إدمان تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط على استخدام الأجهزة الإلكترونية: دراسة ميدانية بمتوسطة الشهيد طهاري محمد بتفراوت-المدية للموسم الدراسي 2024-2025

Middle school students' addiction to using electronic devices

A field study at the martyr Tahari Mohamed middle school in Tafraout-Medea for the school year 2024/2025

حكيم سعدي*

جامعة البليدة 2، الجزائر، Sahakim83@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2025/08/16 تاريخ القبول: 2026/04/08 تاريخ النشر: 2026/06/05

ملخص:

يهدف هذا البحث إلى معرفة مستوى استخدام تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط للأجهزة الالكترونية، وكذا مظاهر الإدمان عليها، من خلال معرفة نوع الأجهزة الأكثر استخداما لها، وأكثر الأوقات إقبالاً عليها، كما يهدف إلى التوصل لمقترحات قد تسهم في الحد من ظاهرة إدمان الأجهزة الإلكترونية لدى التلاميذ.

وقد توصلت نتائج هذا البحث إلى أن: مستوى استخدام الاجهزة الإلكترونية من طرف التلاميذ يعتبر متوسطًا بالنظر إلى عدة متغيرات كعدد ساعات الاستخدام في اليوم الواحد، والفترات الأكثر استخداما فيها للأجهزة، كما أن 79.70% من مجموع العينة أبدوا استعدادهم في الاستغناء عن الأجهزة الشخصية ليوم واحد على الأقل. أما عن مظاهر الإدمان فقد تبين أن أكثر الأجهزة استخداما كان جهاز التلفاز ثم الهاتف الذكي على الترتيب، وأن 36.68% من التلاميذ يستخدمون الأجهزة الالكترونية بكل الأوقات (الفترة الصباحية، الفترة المسائية، فترة قبل النوم).

كلمات مفتاحية: الأجهزة الإلكترونية، إدمان الأجهزة الإلكترونية، تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

Abstract:

This research aims to identify the level of electronic devices use among middle school students, as well as the manifestations of addiction to them, and the types of devices most commonly used and the periods most used by them. It also aims to come up with proposals to reduce the phenomenon of addiction among students.

The results of research concluded that: The level of use of electronic devices by students is consider average in view of several variables such as the number of hours of use per day, and the periods in which the devices are most used. Moreover, 79.70% of the sample ready to give

up personal devices for at least one day. As for the manifestations of addiction, it was found that the most used devices were the television, followed by the smartphone, and that 36.68% of students used electronic devices at all times (morning, evening, and before bedtime).
Keywords: *Electronic devices; Electronic device addiction; Middle school students.*

*المؤلف المرسل

1. مقدمة :

إن التطور التكنولوجي السريع الذي شهده العالم في السنوات الأخيرة أحدث تغييرات كبيرة في مختلف جوانب الحياة، وقد أسهمت التكنولوجيا تقنيا ورقميا في تحسين مجالات متعددة، مثل التعليم، والصحة، والتجارة، والصناعة، مما جعل العالم قرية صغيرة مترابطة.

لعل من أبرز إنجازات هذا التطور هو الانتشار الكاسح للإنترنت، حيث أصبحت العمود الفقري للاتصال والتواصل والوصول إلى المعلومة ونقلها بكل سهولة، وبفضلها تعززت سبل المعرفة والابتكار، وقد صاحب هذه الثورة الرقمية انتشار الاجهزة الالكترونية وظهور وسائل التواصل الاجتماعي، التجارة الإلكترونية، والذكاء الاصطناعي، التي غيرت طريقة تفاعل الأفراد والمؤسسات مع البيئة المحيطة بها.

يجد الكثير من التلاميذ اليوم ضالتهم في استخدام الاجهزة الإلكترونية المختلفة من حواسيب وهواتف ذكية وتلفاز وحتى ألعاب الفيديو، فمنهم من يستعين بها على فهم الدروس ومراجعتها وانجاز مختلف المشاريع الدراسية، كما يستخدمونها على سبيل التسلية والمرح، لكن رغم الفوائد العديدة للتكنولوجيا والإنترنت، فإن الاستخدام المفرط لها قد يؤدي إلى مجابهة تحديات كبيرة أهمها إدمان الأجهزة الإلكترونية الذي أصبح ظاهرة متزايدة تؤثر على مختلف الفئات العمرية، خاصة فئة التلاميذ الذين يقبلون على استعمالها بدافع الدراسة ما يلبث أن يتحول هذا الاستعمال المشروع إلى تعود وإدمان، فمع انتشار الهواتف الذكية والألعاب الإلكترونية ووسائل التواصل المختلفة في شكل تطبيقات وتصميمات جذابة أصبح التلاميذ يقضون ساعات طويلة أمام الشاشات، ما يؤدي إلى تأثيرات واسعة على صحتهم

النفسية وعلاقاتهم الاجتماعية وتحصيلهم الدراسي، حيث أظهرت بيانات تقرير منظمة اليونيسيف 2017 إن معدل استخدام الأطفال دون سن 15 سنة للإنترنت مماثل لمعدل البالغين فوق 25 سنة (سعد عبد الرحمن، عبد الله، ص4).

وعليه فإننا أمام ظاهرة مقلقة تسمى "إدمان التلاميذ على الاجهزة الالكترونية"، هذا النوع من الإدمان لا يقتصر على التسلية واللعب فقط، بل يتعداه ليشمل العزلة الاجتماعية، وقلة التركيز، واضطرابات النوم، وتراجع التحصيل الدراسي، فضلًا عن تأثيره في البنية القيمية للتلميذ وسلوكه داخل الأسرة والمدرسة. كما أن سهولة الوصول إلى الإنترنت والمحتوى غير المراقب يزيد من تفاقم المشكلة، في ظل غياب الرقابة الكافية من بعض الأسر والمؤسسات التعليمية. وفي هذا السياق، أصبح من الضروري دق ناقوس الخطر بشأن هذه الظاهرة، وتحليلها وفهمها، والبحث عن سبل فعالة للحد من تداعياتها.

هذا ما دفع بالباحث إلى الاهتمام بهذا الموضوع وطرح الإشكالية التالية: ما مدى إدمان تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط على استخدام الاجهزة الإلكترونية؟

تساؤلات البحث

- ما مستوى استخدام تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط للأجهزة الإلكترونية؟
- ما نوع الأجهزة الأكثر استخدما من طرف تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط؟

أهداف البحث

- تحديد مستوى استخدام تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط للأجهزة الالكترونية.
- معرفة مظاهر الإدمان على الأجهزة الالكترونية.
- معرفة أكثر الأجهزة الالكترونية استخدامًا من طرف التلاميذ.
- تحديد أكثر الأوقات استخداما للأجهزة الالكترونية من طرف التلاميذ.
- التوصل إلى مقترحات للحد من إدمان التلاميذ على الاجهزة الإلكترونية.

منهجية البحث:

يعتبر هذا البحث ضمن البحوث الوصفية التي تستهدف جمع أكبر عدد ممكن من المعلومات عن الوقائع والظواهر الاجتماعية، لذلك تم الاعتماد على المنهج الوصفي باعتباره الأنسب لطبيعة البحث، وذلك بهدف وصف الظاهرة المدروسة من حيث طبيعتها ودرجة انتشارها.

حيث يعرف المنهج الوصفي على أنه طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها (المحمودي، 2015، ص46)

مجتمع وعينة البحث:

مجتمع الدراسة هو تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط بولاية المدية للعام الدراسي 2024-2025، أما العينة فقد تم اختيار متوسطة الشهيد طهاري محمد بتفراوت كعينة عشوائية، حيث بلغ عدد تلاميذها 527 تلميذا خلال الموسم الدراسي 2024-2025

الأداة المستخدمة في البحث:

بناءً على المنهج المتبع في البحث وجد الباحث أن الأداة الأكثر ملائمة لتحقيق الأهداف المذكورة سابقا هي" الاستمارة"

الاستمارة هي وسيلة للدخول في اتصال بالمخبرين بوسطة طرح الأسئلة عليهم واحدا واحدا وبنفس الطريقة، بهدف استخلاص اتجاهات وسلوكات مجموعة كبيرة من الأفراد، انطلاقا من الأجوبة المتحصل عليها (أنجرس،2008، ص204).

2. الجانب النظري للبحث:

1.2. الأجهزة الإلكترونية أنواعها وفوائدها

1.1.2. أنواع الاجهزة الإلكترونية:

جهاز التلفاز: يُعدُّ التلفاز من الأجهزة التقليدية التي لا يكاد يخلو منها منزل، ويلعب التلفاز دورًا ترفيهيًا لما يقدمه من محتوى بصري وسمعي. يستقطب هذا الجهاز كل الفئات العمرية، وغالبا ما يشترك أفراد العائلة في مشاهدته على اختلاف اعمارهم واهتماماتهم.

جهاز الحاسوب: انتشر الحاسوب بشكل كبير في السنوات الأخيرة وصار متاحا لكل الأسر، بل إن استعماله أصبح ضروريا هو الاخر ولم يعد حكرًا على المؤسسات فقط. لذلك فالتلاميذ أيضًا يستخدمونه على غرار بعض أفراد العائلة.

جهاز الهاتف الذكي: انتشر الهاتف الذكي على نطاق كبير جدا لدرجة أنه صار من الأشياء الشخصية للفرد فهو يصحبه معه في كل مكان ويصعب الاستغناء عنه بسهولة. وقد يملكه التلاميذ بصفة شخصية أو يستعملون هواتف أوليائهم الذين لا يجدون مانعا في منح أبنائهم الهواتف ودون مراقبة.

الجهاز اللوحي: هو نوع من انواع الحواسيب حجمه مناسب للاستعمال اليدوي فهو يقع بين الهاتف الذكي والحاسوب من حيث الحجم والوظائف، يتميز بشاشة تعمل باللمس وواجهة مستخدم سهلة الاستخدام، مما يجعله مناسبا لكثير من المهام منها مشاهدة الفيديوهات، وقراءة الكتب الالكترونية، والألعاب وتطبيقات اخرى متنوعة.

جهاز ألعاب الفيديو: هو جهاز إلكتروني مصمم خصيصا للترفيه، يتم من خلاله تشغيل ألعاب الفيديو، وعادة ما يعرضها على شاشة تلفزيون أو جهاز عرض آخر. يمكن أن يكون الجهاز منزليًا، يتم توصيله بجهاز تلفزيون، أو محمولًا، مع شاشة مدمجة وعناصر تحكم، كما قد نجد محلات مخصصة لهذه الألعاب في شكل نوادي، وغالبا ما يلاحظ إقبال التلاميذ بشكل كبير على مثل هذه المحلات.

2.1.2. فوائد الأجهزة الإلكترونية:

وجود الأجهزة الإلكترونية بحياتنا لا بد وأن له منافع كثيرة، نذكر أهمها في النقاط التالية:

- اختصار الوقت في البحث عن المعلومة وإيجادها، وإنجاز المشاريع بشكل أفضل،
- الحصول على معلومات ثرية وأفكار جديدة، وكذا فرص اكتساب لغات جديدة،

- توسع المدركات العقلية للأطفال وتنمي مواهبهم.
- الوعي بالأحداث العالمية الراهنة، وإطلاع النشء على ما حولهم.
- تعزيز المشاركة الاجتماعية، وزيادة الشعور بالانتماء من خلال وسائل الإعلام التفاعلية
- تمكين التلاميذ من التعاون مع الآخرين في المهام والمشاريع على كثير من منصات الوسائط عبر الإنترنت.
- استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يساعد الكثير من العائلات في التواصل الدائم بأقاربهم.
- رفع الكفاءة وتقليل الأخطاء على مستوى المكاتب والمؤسسات الإنتاجية بشكل عام.
- تمنح جوًا من المرح والتسلية بشكل فردي وجماعي وتكسر الروتين اليومي للأفراد.

2.2. إدمان الاجهزة الالكترونية:

يعرف الإدمان على أنه التعود على استعمال شيء ما أو الحاجة القهرية لاستعماله (رملي، جلاخ، 2019، ص10).

ويمكننا أن نعرّف إدمان الأجهزة الإلكترونية على أنه السلوك المرتبط باستخدام الأجهزة بإفراط شديد، على الرغم من آثارها السلبية.

لذلك فالتلميذ قد يجدها وسيلة للتخلص من روتين الدراسة اليومي والهروب من واقع يراه مملا غالبا. ولأن التكنولوجيا تؤثر في أنظمة المتعة في المخ وتحفزها مثل أنواع الإدمان الأخرى،

استنادًا إلى بعض المختصين يمكن القول إن جائحة كورونا التي أصابت العالم في السنوات الماضية ساهمت بشكل كبير في أزمة إدمان الأجهزة الإلكترونية بسبب مرحلة الإغلاق والحجر. بلغت نسبة الأطفال الذين يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي بشكلٍ يومي أو شبه يومي بين العمر 9 و 16سنة في إسبانيا 38 %، في حين تبلغ النسبة في صربيا 73 %، بينما في أوربا يستخدم الأطفال هذه الموقع بشكلٍ يومي بنسبة 28% تتراوح أعمارهم ما بين 9 و 11 سنة، ونسبة 63 % منهم تتراوح أعمارهم ما بين 12 و 14سنة (Smahel et al, 2020, p25).

1.2.2. أسباب إدمان التلاميذ على الاجهزة الإلكترونية:

هناك عدة أسباب قد تساهم في تطور هذا النوع من الإدمان لدى التلاميذ نذكرها في النقاط التالية:

- يلجأ بعض التلاميذ إلى العالم الإلكتروني كوسيلة للهروب من الواقع الذي قد يسبب لهم بعض المشاكل النفسية كصعوبة التأقلم بحكم المرحلة العمرية التي يمرون بها.
- توفر الألعاب الإلكترونية ووسائل التواصل الاجتماعي تحفيزًا مستمرًا من خلال المكافآت، الإعجابات، والتعليقات، مما يشجع التلاميذ على الاستخدام المتكرر.
- توافر شبكات الإنترنت في اغلب الأماكن وفي أي وقت يجعل من السهل على التلاميذ الانغماس في الأنشطة الإلكترونية.
- قد يسهل لدى البعض من التلاميذ التفاعل مع الآخرين عبر الإنترنت بدلاً من التواصل وجهًا لوجه، مما يزيد من العزلة عن العالم الحقيقي.
- نقص الرقابة الذاتية لدى التلاميذ وغالبا ما يجدون صعوبة في تنظيم وقتهم وإدارة استخدامهم للأجهزة الإلكترونية.
- وجود رغبة في مواكبة الآخرين ومتابعة التحديثات المستمرة على وسائل التواصل الاجتماعي قد يؤدي إلى زيادة الوقت المخصص لها.
- توفر الأجهزة الإلكترونية والإنترنت سهولة الوصول إلى المعلومات والترفيه، مما يجعلها جذابة جداً للاستخدام المتكرر، خاصة عند الشعور بالملل أو الفراغ.
- يشعر الكثيرون بالتقدير والانتماء من خلال التفاعل عبر الإنترنت، سواء كان ذلك عبر وسائل التواصل الاجتماعي أو من خلال الألعاب الجماعية، مما يعزز الرغبة في العودة باستمرار إلى هذه المنصات.
- يمكن أن يلجأ البعض إلى العالم الإلكتروني لملء الفراغ العاطفي أو للتعامل مع الشعور بالوحدة، حيث يمكن أن يكون هذا العالم البديل ملاذًا مؤقتًا رغم خطورته.

- الرغبة في التطوير الشخصي والفرص التعليمية المتاحة غير أن الاهتمام المفرط بالتعلم عبر الإنترنت أو تطوير الذات من خلال المحتويات الرقمية قد يؤدي إلى إدمان لا يختلف كثيرًا عن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي أو الألعاب.

هذه الأسباب وغيرها يمكن أن تؤدي إلى الإدمان، وهو ما يتطلب الوعي والتحكم لضمان عدم التأثير السلبي على الحياة الاجتماعية والدراسية والصحة النفسية.

2.2.2. أعراض الإدمان على الأجهزة الإلكترونية

جميعنا يستخدم الأجهزة الإلكترونية وبشكل يومي، لذلك قد يصعب تمييز الشخص المصاب بإدمان استخدامها، لكن قد يظهر عليه بعض العادات المميزة، مثل:

- كثرة التركيز على الإنترنت واستخدام الهاتف أو الحاسوب، وفقدان الاهتمام بأي شيء لا يتعلق بالإنترنت.
- الجلوس لساعات طويلة أمام الشاشات دون ملل، مع إهمال الحياة الاجتماعية أو العملية أو الدراسية وعدم القدرة على التحكم في الوقت.
- يرتبط الشعور بالسعادة بالحصول على مزيد من الوقت أو لعبة جديدة.
- ظهور أعراض الانسحاب في حالة عدم استخدام الإنترنت على جهاز الحاسوب أو الهاتف.
- ظهور بعض المشكلات، مثل: اضطرابات النوم أو الاكتئاب والتوتر.
- كثرة التحقق إجباريًا من الرسائل النصية أو الإشعارات.
- عدم الحصول على قسط كاف من النوم.

3.2.2. آثار إدمان الأجهزة الإلكترونية:

لا شك أن الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية مثل الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية وأجهزة الكمبيوتر له مجموعة من التداعيات والأثار السلبية، تشمل المشاكل الصحية الجسدية والنفسية، كما أن لها تأثيرات وخيمة على التحصيل الدراسي والعلاقات الاجتماعية لذلك سوف نصنف هذه الاثار على النحو التالي:

أ- الآثار الصحية:

اضطرابات النوم: يؤدي الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية، خاصة قبل النوم، إلى اضطرابات في النوم، مثل صعوبة الدخول في النوم أو الاستيقاظ المتكرر ليلاً.

إجهاد العين وجفافها: التعرض المفرط لشاشات الأجهزة الإلكترونية قد يسبب إجهاد العين وجفافها، وقد يؤدي إلى مشاكل بصرية على المدى الطويل.

آلام العضلات والمفاصل: يؤدي الجلوس لفترات طويلة أمام الأجهزة الإلكترونية إلى آلام في الرقبة والظهر والكتفين، بالإضافة إلى مشاكل في المفاصل (حمودة،2015، ص221).

السمنة: إن قلة الحركة والنشاط البدني الناتجان عن الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية قد يزيد من خطر السمنة. ففي دراسة أجريت على مجموعة من الأطفال الأوربيين تتراوح أعمارهم ما بين 10 و12 سنة والذين يوجد لديهم جهاز تلفاز في غرف نومهم ويشاهدون التلفاز يوميًا بشكل خاص أكدت الدراسة زيادة وزن الجسم لديهم (نظير، 2024، ص45).

متلازمة النفق الرسغي: قد يتسبب الاستخدام المتكرر للهاتف أو لوحة المفاتيح في ضغط على الأعصاب في الرسغ، مما يؤدي إلى متلازمة النفق الرسغي. وهي حالة شائعة تسبب التنميل والوخز والألم في اليد والساعد، وتحدث هذه الحالة عندما يتم الضغط على أحد الأعصاب الرئيسية في اليد أثناء انتقاله عبر المعصم (حمودة، 2015، ص221).

ب- الآثار النفسية:

القلق والاكتئاب: قد يؤدي الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية إلى زيادة مشاعر القلق والاكتئاب، خاصةً مع مقارنة النفس بالآخرين على وسائل التواصل الاجتماعي.

العزلة الاجتماعية: قد يؤدي الإدمان الإلكتروني إلى قلة التواصل الاجتماعي في العالم الحقيقي، مما يزيد من الشعور بالوحدة والعزلة.

تغيرات في المزاج: قد يتسبب الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية في تقلبات مزاجية، مثل الانفعال الزائد أو فقدان القدرة على التحكم في المشاعر.

تأثيرات على الإدراك والتركيز: قد يؤدي الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية إلى تشتت الانتباه وصعوبة في التركيز على المهام. وغالبا ما يلاحظ الأساتذة هذا العارض على التلاميذ خلال الحصص الدراسية.

اضطرابات في النمو الاجتماعي والعاطفي: كما قد يؤدي الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية إلى تأخير في تطور المهارات الاجتماعية والعاطفية لدى الأطفال والمراهقين.

ج-الآثار الأكاديمية والاجتماعية:

تراجع التحصيل الدراسي: قد يؤدي الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية إلى تراجع في الأداء الدراسي، بسبب قلة التركيز وضعف التحصيل.

تأخر في تطوير اللغة: قد يؤدي الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية إلى تأخير في تطوير اللغة لدى الأطفال.

مشاكل في العلاقات الاجتماعية: قد يؤدي الإدمان الإلكتروني إلى مشاكل في العلاقات مع الأهل والأصدقاء، بسبب قلة التواصل وقلة الاهتمام.

إن استخدام الأجهزة الإلكترونية بمختلف أنواعها من طرف الأطفال داخل المنزل قد يحل محل الوقت الذي كان مخصصًا للتفاعل بين الوالدين والطفل؛ ما قد يؤدي إلى انخفاض التفاعل بين الطفل ووالديه، بالإضافة إلى تقليل اللعب معًا بالألعاب والتدريس والقراءة في المنزل، والتي تؤدي إلى تقليل التواصل اللفظي (نظير، 2024، ص47).

4.2.2. الوقت المسموح به للجلوس أمام الشاشة (التلفاز أو الأجهزة الإلكترونية):

يقضي الأطفال والمراهقون وقتًا طويلًا أمام الشاشات، بما في ذلك الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية وأجهزة الألعاب وأجهزة التلفزيون والحواسيب. في المتوسط، يقضي الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 8 و18 عامًا في الولايات المتحدة 7 ساعات ونصف يوميًا أمام الشاشات أو يستخدمونها. ورغم أنها تُسلي الأطفال وتُعلّمهم وتُشغلهم، إلا أن الإفراط في استخدامها أو عرض محتوى غير مناسب قد يُسبب مشاكل متعددة، وقد لا يعرف الأولياء دائمًا ما يشاهده

أطفالهم، أو مقدار الوقت الذي يقضونه أمام الشاشات (**The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry، 2025**).

لذلك توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال والمراهقين (**AACAP**) بالتالي:

الجدول 1: الوقت المسموح به للجلوس أمام الشاشة (التلفاز أو الأجهزة الإلكترونية)

الفئة العمرية	مدة استخدام الأجهزة الإلكترونية
أقل من 18 شهرًا	يجب ألا يكون هنالك وقت للجلوس أمام الشاشة.
من 18 إلى 24 شهرًا	يقتصر وقت الشاشة على مشاهدة برامج تعليمية وبرفقة أحد الوالدين.
من 2 إلى 5سنوات	لا يزيد الوقت على ساعة واحدة في اليوم، مع وجود البالغين لمساعدتهم على فهم ما يرونه.
من 5 إلى 18 سنة	يجب على الاولياء وضع حد، ووقت معين بحيث لا يتجاوز ساعتين يوميًّا، كما يجب ألا تشغلهم عن الحصول على ما يكفي من النوم والقيام بالنشاط البدني.

المصدر: من إعداد الباحث استنادًا إلى توصيات الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفالhttp://www.aacap.org

3. الجانب الميداني للبحث:

من أجل الوصول إلى معطيات حقيقة واقعية حول موضوع البحث لجأ الباحث إلى استخدام الاستمارة التي تعتبر أحد أهم أدوات البحث العلمي، تم انجازها بناءً على المتغيرات المطلوبة التي تخدم اهداف البحث.

حيث تكونت الاستمارة من 12 سؤالا مقسمين إلى أربع محاور أساسية وهي:

المحور الأول: معلومات شخصية عن أفراد العينة

المحور الثاني: معلومات حول الأجهزة الإلكترونية

المحور الثالث: معلومات حول مستوى إدمان التلاميذ على الأجهزة الإلكترونية.

المحور الرابع: معلومات حول وعي التلاميذ بمخاطر الأجهزة الإلكترونية

1.3. العينة حسب الجنس المستوى الدراسي:

تكونت العينة من 527 تلميذا وتلميذة من كافة المستويات الدراسية لمرحلة التعليم المتوسط متوسطة الشهيد طهاري محمد بتفراوت-المدية، تراوحت اعمارهم من 10إلى 16 سنة.

الجدول 2: يبين العينة حسب الجنس المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	الجنس		المجموع
	ذكور	إناث	
السنة الأولى متوسط	92	97	189
السنة الثانية متوسط	57	64	121
السنة الثالثة متوسط	51	69	120
السنة الرابعة متوسط	37	60	97
المجموع	237	290	527

المصدر: من إعداد الباحث

2.3. تحليل بيانات الاستمارة

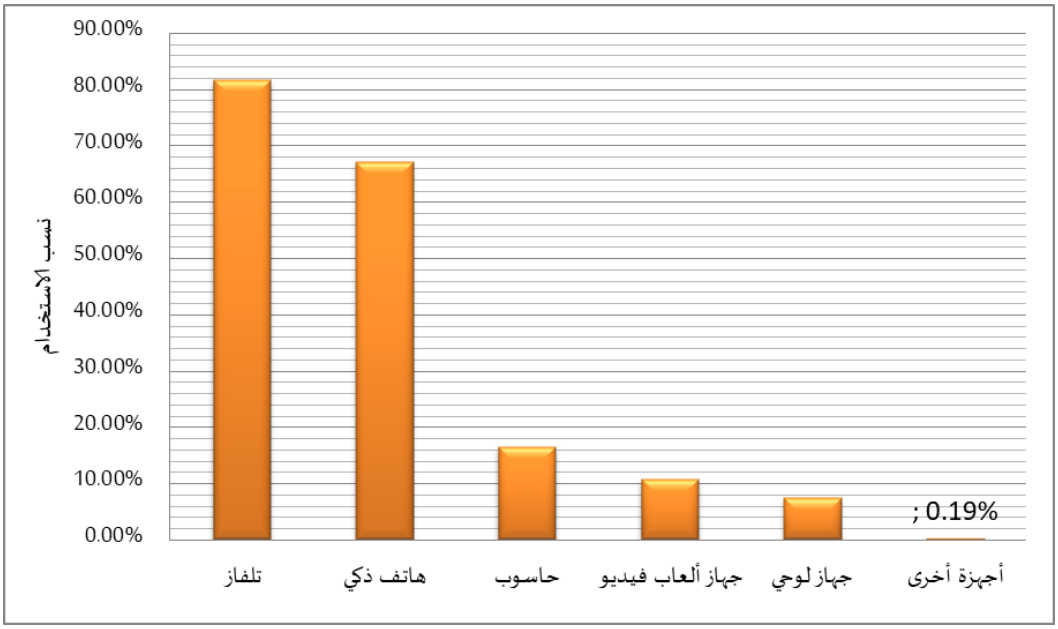
الجدول 3: يبين نوع الأجهزة الإلكترونية الأكثر استعمالا من طرف التلاميذ

نوع الجهاز الإلكتروني	التكرار	النسبة
تلفاز	431	81.78
هاتف ذكي	354	67.17
حاسوب	87	16.51
جهاز ألعاب فيديو	57	10.82
جهاز لوحي	39	7.40
أجهزة أخرى	1	0.19

المصدر: من إعداد الباحث

ملاحظة: إجابات التلاميذ على هذا السؤال جاءت متعددة لأكثر من خيار واحد، لذلك نلاحظ أن مجموع النسب يتجاوز100%.

الشكل 1: يبين نسب استخدام الأجهزة الإلكترونية من طرف التلاميذ



المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على Excel 2019

من خلال الجدول 3 والشكل 1 يتضح أن غالبية التلاميذ والذين بلغت نسبتهم 81.78% يستخدمون التلفاز بشكل أكبر، باعتباره الجهاز الأكثر انتشارا في المنازل، وقد تطور هذا الجهاز من حيث الشكل والمحتوى وصار من الممكن ربطه بشبكة الانترنت، وبذلك أصبح يستقطب مختلف الفئات العمرية.

يأتي بعد التلفاز على الترتيب الهاتف الذكي الذي يستخدمه نسبة كبيرة من التلاميذ تمثلت في 67.17 %، وقد انتشر هذا الاخير بشكل كبير في السنوات الأخيرة، نظرا للتطور التكنولوجي السريع في مجال الأجهزة الالكترونية، بينما استعمال الأجهزة الاخرى كالحاسوب والعاب الفيديو والجهاز اللوحي جاء بنسب متقاربة تراوحت بين 7%و16 %، غير أنه لا يمكن إهمال هذه النسب بأي حال من الأحول، ويمكن القول إن بعض التلاميذ يقبلون على الأجهزة الإلكترونية المتوفرة غالبا في المنزل كالتلفاز والهاتف الذكي الذي يملكه غالبية الأولياء.

الجدول 4: يبين العمر الذي تم فيه استخدام أول جهاز شخصي للتلميذ

الفئة العمرية	التكرار	النسبة
أقل من11سنة	100	18.98
من 11 إلى13 سنة	267	50.66
أكثر من 13سنة	160	30.36
المجموع	527	100

المصدر: من إعداد الباحث

يلاحظ أن استخدام أجهزة شخصية من طرف التلاميذ قد بدأ فعلا في سن لم يتجاوز 11 سنة، ورغم أقلية هذه الفئة التي بلغت نسبة 18.98% إلا أنه مؤشر يعكس لنا أمرين هما: أولاً توافر وانتشار الأجهزة الإلكترونية ذات الامتلاك الشخصي ونخص بالذكر هنا الهاتف الذكي والجهاز اللوحي والحاسوب وهو الأمر الذي يفسره ويؤكده الجدول 4 من خلال النسب المرتفعة الخاصة بالفئات العمرية الأخرى، ثانيًا أن بعض الأولياء لا يدركون خطورة امتلاك واستخدام جهاز شخصي من طرف أبنائهم في سن مبكر.

يقول الدكتور جيري بوبريك -في إجابته عن سؤال حول العمر المناسب للطفل لامتلاكه هاتفا محمولا-أن الأمر لا يتعلق بعمر معين بقدر ما يتعلق بالوعي الاجتماعي للطفل وفهمه ما تعنيه التكنولوجيا (محمد،2021).

الجدول 5: يبين عدد ساعات استخدام الجهاز الالكتروني في اليوم الواحد من طرف التلاميذ

عدد الساعات	التكرار	النسبة
من 0 إلى 1 ساعة	221	41.93
من 1 إلى3 ساعات	225	42.69
3 ساعات وأكثر	81	15.37
المجموع	527	100

المصدر: من إعداد الباحث

يتضح من الجدول أن ما نسبته 15.37 % فقط من التلاميذ يستخدمون الأجهزة الإلكترونية لمدة ثلاث ساعات أو أكثر في اليوم الواحد، بينما تشكلت النسبة الباقية منهم مناصفة تقريبا بين الفئتين (من0إلى1سا ومن1إلى3سا) من حيث عدد ساعات الاستخدام. وعليه يمكننا اعتبار أن هذا المتغير مؤشرا عن درجة ضعيفة من إدمان الأجهزة الإلكترونية لدى التلاميذ.

الجدول 6: يبين وعي التلاميذ ودرجة إدمانهم للأجهزة الشخصية

الإجابات / العبارة	نعم		لا	
	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة
هل توجد أجهزة إلكترونية بغرف النوم	343	65.09	184	34.91
سبق وتعرضت لمحتوى صادم بالجهاز الشخصي	170	32.26	357	67.74
هل تعلم أن البيانات الشخصية بالجهاز معرضة للاختراق	280	53.13	247	46.87
هل يمكنك الاستغناء عن الجهاز الشخصي لمدة يوم واحد	420	79.70	107	20.30

المصدر: من إعداد الباحث

من خلال الجدول 6 الذي يضم مجموعة من العبارات حول الاجهزة الإلكترونية ودرجة وعي التلاميذ بخطورتها وكيفية استخدامها وإمكانية الاستغناء عنها، يلاحظ أن ما نسبته 65.09 % من التلاميذ صرحوا بوجود أجهزة إلكترونية بغرف نومهم، الأمر الذي يزيد من احتمالية استخدامهم للأجهزة في فترات قبل النوم وبعده.

وحول العبارة الخاصة بتعرضهم لمحتوى صادم من قبل، فإن ما نسبته 67.74 % من التلاميذ أجابوا بالرفض، بينما 32.26 % منهم صرحوا بتعرضهم لمحتوى صادم، مما يؤكد أن استعمال الأجهزة من طرف التلاميذ لم يقتصر على الهدف التعليمي فقط بل إن رغبتهم في الاكتشاف والاطلاع، مع غياب الرقابة الأسرية تجعلهم عرضة لمحتويات صادمة أو قاسية، وإن أثرها يكون سلبيًا على المدى القريب والبعيد.

وعن العبارة الخاصة بمعرفتهم بوجود اختراقات للأجهزة الالكترونية والحسابات الرقمية فإن 53.13 % من التلاميذ قد صرحوا بمعرفتهم بإمكانية حدوث ذلك، لكن لا يمكننا إغفال 46.87 % منهم لا يدركون ذلك وليس لهم وعي بمخاطر هذه التكنولوجيا.

أما العبارة الأخيرة حول إمكانية استغناء التلاميذ عن الجهاز الشخصي لمدة يوم واحد على الأقل، فإن غالبية التلاميذ وبنسبة 79.70 % قد أبدوا موافقتهم لفكرة الاستغناء، بالمقابل سجلنا 20.30% من التلاميذ قد رفضوا فكرة استغنائهم عن الجهاز الشخصي ليوم واحد فقط، وهو مؤشر واضح عن بداية ظاهرة الإدمان، وقد تزداد نسبة هذا المؤشر كلما زاد اطلاعهم ومعرفتهم بتقنيات التكنولوجيا والعالم الرقمي.

الجدول 7: يبين أكثر الفترات استخدامًا للأجهزة الإلكترونية من طرف التلاميذ

الفترة	التكرار	النسبة
الصباحية	18	3.02
المسائية	241	40.37
قبل النوم	119	19.93
في كل الأوقات	219	36.68

المصدر: من إعداد الباحث

الملاحظ بشكل عام من الجدول أن استخدام الاجهزة الالكترونية غير محدد بفترة معينة، وقد جاءت إجابات التلاميذ بنسب متفاوتة في الغالب باستثناء 3.02 % فقط منهم يستخدمون الأجهزة خلال الفترة الصباحية. كما أن غالبيتهم والمعبر عنها بنسبة 40.37 % يستخدمون الأجهزة في الفترة المسائية، غير أن 36.68 % من التلاميذ قد صرحوا باستخدامهم للأجهزة في كل الأوقات وهو مؤشر مقلق يفتح الكثير من التساؤلات حول الرقابة الأسرية، وعن تنظيم الوقت وفترات النوم والأكل والراحة واللعب.

أما عن استخدام هذه الأجهزة في الفترة قبل النوم فقد تم تسجيل إجابات 19.93 % من التلاميذ وسببه وجود الأجهزة بغرف النوم كما صرح بذلك اغلب التلاميذ في الجدول السابق (الجدول 6)

الجدول 8: يبين الوسائل البديلة عن استخدام الأجهزة الإلكترونية

الوسيلة	التكرار	النسبة
رياضة	242	57.62
ألعاب	56	13.33
جولة ترفيهية	77	18.33
أخرى	45	10.71
المجموع	420	100

المصدر: من إعداد الباحث

إن مجموع التلاميذ الذين صرحوا بإمكانية استغنائهم عن الاجهزة الإلكترونية ليوم يواحد على الاقل والذين بلغ عددهم420 تلميذًا تم اقتراح عليهم مجموعة من البدائل جمعت في الجدول 8، تبين أن 57.62 % منهم يفضلون ممارسة الرياضة، وهو مؤشر جيد يحتاج كل الدعم والتشجيع لما لها من فوائد جسدية ونفسية، بينما يتوجه 18.33 % منهم إلى ممارسة التنزه والجولات الترفيهية. بالإضافة إلى ذلك فقد فضل بعض التلاميذ القيام بألعاب الاخرى غير تلك الإلكترونية بلغت نسبتهم 13.33 % إذ لا يمكن إهمال قيمة اللعب في تنمية بعض المهارات الاجتماعية والنفسية.

4. خاتمة:

إن استخداماتنا للأجهزة الإلكترونية المتنوعة وبشكل يومي يعكس ضرورة وجودها وإسهامها الكبير في تحسين الحياة وجودتها، غير أن استخدامها مرهون بالحكمة وعدم الإفراط، لتجنب الوقوع في حالة الإدمان عليها، لذلك شكل إقبال التلاميذ على استخدام هذه الأجهزة بشكل كبير خاصة في مرحلة التعليم المتوسط أمرا مقلقًا دفع الباحث للتساؤل حول مدى إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية من طرف التلاميذ، ومظاهر هذا الإدمان، سعيا منه

للوصول إلى وصف الظاهرة وتحليلها وصولا إلى مقترحات قد تحد من تداعياتها. ففي الجانب النظري خُصص للتعرف على أنواع الأجهزة الإلكترونية المتاحة للاستخدام، فوائدها، الأسباب المؤدية للإدمان عليها، مع توضيح أعراض هذا الإدمان وتأثيراته على الصحة النفسية والجسدية والاجتماعية. أما في الجانب الميداني فقد استخدم الباحث أداة الاستمارة موجهة لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط تم من خلالها جمع المعلومات اللازمة وترتيبها وتحليلها وقراءتها إحصائيا حيث تم التوصل إلى جملة من النتائج أبرزها

أن مؤشر إدمان التلاميذ على الأجهزة الالكترونية لا يزال ضعيفا بالنظر إلى عدة عوامل أهمها: أن 15.37% من التلاميذ يستخدمون الأجهزة الإلكترونية لمدة 3 ساعات أو أكثر كحد أقصى، وأن 80 % منهم لديهم قابلية الاستغناء عن جهازهم الشخصي لمدة يوم واحد على الأقل، وأن توجه تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو حبهم لممارسة الرياضة كبديل عن الأجهزة الإلكترونية مؤشر إيجابي بلغت نسبته 57.62 %، بالإضافة إلى أن أكثر الأوقات إقبالا فيها على الأجهزة كانت الفترة المسائية بنسبة بلغت 40.37 %. وبناءً على ما سبق قدم الباحث جملة من المقترحات منها:

إدراج التربية الرقمية في المناهج الدراسية وإرشاد التلاميذ للاستخدام الصحيح للأجهزة الإلكترونية بما يعود عليهم بالنفع، وتوجيه وسائل الإعلام الحديثة لتوعية المجتمع والأسرة بشكل خاص حول مخاطر الأجهزة الإلكترونية، كما يقترح إقامة ملتقيات وتخصيص حوارات لمعالجة موضوع إدمان الاجهزة الإلكترونية وعواقبه، إضافة إلى ضرورة مواكبة الأولياء لعالم الرقمنة والأجهزة الإلكترونية وفهم التكنولوجيا بالقدر الذي يمكنهم من مراقبة استخدامات أبنائهم لمختلف الأجهزة، وضرورة انتباههم إلى استخداماتهم للأجهزة لأن سلوكاتهم محل مراقبة من طرف أبنائهم.

4. قائمة المراجع:

- المحمودي محمد سرحان علي، مناهج البحث العلمي، دار الكتب، الجمهورية اليمنية،2015.
- حمودة سليمة، "الإدمان على الانترنت: اضطراب العصر"، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، العدد 21، ص221، 2015.
- رملي أم هاني، جلاخ ثريا، "الفضاء الافتراضي وظاهرة الإدمان الإلكتروني عند المراهقين"، مذكرة ماستر، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، 2019.
- سعد عبد الرحمن العوامي أسماء، عبد الله ميلاد الطيرة فاطمة، "أثر استخدام الأجهزة الذكية على الأطفال من وجهة نظر الأمهات"، مجلة دراسات الانسان والمجتمع، العدد 22، ص4، 2023.
- محمد أمل، متى يجب أن يمتلك طفلك هاتفا ذكيا، 2021، http://www.aljazeera.net، 2021/07/03.
- موريس أنجرس، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، دار القصة للنشر، الجزائر، 2008.
- نظير إبراهيم، " تأثير استخدام الأجهزة الإلكترونية على الأطفال"، مجلة الطفولة والتنمية، العدد 49، ص45، 2024.
- The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, Screen Time and Children, n54 , June 2025, Retrieved from http://www.aacap.org
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., & Hasebrink, U, EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries, the eu kids online network, P25-26, 2020.

6. ملاحق:

- نموذج الاستمارة

إدمان تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط على استعمال الأجهزة الإلكترونية

دراسة ميدانية بمتوسطة الشهيد طهاري محمد –تفراوت

سعدي حكيم

جامعة البليدة 2، الجزائر

نضع بين أيديكم هذه الاستمارة للإجابة على أسئلتها البسيطة ولتساهموا بقسط وافر في نجاح البحث الخاص بإدمان تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط على الأجهزة الالكترونية، فالرجاء منكم أن تكون إجابتكم بكل موضوعية ودقة من أجل نتائج دقيقة وسليمة، مع العلم أن الإجابات المقدمة ستكون سرية وتستخدم لأغراض علمية فقط

ملاحظة: الرجاء وضع العلامة (×) أمام العبارة التي ترونها مناسبة حسب رأيكم، وشكرا على مساعدتكم.

أ- معلومات شخصية

1- الجنس: ذكر: ☐ أنثى: ☐

2- العمر: ☐

3- المستوى الدراسي: .....

ب- معلومات حول الأجهزة الإلكترونية

4- يوجد جهاز إلكتروني بغرفة نومك؟: نعم: ☐ لا: ☐

5- نوع الجهاز الذي تستخدمه بكثرة؟:

تلفاز: ☐ هاتف ذكي: ☐ حاسوب: ☐

جهاز لوحي: ☐ جهاز ألعاب فيديو: ☐ جهاز أخر أذكره: .....

ج- معلومات حول إدمان الأجهزة الإلكترونية

6- العمر الذي تحصلت فيه على أول جهاز شخصي؟:

أقل من 11 سنة ☐ ما بين 11 و13سنة ☐ أكثر من 13 سنة ☐

7- عدد الساعات الذي تقضيه في استخدام الجهاز الالكتروني؟:

من 0 إلى 1 ساعة ☐ من 1 إلى 3 ساعات ☐ أكثر من 3 ساعات ☐

8- الفترات الأكثر استخداما للجهاز؟:

الفترة الصباحية ☐ الفترة المسائية ☐ قبل النوم ☐

في كل الأوقات ☐

د-معلومات حول الوعي بخطورة الأجهزة الإلكترونية

9- تعرضت لمحتوى صادم بالجهاز من قبل؟: نعم: ☐ لا: ☐

10- هل تعلم أن البيانات الشخصية في الهاتف معرضة للاختراق؟: نعم: ☐ لا: ☐

11- يمكن أن تقضي يوم واحد دون استخدام للجهاز الإلكتروني؟: نعم: ☐ لا: ☐

12- ما الوسيلة المساعدة في استغنائك على الجهاز الإلكتروني؟:

ممارسة الرياضة ☐ ممارسة ألعاب أخرى ☐ القيام بجولات ترفيهية ☐

وسيلة أخرى أذكرها: .....