو قدرة الفرد على التكيف السليم لظروف عمله حيث يختار المهنة التي تتناسب مع قدراته واستعداداته وأن يتدرب عليها بحيث يتسنى له أن ينتج فيها خير إنتاج (محمد شحاتة ربيع، 2005: 73).

3-5 التوافق الأسري: يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الاسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين والأبناء وسلامة العلاقة بين الأبناء حيث تسود المحبة والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع. ويمتد التوافق الأسري كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية (عبد الحميد محمد شانلي، 2001: 63).

3-6 التوافق الصحي (الجسمي): وهو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه وخلوه من المشاكل العضوية المختلفة، وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدرته وإمكاناته وتمتعه بحواس سليمة وميله إلى النشاط والحيوية. (موراد مرداسي وآخرون، 2008: 125)

4- مؤشرات التوافق النفسي:

4-1 الراحة النفسية: ويقصد بها أن الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاهما نفسه ويقرها المجتمع.

4-1- الكفاية في العمل: تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح به قدراته ومهاراته من أهم دلائل الصحة النفسية، إن الفرد الذي يزاول مهنة أو عملا فنيا تتاح له الفرصة باستغلال كل قدراته وتحقيق أهدافه الحيوية، كل ذلك يحقق له الرضا والسعادة النفسية.

2-4 مدى استمتاع الفرد بعلاقات اجتماعية: إن بعض الأفراد أقدر من غيرهم على إنشاء علاقات اجتماعية وعلى الاحتفاظ بالصدقات والروابط المتينة في المجموعات

التي يتصلون بها، وتعتبر هذه العلاقات سندا وجدانيا هاما، ومقوما أساسيا من مقومات الصحة النفسية.

3-4 الأعراض الجسمية: في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق هو ما يظهر في شكل أعراض جسمية مرضية، فالإضطراب السيكوسوماتي يؤكد لنا كثير من الاضطرابات الفسيولوجية تكون ناتجة أساسا من الاضطراب في الوظائف النفسية.

4-4 الشعور بالسعادة: أن الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة، شخصية خالية من الصراع أو المشاكل العديدة.

5-4 القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية: أن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته وأن يكون قادرا على إشباع بعض حاجاته فهو لديه قدرة على ضبط ذاته وإدراك عواقب الأمور.

6-4 ثبات اتجاهات الفرد: إن ثبات اتجاهات الفرد يتم عن تكامل في الشخصية ويتم كذلك عن الاستقرار الانفعالي إلى حد كبير.

7-4 اتخاذ أهداف واقعية: إن الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه أهدافا ومستويات للطموح، ويسعى للوصول إليها حتى لو كانت تبدو له في غالب الأحيان بعيدة المنال، فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال بل يعني بذل الجهد والعمل المستمر في سبيل تحقيق الأهداف.

8-4 تنوع نشاط الفرد: إن الاستمتاع بالحياة واتساع مجال التجاوب معها يتطلب العناية بعدة أنواع من المهارات والمعارف، وهذا يقتضي الحرص على النمو المتكامل المتوازن الذي يهتم بكافة الجوانب (حسين أحمد حشمت، مصطفى حسين باهي، 2006: 62، 63).

5- ميكانيزمات التوافق النفسي:

العدوان: وهناك عدوان مباشر أو العدوان المرتد للذات وهو أن يحاول المراهق الاعتداء على مصدر الإحباط مباشرة، وأن يرتد بعدوانه على نفسه. وهناك العدوان المزاح وهو أن يلجأ الفرد إلى إيقاع العدوان على شخص أو شيء ليس هو مصدر الإحباط.

1-5 التعويض: حيلة دفاعية يعمد فيها الفرد إلى إخفاء النقص أو التغلب عليه وكثيرا ما يكون التعويض سترا للنقص لا التماسا للقوة.

2-5 التقمص: يلجأ إليه الفرد بغرض إخفاء التوتر النفسي وإشباع الدوافع المحببة عن طريق اندماج الفرد لاشعوريا في شخصية آخر نجح في تحقيق أهدافه أو ليتحلى

ببعض صفات ذلك الفرد (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001: 97، 98).

3-5-3 التبرير:

يصدّ عب على الفرد والمراهق بالذات أن يعترف بفشله، لذلك يحاول أن يبرر هذا الفشل بأسباب غير حقيقية.

4-5-4 الإسقاط: وهي أن يلجأ الفرد إلى إسقاط ما في نفسه على الآخرين، فينسب ما يقع فيه من أخطاء إلى الآخرين. (عباس محمود عوض، 1999: 147)

5-5-5 التكوين العكسي: يلجأ إليه الفرد ليتوافق مع الظروف والمواقف المتغيرة المختلفة وذلك بعمل سلوك مغاير أو اتجاه مناقض و استجابة مضادة، والغرض من ذلك محاولة الفرد إخفاء دوافع أو أفكار لا شعورية محظورة وغير مقبولة. (سامية لطفي الأنصاري، أحلام حسن محمود، 2007: 34)

6-5-6 التمركز حول الذات: فالمراهق الذي يشعر بالأمن يحاول دائما جعل من نفسه مركزا للإنتباه فيأخذ في معارضة كل رأي، أو أن يتحدث بصوت مرتفع.

7-5-7 الإنسحاب: كثيرا ما يلجأ المراهق الفاشل في دراسته إلى أحلام اليقظة، وفيها يتصور أنه قد نجح وحصل على أعلى تقدير، أو إلى المرض ليخفف مما يعانيه من إحباط وتوتر وقلق (عباس محمود عوض، 1999: 147، 148).

6- عوائق التوافق النفسي:

1-6-1 العوائق الجسمية:

يقصد بها بعض العاهات والتشوهات الجسمية ونقص الحواس التي تحول بين الفرد وأهدافه.

2-6-2 العوائق النفسية:

ويقصد بها نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات النفس . حركية، أو أي خلل في نمو الشخصية التي قد تعوق الشخث عن تحقيق أهدافه.

3-6-3 العوائق الإقتصادية: يعتبر عدم توفر الإمكانيات المادية عائقا يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط.

4-6-4 العوائق الإجتماعية: ويقصد بها القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليد وقوانينه وقيمه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات التي قد تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه

فتخلق لديه نوع من الصراع النفسي بين هذه الضوابط وبين رغباته ودوافعه. (مومن بكوش الجموعي، 2013: 102)

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل من جوانب مختلفة للتوافق النفسي يبقى هذا الأخير من أبرز مظاهر الصحة النفسية كونه يحقق التوازن بين الفرد والعالم الخارجي أو البيئة.

الفصل الثالث : استخدام الإنترنت ومستوياته لدى المراهق

• تمهيد

1- المراهقة

1-1- تعريف المراهقة

1-2- خصائص ومراحل المراهقة

1-3- مشكلات المراهقين

2- استخدام الإنترنت ومستوياته

2-1- تعريف الإنترنت واستخداماته

2-2- مخاطر الإنترنت

2-3- مستويات استخدام الإنترنت

3- المراهق والإنترنت

• خلاصة

تمهيد:

إن مع ظهور وسائل الإتصال الحديثة خاصة الأنترنت وبكل ما فيها من مغريات تجعل من المراهق الإنجذاب إليها بطريقة أو بأخرى، وبما أن هذه المرحلة تطراً عليها الكثير من التغيرات الفيزيولوجية والنفسية وبما تحويه من خصوصية لذلك سنحاول في هذا الفصل أن نتطرق إلى جانبين:

الجانب الأول: والمتمثل في المراهقة ومراحلها وخصائصها ومشكلاتها المختلفة
الجانب الثاني: فهو الأنترنت واستخداماتها ومستويات هذا الإستخدام.

1- المراهقة:**1-1 تعريف المراهقة:**

1-1-1 لغة: المراهقة **Adolescence** كلمة لاتينية الأصل مشتقة من الفعل **Adolescere** والذي يعني النمو نحو الرشد. (رغدة شريم، 2009: 21)
ترجع كلمة المراهقة إلى الفعل "راهق" الذي يعني الاقتراب من الشيء. فراهق الغلام فهو مراهق أي قارب الاحتلام، ورهقت الشيء رهقا أي قربت منه، والمعنى هنا يشير إلى الاقتراب من النضج والرشد (صالح محمد علي أبو جادو، 2004: 403).

1-1-2 تعريف المراهقة حسب عدد من العلماء:

يرى **دوبيس Debesse** أن المراهقة تعتبر عادة مجموعة من التحولات الجسمية والنفسية التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد
أما **كستمبرغ Kestenberg** فيرى بأن المراهقة مرحلة إعادة التنظيم النفسي مهبتها الجنسية الطفلية على المدى الطويل ومختلف الاستثمارات المعقدة التي حدثت بين الطفولة وكذلك في مرحلة الكمون.

أما **لوهال Lehalle** فيرى أن المراهقة هي البحث عن الاستقلالية الاقتصادية والاندماج بالمجتمع الذي لا تتوسطه العائلة، وبهذا تظهر المراهقة كمرحلة انتقالية حاسمة تسعى إلى تحقيق الاستقلالية النفسية والتحرر من التبعية الطفلية، الأمر الذي يؤدي إلى تغيرات على المستوى الشخصي ولاسيما في علاقات الجدلية بين الأنا والآخرين (نادية شرادي، 2006: 235، 236، 239).

يعتبر "ستانلي هول Stanley.hall" أن المراهقة مرحلة صراع تتماثل مع المراحل البدائية لحياة الإنسان حيث يؤكد أنها مهما يكن السياق الثقافي والاجتماعي فالمراهقة مرحلة أزمة وعدم توازن وأن الفرق الكائن من مراهق إلى آخر ومن ثقافة إلى أخرى هو الحدة أو شدة الأزمة وفي الأشكال التي تتخذها والحلول التي تعطي لها. (Rivillier.J,1992: 18)

1-2-2 خصائص و مراحل المراهقة:

1-2-1-1 خصائص مرحلة المراهقة:

- فترة تغيرات شاملة وسريعة في نواحي النفس والجسد والعقل والروح.
- فترة انتقال من الطفولة إلى الرشد وهو ما يعني أن القلق والإضطراب ليسا حتميين.
- تعتمد على المجتمع فهي قد تطول وتقصر وذلك حسب حضارة المجتمع وطبيعة الأدوار الملقاة على عاتق الفرد، فالمراهق ابن بيئته.
- النمو الجنسي عند المراهق لا يؤدي بالضرورة إلى أزمات وإن حدثت بعض هذه الأزمات فالمطلوب منا علاجها والتعامل معها بوعي كمظهر من مظاهر عجزه عن التكيف الأمر الذي ينتج عنه توتر واضطراب في السلوك نتيجة لعوامل إحباطية قد يتعرض لها في الأسرة أو في المدرسة أو المجتمع، وعوامل الكبت والإحباط هي التي تدعو المراهق إلى العناد والسلبية وعدم الاستقرار ومن ثم اللجوء لبيانات أخرى (سعيد رشيد الأعظمي، 2007: 59).

- يفكر في المجردات ويتابع الافتراضات المنطقية، ويعلل بناء على فرضيات.
- يصبح مهتما بالأمر الفرضية والمستقبلية والمشكلات الأيديولوجية.
- تقود الموضوعية المتزايدة وعملية التنشئة الاجتماعية إلى الانتقال من مركزية الذات إلى التفكير في العلاقات الاجتماعية المتبادلة. (بدر إبراهيم الشيباني، 2000: 209).

1-2-2-2 مراحل المراهقة:

لقد قسمها العلماء إلى 3 مراحل وهي مرحلة المراهقة الأولى (11-14 سنة) وتتميز بتغيرات بيولوجية سريعة، ثم المرحلة الوسطى (14-18 سنة) وهي مرحلة اكتمال التغيرات البيولوجية، و المرحلة المتأخرة (18-21 سنة) حيث يصبح الشاب أو الفتاة شخصا راشدا بالمظهر و التصرفات. (دهيمي زينب، ب س: 4)

المرحلة الأولى: حيث يبدأ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ وكل ما يصاحبه من تغيرات

بيولوجية عند الفرد (خليل ميخائيل معوض، 2000: 353) وبصفة عامة فان مرحلة المراهقة الأولى تعتبر فترة تقلبات عنيفة وحادة مصحوبة بتغيرات في مظاهر الجسم ووظائفه مما يؤدي إلى الشعور بعدم التوازن. (رمضان محمد القذافي، 2000: 353)

المرحلة المتوسطة: هي مرحلة تأكيد الشخصية بعد تقبل التغيرات التي طرأت عليها، حيث تقل مراقبة ما يجري بالداخل من تغيرات، ليجعل محلها الانفتاح على عالم الكبار، وفيها تحدث آخر التغيرات الفيزيولوجية ليأخذ الجسم طابعه النهائي (عبدالغني الديدي، 1995: 21، 22).

المرحلة المتأخرة: في هذه المرحلة تتبلور مشكلته في تجديد موقفه من عالم الكبار وتتحدد اتجاهاته إزاء الشؤون السياسية والاجتماعية وإزاء العمل الذي يسعى إليه. (خليل ميخائيل معوض، 2000: 331)

كما يحاول فيها المراهق لم شتاته وينضم نفسه، ويسعى إلى توحيد أجزائه ومكونات شخصيته

وفي هذه المرحلة يشعر المراهق بالاستقلال وبوضوح الهوية وبالالتزام حيث تصبح الأهداف واضحة لديه والقرارات مستقلة. (رمضان محمد القذافي، 2000، ص358).

3-1 مشكلات المراهقين:

1-3-1 مشكلات نفسية: وتتمثل في الحساسية والصراعات النفسية، وضعف التوافق النفسي وحدة الإنفعالات والعواطف الجياشة والقلق والخوف والخجل والإنطواء، وسرعة التأثر والأحلام المزعجة والنسيان والغيرة والكآبة.

2-3-1 مشكلات صحية: وتتمثل في قلة النوم والصراع وفقدان الشهية واضطرابات في المعدة، وظهور حب الشباب.

3-3-1 مشكلات مدرسية: كصعوبة بعض المواد الدراسية، وتوتر العلاقات مع بعض المدرسين، وضعف تركيز الإنتباه، والخوف من الرسوب.

4-3-1 مشكلات أسرية: وتتمثل في تفضيل الوالدين أحد الإخوة، ووفاة أحد الوالدين، والتدخل في أمور المراهق ومحاسبته.

1-3-5 مشكلات اجتماعية: وتتمثل في كثرة أوقات الفراغ، والثورة على الآخرين لأتفه الأسباب، واختيار الأصدقاء، والعلاقات مع الجنس الآخر، والتعرض إلى الضغوط الإجتماعية. (صالح حسن الداھري، وهيب مجيد الكبيسي، 1999: 214، 215)

1-3-6 مشكلات تتعلق بالمعايير الأخلاقية: الشك بالمعايير الإجتماعية والرغبة في اختبارها، والخلط بين القيم. (صالح الدين شروخ، 2008: 52)

2- استخدام الإنترنت و مستوياته:

1-2 تعريف الإنترنت واستخداماته:

1-1-2 تعريف الإنترنت:

تعرف الانترنت بأنها توصيلات تعاونية لعدد من شبكات الحاسبات الآلية، وهي مكونة من كلمتين هما inter connection وكلمة not work وهذا يعني أن مئات الشبكات المربوطة مع بعضها مكونة من حواسيب آلية مختلفة تم توصيلها ببعضها البعض بطريقة بسيطة وسهلة بحيث تبدو وكأنها قطعة واحدة أو نظام واحد.

وشبكة الأنترنت أو كما يطلق عليها الشبكة العالمية الإلكترونية أو شبكة الشبكات أو الشبكة العنكبوتية تقدم للفرد والمجتمع كل ما تقدمه وسائل المعرفة السابقة، والمعلومات التي قد تمنعها السلطة والتمثلة في الدولة أو الدين أو العلم أو الرقيب المتمثل في المدرسة أو المعلم أو الوالدين، وتقدم لنا معلومات لم تكن لتصلنا بسبب عوامل جغرافية أو سياسية أو اجتماعية (عبد الفتاح بيومي حجازي، 2004: 19).

ومن الخصائص التكنولوجية للأنترنت التي أسهمت إلى حد كبير في نموها الهائل هي:
- يمكن بسهولة نقل كميات كبيرة من المعلومات بتكلفة أقل بكثير من نقلها عن طريق الخدمات التقليدية.

- تلاقي جميع أنواع الخدمات على الهيكل التشغيلي ذاته.

- تضمنها وسائط متعددة، حيث أن الحزم المنطقية يمكن أن تحمل أي نوع من المعلومات (نصوص بيانات، صورا وأصواتا).

- مقاومة تعطل عناصر الشبكة.

- الاستخدام الأمثل لوسائط الإرسال. (رأفت نبيل علوة، 2007: 104)

2-1-2 إستخدامات الإنترنت:

تقدم شبكة الانترنت خدمات جليلة لكل المستخدمين يمكن إجمالها في الآتي:

- محركات وأدلة البحث.
- الشبكة العنكبوتية العالمية (word wide web)
- البريد الإلكتروني مع كل أنحاء العالم.
- مواقع الوسائط الإجتماعية. (social media)
- الإجتماعات والمؤتمرات (conference & net meeting) (كامل خورشيد مراد، 2011: 208).
- الحصول على الرسائل العلمية والكتب والمعلومات الخاصة بالعلوم وملخصاتها التي قد لا تتوفر في المكتبات العامة.
- متابعة تطورات الأحداث العالمية فور وقوعها وبتفاصيل أوفى وأفضل من تلك التي تبث عبر الإذاعة والتلفزيون والصحف.
- مشاهدة الأفلام والأحداث الرياضية والعلمية والثقافية.
- قراءة الصحف اليومية والمجلات الأسبوعية .
- التعاقد على شراء السلع بصورة فورية عبر الشبكة والتجارة الإلكترونية.
- متابعة أسواق الأموال والأسهم والسندات.
- إنشاء نوادي صحافة من خلال الشبكة.
- الرد على المعلومات الخاطئة التي وجدت طريقها إلى الشبكة.
- الإستفادة من بعض التصميمات الهندسية في العمارة والصناعة.
- منتديات الحوار والدرشة. (عبد الفتاح بيومي حجازي، 2004: 20، 22)
- تصحيح الكثير من المفاهيم الخاطئة عن الدول والمجتمعات والأديان و العادات والتقاليد.
- نشر التراث والآداب والفنون والآثار.
- الدعاية التجارية والسياحية وللمنتجات الوطنية.
- نقل التكنولوجيا من دولة إلى أخرى.

- إتباع سياسة التعليم عن بعد. (علي محمد شمو، 2004: 242).

2-2 مخاطر الإنترنت:

- المواقع اللأخلاقية التي تكثر وتتكاثر في الانترنت ويتم نشرها بأساليب عديدة في محاولة لاجتذاب المراهقين إلى سلوكيات منحرفة ومنافية للأخلاق.

- المخاطر المتعلقة بالعلاقات الإنسانية كالعلاقات غير الشرعية.

- المخاطر المتعلقة بزعزعة عقيدة المسلمين.

- الدعوة أو المساعدة على الانتحار من خلال بعض المواقع وغرف الدردشة لتسهيل عملية قتل النفس من قبل جماعات تدعو لممارسة طقوس معينة لفنون السحر. (شريف درويش اللبان، 2005: 123، 126)

- التعرض لعمليات احتيال ونصب وتهديد وابتزاز.

- الدعوة لأفكار غريبة مناقضة لديننا ولقيمنا، التي تعرض بأساليب تبهر المراهقين وانتشار المواقع التي تهدم أخلاقيات المسلمين كالمواقع التي تدعو إلى الزنا والشذوذ الجنسي والمخدرات والقمار وغيرها .

- مشكلة إدمان الانترنت والأمراض النفسية التي تنجم عن سوء استخدام الانترنت.

- استخدام الأسماء المستعارة وتقمص شخصيات غير شخصياتهم في غرف الدردشة وما يتبعه ذلك من اعتياد ارتكاب الأخطاء والحماقات واستخدام الألفاظ الغير اللائقة (أحمد أحمد بكر قطنية، 2011: 30، 31).

- تعرض خصوصية المعلومات التي في الأجهزة للإختراق من قبل المخترقين المحترفين وبرامج التجسس.

- تعرض أجهزة الحاسوب إلى التلف والخراب بتأثير الفيروسات التي تصل عبر الايميل والمواقع ولفات التحميل (شريف درويش اللبان، 2005: 119، 120).

- خطورة غرف الدردشة والمنكرات التي قد تحدث فيها من تبادل للصور والإلتقاء بعد المحادثة بين الجنسين (أحمد أحمد بكر قطنية، 2011: 32).

2-3 مستويات استخدام الإنترنت:

2-3-1 الاستخدام العادي للإنترنت: وهو أن استخدام الأنترنت يقع في المعدل الطبيعي

حيث يستطيع الفرد التحكم في حجم استخدامه لها.

2-3-2- الإستهءام المفرط للإنترنت: هو حالة نظرية من الاستءام المرضي لشبكة الإنترنت يؤدي إلى اضطرابات في السلوك.

وهي ظاهرة منتشرة جدا على مستوى العالم بسبب الانتشار الهائل لمقاهي الإنترنت. إن الإستهءام المفرط للإنترنت يعتبر إءمانا حسب الكثير من العلماء واختلفت التسميات وذلك لتداخل المفهومين من عدة جوانب وخاصة تحديد الأعراض فقد نجد مصطلح:

3 الإءمان على الإنترنت عند كامبرلي يونغ (Young, 1996)

4 الإءتماد على الإنترنت عند شيري (Scherer, 1997).

5 الإستهءام الباثولوجي للإنترنت عند موران - مارتن (Murahan- martin, 2000) وعند دافيس (Davis, 2001).

6 إشكالية استءام الإنترنت عند كابلون (Caplon, 2002).

7 وتعرفه ساره راكل (Sarah rackel) بأنه الاستءام المفرط للإنترنت الذي يتداخل مع الحياة اليومية.

وقد يعود ذلك للأعراض المتداخلة التي تظهر على كل من الاستءام للمفرط أو الإءمان. ولكن رغم ذلك تبقى مرحلة الإفراط مرحلة سابقة عن الإءمان ولو بصفة نسبية جد. **المعايير التشخيصية لإفراط استءام الإنترنت:**

لقد استءام لبورد و وولف (beard et wolf, 2001) مصطلح "إشكالية استءام

الإنترنت" واشترطا ظهور ستة لأعراض ممثلة فيما يلي:

1- ضرورة ظهور خمسة أعراض التالية:

1-1- الشعور بالقلق بسبب عدم اتصاله بالإنترنت.

1-2- الحاجة لقضاء وقت أطول في استءام الإنترنت بهدف الشعور بالرضا والإرتياح.

1-3- جهود متكررة لكنها غير ناجحة أو خفض أو وقف استءام الإنترنت.

1-4- الشعور بالأرق والقلق والتهيج عند محاولة خفض أو وقف استءام الإنترنت.

1-5- استءام الإنترنت أكثر من الوقت المتوقع.

2- ظهور عرض واحد أو أكثر من بين الأعراض التالية:

1-2- فقدان علاقة هامة، أو مهنة أو وظيفة أو دراسة بسبب استءامه للإنترنت.

2-2- إخفاء المدة الحقيقية من استخدام الإنترنت على الأسرة أو المعالج أو الأصدقاء..
 2-3- استخدام الإنترنت بهدف الهروب أو التخلص من المشاكل (مثل مشاعر العجز،
 والشعور بالذنب والقلق والإكتئاب).

أما من الناحية الفيزيولوجية نجد **لين روبرت (Lynne Roberts)** قد وضعت
 وصفا لبعض الإرتباطات الفيزيولوجية التي قد تكون مصاحبة للإفراط في استخدام الأنترنت"
 تتمثل فيما يلي:

- 3- زيادة النبض وضغط الدم نتيجة الإتصال بالأنترنت.
- 4- وجود تغير في حالة الوعي نتيجة طول مدة الإتصال (التركيز على الشاشة)
- 5- ظهور أحلام اليقظة.
- 6- عدم الإنتباه أو الإستجابة للمؤثرات الخارجية أثناء ارتباطه بالحياة الرقمية (غالبي
 عديلة، 2011: 60،61،62).

2-3-3 الإدمان على الانترنت:

الإدمان (الإعتماد): حالة نفسية وأحيانا تكون عضوية كذلك، تنتج عن التفاعل بين كائن
 حي ومادة نفسية وتتسم هذه الحالة بصدور استجابات أو سلوكيات تحتوي دائما على عنصر
 الرغبة القاهرة في أن يتعاطى الكائن مادة نفسية معينة على أساس مستمر أو دوري (أي من
 حين لآخر) وذلك لكي يتحاشى المتاعب المترتبة على افتقادها.

الإعتماد النفسي: موقف يوجد فيه شعور بالرضا مع دافع نفسي يتطلب التعاطي المستمر أو
 الدوري لمادة نفسية لاستثارة المتعة أو لتحاشي المتاعب (عفاف محمد عبد المنعم، 2007:
 34، 35).

كما هو شعور بالرضا عند استعمال المادة المسببة للإعتماد والرغبة الجامحة في تكرار
 استعمالها إما للحصول على هذا التأثير المرغوب أو إزالة شعور معين غير مرغوب فيه
 (سمير بقيون، 2007: 143).

الإدمان على الانترنت يعرف إدمان الانترنت بصعوبة الإبتعاد عن الانترنت لعدة أيام
 متتالية ومن ثم لهفة الجلوس عليه والشعور بالحاجة إلى التشبع منه. (أحمد عبد اللطيف أبو
 أسعد، 2009: 240)

كما يعرف بأنه حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي للإنترنت يؤدي إلى اضطرابات إكلينيكية يستدل عليها بوجود المظاهر التالية:

التحمل: أي الميل إلى زيادة ساعات استخدام الإنترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها من قبل ساعات أقل.

الانسحاب: أي المعاناة من أعراض نفسية وجسدية عند انقطاع الاتصال بالشبكة ومنها التوتر النفسي العصبي (حركات عصبية زائدة) والقلق وتركيز التفكير بشكل قهري حول الإنترنت وما يجري فيها، والرغبة في العودة في العودة إلى استخدام الإنترنت لتخفيف أو تجنب أعراض الانسحاب، إضافة إلى الميل إلى استخدام الإنترنت بمعدل أكثر تكراراً، أو لمدة زمنية أطول تتجاوز ما كان الفرد يخطط له أصلاً. (محمد النوبي محمد علي، 2010: 36، 37)

3 - المراهق والإنترنت:

إن سر اهتمام المراهقين بالإنترنت وميلهم إليها يعود إلى جملة من الخصائص المميزة للإنترنت حسب المختصين تتمتع بقوة جاذبية سمحت في التأثير على الخصائص النفسية والاجتماعية والتربوية وفي تكوين أنماط سلوكية للكثير من المراهقين. حيث يقول دون تاسكوت (D.Taskot) في كتابه الأخير " النشأة الرقمية" حول ظهور جيل الإنترنت:

إن ثقافة هذا الجيل تتسم بالخصائص التالية:

- إشاعة شعور قوي بالإستقلالية.
- تعزيز الإنفتاح الفكري والعاطفي.
- زيادة التضامن من خلال المجتمعات الافتراضية .
- تفعيل الإبداع.
- تعزيز رغبة الإستكشاف وزيادة الذكاء.
- بناء الثقة والرغبة في التحقق والطموح (حمودة سليمة، 2009: 92).

خلاصة:

نستطيع القول أن شبكة الإنترنت عالم لوحده بكل ما فيه من خدمات تطراً عليها عدة إيجابيات، كما لا تخلو طبعاً من السلبيات وكل هذا قد يؤثر على المراهق ويجعله يفرط

استخدام هذه الشبكة وذلك يعود لعدة عوامل ودوافع التي من بينها خصوصية هذه المرحلة في حد ذاتها وهذا ما تبين من خلال هذا الفصل.

الإطار الميداني

الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة

• تمهيد

- 1- منهج الدراسة
- 2- حدود الدراسة
- 3- الدراسة الإستطلاعية
- 4- أدوات الدراسة
- 5- عينة الدراسة
- 6- الأساليب الإحصائية المستخدمة

• خلاصة

تمهيد:

إن طرح مشكلة معينة والرغبة في البحث عنها ودراستها في مجتمع ما يتطلب اتباع خطوات منهجية معينة وهذا ما سيتم عرضه في هذا الفصل وذلك ابتداء من الدراسة الاستطلاعية والمنهج المتبع ثم حدود الدراسة وعينة الدراسة والأدوات والأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

1- منهج الدراسة:

إن اختيار المنهج المستخدم يعتبر أمراً تحدده طبيعة مشكلة البحث التي نريد دراستها من خلال الدراسة الحالية. لذلك سنحدد مستويات التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الانترنت وذلك بتطبيق المنهج الوصفي "الذي يقوم بالبحث عن أوصاف دقيقة للظاهرة المراد دراستها وجمع البيانات والحقائق، وتصنيفها وتبويبها بالإضافة إلى تحليلها التحليل الكافي الدقيق المعمق وتفسير النتائج" (فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة، 2002 : 87).

2- حدود الدراسة:**1-2 الحدود المكانية:**

أجريت هذه الدراسة في مدينة بسكرة على عدة مقاهي انترنت حيث بلغ عددهم 10 مقاهي.

2-2 الحدود الزمانية:

لقد استغرقت هذه الدراسة المدة الزمنية التالية: من 2014/03/29 إلى غاية 2014/04/21.

2-3 الحدود البشرية:

وتمثلت في أفراد عينة الدراسة وهم المراهقين المفرطين في استخدام الانترنت، حيث بلغ عددهم 32 فرداً من كلا الجنسين.

3- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الإستطلاعية، أو الإستكشافية أول مرحلة في الجانب الميداني ونقطة بداية كل بحث. وتتضمن الجانب النظري كالإطلاع على المراجع والجانب التطبيقي الذي يتمثل

في زيارات للإطلاع على ميدان الدراسة وفهمه فهما شاملا وتحديد عينة البحث والمنهج المتبع (رشيد زرواتي، 2008: 23).

وتهدف الدراسة الإستطلاعية إلى:

- تعميق المعرفة بالموضوع المقترح للبحث.
 - تحديد تساؤلات البحث وفروضه .
 - تحديد أهداف البحث.
 - التأكد من إمكانية الدراسة الميدانية للموضوع (طاهر مرسي عطية، 2001: 81).
- وبعد تحديد مكان الدراسة والذي تمثل في مجموعة مقاهي الانترنت بمدينة بسكرة، قامت الباحثة بالتوجه إليها للتعرف على عينة الدراسة وتطبيق كلا من مقياس إدمان الانترنت لكمبرلي يونغ، ومقياس التوافق النفسي لزوينب شقير.
- ومنه تحصلت الطالبة عينة الدراسة الاستطلاعية والمتمثلة في المراهقين المفرطين في استخدام الانترنت من كلا الجنسين على عينة مكونة من 26 مفردة بغرض حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الدراسة وهو التوافق النفسي، وهذه المقاهي تم اختيارها بطريقة عرضية.

4- أدوات الدراسة:

4-1- اختبار إدمان الانترنت:

4-1-1- وصف الإختبار:

لقد قمنا باستخدام اختبار الإدمان على الانترنت لـ كمبرلي يونغ (Kimberly Yong)

في هذه الدراسة، حيث طبق على عينات مختلفة وفي دراسات عديدة، والذي يتكون من 20 بندا وتتم الإجابة على كل بند باختيار أحد هذه البدائل:

نادرا = 1	أحيانا = 2	تكرارا = 3
كثيرا = 4	دائما = 5	لا تنطبق = 0

ومجموع درجات الاجابة محصور في المجال 20- 100

4-1-2- تصحيح الإختبار:

يتم جمع النقاط الخاصة بالعشرين سؤالاً، وسنجد أنه كلما كان ناتج الجمع أعلى كان

الإدمان على الأنترنت أعلى.

20- 49 نقطة: إستعمال يقع في المعدل الطبيعي.

50- 79 نقطة: إفراط في استخدام الأنترنت.

80- 100 نقطة: إدمان على الأنترنت.

4-1-3 الخصائص السيكومترية للاختبار:

لقد بلغ معامل ثبات الاختبار 0.928 وفق معادلة الفا كرونباخ وهو معامل قوي جدا كما تم الإعتماد ايضا على معادلة بيرسون بطريقة التطبيق واعادة التطبيق وقد بلغ 0.967 أما الصدق فقد تم التحقق منه بطريقة الاتساق الداخلي بحيث تراوحت درجة الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية ما بين (0.492-0.842) وهي دالة عند مستوى 0.01.

4-2 مقياس التوافق النفسي:

4-2-1 تقديم المقياس:

يطلب من المفحوص أن يقوم بالإجابة على عبارات المقياس بإعطاء تقدير صحيح وبدون مجاملة، وذلك على مقياس يتدرج من موافق (نعم)، ومحايد (أحيانا)، ومعارض (لا)، وموضوع أمام هذه التقديرات ثلاثة درجات هي (2، 1، 0) على الترتيب وذلك عندما يكون اتجاه التوافق إيجابيا، بينما تكون التقديرات الثلاثة في اتجاه عكسي (0، 1، 2) عندما ينخفض التقدير للتوافق (كما هو موضح في الجدول رقم 1).

4-2-2- تصحيح المقياس:

يشتمل المقياس على 80 فقرة تقيس التوافق النفسي العام، وتتنوع على أربعة أبعاد (محاور) كما هو موضح في الجدول رقم (1)، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0-160 درجة).

هذا ويفيد المقياس في جميع الأعمار الزمنية من الجنسين ابتداء من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن (زينب محمود شقير، 2003: 7، 8).

جدول رقم (1): يوضح فقرات مقياس التوافق النفسي

مستويات التوافق للمقاييس الفرعية الأربعة:	الدرجة الكلية	اتجاه التصحيح	أرقام فقرات كل محور	محاور المقياس
(1) من صفر -10 سوء التوافق	من صفر 40	0 - 1 - 2 2- 1- 0	لفقرات الموجبة: من 1- 14 الفقرات السالبة: 20-15	المحور الأول: التوافق الشخصي والانتفاعي
(2) 20-11 توافق منخفض	من صفر - 40	0- 1- 2 2 - 1 - 0	لفقرات الموجبة: 21 - 28 الفقرات السالبة: 40-29	المحور الثاني: التوافق الصحي /الجسمي
(3) 30-21 توافق متوسط	من صفر -40	0- 1- 2 2 - 1-0	فقرات الموجبة: 41 - 55 الفقرات السالبة: 60- 56	المحور الثالث: التوافق الأسري
(4) 40 -31 توافق مرتفع	من صفر -40	0-1-2 2- 1-0	لفقرات الموجبة: 61 - 74 الفقرات السالبة: 80-75	المحور الرابع: التوافق الاجتماعي
(1) من صفر -40 سوء توافق (2) من 80-41 توافق منخفض (3) من 120-81 توافق متوسط (4) 160-121 توافق مرتفع	من صفر - 160	الدرجة الكلية للمقياس	مجموع العبارات الكلية للمقياس 80عبارة	التوافق النفسي العام

3-2-4 حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

الصدق:

الصدق التمييزي:

وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية، أي بين مجموعة الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة على المقياس، وذلك بأخذ 27% من كل طرف. حيث تم حساب الفروق بين مجموعة أصحاب الدرجات المرتفعة وأصحاب الدرجات المنخفضة لمقياس التوافق النفسي وكانت النتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (2): يوضح الفروق بين الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة في مقياس التوافق النفسي.

الدرجات الطرفية	ن	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
مجموعة الدرجات المرتفعة	7	12	125.86	5.30	12.86	0.01 دال
مجموعة الدرجات المنخفضة	7		94.43	3.69		

يتضح من خلال الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعة الدرجات المرتفعة ومجموعة الدرجات المنخفضة، حيث بلغت قيمة ت 12.86 وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، وهذا يعني أن للمقياس قدرة تمييزية عالية بين المجموعتين المرتفعة والمنخفضة وبالتالي فهو يتمتع بصدق تمييزي.

الصدق الذاتي:

هو الجذر التربيعي للثبات بطريقة التجزئة النصفية
 $\sqrt{0.93} = 0.96$

• **الثبات:**

التجزئة النصفية:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية باستعمال معامل بيرسون pearson، وذلك بتجزئة فقرات المقياس إلى نصفين الفقرات الفردية مقابل الفقرات الزوجية. ثم صحح بمعادلة سبيرمان براون spearman braown. فكانت معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية 0.93 وهذا ما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

الثبات بطريقة غيتمان Guttman: إذ تعتمد هذه المعادلة على حساب تباين الاختبار ككل ثم حساب تباين النصف الفردي ثم تباين النصف الزوجي فبلغت قيمة معامل الثبات 0.75
الثبات بطريقة ألفا كرونباخ: حيث بلغت قيمته 0.66 وهو مناسب.

5- عينة الدراسة:

العينة عبارة عن مجموعة جزئية من الأفراد أو المشاهدات أو الظواهر التي تشكل مجتمع الدراسة الأصلي. أي أنها ذلك الجزء الذي من خلاله يجمع الباحث المعطيات التي

تسمح له بالوصول إلى التقديرات التي يمكن تعميمها على مجتمع البحث الأصلي (موريس أنجريس، 2006: 301).

5-1- كيفية اختيار العينة:

لقد تم إجراء هذه الدراسة على عينة من المراهقين المفرطين في استخدام الإنترنت إناثا وذكورا ، يتراوح أعمارهم ما بين (15- 21 سنة) تم أخذها بطريقة قصدية وهي العينة التي يتم إنتقاء أفرادها بشكل مقصود من قبل الباحث نظرا لتوافر بعض الخصائص في أولئك الأفراد دون غيرهم وتكون تلك الخصائص هي من الأمور الهامة بالنسبة للدراسة (محمد عبيدات وآخرون: 96،83).

حيث توجهت الباحثة إلى 10 مقاهي للإنترنت وهم من قبلوا التعاون معنا لأجل توزيع أدوات الدراسة، لجمع مفردات العينة وتم ذلك بتوزيع مقياسي الدراسة على الأفراد الذين أدلى بهم أصحاب المقاهي أنهم من المتواجدين لديهم في أوقات كثيرة من المراهقين والذين ينحصر أعمارهم ما بين (15-21 سنة).

5-2- خصائص العينة:

الجدول رقم (3) يوضح خصائص العينة حسب الجنس

النسبة المئوية	عدد الأفراد	الجنس
53.12	17	ذكور
46.87	15	إناث

الجدول رقم (4) يوضح خصائص العينة حسب السن

النسبة المئوية	عدد الأفراد	السن
40.62	13	18 - 14
59.37	19	21 - 18

6- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لقد استخدمنا في الدراسة الحالية الأساليب الإحصائية التالية:

- الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية 17 spss.

- اختبار (ت) لحساب الفروق.
- التكرارات والنسب المئوية.
- الإنحراف المعياري والمتوسطات الحسابية.

خلاصة:

لقد تناولنا في هذا الفصل عرضاً لأهم الإجراءات المنهجية التي ستؤدي إلى تأكيد أو نفي الفرضيات والوصول إلى نتائج دقيقة للمشكلة المطروحة بداية من الدراسة الإستطلاعية والمنهج المناسب والحدود الومنية والمكانية والبشرية، كذلك عينة الدراسة وأدواتها.

الفصل الخامس : مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

• تمهيد

- 1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة الأولى
- 2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة الثانية
- 3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى
- 4- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية
- 5- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
- 6- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة

• خلاصة

تمهيد:

من خلال هذا الفصل سنعرض النتائج التي خلصت إليها الدراسة الميدانية بعد تطبيق كل من مقياس إدمان الإنترنت ومقياس التوافق النفسي على أفراد عينة الدراسة والتحقق من صحة الفرضيات بعد إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة.

• مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات:**1- عرض و مناقشة نتائج الفرضية العامة الأولى:**

الفرضية العامة الأولى: يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت مستوى منخفض في التوافق النفسي.

1-1 عرض النتائج:

جدول رقم (5) يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على مقياس التوافق النفسي

الدرجة الكلية للمقياس		درجات التوافق
النسبة المئوية	التكرار	
/	/	سوء التوافق
/	/	توافق منخفض
75	24	توافق متوسط
25	8	توافق مرتفع

2-1 التعليق على نتائج الجدول رقم (5):

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن أفراد العينة لا يعانون من سوء التوافق وهذا ما تبينه النتيجة المعروضة في الجدول حيث لم نجد ولا فرد منهم يعاني من سوء التوافق أو من مستوى توافق منخفض، أما بالنسبة لدرجة التوافق المتوسط فقد وجدنا منهم قد حازوا على نسبة 75%، أما النسبة الباقية من الأفراد فقد قدرت بـ 25% وتحصلوا على توافق مرتفع.

3-1 مناقشة نتائج الفرضية العامة الأولى: يعرف التوافق بأنه عملية دينامية يقوم بها

الفرد بصفة مستمرة في محاولاته لتحقيق التوافق بينه وبين نفسه أولاً ثم بينه وبين البيئة التي يعيش فيها بتغيير سلوكه مع المؤثرات المختلفة حتى يصل للاستقرار النفسي والتكيف الاجتماعي مع البيئة

وقد (http://d-jmalat.blogspot.com/2012/04/blog-post_2547.html) يرجع ذلك الى أساليب التنشئة الاجتماعية للآباء مع ابنائهم ،وتلك الأساليب تؤدي إلى إكساب المراهقين أساليب مختلفة للتصرف في حياتهم ،بالإضافة الى مقومات الفرد التوافقية وموقفه من القيم والعادات السائدة في المجتمع الذي ينتمي إليه، ولذلك فعملية التوافق ليست عملية جامدة ثابتة تحدث في موقف معين أو فترة معينة، بل إنها عملية مستمرة دائمة، فعلى الفرد أن يواجه طوال حياته سلسلة لا تنتهي من المشاكل والحاجات والمواقف التي تحتاج إلى سلوك مناسب يعمل على خفض التوتر وإعادة التوازن والاحتفاظ بالعلاقة المنسجمة مع البيئة، وهذا ما نعنيه بأن عملية التوافق عملية دينامية وظيفية.

وفي خضم التطورات وسائل الاتصال فنجد ان المراهق يسعى الى مواكبة هذه التطورات من خلال الاقبال على شبكة الانترنت ،فجده قد يقضى ساعات ليست قليلة وذلك للتحكم في هذه التقنية ،ونجد ان هذا الاقبال المكثف للمراهق على هذه الشبكة يرجع لما تقدمه من خدمات متعددة لإشباع بعض الحاجات النفسية سعياً منه لإحداث التوافق ،وفي هذه الحالة يعتبر استخدامه المفرط للإنترنت سويلاً لأن الهدف موجهاً لتحقيق التكيف، بحيث تعرف ساره راكل (Sarah rackel) الاستخدام المفرط للإنترنت بأنه هو الذي يتداخل مع الحياة اليومية. (غالبي عديلة، 2011: 60)

ولقد أعتقد كل من (واطسون Watson) ، و(سكنر Skinner) على أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئية أو إثباتها ، كما أوضح كل من (يولمان Uolman) و(كراسنر Crisner) أنه عندما يجد الأفراد أن علاقاتهم مع الآخرين غير مثابة أو لا تعود عليهم بالإثابة فإنهم قد ينسلخون عن الآخرين ويبدون اهتماماً أقل فيما يتعلق بالتلميحات الاجتماعية وينتج عن ذلك أن يأخذ هذا السلوك شكلاً شاذاً أو غير متوافق. (كيلان محمود، 2013: 18).

وانطلاقاً مما تم عرضه لم تتحقق الفرضية القائلة بأنه يوجد مستوى منخفض من التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت. حيث كشفت دراسة كروت وزملائه (kraut et al 1998) على أن استخدام الإنترنت ليس له علاقة بالمستويات المنخفضة من الرفاهية سلطان عوائض مفرح العصيمي، 2010: 25).

وهذه النتيجة التي توصلنا إليها تختلف مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة وانغ وآخرون (whang et al 2003)، والتي هدفت إلى فحص الخصائص النفسية لمفرضي استخدام الانترنت في كوريا. ولقد تم مقابلة مستخدمي الانترنت لمعرفة الخصائص النفسية التي ترتبط بالإفراط في استخدام الانترنت من خلال مستوى استخدامه، ولقد تم استخدام مقياس كمبرلي يونغ المعدل لإدمان الانترنت. وقد بلغت عينة الدراسة "13588".

وتوصلت هذه الدراسة إلى أن هناك علاقة قوية بين إدمان الانترنت والخلل الوظيفي في العلاقات الاجتماعية. كما قد حاول العديد من مدمني الانترنت الهروب من الواقع، وأنه عندما كان مدمني الانترنت يشعرون بالقلق أو الاكتئاب يكونوا أكثر رغبة في الدخول على الانترنت، وأنهم أعلى درجة في الوحدة النفسية و المزاج الاكتئابي والاندفاعية . (سلطان عائض مفرح العصيمي، 2010: 80) .

2- عرض و مناقشة نتائج الفرضية العامة الثانية:

الفرضية العامة الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس.

2-1 عرض النتائج:

جدول رقم (6) يوضح الفروق بين الذكور والإناث على مقياس التوافق النفسي.

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	درجة الحرية	العينة	المعالجات الإحصائية	
						مستويات التوافق	
غير دال	0.7	14.20	107	30	15	إناث	التوافق العام
		12.51	110		17	ذكور	
غير دال	0.60	4.94	25.13	30	15	إناث	التوافق الانفعالي
		5.27	16.24		17	ذكور	
دال	2.41	5.60	21.33	30	15	إناث	التوافق الصحي
		4.34	25.58		17	ذكور	
غير دال	0.05	6.17	31.15	30	15	إناث	التوافق الأسري
		5.35	31.23		17	ذكور	
غير دال	0.97	2.92	29.46	30	15	إناث	التوافق الاجتماعي
		4.31	28.17		17	ذكور	

2-2 التعليق على نتائج الجدول رقم (6):

تبين لنا نتائج الجدول أن المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث والذي قدر بـ 107 أقل من متوسط الذكور والذي بلغ 110، بالإضافة إلى الانحراف المعياري لمجموعة الذكور الذي بلغ 12.51 وهو أقل من الانحراف المعياري لمجموعة الإناث والذي بلغ 14.20، هذا فيما يخص التوافق العام. بينما نلاحظ أيضاً أن المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث على محور التوافق الانفعالي قد قدر بـ 25.13 والانحراف المعياري 4.94، أما مجموعة الذكور فقد تحصلوا على متوسط حسابي يساوي 16.24 وانحراف معياري 5.27، بينما المحور الثاني من التوافق النفسي وهو التوافق الصحي فقد تحصلت مجموعة الإناث على درجة قدرت بـ 21.33 للمتوسط الحسابي ودرجة 5.60 للانحراف المعياري، أما مجموعة الذكور فنجد أن المتوسط الحسابي عندهم بلغ 25.58 و الانحراف المعياري فقد بلغ 4.34، كما نلاحظ ارتفاع هذين المؤشرين في هذا المحور أي أنه دال وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق الصحي بين الذكور والإناث المفرطين في استخدام الإنترنت، بينما نجدهم تحصلوا على قيمة 31.15 للمتوسط الحسابي على محور التوافق الأسري وانحراف معياري قدر بـ 6.17 هذا بالنسبة لمجموعة الإناث، أما بالنسبة لمجموعة الذكور فقد بلغ المتوسط الحسابي 31.23، أما الانحراف المعياري 5.35، بالإضافة إلى البيانات التي تدعم هذه الفكرة التي إستقرأناها من نتائج المستوى الأخير من مستويات التوافق النفسي وهو مستوى التوافق الاجتماعي حيث وجدنا أن قيمة المتوسط الحسابي لدى مجموعة الإناث قدر بـ 29.46 وانحراف معياري قدر بـ 2.92، أما مجموعة الذكور فقد سجلوا قيمة 28.17 هذا بالنسبة للمتوسط الحسابي، بينما الانحراف المعياري قد تحصلوا على 4.31. وهذه الفروق ليس لها أي دلالة إحصائية.

2-3 مناقشة نتائج الفرضية العامة الثانية:

عند مقارنة متوسطي مجموعتي الذكور والإناث نلاحظ أنه لا توجد فرق دالة إحصائية بين المجموعتين حول التوافق النفسي، وقد يرجع ذلك إلى كون المراهقين من الجنسين وبحكم الإستخدام المفرط للإنترنت أنهم يؤثرون في بعضهم البعض من خلال الاتصال المطول في تلك الشبكات، فيبدو أن تأثير جماعة الرفاق عظيماً في هذه المرحلة وخاصة الأصدقاء المقربون، و تؤثر جماعة الرفاق على المراهق حتى في طريقة كلامه، بحيث قد يفاجأ الآباء بسماع عبارات لم يسبق لهم سماعها من قبل أبنائهم، و من

المعروف أنه في حالة مواجهة أي من أفراد الجنس البشري لموقف جديد فإنه يلجأ إلى استخدام المهارات التي سبق له أن تعلمها في مواقف مماثلة أو شبيهة بها ولا يختلف المراهقون في ذلك عن غيرهم. و عندما نرجع قليلا إلى مرحلة الكمون، فسوف نجد أن الطفل يحاول مواجهة مشاكله مع والديه عن طريق تحويل اهتمامه نحو أقرانه و جماعة الرفاق، و ذلك لأنهما (الطفل و والديه) يمثلان جيلين مختلفين من الصعب عليهما أن يمتزجا. و هذا ما يجعل الطفل ينظر إلى الكبار بشك و ريبة و لا يشعر بالثقة نحوهما. ولذا نجده يشعر بالراحة في مصاحبة و رفقة الآخرين من نفس الفئة العمرية، و لا يشذ عن هذه القاعدة سوى الأطفال المدللون. و يؤدي سلوك الصحبة مع الرفاق إلى تقوية الشعور بالذات لدى الطفل، مما يعمل بدوره على زيادة الإرتباط بينهم لدرجة قد تجعله ينضم إلى العصابات التي يشكلها بعض المراهقين أو إلى مجموعة لها كيان شرعي أو غير شرعي من أجل الشعور بالتشابه و عدم الاختلاف. و عادة ما تتميز مجموعات المراهقين بسمات متشابهة، وهذا ما يبرر عدم وجود فروق بين الذكور والإناث المفرطين في استخدام الإنترنت حول مستويات التوافق النفسي. أي أن الفرضية الأخيرة لم تتحقق أيضا. ويلاحظ بأن اعتماد المراهق على تقبل الجماعة له غالبا ما يسيطر عليه و يدفعه بشدة نحو ضرورة الانقياد و التبعية للجماعة، و ذلك من أجل الشهرة و الحصول على حب الجميع و إعجابهم، فالمراهق لا يكتفي برأيه في نفسه و لكنه محتاج إلى من يخبره عن رأي غيره فيه أيضا. و يؤدي كل ذلك إلى هروب المراهق من نفسه و من الكبار ممن يحيطون به إلى الجماعة، حيث تتوفر له الصحبة الجماعية التي تحميه من الشكوك و من الاضطراب و عدم وضوح الرؤية التي يعيش فيها غير أن الجماعة ليست ملجأ آمنا كما يظن المراهق أو يتوهم، لأن مطالبها قد تتعارض أحيانا مع مفهومه لذاته أو توقعات الشخص من سلوكه. كما أن حياة الجماعة تؤدي في كثير من الأحيان إلى التدخل في خصوصيات الشخص نفسه، مما يجعله يتصرف بطريقة مخالفة لما يمليه عليه ضميره. و مع ذلك فالجماعة تقدم للمراهق هوية هو في أمس الحاجة إليها، حيث يتم قبوله عضوا يتمتع بكامل حقوق العضوية (سامي محمد ملحم، 2004، 361، 363) بحيث توضح دراسة دراسة كنج (king 1996) الأسباب التي تجعل من الإنترنت وسيلة جذابة وذات إقبال شديد من قبل المستخدمين، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الإنترنت تزيد من التفاعل الاجتماعي خاصة في المدن الكبيرة التي تكثر فيها مشاغل الحياة، أو أن يكون الفرد مضطرا للإنصياع للقيود

الإجتماعية فلا يجد لنفسه مخرجا أو متنفسا يعبر من خلاله عن كل ما يدور في خلد. (نايف سالم طراونة، لمياء سليمان الفنيخ، 2012: 296).

أما دراسة ربيع (2003) التي هدفها هو محاولة معرفة ما إذا كان الاستخدام المفرط لشبكة المعلومات يؤدي إلى إدمان المستخدم لها. وقد استخدمت الباحثة أداتين هما إستمارة دوافع استخدام شبكة المعلومات ومقياس إدمان شبكة المعلومات الدولية من إعداد الباحثة، وبلغت عينة الدراسة 150 مستخدما للشبكة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط شدة الدوافع نحو الشبكة وعدد ساعات الاستخدام اليومي لها بين مجموعة المدمنين وغير المدمنين للشبكة لصالح مجموعة المدمنين.

ووجود فروق دالة في إدمان الشبكة بين الذكور والإناث لصالح الذكور. (محمد محمد عبد الهادي وآخرون، ب س: 17، 18) وهي تختلف مع النتائج التي توصلنا إليها.

3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

الفرضية الأولى: يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الانترنت مستوى منخفض من التوافق الانفعالي.

3-1 عرض النتائج:

جدول رقم (7) يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على بعد التوافق الانفعالي من مقياس التوافق النفسي.

الدرجة الكلية		درجات التوافق
النسبة المئوية	التكرار	
/	/	سوء التوافق
6.25	2	توافق منخفض
78.12	25	توافق متوسط
15.62	5	توافق مرتفع

3-2 التعليق على نتائج الجدول رقم (7):

من خلال الجدول نلاحظ أن 25 من الأفراد قد تحصلوا على درجة التوافق المتوسط بنسبة 78.12%، وأن 5 منهم قد تحصلوا على درجة التوافق المرتفع بنسبة 15.62%، وفردين فقط ممن لديهم توافق منخفض وذلك بنسبة قدرت ب 6.25%.

3-3 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال نتائج الدراسة لم تتحقق الفرضية الجزئية الأولى والقائلة أنه يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الأنترنت مستوى منخفض من التوافق الإنفعالي، و هو ذلك البعد الذي يشتمل على السعادة مع الذات والثقة بها والرضا عنها والشعور بقيمتها أو إشباع الحاجات والتمتع بالأمن الشخصي كما يتمثل في اعتماد الفرد على نفسه وإحساسه بقيمته وشعوره بالحرية في توجيه السلوك دون سيطرة الغير، والشعور بالانتماء والسعي إلى تحقيق الأهداف ويشمل توافق وجداني وعقلي وتوافق ترفيهي وتوافق فيزيقي. (أديب محمد الخالدي، 2009: 101)، فنجد أن المراهق حسب إريك إريكسون يمر بمجموعة من الأزمات تتمثل في الحساسية والصراعات النفسية، وضعف التوافق النفسي وحدة الإنفعالات والعواطف الجياشة والقلق والخوف والخجل والإنطواء، وسرعة التأثر والأحلام المزعجة والنسيان والغيرة والكآبة. (صالح حسن الداھري، وهيب مجيد الكبيسي، 1999: 214، 215) ومن خلال محاولته لمواكبة هذا التطور فنجده يقضي ساعات ليست بقليلة أمام الشبكة لدرجة قد يعتبرها البعض إفراطا في الاستعمال، ولكنه في الواقع يستعمل هذا الإفراط الظاهري كوسيلة دفاعية لتلبية حاجاته النفسية، كما يمثل (الهُو) رغباتنا وحاجاتنا ودوافعنا الأساسية وهو بهذا مخزن للطاقة الجنسية، والذي يعمل بناءً على مبدأ اللذة والذي يبحث عن تحقيق سريع للرغبات دون مراعاة للعوامل الاجتماعية، ويمكن اشباع رغبات الهو عن طريق الفعل أو التصرف اللاإرادي، وعلى عكس ذلك يعمل الأنا وفق مبدأ الواقع حيث يسعى إلى تحقيق حاجات الفرد بطريقة عقلانية مقبولة لدى العالم الخارجي، وبذلك فإن الإفراط في هذه الحالة يحقق للمراهق توافقا انفعاليا سويا، وهذا ما لا يتفق مع نتائج دراسة جلال ومحمد (2005)، التي هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير الاستخدام المفرط للأنترنت على بعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة، حيث أجريت على عينة قوامها 199 طالبا من طلاب جامعة المنيا. وللإجابة على تساؤلات الدراسة أعد الباحث أداة لقياس الاستخدام المفرط للإنترنت، بالإضافة إلى تطبيق مقاييس للشخصية كمقياس آيزنك للإنبساطية. وأظهرت الدراسة وجود فروق دالة بين مفراطي ومنخفضي الاستخدام على سمات الشخصية الإيجابية وهي الإنبساطية والعدوانية وتأكيد الذات والبحث الحسي، وعلى سمات الشخصية السلبية وهي توهم المرض والقلق، كما بينت النتائج وجود

بروفيل مميز لمفرضي استخدام الانترنت (عبد الله بن أحمد بن علي آل عيسى الغامدي، 2009: 81،82).

4 عرض ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الثانية:

الفرضية الثانية: يوجد لدى المراهق المفرض في استخدام الانترنت مستوى منخفض من التوافق الصحي.

1-4 عرض النتائج:

جدول رقم (8) يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على بعد التوافق الصحي من مقياس التوافق النفسي.

الدرجة الكلية		درجات التوافق
النسبة المئوية	التكرار	
/	/	سوء التوافق
34.37	11	توافق منخفض
53.12	17	توافق متوسط
12.5	4	توافق مرتفع

2-4 التعليق على نتائج الجدول رقم (8):

من خلال النتيجة المعروضة في الجدول لاحظنا انه لم نجد أي فردا منهم يعاني من سوء التوافق، بينما تحصل **43.37%** منهم على مستوى توافق منخفض متمثلين في 11 فردا، أما بالنسبة لدرجة التوافق المتوسط فقد حاز 17 منهم على نسبة **53.12%**، أما النسبة الباقية من الأفراد فقد قدرت بـ **12.5** وتحصلوا على توافق مرتفع.

3-4 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

إن من أهم عوامل تحقيق التوافق توفر مطالب النمو النفسي السوي في جميع مراحلها وكافة مظاهره جسدياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً، ومطالب النمو هي الأشياء التي يتطلبها النمو النفسي للفرد والتي يجب أن يتعلمها حتى يصبح سعيداً وناجحاً في حياته، ويؤدي تحقيق مطالب النمو إلى سعادة الفرد، في حين يؤدي عدم تحقيق مطالب النمو إلى شقاء الفرد وفشله وصعوبة تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة والمراحل التالية، كما يتأثر التوافق بعوامل عدة من بينها الوراثة الجسمية التي لها أثرها في سلوك الفرد فإذا كانت الوراثة سليمة وكذلك التربية والبيئة فإننا نتوقع أن يكون الفرد حسن التوافق، إلا أن بعض

الاضطرابات الوراثية والتي يمكن أن ترتبط ببعض الإعاقات العقلية أو الجسمية تكون سبباً لسوء التوافق ، وقد تكون العاهة نتيجة أسباب خارجة عن إرادته ومع ذلك فإنه في كلتا الحالتين سواء كان البب وراثياً أو بيئياً فإن النقص الجسمي والعاهات قد تؤدي إلى سوء التوافق وتفاوت العاهات في تأثيرها على مدى التوافق لدى الفرد حسب جسامتها وكذلك بناء على نظرة المجتمع فكلما كانت العاهة كبيرة كلما قل التوافق وكلما ساءت نظرة المجتمع أي النبذ والإهمال والاحتقار وكذلك العطف الزائد إلى شعور الفرد بأنه عاجز وعالة فإن ذلك يزيد من سوء توافقه. ولكن نلاحظ أن المراهقين افراد العينة يتميزون بمستوى توافق نفسي انفعالي وقد يؤثر بدرجة معقولة على توافقهم الجسدي وهذا ما يفسر نتيجة هذه الفرضية أي أن المراهق المفرط في استخدام الانترنت لا يوجد عنده مستوى منخفض من التوافق الصحي كما لا ننسى الدور الذي تلعبه شبكة الإنترنت أو كما يطلق عليها الشبكة العالمية الإلكترونية التي تقدم للفرد والمجتمع كل ما تقدمه من وسائل المعرفة السابقة والمعلومات التي قد تمنعها السلطة والمتمثلة في الدولة أو الدين أو العلم أو الرقيب المتمثل في المدرسة أو المعلم أو الوالدين، وتقدم لنا معلومات لم تكن لتصلنا بسبب عوامل جغرافية أو سياسية أو اجتماعية. (عبد الفتاح بيومي حجازي، 2004: 19).

وأن غياب المظاهر السلبية لاستخدام للإنترنت مثل الأضرار التي تصيب العمود الفقري والرجلين نتيجة وضعية الجلوس والمدة الزمنية أمام أجهزة الحاسوب، والأضرار التي تصيب الأذنين لمستخدمي مكبرات الصوت، والبدانة وما تسببه من أمراض مرافقة. (العباي، 2007: 87). تساهم في تحقيق التوافق للمراهق المفرط في استخدام الانترنت وهذا ما تعارض مع دراسة دراسة سهيل وبارجيز (suhail & bargees) 2006، التي أظهرت أن هناك ارتباطات موجبة بين الوقت المنقضي على الانترنت وبعض الأبعاد المتنوعة على مقياس آثار الأنترنت التي تشير إلى أن الاستخدام المفرط للإنترنت يقود إلى مشكلات تربوية وجسدية، ونفسية منطقية بين الشخصية. وقد قرر عدد كبير من الطلاب إلى أن هناك آثار إيجابية للأنترنت تفوق الآثار السلبية. (سلطان عائض مفرح العصيمي، 2010: 80، 81).

5- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

الفرضية الثالثة:

يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الانترنت مستوى منخفض من التوافق الأسري.

1-5 عرض النتائج:

جدول رقم (9) يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على بعد التوافق الأسري من مقياس التوافق النفسي.

الدرجة الكلية		درجات التوافق
النسبة المئوية	التكرار	
/	/	سوء التوافق
9.37	3	توافق منخفض
37.5	12	توافق متوسط
53.12	17	توافق مرتفع

2-5 التعليق على نتائج الجدول رقم (9):

من خلال النتيجة المعروضة في الجدول لم نجد ولا فرد منهم يعاني من سوء التوافق بينما تحصل 9.37% منهم على مستوى توافق منخفض، أما بالنسبة لدرجة التوافق المتوسط فقد وجدنا منهم قد حازوا على نسبة 37.5%. أما النسبة الباقية من الأفراد فقد قدرت بـ 53.12 وتحصلوا على توافق مرتفع وهي أكبر نسبة بالنسبة للمستويات الأخرى.

3-5 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

إن نتائج هذه الفرضية تدل على أن المراهق يتميز بتوافق نفسي أسري بالرغم من أن فترة المراهقة هي فترة الصراعات النفسية و الحساسية الانفعالية تحكمها النرجسية و تقمص ما يسود من القيم و الاتجاهات التي تشيع بين الكبار في حضارته و في المجتمعات التي يرتبط بها مع استمرار نضجه، فنجد هنا أن شبكات التواصل الاجتماعي باعتبارها كمؤسسة من مؤسسات التنشئة الاجتماعية غير المباشرة، قد يكون لها دور إيجابي في توطيد العلاقات الأسرية بين أفراد العائلة كالاتصال بأحد الأقارب، أما إذا غابت العلاقات بين الأفراد في الأسرة الواحدة وفشل الوالدين في كسب المراهق والتقرب منه، ففي هذه الحالة قد يستعين مثلا بأحد وسائل الاتصال الاجتماعية بالإنترنت للاتصال بأشخاص آخرين من سنه أو غير ذلك، وقد تعني هذه الطريقة المراهق من عدة مشاكل منها كتفضيل الوالدين أحد الإخوة أو وفاة أحد الوالدين، والتدخل في أمور المراهق ومحاسبته. وهذه الأمور قد تعرقل التوافق الأسري للمراهق. كما أن هذه التقنيات أصبحت

من أبرز المستجدات التكنولوجية باعتبارها وسيلة للاتصال و تبادل الأفكار و المعلومات، و أسلوبا للتعامل اليومي و نمطا للتبادل المعرفي وبالتالي فإننا نشهد ازدياد عدد المستخدمين لها، كما أن هذا الانتشار السريع لهذه الشبكة جعلها من أهم معالم العصر الحديث، لما أحدثته من تغيرات عميقة و جذرية في مختلف النواحي ولاسيما النفسية و الاجتماعية التي تنعكس بالطبع على مستخدميها. كما أن غياب بعض المؤشرات الدالة على الدخول في دائرة المرض من جراء الاستخدام المفرط لشبكة الانترنت، مثل إخفاء المدة الحقيقية من استخدام الأنترنت على الأسرة أو المعالج أو الأصدقاء، أو استخدام الأنترنت بهدف الهروب أو التخلص من المشاكل (مثل مشاعر العجز، والشعور بالذنب والقلق والإكتئاب)، (غالبي عديلة، 2011: 60، 61، 62) كل هذه المعطيات تدل على أن المراهقين أفراد عينة الدراسة لا يوجد لديهم سوء التوافق في البعد الأسري أي أن الفرضية العامة في جزئيتها الثالثة لم تتحقق.

6- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

الفرضية الرابعة: يوجد مستوى منخفض من التوافق الإجتماعي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت.

6-1 عرض النتائج:

جدول رقم (10) يوضح التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة على بعد التوافق الاجتماعي من مقياس التوافق النفسي.

الدرجة الكلية		درجات التوافق
النسبة المئوية	التكرار	
/	/	سوء التوافق
3.12	1	توافق منخفض
62.5	20	توافق متوسط
34.37	11	توافق مرتفع

6-2 التعليق على نتائج الجدول رقم (10):

من خلال النتيجة المعروضة في الجدول لم نجد ولا فرد منهم يعاني من سوء التوافق، بينما تحصل 3.12% منهم على مستوى توافق منخفض، أما بالنسبة لدرجة التوافق المتوسط فقد

وجدنا منهم قد حازوا على نسبة 62.5% وهي اكبر بالنسبة من محاور التوافق النفسي، أما النسبة الباقية من الأفراد فقد قدرت بـ 34.37 وتحصلوا على توافق مرتفع.

3-6 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

كما نلاحظ من خلال نتائج أفراد العينة أن أغلبهم تحصلوا على نسب متوسطة ومرتفعة، هذا يعني أن الإفراط في الاستخدام لم يؤثر على التوافق الاجتماعي لديهم وبذلك لم تتحقق الفرضية العامة في جزئيتها الرابعة، لأن العالم الآن أصبح بمثابة قرية صغيرة وأن الأطراف المتصلة بهذه التقنية توطد روح الجماعة، وتقلل من بعض المشكلات مثل فتور العلاقات الاجتماعية او انقطاعها، أو التأخر عن بعض المواعيد المهمة، فقد يستخدم المراهق مثلا الهاتف الذكي أو شبكات التواصل الاجتماعي للاتصال بالأصدقاء أو أفراد الأسرة والاطمئنان عليهم، فنجده يقضي ساعات طويلة وهو أمام الشبكة ولكنه في نفس الوقت لا يقوم بإهمال الواجبات الاجتماعية والأسرية والوظيفية بسبب استعمال الإنترنت، (ويكيبيديا، الموسوعة الحرة، 2009). بل ان هذا الاستخدام عند الأفراد الذين تفصلهم عن بعضهم مسافات كبيرة، وحتى في ظروف أخرى أيضا عندما يحول دون لقائه بهم الدراسة او سوء ظروف التنقل، فهو الحل الامثل في مثل هذه الحالات.

وقد توصل كل من دراسة وانغ وآخرون (whang et al:2003) الى نتيجة مخالفة لنتيجة هذه الفرضية، والتي هدفت إلى فحص الخصائص النفسية لمفراطي استخدام الانترنت في كوريا. وتوصلت هذه الدراسة إلى أن هناك إلى أن هناك علاقة قوية بين إدمان الانترنت والخلل الوظيفي في العلاقات الاجتماعية. كما قد حاول العديد من مدمني الانترنت الهروب من الواقع، وأنه عندما كان مدمنوا الانترنت يشعرون بالقلق أو الاكتئاب يكونوا أكثر رغبة في الدخول إلى الانترنت، وأنهم أعلى درجة في الوحدة النفسية و المزاج الاكتئابي والاندفاعية. (نايف سالم طراونة، لمياء سليمان الفنيخ، 2012: 279)

خلاصة:

بعد عرض النتائج ومناقشتها توصلنا إلى أن الفرضية الأولى لم تتحقق، أي لا يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت توافق منخفض بل متوسط وأنه لا توجد فروق في مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس.

الخاتمة:

تعتبر الإنترنت وسيلة منتشرة عالميا ومتعددة الخدمات والامتيازات والتي يقبل عليها جميع الفئات العمرية من بينهم فئة المراهقين الذين يقضون معظم وقتهم عليها حيث وجدنا أن عينة الدراسة قاموا باستخدامها بطريقة لا تؤثر على توافقهم واستغلوها استغلالا إيجابيا. وهذا ما توصلت إليه دراستنا الحالية حيث وجدنا أن المراهقين المفرطين في استخدام الإنترنت يتميزون بمستوى توافق نفسي متوسط وليس منخفض مثلما افترضنا، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لديهم تعزى لمتغير الجنس. ربما تعود هاته النتائج إلى خصائص المرحلة العمرية التي ينتمي إليها أفراد العينة بحكم أنهم متدرسين بالتالي يجدون أنفسهم ينفقون إلى استخدام الأنترنت لساعات طويلة لعدة عوامل من بينها البحوث الدراسية، توسيع المعلومات، حب الإطلاع، الدردشة مع الزملاء في عدة أمور.

وذلك للإمتيازات التي تحظى بها هاته الوسيلة بحيث أنها توفر كلا من الوقت والتكلفة.

قائمة المراجع

الكتب:

- 1- إجلال محمد سرى (2000)، علم النفس العلاجي، ط2، عالم الكتب، القاهرة.
- 2- أحمد عبد اللطيف أبو أسعد (2009)، دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية، ط1، دبيونو، الأردن.
- 3- أديب محمد الخالدي (2009)، المرجع في الصحة النفسية، ط1، دار وائل، الأردن.
- 4- بدر إبراهيم الشيباني (2000)، سيكولوجية النمو، ط1، دار الوراقين، الكويت.
- 5- بطرس حافظ بطرس (2008)، التكيف والصحة النفسية للطفل، ط1، دار المسيرة، الأردن.
- 6- جمال أبو دلو (2008)، الصحة النفسية، ط1، دار أسامة، عمان.
- 7- حسين أحمد حشمت، مصطفى حسين باهي (2006)، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، ط1، الدار العالمية، القاهرة.
- 8- خليل ميخائيل معوض (2000)، سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة، ط4، دار الفكر الجامعي، مصر.
- 9- رأفت نبيل علوه (2007)، شبكات الإتصال، ط1، دار أجنادين، الأردن.
- 10- رشيد زرواتي (2008)، تدريبات على منهجية البحث العلمي، ب ط، سلسلة مناهج، ردمك.
- 11- رعدة شريم (2009)، سيكولوجية المراهقة، ط1، دار المسيرة، الأردن.
- 12- رمضان محمد القذافي (2000)، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، ب ط، المكتبة الجامعية الأزاريبية، مصر.
- 13- زينب محمود شقير (2003)، مقياس التوافق النفسي، ط1، مكتبة النهضة العربية، القاهرة.
- 14- سامي محمد ملحم (2004)، علم نفس النمو دورة حياة الانسان، ط1، دار الفكر، الأردن.

- 15- سامية لطفي الأنصاري، أحلام حسن محمود (2007)، الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية، ب ط، صدر الإسكندرية للكتاب، القاهرة.
- 16- سعيد رشيد الأعظمي (2007)، أساسيات علم النفس الطفولة والمراهقة، ب ط، دار جهينة، عمان.
- 17- سمير بقيون (2007)، الطب النفسي، ب ط، اليازوري العلمية، الأردن.
- 18- شريف درويش اللبان (2005)، تكنولوجيا الإتصال المخاطر والتحديات والتأثيرات الاجتماعية، ط2، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.
- 19- صالح حسن الداھري (2008)، أساسيات التوافق والإضطرابات السلوكية والإنفعالية، ط1، دار صفاء، عمان.
- 20- صالح حسن الداھري، وهيب مجيد الكبيسي (1999)، علم النفس العام، ط1، دار الكندري، الأردن.
- 21- صالح محمد علي أبو جادو (2004)، علم النفس التطوري، ط1، دار المسيرة، عمان.
- 22- صلاح الدين شروخ (2008)، علم النفس التربوي، ب ط، دار العلوم، عنابة.
- 23- طاهر مرسي عطية (2001)، إعداد رسائل الماجستير والدكتوراه، ب ط، دار النهضة العربية، القاهرة.
- 24- عباس محمود عوض (1999)، المدخل إلى علم النفس النمو، ب ط، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.
- 25- عبد الحميد محمد شاذلي (2001)، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، ط2، المكتبة الجامعية، الإسكندرية.
- 26- عبد الغني الديدي (1995)، التحليل النفسي للمراهقة، ط1، دار الفكر اللبناني، بيروت.

- 27- عبد الفتاح بيومي حجازي (2004)، الأحداث والأنترنت، ب ط، دار الفكر الجامعي، الإسكندرية.
- 28- عطاء الله فؤاد الخالدي، دلال سعد الدين العلي (2009)، الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق، ط1، دار صفاء، عمان.
- 29- عفاف محمد عبد المنعم (2007)، الإدمان: دراسة نفسية لأسبابه ونتائجه، ب ط، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- 30- علي محمد شمو (2004)، الإتصال الدولي والتكنولوجيا الحديثة، ط1، الإشعاع، الإسكندرية.
- 31- فاطمة عوض صابر، مرفت علي خفاجة (2002)، أسس ومبادئ البحث العلمي، ط1، الإشعاع الفنية، الإسكندرية.
- 32- كامل خورشيد مراد (2011)، الإتصال الجماهيري والإعلام، ط1، دار المسيرة، الأردن.
- 33- محمد النوبي محمد علي (2010)، مقياس إدمان الأنترنت، ط1، دار صفاء عمان.
- 34- محمد جاسم العبيدي (2009)، مشكلات الصحة النفسية (أمراضها وعلاجها)، ط2، دار الثقافة، عمان.
- 35- محمد جاسم محمد العبيدي (2004)، مشكلات الصحة النفسية (أمراضها وعلاجها)، ط1، دار الثقافة، الأردن.
- 36- محمد شحاتة ربيع (2005)، أصول الصحة النفسية، ط6، دار غريب، القاهرة.
- 37- محمد عبيدات وآخرون (1999)، منهجية البحث العلمي، ط2، دار وائل للنشر، عمان.
- 38- محمد قاسم عبد الله (2001)، مدخل إلى الصحة النفسية، ط1، دار الفكر عمان.

- 39- مروان أبو حويج، عصام الصفدي (2009)، المدخل إلى الصحة النفسية، ط1، دار المسيرة، الأردن.
- 40- مصطفى زيدان (1972)، النمو النفسي للطفل والمراهق وأسس الصحة النفسية، ط1، منشورات الجامعة الليبية، القاهرة.
- 41- مراد مرداسي وآخرون (2008)، تعليمية البحث العلمي، الجزائر.
- 42- مورييس أنجيس (2006)، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، بوزيد صحراوي وآخرون، ط2، دار القصة الجزائر.
- 43- نادية شرادي (2006)، التكيف المدرسي للطفول والمراهق على ضوء التنظيم العقلي، ب ط، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 44- ناصر الدين زبدي، نصيرة لمين (2012)، مبادئ الصحة النفسية والإرشاد، ب ط، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

الرسائل الجامعية:

- 45- أحمد أحمد بكر قطنية (2011)، الآثار السلبية لإستخدام الأنترنت من وجهة نظر طلبة الجامعة الإسلامية ودور التربية الإسلامية في علاجها، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم أصول التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.
- 46- بلحاج فروجة (2011)، التوافق النفسي الإجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- 47- حمودة سليمة (2009)، إتجاه الوالدين نحو استخدام الأبناء للأنترنت وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا، جامعة الجزائر، الجزائر.

48- سلطان عائض مفرح العصيمي (2010)، إيمان الأنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الإجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم العلوم اللإجتماعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.

49- عبد الله بن أحمد بن علي آل عيسى الغامدي (2009)، تردد المراهقين على مقاهي الأنترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم علم النفس، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

50- غالمي عديلة (2011)، الإدمان على الأنترنت وعلاقته بالسلوك ذو العلاقة بالصحة لدى الشباب، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم العلوم الإجتماعية، جامعة الحاج لخضر، باتنة.

51- مومن بكوش الجموعي (2013)، القيم الإجتماعية وعلاقتها بالتوافق الإجتماعي لدى الطالب الجامعي، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم العلوم الإجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة.

المجلات:

52- محمد محمد عبد الهادي وآخرون (2005)، إيمان الأنترنت وعلاقته بكل من الإكتئاب والمساندة الإجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، العدد4، جامعة القاهرة.

53- نايف سالم طراونة، لمياء سليمان الفنيخ (2012)، إستخدام الأنترنت وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي والتكيف الإجتماعي والإكتئاب ومهارات الإتصال لدى الطلبة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، العدد الأول.

الملتقيات:

54- زينب دهيمي (ب س)، المراهق بين العزلة الإلكترونية والإتصالية داخل الأسرة، الملتقى الوطني الأول حول الإتصال وجودة الحياة في الأسرة، كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية، جامعة قاصدي مرياح ورقلة، الجزائر.

المراجع الأجنبية:

55- RIVILIER.j: Lhomme stresse-puff. Paris,1992

المواقع الإلكترونية:

56 - كيلان محمود(2013)،التوافق النفسي، كلية التربية جامعة بغداد

<https://www.google.dz/search?q=%D9%83%D9%8A%D9%84%D8%A7%D9%86>

57- http://d-jmalat.blogspot.com/2012/04/blog_post_2547.htm

الملاحق

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية

قسم العلوم الإجتماعية

شعبة علم النفس

الجنس: السن:

المستوى الدراسي:

في إطار إعداد مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر

فيما يلي مجموعة من العبارات:

يرجى منك أن تقرأها جيدا، وتضع علامة (X) واحدة فقط أمام كل عبارة منها وذلك في الخانة التي ترى أنها تتفق مع وجهة نظرك، كما أنه ليست هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، لكن المهم أن تعبر العلامات التي تضعها أمام العبارة بصدق على وجهة نظرك

وشكرا على حسن التعاون

الملحق رقم

(1)

مقياس إدمان الإنترنت

الرقم	السؤال	أبدا	نادرا	أحيانا	تكرارا	كثيرا	دائما
1	كم من مرة وجدت نفسك بقيت على الإنترنت وقتنا أطول مما كنت تعتزم؟						
2	هل أهملت الروتين المنزلي لقضاء وقت أطول على الشبكة؟						
3	كم من مرة فضلت الانترنت على الألفة مع صديقك (صديقتك)؟						
4	هل كونت علاقات صداقة من خلال الشبكة؟						
5	هل تدمر منك الآخرون بسبب الوقت الذي تستغرقه في استخدام الشبكة؟						
6	هل تأثرت نتائجك أو واجباتك في العمل أو الدراسة بسبب الوقت الذي تستغرقه في الشبكة؟						
7	كم من مرة تتفحص بريدك الإلكتروني قبل القيام بشيء آخر يجب عمله؟						
8	أتأثر أداؤك في العمل أو الدراسة بسبب الأنترنترنت؟						
9	هل كنت كتوما عندما يسألك الغير عما تفعله في الأنترنترنت؟						
10	كم من مرة أوقفت أفكار الواقع المزعجة واستبدلتها بأفكار أنترنترنت مهدئة؟						
11	هل وجدت نفسك تتوقع متى سوف تستخدم الانترنت من جديد؟						
12	كم من مرة وجدت نفسك تخشى أن الحياة بدون أنترنترنت ستكون كئيبة؟						
13	كم من مرة ضيعت نومك بسبب الدخول في الشبكة خلال ساعات متأخرة من الليل؟						
14	هل تتفعل عندما يزعجك أحدهم وأنت على الشبكة؟						
15	أتشعر أنك منشغل التفكير بالانترنت عندما تكون						

						خارج الشبكة؟	
						هل وجدت نفسك تقول "فقط لبضع دقائق أخرى" وأنت على الشبكة؟	16
						هل حاولت التخفيض من الوقت الذي تستغرقه في استخدام الشبكة لكن أخفقت؟	17
						كم من مرة حاولت إخفاء الوقت إخفاء الوقت الذي استغرقته في استخدام شبكة الانترنت؟	18
						كم من مرة فضلت استخدام شبكة الانترنت للمزيد من الوقت بدل الخروج مع الآخرين؟	19
						أتحس أنك محبط أو قلق عندما تكون خارج الشبكة وعندما ترتبط بها يزول هذا الإحساس؟	20

الملحق رقم

(2)

مقياس التوافق النفسي

الرقم	العبارات	تتطبق نعم	متردد أحيانا	لا تتطبق
المحور الأول				
1	. هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟			
2	. هل أنت متفائل بصفة عامة؟			
3	. هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وانجازاتك أمام الآخرين؟			
4	. هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟			
5	. هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة؟			
6	. هل تتطلع إلى مستقبل مشرق؟			
7	. هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟			
8	. هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟			
9	. هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟			
10	. هل تشعر بالإتزان الانفعالي الهدوء أمام الناس؟			
11	. هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟			
12	. هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟			
13	. هل أنت ناجح متوافق مع الحياة؟			
14	. هل تشعر بالأمن بالطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة؟			
15	. هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟			
16	. هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما؟			

			17 . هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟
			18 . هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟
			19 . هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
			20 . هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟
المحور الثاني			
			21 . هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟
			22 . هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟
			23 . هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية؟
			24 . هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة, حجم الجسم)؟
			25 . هل تساعدك صحتك على مواصلة الأعمال بنجاح؟
			26 . هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟
			27 . هل تعطي نفسك قدر من الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟
			28 . هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟
			29 . هل تعاني من بعض العادات مثل "قضم الأظافر أو الغمز بالعين"؟
			30 . هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟
			31 . هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟
			32 . هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم, فقدان شهية, شره عصبي)؟
			33 . هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟
			34 . هل تشعر بالإجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر؟
			35 . هل تتصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟

			36 . هل تشعر أحيانا أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟
			37 . هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟
			38 . هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق والكلام؟
			39 . هل تعاني من إمساك (أو اسهال) كثيرا؟
			40 . هل تشعر بالنسيان (أوعدم القدرة على التركيز من وقت لآخر؟
المحور الثالث			
			41 . هل تشعر أنك متعاوننا مع أسرتك؟
			42 . هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟
			43 . هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟
			44 . هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟
			45 . هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟
			46 . هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟
			47 . هل تأخذ حقك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟
			48 . هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟
			49 . هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها؟
			50 . هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصادقة؟
			51 . هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟
			52 . هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية والثقافية؟
			53 . هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟
			54 . هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟
			55 . هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟

			56 . هل تشعرك أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟
			57 . هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟
			58 . هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟
			59 . هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟
			60 . هل تشعر بان أسرتك تعاملك على أنك طفلا صغيرا؟
المحور الرابع			
			61 . هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع الآخرين؟
			62 . هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟
			63 . هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟
			64 . هل تتمنى أن تقضي معظم أوقات فراغك مع الآخرين؟
			65 . هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟
			66 . هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟
			67 . ها تعذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟
			68 . هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟
			69 . هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟
			70 . هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على ارضائهم؟
			71 . هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟
			72 . هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟
			73 . هل تحاول الوفاء بوعدهم مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟
			74 . هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
			75 . هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو

			ترفضه؟	
			76 . هل تفتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	
			77 . هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟	
			78 . هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟	
			79 . هل تتخلى عن اسداء النصح لزميلك خوفا من أن يزعل منك؟	
			80 . هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت، وذلك انطلاقاً من التساؤلين التاليين:

- ما مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت.

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت تعزى لمتغير الجنس.

وللإجابة على التساؤلين طرحنا الفرضيات التالية:

- يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت مستوى منخفض من التوافق النفسي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس.

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي على عينة مكونة من 32 مراهق مفرط في استخدام الإنترنت، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس إدمان الإنترنت لكمبرلي يونغ، ومقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير، وتمت معالجة البيانات بواسطة برنامج التحليل الإحصائي spss17.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى أنه:

- يوجد لدى المراهق المفرط في استخدام الإنترنت مستوى متوسط في التوافق النفسي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس.

Summary of the Study

- This study aimed to identify the level of psychological compatibility of the Excessive Internet use adolescent , based on the following questions :
 - What is the level of the psychological compatibility of the Excessive Internet use adolescent ?.
 - Are there significant differences in the level of psychological compatibility of excessive Internet use adolescent due to the sex variable ?.
- To answer the questions we suggested the following hypotheses:
 - a adolescent in the excessive use of the Internet has a low level of psychological compatibility.
 - There are statistically significant differences in the level of psychological compatibility among the members of the sample due to the sex variable.
- The researcher used the descriptive approach on a sample of 32 adolescent excessive use of the Internet , and the study tools Represented in: gauge Internet addiction Kimberly Young and the measure of psychological compatibility of Zainab Shakir Mahmoud , and The data were processed by the statistical analysis program spss17.
- Through the results of the study we concluded that:
 - the adolescent excessive use of the Internet has an average level of psychological compatibility .
 - No statistically significant differences in the psychological compatibility of the sample due to the sex variable.