كلية التربية

قسم الصحة النفسية

إدمان الإنترنت وبعض المشكلات النفسية الأكثر شيوعاً لدى المراهقين من الجنسين
(دراسة سيكومترية كلينيكية)

رسالة مقدمة من

وسام عزت محمد عباس

للحصول على درجة الماجستير فى التربية

(تخصص صحة نفسية)

إشراف

الدكتور/حامد عبد السلام زهران
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية جامعة عين شمس

الدكتورة/ سهولیت فؤاد إبر اهيم
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية جامعة عين شمس

2011

Faculty of Education
Department of Mental Health

Internet Addiction and Some of the Most Common Psychological Problems among Adolescents (A Psychometric Clinical Study)

By
Wessam Ezzat Mohammad

For a Master's degree in Education

Specialization

(Mental Health)

Supervised by

Dr / Hamed Abd Elsalam Zahran
Professor of Mental Health
Faculty of Education
Ain Shams University

Dr / Vuliet Fouad Ibrahim
Professor of Mental Health
Faculty of Education
Ain Shams University

2011

ملخصا الدراسة

- ملخص الدراسة باللغة العربية .
- ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية .

ملخص الدراسة باللغة العربية :

مقدمة :

لم يسبق لأداة منذ فجر التاريخ أن خدمت الإنسان بالدرجة التي خدم فيها الحاسب الآلي بشكل عام والإنترنت بشكل خاص تقدم الإنسان ورفعته. فهذه الشبكة العملاقة غيرت شكل الحياة في مدة زمنية متناهية الصغر، محققةً غايات وأهداف عظيمة لخدمة المعرفة والعلم والتقدم. ولكن قد يتعجب القارئ عندما يرى كلمة "إدمان" مضافة إلى "إنترنت", فعادة ما يكون الإدمان مرتبطا باستخدام مواد تدخل جوف الإنسان مثل المسكرات والمخدرات. ولكن الحقيقة أن هناك عددا من الدراسات الكلينيكية في مجال الإدمان قد توصلت إلى انه قد ينتج إدمان مرضي من جراء استخدام الإنترنت بطريقة غير سليمة.

ويتم تعريف الإدمان بشكل عام على أنه " المداومة على تعاطى مواد معينة أو القيام بنشاطات معينة لمدة طويلة بقصد الدخول فى حالة من النشوة أو إستبعاد الحزن و الأكتئاب " وهذا التعريف لم يقتصر على تعاطى مواد بعينها بل أستخدم تعريفا فسيحا بحيث يمكن أن يشمل إدمانات أخرى غير العقاقير (حسام عزب ,2003:117).

فجميع الإدمانات (بمخدرات أو بغير مخدرات) إنما هى محاولات فاشلة للسيطرة على مشاعر الإثم ، أو الإكتئاب ، أو القلق ، وذلك عن طريق النشاط الإدمانى الذي يقوم به المدمن ، وإنها تتصل بالاتجاهات المضادة للمخاوف ، فمن بعض الأمثلة على الإدمان بغير مخدرات ، الكلبتومانيا(هوس السرقة) ، والبولميا (إدمان الطعام)، وإدمان القراءة وإدمان الهوايات (حسام عزب ,2001 :289) .

فالنمو المتسارع للحاسبات الشخصية وصولا إلى تكنولوجيا الإنترنت زادو من دور ومكانة التكنولوجيا فى حياتنا و ثقافتنا بشكل مثير ، وهذه الإثارة جعلت الفرد ملتصق بالكمبيوتر والإنترنت الأمر الذي جعله يترك الأنشطة الأخرى اليومية المهمة فى حياته مما أدى به إلى الاضطرابات النفسية وله أكبر تأثير على صحته النفسية (جوزيف مكجلينشى Mcglinchey,2003: 103) .

ويمكن تقسيم مستخدمى شبكة الإنترنت إلى فئتين أساسيتين الأولى تبغى بلوغ أهداف معلومة ومحددة بدقة بالغة ، أما الثانية فهى لا تهدف من وراء استخدام شبكة الانترنت سوى المتعة والإثارة وشغل أوقات الفراغ ، ونجد هنا أن أغلبية أفراد الفئة الثانية هم ممن ينتمون إلى الفئات العمرية الصغيرة والمراهقين مما يزيد من إمكانية تأثرهم السلبي

لطول المدة التى يقضونها أمام شاشات الانترنت وأفادت الدراسة بان مستخدمى الإنترنت قد سجلوا انخفاضا فى التفاعل مع الوالدين مما يوضح انخفاض العلاقات الأسرية بصفة عامة هذا مع الأخذ فى الاعتبار الطبيعة الخاصة للمراهقين والتى تجعلهم فريسة سهلة للانعزال والاغتراب الاجتماعى عن المحيطين حيث تتقلص الفترة التى يقضوها مع أسرهم أو مشاركتهم فى أى أنشطة أخرى (دينا عساف،2005 :67) .

فهذه الفترة بها حاجات نفسية للمراهق لا يستطيع إشباعها وعندما لا يحقق المراهق حاجه لديه يصبح مضطربا ومتوترا , وغير مستقر ومن ثم فهو يبحث لنفسه عن هدف محدد يعينه على تخفيف حاله عدم الاتزان التى يعانى منها .ونادرا ما يحقق المراهق لنفسه مكانه كافيه يرتضيها (إبراهيم قشقوش ، 1980 : 228 229) .

وفى وسط هذه المرحلة التى يكون بها الفرد ضعيفا قابلا للانقياد مع أي تيار نجد وسائل الأعلام جميعها بما فيها الإنترنت تدفع المراهقين لامتصاص اتجاهات وقيم و إرادة عن طريق الغزو الثقافي لا تتفق مع اتجاهات وقيم المجتمع , وقد تنمى فيهم عن طريق التقليد والتوحد مع ما يشاهدون زيادة اتجاهات الجناح والجريمة. والدراسات التى تناولت تأثير وسائل الأعلام على المراهقين أشارت إلى ضرورة ترشيد المواد التى تقدم لأبنائنا من خلال قنو ات الاتصال الجماعي لما لها من تأثيرات سيئة (فيوليت فؤاد ، 2004 :64 65) .

مشكلة الدراسة

دخلت شبكة الإنترنت بشكل مذهل في البيوت والمقاهي ، وزاد عدد مستخدميها ،وعدد ساعات الاستخدام، مما لفت نظر التربويين والأخصائيين النفسيين لهذا الاضطراب الجديد الذى جعل الفرد يترك الأنشطة الأخرى اليومية الهامة فى حياته ، وأدى به إلى الاضطرابات النفسية كما له تأثير واضح على الصحة النفسية للفرد .

وتتبلور مشكلة الدراسة الحالية فى الإجابة على الأسئلة الآتية :.

1- هل الاستخدام المتزايد للإنترنت يؤدى لإدمان المستخدم له .

2- هل توجد علاقة بين إدمان الإنترنت وبعض المشكلات النفسية لدى المراهقين(ذكور وإناث) .

مصطلحات الدراسة

* الإدمان Addiction

هو التعود على استعمال شئ ما أو الحاجة القهرية لاستعماله (عبد العزيز الشخص ،2006 : 12)

* إدمان الإنترنت Internet addiction

هو متلازمة الاعتماد النفسى للمداومة على ممارسة التعامل مع شبكة الإنترنت لفترات طويلة أو متزايدة ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية (بل وعلى حساب هذه الضرورات وغيرها) مع ظهور المحكات التشخيصية المألوفة فى الإدمانات التقليدية من قبيل التكرارية والنمطية والإلحاح والهروب والإنسحاب من الواقع الفعلى إلى واقع إفتراضى ، كما يكون السلوك فى هذه الحالة قهرياً عنيداً ومتشبثاً بحيث يصعب الإقلاع عنه دون معاونة علاجية للتغلب على أعراض الإنسحابية النفسية (حسام عزب،6:2001) .

* المشكلات النفسية Psychological problems

هى مشكلات قد يعانى منها الفرد العادى فى حياته اليومية لا تصل إلى درجة المرض النفسى . ويجب الاهتمام بحل وعلاج هذه المشكلات قبل أن يستفحل أمرها وتتطور الحالة إلى عصاب أو ربما إلى ذهان أو على الأقل حتى لا تحول دون النمو السوى ودون تحقيق الصحة النفسية (حامد زهران،1997 : 403) .

* المراهقة Adolescence

هى الفترة التى يكون فيها الفرد غير ناضج أنفعالياً وذا خبرة محدودة ويقترب من نهاية نموه البدنى والعقلى فهى الفترة من حياة الشخص التى تقع فيما بين مرحلة الطفولة وبداية الرشد وعلى ذلك فالمراهق ليس طفلاً وليس راشداً ولكنه يقع فى مجال القوى والمؤثرات و التوقعات المتداخلة فينا بينها(سعدية بهادر،1994 : 329) .

أهمية الدراسة

1 ترجع أهمية الدراسة إلى أنها ترتبط بوسيلة من أهم وسائل الاتصال الحديثة ألا وهى الإنترنت كظاهرة منتشرة لدى المراهقين من الجنسين ومدى أهمية هذه الوسيلة لهم وطريقتهم ودوافعهم لاستخدامها وتأثيرها على سواءهم النفسى.

2 تكمن أهمية الدراسة أيضاً إلى أن إدمان الإنترنت أصبح ظاهرة من الظواهر المنتشرة بشكل كبير فى هذا العصر بل وفى مختلف البيئات والثقافات والمجتمعات سواء العربية أو الغربية.

3 ترتبط الدراسة بفئة عمرية من أخطر الفئات العمرية فى حياة الفرد وهى فترة المراهقة التى يكون الفرد بها ضعيفا قابلا للانقياد مع أي تيار.

4 ترجع أهمية الدراسة أيضاً إلى أنها من أوائل الدراسات العربية (فى حدود علم الباحثة) التى تتناول الإنترنت باعتباره نوع جديد من الإدمان وتأثيره على المشكلات النفسية للمراهقين.

أهداف الدراسة

1 التعرف على المشكلات النفسية الناتجة عن إدمان الإنترنت لدى المراهقين.

2 التعرف على أهم المشكلات النفسية لدى المراهقين المرتبطة باستخدامهم للإنترنت.

3 ألقاء الضوء على بعض العوامل التى تؤدى بالبعض لإدمان الإنترنت.

4 معرفة هل هناك اختلاف بين المراهقين من الجنسين فى درجة إدمانهم للإنترنت.

فروض الدراسة:

بعد العرض لبعض الدراسات السابقة حول موضوع الدراسة الحالية تصوغ الباحثة فروضها كما يلى.:

1. توجد علاقة طردية بين درجات أفراد العينة على مقياس إدمان الإنترنت وبعض المشكلات النفسية لدى المراهقين من الجنسين.
2. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور و متوسط درجات الإناث على مقياس إدمان الإنترنت لصالح الذكور.
3. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات مدمنى الإنترنت والمستخدمين العاديين فى درجة أصابتهم بالمشكلات النفسية لصالح مدمنى الإنترنت.
4. تتباين درجات المراهقين مدمنى الأنترنت على مقياس إدمان الإنترنت باختلاف أعمارهم الزمنية (15 سنة / 16 سنة / 17 سنة).

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:

تعتمد الدراسة الحالية على استخدام منهج سيكومترى كلينيكى.

عينة الدراسة:

العينة فى هذه الدراسة عينة عشوائية مقيدة تشمل على مجموعة من المراهقين بلغت (200) مفردة تتراوح أعمارهم ما بين (12 ـ 18عاماً) من طلاب المدارس الإعدادية والثانوية مقسمة إلى (100) ذكور و(100) إناث من مستخدمى الإنترنت.

ولتحديد أهم المشكلات التى تتضمنها الدراسة قامت الباحثة بدراسة استطلاعية على عينة من (20) مفردة تمثل 10% من عينة الدراسة الإجمالية تم أختيارها بحيث تشمل (10) من الذكور و (10) من الإناث.

أدوات الدراسة:

استمارة بيانات عن المفحوصين و المفحوصات من أعداد الباحثة.

-مقياس إدمان الإنترنت من أعداد الباحثة.

-مقياس الصحة النفسية للشباب (حامد زهران،فيوليت فؤاد،1991).

نتائج الدراسة:

1. توجد علاقة أرتباطية سالبة دالة أحصائياً بين درجات المراهقين على مقياس إدمان الإنترنت ودرجاتهم على أبعاد مقياس الصحة النفسية للشباب.
2. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس إدمان الإنترنت ، فى اتجاه الذكور.
3. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات مدمنى الإنترنت والمستخدمين العاديين على أبعاد مقياس الصحة النفسية للشباب فى اتجاه المستخدميين العاديين .
4. تتباين درجات المراهقين مدمنى الإنترنت على مقياس إدمان الإنترنت بأختلاف أعمارهم الزمنية (15 ـ 16 ـ 17) سنة.
5. تتباين درجات المراهقين مدمنى الإنترنت على مقياس إدمان الإنترنت بأختلاف أماكن استخدام الإنترنت (المدرسة – المنزل– مقاهى الإنترنت).
6. تتباين درجات المراهقين مدمنى الإنترنت على مقياس إدمان الإنترنت بأختلاف المستوى الاجتماعى الاقتصادى (مرتفع – متوسط – منخفض).

أولاً : محتويات الدراسة

الموضوع	رقم الصفحة
الفصل الأول مدخل وتمهيد إلى للدراسة	12 ـ 20
مقدمة	13
مشكلة الدراسة	15
أهداف الدراسة	17
أهمية الدراسة	17
مصطلحات الدراسة	19
حدود الدراسة	20
الفصل الثانى الإطار النظرى والمفاهيم الأساسية	21 ـ 96
تمهيد	22
أولاً: الإطار المفاهيمى : المحور الأول : الإنترنت والإدمان	24
1ـ الإدمان	
2ـ الإنترنت	26
مفهوم الإنترنت	26
بداية الإنترنت	27
ثانياً: إدمان الإنترنت	27
1ـ مفهوم إدمان الإنترنت	27
2ـ هل الإنترنت إدمان أم لا " جدل لايزال قائماً "	29
أهم استخدامات الإنترنت	30
العلامات التحذيرية لإدمان الإنترنت	31
أشكال إدمان الإنترنت	32
ثالثاً: تفسيرات إدمان الإنترنت	33
دوافع التعرض إلى الإنترنت	44
تشخيص إدمان الإنترنت	44
لماذا يسبب الإنترنت إدمان	50
الأشخاص الأكثر عرضة لإدمان الإنترنت	52

أهم المواقع بالنسبة لمدمنى الإنترنت	55
الآثار السلبية لإدمان الإنترنت	56
سبل الوقاية من إدمان الإنترنت	63
أساليب التغلب على إدمان الإنترنت	64
علاج إدمان الإنترنت	65
تعقيب على إدمان الإنترنت	72
المحور الثانى : المشكلات النفسية	73
مفهوم المشكلات النفسية	73
أهم المشكلات النفسية واضطرابات الشخصية	74
الأسباب التى تؤدى إلى المشكلات النفسية	78
المحور الثالث : المراهقة	81
مفهوم المراهقة	82
مراحل المراهقة	83
مشاكل المراهقة	83
مطالب النمو فى مرحلة المراهقة	84
حاجات المراهقين	85
أشكال المراهقة	90
أبرز المشكلات والتحديات السلوكية فى حياة المراهق	91
المحور الرابع : مخاطر وسلبيات الإنترنت وعلاقتها بالمشكلات النفسية للمراهقين	92
طرق علاج المشكلات التى يمر بها المراهق	92
الآثار النفسية لإدمان الإنترنت على المراهقين	94
الفصل الثالث دراسات وبحوث سابقة	96 137
تمهيد	97
أولاً: دراسات تناولت استخدام الإنترنت فى علاقته ببعض المتغيرات الديموجرافية	97
ثانياً: دراسات تناولت الإنترنت وبعض مشكلات المراهقين من الجنسين	109

ثالثاً : خلاصة وتعقيب على الدراسات السابقة	134
رابعاً : أوجة الأستفادة من الدراسات السابقة فى الدراسة الحالية	136
خامساً : فروض الدراسة	137
الفصل الرابع المنهج والإجراءات	138 ـ 153
تمهيد	139
منهج الدراسة	139
عينة الدراسة	139
أدوات الدراسة	140
مقياس إدمان الإنترنت	141
مقياس الصحة النفسية	145
مقياس الأمن النفسى	147
مقياس الشعور بالوحدة النفسية	150
الأساليب الإحصائية	152
خطوات الدراسة	153
الفصل الخامس نتائج الدراسة ومناقشتها	154 ـ 200
تمهيد	155
نتائج التحقق من الفرض الأول	155
نتائج التحقق من الفرض الثانى	159
نتائج التحقق من الفرض الثالث	161
نتائج التحقق من الفرض الرابع	165
نتائج التحقق من الفرض الخامس	167
نتائج التحقق من الفرض السادس	171
تعقيب على النتائج	174
دراستا الحالة الكلينيكية	175
قائمة المراجع	201
أولاً : مراجع باللغة العربية	202
ثانياً : مراجع باللغة الإنجليزية	211

توصيات الدراسة	219
بحوث مقترحة	220
ملخصات الدراسة	236
ملخص الدراسة باللغة العربية	237
ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية	243

فهرس الجداول

قائمة الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	معاملات الاتفاق بين المحكمين لعبارات مقياس إدمان الأنترنت	144
2	الاتساق الداخلى لعبارات مقياس إدمان الأنترنت	145
3	قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ والتجزئة النصفية وإعادة تطبيق المقياس	146
4	معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى لمقياس الصحة النفسية للشباب	147
5	معاملات الارتباط بين درجات المراهقين على مقياس إدمان الإنترنت ودرجاتهم على أبعاد مقياس الصحة النفسية للشباب	157
6	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس إدمان الإنترنت	159
7	دلالة الفروق بين متوسطات درجات مدمنى الإنترنت والمستخدمين العاديين على أبعاد مقياس الصحة النفسية للشباب	162
8	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المراهقين مدمنى الإنترنت طبقاً للأعمار الزمنية على مقياس إدمان الإنترنت	165
9	تحليل التباين أحادى الاتجاه لدرجات المراهقين مدمنى الإنترنت على مقياس إدمان الإنترنت	165
10	دلالة الفروق بين متوسطات درجات المراهقين بالمجموعات الثلاث على مقياس إدمان الإنترنت باستخدام اختبار شفيه	166
11	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المراهقين	168

	مدمنى الإنترنت طبقاً لأماكن استخدام الإنترنت على مقياس إدمان الإنترنت	
12	تحليل التباين أحادى الاتجاه لدرجات المراهقين مدمنى الإنترنت على مقياس إدمان الإنترنت	168
13	دلالة الفروق بين متوسطات درجات المراهقين بالمجموعات الثلاث على مقياس إدمان الإنترنت باستخدام اختبار شفيه	169
14	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المراهقين مدمنى الإنترنت طبقاً للمستوى الاجتماعى الاقتصادى على مقياس إدمان الإنترنت	171
15	تحليل التباين أحادى الاتجاه لدرجات المراهقين مدمنى الإنترنت على مقياس إدمان الإنترنت	171
16	دلالة الفروق بين متوسطات درجات المراهقين بالمجموعات الثلاث على مقياس إدمان الإنترنت باستخدام أختبار شفيه	172

فهرس الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
1	الفروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس إدمان الإنترنت	160
2	الفروق بين متوسطات درجات مدمنى الإنترنت والمستخدمين العاديين على جميع أبعاد مقياس الصحة النفسية للشباب	163
3	الفروق بين متوسطات درجات المراهقين بالمجموعات الثلاث (15 سنة / 16 سنة / 17 سنة) على مقياس إدمان الإنترنت	167
4	الفروق بين متوسطات درجات المراهقين بالمجموعات الثلاث (المدرسة / المنزل / مقاهى الأنترنت) على مقياس إدمان الإنترنت	170
5	الفروق بين متوسطات درجات المراهقين بالمجموعات الثلاث (مستوى مرتفع / مستوى متوسط / مستوى منخفض) على مقياس إدمان الإنترنت	173

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	221
1	ملحق (1) قائمة بأسماء السادة المحكمين	222
2	ملحق (2) مقياس إدمان الإنترنت	223
3	ملحق (3) مقياس الشعور بالوحدة النفسية	229
4	ملحق (4) مقياس الأمن النفسى	231
5	ملحق (5) نموذج دراسة حالة	233

الفصل الأول
مدخل وتمهيد للدراسة

- **مقدمة**
- **أولاً : مشكلة الدراسة**
- **ثانياً : هداف الدراسة**
- **ثالثاً : أهمية الدراسة**
- **رابعاً : مصطلحات الدراسة**
- **خامساً : حدود الدراسة**