

إدمان الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين -دراسة ميدانية بجامعة محمد

الصدقي بن يحيى -جيجل

**Internet Addiction and its Relationship with Social Anxiety among University Students -
A Field Study at Mohamed Seddik Ben Yahia University - Jijel**

لويزة مسعودي *

مخبر بنك الاختبارات النفسية والمدرسية والمهنية (باتنة1)

جامعة محمد الصدقي بن يحيى-جيجل (الجزائر)

louiza.messaoudi@univ-jijel.dz

تاريخ القبول: 2024/6/08

تاريخ الاستلام: 2024/02/07

ملخص:

هدفت الدراسة للكشف عن طبيعة العلاقة بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي على عينة قدرت بـ (90 طالب وطالبة) بجامعة جيجل قطب تاسوست تم اختيارهم بصورة عرضية. اعتمدت الدراسة على مقياسين احدهما يقيس إدمان الانترنت من إعداد (لعزب2016 وآخرون) واستبيان القلق الاجتماعي من إعداد الباحثة. وخلصت الدراسة للنتائج التالية:وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين إدمان الإنترنت، والقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين، وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين إدمان الإنترنت وكل من وقلق الأداء الاجتماعي، الأعراض الجسدية، تشتت الأفكار، الخوف من التقييم السلبي لدى الطلبة الجامعيين.يمثل ادمان الانترنت مشكلة عصرية يمكن ارجاعها لسوء التكيف مع المواقف الاجتماعية والحياة الجامعية لدى الطلبة الجامعيين

الكلمات المفتاحية: إدمان الانترنت؛ القلق الاجتماعي

Abstract:

The study aimed to uncover the nature of the relationship between internet addiction and social anxiety among university students. The study employed a descriptive correlational approach with a sample of 90 students, randomly from Jijel University's Tassoust Campus. The study utilized two instruments: one measuring internet addiction, developed by Laazib (2016) and others, and a social anxiety questionnaire developed by the researcher. The study yielded the following results: A weak positive correlational relationship was found between internet addiction and social anxiety among university students. The study concluded with the following results: There is a weak positive correlation between Internet addiction and social anxiety among university students. There is a weak positive correlation between Internet addiction and social performance anxiety, physical symptoms, scattered thoughts, and fear of negative evaluation among university students. It represents an addiction. The Internet is a modern problem that can be attributed to the poor adaptation to social situations and university life among university students

Keywords: Internet addiction; Social anxiety

مقدمة:

أوجدت التطورات العالمية لشبكة الانترنت منحى ضروري لبناء مجتمعات المعرفة لما تتيحه من مميزات وخدمات قد تجعل منها الإطار المرجعي لتحديد بعض الممارسات اليومية لدى الطلبة الجامعيين، ولتساهم على نحو ما في تشكيل شخصياتهم وصياغة أفكارهم وتحديد أدوارهم ولتأخذ في ثناياها أبعادا علمية قد تباينت ملامحها وكذا آليات استخدامها باختلاف أعمارهم، وثقافتهم وحتى جنسياتهم. وقد واكب هذا الانفتاح صعوبة ضبط بعض السلوكيات القائمة وفق قوالب علمية بعيدة كل البعد عن المعايير والقيم الأخلاقية والاجتماعية السامية. وقد تعددت النماذج الانحرافية ومظاهر السلوكيات المرضية والتي قد تنشرها بعض المواقع الالكترونية الناتجة عن عدم وعي بعض الشباب بآليات ضبط انفعالاتهم وعجزهم عن إدارة ذواتهم، ووقوعهم فريسة لإدمان الانترنت كردة فعل اتجاه ضغوطهم النفسية .

وعليه يمثل إدمان الانترنت حسب ما أكدته دراسة: (Charlton,2002) في أن "إدمان الانترنت بأنه حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي للإنترنت، تؤدي إلى اضطرابات إكلينيكية" (إبراهيم، 2014، 231). وفي دراسة (Shapiva & Al,2000) أكدت على أن الإفراط في استخدام الانترنت يؤدي إلى فقدان التحكم والسيطرة الذاتية والانطواء والاكنتاب وهو ما أكدته دراسة (Suhail;Bargess,2006) في أن الاستخدام المفرط للانترنت يقود إلى مشكلات تربوية وجسدية ونفسية. (الزايدي، 2014، 31). قد تتجلى في مظاهر متباينة يمكن أن تظهر في سيطرة استخدام الشبكة الرقمية على تفكير الطالب وانشغاله الزائد بها وشعوره بالهفة والسعادة لتصفحها، إلى جانب بعض الاعراض الإنسحابية، كذا الصراع، والانتكاسة نتيجة للرغبة الملحة لاستخدامها و لتفادي الآثار الناتجة عن انقطاعها .

وفي سياق الحديث عن المشكلات العصرية التي قد يعاني منها الطلبة الجامعيين قد يظهر القلق الاجتماعي كردة فعل تعبر عن إحساس مهم ضار مرتبط بردات فعل جسمية وحتى وجدانية -معرفة متعلقة بالتخمينات و التقييمات السلبية نحو الآخرين، نتيجة قصور في المهارات الاجتماعية المتعلقة بعمليات التواصل الاجتماعي وصيغ التفاعل، والمواجهة المرتبطة بالمواقف الاجتماعية المحيطة بالطالب الجامعي والذي قد يدرك بأن طبيعة وموضوع هذا القلق غير عقلاني غير انه قد يؤثر على مختلف نشاطاته الاجتماعية والمهنية والأكاديمية. وهو ما فنده الصادة (2016)، في أن القلق الاجتماعي يظهر في مستويات ثلاثة: متعلقة بالمظاهر السلوكية كسلوك الهرب وتجنب المواقف الاجتماعية، ومظاهر معرفية: ويتمثل في أفكار تقييمية للذات. أما ثالثها المظاهر الفيزيولوجية: مرتبطة بالمواقف الاجتماعية

المرهقة بالنسبة له، كالأرق والارتجاف والتعرق..الخ. (العبادسة والشافعي، 2021، 189) وهو ما أكدته دراسة Kim (2003) في "أن القلق الاجتماعي يؤدي إلى انخفاض توكيد الذات والذي يؤثر سلبا علي الفرد وتظهر بعض المشكلات السلوكية ويعجز الفرد عن التعبير عن مشاعره السلبية" (عثمان، 2014، 137) قد تظهر كسلوك انسحابي نتيجة عدم التكيف مع متطلبات الحياة الجامعية ومن مظاهره الانطواء على الذات، وعدم الرغبة في إقامة علاقات مع الآخرين .

يشكل موضوع القلق الاجتماعي احد مظاهر سوء التوافق النفسي والخوف غير المقبول لدى الطلبة الجامعيين قد تتباين مظاهره في الاوساط الجامعية سواء ما تعلق بقلق الاداء الاجتماعي نتيجة تدني الثقة بالنفس وصعوبة التواصل مع الآخرين والتعبير عن الذات الى جانب المظاهر الفيزيولوجية المرتبطة كالصداع والغثيان، كذلك يرتبط القلق الاجتماعي تشتت أفكار الطالب وعدم إدراك المواقف الاجتماعية نتيجة للتشوه الإدراكي وخشية التقييم السلبي من الآخرين بالتالي قصور في بناء العلاقات الاجتماعية.

وعليه فإن السعي للوقوف على أسباب محددة وواضحة للسلوك الإنساني وللطلبة الجامعيين بوجه الخصوص سواء ما تعلق بإدمان الانترنت أو القلق الاجتماعي ليس بالأمر الهين، فالسلوك حصيلة تفاعل بين معطيات ذاتية والتي تميز كل شخصية عن الأخرى، وبين عوامل مكتسبة متغيرة تبعا للظروف الزمانية والمكانية وعليه فالإحاطة بهذه المعطيات والعوامل المسببة للسلوك الطلبة الجامعيين يمكن اعتبارها عملية معقدة، وقد يزداد الأمر تعقيداً عند دراسة إدمان الطلبة الجامعيين للانترنت واهم الانعكاسات التي من شأنها أن تظهرها في أنماط حياتهم وملامح ذواتهم واضطراباتهم النفسية كالقلق الاجتماعي بوجه الخصوص. من خلال ما سبق يمكن طرح التساؤل التالي:

ما علاقة إدمان الانترنت بالقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين؟

ويتفرع عن هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

- ما علاقة إدمان الانترنت بقلق الأداء الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين؟
- ما علاقة إدمان الانترنت بالأعراض الجسدية لدى الطلبة الجامعيين ؟
- ما علاقة إدمان الانترنت بتشتت الأفكار لدى الطلبة الجامعيين ؟
- ما علاقة إدمان الانترنت بالخوف من التقييم السلبي لدى الطلبة الجامعيين ؟

الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

الفرضيات الفرعية:

- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين إدمان الانترنت وقلق الأداء الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين إدمان الانترنت والأعراض الجسدية لدى الطلبة الجامعيين .

- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين إدمان الانترنت وتشنت الأفكار لدى الطلبة الجامعيين

- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين إدمان الانترنت والخوف من التقييم السلبي لدى الطلبة الجامعيين.

2- متغيرات الدراسة إجرائيا:

- إدمان الانترنت: تصفح الطالب الشبكة الرقمية بصورة قهرية ودون وجود ضرورة شخصية علمية أو عملية. يظهر من خلال الاعتماد المستمر على الانترنت، كذا مظاهر السيطرة وأيضا التحمل لفترة طويلة، سلوكات انسحابية، صراعات أو انتكاسات تشكل بين المدمن من جانب مسؤولياته الأكاديمية من جهة وعدم الاستغناء عن الانترنت من جهة أخرى، وهو الدرجة والتي تتراوح ما بين (50- 150) درجة والتي يحصل عليها الطالب الجامعي في مقياس إدمان الانترنت من إعداد (لعزب 2016 وآخرون).

- القلق الاجتماعي: هو اضطراب، أو نوع من المخاوف غير المبررة التي قد تظهر لدى الطالب الجامعي يعبر من خلاله عن فشله في التكيف مع متطلبات الحياة الجامعية ومن مظاهره: قلق الأداء الاجتماعي وعدم الرغبة في إقامة علاقات مع الآخرين، بعض المظاهر الفيزيولوجية، كذا تشنت الأفكار والخوف من التقييم السلبي. وهو الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي في مقياس القلق الاجتماعي من إعداد الباحثة .

3- أهمية الدراسة:

يمثل إدمان الانترنت احد أهم مشكلات التي قد تواجه بعض الطلبة الجامعيين نتيجة الاستخدام المفرط للشبكة الرقمية من شأنها أن تشكل جملة من المشكلات نفسية، جسدية أكاديمية وحتى اجتماعية و التي تهدد توازنه وصحته النفسية.

يمثل القلق الاجتماعي من أحد الاضطرابات السلوكية الناتجة عن سوء التوافق مع المواقف الاجتماعية التي تظهر لدى بعض الطلبة الجامعيين، بحيث يؤدي إلى السلوك التجنبي نتيجة لمخاوف وتوقعات اجتماعية سلبية تظهر تدني مكانه الفرد بين مجموعة الأقران.

4- أهداف الدراسة:

- الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من إدمان الانترنت وقلق الأداء الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من إدمان الانترنت والأعراض الجسدية لدى الطلبة الجامعيين.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من إدمان الانترنت وتشتت الأفكار لدى الطلبة الجامعيين.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من إدمان الانترنت والخوف من التقييم السلبي لدى الطلبة الجامعيين.

5- الدراسات السابقة:

- دراسة صوالحة وجلاد 2019 حول: "ادمان الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة عمان الاهلية:" تكونت عينة الدراسة من (199) طالبا وطالبة تم اعتمدت الدراسة كل من مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس القلق الاجتماعي، وقد خلصت الدراسة للنتائج التالية: أن طلبة الجامعة لا يعانون من الإدمان على الإنترنت، أو القلق الاجتماعي، كذا أن مستخدمي الإنترنت لأوقات طويلة دون مشكلات قدر ب(65.33%)، المستخدمين الذين لا يعانون من القلق الاجتماعي المرضي قدر ب(62.81%) توصلت الدراسة لوجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على الإنترنت والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. ووجود في مستوى الإدمان على الإنترنت، تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث. وكذا عدم وجود فروق في مستوى القلق الاجتماعي يعزى لمتغير الجنس.

- دراسة العجمي (2019) حول: "إدمان ألعاب الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين بدولة الكويت"، تكونت عينة الدراسة من 239 مراهق (128 ذكور، 111 إناث) وقد أظهرت النتائج لعدم وجود فروق إدمان ألعاب الانترنت، القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة حسب متغيرات الجنس، كما أظهرت النتائج إلى وجود علاقة بين القلق الاجتماعي وإدمان ألعاب الانترنت وأبعاده الفرعية. كما أوضحت النتائج إنه يمكن التنبؤ بإدمان ألعاب الانترنت من خلال القلق الاجتماعي.

- دراسة عبد الواحد وحسانين (2021) حول: "التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي وإدمان الانترنت" تكونت عينة البحث من (250) طالبا من طلاب واعتمدت كل من مقياس التشوهات المعرفية، ومقياس القلق الاجتماعي، ومقياس إدمان الانترنت. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن ارتفاع مستوى التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة، ووجود علاقة إيجابية بين التشوهات المعرفية وكل من القلق الاجتماعي وإدمان الانترنت مع إمكانية التنبؤ بهما من خلال التشوهات المعرفية، وأن التشوهات المعرفية المتعلقة بكل من: التفسيرات الشخصية - التعميم الزائد - التهمين الذاتي) مرتبطة بالقلق الاجتماعي، كما أن التشوهات المرتبطة بكل من التجريد الانتقائي - التفكير الثنائي - التعميم الزائد - التهمين الذاتي - التفسيرات الشخصية) هي الأكثر إسهاما في التنبؤ بإدمان الانترنت، كما خلصت النتائج الدور الوسيط للقلق الاجتماعي بين التشوهات المعرفية وإدمان الانترنت.

- دراسة عبد العزيز (2020) حول: "تحليل مسار العلاقات السببية بين التنمر الإلكتروني وإدمان الإنترنت والقلق الاجتماعي وأساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء من طلاب المرحلة الثانوية". تكونت عينة الدراسة من (370) طالبًا وطالبة. وأعدت الدراسة على أربعة مقاييس لكل من التنمر الإلكتروني وإدمان الإنترنت والقلق الاجتماعي وأساليب المعاملة الوالدية، كما يدركها الأبناء. وقد خلصت الدراسة إلى وجود علاقات ارتباطية بين متغيرات الدراسة، هناك تأثير مباشر موجب لأساليب المعاملة الوالدية (المتسلط، والمتذبذب، والمتساهل) في كل من القلق الاجتماعي والتنمر الإلكتروني..

- التعقيب على الدراسات السابقة:

- أوجه الشبه بين الدراسات السابقة

- الهدف: اتفقت جل الدراسات على الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من الإدمان على الإنترنت، والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة كدراسة (صوالحة وجلاد، 2019) ودراسة (عبد الواحد وحسانين، 2021) دراسة (عبد العزيز، 2020) واختصت دراسة (العجمي، 2019) بتناولها أحد صور إدمان الانترنت والمتمثل في إدمان الألعاب الالكترونية وربطه بالقلق الاجتماعي.

- العينة: اتفقت بعض الدراسات كدراسة كل من (صوالحة وجلاد، 2019) ودراسة (عبد الواحد وحسانين 2021) على أن الطلبة الجامعيين هم عينه أساسية للدراسة.

- متغيرات الدراسة: اتفقت بعض الدراسات في تناول كل من إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي كدراسة (صوالحة وجلاد، 2019) كمتغيرات أساسية أو لصورة من صور إدمان الانترنت وهي إدمان العاب وربطه بالقلق الاجتماعي كدراسة (العجمي، 2019).

- الطريقة والأدوات المستخدمة: جل الدراسات عمدت المنهج الوصفي الارتباطي (صوالحة وجلاد، 2019) على عينة تم اختيارها بالطريقة العشوائية التطبيقية مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس القلق الاجتماعي وهو ما اعتمدته دراسة (العجمي، 2019).
 - اوجه الاختلاف بين الدراسات السابقة:
 - الهدف: بعض الدراسات هدفت إلى البحث في متغيرات أخرى إلى جانب كل من إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي كدراسة (عبد الواحد وحسانين، 2021) ودراسة (عبد العزيز، 2020) (العينة: اختلفت عينات الدراسة بين طلاب جامعة او تلاميذ الطور الثانوي حيث تناول عينة الطلبة الجامعيين كل (صوالحة وجلاد، 2019) ودراسة (عبد الواحد وحسانين، 2021) في حين كانت العينة تلاميذ الطور الثانوي في حين كانت عينة كل من دراسة (العجمي، 2019) ، دراسة (عبد العزيز، 2020) (تلاميذ المرحلة الثانوية.
 - متغيرات الدراسة: اختلف بعض الدراسات السابقة في تناولها متغيرات الدراسة حيث عمدت البعض منها لتناول متغيرات أخرى إلى جانب المتغيرين السابقين كدراسة (عبد الواحد وحسانين، 2021) والتي ربطتهما بمتغير "التشوهات المعرفية ودراسة (عبد العزيز، 2020) والتي عمدت للبحث عن تحليل مسار العلاقات السببية بين التنمر الإلكتروني وكل من إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي وأساليب المعاملة الوالدية.
 - الطريقة والأدوات المستخدمة ودراسة (عبد الواحد وحسانين، 2021) والتي اعتمدت مقياس ثالث يقيس التشوهات المعرفية إلى جانب المقياسين السابقين وهو ما اعتمدته دراسة (عبد العزيز، 2020) والتي اعتمدت مقياس ثالث يقيس أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء في التنمر الإلكتروني.
- في ضوء الدراسات السابقة وحسب علم الباحثة فإن جل الدراسات طبقت في مجتمعات تختلف إلى حد ما عن البيئة الجزائرية وعليه فالدراسة الحالية جاءت لتبحث عن طبيعة العلاقة بين إدمان الانترنت في ضوء كل صورته التالية: السيطرة أو البروز، التحمل، الأعراض الانسحابية، الصراع، الانتكاس وكذا موضوع القلق الاجتماعي هذا ضمن محاوره المتمثلة في كل من: قلق الأداء الاجتماعي، الأعراض الجسدية، تشتت الأفكار وأخيرا الخوف من التقييم السلبي على عينة من طلبة جامعة جيجل

6- الإطار النظري للدراسة:

6.1- مفهوم إدمان الانترنت:

- عرفه الخليفي (2004): استغراق الإنسان كل أو معظم وقته في التعامل مع الإنترنت بحيث ينسى القيام بواجباته وأمور حياته العادية ويصبح هاجسا له أينما كان ولا يستطيع الاستغناء عنه. (العمار، 2014، 401).

- في حين اعتبره عزب (2016) بأنه: المكوث فترة طويلة بحيث يصبح الفرد أسيرا وبفضله على النشاطات الأخرى والعلاقات الاجتماعية المختلفة الأخرى وبالتالي يبعد عن الآخرين بشكل ملفت للانتباه. (عزب، 2016، 150).

- تعريف Ward (2001)، بأنه سلوك مرتبط باستخدام الانترنت مثل الإفراط في الوقت المقضي على الانترنت أو استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية إلى علاقات سطحية افتراضية . (النعيمي، 2017، 46)

- من خلال ما سبق يمكن القول أن إدمان الانترنت هو الانعزال غير الطبيعي للفرد عن العالم الفعلي والانغماس في الواقع الافتراضي وبصورة قهرية وإهمال الاحتياجات وحتى الواجبات الشخصية او الاجتماعية وحتى الأكاديمية. قد ينتج عنخ جملة من السلوكيات غير سوية كحب السيطرة والعزلة الاجتماعية اضطرابات في الهوية بين الهوية الواقعية والافتراضية، صراعات أو انتكاسات قد تشكل بين المدمن من جانب مسؤولياته الحياتية من جهة وعدم الاستغناء والابتعاد عن الشبكة الرقمية من جهة أخرى.

6.2- أعراض إدمان الإنترنت لدى الطلبة الجامعيين:

تعود أسباب إدمان الانترنت لدى فئة الطلبة الجامعيين لسوء استثمار الوقت لمجانبة الانترنت داخل الجامعة كذا مشاكل في التكيف مع معطيات البيئة الجامعية كذا التعرف على أصحاب جدد قد يكونون سببا في تغيير اتجاهات والممارسات اليومية للبعض منهم وهو اكده Gupta (2020) في إدمان الانترنت قد يجعلهم يتوجهون إلى شبكات التواصل الاجتماعي لتعويض تلك الصداقات فضلا عن الهروب من الإجهاد الجامعي الناتج عن الالتزامات بالنجاح في الجامعة حسب كل من (عطية، أبو جراد، 2022، 2). مما قد يشعروهم بفجوة بين حياتهم الافتراضية وحياتهم الجامعية. عموما حدد كلا من النوبي (2009) و (النيرب، 2016، 162) أعراض إدمان الإنترنت والتي ترتبط بأعراض الانسحاب النفسي عند التقليل من استخدام الانترنت كالضيق أو إفساد علاقة اجتماعية أو شخصية أو مهنية إلى جانب ظهور بعض الانفعالات النفس-حركية كالارتعاش والاهتزاز، القلق، وحركات الأصابع الإرادية

أو اللإرادية، كذا الاستخدام اليومي للانترنت وفحص البريد الإلكتروني دون الحاجة كذا إنكار المدمن قضاءه وقتا طويلا علي الشبكة.إلى جانب قضاء وقت أقل في تناول الوجبات في المنزل أو في العمل وتناولها باستمرار أمام الشاشة.التسلل إلى الشبكة باستمرار عند عدم وجود أفراد العائلة في المنزل والشعور بالراحة لوحده. وأخيرا مخاطر تعرض الفرد لخسارة علاقة مهمة أو فرصة عمل دراسة بسبب إدمان الانترنت.

6.3- مفهوم القلق الاجتماعي:

- يعرف القلق الاجتماعي في الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية بأنه: حالة من الخوف أو القلق أو التجنب التي تعتري الفرد، بشأن واحد أو أكثر من مواقف الأداء أو التفاعل الاجتماعي، والتي تنطوي على إمكانية التدقيق من قبل الآخرين مثل: مقابلة أشخاص غير مألوفين، المواقف التي قد يلاحظ فيها الفرد أثناء الأكل أو الشرب، المواقف التي يؤدي فيها الفرد أمام الآخرين ويظن الفرد بأنه سيقوم بشكل سلبي من قبل الآخرين، كأن يتعرض للإحراج، أو الرفض، أو الإساءة من قبلهم. (American Psychiatric Association APA, 2013, P 190)

- يعرف (Furmark, 2000, 8) القلق الاجتماعي بأنه: "الخوف المفرط من التقييم السلبي من الآخرين في المواقف الاجتماعية، خصوصا إذا كانوا غير مألوفين بالنسبة للفرد، فيتأثر أداءه، ويظهر عليه الارتباك والعصبية والإحراج، والشعور بالإذلال".

- ويتفق كل من (معمرية، 2009) و (سرحان، 2013) و(الحنوتي، 2017) على أن القلق الاجتماعي اضطراب، ونوع من المخاوف غير المبررة التي تظهر عندما يتطلب من الشخص الحديث أو الأداء أمام مجموعة من الناس في المناسبات، أو قاعات الدرس، وكذلك المواقف التي يتصور فيها الفرد أنه تحت المجهر، وأن الجميع ينظرون إليه، فيخاف أن يخطئ أو يتلعثم أو يظهر عليه الخوف، مما يؤدي به إلى الارتجاف والخفقان والتعرق..الخ وعندما تحدث هذه الأعراض في موقف ما، فإنه يتجنب تلك المواقف، ما يزيد من مخاوفه، ويضعف من ثقته بنفسه، فيجعله عرضه لهذه المشاعر في المستقبل، الأمر الذي يزيد الحالة سوءا وتعقيدا.

من خلال ما سبق يمكن القول أن القلق الاجتماعي هو حالة شعورية غير سوية يعبرها الطالب عن فشله في التكيف مع الواقع ومع متطلبات الحياة الاجتماعية الجامعية قد تظهر من خلال: الانطواء، تشتت الأفكار، قلق الأداء الاجتماعي وعدم الرغبة في إقامة علاقات مع الآخرين والخوف من التقييم السلبي.

6.4- مظاهر القلق الاجتماعي:

- الأعراض المعرفية: ويشير إلى المعتقدات والأفكار السلبية والافتراضات والتوقعات غير التوافقية لدى الفرد كأحداث الذات السلبية ووجود الأفكار الخاطئة والتقييم السلبي المبالغ فيه للأداء الاجتماعي. (طه عبد العظيم، 2009، 50)

- الأعراض الفيزيولوجية: ويتضح من معاناة الشخص من مجموعة مختلفة من الأعراض المرتبطة بالمواقف الاجتماعية المرهقة بالنسبة له، كالشعور بالغثيان والأرق، الإحساس بالغصبة في الحلق والارتجاف والتعرق... الخ احمرار الوجه، وسرعة ضربات القلب، والدوخة، والعرق الغزير، وارتجاف اليدين والقدمين، والشعور بالغثيان (AL – Naggar, Bobryshev & AL Absi, 2013, P 109)

- الأعراض السلوكية: تتضمن سلوكيات لفظية كقلة الحديث أو غير لفظية كالانسحاب الاجتماعي، الخجل والارتباك وغيرها، (رضوان، 2001، 51). والأعراض السلوكية المرتبطة بالقلق الاجتماعي تتجلى بحسب الموقف الاجتماعي التي قد تواجه الفرد إذ تثير فالمواقف الجديدة مشاعر وانفعالات متفاوتة حسب المواقف الحياتية.

- عموماً فالمستويات الثلاثة للقلق الاجتماعي قد تترابط على نحو متكامل وعلى منحنى وظيفي وهو ما أكدته (رضوان، 2001، 51) في أن الأفراد الذين قد يعانون من قلق اجتماعي ينشغلون باستمرار بادراك إشارات الأخطاء الممكنة وال فشل والفضيحة في سلوكهم ويقود هذا الإدراك إلى العزو السببي الخاطئ لأعراض القلق كبديل على التقييم السلبي من قبل الآخرين وهذا بدوره يقدم استجابات جسدية وتزايد في أعراض القلق التي يتم عزوها إلى التقييمات الاجتماعية ويؤدي إلى نوبة من الهلع ومشاعر عدم الأمن .

7. الإجراءات المنهجية للدراسة:

7.1- حدود الدراسة:

- الحدود الزمانية مثلت من الفترة 21 جانفي 2023 الى غاية 19 افريل 2023

- الحدود المكانية قطب تاسوست بجامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل.

7.2- مجتمع الدراسة:

- تكون مجتمع الدراسة من 21621 طالب بجامعة محمد الصديق بن يحيى. (دليل الطالب

2023-2024، ص8)

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (30 طالب وطالبة) منهم (12 ذكور) و(18 إناث) يدرسون بجامعة جيجل قطب تاسوست، وقد تكونت عينة الدراسة الأساسية من (90 طالب وطالبة) منهم (40 ذكور) و(50 إناث) تم اختيارهم بصورة عرضية.

3.7 - أدوات الدراسة وخصائصها:

اعتمدت الدراسة الحالية على مقياسين احدهما يقيس إدمان الانترنت من إعداد (لعزب 2016 وآخرون) ومقياس القلق الاجتماعي من إعداد الباحثة.

■ وصف مقياس إدمان الانترنت (لعزب وآخرون 2016): تكون المقياس من (50) عبارة تقيس أعراض إدمان الانترنت عند الشباب، وتضمنت البدائل التالية (دائما- أحيانا- أبدا). وتوزع البنود على الأبعاد التالية:

البعد الأول: السيطرة أو البروز تتضمن 11 بنود وتعبر عن سيطرة استخدام الانترنت على تفكير الفرد وانشغاله الزائد وشعوره باللهفة لاستخدام الانترنت الذي أصبح من أهم الأنشطة التي يقوم بها الفرد.

البعد الثاني: التحمل تتضمن 10 بنود وتعبر عن زيادة الفرد لمقدار استخدام الانترنت للحصول على الراحة والسعادة من استخدامه.

البعد الثالث: الأعراض الانسحابية تتضمن 11 بنود وتعبر عن الآثار النفسية أو الفسيولوجية التي تحدث عن التوقف أو التقليل من استخدام الفرد للإنترنت

البعد الرابع: الصراع تتضمن 09 بنود وتعبر بأنها " الصراع الذي يحدث بين الفرد وذاته أو بين الانترنت والأنشطة الأخرى أو بين الفرد والبيئة المحيطة".

البعد الخامس: الانتكاسة تتضمن 7 بنود وتعبر عن الرغبة الملحة للعودة مرة أخرى وزيادة الاستخدام بصورة أكبر لتفادي الآثار الناتجة عن الانقطاع عن استخدام الانترنت لفترة.

■ الخصائص السيكومترية

- صدق الاتساق الداخلي للمقياس: تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وكان النتائج كما بالجدول التالي: (عزب وآخرون 2016)

- جدول رقم 1 يوضح صدق الاتساق الداخلي (من إعداد عزب وآخرون 2016)

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد
** 0,82	السيطرة أو البروز
**0,89	التحمل
**0,89	الأعراض الانسحابية
**0,88	الصراع
**0,87	الانتكاس

يتضح من جدول رقم(1) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين وجميعها دالة عند مستوى 0.005 مما يشير إلى أن هناك اتساقا بين جميع أبعاد المقياس، وأنه بوجه عام صادق

- ثبات المقياس: تم بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس والمقياس ككل والجدول التالي يوضح معاملات الثبات:

جدول رقم2 يوضح معاملات الثبات لأبعاد المقياس والمقياس ككل (من إعداد عزب وآخرون 2016)

البعده	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
السيطرة أو البروز	0.87	0.85
التحمل	0.86	0.81
الأعراض الانسحابية	0.84	0.83
الصراع	0.86	0.82
الانتكاس	0.83	0.83
المقياس ككل	0.90	0.91

يتضح من الجدول السابق جدول رقم2 أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات المقياس وذلك من خلال ارتفاع قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، ولذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها في الدراسة الأساسية

▪ استبيان القلق الاجتماعي (من إعداد الباحثة) قامت الباحثة ببناء استبيان القلق الاجتماعي للطلبة الجامعيين وهذا بعد الاطلاع على الإطار النظري للموضوع ومراجعة كل من المقاييس التالية: مقياس القلق الاجتماعي للمراهقين والشباب (محمود 2013)، البناء العملي لمقياس القلق الاجتماعي لدى الطلاب المعلمين (حميدة 2018)، تقنين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية (رضوان 2001).

▪ وصف المقياس: يتكون المقياس من 30 بندا توزعت على 4 أبعاد أساسية وهي:

البعده الأول: ويمثل قلق الأداء الاجتماعي ويعبر عن مختلف مشاعر الخوف والخجل التي تنتاب الطالب الجامعي ازاء المواقف الاجتماعية فضلا مشاعر ضعف الثقة بالنفس وصعوبة التواصل مع الآخرين والتعبير عن النفس يتكون من 10 بنود

البعده الثاني: ويتمثل في الأعراض الجسدية تعبر عن مختلف المظاهر الفيزيولوجية التي قد يعاني منها الطالب الجامعي في المواقف الاجتماعية وتشمل في الشعور بالصداع والدوار وجفاف الحلق والغثيان والتي تتكون من 8 بنود

البعد الثالث: ويتمثل في تشتت الأفكار وتكشف مضامينها عن شعور الطالب الجامعي بأنه شارد الذهن عند المواقف الاجتماعية والتعامل مع الآخرين وانه يفكر في أشياء لا علاقة لها بالموقف الذي يوجد فيه ويتكون من 6 بنود

البعد الرابع: ويتمثل في الخوف من التقييم السلبي ويعبر عن شعور الطالب الجامعي بأنه موضع تقييم من الآخرين وان نظرتهم تجاهه سلبية مع خوفه من تقييم الآخرين له ويتكون من 6 بنود وقد كان نمط الإجابة الاختيار بين البدائل لكل بند وضعت درجات في هذه المستويات الثلاثة للإجابة على العبارات تتراوح بين (نعم 3، أحيانا 2، لا 1).

■ الخصائص السيكومترية لمقياس القلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعين

- حساب الصدق التمييزي:

جدول رقم (03): يمثل الصدق التمييزي للقلق الاجتماعي (من اعدد الباحثة)

البعد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	الدلالة
قلق الأداء الاجتماعي	الدرجات العليا	10	2,55	0,18	10,55	0,000
	الدرجات الدنيا	10	1,64	0,20		
الاعراض الجسدية	الدرجات العليا	10	1,89	0,16	10,15	0,000
	الدرجات الدنيا	10	1,23	0,18		
تشتت الأفكار	الدرجات العليا	10	2,35	0,20	10,75	0,000
	الدرجات الدنيا	10	1,40	0,20		
الخوف من التقييم السلبي	الدرجات العليا	10	2,32	0,15	10,20	0,000
	الدرجات الدنيا	10	1,47	0,22		
الدرجة الكلية	الدرجات العليا	10	2,19	0,13	8,12	0,000

يتضح من خلال الجدول رقم (03) وجود فروق جوهرية بين متوسطات الفئة العليا ومتوسطات الفئة الدنيا، حيث بلغت قيمة "ت" للأبعاد الأربعة: (10,55، 10,15، 10,75، 10,20) على التوالي وقد قدرت "ت" بـ (8,12) للاستبيان ككل وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى أقل من (0.05). وبذلك فإن المقياس له القدرة التمييزية بين المجموعتين العليا والدنيا، مما يدل على صدقه.

- حساب الثبات: تم بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس والمقياس ككل والجدول التالي يوضح معاملات الثبات:

جدول رقم (4) يوضح معاملات الثبات لأبعاد المقياس والمقياس ككل (من إعداد الباحثة)

الدرجة الكلية	الخوف من التقييم السلبي	تشنت الافكار	الاعراض الجسدية	قلق الأداء الاجتماعي	البعد
0,795	0,812	0,835	0,756	0,745	معامل الثبات ألفا كرونباخ

يتضح من خلال الجدول رقم (4) وبالاعتماد على قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لاستبيان أبعاد القلق الاجتماعي والتي قدرت بـ(0,79) وبالاعتماد على معامل الثبات التجزئة النصفية قبل التصحيح جاءت النتيجة كالتالي (0,51)، أما بالنسبة لتصحيح معامل الارتباط لسبيرمان براون قدرت بـ(0,68) إذن معاملات ألفا كرونباخ في أبعاده الأربعة دالة، مما يؤكد ثبات لاستبيان أبعاد القلق الاجتماعي والأداة ككل .

8- عرض نتائج الدراسة:

- توجد علاقة بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين. ولنتأكد من صحة الفرضية العامة تم حساب معامل الارتباط بيرسون للكشف عن طبيعة العلاقة بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (5): يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين .

الفرضية العامة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
إدمان الانترنت	0,47	0,05
القلق الاجتماعي		

من خلال الجدول رقم (5) تظهر النتائج المتحصل عليها أن معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي قدر بـ (0,47) دال عند مستوى دلالة (0,05)، مما يدل ارتباط طردي ضعيف بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

جدول رقم (6): يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الانترنت وقلق الأداء الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين

الفرضية الجزئية الأولى	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
إدمان الانترنت	0,34	0,05
قلق الأداء الاجتماعي		

يتبين من خلال النتائج المتحصل عليها أن معامل الارتباط بين إدمان الانترنت وقلق الأداء الاجتماعي قدر بـ(0,34). دال عند مستوى دلالة (0,05). وهذا يدل على وجود ارتباط طردي ضعيف بين إدمان الانترنت وقلق الأداء الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

جدول رقم (7): يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الانترنت وقلق الأداء الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين

دالة	مستوى الدلالة	معامل ارتباط بيرسون	الفرضية الجزئية الثانية
	0,05	0,43	إدمان الانترنت
			الأعراض الجسدية

كذلك يتبين من خلال النتائج المتحصل عليها معامل الارتباط بيرسون بين كل من الانترنت والإعراض الجسدية قدر ب (0,43) دال عند مستوى دلالة (0,05). مما يدل على وجود ارتباط طردي ضعيف بين إدمان الانترنت والأعراض الجسدية لدى الطلبة الجامعيين.

جدول رقم (8): يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الانترنت وقلق الأداء الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين

دالة	مستوى الدلالة	معامل ارتباط بيرسون	الفرضية الجزئية الثالثة
	0,05	0,25	إدمان الانترنت
			تششت الأفكار

كما يتبين من خلال النتائج المتحصل عليها معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الانترنت وتششت الأفكار لدى الطلبة الجامعيين قدر ب (0,25) دال عند مستوى دلالة (0,05). مما يدل على وجود ارتباط طردي ضعيف بين إدمان الانترنت وتششت الأفكار لدى الطلبة الجامعيين

جدول رقم (9): يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الانترنت وقلق الأداء الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين

دالة	مستوى الدلالة	معامل ارتباط بيرسون	الفرضية الجزئية الرابعة
	0,05	0,44	إدمان الانترنت
			الخوف من التقييم السلبي

تظهر النتائج المتحصل عليها قيمة معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الانترنت والخوف من التقييم السلبي لدى الطلبة الجامعيين قدر ب (0,44) دال عند مستوى دلالة (0,05). مما يدل على وجود ارتباط طردي ضعيف بين إدمان الانترنت والخوف من التقييم السلبي لدى الطلبة الجامعيين.

9 - تفسير النتائج:

- تفسير نتائج الفرضية العامة: اظهرت نتائج الدراسة إلى: "وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين كل من وجود علاقة إدمان الإنترنت، والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة " وهو ما قد توصلت إليه إلى حد ما دراسة كل من (صوالحة وجلاد، 2019) ودراسة (عبد الواحد وحسانين، 2021) دراسة (عبد العزيز، 2020) غير انه يمكن تفسير تلك العلاقة الارتباطية الضعيفة في أن بعض من فئة الطلبة حسب ما جاء به Gupta 2020 لديهم سوء استثمار للوقت، وقد ساهم ذلك توفر خدمة الانترنت مجاناً داخل الجامعة في قضاء بعض الطلبة ساعات طويلة في تصفح الشبكة الرقمية على حساب التركيز على انجاز الواجبات الأكاديمية، ويتزامن إدمان الشبكة الرقمية مع ما قد

يواجهه بعض الطلبة الجدد في مشاكل التكيف مع معطيات البيئة الجامعية وعجزهم عن التفاعل وبناء علاقات مع الزملاء الجدد، وهو ما قد يدفع البعض منهم إلى إدمان شبكات التواصل الاجتماعي في سبيل تعويض تلك الصدقات، كذلك قد يكون القلق الاجتماعي مرتبط برغبة الطالب الجامعي للهروب من الإجهاد الجامعي الناتج عن الالتزامات بالنجاح في الجامعة بعلامات مقبولة ومرضية والسعي نحو مقارنتها بالنتائج الأكاديمية لزملائه، وهو ما قد يشعرهم بفجوة بين حياتهم الواقعية وحياتهم الجامعية هذا من جهة، ومن جهة أخرى يمكن تفسير ضعف العلاقة الارتباطية بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي لكون أن عينة الدراسة هم من الطلبة الجامعيين، ونفترض أنهم من نخبة المجتمع وان البعض منهم هم أفراد واعين بخدمات ومخاطر الشبكة العنكبوتية الأمر الذي قد ينعكس إلى حد ما آلية استخدامهم لها بحيث قد تنحصر استخداماتهم في المجالات الأكاديمية والتواصل مع الآخرين وكذا التسلية الأمر الذي يجعلهم يضبطون إلى حد ما ساعات استخدامهم للانترنت بالتالي تحاشي إدمانها، ومن جانب آخر فان مستويات القلق الاجتماعي للطلبة ضعيفة وهذا قد يمكن إرجاعه إلى خصائص بعض أفراد عينة الدراسة والمتعلقة بنمط بداية مساره الجامعي يمكن أن يواجه حالة شعورية غير سوية قد يعبر عن فشله في التأقلم مع واقع ومع متطلبات الحياة الاجتماعية الجامعية خصوصا وان المعاش النفسي والتنشئة الاجتماعية التي قد يتلقاها البعض منهم خصوصا لدى الأسر المحافظة قد تجعل من البعض قد يجد صعوبة في التكيف وكذا الاندماج وإقامة علاقات جديدة الأمر الذي يجعل منهم يفضلون استخدام الشبكة الرقمية كبديل عن الحياة الواقعية التي قد تفرضها البيئة الجامعية خصوصا الطلبة المقيمين.

- تفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى: أظهرت نتائج الدراسة إلى: " وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين كل من إدمان الإنترنت، وقلق الأداء الاجتماعي لدى طلبة الجامعة" ويمكن تفسير ذلك كون سلوك قلق الأداء الاجتماعي لدى الطالب قد يظهر في صيغ متباينة تعبر عن مشاعر الخوف والخجل التي قد تنتاب الطالب الجامعي إزاء المواقف الاجتماعية، فضلا عن مشاعر ضعف الثقة بالنفس وتدني تقدير الذات وصعوبة التواصل مع الآخرين والتعبير عن النفس ، ولأن الشبكة الرقمية تضمن ميزة التخفي للطلاب فهي فضاء افتراضي قد يدفع البعض منهم لتجاوز مخاوفه وتجنب السخرية والإزعاج من أقرانه اتجاه سلوكياته ومواقفه المختلفة . كذلك ارتبط بإدمان الانترنت ارتباطا ضعيفا بقلق الأداء الاجتماعي لكون أن بعض الأنشطة والتظاهرات الجامعية التي تقام بصورة دورية قد تهدف لتعزيز التواصل الاجتماعي بين الطلبة وجعل البيئة الجامعية منبرا اجتماعيا علميا يسعى لتحقيق توافق اجتماعي بين الطلاب، ونشر هذه التظاهرات في الفضاءات الرقمية الخاصة بالجامعة

يهدف ربط و رقمنة الحياة الجامعية وجعلها تتمحور حول اهتمامات وحتى تخصصات الطلبة المنتسبين لها في ظل انتشار استخدامات الشبكة الرقمية والتي تبقى وسيلة اتصال لا تغني عن التواصل الإنساني الفعلي.

- تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية: أظهرت نتائج الدراسة إلى "وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين كل من إدمان الانترنت والأعراض الجسدية لدى الطلبة الجامعين" يمكن تفسير هذه النتيجة وربطها بانخفاض مستوى القلق الأداء الاجتماعي حيث جاء بنسب ضعيفة الأمر الذي قد ينعكس على الجوانب الفيزيولوجية المصاحبة للقلق الاجتماعي لدى الطالب في المواقف الاجتماعية بحيث جاءت مستوياتها ضعيفة سواء ما تعلق بالشعور بالصداع كذا الدوار، وجفاف الحلق... الخ وهي كلها تمثل ردة فعل لا شعورية قد تظهر عند بعض الطلبة اتجاه مختلف المواقف الاجتماعية ومن جهة أخرى فالمقررات الجامعية في ظل البيئة الرقمية قد تجعل بعض الأنشطة الأكاديمية تعاونية بين الطلبة في فضاءات الدردشة الأمر الذي قد يتيح لهم تكوين جماعة رفاق في البيئة الافتراضية تعزز الفصول الجامعية بحيث تسعى لتسهيل وتبسيط مجريات الحياة الجامعية وتوجيه الطلبة للانخراط في النوادي الرياضية والمشاركة في المنافسات الرياضية وكذا الاشتراك النوادي الطلابية وتقديم بعض الأنشطة الثقافية كلها مرافق جامعية من شأنها أن تقلل من الإجهاد الأكاديمي والضغط النفسي وحتى تعديل مستويات الأعراض الجسدية المصاحبة للقلق الاجتماعي لدى فئة الطلبة بوجه الخصوص.

- تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة: أظهرت نتائج الدراسة إلى: "وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين كل من إدمان الانترنت وتشتت الأفكار لدى الطلبة الجامعين" وهو ما يتوافق مع ما جاء به كل من (المحاديين والنوايسة، 2008) في أن بعض الأفراد قد لا يعرف المعايير التي يفضلها الآخرون ولا ردود أفعالهم. وبالتالي قد يجد صعوبة ضبط أفكاره ويفضل قلة الحديث أو الحوار الذاتي نتيجة لتعرضه لموقف اجتماعي مسبب للقلق بوجود الآخرين، ومن جهة أخرى ما قد يتصفحه الطالب الجامعي في مجموعات الأخبار والتأثر بالشائعات والأخبار الزائفة والتي تعرضها وتنشرها بعض القوالب الافتراضية والتي قد تدفع للبعض منهم لتصديقها وتقصيصها والتشكيك في معلوماته السابقة ومن جانب آخر قد يقضي بعض الطلبة ساعات طويلة في إدمان الألعاب سواء والتي قد تجعل من مستويات النشاط العقلي لديه مشتتة نحو مجريات اللعبة والابتعاد عن انجاز الواجبات الأكاديمية وصعوبة فهم المقرر الجامعي نتيجة الغيابات المتكررة. فتشتت التفكير وشروذ الذهن لدى الطالب المدمن للشبكة الرقمية قد يجعله غير مدرك للموافق الاجتماعية التي يعيشها في الوسط الجامعي بالتالي عجزه على الابتكار والإبداع وحتى تراجع أداءه في حل مشكلاته اليومية بسبب

نمطية التفكير التي قد يكتسبها نتيجة الاستخدام غير الصحي للشبكة الرقمية وحتى تراجع مستويات تحصيله الدراسي. ومن جانب آخر قد تعرض المواقع الالكترونية معلومات متضاربة نحو التخصصات الجامعية، أو الدراسات العليا وحتى مستويات صعوبة المقررات الجامعية إجراءات التقويم الأكاديمي وحتى فرص التوظيف المستقبلية والتي قد تضمنها كلها معلومات قد تدفع بالطالب إلى عدم التركيز والإحاطة الشاملة بمعطياته الأكاديمية وحتى المستقبلية بالتالي عدم التوافق المعرفي اتجاه مساره الحياتي .

تفسير نتائج الفرضية الجزئية الرابعة: أظهرت نتائج الدراسة إلى: "وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين كل من إدمان الانترنت و الخوف من التقييم السلبي لدى الطلبة الجامعيين" ويمكن تفسير ذلك في كون أن البيئة الجامعية تهدف لجعل للطلاب الجامعي يكون دافعا شخصيا لتعزيز مفهومه وتقديره لذاته و مدرك لمعطياته الجديدة، كذلك ما تقدمه الشبكة الرقمية من معلومات يمكن أن يستفيد منها في تعزيز نقاط الضعف لديه وعليه يصبح موضوع تقييم الآخرين له ونظرتهم له لا يشكل لدى الغالبية نقطة قلق وإنما يمكن أن يجعل من تقييمات الآخرين له بمثابة نقطة تغيير ذات معنى ايجابي لدى غالبيتهم، غير انه مع الاستخدامات غير صحية الناجمة عن إدمان الانترنت او مقارنة ظروف الطالب الجامعي ببعض ما ينشره زملاءه في صفحاتهم الشخصية قد يدفعهم إلى الإحراج أو الانتقاص والشعور بعدم الكفاءة في المحيط الجامعي، بالتالي قد تظهر لدى البعض سلوكات غير توافقية تتجلى من خلال الخوف من التقييم السلبي وجعل الطالب الجامعي شخصية تجنبية للمواقف الاجتماعية نتيجة لعدم وعي البعض منهم بآليات ضبط انفعالهم وعجزهم عن إدارة ذواتهم، ووقوعهم فريسة لإدمان الانترنت كردة فعل اتجاه ضغوطهم النفسية .

خاتمة

تمثل المشكلات السلوكية العصرية التي قد تواجه المسار الحياتي للطلاب الجامعي احد التحديات التي تحول دون تحقيقه للتوافق النفسي سواء ما تعلق بالجانب الشخصي او حتى الأكاديمي ولأن افرازات التكنولوجيا الرقمية بحيث يعكس إدمان الانترنت من جانب للطلبة الجامعيين ممارسات غير صحية قد تعكس بعض الصراعات والضغوطات يمكن ان تتشكل في مظاهر القلق الاجتماعي في ظل غياب التكفل النفسي البيداغوجي للطلبة الجامعيين الجدد بوجه الخصوص منهم وعليه توصي الباحثة لضرورة توعية الطلبة الجامعيين بمخاطر إدمان الانترنت وكذا الاهتمام بالمعاش النفسي لهم خصوصا الجدد منهم والسعي لدراسة عوامل إدمان الانترنت والبحث في المتغيرات المحيطة به وبالقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين على حد سواء .

- المراجع :

- انور، عبد العزيز العبادسة و علاء، ماهر الشافعي.(2021). فعالية برنامج معرفي سلوكي لخفض الجلجة والقلق الاجتماعي لدى طلاب التعليم الأساسي . *مجلة البحوث التربوية والنفسية* . 18 (29). 183- 215.
- حميدة، رانيا جمال عبد الوهاب.(2018). البناء العاملي لمقياس القلق الاجتماعي لدى الطلاب المعلمين، *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*. (10). 197- 228
- دليل الطالب 2024-2023 جامعة محمد الصديق بن يحيى ، ص8
- رضوان، سامر جميل.(2001). القلق الاجتماعي دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية، *مجلة مركز البحوث التربوية*. جامعة قطر. (19). 47-77.
- الزايدي، أمل بنت علي بن ناصر.(2014). *إدمان الإنترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى* . رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى: الأردن.
- صوالحة، عونيه عطاو جلاذ، داليا غالب.(2019). ادمان الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة عمان الاهلية . *مجلة دراسات العلوم الانسانية والاجتماعية* . 46 (2). 313 – 333 .
- طه، عبد العظيم حسين.(2009). *إستراتيجيات إدارة الخجل والقلق الاجتماعي*. عمّان: دار الفكر.
- العبادسة، أنور عبد العزيز والشافعي، علاء ماهر. (2021). فاعلية برنامج معرفي سلوكي لخفض الجلجة والقلق الاجتماعي لدى طلاب التعليم الأساسي. *مجلة البحوث التربوية والنفسية*. 18 (69) . 183-215.
- عبد العزيز، أسماء حمزة محمد.(2020، جانفي). تحليل مسار العلاقات السببية بين التمر الإلكتروني وإدمان الإنترنت والقلق الاجتماعي وأساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء من طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة العلوم التربوية*. 28 (1). 1- 126.
- عبد الواحد، ابراهيم سيد أحمد و حسانين، السيد الشيراوي احمد.(2021). التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي وإدمان الانترنت. *مجلة التربية كلية التربية*. جامعة الأزهر، (189) . 2- 50
- عثمان، زينب سيد عبد الحميد.(2014) . القلق الاجتماعي وعلاقته بقوة الانا وتقدير الذات والسلوك التوكيدي والسمات السوية واللاسوية لدى عينة من المراهقين المعاقين بصريا. *مجلة كلية الاداب*. جامعة سوهاج، (37) ، 135-200 .
- العجيجي، منصور عبد الله محمد .(2019). إدمان ألعاب الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين بدولة الكويت *مجلة كلية التربية*. جامعة الاسكندرية. 29 (6). 21- 46.
- عذب، حسام الدين محمود و محمود، هبة سامي و مرسي، سحر مختار محمد.(2016). الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان الانترنت. *مجلة الإرشاد النفسي*. (45). 333-362.
- عطية، مي حسن، ابو جراد، حمدي.(2022) . العنف الإلكتروني والوحدة النفسية كمتغيرات وسيطية بين ادمان الانترنت والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*. 13(39). 1-13.
- العمار، خالد يوسف.(2014).إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة دمشق- فرع درعا. *مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية*. 30 (1). 395-438 .
- محمود ، هويدة حنفي .(2013). *مقياس القلق الاجتماعي للمراهقي والشباب*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- النعيمي، يسار صباح جاسم.(2017). إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . *مجلة علوم الرياضة*. 9 (29) . 42-56.
- النيرب، نسرين محمود محمد.(2016). *الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالنسق القيمي لمدمني مواقع التواصل الاجتماعي من طلبة الجامعات بمحافظة غزة*، رسالة ماجستير صحة نفسية ومجتمعية غير منشورة، كلية التربية الجامعة الإسلامية بغزة: فلسطين.

<https://www.univ-jijel.dz/images/Study-in-Jijel/guide-etudiant-Ar.pdf>

- AL- Naggar, R., Bobryshev, Y., & AL Absi, M. (2013). Perfectionism and Social Anxiety among University Students in Malaysia. *Journal of Psychiatry*, 14 (1), 1-8.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. Washington, DC: American Psychiatric Pub.
- Furmark, T. (2000). *Social Phobia- from Epidemiology to Brain Function*. Acta Universitatis Upsaliensis, Comprehensive Dissertations from The Faculty of Social Sciences 97.