جامعـــــة محمد الصديق بن يحي –جيجـــــــــل–
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلبة علوم التربية

–دراسة ميدانية بجامعة جيجل–

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علوم التربية

تخصص: علم النفس التربوي

إعداد الطالبتين:

- عيمر أميمة
- سويعد شيماء

إشراف الأستاذة:

د. بشتة حنان

السنة الجامعية: 2019/2018م

جامعـــــة محمد الصديق بن يحي –جيجـــــــــل–
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلبة علوم التربية

–دراسة ميدانية بجامعة جيجل–

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علوم التربية

تخصص: علم النفس التربوي

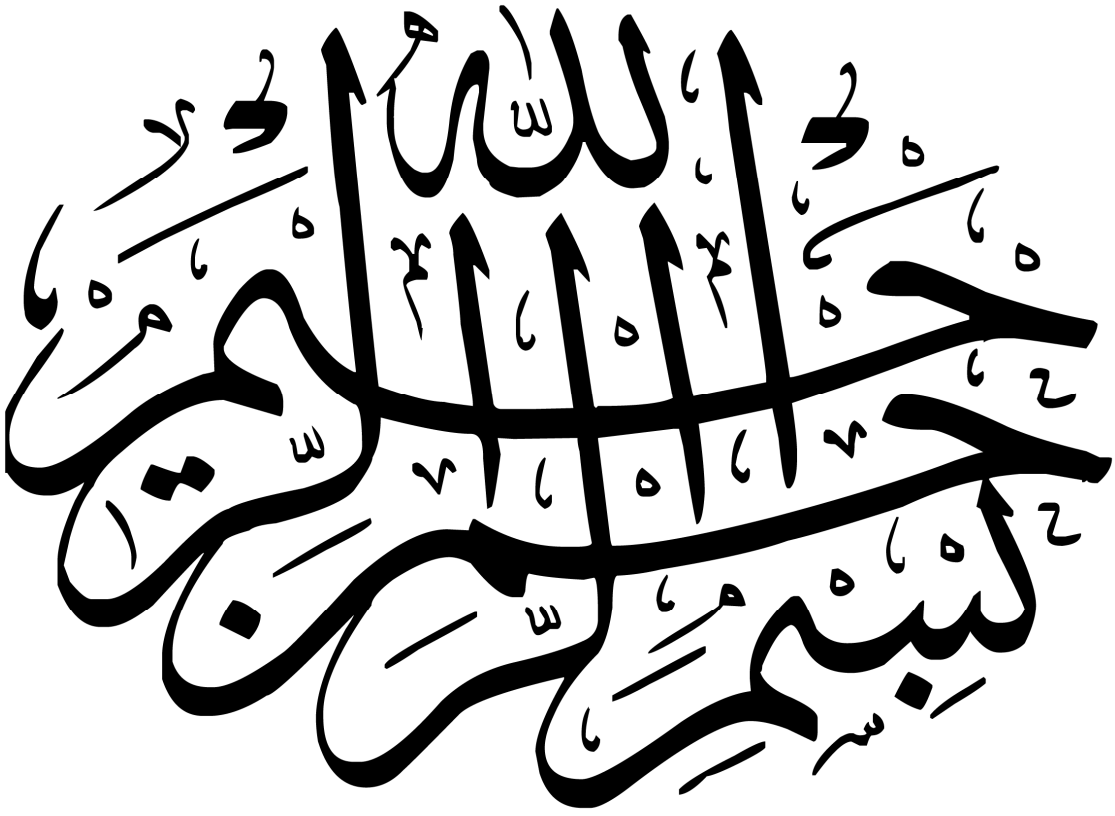
إعداد الطالبتين:

- عيمر أميمة
- سويعد شيماء

إشراف الأستاذة:

د. بشتة حنان

السنة الجامعية: 2019/2018م


بسم الله الرحمن الرحيم

الشكر والتقدير

شكر وتقدير

يقول تعالى في كتابه العزيز بعد بسم الله الرحمان الرحيم

{ وإذا تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدنكم }

في البداية نشكر الله العلي القدير ونحمده حمدا كثيرا على توفيقه لنا في إنجازنا لهذا البحث العلمي الذي نتمناه أن يكون شعلة مضيئة في مصف البحوث الرائدة، كما نتوجه بالشكر الذي يسموه كل التقدير والاحترام للأستاذة المشرفة الدكتورة القديرة "بشتة حنان"

التي قدمت لنا كل التوجيهات والملاحظات والتوصيات فيما يتعلق بالبحث وعلى مساندتها لنا من بداية اختيار الموضوع حتى نهاية العمل،فلها منا بالغ الشكر والعرفان وخالص الإمتنان، كما نتقدم بالشكر الجزيل للأستاذ "بزنيار يوسف" على تقديمه لنا يد العون ومساندتنا في كل صغيرة كبيرة، وإلى الأستاذة "بوكراع إيمان" على نصائحها السديدة لنا لها كل الشكر، وإلى عمال مكتبة جامعة جيجل وكل أساتذة وطلبة قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا، لهم منا فائق التقدير والاحترام .

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية، ومعرفة درجة ارتباط أبعاد الاغتراب النفسي من عزلة اجتماعية للهدف، التمرد، العجز، فصيغ التساؤل الرئيسي التالي:

هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية.

ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي واستبيان إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس الاغتراب النفسي، كما تم تطبيق الأدوات على عينة عددها(80) طالب وطالبة من طلبة تخصص علوم التربية بجامعة جيجل.

وللإجابة عن تساؤلات الدراسة تم استخدام معامل الارتباط لبيرسون من خلال تطبيق برنامج الحزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية:

- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى الدلالة (0.01) بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية.
- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى الدلالة (0.01) بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى طلبة تخصص علوم التربية.
- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى الدلالة (0.01) بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والاهداف لدى طلبة تخصص علوم التربية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى الدلالة (0.01) بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتمرد لدى طلبة تخصص علوم التربية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى الدلالة (0.01) بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعجز لدى طلبة تخصص علوم التربية.

Study Summary

The present study aimed to identify the addiction of social networking sites and their relation to psychological alienation among students in the field of education sciences and to determine the degree of correlation between the dimensions of psychological alienation from the social isolation of the goal of rebellion.

Is there a correlation between statistical and social addiction and psychological alienation among students in the field of education sciences?

In order to achieve the objectives of the study, the descriptive descriptive approach and the questionnaire of addiction to social networking sites and psychological alienation scale were applied. The tools were also applied to a sample of 80 students from the sciences of education University of Jijel.

In order to answer the questions of the study, the Pearson correlation coefficient was applied through the implementation of the statistical packages program and the study reached the following results

- There is a correlation relationship with a positive statistical significance at the level of significance (0.01) between addiction social networking sites and psychological alienation among students in the field of education sciences.

- There is a correlation relationship with a positive statistical significance at the level of significance (0.01) between addiction social networking sites and social isolation among students in the science of education.

- There is a correlation relationship with a positive statistical significance at the level of significance (0.01) between the addiction social networking sites and objectives among students in the science of education.

- There is a significant positive correlation relationship at the level of significance (0.01) between addiction to social networking sites and rebellion among students in the field of education sciences.

- There is a significant positive correlation relationship at the level of significance (0.01) between the addiction of social networking sites and the disability of students in the field of education sciences.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

المحتوى	الصفحة
كلمة شكر وعرفان	
ملخص باللغة العربية	
ملخص باللغة الانجليزية	
فهرس المحتويات	
قائمة الجداول	
مقدمة	أ–ب
الفصل الأول: الإطار المفاهيمي للدراسة	
أولا– الإشكالية الدراسة ومبرراتها	4
ثانيا– أهمية الدراسة	5
ثالثا– أهداف الدراسة	6
رابعا– فرضيات الدراسة	7
خامسا– مصطلحات الدراسة	7
سادسا– الدراسات السابقة	8–14
خلاصة الفصل	15
الجانب النظري	
الفصل الثاني: الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي	
تمهيد	17
أولا– مفهوم الإدمان	18
ثانيا– مفهوم الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي	18
ثالثا– أسباب الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي	18
رابعا– أعراض الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي	19
خامسا– أثار الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي	19–20
سادسا– سبل الحد من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي	21
سابعا– الوقاية من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي	22

خلاصة الفصل	23
الفصل الثالث: الاغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية	
تمهيد	25
أولا– مفهوم الاغتراب النفسي	26
ثانيا– أبعاد ظاهرة الاغتراب النفسي	27
ثالثا– أنواع الاغتراب النفسي	28
رابعا– العوامل المسببة للاغتراب النفسي	30
خامسا– مواجهة الاغتراب النفسي	31
سادسا– خصائص الشخصية المغتربة	32
سابعا– النظريات المفسرة للاغتراب النفسي	33–35
خلاصة الفصل	25
الجانب الميداني	
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة	
تمهيد	38
أولا– الدراسة الاستطلاعية	39
ثانيا– الدراسة الأساسية	54
1– حدود الدراسة	55
2– منهج الدراسة	55
3– عينة الدراسة	56
4– أساليب المعالجة الإحصائية	57
خلاصة الفصل	58
الفصل الخامس: عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة	
تمهيد	60
أولا– عرض نتائج الفرضية العامة	61
ثانيا– عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى	61
ثالثا– عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	62
رابعا– عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة	63

خامسا: تحليل وتفسير الفرضية العامة	64
سادسا– تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى	65
سابعا– تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية االثانية	65
ثامنا– تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	66
تاسعا– تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية االرابعة	67
خلاصة الفصل	68
النتائج العامة للدراسة	69
المقترحات	69
الخاتمة	71
قائمة المصادر والمراجع	74
قائمة الملاحق	80–79

قائمة الجداول

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
جدول رقم 01	يبين تعديلات على استبيان ادمان مواقع التواصل الاجتماعي	40
جدول رقم 02	يبين تعديلات على مقياس الإغتراب النفسي	41
جدول رقم 03	يبين عبارات المقياس التي تم تعديل صياغتها بناء على رأي المحكمين	42
جدول رقم 04	يوضح النسبة المئوية والدرجة الكلية لعبارات استبيان ادمان مواقع التواصل الاجتماعي	46
جدول رقم 05	يوضح النسبة المئوية والدرجة الكلية لكل محور من محاور مقياس الاغتراب النفسي	52
جدول رقم 06	يوضح توزيع أفراد العينة حسب سنة التخصص	56
جدول رقم 07	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس	57
جدول رقم 08	يبين معامل الإرتباط بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإغتراب النفسي	61
جدول رقم 09	يوضح معامل الارتباط بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية	61
جدول رقم 10	يوضح معامل الارتباط بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي واللاهدف	62
جدول رقم 11	يوضح معامل الارتباط بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي و التمرد	63
جدول رقم 12	يوضح معامل الارتباط بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والعجز	63

الفصل الأول :الإطار المفاهيمي للدراسة

تمهيد

1- إشكالية الدراسة ومبرراتها

2-أهمية الدراسة

3- أهداف الدراسة

4- مصطلحات الدراسة

5- الدراسات السابقة

6- فرضيات الدراسة

خلاصة الفصل

أولا: اشكالية الدراسة وتساؤلاتها:

تعتبر شبكة الانترنت من أكثر الوسائل التكنولوجية هذه الأيام لما لها من خدمات واسعة يمكن الاستفادة منها ، إذ تتيح فرصا كثيرة للحصول على العديد من المعلومات المطلوبة خلال أوقات قصيرة ، وهذا ما جعل الاتجاهات العالمية تتجه نحو الاهتمام الكبير بالأنترنت وما فيها من مواقع التواصل الاجتماعي كالفايسبوك والانستغرام تساعد الطلاب في التواصل مع بعضهم البعض ومشاركة يومياتهم ومناسباتهم على صفحاتهم الفايسبوكية ،وتكوين علاقات صداقة افتراضية مع مختلف الأقطار الأخرى والثقافات المختلفة.(نجم الدين علي مردان،2006:6).

وقد شكلت هذه الخدمات تزايد اعداد مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي حول العالم لتصل إلى مئات الملايين، "حيث تشير احصائيات إلى أنه نهاية عام (2007 (تضاعف عدد مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي سبعة عشر مرة ليصل إلى حوالي مليار مستخدم في مدة عشر سنوات فقط، حيث لم يكن يتجاوز (70 مليون شخص في عام 1997) ،وهي زيادة لم تشهدها أي وسيلةاعلامية أخرى على مدار التاريخ فضلا عن استمرار انتشارها إلى غاية يومنا هذا".(محمد علي،2010:16،)

وكما أن لكل تكنولوجيا جديدة ايجابياتها فان مواقع التواصل الاجتماعي لها سلبياتها أيضا فقد أسهم دخولها في السنوات الأخيرة بخلق جيل جديد من المدمنين على استخدامها في جميع دول العالم، وعلى الرغم من الفوائد العديدة التي توفرها وتقدمها لالملايين الناس حول العالم إلا أنها تمثل خطرا حقيقيا، اذا ما تم استخدامها بإفراط خاصة من قبل الطلاب الجامعيين. (جيهان سنباطي،2012)web : فتشير أحدث الإحصائيات إلى أن (93 (%من الطلبة والمراهقين حول العالم يستخدمون الأنترنت اليوم(مسعودة هتهات ،2013:6) ، وهذا العدد الهائل من المستخدمين يضم طلاب وطالبات الجامعات حيث تشير غالبية البحوث إلى أن أكبر نسبة من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي هم أصحاب الدرجة الجامعية الأولى والثانوية تقدر ب(34 %) (يعقوبيونس الأسطيل،2011:20)

فطلاب الجامعات من أكثر الفئات تعاملا مع مواقع التواصل الاجتماعي و بالتالي الأكثر انبهارا وتأثرا بالأفكار الواردة ، حسب ما ذكره حسن عبد السلام محمد الشيخ 2011 ،ومما لاشك فيه أن استغراق الطالب الجامعي في التصفح لساعات طويلة لمواقع الدردشة والتحاور يؤدي الى استنزاف الوقت والجهد كما يعرضهم لاضطرابات نفسية واجتماعية، (حسن عبد السلام محمد 1022:2011)،الشيخ ويمكن تفسير الأرقام والإحصاءات المرتفعة المتعلقة باستعمال مواقع التواصل الاجتماعي على انها

أصبحت أكثر جاذبية للطالب الجامعي، فلم يعد الأمر يقتصر على الجلوس أمام الكومبيوتر أو هاتفه النقال في أوقات الفراغ ، بل أصبح الجلوس أمام الكومبيوتر لفترات طويلة سمة أساسية في حياة الطلاب الجامعيين وجزء لا يتجزأ من نشاطاتهم اليومية وإضافة إلى أن هناك العديد من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي يسرفون في استخدامها مما يؤثر على حياتهم الشخصية والاجتماعية ويظهر عليهم ما يسمى بأعراض "إدمان مواقع التواصل الاجتماعي " وقد أثبتت الدارسات أن الطالب الذي يقع في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي يتأثر نموه المعرفي والتربوي مما يوجب على المجتمع أن لايقف وقفة المتفرج أمام هدر هذه الثروة الشبابية وإعاقة نموها المعرفي والتربوي وذلك بالتأثير السلبي على مستوى الطالب التحصيلي في المدرسة مما يتطلب التغلب على هذه الظاهرة (ناصر الدينالعبيدي)، فالإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يؤدي إلى حدوث مشكلات نفسية لدى الطالب المدمن ألا وهي الشعور بالاغتراب النفسي وهذا ما توصلت إليه دارسة إسعاد البنا(2006) على أن الاغتراب يؤثر على تحصيل الطالب الجامعي كما أكدت العديد من الدراسات مثل دراسة الشافعي، فالإغتراب النفسي ظاهرة نفسية شديدة الخطورة تؤثر على الفرد والمجتمع ككل، ففيها يشعر الفرد بالعزلة واللامعنى من حياته، وذلك نتيجة الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ومن هذا المنطلق يتضح أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي قد يؤدي إلى مشكلة الإغتراب النفسي.

ومن هنا فالدراسة الحالية الإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي:

هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية؟

التساؤلات الجزئية:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة تخصص علوم التربية؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته اللاهدف لدى طلبة تخصص علوم التربية؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتمرد لدى طلبة تخصص علوم التربية؟

- هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعجز لدى طلبة تخصص علوم التربية؟

1-مبررات الدراسة:

الرغبة في دراسة العلاقة بين ادمان مواقه التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية

التعرف على ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة تخصص علوم التربية

المساهمة في اثراء النقاش وتعميق الفهم الي خطورة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

القيمة العلمية للموضوع ومايمكنه ان يضيفه من أفكار ومعلومات ونتائج

ثانيا:أهمية الدراسة:

تتمثل هذه الدراسة في إدمان طلبة علوم التربية مواقع التواصل الاجتماعي، وتأتي أهمية هذه الدراسة فيما يلي:

- التعرف على المشكلات التي يسببها الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي بأنواعها المختلفة سواء نفسية أو اجتماعية.
- تقديم الإضافة العلمية للموضوع وتنوير مختلف الباحثين الراغبين في الاطلاع على هذه الدراسة.
- التركيز بالدراسة على فئة الشباب الجامعي، باعتباره احد الركائز الأساسية لبناء المجتمعات وتطورها.
- التحسيس والوقاية من فرط استخدام الوسائل والمواقع الاجتماعية.

ثالثا: أهداف الدراسة:

- إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلبة علوم التربية.
- معرفة العلاقة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والأهداف لدى طلبة علوم التربية.
- معرفة العلاقة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والتمرد لدى طلبة علوم التربية.
- معرفة العلاقة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والعجز لدى طلبة علوم التربية.

رابعا: فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى طلبة علوم التربية.
- توجد علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي واللاهدف لدى طلبة علوم التربية.
- توجد علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتمرد لدى طلبة علوم التربية.
- توجد علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعجز لدى طلبة علوم التربية.

خامسا: مصطلحات الدراسة إجرائيا:

5-1تعريف الاغتراب النفسي:

هو انفصال الفرد عن الأنا الواقعية بسبب انغماس في التجديدات وضرورة التطابق مع الآخرين بمعنى ذوبان الذات مع الآخرين، حيث يتصور فيها الإنسان أنه صانع أعماله وإنما هي أعمال الآخرين (العيسوي، 2001، ص 194).

التعريف الاجرائي:

وفي الدراسة الحالية عرف الاغتراب النفسي إجرائيابأنه شعور الفرد بأنه غريب عن المجتمع الذي يعيش فيه، وعاجز عن تحقيق ما يريده ويرفض القيم والمعايير.

5-2- إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

تعرفه الجمعية الأمريكية بأنه استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بما يتجاوز (38) ساعة أسبوعيا لغير حاجة العمل، وذلك من أجل إشباع الرغبة مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية عند انقطاع الاتصال. (عصام منصور، 2001، ص 334).

التعريف الاجرائي:

ويعرف مواقع التواصل الاجتماعي في الدراسة الحالية بأنه الإفراط الشديد والمتكرر والحاجة القهرية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي دون وجود أي ضرورة مهنية وأكاديمية، أو هو شعور بضعف القدرة على ضبط الذات والتعلق الزائد بمواقع التواصل الاجتماعي والرغبة القهرية في استخدامها.

5-3- الطالب الجامعي:

التعريف الإجرائي:

هو الطالب أو الطالبة اللذين التحقوا بالجامعة بعد اجتيازهم المرحلة الثانوية، وتم التسجيل للدخول إلى الجامعة وذلك في إطار نظام (LMD) الذين تتراوح أعمارهم بين 18-25 سنة. (بوشاشي سامية، 2013، ص 200).

سادسا:الدراسات السابقة:

فيما يلي عرض لمجموعة من الدراسة السابقة التي تناولت موضوع الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي بالبحث والتحليل.

أولا: الدراسات العربية:

1- دراسة أحمد خيري حافظ (1980) :

دراسة بعنوان "ظاهرة الاغتراب لدى طلاب الجامعة" تألفت عينة الدراسة التي أجريت في جامعة عين الشمس من (250) طالب وطالبة من أربع كليات هي:(الآداب التجارة، الطب والعلوم).

وهدفت الدراسة للكشف عن علاقة الاغتراب بكل من متغيرات السن، الجنس. وقد استخدم المنهج المقارن بالإضافة إلى استخدام أدوات الدراسة التالية والمتمثلة في: المقابلة والاستمارة.

وبعد استخدامه لهذه المقاييس توصل إلى مجموعة من النتائج مفادها أن الإناث أكثر إحساسا بالاغتراب من الذكور، وكذلك طلبة السنوات الأولى بالمقارنة مع الكليات العلمية.

2- دراسة زينب النجار (1988) :

بعنوان: "الاغتراب في محيط الشباب الجامعي".

هدفت الدراسةإلى معرفة ما مدى وجود ظاهرة الاغتراب بين الشباب الجامعي، تكونت العينة من (200) طالبا وطالبة وقد اختيرت هذه بطريقة السحب المنظم، استخدمت الباحثة أداة المقابلة من أهم النتائج التي خلصت إليها الدراسة ما يلي:

- وجود فروق ذات رسالة إحصائية بين الذكور والإناث في الإحساس بمظاهر الاغتراب لصالح الإناث (النجار، 1988، ص 55).

3- دراسة عفاف عبد المنعم (1988) :

بعنوان: " الإحساس بالاغتراب لدى طلاب جامعات الإسكندرية".

هدفت الدراسة إلى قياس الإحساس بالاغتراب لدى الذكور والإناث، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (190) طالبا و (190) طالبة، وقد اختيرت هذه العينة بالطريقة العشوائية ولجمع البيانات استخدمت الباحثة مقياس الاستبيان.

من أهم النتائج التي خلصت إليها الدراسة ما يلي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الشعور بالاغتراب (WWW.MAWDO3.COM).

4- دراسة محمد عاطف زعتر (1989) :

بعنوان: " سمات الشخصية لدى الشباب الجامعي وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي".

هدفت الدراسة في مجملها إلى دراسة ظاهرة الاغتراب وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى الشباب الجامعي، ومحاولة التعرف على مدى العاقة بين مظاهر الاغتراب النفسي والخصائص النفسية لهؤلاء الشباب.

تكونت عينة الدراسة من (336) طالبا وطالبة من كليات الآداب والطب، السنة الدراسة الأولى والنهائية، ولجمع البيانات استخدم الباحث أدوات الدراسة التالية: الاستبيان.

من أهم النتائج التي تحصل عليها ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب النفسي وبعض سمات الشخصية كالعدوان (زعتر، 1989، ص ص 1-25).

5- دراسة مديحة أحمد عبادة وآخرون (1998) :

بعنوان: " مظاهر الاغتراب لدى طلاب الجامعة في صعيد مصر".

هدفت الدراسة في مجملها إلى التعرف على نظاهر الاغتراب الموجودة لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس.

استخدمت الباحثة المنهج المقارن، تكونت عينة الدراسة من (1800) طالب وطالبة من كليات (الآداب، تربية، تجارة).

وقد اختيرت هذه العينة بالطريقة القصدية، ولجمع البيانات استخدمت الباحثة أدوات الدراسة التالية والمتمثلة في الاستبيان.

من أهم النتائج التي خلصت إليها الدراسة ما يلي:

- لا توجد فروق بين الذكور والإناث في مظاهر الاغتراب المتمثلة في العز، العزلة الاجتماعية (احمد عبادة، 1998، ص ص 144-158).

6- دراسة فايز الحديدي (1991) :

بعنوان: "حجم الاغتراب النفسي لدى طلاب وطالبات جامعة الأردن".

هدفت الدراسة في مجملها إلي قياس حجم الاغتراب النفسي لدى طلاب وطالبات جامعة الأردن.استخدم الباحث المنهج المقارن، وتكونت عينة الدراسة من (975) طالب وطالبة، ولجمع البيانات استخدم الباحث الاستبانة المغلقة.

ومن أهم النتائج التي خلصت إليها الدراسة ما يلي:

- استجابة الإناث للاغتراب أكثر من الذكور.
- استجابة طلبة الكليات العملية أكثر من طلبة العلوم الإنسانية.
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا للاغتراب بين الذكور والإناث.

7- دراسة مهدي (2004) :

بعنوان: " الآثار النفسية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة".

هدفت الدراسة في مجملها إلى التعرف على الآثار النفسية والاجتماعية التي يسببها إدمان الانترنت ومواقع التواصل الاجتماعي لطلاب الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (240) طالب وطالبة في جامعة القاهرة، وقد اختيرت هذه العينة بالطريقة العشوائية، ولجمع البيانات استخدم الباحث الاستبانة.

ومن أهم النتائج التي خلصت إليها الدراسة ما يلي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الآثار النفسية.
- وجود علاقة ارتباطية بين سوء استخدام المواقع والشعور بالاغتراب النفسي. (عبد الهادي وآخرون، 2004، ص 412).

8- دراسة الشافعي :

بعنوان: " إدمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة بالسعودية".

هدفت هذه الدراسة في مجملها إلي بحث علاقة إدمان الانترنت واثر بعض المتغيرات، تكونت عينة الدراسة من (444) طالب وطالبة، ولجمع البيانات استخدم الباحث مقياس (يونغ 1998) لقياس إدمان الانترنت.

من أهم النتائج التي خلصت إليها الدراسة ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين إدمان الانترنت والوحدة النفسية.
- توجد فروق دالة بين الجنسين من طلاب الجامعة في إدمان الانترنت لصالح الذكور. (الشافعي إبراهيم، 2010، ص 438).

2- الدراسات الأجنبية:

1- دراسة لوى وليو (2003) :

بعنوان: "العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق والاغتراب النفسي لدى طلاب جامعة الصين".

هدفت الدراسة في مجملها إلى معرفة العلاقة بين الاعتماد على الانترنتبالنمو الاجتماعي والتوافق والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة في شنغهاي في الصين.تكونت عينة الدراسة من (110) طالب وقد اختيرت العينة بالطريقة العشوائية ولجمع البيانات استخدم الباحث الاستبيان.

ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية قوية بين الاعتماد على الانترنت والاغتراب النفسي.
- وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في إدمان الانترنت لصالح الذكور. (زيدان، 2003، ص 411).

2- دراسة اكسايوسلي (2006) :

بعنوان: " المشكلات الناتجة عن إدمان الانترنت والأسباب المؤدية للإدمان".

تكونت عينة الدراسة من (1999) طالب، وقد اختيرت هذه العينة بالطريقة العشوائية، ولجمع البيانات استخدم الباحث أداة الإستبانة.

ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي:

- معدل الإدمان عند الذكور أعلى من الإناث.
- إدمان الانترنت في الضواحي أكثر من المدن.
- الإدمان يكون أعلى لدى من يمتلكون أجهزة الكمبيوتر، أي لديهم مستوى معيشي مرتفع. (محمد الشيخ، 2006، ص 1033).

- تعقيب على الدراسات السابقة:

بعد استعراض الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة والاطلاع على نتائجها ظهر بشكل جلي أهمية البحث "إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلاب جامعة جيجل".

استعرضنا 10 دراسات مقسمة مناصفة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي، لضمان نوع من التوازن في عرض الدراسات، وقد تم حصر فترة انجاز الدراسات من السنة 1980م إلى 2010م.

ومما سبق يمكن استقراء والتعليق على الدراسات السابقة من خلال عدة نواحي:

1- من ناحية التطبيق:

لوحظ من خلال عرض الدراسات السابقة أن موضوعي إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، تم تناوله من طرف العديد من الباحثين مع اختلاف تخصصاتهم العلمية(علم النفس، علم الاجتماع، إعلام واتصال).

2- من حيث الأدوات المستعملة:

الأداة المستعملة والرئيسية لجمع المعلومات في اغلب الدراسات السابقة والسالفة الذكر الاستبيان باستثناء دراسة (زينب النجار، 1989)، فقد اعتمدت الباحثة على المقابلة كأداة إضافيةإلى استبيان الدراسة.

- استخدم المنهج الوصفي والمقارن في كل الدراسات السابقة تقريبا.

- تباين أحجام عينة الدراسات السابقة بين أكبرها تمثيلا مثل دراسة (اكسايوس لي 2006)، الذي استخدم فيها عينة قوامها (1949)، وأقلها تمثيلا كانت دراسة (كوي وليو 2003)، استخدم فيها عينة قوامها (110).

- أوجه تشابه واختلاف هذه الدراسات مع دراستنا:

لقد اختلفت هذه الدراسات مع دراستنا في بعض الأمور نذكر أهمها:

1- من حيث البيئة:

اختلاف بيئة تطبيق هذه الدراسات، فدراسة "عفاف عبد المنعم" طبقت في الإسكندرية، ودراسة "فايز حديدي" طبقت في الأردن، إضافة إلى دراسة "الشافعي" التي أجريت في البيئة السعودية، أما دراستنا فقد أجريت في الجزائر ولاية جيجل.

2- من حيث المنهج المستخدم:

في دراستنا قمنا بتطبيق المنهج الوصفي الارتباطي، أما بعض الدراسات كدراسة " فايز الحديدي" ودراسة "أحمد خيري" حافظ ودراسة "مديحة أحمد عبادة" فقد اعتمدوا في دراساتهم على المنهج المقارن.

3-من حيث العينة:

فقد اعتمدنا في دراستنا على عينة تكونت من (80) طالب وطالبة تخصص علوم التربية، أما مختلف الدراسات فقد اعتمدت على اختيار عينات كبيرة تمس كل التخصصات كدراسة "اكسايوس لي" التي تكونت عينة دراسته من (1999)طالب وطالبة، إضافة إلى دراسة "محمد عاطف" التي تكونت عينته من (336) طالب وطالبة من كلية الآداب والطب.

- أوجه التشابه :

تشابهت دراستنا مع دراسة "عفاف عبد المنعم" من حيث المنهج المتبع، كما أنها تتشابه مع دراسة "أحمد خيري حافظ" ودراسة " عفاف عبد المنعم" و دراسة " محمد عاطف زعتر" من حيث أداة جمع البيانات التي اعتمدنا عليه وهي الإستبانة.

خلاصة:

ختاما لما تطرقنا إليه من تعريفات لمختلف المفاهيم المفتاحية لهذه الدراسة والمتغيرات المتعلقة بها بالإضافة إلى مختلف الاتجاهات النظرية وكيفية تناولها لمفاهيم الدراسة بما يساعد على التدرج في الفهم النظري لموضوع الدراسة.

الفصل الثاني: الادمان على مواقع التواصل الاجتماعي

تمهيد

1- مفهوم الإدمان

2- مفهوم الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

3- أسباب الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

4- أعراض الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

5- آثار الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

6- سبل الحد من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

7- الوقاية من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

خلاصة الفصل

تمهيد:

لقد ساهم التطور المعاصر في تبادل الأفكار والمعلومات بصورة رسخت لنشأة شبكات التواصل الاجتماعي، التي ازدادت أهميتها بعد ظهور الجيل الثاني من الانترنت، وقد تعددت هذه المواقع كالفايس بوك والإنستغرام مثلا، والتي قد تحدث سلوكات مقبولة وغير مقبولة في جميع المجالات التي تتعلق بالفرد والمجتمع، والاستخدام المفرط لهذه المواقع قد يفزر الكثير من المشكلات النفسية والاجتماعية وأخطرها الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي.

وفي ضوء هذا سنتطرق في هذا الفصل إلى ماهية الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، وأسباب وأعراض الإدمان عليها وطرق الوقاية منها.

أولا: مفهوم الإدمان

1-1- **لغة:** المداومة على الشيء أو الاعتماد عليه (بيوسي خليل، 2002، ص 163).

1-2- اصطلاحا: عرفت منظمة الصحة العالمية الإدمان على انه حالة نفسية وأحيانا عضوية تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة، ومن خصائصها استجابات وأنماط سلوك تشمل دائما الرغبة الملحة على التعاطي أو الممارسة بصورة متصلة أو دورية للشعور بآثاره النفسية أو لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توفره. (عبد المعطى، 2006، ص 146).

ثانيا- مفهوم الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

عرفه " بارتير" و"قورست" بأنه فشل التحكم في دوافع الفرد، ولكن بدون وجود ظاهرة التسمم، وهو يشبه إلى حد كبير المقامرة المرضية (محمد سراج، 2007، ص 22).

كما يعرفه " بيرد" و"ولف" بأنه حالة انعدام السيطرة والاستخدام المدمر لهذه المواقع والوسائل التقنية دون الحاجة إليها، والتي تؤدي بالفرد إلى الغولة الاجتماعية. (بشير منصور، 2004، ص 50).

ثالثا: أسباب إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

توجد مجموعة من الأسباب التي تؤدي إلى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وأهمها ما يلي:

- فقدان الثقة بالنفس واللجوء إلى الاختفاء خلف الشاشة.
- الفراغ الاجتماعي وعدم الحصول على أي تقدير أو اهتمام.
- فقدان السيطرة على النفس والانحراف بشكل لا إداري والغرق في الإدمان.
- رفض الواقع ومحاولة نسيانه والعيش في الواقع الافتراضي.
- السرية لتحقيق أي رغبة يريد الإنسان أن يهدف إليها.
- تعتبر هذه المواقع أداة لإيصال الأفكار الغير أخلاقية.
- الفشل والملل من الحياة الواقعية.

رابعا: أعراض مواقع التواصل الاجتماعي

- إنكار المستخدم قضاءه وقتا طويلا على الشبكة.

- التقليل من التحرك خارج المنزل.

- عدم إمكانية السيطرة على الزمن الذي يقضيه المستخدم.

- إهمال نظامه الغذائي، بحيث يتناول طعامه وهو يتصفح الفايس بوك على سبيل المثال.

- إهمال الحياة الاجتماعية الواقعية والانغماس في مواقع التواصل الاجتماعي.

- حدوث بعض أعراض الانسحاب النفسي، وذلك عند التقليل من استخدام فايسبوك وانستغرام مثلا لمدة طويلة.

- إنفاق مبالغ مالية للاشتراك في خدمة تفعيل الانترنت للدخول لمواقع التواصل الاجتماعي.

- تخيل وتوهم وصول إشعارات على الفايس بوك.

- الانزعاج من تعليقات من حولك على طول الوقت الذي تقضيه أمام الهاتف.

- الشعور بالغضب والإحباط عند الحاجة لتركها مثلا.(حمص، 2009، 406).

خامسا: آثار إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الطالب

1- الآثار الجسدية

- إصابات العمود الفقري بسبب الجلوس لفترات طويلة .

- آلام اليد لكثرة استخدام لوحة المفاتيح أو حمل المحمول.

- إصابات في الآذن أو السمع، إذا كان الشخص يستعمل سماعات الأذن لفترة طويلة.

- إصابة العين بالإجهاد بسبب الجلوس لساعات أمام الشاشات.

- الصداع المستمر.

2- الآثار الاجتماعية والنفسية

- العزلة عن النفس والانسحاب من الحياة الاجتماعية.
- كثرة الشجار مع الأصدقاء وأفراد العائلة للغياب عنهم فترات طويلة.
- التفكك الأسري.
- غياب لغة الحوار مع الآخر وفرض رأي الفرد.
- القلق والعصبية.
- الإصابة بالإرهاق والابتعاد عن الهدوء النفسي.
- الدخول في عالم وهمي بديل عن العالم الواقعي.
- فقدان القدرة على التفاعل الاجتماعي.
- الأثر في الهوية الثقافية والعادات والقيم مع هذا الغزو الالكتروني.
- ضعف الرقابة الأسرية. (رولا حمص، 2009، ص 407).

3- أثار أكاديمية

- صعوبة أداء الواجبات المدرسية.
- التأخر عن الدراسة صباحا.
- درجات منخفضة في الامتحان.
- تدهور مستوى الدراسة حتى الطرد من الجامعة.

سادسا: سبل الحد من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

حسب الدكتور "يونغ" هناك عدة طرق لعلاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، منها إدارة الوقت اما في حالة الإدمان الشديد لا تكفي إدارة الوقت، بل يلزم من المريض استخدام وسائل أكثر فاعلية تتمثل في:

- **تحديد وقت الاستخدام:**

تقليل وتنظيم ساعات استخدامه، بحيث إذا كان مثلا يدخل الفايس بوك وتويتر (40) ساعة أسبوعيا، نطلب منه التقليل إلى (20) ساعة أسبوعيا، وتنظيم تلك الساعات وتوزيعها على أيام الأسبوع. (محمد علي، 2010، ص 75).

- **المعالجة الأسرية:**

في بعض الأحيان تحتاج الأسرة بأكملها إلى تلقي علاج بسبب المشاكل الأسرية التي يحدثها إدمان هذه المواقع، بحيث يوضع برنامج يساعد على استعادة النقاش والحوار فيما بينهما وتعلم الأسرة بمدى خطورة تجاوز الحد المعقول ففي استخدام هذه المواقع المدية إلى الإدمان. (محمد علي، 2010، ص ص 77-78).

- **عمل العكس:**

إذا اعتاد المريض مثلا استخدام موقع فايس بوك طيلة أيام الأسبوع، نطلب منه الانتظار حتى إجازة الأسبوع، وإذا كان يفتح انستغرام أول شيء حين يستيقظ من النوم نطلب منه أن ينتظر حتى يفطر.

- **البحث عن نشاط مختلف:**

يجب استبدال موقع فايبر أو فايس بوك مثلا بشيء آخر أو نشاط حتى تقضي به يومك وإلا فسيجد الشخص المدمن الملل ويأخذ العودة إلى تلك المواقع، والى الإدمان من جديد وكان شيء لم يكن، لذا ضرورة التفكير بالأشياء التي يستمتع بها كالرسم أو العزف وغيرها.

- **الحصول على الفائدة من مواقع التواصل الاجتماعي:**

أي جعل هذه المواقع الاجتماعية ذات فائدة وأداة للحصول على المعلومات، فمثلا جعل موقع فايس بوك جلسة دراسية بين الأصدقاء لمناقشة دروس معينة.

- **معرفة القيمة الحقيقية بعيدا عن عدد المتابعين:**

ضرورة البحث عن طرق تنمية الثقة بالنفس بعيدا عن عدد المتابعين، وعدد الإعجابات التي تم الحصول عليها على صورة على موقع فايس بوك فالإنسان له قيمة أهم.

سابعا: الوقاية من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

- الامتناع عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في غرفة النوم.
- عدم استخدام المنصات الاجتماعية بعد الساعة السادسة.
- عدم متابعة الحسابات الشخصية على مواقع التواصل الاجتماعي في غرفة المدرسة او العمل.
- أخذ قسط من الراحة من استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في جميع المناسبات الاجتماعية.
- عش الحياة بدلا من تصويرها ونشرها على فايس بوك مثلا
- وضع الأجهزة المستخدمة للتواصل الاجتماعي في مكان بعيد في المنزل.
- الوضوء والصلاة وقراءة القرآن، وإعداد وجبة غذائية لمقاومة الجلوس أمام شاشة الكمبيوتر.
- يفضل في النهاية طلب المساعدة من الأخصائي النفسي أحسن . (www.tawjihet.net)

خلاصة:

يمكننا أن نستنتج من خلال هذا الفصل بعد التعرف على مشكلة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والتي هي بانت بلا شك مشكلة تمس كل الأعمار في المجتمع بصفة عامة وعلى الطالب الجامعي بصفة خاصة، لما لها من آثار على الحالة النفسية والعقلية والجسمية والاجتماعية، وكذا على مردوده وتحصيله الأكاديمي، وقد تبنى تعريفها مجموعة من الباحثين والدارسين، لذا وجب توجيه الجهود وتكثيفها للبحث عن حلول مناسبة للوقاية من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ورشيد الطلاب على الطرق الملائمة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لتجنب مختلف الأعراض التي يسببها الإفراط في استخدامها وآثارها السلبية على الطالب.

الفصل الثالث:الاغتراب النفسي لدى طلبة علوم التربية

تمهيد

1- مفهوم الإغتراب النفسي

2- أبعاد ظاهرة الإغتراب النفسي

3- أنواع الإغتراب النفسي

4- العوامل المسببة للإغتراب النفسي

5- مواجهة الإغتراب النفسي

6- خصائص الشخصية المغتربة

7- النظريات المفسرة للإغتراب النفسي

خلاصة الفصل

تمهيد:

لفتت ظاهرة الاغتراب اهتمام الباحثين والدارسين في كل المجالات وفي مجال علم النفس خاصة. ذلك أن الاغتراب تتعدد أسبابه وقد يكون المسبب الأساسي لظهور مشكلات متنوعة نفسية واجتماعية باعتباره ظاهرة متعددة الجوانب.

وسنحاول في هذا الفصل التعرف على مشكلة الاغتراب النفسي من مختلف مظاهره وأبعاده ومعرفة كيف يفسره علماء النفس، من خلال التطرق إلى مفهومه وأسبابه وكيفية مواجهته.

أولا: مفهوم الاغتراب النفسي:

1- لغة: غرب أي ذهب وتنحى من الناس والتَغَرُبْ يعني البعد والغربة، والغرب يعني النزوح عن الوطن، والغريب هو البيد عن وطنه.

وكلمة اغتراب هي ترجمة للكلمة الانجليزية: alienation والكلمة الفرنسية aliénation المشتقتان من الأصل اليوناني alienatio والتي تشير إلى انتقال ملكية شيء لآخر أو انتزاعه أو إزالته، وهي مشتقة من الفعل alienur بمعنى الانتماء إلى شخص آخر.

2- اصطلاحا: لقد تعددت مفاهيم الاغتراب النفسي بتعدد واختلاف وجهات نظر الباحثين من جهة وأبعاده من جهة أخرى، ومن أهم التعاريف نذكر ما يلي:

* يعتبر أن الاغتراب يعني انفصال الذات الإنسانية ككيان روحي تنفصل عن وجوده ككائن اجتماعي كما اعتبره في طرح آخر بأنه تنازل الإنسان عن استقلاله الذاتي.

* إجلال سرى (1993): يعرف الاغتراب على انه اضطراب نفسي يعبر عن اغتراب الذات عن هويتها وبعدها عن الواقع وانفصالها عن المجتمع، وهو غربة عن النفس وغربة بين البشر.

* أبو بكر مرسي (2002): يعرفه بأنه شعور الفرد انه غريب عن ذاته لا يجد نفسه كمركز لعالمه، وانه خارج عن الاتصال بنفسه، كما انه خارج عن الاتصال بالآخرين.

ثانيا: أبعاد ظاهرة الاغتراب:

1- اللامعيارية: وهي حالة انهيار المعايير التي تنظم وتوجه سلوك الفرد، ومن تم رفض الفرد للقيم والمعايير والقواعد السائدة في المجتمع، نظرا لعدم ثقته في المجتمع ومؤسساته.

2- العزلة الاجتماعية: ويقصد بها شعور الفرد بالوحدة والفراغ النفسي، والإفتقاد إلى الأمن والعلاقات الاجتماعية الحميمة وبالبعد عن الآخرين حتى وان وجد بينهم، كما قد يصاحب العزلة الشعور بالرفض الاجتماعي والانعزال عن الأهداف الثقافية للمجتمع والانفصال بين أهداف الفرد وقيم المجتمع ومعاييره (خليفة، 2003، ص39).

3- التمرد: ويعني الرغبة في البعد عن الواقع والخروج عن المألوف والشائع، وعدم الالتزام بالعادات والقيم والمعايير السائدة والإحساس بضرورة التغيير، وقد يكون التمرد على النفس أو على المجتمع بما يحتويه من أنظمة (مرجع سابق، ص 42).

4- التشيؤ: ويعني إدراك العالم على انه مجموعة من الأشياء الخالية من البعد الإنساني وسيطرة الجوانب المادية على مجريات الحياة، كما يشير التشيؤ إلى أن الفرد قد تحول إلى موضوع وفقد إحساسه بهويته . (أبو العينين، 1997).

5- اللاهدف: شعور الفرد بالافتقار إلى وجود هدف واضح ومحدد لحياته، وليست لديه أية طموحات مستقبلية وإنما يعيش لحظته الراهنة فقط.

6- العجز: ويقصد به شعور الفرد بأنه لا يستطيع التأثير في المواقف التي يواجهها، كما انه لا يستطيع أن يتخذ قراراته أو يقرر مصيره، فإرادته ومصيره ليسا بيديه بل تحددهما قوى خارجة عن إرادته الذاتية مثل القدر والحظ ثم يشعر بالإحباط والعجز عن تحقيق ذاته، ويدل هذا البعد على أن الشخص يضع قيما عليا لأهدافه، في الوقت نفسه لديه توقعات منخفضة لتحقيقها، والذين يشعرون بالعز تتسم تصرفاتهم بالتمرد. (النارس، 2004، ص 3).

7- الاغتراب عن الذات: يعني عدم قدرة الفرد على التواصل مع نفسه وشعوره بالانفصال عما يرغب في أن يكون عليه، وبين إحساسه بنفسه في الواقع، وقد أشار "كينت كينشون" إلى غربة الذات بفقدان الاتصال بين الذات الواعية والذات الحقيقية، ويتجلى ذلك في صورة السلوك اللاواقعي والإحساس بالفراغ والفتور والملل فالفرد الذي ينفصل عن ذاته الحقيقية وعن مشاعره يشعر أن وجوده أمر غير حقيقي، أي أنه لم يعد له وجود.(النكلاوي، 1989، ص 82).

ثالثا: أنواع الاغتراب:

للاغتراب عدة أنواع نذكر منها:

1- الاغتراب الثقافي: ويعني ابتعاد الفرد عن الثقافة الخاصة بمجتمعه، وثقافة المجتمع تتألف من العادات والتقاليد والقيم السائدة في ذلك المجتمع، ومخالفة المعايير التي تضبط سلوك أفراده، بحيث تجد الفرد يرفض هذه العناصر وينفر منها ولا يلتزم بها، بل ويفضل كل ما هو غريب وأجنبي عنها.

2- الاغتراب الاجتماعي: ويتمثل في شعور الفرد باللاتوافق والتفاعل بين ذاته وذوات الآخرين والبرود الاجتماعي، أي ضعف الروابط مع الآخرين وقلة وضعف الإحساس بالمودة والألفة الاجتماعية معهم وينتج ذلك عن الرفض الاجتماعي الذي يعيش فيه ظله الإنسان في افتقار الدفء العاطفي.

3- الاغتراب الاقتصادي: وهو مفهوم ظهر على يد "كارل ماركس"، ويتمثل في شعور العامل بانفصاله عن عمله على الرغم من وجوده كفرد كجسم في مقر عمله (المؤسسة)، حيث يقول "محمد" الاغتراب الاقتصادي شعور العامل بانفصاله عن عمله بالرغم من وجوده الجسمي داخل المنظمة، والشعور بالعجز والملل والرتابة في أداء عمله ....، وكذلك شعوره بالإحباط والخوف من المستقبل وان المادة هي الغاية في الحياة وليست الوسيلة، ويضيف إلى ذلك ما هو أكثر عمقا فيقول: " إن الإنسان قد أصبح مغتربا عن عمله اليومي، فهو بالضرورة قد اغترب أيضا عن نفسه وعن إمكانياته الخلاقة والأوامر الاجتماعية التي تحدد من خلالها إنسانية أي إنسان، إذ ما عايش مشاعر الاغتراب في الوسط الذي يعمل فيه سيعم ذلك على حياته النفسية والاجتماعية، فيفقده إمكانياته الفاعلة كما يفقد علاقاته الاجتماعية، الشيء الذي يبعده عن الآخرين ويجعل منه كائنا بعيدا عن إنسانيته.

4- الاغتراب السياسي: ويقصد به شعور الفرد بالعجز إزاء المشاركة في اتخاذ القرارات السياسية، فهو شعور المرء بعدم الرضا وعدم الارتياح للقيادة السياسية، والرغبة في الخلافة والأوامر الاجتماعية التي تحدد من خلالها ما عايش مشاعر الاغتراب في الوسط الذي يعمل فيه، سيعم ذلك على حياته النفسية والاجتماعية، الشيء الذي يبعده عن الآخرين ويجعل منه كائنا بعيدا عن إنسانيته.

ويوسع "أحمد فاروق" (1992) هذا المفهوم، إذ يرى أن الاغتراب السياسي لا يمثل فقط الاغتراب عن السلطة السياسية، بل انه يمثل كل الاتجاهات السلبية بيانات المجتمع وهو ما يؤكده "أحمد رجب" (1988)، حيث يرى أن المجتمع الحديث دعم انفصال الإنسان عن الطبيعة وعن ذاته من خلال اعتماده الملكية الخاصة، التي أدت إلى عدم المساواة، رغم أن هذا المفهوم يبدو أنه الأقرب إلى الاغتراب الاقتصادي منه إلى الاغتراب السياسي، إلا أن الأنظمة الاقتصادية هي انعكاس للقرارات السياسية عادة لذلك فإن الإنسان المغترب بفعل تلك العوامل سيحمل النظام السياسي مسؤولية ذلك ويغترب عنه.

5- الاغتراب الديني: هو ما يسميه علماء النفس بالحاجات الروحية، حيث أن هذه الحاجات تدفع الإنسان عن البحث عن إله يعظمه ويقدسه ويرتبط به ويلجأ إليه، ويعمل ما يرضيه من العبادات، لذلك

نجد الإنسان في القبائل غير ذات العقائد السماوية أو حدث لنفسها قوة خفية غيبية تعتقد بقدرتها على الحماية والنصر والغفران والمعاقبة، ورمزت لها بأصنام وأشجار وأيام وأزمان وأقامت لها المعابد وقدمت لها القرابين.

والحاجات الروحية هي مشكلة تلازم الإنسان في العصر الحديث، نظرا للمتغيرات الكثيرة والسريعة في مختلف مجالات تواجد الإنسان. حيث يشير " هنري برغسون" في هذا الشأن إلى أن مشكلة العصر الحاضر والمتمثلة في الصراع بين طغيان الآلية وتضاؤل نصيب الروح قد ترتب عليها ذلك الفراغ بين الجسم والنفس وظهور العديد من المشكلات التي خلفتها المتغيرات الطارئة على المجتمع الحديث يمكن في جزء كبير منه إلى الاعتناء بالجانب الروحي، وبعث الإيمان وقوة الاعتقاد بالقوة العليا المطلقة، حتى يستطيع الإنسان التصالح مع الذات ومع الآخر وفقا لما يمليه التوازن الروحي.

6- الاغتراب النفسي: اختلف الباحثون في إعطاء تعريف للاغتراب النفسي، كل على حسب وجهة نظره فمنهم من يرى بأنه حالة نفسية يشعر الإنسان من خلالها بانفصاله عن الآخرين وعدم الانسجام معهم وعدم القدرة على التكيف الاجتماعي مما يضطره إلى الانعزال.

ويرى "وايت" أن الاغتراب النفسي هو اغتراب عن الذات أيضا، حيث يرتبط ارتباطا موجبا بالاغتراب عن المجتمع ومنهم من يذهب إلى أن الاغتراب عزلة عن الذات.

ويرى "إيركسون" Erikson أن الاغتراب النفسي هو عدم الشعور بتحقيق الهوية وما ينتج عن ذلك من أعراض، فالفرد الذي لم تحدد هويته بعد يعتبر مغتربا لأنه يفتقد الإحساس بالأمن الناتج عن عدم تحديد الهدف المركزي لحياته.

أما " محمد عبد اللطيف خليفة" فيرى أن الاغتراب النفسي مفهوم عام وشامل يشير إلى الحالات التي يتعرض فيها الشخصية للانشطار أو للضعف والإنهيار، وبتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع. بمعنى أن الاغتراب النفسي يتضمن مفهوم الاضطراي النفسي حيث يشير إلى النمو المشوه لشخصية الإنسانية، أين تفقد فيه الشخصية الإحساس بالمتكامل.

إن أنواع الاغتراب هذه لا يمكن فصلها عن بعضها البعض بصورة مستقلة، نظرا لأنها تشكل وحدة من المشاعر التي يعايشها الإنسان وتؤثر ببعضها البعض، فالاغتراب السياسي يؤدي إلى تشوه في نمو الشخصية، كما قد يؤدي إلى انفصام الشخصية.

رابعا: العوامل المسببة للاغتراب:

يرى بعض العلماء بأن الشعور بالاغتراب يكون نتيجة لعوامل مرتبطة بنمو الفرد وعوامل اجتماعية مرتبطة بالمجتمع الذي يعيش فيه، مما تجعله غير قادر على مجابهة مصاعب الحياة والتغلب عليها، وكما يحدث نتيجة التفاعل بين العوامل النفسية والاجتماعية.

أما "هورني" (Horney) فترجع الأسباب عند الفرد إلى الضغوط الداخلية حيث يوجه الفر معظم نشاطه نحو الوصول إلى أعلى درجات الكمال، حتى يحقق الذاتية المثالية ويصل بنفسه إلى الصورة التي يتصورها.

وهناك أربع أسباب للاغتراب:

- طبيعة النمو ذاته فإن بداية مرحلة المراهقة عبارة ما يطلق عليه أزمة المراهقة، مما ينعكس بالإحساس بالاغتراب.
- الظروف الحضارية التي يعيشها الفرد وتؤكد الدراسات النفسية إلى أزمة المراهقة ليست أزمة ثابتة في كل الحضارات، ولهذا فإن طبيعة النظام الاجتماعي والثقافي الذي يعيش فيه الفرد يؤثر في تنمية الإحساس بالاغتراب النفسي.
- إحباطات الطفولة وأساليب التنشئة الاجتماعية، وكذلك العوامل المعرفية والوجدانية والشخصية.

أما "اجلال سري" (1993) ترجع الاغتراب إلى الأسباب التالية:

- **أسباب نفسية:** تتمثل في:

* **الصراع بين الدوافع والرغبات المتعارضة وبين الحاجات:** (كما في حالة الحرمان من الرعاية الوالية) التي لا يمكن إشباعها في وقت واحد، مما يؤدي إلى التوتر الانفعالي والقلق واضطراب الشخصية.

* **الحرمان:** حيث تقل الفرصة لتحقيق دوافع وإشباع الحاجات كما في حالة الحرمان من الرعاية الوالدية الاجتماعية.

* **الإحباط:** حيث تعاق الرغبات الأساسية أو الحوافز أو المصالح الخاصة بالفرد، ويرتبط الإحباط بالشعور بالخيبة والفشل أو العجز التام والشعور بالقهر وتحقيد الذات.

* **الخبرات الصادمة:** وهذه الخبرات تحرك العوامل الأخرى المسببة للاغتراب مثل: الأزمات الاقتصادية والحروب.

- **أسباب اجتماعية:** ومن أهمها:

* ضغوط البيئة الاجتماعية والفشل في مقابلة هذه الضغوط.

* الثقافة المريضة التي تسود فيها عوامل الهدم والتعقيد.

* التطور الحضاري السريع وعدم توافر القدرة على التوافق معه.

* اضطراب التنشئة الاجتماعية، حيث تسود الاضطرابات في الأسرة والمدرسة والمجتمع.

* مشكلة الأقليات ونقص التفاعل الاجتماعي والاتجاهات الاجتماعية السالبة والمعاناة من خطر التعصب والتفرقة في المعاملة لسوء التوافق المهني، حيث يسود اختيار العمل على أساس الصفة وعدم مناسبة العمل للقدرات وانخفاض الأجور.

* سوء الأحوال الاقتصادية وصعوبة الحصول على ضروريات الحياة.

* تدهور نظام القيم وتصارع القيم بين الأجيال.

* الضلال والبعد عن الدين والضعف الأخلاقي وتفشي الرذيلة.

خامسا: مواجهة الاغتراب:

ترى "إجلال سري" (1993) أن مواجهة الاغتراب يتم عن طريق تحقيق الانتماء، ومن أهم الإجراءات التي يمكن أن نتخذها من اجل ذلك ما يلي:

- التصدي للأسباب النفسية والاجتماعية للاغتراب ومحاولة الكشف عنها مبكرا وعلاجها.

- التغلب على مشاعر الاغتراب أو قهرها والرجوع إلى الذات والتواصل مع الواقع.

- تدعيم مظهر الانتماء الاجتماعي وتأكيد الهوية الاجتماعية وتوازن الهوية الشخصية.

- تصحيح الأوضاع الاجتماعية بما يضمن التواصل والتفاعل.

– تنمية الإجابة ومواكبة التغيير الاجتماعي والاعتزاز بالشخصية.

– تنمية السلوك الديني وممارسة الشعائر الدينية وتطبيق المعايير الدينية في كل جوانب الحياة اليومية.

– تصحيح الأوضاع الثقافية بما يحقق احترام العادات والتقاليد.

– الابتعاد عن التسلط والقسوة وكل مظاهر التربية غير متوازنة من طرف الآباء، واعتما أسلوب التفهم والتقبل والحوار ومساعدة الأبناء في قضاء حاجاتهم لأجل إعطائهم القرة على تحمل المسؤولية وبث روح الثقة بالنفس فيهم.

– التركيز على التعليم في جميع مراحله على جوانب الانتماء والابتعاد عن التغريب الثقافي.

– الاهتمام بالجانب الروحي للإنسان من خلال التعليم الصحيح لمبادئ التربية الدينية، ففي تشريعنا الإسلامي وردت الكثير من الأساليب تساعد على مواجهة الاغتراب، إذ شرعت الصحبة الصالحة والرفقة الطيبة في المعاملات وشرع الزواج بأحكامه.

– تدعيم مظهر الانتماء الاجتماعي وتأكيد الهوية الاجتماعية وتوازن الهوية الشخصية.

سادسا: خصائص الشخصية المغتربة:

لق وضعت "زينب شقير" (2005) عدة خصائص للشخصية المغتربة وهي:

* نقص المودة والألفة مع الآخرين.

* الشعور بعدم المرغوبية الاجتماعية مع الآخرين.

* ضعف الروابط الاجتماعية مع الآخرين.

* النظرة السلبية والتشاؤمية للحياة.

* الشعور بالانفصال النسبي عن الذات وعن الآخرين.

* الغش الدراسي والغش الطريق السريع لتحقيق هدفه.

* الفراغ العاطفي وعدم اهتمام الفرد بالاستمرار في الحياة ذاتها.

* فقدان الوعي وصعوبة التحكم في المشاعر.

* شعور الفرد بعدم القيمة وعدم الأهمية وان حياته لا معنى لها.

* التوتر والقلق وما يترتب عليه من استجابات عميقة متطرفة كالعدوان والتمرد والعجز في تحمل المسؤولية. (مريم سالم مسعود، أبو دلال، 2009، ص 15).

سابعا: النظريات المفسرة للاغتراب:

هناك العديد من النظريات التي فسرت الاغتراب وهي كالأتي:

1- نظرية التحليل النفسي:

يرى "فرويد" أن الاغتراب هو الأثر الناتج عن الحضارة من حيث أن الحضارة هي التي أوجدها الفرد، جاءت متعاكسة ومتعارضة مع تحقيق أهدافه ورغباته وما يصبو إليه وهذا يعني في نظر "فرويد" أن الاغتراب ينشا نتيجة الصراع بين الذات والضوابط المدنية أو الحضارة، حيث تتولد عن الفرد مشاعر القلق والضيق عند مواجهة الضغوط الحضارية بما تحمل من تعاليم وتعقيدات مختلفة، وهذا بالتالي يدفع الفرد إلى اللجوء إلى الكبت كآلية دفاعية تلجأ إليها الأنا كحل للصراع الناشئ بين رغبات الفرد وأحلامه، وبين تقاليد المجتمع وضوابطه. ومن الطبيعي أن يكون هذا حلا واهنا يلجأ إليه الأنا مما قد يؤدي بالتالي إلى المزيد من الشعور بالقلق والاغتراب النفسي، لهذا فإن "فرويد" يعتقد بان الحضارة قامت على حساب مبدأ اللذة ولم تقدم للإنسان سوى الاغتراب.

ويحدد السيد "شتا" (1974) ثلاثة أنواع من الاغتراب النفسي على المستوى الشخصي والتي يمكن إجمالها كالآتي:

- **اغتراب الهو:** ويمثل في سلب حريته وذلك أن حرية الهو تعني وقوع الأنا تحت ضغط الأنا الأعلى والواقع الاجتماعي؛ أي أن سلطة الماضي تمارس ضغطا قويا عليه من ناحية ويزداد افتنانه بالواقع من ناحية أخرى، ومن تم يقوم الأنا بعملية السلب أو بالانفصال (سلب حرية الهو) ويحقق الأنا ذلك بطرق عدة إما بسلب حرية الهو والقبض على زمام الرغبات الغريزية وإما بإصدار حكمه والسماح لها بالإشباع أو تأجيل هذا الإشباع.

- **اغتراب الأنا:** ويكون ذا بعدين مرتبط الأول بسلب حريته في إصدار حكمه فيما يتعلق بالسماح للرغبات الغريزية بالإشباع من ناحية وسلب معرفته بالواقع وسلطة الماضي (الأنا الأعلى) في حالة السماح لهذه الرغبات بالإشباع من ناحية أخرى، ومن تم يكون الأنا في وضع مختلف دائما سواء في علاقته بالهو أو بالأنا الأعلى وهنا يجتمع اغترابه بين الخضوع والانفصال.
- **اغتراب الأنا الأعلى:** ويتمثل هذا النوع من الاغتراب في فقدان السيطرة على الأنا وهي الحالة التي تأتي بدورها نتيجة كسلب معرفة الأنا بسلطة الماضي أو زيادة الهو على الأنا، وهذا هو الجانب السلبي لاغتراب الأنا الأعلى أما الجانب الايجابي للاغتراب فانه يتمثل بمظهر الاعتماد والذي يصاحبه عدم افتتان الأنا بالواقع الاجتماعي.

ويقرر "فرويد" بأن الاغتراب النفسي هو سمة متأصلة بالذات الإنسانية، إذ لا سبيل مطلقا لتجاوز الاغتراب بين الأنا والهو والأنا الأعلى لأنه لا مجال لإشباع كل الدوافع الغريزية والتوافق بين الأهداف والمطلب وبين الغرائز وبعضها البعض.

2- النظرية السلوكية:

يرى أصحاب هذه النظرية بان المشكلات السلوكية هي عبارة عن أنماط من الاستجابات الخاطفة أو الغير سوية المتعلمة بارتباطاتها بمثيرات منفردة ويحتفظ بها الفرد لفاعليتها في تجنب مواقف أو خبرات غير مرغوبة وان الفرد وفقا لهذه النظرية يشعر بالاغتراب عن ذاته عندما يندمج بين الآخرين إلى رأي أو فكر محدد بمظهر الاعتماد والذي يصاحبه عدم افتتان الأنا بالواقع الاجتماعي.

3- نظرية المجال:

فحوى هذه النظرية يمكن أن ينصب في أنه عند التصدي للاضطرابات والمشكلات النفسية فإنها تواجه الاهتمام بشكل مركز على شخصية العميل وخصائص هذه الشخصية المرتبطة الاضطراب والمسببة له، وكذلك على خصائص الحيز الجبائي الخاص للعميل في زمن حدوث الاضطراب بالإضافة إلى أسباب اضطرابه شخصيا وبيئيا مثل الاحباطات والعوائق المادية.

ويرى "احمد زهران" بأن الحواجز النفسية التي تحول دون تحقيق أهداف الفرد والصراعات وما قد يصحبها من إقدام وهجوم غاضبا أو أحجام وتقهقر خائف، وعلى هذا فإن الاغتراب هنا ليس ناتجا من

عوامل داخلية فقط بل من عوامل خارجية تتضمن سرعة التغيرات البيئية والاتجاه نحو هذه التغيرات والعوامل.

4- نظرية الذات:

إن مفهوم الذات يتكون من مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات الاجتماعي ومفهوم الذات المثالي. وبالتالي فإنه يتكون من كل ما ندركه من أنفسنا ويتم تنظيم مكوناته من المشاعر والمعتقدات التي تشكل في مجموعها إجابة عن تساؤلات من نوع من تكون؟ وكيف تبدو أمام الآخرين؟ وكيف ينبغي أن تتصرف؟ وإلى من تنتمي؟

إن العنصر المهم في تشكيل مفهوم الذات كما يرى المختصين هو الطريقة التي تحقق بها عملية تنظيم المشاعر والمعتقدات المتناثرة في إطار وحدة متكاملة.

فالاغتراب وفقا لهذه النظرية ينشأ من الإدراك السلبي للذات وعدم فهمها بشكل سليم، وكذلك نتيجة للهوة الكبيرة بين تصور الفرد لذاته المثالية وذاته الواقعية.

خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل أحد الاضطرابات النفسية والاجتماعية التي قد يتعرض لها الفرد الاغتراب النفسي، فهو من الاضطرابات الأكثر انتشارا لدى الأفراد بعد التعرف عليه بأنه انفصال عن الذات والواقع الذي يعيش فيه ثم التعرف على أهم أبعاده التي تطرقنا لها سابقا وقد تكونت من أربعة أبعاد رتبها المختصون لتأتي بعدها الأسباب التي كانت نفسية واجتماعية وثقافية ودينية لتتشكل أنواع الاغتراب النفسي، ويعتبر من أهم أشكال الاغتراب ثم تعرفنا في هذا الفصل ما ميزات وخصائص الشخصية المغتربة وأهم النظريات المفسرة له كل حسب رؤيته لهن وفي الأخير كيفية مواجهة الاغتراب النفسي حسب "إجلال يسرى" مشكلة في نقاط أساسية.

الفصل الرابع:الاجراءات المنـهجية

تمهيد

1- الدراسات الإستطلاعية

2- الدراسة الأساسية

2-1- حدود الدراسة

2-2- منهج الدراسة

2-3- مجتمع الدراسة

2-4- عينة الدراسة

2-5- أساليب المعالجة الإحصائية للدراسة

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعد القيام بجمع المعلومات المتعلقة بالجانب النظري في الفصول السابقة، والتي تعد كقاعدة أو أساسا يعتمد عليه لبناء عمل منهجي ميداني. سنحاول في هذا الفصل التطرق إلى الجانب الميداني والذي يتطلب بدوره تحديد الإجراءات التقنية للدراسة والتي تسمح لنا بالحصول على مختلف البيانات وتمكننا من إختبار فرضيات الدراسة، كما أن الإجراءات المنهجية تضم الدراسة الإستطلاعية الدراسة الأساسية التي تضم حدود الدراسة ، ومنهجها ، مجتمعها، عينتها، وكذلك أساليب المعالجة الإحصائية وأخيرا تنفيذ الدراسة، وهذا ما سنحاول عرضه في هذا الفصل.

أولا: الدراسة الإستطلاعية

تهتم الدراسة الإستطلاعية بجمع المعلومات لمساعدتنا في بناء الإستبيان والمقياس وهي كما يلي:
لقد قامت الطالبتين الباحثتين بإجراءات الدراسة لتكييف وبناء الإستبانة والمقياس:

إستبيان إدمان مواقع التواصل الإجتماعي ومقياس الإغتراب النفسي:

أ) إستبيان إدمان مواقع التواصل الإجتماعي:

تعد الإستبانة من أكثر الأدوات إستخداما وشيوعا في البحوث وذلك راجع للمزايا التي يحققها هذه الأدوات من إختصار الجهد والتكلفة وسهولة المعالجة الإحصائية، والنتائج المتحصل عليها تحدد حسب محتواها من أسئلة وهي نموذج يضم مجموعة من الأسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على معلومات حول مشكلة الدراسة ويتم تنفيذها إما عن طريق المقابلة الشخصية أو عن طريق وسائل الإتصال الأخرى.

وقد تم الإعتماد في هذه الدراسة على إستبيان إدمان مواقع التواصل الإجتماعي باعتباره أداة أساسية وملائمة لطبيعة موضوع الدراسة واعتمدت الباحثتين في إعدادهما للإستمارة على مراجعة الدراسات السابقة والرسائل والأبحاث الجامعية وكذا نتائج الدراسة الإستطلاعية التي أجريت على 20 طالب وطالبة تخصص علوم التربية، وجاءت كل الأسئلة مغلقة حتى يستطيع المبحوث الإجابة عنها وتشمل على ثلاثة بدائل (موافق، محايد، غير موافق) وذلك بغرض ثبات المعلومات الميدانية وتحويلها إلى أرقام وتحليلها مع متطلبات الدراسة الميدانية.

الخصائص السيكومترية للإستبيان:

صدق المحكمين: للتحقق من صدق الأداة تم التحقق من الصدق الظاهري لها وذلك بعرضها على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والإختصاص وقد أجمع المحكمون (الملحق رقم 1) على صلاحية الأداة لقياس ما وضعه لقياسه وتم الإعتماد على الفقرات التي أجمع عليها المحكمون إلى أنه تعديل بعض الفقرات وكذلك الصياغة اللغوية وفق آراء المحكمين وقد ضمت الإستمارة 16 عبارة.

ومن بين العبارات التي تم تعديل صياغتها بناء على رأي المحكمين مبينة في الجدول الآتي:

جدول رقم1 : يبين تعديلات على استبيان ادمان مواقع التواصل الاجتماعي

الرقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
01	ضيعت من قبل عملك أو دراستك بسبب مواقع التواصل الإجتماعي	ضيعت من وقت عملك ودراستك بسبب إدمان مواقع التواصل الإجتماعي
03	عندما تكون على مواقع التواصل الإجتماعي تجد صعوبة بالتوقف عن إستخدامها حتى لو أصاب التعب	عندما تتصفح مواقع التواصل الإجتماعي تجد صعوبة بالتوقف عن إستخدامها حتى لو أصابك التعب
06	تشعر بأنك تلاقي على مواقع التواصل الإجتماعي الإفتراضية إهتماما أو إحتراما أكثر مما تحصل عليه في حياتك	تشعر بأنك تلاقي على مواقع التواصل الإجتماعي الإفتراضية إهتماما و إحتراما
07	أثر إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي على أهدافك	يؤثر إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي على أهدافك
08	دخول مواقع التواصل الإجتماعي هو أول شيء تفكر بعمله عندما تستيقظ من النوم أو تعود للمنزل	أول شيء تفكر بعمله عندما تستيقظ من النوم هو تصفح مواقع التواصل الإجتماعي
09	تشعر بالندم بعد قضاء وقت طويل على مواقع التواصل الإجتماعي	ينتابك الشعور بالندم بعد قضاء وقت طويل على مواقع التواصل الإجتماعي

ب) **مقياس الإغتراب النفسي:**

يهدف تصميم هذا المقياس إلى التعرف على مدى شعور طلبة تخصص علوم التربية بالإغتراب النفسي.

وفي إعداد هذا المقياس تم الإطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الإغتراب النفسي والتي سبق الإشارة إليها في الإطار النظري والإعتماد على إختبار الإغتراب النفسي خيري حافظ يتكون من (35) فقرة يجيب الطلبة على منها بـ موافق، محايد، غير موافق.

تكييف مقياس الإغتراب النفسي:

لقد تم في هذه الدراسة إعتماد أربعة أبعاد والمتمثلة في العزلة الاجتماعية، اللاهدف، التمرد والعجز، وقد لاحظت الطالبتين الباحثتين أن هذه الأبعاد الأربعة تضم بعض العبارات المكررة كما لوحظ كثرة العبارات المركبة والطويلة أيضا، وهذه العبارة يمكن أن تؤثر في طريقة الإجابة مما ينعكس على الدرجة التي يحصل عليها الطلبة في هذه الأداة لذلك أجريت بعض تعديلات على مقياس الإتراب النفسي.

الجدول رقم 2: يبين تعديلات على مقياس الإغتراب النفسي

البعد	مجموعة أصلية	الفقرات المعدلة	الفقرات المحذوفة	مجموعة فقرات الأداة بعد التعديل
العزلة الإجتماعية	13	6	5	7
اللاهدف	7	3	/	7
التمرد	5	2	1	4
العجز	10	4	2	8
المجموع	35	15	8	26

يتضح من الجدول رقم (؟؟) أن أداة الإغتراب النفسي بعد التكيف أصبحت مكونة من(26) فقرة و(4) أبعاد بلغ عدد البنود المحذوفة (8) بينما بلغ عدد البنود المعدلة (15).

ج) **الخصائص السيكومترية لمقياس الإغتراب النفسي:**

صدق المحكمين:

للتحقق من صدق الأداة تم التحقق من الصدق الظاهري لها وذلك بعرضها على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والإختصاص وقد اجمع المحكمون ملحق3 على صلاحية أداة لقياس ما وضعت لقياسه وتم اعتماد الفقرات التي أجمع عليها المحكمين، إضافة ألا أنه تم تعديل بعض الفقرات وكذلك الصياغة اللغوية وفق آراء المحكمين، صغت الإستمارة النهائية 4 محاور هي:

- **المحور الأول:** خاص ببعد العزلة الإجتماعية
- **المحور الثاني:** خاص ببعد اللاهدف
- **المحور الثالث:** خاص ببعد التمرد
- **البعد الرابع:** خاص ببعد العجز

الجدول رقم3 :يبين عبارات المقياس التي تم تعديل صياغتها بناء على رأي المحكمين

الرقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
1	لا أشعر بالإنتماء إلى مجتمعي	أشعر بالعزلة داخل أسرتي
2	متى لودعاني صديقي لزيارته فإنني أعتذر	أعتذر عن تلبية دعوات لزيارة أصدقائي
3	أشعر بالعزلة من بين أقرب الناس لي	أشعر بالإغتراب من بين أقرب الناس لي
4	أميل للمشاركة في النشاطات والمناسبات الإجتماعية	المشاركة في النشاطات والمناسبات الإجتماعية لا تهمني
5	المجتمع لا يهتم لما أقوم به من مجهودات	أشعر أن لا فائدة لي في هذا المجتمع
7	أكره وجود الناس حولي	أشعر بتوتر في علاقتي مع الآخرين
2	أشعر بأنه لا خيار لي في تحديد نوع العمل بعد التخرج	أشعر بأنه لا خيار لي في تحديد نوع التخصص

4	أرقني حالي لأنني لا أستطيع تحقيق رغباتي	ألوم نفسي لعد قدرتي على تحقيق رغباتي
6	فقدت الكثير من الفرصة لأنني لا أستطيع أن أبث في الأمور بصورة قاطعة	لا أستطيع تحديد ما هو مطلوب من أعمال تدريسية
2	لا أجد لهذه العادات أي مفر وفائدة	العادات الإجتماعية لا تمثل لي شيئا
1	حياة بدون هدف أو معنى	عدم وجود هدف أو معنى لحياتي
1	لا أستطيع أن أخطط لحياتي	أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي
2	لا أهتم لما يوجد في المستقبل	أنظر للمستقبل بنظرة سوداوية
3	تواجهني مشكلات تجعلني لا أستطيع حلها	المشكلات التي تواجهني في الحياة لا يمكنني السيطرة عليها
6	لا أستطيع التخطيط لمستقبلي	التخطيط لمستقبلي المهني مشروع فاشل بالنسبة لي

بعد الحصول على الموافقة والتسهيلات من رئيسة قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا بكلية العلوم الإنسانية والإجتماعية بالقطب الجامعي جيجل وتكيف الإستبيان، قامت الطالبتين الباحثتين بتوزيع الإستبيان على 20 طالب وطالبة تخصص علوم التربية وقد جاءت النتائج كالتالي:

ثبات الأداة:

من أجل التحقق من ثبات الأداة قمنا بحساب معامل الثبات حيث كانت درجة معامل الثبات **سيرمان براون** بين نصفي الإختبار **0,94**.

وكذلك تم حساب معامل الثبات بمعادلة **جوتمان** حيث بلغت درجته **0,97**.

وقمنا بحساب **ألفا كرونباخ** وكانت النتيجة **0,88**.

وتدل النتائج المتحصل عليها على إستقرار المقياس والإستبيان والتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات بالنسبة إلى عينة وبنية الدراسة.

من خلال المعطيات الإحصائية الواردة في الجدول رقم(1) والمتعلقة باستبيان إدمان مواقع التواصل الاجتماعي يتبين أن:

1) **ضيعت من وقت عملك ودراستك بسبب مواقع التواصل الاجتماعي:** نلاحظ أن غالبية المبحوثين وبنسبة 71,4% أي ما يعادل 60 يرون بأن مواقع التواصل الإجتماعي تؤدي إلى ضياع وقت العمل والدراسة، تليها نسبة 26,9% من المبحوثين يرون بأن مواقع التواصل الإجتماعي لا تؤدي إلى ضياع وقت العمل والدراسة في حين نسبة ضئيلة أي 2,4% يشيرون للخيار محايد.

2) **اضطررت للكذب على أصدقائك وأهلك بسبب إستخدامك الزائد لمواقع التواصل الإجتماعي:** نلاحظ أن غالبة المبحوثين وبنسبة 64,3% أي ما يعادل 54 لا يضطرون للكذب على الأهل والأصدقاء بسبب الإستخدام الزائد لمواقع التواصل الإجتماعي تليها نسبة 29,8% ممن يرون بأنهم يضطرون للكذب على الأهل والأصدقاء بسبب إستخدامهم الزائد لمواقع التواصل الإجتماعي تليها نسبة 6% يشيرون للخيار محايد.

3) **عندما تتصفح مواقع التواصل الإجتماعي تجد صعوبة في التوقف عن إستخدامها حتى لو أصابك التعب:** نلاحظ أن غالبية المبحوثين وبنسبة 60,7% أي ما يعادل 51 لا يستطيعون التوقف عن استخدام مواقع التواصل الإجتماعي حتى لو أصابهم التعب تليها نسبة 29,8% ممن يرون بأنهم يتوقفون عن استخدام مواقع التواصل الإجتماعي حيث يصيبهم التعب في نسبة 8,3% ممن يشيرون للخيار محايد.

4) **عندما تغلق مواقع التواصل الإجتماعي تجد رغبة قوية في العودة:** نلاحظ أن أغلبية المبحوثين وبنسبة 59,6% أي ما يعادل 50 يجدون رغبة قوية في العودة إلى مواقع التواصل الإجتماعي بعد غلقها تليها نسبة 23,8% ممن لا يجدون الرغبة في العودة إلى مواقع التواصل الإجتماعي بعد غلقها في حين 15,5% يختارون محايد.

5) **تفكر بمواقع التواصل الإجتماعي وأنت تعمل أو تدرس وقت مع أهلك:** نلاحظ أن مجموعة من المبحوثين يرون بأنهم يفكرون في مواقع التواصل الإجتماعي وهم يعملون أو يدرسون بنسبة 45,2% أي ما يعادل 38 تليها نسبة 44 ممن يرون بأنهم يفكرون في مواقع التواصل الإجتماعي أثناء عملهم أو دراستهم في حين نسبة 16,7% يشيرون إلى الخيار محايد.

العبارة 6: تشعر بأنك تلاقي على مواقع التواصل الإجتماعي إحتراما وإهتماما ما: نلاحظ أن المبحوثين وبنسبة 45,2% أي ما يعادل 38 يشعرون بأنهم يلاقون على مواقع التواصل الإجتماعي إحتراما وإهتماما، تليها 36,9% يرون بأنهم لا يشعرون بأنهم يلاقون على مواقع التواصل الإجتماعي إحتراما وإهتماما في حين نسبة 11,9% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 7: يؤثر إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي على أهدافك:

نلاحظ أن مجموعة من المبحوثين وبنسبة 38,1% أي ما يعادل 32 يرون بأن إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي لا يؤثر على أهدافهم تليها نسبة 45,2% منه يرون بأن إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي يؤثر على أهدافهم في حين نسبة 16,7% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 8: أول شيء تفكر في إستخدامه عند الإستيقاظ هو تصفح مواقع التواصل الإجتماعي: نلاحظ أن غالبة المبحوثين وبنسبة 47,6% أي ما يعادل 40 يرون بأن أول شيء يفكرون به عند الإستيقاظ هو تصفح مواقع التواصل الإجتماعي تليها نسبة 34,6% ممن لا يفكرون في تصفح مواقع التواصل الإجتماعي عند الإستيقاظ في حين 16,7% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 9: ينتابك الشعور بالندم بعد قضاء وقت طويل على مواقع التواصل الإجتماعي: نلاحظ أن غالبية المبحوثين وبنسبة 53,6% أي ما يعادل 45 ينتابهم الشعور بالندم بعد قضاء وقت طويل على مواقع التواصل الإجتماعي تليها نسبة 29,8% ممن يرون بأنهم لا يشعرون بالندم بعد قضاء وقت طويل على مواقع التواصل الإجتماعي في حين 16,7% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 10: تنسيك مواقع التواصل الإجتماعي في مشاكلك الشخصية: نلاحظ أن مجموعة من المبحوثين وبنسبة 38,8% أي ما يعادل 32 يرون بأن مواقع التواصل الإجتماعي تنسيهم في مشاكلهم الشخصية تليها نسبة 48,8% منها يرون بأن مواقع التواصل الإجتماعي لا تنسيهم في مشاكلهم الشخصية في حين نسبة 11,9% لا يشيرون للخيار محايد.

العبارة 11: ترى المناسبات السعيدة سببا لدخول مواقع التواصل الاجتماعي والإحتفال بها: نلاحظ أن المبحوثين وبنسبة 38,1% أي ما يعادل 32 يرون أن المناسبات السعيدة سببا لدخول مواقع التواصل الإجتماعي والإحتفال بها تليها نسبة 41,7% لا يرون أن المناسبات السعيدة سببا لدخول مواقع التواصل الإجتماعي والإحتفال بها في حين 20,2% يشيرون للخيار محايد

العبارة 12: تبرر لنفسك والآخرين إستعمالك المفرط لمواقع التواصل الإجتماعي: نلاحظ أن المبحوثين وبنسبة 34,5% أي ما يعادل 29 يبررون للآخرين إستعمالهم المفرط لمواقع التواصل الإجتماعي تليها نسبة مرتفعة من المبحوثين 57,1% يبررون للآخرين إستعمالهم المفرط لمواقع التواصل الإجتماعي في حين نسبة ضئيلة 8,3% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 13: ترى نفسك دائما تقضي وقتا طويلا على مواقع التواصل الإجتماعي: نلاحظ أن غالبة المبحوثين وبنسبة 64,3% أي ما يعادل 54 يرون أنفسهم يقضون وقتا طويلا على مواقع التواصل الإجتماعي تليها نسبة 22,6% ممن لا يرون أنهم يقضون وقتا طويلا على مواقع التواصل الإجتماعي في حين نسبة ضئيلة 22,6% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 14: عندما تكون مع أهلك تميل إلى إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي: نلاحظ وبنسبة 41,7% أي ما يعادل 35 وعندما يكونون مع أهلهم يميلون لإستخدام مواقع التواصل الإجتماعي تليها نسبة عالية من المبحوثين 52,4% ممن لا يميلون لإستخدام مواقع التواصل الإجتماعي وهم مع أهلهم في حين نسبة ضئيلة 6% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 15: تشعر بتدمير ذاتك من خلال إستعمالك المفرط لمواقع التواصل الإجتماعي: نلاحظ أن المبحوثين وبنسبة 44% أي ما يعادل 37 يشعرون بتدمير ذاتهم من خلال إستعمالهم المفرط لمواقع التواصل الإجتماعي تليها نسبة 41,7% ممن لا يشعرون بتدمير ذاتهم من خلال إستعمالهم المفرط لمواقع التواصل الإجتماعي في حين نسبة 14,3% يشيرون للخيار محايد.

الجدول رقم4: يوضح النسبة المئوية والدرجة الكلية لعبارات استبيان ادمان مواقع التواصل الاجتماعي

رقم	العبارة		الإحتمالات			مجموع
			موافق	غير موافق	محايد	
1	ضيعت من وقت عملك أو دراستك بسبب مواقع التواصل الإجتماعي	ت	60	22	2	84
		%	71,4	26,2	2,4	100
2	اضطررت للكذب على أصدقائك أو اهلك بسبب إستخدامك الزائد لمواقع التواصل الإجتماعي	ت	25	54	5	84
		%	60,7	29,8	8,3	100

3	عندما تتصفح مواقع التواصل الإجتماعي تجد صعوبة بالتوفق عند إستخدامها حتى لو أصابك التعب أو النعاس	ت	51	25	7	84
		%	60,7	29,8	8,3	100
4	عندما تغلق موقع التواصل الإجتماعي تجد رغبة قوية بالعودة	ت	50	20	13	84
		%	59,5	23,8	15,5	100
5	تفكر بمواقع التواصل الإجتماعي وأنت تعمل أو تدرس أو تقضي وقتا مع أصدقائك	ت	38	37	9	84
		%	45,2	44	10,7	100
6	تشعر بأنك تلاقي عبر مواقع التواصل الإجتماعي الإفتراضية إهتماما إحتراما	ت	38	31	10	84
		%	45,2	36,9	11,9	10
7	يؤثر إستخدامك موقع التواصل الإجتماعي على أهدافك	ت	32	38	14	84
		%	38,1	45,2	16,7	100
8	أول شيء تفكر به عندما تستيقظ من النوم هو تصفح مواقع التواصل الإجتماعي	ت	40	29	14	84
		%	47,6	34,5	16,7	100
9	ينتابك الشعور بالندم بعد قضاء وقت طويل على مواقع التواصل الإجتماعي	ت	45	25	14	84
		%	53,6	29,8	16,7	100
10	تنسيك مواقع التواصل الإجتماعي في مشاكلك الشخصية	ت	32	41	10	10
		%	38,1	48,8	11,9	100
11	ترى المناسبات السعيدة سببا لدخول مواقع التواصل الاجتماعي والإحتفال بها	ت	32	35	17	84
		%	38,5	41,7	20,2	100
12	تبرر لنفسك أو للآخرين إستعمالك المفرط لمواقع التواصل الإجتماعي	ت	29	48	7	84
		%	34,5	57,1	8,3	100
13	ترى نفسك دائما تقضي عبر على مواقع التواصل الإجتماعي وقتا أكثر مما قد قررت مسبقا	ت	54	19	10	84
		%	64,3	22,6	11,9	100

14	عندما تكون مع أهلك وأصدقائك تميل باستمرار للحديث عن مواقع التواصل الإجتماعي	ت	35	44	5	84
		%	41,7	52,4	6	100
15	تشعر أحيانا أنك تقوم بتدمير ذاتك من خلال إستعمالك لمواقع التواصل الإجتماعي	ت	37	35	12	84
		%	44	41,7	14,3	100

من خلال المعطيات الإحصائية الواردة في الجدول رقم (2) والمتعلقة بالإغتراب النفسي بأبعاده الأربعة (اللاهدف، العزلة الإجتماعية، التمرد، العجز) يتبين أن:

البعد الأول: العزلة الإجتماعية

العبارة 1: أشعر بالعزلة داخل أسرتي نلاحظ أن غالبية المبحوثين وبنسبة 65,5% أي ما يعادل 55 من يرون بأنهم لا يشعرون بالعزلة داخل أسرتهم تليها نسبة 26,2% من المبحوثين يرون بأنهم منعزلون داخل أسرتهم في حين نسبة ضئيلة أي 7,1% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 2: أعتذر على تلبية دعوات أصدقائي نلاحظ أن مجموعة من المبحوثين بنسبة 48,8% يرون بأنهم لا يعتذرون عن تلبية دعوات أصدقائهم أي ما يعادل 41 تليها نسبة 33,3% من يرون أنهم لا يعتذرون عن تلبية دعوات أصدقائهم في حين نسبة ضئيلة أي 16,7% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 3: أشعر بالإغتراب حتى بين أقرب الناس لي نلاحظ هناك أقلية من المبحوثين وبنسبة 29,8% أي ما يعادل 25 من يرون أنهم يشعرون بالإغتراب حتى بين أقرب الناس لهم تليها نسبة 53,6% أي غالبية المبحوثين يرون بأنهم لا يشعرون بالإغتراب بين أقرب الناس لهم في حين نسبة ضئيلة أي 14,3% يشيرون إلى الخيار محايد.

العبارة 4: المشاركة في النشاطات أو المناسبات الإجتماعية لا تهمني نلاحظ أن المبحوثين وبنسبة 41,7% أي ما يعادل 35 لا تهم المشاركة في النشاطات والمناسبات الإجتماعية تليها نسبة 44 من المبحوثين يرون بأن النشاطات والمناسبات الإجتماعية تهمهم في حين نسبة ضئيلة أي 10,7% ممن يشيرون للخيار محايد.

العبارة 5: أشعر بمعظم الأحيان بالوحدة ولو كنت مع الآخرين نلاحظ أن غالبية المبحوثين وبنسبة 34,8% أي ما يعادل 46 ممن يشعرون بالوحدة حتى ولو كانوا مع الآخرين تليها نسبة 32,1% من المبحوثين لا يشعرون بالوحدة وهم مع الآخرين في حين نسبة ضئيلة أي 11,9% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 6: أشعر أن لا فائدة لي في هذا المجتمع نلاحظ أن غالبية المبحوثين وبنسبة 58,3 أي ما يعادل 49 لا يشعرون بأن لا فائدة لهم في هذا المجتمع تليها نسبة 25,2 ممن يرون بأنهم لا فائدة لهم في هذا المجتمع في حين نسبة ضئيلة أي 15,5 يختارون محايد.

العبارة 7: أشعر بتوتر بعلاقاتي مع الآخرين نلاحظ أن غالبية المبحوثين وبنسبة 48,8 أي ما يعادل 41 يشعرون بتوتر في علاقاتهم مع الآخرين تليها نسبة 27,4 ممن لا يشعرون بتوتر في علاقاتهم مع الآخرين في حين 21,4 هي نسبة من أشاروا للخيار محايد.

البعد الثاني: اللاهدف

العبارة 1: أصبحت لا أبالي بما يدور من حولي: نلاحظ أن غالبية المبحوثين بنسبة 61,6 أي ما يعادل 52 لا يبالون بما يدور من حولهم تليها نسبة 32,1% ممن بأنهم يبالون بما يدور من حولهم في حين نسبة ضئيلة أي 4,8 % يشيرون للخيار محايد.

العبارة 2: أشعر أنه لا خيار لي في تحديد نوع التخصص: نلاحظ أن مجموعة من المبحوثين بنسبة 41,7% أي ما يعادل 35 يرون بأن لا خيار لهم في تحديد نوع التخصص تليها نسبة 47,6 ممن يرون بأن لديهم خيار في تحديد نوع تخصصهم في نسبة ضئيلة 9,6% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 3: ينتابني شعور بالعجز حيال إكمال دراستي نلاحظ أن غالبة المبحوثين بنسبة 58,3 أي ما يعادل 49 يشعرون بالعجز حيال إكمال دراستهم تليها نسبة 27,4% ممن يرون بأنهم غير عاجزين حيال إكمال دراستهم في حين نسبة ضئيلة 13,1% يشيرون للخيار محايد.

العبارة 4: ألوم نفسي لعدم قدرتي على تحقيق رغباتي نلاحظ أن غالبية المبحوثين بنسبة 52,4 % أي ما يعادل 44 يلومون أنفسهم لعد قدرتهم على تحقيق رغباتهم تليها نسبة 31 % ممن يرون أنهم قادرون على تحقيق رغباتهم في حين نسبة ضئيلة 15,5 % يشيرون للخيار محايد.

العبارة 5: ينتابني إحساس بأن أهدافي ليست لها قيمة نلاحظ أن نسبة من المبحوثين بنسبة 31,0% أي ما يعادل 26 ينتابهم إحساس بأن أهدافهم ليست لها قيمة تليها نسبة عالية ممن يرون بأن أهدافهم لها قيمة بنسبة 53,6% في حين نسبة ضئيلة 11,9% ممن يشيرون للخيار محايد.

العبارة 6: لا أستطيع تحدي ما هو مطلوب مني من أعمال تدريسية نلاحظ أن مجموعة متوسطة من المبحوثين أي بنسبة 36,9% أي ما يعادل 31 لا يستطيعون تحديد ما هو مطلوب منهم من أعمال تدريسية في حين نسبة ضئيلة نوعا ما أي ما يعادل 16,7% من يشيرون للخيار محايد.

العبارة 7: أعيش دون معرفة الهدف من حياتي نلاحظ أن نسبة متوسطة من المبحوثين 32,1 أي ما يعادل 28 ممن يعيشون دون معرفة الخوف من حياتهم تليها نسبة مرتفعة نوعا ما 48,8 ممن يرون بأنهم يعيشون وهم يعرفون ما الهدف من حياتهم في حين نسبة 17,9 ممن يشيرون للخيار محايد.

البعد الثالث: البعد التمرد

العبارة 1: عدم وجود هدف أو معنى لحياتي نلاحظ أنه هنا مجموعة من المبحوثين بنسبة متوسطة 31 أي ما يعادل 26 يرون بأنه لا وجود لهدف أو معنى لحياتهم تليها نسبة مرتفعة 53,6 ممن يرون أن لحياتهم هدف وممن في حين نسبة منخفضة 14,3 يشيرون للخيار محايد.

العبارة 2: العادات الإجتماعية لا تمثل لي شيئا نلاحظ أن غالبية المبحوثين بنسبة 45,2 أي ما يعادل 38 يرون بأن هذه العادات الإجتماعية لا تمثل لهم شيئا تليها نسبة 36,9 ممن يرون أن هذه العادات الإجتماعية تمثل هلم في 14,3 يشيرون إلى الخيار محايد.

العبارة 3: فقدت الإهتمام حتى بنفسي نلاحظ أن أغلبة المبحوثين بنسبة 52,4 أي ما يعادل 44 لم يفقدوا الإهتمام بأنفسهم تليها نسبة 36,9 ممن فقدوا الإهتمام حتى أنفسهم في حين نسبة منخفضة 9,6 يشيرون للخيار محايد.

العبارة 4: أنفد قراراتي دون الإهتمام بأي معايير تحكم المجتمع نلاحظ أن المبحوثين وبنسبة 45,2 أي ما يعادل 38 ينفدون قراراتهم دون الإهتمام بأي معايير تحكم مجتمعهم تليهم نسبة 38,1 ممن ينفذون قراراتهم بالإهتمام بالمعاير التي تحكم المجتمع في حين 14,3 يشيرون للخيار محايد.

البعد الرابع: العجز

العبارة 1: أجد صعوبة في إتخاذ قراراتي: نلاحظ أن أغلبة المبحوثين وبنسبة 46,4 أي ما يعادل 39 يجدون صعوبة في إتخاذ قراراتهم تليها نسبة 31 ممن لا يجدون صعوبة في إتخاذ قراراتهم في حين نسبة 20,2 يشيرون للخيار محايد.

العبارة 2: أنظر بنظرة سوداوية إلى المستقبل: نلاحظ ان المبحوثين وبنسبة 45,2 أي ما يعادل 38 لا ينظرون إلى المستقبل بسوداوية تليه نسبة 39,3 ممن ينظرون للمستقبل بنظرة سوداوية تليها نسبة 94,3 يشيرون إلى الخيار محايد.

العبارة 3: المشكلات التي تواجهني لا يمكنني السيطرة عليها: نلاحظ أن غالبية المبحوثين بنسبة 50 أي ما يعادل 42 لإمكانهم مواجهة السيطرة على المشكلات التي تواجههم تليها نسبة 39,3 ممن لا يمكنهم مواجهة والسيطرة على المشكلات التي تواجههم تليها نسبة 14,3 ممن إختاروا الخيار محايد.

العبارة 4: أجد صعوبة في التعبير عن رأيي وتوجهاتي: نلاحظ أن غالبية المبحوثين بنسبة 53,6 أي ما يعادل 25 يجدون صعوبة في التعبير عن آرائهم وتوجهاتهم تليها نسبة 31 ممن لا يجدون صعوبة في التعبير عن آرائهم وتوجهاتهم في حين نسبة منخفضة 14,3 يشيرون للخيار محايد.

العبارة 5: أشعر بأني مسلوب الإرادة نلاحظ أن غالبية المبحوثين بنسبة 48,8 أي ما يعادل 41 لا يشعرون بأنهم مسلوبو الإرادة تليها نسبة 35,7 ممن يشعرون بأنهم مسلوبو الإرادة تليها 14,3 من إختاروا محايد.

العبارة 6: التخطيط المستقبلي المهني مشروع فاشل بالنسبة لي: نلاحظ أن غالبية المبحوثين وبنسبة 52,4 أي ما يعادل 44 لا يرون أن التخطيط لمستقبلهم المهني مشروع فاشل تليها نسبة 33,3 ممن يرون أن التخطيط لمستقبلهم المهني أمر فاشل في حين 13,1 يشيرون للخيار محايد.

الجدول رقم5: يوضح النسبة المئوية والدرجة الكلية لكل محور من محاور مقياس الاغتراب النفسي

الأبعاد	رقم	العبارة		الاحتمالات			المجموع
				موافق	غير موافق	محايد	
العزلة الإجتماعية	1	أشعر بالعزلة داخل أسرتي	التكرار	22	6	55	84
			النسبة المئوية	26,2	7,1	65,5	100
	2	أعتذر على تلبية دعوات لزيارة أصدقائي	التكرار	28	14	41	84
			النسبة المئوية	3,33	16,76	48,8	100
	3	أشعر بالإغتراب حتى بين أقرب الناس لي	التكرار	25	12	45	84
			النسبة المئوية	29,8	14,3	53,6	100
	4	المشاركة في النشاطات أو المناسبات الإجتماعية لا تهمني	التكرار	35	9	37	84
			النسبة المئوية	41,7	10,7	44,0	100
	5	أشعر بمعظم الأحيان بالوحدة ولو كنت مع الآخرين	التكرار	46	10	27	84
			النسبة المئوية	54,8	11,9	32,1	100
	6	أشعر أن لا فائدة لي في هذا المجتمع	التكرار	21	13	49	84
			النسبة المئوية	25,5	15,5	58,3	100
	7	أشعر بتوتر في علاقاتي مع الآخرين	التكرار	41	18	23	84
			النسبة المئوية	48,8	21,4	27,4	100
اللاهدف	1	أصبحت لا أبالي بما يدور من حولي	التكرار	52	4	27	84
			النسبة المئوية	61,9	4,8	32,1	100
	2	أشعر بأنه لا خيار لي في تحديد نوع التخصص	التكرار	35	8	40	84
			النسبة المئوية	41,7	9,5	47,6	100
	3	ينتابني شعور بالعجز حيال إكمال دراستي	التكرار	49	11	23	84
			النسبة المئوية	58,3	13,1	27,4	100

	4	ألوم نفسي لعدم قدرتي على تحقيق رغباتي	التكرار	44	13	26	84
			النسبة المئوية	52,4	15,5	31,0	100
	5	ينتابني إحساس بأن أهدافي ليست لها قيمة	التكرار	26	10	45	84
			النسبة المئوية	31,0	11,9	37	100
	6	لا أستطيع تحديد ما هو مطلوب مني من أعمال تدريسية	التكرار	31	14	37	84
			النسبة المئوية	36,9	16,7	44,0	100
	7	أعيش دون معرفة الهدف من هذه الحياة	التكرار	27	15	41	84
			النسبة المئوية	32,1	17,9	48,8	100
التمرد	1	عدم وجود هدف أو معنى لحياتي	التكرار	26	12	45	84
			النسبة المئوية	31,0	14,3	53,6	100
	2	العادات الإجتماعية لا تمثل لي شيئا	التكرار	38	12	31	84
			النسبة المئوية	45,2	14,3	36,9	100
	3	فقدت الإهتمام حتى بنفسي	التكرار	31	8	44	84
			النسبة المئوية	36,9	9,5	52,4	100
	4	أنفد قراراتي دون الإهتمام بأي معايير تحكم المجتمع	التكرار	38	12	32	84
			النسبة المئوية	45,2	14,3	38,1	100
العجز	1	أجد صعوبة في إتخاذ قراراتي	التكرار	39	17	26	84
			النسبة المئوية	46,4	20,2	31,0	100
	2	أنظر إلى المستقبل بنظرة سوداوية	التكرار	33	12	38	84
			النسبة المئوية	39,3	14,3	45,2	100
	3	المشكلات التي تواجهني في الحياة لا يمكنني السيطرة عليها	التكرار	28	12	42	84
			النسبة المئوية	33,3	14,3	50,0	100
	4	أجد صعوبة في التعبير عن آرائي	التكرار	45	12	26	84
			النسبة	53,6	14,3	31,0	100

		وتوجهاتي	المئوية				
	5	أشعر بأني مسلوب الإرادة	التكرار	30	12	41	84
			النسبة المئوية	35,7	14,3	48,8	100
	6	التخطيط المستقبلي المهني مشروع فاشل بالنسبة لي	التكرار	28	11	44	84
			النسبة المئوية	33,3	13,1	52,4	100
	7	أجد من الصعب أن أحصل على حقوقي	التكرار	37	13	33	84
			النسبة المئوية	44,0	15,5	39,3	100
	8	تحديد ما هو مناسب أمر صعب بالنسبة لي	التكرار	39	14	30	84
			النسبة المئوية	46,4	16,7	35,7	100

ثانيا: الدراسة الأساسية

1. **حدود الدراسة:** لدراسة أي موضوع يجب على الباحث أيقوم بحصر دراسته في نطاق وحدود معينة ولهذا تم حصر دراستنا المتعلقة " إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وعلاقته بالإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية" في ثلاثة حدود أساسية تتحرك في إطارها الدراسة ويمكن عرضها كما يلي:

أ) الحدود المكانية:

ويقصد بالحدود المكانية المجال الجغرافي والبنية والنطاق المكاني لإجراء البحث الميداني وبما أن موضوع دراستنا هو "إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وعلاقته بالإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية" فإن الحدود المكانية لدراستنا هي جامعة جيجل.

ب) الحدود الزمانية:

يقصد بالحدود الزمانية الوقت والمدة الزمنية التي استغرقتها في إنجاز هذه الدراسة المتمثلة في الموسم الدراسي 2019/2018 حيث تمر هذه الدراسة بعدة مراحل زمنية أولها تحديد موضوع الدراسة

وثانيها الدراسة النظرية التي استغرقت حوالي ثلاثة أشهر، إنطلاقا من نوفمبر 2019 وثالثها الدراسة الميدانية التي امتدت من 12 ماي إلى غاية جوان 2019.

ج) الحدود البشرية:

يقصد بالحدود البشرية العدد الكلي لطلبة تخصص علوم التربية في جامعة جيجل.

2. منهج الدراسة:

إن استخدام الطالبتين الباحثتين لمنهج دون آخر ، يعتمد أساسا على طبيعة موضوع دراسته ونظرا لموضوع الدراسة الحالية يتناول "إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وعلاقته بالإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية"، فإن المنهج الوصفي الإرتباطي هو الملائم للكشف عن الطبيعة بين متغيرات الدراسة لأنه يمكن بواسطته معرفة ما إذا كان ثمة هناك علاقة بين متغيرين أو أكثر و من ثمة معرفة العلاقة ومن أجل ذلك يعتبر المنهج الذي يعتمد دراسة الواقع، وظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها لنا ويوضح لنا خصائص الظاهرة أما التعبير الكمي فيعطينا وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجة ارتباطها مع الظواهر المختلفة.

3. مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة التالية من طلبة تخصص علوم التربية مختلف المستويات بجامعة جيجل من العام الدراسي (2019/2018) تم تحديد هذا المجتمع من خلال المعلومات المتحصل عليها من الدراسة الإستطلاعية

4. عينة الدراسة:

كيفية إختيار العينة:

تعرف العينة على أنها مجموعة من الوحدات المختارة من مجتمع الدراسة، وذلك لتوفير البيانات التي تستخدم خصائص المجتمع، وأنها عملية المعاينة أو إخراج العينة تتم عن طريق إختيار جزء من

المجتمع الأصلي بحيث يمثله الذي يختاره ويستخدمه في الحكم على الكل نسميه العينة لذلك يجب إختيار الطريق المناسب لكل مجتمع لكي تكون ممثلة له أصدق تمثيل حتى غن كل خواص المجتمع بما فيها الإختلاف بين وحداته تنعكس في العينة بأحسن ما يسمع به حجمها.

وتتمثل عينة الدراسة المختارة من مجموع طلبة (ذكورا وإناثا) وتتكون من (80) من طلبة تخصص علوم التربية والجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة حسب سنة التخصص:

الجدول رقم6: يوضح توزيع أفراد العينة حسب سنة التخصص

تخصص علوم التربية	التكرار	النسبة المئوية
الثانية علوم تربية	21	%25,0
الثالثة علم النفس	20	%23,8
الأولى ماستر علم النفس	11	%13,1
الأولى ماستر إرشاد	11	%13,1
الثانية ماستر علم النفس	10	%11,9
الثانية ماستر إرشاد	10	%11,9

من خلال معطيات الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة طلبة السنة ثانية علوم تربية أكبر من نسبة السنوات الأخرى من أصل (80) أي ما نسبته 25,0% في حين نجد 23,8% من طلبة السنة الثالثة و13,1 من نسبة طلبة السنة الأولى ماستر تخصص علم النفس التربوي وإرشاد وتوجيه نسبته 11,9 من طلبة السنة الثانية علم نفس تربوي وإرشاد وتوجيه.

الجدول رقم7: يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكور	10	11,9
إناث	74	88,1
المجموع	84	100

من خلال معطيات الجدول رقم 7 والشكل أعلاه نلاحظ أن نسبة الإناث أكثر من نسبة الذكور إذ أن هناك (74) من أصل (80) أي ما نسبته (88,1) من الإناث في حين (10) ذكور من أصل (80) أي ما نسبته (11,9) من الذكور.

5. أساليب المعالجة الإحصائية:

تعتبر الأساليب الإحصائية ذات الأهمية البالغة إذ يمكن لأي باحث إنهاء بحثه والتأكيد على فرضيات بحثه دون الإستعانة بها، وفي دراستنا هذه بعد جمع البيانات وتفريغها في جداول قصد معالجتها باستعمال برنامج الحزمة الإحصائية SPSS المتضمن للعديد من الإجراءا ت الإحصائية الشائعة.

وقد تم تحليل بيانات الدراسة بالإعتماد على:

- التكرارات والنسبة المئوية.
- معامل الإرتباط سبيرمان وبراون للتجزئة النصفية لحساب ثبات الإستمارة والمقياس.
- معادلة جوتمان لحساب ثبات الإستمارة والمقياس.
- معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات الإستمارة والمقياس.
- معامل الإرتباط بيرسون.

خلاصة الفصل:

تناولنا في هذا الفصل الإجراءات التنفيذية للدراسة، حيث تم تحديد مجالات الدراسة وبعدها المنهج ثم أدوات جمع البيانات وخصائصها السيكومترية بالإضافة إلى مجتمع وعينة الدراسة ثم أساليب المعالجة الإحصائية وأخيرا تنفيذ الدراسة ومنه الجانب التنفيذي للدراسة.

الفصل الخامس:تحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1- عرض نتائج الفرضية العامة

2- عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى

2- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية

4- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

5- عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة

6- تحليل وتفسير نتائج الفرضية العامة

7- تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى

8- تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية

9- تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

10- تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الرابعة

خلاصة الفصل

استنتاج عام للدراسة

مقترحات

تمهيد:

تطرقنا في الفصل السابق إلى الإجراءات التنفيذية للدراسة المتضمنة لأدوات جمع وتحليل البيانات، وسنقوم في هذا الفصل باختبار وتحليل الفرضيات قصد إثباتها أو نفيها إعتمادا على جداول إحصائية قصد عرض النتائج وتحليل وتفسير هذه النتائج.

أولا: عرض نتائج الفرضية العامة

تنص الفرضية العامة على: توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية، للكشف عن العلاقة بين المتغيرين تم استخدام معامل الإرتباط بيرسون والجدول التالي:

جدول رقم 8: يبين معامل الإرتباط بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإغتراب النفسي

المتغير	إدمان مواقع التواصل الإجتماعي		
الإغتراب النفسي	حجم العينة	مستوى الإرتباط بيرسون	مستوى الدلالة
	80	0,880**	دالة عند 0,01

** دالة عند مستوى الدلالة 0,01 * دال عند مستوى الدلالة 0,05

يتضح من خلال الجدول8 أن قيمة معامل الإرتباط بيرسون بلغت (0,88**) هي قيمة طردية قوية وبالتالي يمكن القول أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى (0,01) بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية.

ثانيا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى

تنص الفرضية الجزئية الأولى على أنه: توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى طلبة تخصص علوم التربية

جدول رقم 9: يوضح معامل الارتباط بين ادمان مواقع التواصل الإجتماعي والعزلة الاجتماعية

المتغير	إدمان مواقع التواصل الإجتماعي		
العزلة الإجتماعية	حجم العينة	مستوى الإرتباط بيرسون	مستوى الدلالة
	80	0,594**	دالة عند 0,01

** دال عند مستوى الدلالة 0,01 * دال عند مستوى الدلالة 0,05

يتضح من خلال الجدول رقم 6 أن قيمة معامل الإرتباط بيرسون بلغت (0,594**) هي قيمة طردية وبالتالي يمكن القول أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى الدلالة (0,01) و إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعزلة الإجتماعية لدى طلبة تخصص علوم التربية.

ثالثا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية

تنص الفرضية الجزئية الثانية على أنه: توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي واللاهدف لدى طلبة تخصص علوم التربية للكشف عن العلاقة بين المتغيرين تم إستخدام معامل بيرسون.

جدول10: يوضح معامل الإرتباط إدمان مواقع التواصل الإجتماعي واللاهدف.

المتغير	إدمان مواقع التواصل الإجتماعي		
اللاهدف	حجم العينة	مستوى الإرتباط بيرسون	مستوى الدلالة
	80	0,695**	دالة عند 0,01

** دال عند مستوى الدلالة 0,01 * دال عند مستوى الدلالة 0,05

يتضح من خلال الجدول رقم7 أن قيمة معامل الإرتباط بيرسون بلغت (0,695**) هي قيمة طردية قوية وبالتالي يمكن القول أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى الدلالة (0,01) و إدمان مواقع التواصل الإجتماعي واللاهدف لدى طلبة تخصص علوم التربية.

رابعا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

تنص الفرضية الجزئية الثانية على أنه: توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعلاقة بالتمرد لدى طلبة تخصص علوم التربية للكشف عن العلاقة بين المتغيرين تم إستخدام معامل بيرسون والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم11: يوضح معامل الإرتباط إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والتمرد

المتغير	إدمان مواقع التواصل الإجتماعي		
التمرد	حجم العينة	مستوى الإرتباط بيرسون	مستوى الدلالة
	80	0,578**	دالة عند 0,01

** دال عند مستوى الدلالة 0,01 * دال عند مستوى الدلالة 0,05

يتضح من خلال الجدول رقم 8 أن قيمة معامل الإرتباط بيرسون بلغت (0,578**) هي قيمة طردية وبالتالي يمكن القول أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى الدلالة (0,01) بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والتمرد لدى طلبة تخصص علوم التربية.

خامسا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة

تنص الفرضية الجزئية الثانية على أنه: توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعجز لدى طلبة تخصص علوم التربية للكشف عن العلاقة بين المتغيرين تم إستخدام معامل بيرسون والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول12: يوضح معامل الإرتباط إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعجز

المتغير	إدمان مواقع التواصل الإجتماعي		
العجز	حجم العينة	مستوى الإرتباط بيرسون	مستوى الدلالة
	80	0,589**	دالة عند 0,01

** دال عند مستوى الدلالة 0,01 * دال عند مستوى الدلالة 0,05

يتضح من خلال الجدول رقم 9أن قيمة معامل الإرتباط بيرسون بلغت (0,589**) هي قيمة طردية قوية وبالتالي يمكن القول أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة عند مستوى الدلالة (0,01) بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعجز لدى طلبة تخصص علوم التربية.

خامسا: تحليل وتفسير نتائج الفرضية العامة

نصت الفرضية العامة على أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية.

وقد تم التحقق من صدق هذه الفرضية باستخدام معامل الإرتباط بيرسون بين درجات طلبة تخصص علوم التربية في استبيان إدمان مواقع التواصل الإجتماعي ومقياس الإغتراب النفسي وقد بلغ (0.880) وهي قيمة دالة عند (0.01) وهي قيمة طردية قوية موجبة أي أن متغير الإغتراب النفسي لدىطلبة تخصص علوم التربية في هذه الدراسة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج مجموعة من الدراسات السابقة التي وظفتها الطالبتين الباحثتين في هذه الدراسة منها دراسة (كوي و ليو2003) حيث اجريت على عينة من طلاب جامعة شنغهاي حيث وجد أن هناك علاقة ارتباطية قوية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعيوالإغتراب النفسي، وكذلك دراسة (لازو وآخرون 2001) التي توصلت إلى أن الإفراط في استخدام مواقع التواصل الإجتماعي لفترة طويلة يؤدي إلى الشعور بالإغتراب النفسي والإكتئاب وكذلك (دراسة الشافعي) التي توصلت إلى وجود فروق بين الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي لصالح الإناث، وهذا ما يدل على العلاقة الوثيقة بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعيوالإغتراب النفسي.

فبالرغم مما تحمله مواقع التواصل الإجتماعي سهلت على الإنسان التواصل مع الآخرين وإبداء آرائه إلا أنها أحدثت تغييرات سلبية إلى حد كبير على الحياة الإنسانية عامة وعلى الطالب الجامعي بوجه خاص ألا وهو الشعور بالإغتراب النفسي والنظر إلى الحياة كأنها غريبة وأنه منعزل اجتماعيا وقد جاءت هذه الدراسة مدعمة لبعضها ومختلفة مع البعض الآخر وربما يعود هذا الإختلاف إلى أنه لم يعثر على دراسات تناولت الموضوع بكثرة وهو موضوع إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والأبعاد الأربعة للإغتراب النفسي في هذه الدراسة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أنه كلما يزيد مستوى الإدمان والإفراط واستخدام مواقع التواصل الإجتماعي يزيد مستوى شعور الطلاب بالإغتراب النفسي والعكس صحيح أي أنه عندما ينخفض مستوى مواقع التواصل الإجتماعي ينخفض مستوى الشعور بالإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية.

سادسا: تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

نصت الفرضية الجزئية الأولى على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دالة إحصائية بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعزلة الإجتماعية لدى طلبة تخصص علوم التربية.

وقد تم التحقق من صدق هذه الفرضية باستخدام معامل الإرتباط "بيرسون" بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعزلة الإجتماعية قد بلغ (0.590) وهي قيمة دالة عند (0.01) تشير إلى ان متغير إدمان مواقع التواصل الإجتماعي يسير في اتجاه إيجابي مع متغير العزلة الإجتماعية لدى طلبة تخصص علوم التربية.

ويمكن تفسير نتائج هذه الفرضية أنه كلما زاد مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعيكلما زاد شعور الطلبة بالعزلة الإجتماعية، والعكس صحيح كلما انخفض مستوى الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي يؤدي إلى انخفاض الشعور بالعزلة الإجتماعية، لذلك نجد أن الطلبة الذين يدمنون استخدام مواقع التواصل الإجتماعي أقل تفاعلا مع الآخرين، منعزلون عن المجتمع الذين يعيشون فيه، لأن الإدمان على المواقع الإجتماعية يجعل الطالب الجامعي لا يقبل على التفاعل الإجتماعي ويبقى منعزلا إجتماعيا.

ويمكن تفسير هذا الإرتباط أن الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي مرتبط بالعزلة الإجتماعية باعتبار أن هذا البعد من أهم مؤشرات الإغتراب النفسي، لذلك لا بد من تقديم التوجيهات والإرشادات للطلبة من أجل التقليل من الإستخدام المفرط لمواقع التواصل الإجتماعي لتجنب الإحساس بالعزلة الإجتماعية.

ويتأكد لنا من خلال ما توصلنا إليه أن الإرتباط الكلي لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي يزيد من الشعور بالعزلة الإجتماعية لدى طلبة تخضض علوم التربية.

سابعا: تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

نصت الفرضية الجزئية الثانية على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعيواللاهدف لدى طلبة تخصص علوم التربية.

وقد تم التحقق من صدق هذه الفرضية باستخدام معامل الإرتباط "بيرسون" بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي واللاهدف وقد بلغ (0.695) وهي قيمة دالة عند (0.01) وتشير أن متغير إدمان مواقع التواصل الإجتماعي يسير في اتجاه إيجابي مع متغير اللاهدف لدى طلبة تخصص علوم التربية ويمكن تفسير نتيجة هذه الفرضية أنه كلما زاد مستوى الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي كلما زاد الشعور باللاهدف والعكس صحيح بحيث أنه كلما انخفض مستوى الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي كلما انخفض مستوى الشعور باللاهدف لدى طلبة تخصص علوم التربية.

ويرجع هذا الإرتباط إلى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي فكلما ارتفع زاد شعور الطالب باللاهدف أين يصبح يشعر بأن حياته لا هدف منها، ومن هنا نتأكد أن الإرتباط كلي موجب بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعيواللاهدف وعليه لا بد من تقديم حملات توعية وإرشادية للتقليل من هذا الإفراط على مواقع التواصل الإجتماعي.

ثامنا: تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

نصت الفرضية الجزئية الأولى على أنه توجد علاقة ارتباطية بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والتمرد لدى طلبة تخصص علوم التربية.

وقد تم التحقق من صدق هذه الفرضية باستخدام معامل الإرتباط "بيرسون" بين مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والتمرد وقد بلغت (0.578) وهي قيمة دالة عند (0.01) وتشير إلى أن متغير الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي يسير في اتجاه إيجابي مع متغير التمرد لدى طلبة تخصص علوم التربية.

ويمكن تفسير نتائج هذه الفرضية أنه كلما زاد مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي كلما زاد مستوى شعور الطلبة بالتمرد والعكس صحيح بحيث أنه كلما انخفض مستوى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي كلما انخفض مستوى الشعور بالتمرد، ويمكن القول أن قوة العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالتمرد يرجع أساسا لكون الطالب يقضي وقتا كبيرا أمام الكمبيوتر أو الهاتف يتصفح مواقع التواصل الإجتماعي.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الإرتباط أن شعور الطالب بالتمرد على القيم والمجتمع الذي يعيش فيه مرتبط بدرجة كبيرة بمدى إدمان مواقع التواصل الإجتماعي باعتبار أن هذا البعد أهم مؤشرات الإغتراب

النفسي ومن هنا لا بد التقرب من الطلبة وتوعيتهم بمخاطر الإدمان على المواقع الإجتماعية وما يترتب من مشاكل نفسية واجتماعية.

تاسعا: تحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الرابعة

نصت الفرضية الجزئية الرابعة على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالعجز لدى طلبة تخصص علوم التربية.

وقد تم التحقق من صدق هذه الفرضية باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالعجز، وقد بلغ 0.589 ، وهي قيمة دالة عند (0.01) وتشير إلى أن متغير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي يسير في اتجاه إيجابي مع متغير العجز لدى طلبة تخصص علوم التربية.

ويمكن تفسير نتيجة الفرضية أنه كلما زاد إدمان مواقع التواصل الاجتماعي كلما زاد مستوى الشعور بالعجز، والعكس صحيح أنه كلما انخفض مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي كلما انخفض مستوى الشعور بالعجز لدى طلبة تخصص علوم التربية.

فالإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يؤدي إلى الشعور بالعجز ولذلك لابد من إرشاد وتوجيه الطلبة للتقليل من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

ويمكن القول أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعجز يتأثر بمدى مستوى إدمان وتصفح مواقع التواصل الاجتماعي، ويتأكد لنا من خلال ما توصلنا إليه أن الإرتباط كلي موجب للإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والعجز ، وعليه فإن تقديم التوعية والتحسيس من سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي وخاصة النفسية منها، يؤدي حتما إلى عدم الشعور بالعجز.

خلاصة الفصل:

وخلاصة لما تقدم في هذا الفصل، قمنا بتفريغ البيانات التي تم جمعها من ميدان الدراسة وعرضها في جداول إحصائية بعد تحليلها وتفسيرها في ضوء الدراسات السابقة توصلنا إلى النتائج النهائية التي تبين الأثر البالغ الاهمية الذي يتركه إدمان مواقع التواصل الإجتماعي ودوره في الإغتراب النفسي.

إستنتاج عام للدراسة:

استنادا إلى النتائج التي توصلت إليها الطالبتين الباحثتين ومن خلال تحليل النتائج النهائية المتعلقة بالدراسة الميدانية والرجوع إلى معامل الإرتباط لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإغتراب النفسي، اتضح للطالبتين الباحثتين أنه هناك علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإغتراب النفسي، فكلما كان الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي ارتفع مستوى الإغتراب النفسي، ومنه نتأكد أن الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي له دورا هاما في فاعلا في حدوث الإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية.

وعموما يمكن القول أنه من خلال النتائج أيضا اتضح أن إدمان مواقع التواصل الإجتماعي يوجد لدى طلبة تخصص علوم التربية، فالطلبة يعيشون في أوساط عائلية متساهلة نوعا ما مع الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي وقد تكون دون مراقبة بالإضافة إلى اختلاف رغبة المدمن على مواقع التواصل الإاجتماعي، كما توصلنا إلى أن الإغتراب النفسي منتشر لدى طلبة تخصص علوم التربية بدرجات متفاوتة يكون ذلك بسبب الإستخدام المفرط لمواقع التواصل الإجتماعي.

وعليه نستنتج بأنه كلما كان هناك إدمان على استخدام مواقع التواصل الإجتماعي كلما زاد مستوى الشعور بالإغتراب النفسي لدى الطالب الجامعي (طلبة تخصص علوم التربية).

مقترحات الدراسة:

خلصت الدراسة إلى مجموعة من الإقتراحات نذكر أهمها:

-تصميم برامج إرشادية ومعرفية للتخفيف من حدة المشكلات النفسية الناتجة عن إدمان مواقع التواصل الإجتماعي.

-دراسة حول المشكلات الناجمة عن الإغتراب النفسي لدى الطلبة.

-القيام ببحوث ودراسات حول ظاهرة الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي.

-التحقق من مدى انتشار الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي لدى عينات أخرى من المجتمع.

-إجراء المزيد من البحوث حول إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وعلاقتهما بعض المتغيرات.

-إجراء مثل هذه الدراسة على تخصصات جامعية أخرى ومقارنة مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والإغتراب النفسي باختلاف التخصصات الجامعية.

الخاتمة

خاتمة

إن ظاهرة الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي نعرف انتشارا واسعا بين الطلبة وخاصة في الآونة الأخيرة وبالتالي قد يؤدي تفاقمها إلى حدوث ما لا يحمد عقباه من اضطرابات نفسية متعددة ووقوع مشكلات تربوية كانخفاض التحصيل الدراسي وغيرها، وقد يساهم الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي في زيادة الإضطرابات النفسية والتي من أبرزها الإغتراب النفسي، حيث قامت الطالبتين الباحثتين في هذه الدراسة بالبحث عن العلاقة الإرتباطية بين كل من إدمان مواقع التواصل الإجتماعيوالإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية بعد إجرائها على عينة من طلبة تخصص علوم التربية حيث قدرت العينة ب (80) طالب وطالبة، بعد الإستطلاع وزعت عليهم الإستبانات واستخدم بذكر المنهج الوصفي الإرتباطي المناسب لطبيعة الدراسة التي تبحث عن العلاقة وفي الأخير تحصلنا على النتائج وهذا بالإعتماد على أساليب إحصائية مناسبة للدراسة وتطبيق برنامج SPSS ، وهي كالتالي:

-أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية.

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعزلة الإجتماعية لدى طلبة تخصص علوم التربية.

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي واللاهدف لدى طلبة تخصص علوم التربية.

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والتمرد لدى طلبة تخصص علوم التربية.

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والعجز لدى طلبة تخصص علوم التربية.

وعموما لا بد من توعية المجتمع بصفة عامة والطلبة بصفة خاصة بمخاطر إدمان مواقع التواصل الإجتماعي واستغلالها فيما يفيدهم لأن الإفراط في استخدامها يؤدي إلى حدوث العديد من الاضطرابات النفسية كالإغتراب النفسي.

وفي الأخير نود أن نشير إلى أن هذه الدراسة محاولة للتعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإغتراب النفسي فنتائجها غير نهائية، تبقى بحاجة إلى مزيد من التقصي والدراسة من اجل التحكم أكثر في الظروف المحيطة بالبحث بغية التأكد أكثر من النتائج للإستفادة منها خاصة في ظل التحديات التي تواجه الطالب الجامعي.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

أولا: الكتب:

-إبراهيم الشافعي إبراهيم، إدمان الأنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب جامعة الملك خالد، القاهرة، 2010.

-الحويج صالح المهدي، مظاهر الإغتراب واضطراب الهوية وعلاقتها بالسلوك العدواني، د ط، مصر، 2008.

-الكيلاني عبد الله، الشريفين نضال، مدخل إلى البحث في العلوم التربوية، دار المسيرة للنشر، عمان، الأردن، 2008.

-النشتى علي السيد نظرية الإغتراب وهموم الإنسان المعاصر دون طبعة، المكتبة المصرية للنشر والتوزيع القاهرة 1997.

-جلال محمد السري، الأمراض النفسية والإجتماعية، طبعة 1،دار الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة 1997.

-حسن مصطفى عبد المعطي علم النفس الإكلينيكي دون طبعة، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، مصر 2003.

-زينب الشقير مقياس الإغتراب النفسي مكوناته، مظاهره، دار المكتبة "النهضة المصرية" دون طبعة، مصر، 2002.

-عبد اللطيف خليفية، دراسات في سيكولوجية الإغتراب، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع مصر 2003.

-عصام منصور، إدمان الأنترنت وآثاره الإجتماعية السلبية.

-محمد النوي محمد علي، إدمان الأنترنت في عصر العولمة، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان،2010.

ثانيا: الرسائل والأطروحات:

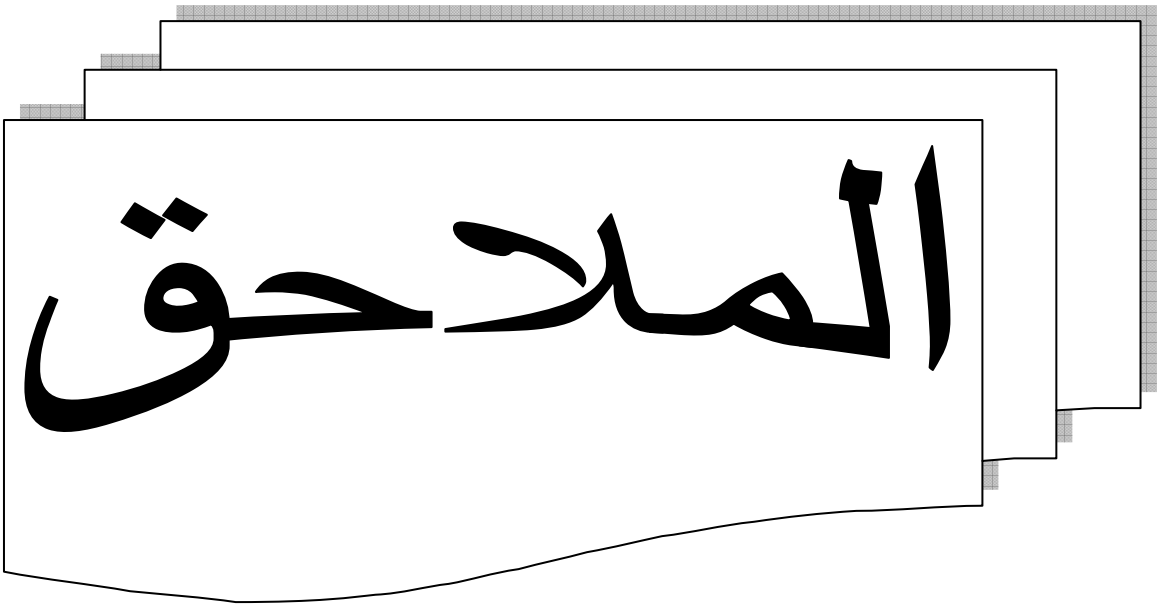
1-بوشاشي سامية، السلوك العدواني وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة، دراسة ميدانية بجامعة مولود معمري بتيزي وزو، رسالة ماجستير غير منشورة، 2012-2013.

2-رلى حمص، 2009، إدمان مواقع التواصل الإجتماعي عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل، دراسة ميدانية على عينة من جامعة دمشق.

3-مريم سالم مسعود أبو دلال، الإغتراب النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي، رسالة ماجستير أكادمية الدراسات العليا كلية العلوم الإسلامية قسم علم النفس 2009.

ثالثا: المواقع الالكترونية:

1-https//:egy scholar.blog spot.com
2-www.emro.who.int


الملاحق

الملاحق

فهرس الملاحق

الرقم	العنوان
ملحق رقم 1	يبين قائمة لأسماء المحكمين للاستبيان
ملحق رقم 2	يبين قائمة لأسماء المحكمين للمقياس
ملحق رقم 3	يبين الاستبيان في صورته النهائية
ملحق رقم 4	يبين المقياس في صورته النهائية

ملحق رقم 1: يبين قائمة لأسماء المحكمين للاستبيان

الأستاذ (ة) المحكم (ة)	التخصص	الجامعة
بزنيار يوسف	علم النفس التربوي	جيجل
بوشينة صالح		جيجل
بوغرزة رضا		جيجل

ملحق رقم 2: يبين قائمة لأسماء المحكمين للمقياس

الأستاذ (ة) المحكم (ة)	التخصص	الجامعة
بزنيار يوسف	علم النفس التربوي	جيجل
بوشينة صالح		جيجل

الملحق رقم 03 يبين الاستبيان في صورته النهائية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الصديق بن يحي – جيجل –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

استبيان بحث بعنوان:

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالإغتراب النفسي لدى طلبة علوم التربية –جامعة جيجل–

عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة؛

في إطار إعداد مذكرة التخرج مكملة لنيل شهادة الليسانس حول " **إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة علوم التربية –جامعة جيجل–** ".

أضع بين أيديكم هذه الإستمارة وآمل منكم الإجابة على الأسئلة المطروحة بكل موضوعية وتكون بذلك قد ساهمتم في إطراء هذا البحث مع العلم أن هذه المعلومات سرية ولا تستعمل إلا لأغراض علمية.

الرجاء وضع علامة (**X**) في الخانة المناسبة.

شكرا على تعاونكم

من إعداد الطالبتين:

- عيمر أميمة
- سويعد شيماء

تحت إشراف الدكتورة:

بشتة حنـــــان

السنة الجامعية: 2019/2018

المحور الأول : البيانات الشخصية

الجنس: ذكر ○ **أنثى** ○

التخصص:.....

المستوى:.....

المحور الثاني:إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

العبارات	موافق	غير موافق	محايد
ضيعت من وقت عملك أو دراستك بسبب مواقع التواصل الاجتماعي .			
إضطريت للكذب على أصدقائك أو أهلك بسبب استخدامك الزائد لمواقع التواصل الاجتماعي .			
عندما تتصفح مواقع التواصل الاجتماعي، تجد صعوبة بالتوقف عن استخدامها حتى لو أصابك التعب أو النعاس.			
عندما تغلق مواقع التواصل الاجتماعي ، تجد رغبة قوية بالعودة .			
تفكر بمواقع التواصل الاجتماعي و أنت تعمل أو تدرس أو تقضي وقتاً مع أهلك.			
تشعر بأنك تلاقي على مواقع التواصل الاجتماعي الافتراضية اهتماماً واحتراماً.			
يؤثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على أهدافك.			
أول شيء تفكر بعمله عندما تستيقظ من النوم هو تصفح مواقع التواصل الاجتماعي .			
ينتابك الشعور بالندم بعد قضاء وقت طويل على مواقع التواصل الاجتماعي .			
تنسيك مواقع التواصل الاجتماعي في مشاكلك الشخصية .			
ترى المناسبات السعيدة سبباً لدخول مواقع التواصل الاجتماعي والاحتفال بها هناك.			
تبرر لنفسك أو للآخرين استعمالك المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي .			
ترى نفسك دائما تقضي على مواقع التواصل الاجتماعي وقتاً أكثر مما كنت قد قررت مسبقاً.			
عندما تكون مع اهلك و أصدقائك، تميل باستمرار للحديث عن مواقع التواصل الاجتماعي .			
تشعر أحيانا أنك تقوم بتدمير الذات من خلال استعمالك المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي.			

الملحق رقم 04 يبين المقياس في صورته النهائية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الصديق بن يحي – جيجل –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

مقياس بحث بعنوان:

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالإغتراب النفسي لدى طلبة علوم التربية –جامعة جيجل–

عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة؛

في إطار إعداد مذكرة التخرج مكملة لنيل شهادة الليسانس حول "الإغتراب النفسي لدى طلبة علوم التربية جامعة جيجل".

أضع بين أيديكم هذه الإستمارة وآمل منكم الإجابة على الأسئلة المطروحة بكل موضوعية وتكون بذلك قد ساهمتم في إطراء هذا البحث مع العلم أن هذه المعلومات سرية ولا تستعمل إلا لأغراض علمية.

الرجاء وضع علامة **(X)** في الخانة المناسبة.

شكرا على تعاونكم

من إعداد الطالبتين:

- عيمر أميمة
- سويعد شيماء

تحت إشراف الدكتورة:

بشتة حنـــــان

السنة الجامعية: 2019/2018

المحور الثالث: الإغتراب النفسي

الأبعاد	العبارات	موافق	غير موافق	محايد
العزلة الاجتماعية	أشعر بالعزلة داخل أسرتي			
	أعتذر عن تلبية دعوات لزيارة أصدقائي			
	أشعر بالإغتراب حتى بين أقرب الناس لي			
	المشاركة في النشاطات أو المناسبات الاجتماعية لا تهمني.			
	أشعر بمعظم الأحيان بالوحدة حتى ولو كنت مع الآخرين			
	أشعر أن لا فائدة لي في هذا المجتمع.			
	أشعر بتوتر في علاقاتي مع الآخرين.			
اللا هدف	أصبحت لا أبالي بما يدور من حولي .			
	أشعر بأنه لا خيار في تحديد نوع التخصص.			
	ينتابني شعور بالعجز حيال إكمال دراستي.			
	ألوم نفسي لعدم قدرتي على تحقيق رغباتي .			
	ينتابني إحساس بأن أهدافي ليست لها قيمة.			
	لا أستطيع تحديد ما مطلوب مني من الأعمال التدريسية.			
	أعيش دون معرفة الهدف من هذه الحياة.			
التمرد	عدم وجود هدف أو معنى لحياتي .			
	العادات الاجتماعية لا تمثل لي شيئا.			
	فقدت الاهتمام حتى بنفسي.			
	أنفذ قراراتي دون الإهتمام بأي معايير تحكم المجتمع			
العجز	أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي .			
	أنظر إلى المستقبل بنظرة سوداوية.			
	المشكلات التي تواجهني في الحياة لا يمكنني السيطرة عليها.			
	أجد صعوبة في التعبير عن أرائي وتوجهاتي.			
	أشعر بأني مسلوب الإرادة .			
	التخطيط لمستقبلي المهني مشروع فاشل بالنسبة لي.			
	أجد من الصعب أن أحصل على حقوقي.			
	تحديد ما هو مناسب أمر صعب بالنسبة لي.			