

الإدمان على الانترنت كمُتغيّر مُنبئ بجودة الحياة الأسرية لدى الشباب الجامعي

*Internet addiction as a variable predicting the quality of
family life among a university youth*

لونيس سعيدة*

جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله / الجزائر

تاريخ الإرسال: 2024/11/22 تاريخ القبول: 2025/04/27 تاريخ النشر: 2025/07/28

ملخص: استهدفت الدراسة الحالية الكشف عن إمكانية التنبؤ بالإدمان على الانترنت من خلال جودة الحياة الأسرية لدى عينة من الشباب الجامعي. ولتحقيق أهداف الدراسة تمّ الاعتماد على المنهج الوصفي نظرا لملاءمته مع طبيعة الموضوع المطروح. ولجمع البيانات تمّ استخدام أداتين هما مقياس الإدمان على الانترنت وجودة الحياة الأسرية على عينة بلغ حجمها 70 طالبًا جامعيًا تمّ اختيارهم بطريقة المعاينة الحديثة. وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات، أسفرت النتائج على عدم وجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على الانترنت وجودة الحياة الأسرية، وبالتالي استحالة التنبؤ بين المتغيرين لدى عينة الدراسة.

الكلمات المفتاحية: الإدمان على الانترنت، جودة الحياة الأسرية، الشباب الجامعي.

Abstract: The current study aimed to reveal the possibility of predicting Internet addiction in light of the quality of family life among a sample of university youth. To achieve the objectives of the study, this later used the descriptive method due to its suitability to the nature of the topic. To collect data, two tools were used: The Internet Addiction Scale and the Quality of Family Life Scale, were applied on a sample size of 70 university students selected by the accidental sampling method. After

*لونيس سعيدة

** البريد الإلكتروني للمؤلف الثاني:

statistical processing of the data, the results revealed that there is no correlation between internet addiction and quality of family life, and therefore, it is impossible to predict the relationship between the two variables in the study sample.

Key words: Internet Addiction, The quality of family life, University youth.

مقدمة:

تُعتبر التطوّرات التكنولوجيّة سمّة العصر الحاضر، وشریانًا هامًا يعتمد عليه المُجتمع في معظم مجالاته، وتُعدّ الانترنت من أبرز التطوّرات التكنولوجيّة الحديثة، والتي منحت المُجتمع البشري مجموعة من الفوائد التي لا يستطيع أن ينكرها أحد. ولكن في نفس الوقت كان هناك الكثير من الآثار السلبیّة والتي يمكن أن يُعبر عنها بمُصطلح ضریبة التكنولوجيا. ومن أبرز هذه الآثار الإدمان على الانترنت وما ارتبط به ونتج عنه من آثار نفسيّة واقتصادية (مقدادي وسمور، 2008، ص 15).

برز مصطلح الإدمان على الانترنت ليصف الاستخدام المفرط للانترنت، وهو الاستخدام الذي يؤثر سلبا على أنشطة الفرد اليومية ووظيفته في الحياة. وقد عرفت يونغ وروجرز (Young & Rodgers, 1998) اضطراب الإدمان على الانترنت بأنّه "الحالة التي يفقد فيها الفرد السيطرة على استخدامه المتزايد للانترنت إلى الحدّ الذي يجعله يعاني من أعراض انسحابية ومشكلات نفسيّة وأكاديميّة ومهنيّة واجتماعيّة".

وقد عملت يونغ (Young, 1996) على تتبّع الأعراض الدّالة على إدمان الانترنت، وتوصلت إلى مجموعة من المؤشرات، حيث أشارت إلى أنّ بعض المُدمنين على الانترنت يشعرون بالاكْتئاب والإحباط والعزلة، إضافة إلى فُقدان الكثير من الهوايات الترفيهيّة والاجتماعيّة، ومشكلات في العائلة والعمل والعلاقات والمدرسة (مقدادي وسمور، 2008، ص 16).

وأشار علماء النفس أنّ هناك شخص من بين 200 شخص من مُستخدمي الانترنت تظهر عليه أعراض الإدمان، بل أنّ هناك أشخاص يقضون 38 ساعة أو أكثر عليها دون عمل يدعو لذلك، فمن الممكن أن يُضحي البعض بالعمل وبالمدرسة والعلاقات الأسرية وبالمال، بل ومن الممكن أن تدمر حياة شخص من خلال الوقوع في دائرة الإدمان على الانترنت (العصيمي، 2010، ص 4).

ويأتي تأثير وسائط الانترنت على الأسرة باعتباره من أهم مجالات البحوث المعنية بالأسرة في العصر الرقمي (Family in the Digital Age)... فقد ساهمت هذه الوسائط في وجود تركيب أسري يتضمن مدى واسعا من التفاعلات والعلاقات والسلوكيات المُنمّطة والمتغيّرة، وفي ضوء طبيعة هذا التركيب واحتياجات الأسرة وإمكاناتها تتحدّد علاقة أفرادها بوسائط الانترنت التي بدورها تُشكل رافداً متجدداً يُؤثر في التفاعل الأسري (الجناعي، 2018، ص4).

ولقد كانت الأسرة وما تزال أهمّ المؤسسات الاجتماعية التي تضطلع بعملية التنشئة الاجتماعية ونقل التراث الاجتماعي من جيل إلى جيل. فهي المؤسسة الخاصة التي تدرب الفرد على الامتثال لقيم المجتمع واتجاهاته، وتسعى لبناء شخصيّة سليمة لأفرادها ولإشباع حاجاتهم المختلفة، وهو ما يخلق لديهم الشعور بجودة الحياة الأسرية (نقلا عن الشمري والمحمدي، 2024).

ونظرا لما أصبح يلمّ بالأسرة وما يحيط بها من ضغوطات وتحديات أفرزتها التكنولوجيا الرقمية، بات لزاماً الاهتمام بمفهوم جودة الحياة الأسرية، وذلك نظرا لأهميتها في تحقيق التوافق لدى الأبناء في شتى المستويات النفسيّة والاجتماعيّة وكذا الانفعاليّة، والذي يترتب عنه الارتقاء بمستوى الصّحة النفسية لديهم.

وتتجسّد جودة الحياة الأسرية في درجة إشباع أفراد الأسرة من تواصل وتجمّع والاستمتاع بحياتهم معاً (ناصرى وبراهيمية، 2022، ص331). وعليه فإنّ

دراسة العوامل المؤثرة في الجودة الأسرية أصبح مطلب ضروري وعامل هام يهدف إلى تحسين جودة الحياة للمجتمع بشكل عام وحياة الأسرة والأبناء على وجه الخصوص. إذ في ظلّ الإدمان السلوكي الذي اجتاح الأسر أصبحت العلاقات الأسرية تشهد ضعفًا في علاقاتها الداخلية وتغلّب عليها الطابع الفردي مما أدى إلى انخفاض التفاعل الاجتماعي إلى أدنى حدّ وتأثرت العلاقات الأسرية سواء بين الزوجين أو بينهم وبين الأبناء أو بين الأسرة والأقارب (حسين، 2016، ص 429).

1. مشكلة الدراسة:

انطلاقاً من دور وأهمية جودة الحياة الأسرية الذي لا يُستهان به في الارتقاء بمستوى الأداء الأسري في العصر الرقمي، كما أنّ الشريحة الأكثر استخداماً وتعاملًا مع هذه التقنية، والأكثر تعرضًا لخطر الإصابة بالإدمان الرقمي هم من فئة الشباب، انبثقت مشكلة الدراسة الحالية في الكشف عن إمكانية التنبؤ بالإدمان على الانترنت في ضوء جودة الحياة الأسرية لدى عيّنة من الشباب الجامعي، من خلال الإجابة عن التساؤلين التاليين:

* ما طبيعة العلاقة بين الإدمان على الانترنت وجودة الحياة الأسرية لدى عيّنة من الشباب الجامعي؟

* هل يساهم الإدمان على الانترنت في التنبؤ بجودة الحياة الأسرية لدى عيّنة من الشباب الجامعي؟

2. فروض الدراسة:

* توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الإدمان على الانترنت وجودة الحياة الأسرية لدى عيّنة من الشباب الجامعي.

* يُساهم الإدمان على الانترنت في التنبؤ بجودة الحياة الأسرية لدى عينة من الشباب الجامعي.

3. أهداف الدراسة: تتجلى أهداف الدراسة الحالية في ما يلي:

*الكشف عن طبيعة العلاقة بين الإدمان على الانترنت وجودة الحياة الأسرية لدى عينة من الشباب الجامعي.

*التعرف على مدى مساهمة الإدمان على الانترنت بالتنبؤ بجودة الحياة الأسرية لدى عينة من الشباب الجامعي.

4. الإطار النظري وتحديد المفاهيم:

4. 1. الإدمان على الانترنت Internet Addiction:

يُعدّ مفهوم الإدمان على الانترنت من المفاهيم النفسية الجديدة نسبياً، ومازال البحث في هذا المفهوم محدوداً، ويمكن اعتبار الطبيب النفسي الأمريكي ايفان جولد بيرج (Ivan Goldberg) أوّل من تحدّث عن موضوع إدمان الانترنت وأطلق عليه هذا التعبير Internet Addiction، وذلك في عام 1995. ولم يحظ هذا المفهوم القبول الفوري من قبل الأكاديميين ومُتخصّصي الصّحة النفسية، حتى قدّمت عالمة النّفس الأمريكية كمبرلي يونغ Kimberly Young في السّنة التالية نتائج دراستها في الورقة البحثية بعنوان "إدمان الانترنت: ظهور اضطراب إكلينيكي جديد" في الاجتماع السنوي للرابطة النفسيّة الأمريكيّة (Young, 1998). ومنذ ذلك الحين، ظهرت مصطلحات عديدة تؤكد وجود ذلك الإدمان منها: إدمان الانترنت، والاستخدام المرضي للانترنت، والاستخدام القهري للانترنت، واعتمادية الانترنت، وهوس الانترنت. وحديثاً حاز مُصطلح الاستخدام المُشكل للانترنت Problematic Internet Use شيوعاً وقبولاً، على الرّغم من أنّ العديد من

الباحثين مازالوا يُفضّلون مُصطلح إدمان الانترنت (Shapira et al, 2000) (نقلا عن العصيمي، 2010).

ويتمثّل الإدمان على الانترنت في تلك "الحالة من الإدمان المرضي غير التوافقي لاستخدام الانترنت تؤدي إلى حدوث اضطرابات إكلينيكية يُستدلّ عليها من بعض المظاهر كالانسحاب والشّعور بالوحدة والعزلة" (Charlton, 2002).

وبتعبير آخر، فهو يُشير إلى مُتلازمة الاعتماد النفسي للمُداومة على ممارسة التعامل مع شبكة الانترنت لفترات طويلة أو متزايدة، ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية، بل على حساب هذه الضّروقات والنمطيّة والإلحاح والهروب والانسحاب من الواقع الفعلي إلى الواقع الافتراضي، كما يكون السّلوك في هذه الحالة قهريًا عنيدًا ومتشبّثًا، بحيث يصعب الإقلاع عنه دون مُعاونة علاجية للتغلّب على الأعراض الانسحابية النفسيّة (عزب وآخرون، 2016، ص 336).

وقد وضع وولترز (Walters, 1996) محكات عدّة لتشخيص الاستخدام الادماني للانترنت إكلينيكيًا هي:

- ✓ الانسحاب والانعزال عن الأسرة والأصدقاء.
- ✓ الانشغال الزائد بالانترنت وكثرة التحدّث عنه.
- ✓ نقص الاهتمام بالنشاطات الاجتماعية والدراسية والمهنية والاستجمامية.
- ✓ الإحساس بالذنب أو الدفاعية حول استخدام الفرد للانترنت.
- ✓ الإحساس بالإثارة عند الانغماس في فعاليات الانترنت.
- ✓ الاستخدام الدائم والمتكرر للانترنت أكثر مما كان مقصودا (فقدان السيطرة على الوقت).

✓ التوتر والقلق الشديدين في حالة وجود أي عائق للاتصال بالانترنت قد يصلان إلى حدّ الاكتئاب إذا طالت فترة الابتعاد عن الدخول إليه والإحساس بالسعادة بالغة وراحة نفسية عند الرجوع إلى استخدامه (Walters, 1996,p9).

وفي ضوء الأداة المُستخدمة في هذه الدراسة يتمثل التعريف الإجرائي لهذا المفهوم في الدّرجة التي يتحصّل عليها المبحوث على مقياس الإدمان على الانترنت لا يونغ بعد ترجمته وتقنيته في البيئة العربية من طرف إبراهيم الشافعي إبراهيم (2009).

4. 2. جودة الحياة الأسرية Quality Of Family Life:

لقد استند مفهوم جودة الحياة الأسرية في الأصل إلى البحث الذي يدرس جودة الحياة الفردية للأشخاص ذوي الإعاقة، وتمّ توسيعها لتشمل أبعاد الأبوة والأمومة والعلاقات الأسرية (حسانين والصياد، 2021).

ولا يوجد هناك اتفاق على معنى مُحدّد لهذا المفهوم، وذلك بسبب حداثة المفهوم، كما قد يكون راجعاً لاختلاف المجالات والميادين والتخصّصات التي تدرسه، فهو مفهوم مُعقد ويمكن أن يعني أشياء مختلفة. ويعتبر (Park et al, 2003) من الأوائل الذين قدّموا وصف مُبكر لمفهوم جودة الحياة الأسرية، حيث تمّ تعريفها بأنّها "سدّ احتياجات الأسرة، واستمتاع أفراد الأسرة بحياتهم مع بعضهم البعض، وامتلاك الفرصة للقيام بأشياء تعدّ مهمّة بالنسبة لهم (العتيبي والعجمي، 2024).

كما يمكن تعريف جودة الحياة الأسرية أيضا في تلك "العلاقات والممارسات الايجابية التي يتبّعها الوالدين في تنشئة الأبناء، وما تتسم به من دفء وتقبّل ومُشاركة وتشجيع واستحسان في المواقف الحياتية المُختلفة" (عبد الوهاب وشند،

(2010). ولقد تباينت الاجتهادات في صياغة أو اقتراح أبعاد جودة الحياة الأسرية، نذكر من بينها ما يلي:

لقد صنّف (Park et al, 2003) أبعاد جودة الحياة الأسرية إلى بُعدين رئيسيين هما:

✓ **البُعد الأول:** جوانب أو مجالات فردية، وتتمثل في السّعادة الانفعالية، والبيئة المادية والسّعادة الاجتماعية، والصّحة الإنتاجية، والمقاومة أو أساليب المواجهة.

✓ **البُعد الثاني:** هو الجوانب أو المجالات الأسرية وتتمثل في: التّفاعل الأسري، والحياة اليومية والوالدية والحالة المادية المتّسرة.

كما توصلت سميرة أبو الحسن عبد السلام (2009) إلى تحديد أربعة عشر مكوناً أساسياً لأبعاد جودة الحياة الأسرية وهي: التّفاعلات الأسرية، القيام بالأدوار الأسرية، حلّ المشكلات والصّراعات الأسرية، إشباع الحاجات النفسية، الدّعم والمساندة الأسرية، تحقيق النّمو الاجتماعي والشخصي، الرّضا عن الحياة الأسرية، السّعادة الأسرية، الممارسات الوالدية، الجانب المادي وظروف المعيشة، التوافق الأسري، نمط الحياة اليومية للأسرة، التّفاعلات الاجتماعية خارج الأسرة، الدّعم والمساندة الخارجية.

في حين حدّدت أماني عطية فرج (2014) الأبعاد المكوّنة للأداء الوظيفي الأسري الجيّد وهي: القيام بالأدوار الاجتماعية، العلاقات الأسرية، أسلوب حلّ المُشكلات الأسرية، الحوار الأسري، معايير الضّبط والنّظام الأسري، تلبية الحاجات النفسية، الدّعم الأسري (علي، 2017).

وفي ضوء الأداة المستخدمة في هذه الدراسة يتمثّل التعريف الإجرائي لهذا المفهوم في الدّرجة التي يتحصّل عليها المبحوث على مقياس جودة الحياة الأسرية من إعداد الصهيوني والسناد (2020).

5. إجراءات الدراسة الميدانية:

5. 1. منهج الدراسة:

تمّ الاعتماد على المنهج الوصفي نظرا لملائمته لطبيعة الموضوع المراد دراسته، والذي يعتمد على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محلّ البحث (الرشيدي، 2000). وقد تمّ الاعتماد على هذا المنهج بهدف الكشف عن مدى إمكانية التنبؤ بالإدمان على الانترنت من خلال جودة الحياة الأسرية لدى الشّباب الجامعي.

5. 2. عيّنة الدراسة:

لاختيار أفراد عيّنة الدّراسة الحالية، فقد تمّ الاعتماد على معايير "العيّنة العارضة أو الحديثة" والتي تتمثّل في اختيار أفراد عيّنة البحث حسب تواجدهم بالصدفة في مكان إجراء البحث الميداني (Contandriopoulos et al, 1990). وعليه فقد تكونت عيّنة الدراسة من 70 طالبا جامعيًا ينتمون لقسم علم النفس بجامعة الجزائر 2.

5. 3. أدوات جمع البيانات:

لتحقيق أهداف الدراسة تمّ الاعتماد على مقياسين هما:

• مقياس الإدمان على الانترنت:

تمّ استخدام مقياس يونغ للإدمان على الانترنت (1996)، وقد تمّ تعريبه من قبل إبراهيم الشافعي إبراهيم (2009)، حيث يتكوّن من 20 سؤال، ويتضمّن كل سؤال من أسئلة المقياس بدائل للإجابة تُقدر من صفر إلى 5 على التوالي (لا

ينطبق، نادراً، أحياناً، عادة، غالباً، دائماً). وتتراوح الدرجة الكلية من صفر إلى 100 على النحو الآتي:

- ✓ 0 - 30 استخدام سوي.
- ✓ 31 - 49 استخدام معتدل.
- ✓ 50 - 79 يعاني من مشاكل بسبب الاستخدام.
- ✓ 80 - 100 استخدام شديد (حاد).

وفي إطار الدراسة الحالية، تمّ التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس. وللتحقق من الثبات فقد تمّ استخدام طريقة التجزئة النصفية، حيث قُدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات نصفي المقياس (0.55)، وبعد تصحيحها بمعادلة تصحيح الطول سبيرمان- براون بلغت (0.71). في حين قُدر مؤشر الصّدق التمييزي بطريقة المقارنة الطرفية بين الثلث الأعلى والثلث الأدنى للدرجات، حيث بلغت قيمة "ت" (-8.82) وهي دالة إحصائياً عند 0.05. وعليه تمّ الاعتماد على هذا المقياس.

• مقياس جودة الحياة الأسرية:

صُمم هذا المقياس من طرف الصهيوني والسناد (2020). والذي يتكوّن من 33 عبارة مُوزعة على أربعة أبعاد وهي: المُساندة الأسرية (12 عبارة) التنشئة الوالدية (6 عبارات) التوافق الأسري (9 عبارات)، التفاعل الأسري (6 عبارات). وتتدرج الإجابة على المقياس في ثلاثة بدائل وهي: نعم (3)، إلى حدّ ما (2)، لا (1).

وبالمثل، فقد تمّ التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية، إذ تمّ التحقق من الثبات بالاعتماد على طريقة تحليل التباين باستخدام مُعادلة ألفا كرونباخ والذي بلغت قيمته (0.63)، وهو مُعامل ثبات مقبول. في حين قُدر مؤشر الصّدق التمييزي بطريقة المقارنة الطرفية بين الثلث الأعلى والثلث

الأدنى للدرجات، حيث بلغت قيمة "ت" (7.43 -)، وهي دالة إحصائية عند 0,05. وعليه تمّ الاعتماد على هذا المقياس.

5. 4. الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لما كان التحقق من فرضيات الدراسة يحتاج إلى معالجة البيانات معالجة إحصائية دقيقة بالاعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، فقد تقرر تحقيقاً لأهداف البحث الحالي استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل الارتباط بيرسون.
- معادلة سبيرمان - براون.
- معادلة ألفا كرونباخ.
- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين.

6. عرض النتائج وتفسيرها :

6. 1. عرض ومناقشة الفرض الأول وتفسيره:

ينصّ الفرض الأول على: " توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الإدمان على الانترنت وجودة الحياة الأسرية لدى عينة من الشباب الجامعي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تمّ استخدام مُعامل ارتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هي موضّحة بالجدول رقم (01):

الجدول (01): يوضح معامل الارتباط بين الإدمان على الانترنت وجودة الحياة الأسرية

المتغيرات	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
الإدمان على الانترنت - جودة الحياة الأسرية	- 0.11	غير دالة عند 0.05

باستقراء النتائج المدونة بالجدول رقم (01) يتبين أنّ قيمة مُعامل الارتباط بيرسون بلغت (-0.11) وهي قيمة غير دالة عند مستوى 0.05. وعليه يتضح

جلياً أنّ العلاقة عكسية بين الإدمان على الانترنت وجودة الحياة الأسرية، ولكنها لا ترتقي إلى مستوى الدلالة الإحصائية. وبالتالي تمّ رفض الفرض الأول.

وبما أنّ النتائج بيّنت عدم وجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على الانترنت وجودة الحياة الأسرية، فإنّه يمكن أن نستخلص رفض الفرض الثاني الذي ينص على " يساهم الإدمان على الانترنت في التنبؤ بجودة الحياة الأسرية لدى عينة من الشباب الجامعي" وإلغائه تماماً والإبقاء فقط على الفرض الأول، والقول بعدم وجود علاقة بين المتغيرين واستحالة التنبؤ بينهما. ذلك أنّ القدرة التنبؤية تعتمد على قوة معامل الارتباط بين المتغيرين.

ولقراءة هذه النتيجة في ضوء الأدبيات السيكولوجية المتعلقة بمتغيرات الدراسة، نجد أنّ الكثير من الدراسات ربطت بين إدمان الانترنت والعديد من الآثار السلبية التي تلحق بالأشخاص المُدمنين، إذ أنّهم يواجهون مُشكلات نفسية مثل العزلة الاجتماعية، والاكتئاب والشّعور بالوحدة، وسوء إدارة الوقت، وضعف في العلاقات الاجتماعية والاضطرابات العاطفية.

وقد أيدت ذلك دراسة كورت وزملائه (1998) أنّ كثرة استخدام الانترنت يزيد الاكتئاب والعزلة لدى المستخدمين، الأمر الذي ينعكس سلباً على تفاعلهم مع أفراد الأسرة، وضعف الحوار أو انقطاعه، وقلة الحديث في الموضوعات ذات الأهمية للحياة الأسرية.

كما خلصت دراسة سعيد (2003) التي اهتمت بتقصي الآثار الاجتماعية للانترنت على الشباب، ومدى تأثيرها على الهوية الثقافية للمجتمع، وإلقاء الضوء على أهم الآثار الايجابية والسلبية للانترنت من وجهة نظر الشباب، وتوصلت نتائجها إلى أنّ نسبة 52.5%، من أفراد العينة أكدت أنّ الانترنت يؤثر سلباً على الوقت الذي يتم قضاءه مع أسرهم، وأنّ نسبة 60.8% لها تأثيراً سلبياً على العلاقات مع الأقارب، حيث يقلّ مُعدّل الزيارات الأسرية (الجناعي، 2018). وهذا

ما يُفسّر أنّ التواصل الافتراضي الذي فرضته هذه الشبكة أخذ يحلّ محلّ التواصل الإنساني الواقعي، حيث ظهر ما يُعرف بالصّمت والجمود في العلاقات الإنسانية التي تسود أفراد الأسرة نتيجة ملئ الفراغ بذلك النمط التواصلّي.

وفي المقابل، إنّ الاستخدام المفرط للانترنت لا يأخذ دومًا المنحى السّلبّي، فلا يستطيع أحد أن ينكر النّقلة النوعيّة الهائلة التي أحدثها الانترنت في حياة الشّعوب على مستوى العالم في شكل تطوّر في جميع الجوانب الفكرية والعلمية والاقتصاديّة والاجتماعيّة والسياسيّة والبحثيّة. حيث يسمح الانترنت للمستخدم بمجموعة من التطبيقات العمليّة مثل: القدرة على إجراء البحوث، وتنفيذ المعاملات التجاريّة، والتواصل مع مراكز البحوث (عثمان، 2017). وفي هذا الصّدّد أجريت دراسة لسهيل وبارجيز (2006) هدفها الكشف عن التأثيرات الايجابية والسلبية للاستخدام المفرط للانترنت، وقد أظهرت أنّ عددًا كبيرًا من الطّلاب يقرّون بتفوّق الآثار الايجابيّة للانترنت على الآثار السلبية.

وما يؤكّد ذلك دراسة (Weitzman, 2001) التي توصلت إلى عدم وجود ارتباط دال بين إدمان الانترنت من جهة والأداء الأسري من جهة ثانية. حيث كشفت الدّراسة أنّ مُدمني الانترنت عبّروا عن انخفاض شديد في مُعدل الأنشطة التي تتضمن التّفاعل والالتقاء وجها لوجه مع الآخرين سواء من أفراد الأسرة أو غيرهم مقارنة بغير مدمني الانترنت.

وفي نفس السّياق، بيّنت دراسة ديساننيس ويونس (Desontis & Youniss, 1995) أنّ تكنولوجيا الكمبيوتر والانترنت تخلق اهتمامات مُشتركة بين الأبناء داخل الأسرة، كما تدّعم العلاقة بين جيل الأبناء وجيل الآباء إذا كانت استخدامات الأبناء لهذه التكنولوجيا تتفق وطموحات الأسرة. لكن هذه العلاقة قد تتحوّل من التوافق إلى الصّراع إذا لجأت الأمهات إلى أسلوب العقاب في سياق تدخلهن لتنظيم استخدام الأبناء للتكنولوجيا الحديثة (الجناعي، 2018).

علاوة على ذلك، أشار جريفيتز (Griffiths, 1997) أنّ الإدمان على الانترنت مُشابه لمفهوم الإدمان الايجابي الذي عرضه جلاسر (Glasser, 1976) (لأشياء الجيدة بالنسبة للفرد مثل التمارين الرياضية والتأمل (العصيمي، 2010، ص10).

وفي الختام، ينبغي أن ننوّه إلى أنّ مردّ هذه النتيجة قد يعود إلى أنّ خصائص العيّنة من حيث حجمها والفئة العمرية ونوعية التخصّص الذي يزاوله أفرادها تلعب دورًا لا يُستهان به في التوصل إلى هذه النتيجة، باعتبارهم طلاب في تخصّص علم النفس، هذا الأخير الذي يشمل على المقررات الدراسية التي تعمل على صقل شخصيّتهم وتزويدها بالاستراتيجيات الملائمة التي تساعد في فهم ذواتهم وخلق التوازن في التعامل مع التحديات التي تفرضها الحياة المعاصرة.

7. الخاتمة:

تحتلّ الأسرة مكانة بالغة الأهمية على مدى العُصور ومُختلف الأزمنة، فهي اللبنة الأولى في البناء الاجتماعي، إذ لا يمكن تصوّر حياة طبيعية ومُستقرة للأفراد في ظلّ العيش بدونها. حيث تُعدّ الأسرة واحدة من أهمّ مؤسسات التنشئة الاجتماعية التي حظيت باهتمام مُكثّف من الدّراسات العلميّة المتعلقة بتأثير الشبكة العنكبوتية عليها، من حيث انعكاساتها على سلوك أفراد الأسرة بما فيهم فئة الشّباب، باعتبارهم طاقة بشرية مُهمّة ومؤثرة في كيان المجتمع، وتحتاج للعناية والمُحافظة عليها لتأمين مُستقبلها ومُستقبل المجتمع.

وبالرّغم من السّلبات التي تنجر عن الاستخدام المُفرط وغير الهادف لهذه الشبكة، إلّا أنّه من الخطأ إهمال دورها واتخاذ موقف سلبي حيالها، باعتبارها أصبحت ضرورة من ضروريات الحياة، لكن شريطة أن نزرع الوعي في خلق التوازن في التعامل مع هذه الشبكة بمختلف أنواعها، فلا إفراط ولا تفريط حتى يتسنى لنا تحقيق الفائدة المرجوة منها. الأمر الذي يتطلب من المُجتمع بشكل عام

والأسرة على وجه الخصوص التّعامل والتّفاعل مع هذه الوسائط التكنولوجية بحكمة وبعقل منفتح وفكر ناقد، بما يمكنهم من الاستفادة من ايجابياتها والابتعاد قدر الإمكان عن سلبيّاتها.

وبناءً على ما حققته الدّراسة الحالية من أهداف وما توصلت إليه من نتائج، إلا أنّها تظلّ محدودة بحدود الدّراسة، والتي نأمل أن تكون بداية لدراسات أبعد عمقاً وأكثر دقة.

وفي ضوء نتائج الدراسة الحالية ومخرجاتها، تمّ التوصل إلى صياغة بعض الاقتراحات التوصيات، والتي نوجزها في النقاط الآتية:

* عقد اللقاءات الإرشادية والندوات التثقيفية للطلبة هدفها تبيان عواقب الاستخدام غير الآمن للانترنت وما يترتب عنه من الانزلاقات تؤثر على منظومة القيم السائدة.

* تصميم برامج توعوية تهدف إلى نشر ثقافة الحوار والتواصل داخل الأسر مع ضرورة تعزيز مهارات الضبط الذاتي والاستخدام العقلاني لمواقع التواصل الاجتماعي لدى الشباب.

* ضرورة تفعيل دور الأخصائي النفسي في المدارس والجامعات لحلّ المشاكل النفسية التي تتخطى فيها هذه الفئة.

* محاولة تناول هذه الدراسة من أبعاد أخرى حتى يتم التعمق في ثناياها والتحكم في تبعياتها من خلال ربطها بمتغيرات أخرى ذات صلة وثيقة بموضوع الدراسة.

قائمة المراجع:

الجناعي منى بدر، العلاقة بين التوافق الأسري وسوء استخدام الانترنت، مجلة بحوث التربية النوعية، (51)، 2018.

حسانين السيد الشبراوي والصياد وليد عاطف منصور، جودة الحياة الأسرية والمساندة الاجتماعية والصمود النفسي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وذوي اضطراب طيف

التوحد في مصر: دراسة تنبؤية فارقة، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، 129، 2021.

حسين هالة حجاجي، التنشئة الأسرية للمراهقين في ضوء تأثير مواقع التواصل الاجتماعي. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، 75(75)، 2016.

الرشيدي بشير صالح، مناهج البحث التربوي، دار الكتاب الحديث، 2000.

الشمري فاطمة والمحمدي إيمان، جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتنظيم الانفعالي في ظل جائحة كورونا لدى عينة من طالبات الجامعات السعودية، مجلة البحوث التربوية والنوعية، 1 (23)، 2024.

عبد الوهاب أماني عبد المقصود وشند سميرة. جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى عينة من الأبناء المراهقين، ورقة مقدمة في المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي. كلية التربية، 2010.

العتيبي أمل بنت محمد فهد والعجمي ناصر بن سعد، جودة الحياة الأسرية لدى أسر الأفراد من ذوي الإعاقة الفكرية، مجلة كلية التربية ببها، 1 (138)، 2024.

عثمان محمد الصائم، دور التربية الإسلامية في مواجهة إدمان الانترنت، مجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية، 1 (11)، 2017.

عزب حسام ومختار سمر وسامي هبة، الخصائص السيكمترية لمقياس إدمان الانترنت، مجلة الإرشاد النفسي، (38)، 2016.

العصيمي سلطان عائض مفرح، إدمان على الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، 2010.

علي رانيا محمد يوسف، الخصائص السيكمترية لمقياس جودة الحياة الأسرية لدى عينة من التلاميذ المراهقين. مجلة الإرشاد النفسي، 1(51)، 2017.

مقدادي مؤيد وسمور قاسم، الإدمان على الانترنت وعلاقته بالاستجابات العصابية لدى عينة من مرتادي مقاهي الانترنت في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 4 (1)، 2008.

ناصر شافية وبراهيمية سميرة، جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتفكير الانتحاري لدى المراهقين المتدربين في ظلّ جائحة كورونا: دراسة ميدانية على عيّنة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بولاية قالمه، مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف، 7(1)، 2022.

Charlton, J.P. (2002). A factor analytic investigation of computer addiction and engagement. *brjp psychology*, 93 (3), 329-344.

Contandriopoulos, A.P, Champagne.F , Denis. J.L Et Boyle. P. (1990). *Savoir préparer une recherche*. Canada: Press de l' Université de Montereal.

Walters, G.D.(1996). *Addiction and identity exploring the possibility of a relationship*. Psychology of addictive behavior.

Young, K.S.(1998). *Internet addiction: the emergence of new clinical disorder*. Cyber Psychology& Behavior, 1(3) ,237-244.

الملاحق:

الملحق (01): مقياس الإدمان على الانترنت

السؤال	أبدا	نادرا	أحيانا	تكرارا	كثيرا	دائما
كم مرة وجدت نفسك بقيت على الانترنت وقتا طويلا مما كنت تعتزم (تتوي)؟						
هل أهملت الروتين المنزلي لقضاء وقت أطول مع الانترنت؟						
كم مرة فضلت الانترنت على الألفة مع صديقك؟						
هل كونت علاقات صداقة من خلال الانترنت؟						

					هل تذمر منك الآخرون بسبب الوقت الذي تستغرقه في استخدام الانترنت؟
					هل تأثرت نتائجك أو واجباتك الدراسية بسبب الوقت الذي تستغرقه في الانترنت؟
					كم مرة تفحص بريدك الالكتروني قبل القيام بشيء آخر يجب عمله؟
					هل تأثر أداؤك في الدراسة بسبب الانترنت؟
					هل كنت كتوما عندما يسألك الغير عما تفعله في الانترنت؟
					كم مرة أوقفت أفكار الواقع المزعجة واستبدلتها بأفكار الانترنت مهدئة؟
					هل وجدت نفسك تتوقع متى سوف تستخدم الانترنت من جديد؟
					كم مرة وجدت نفسك تخشى أن الحياة بدون الانترنت ستكون مملة وكئيبة؟
					كم مرة ضيعت نومك بسبب الدخول في الانترنت خلال ساعات متأخرة من الليل؟
					هل تتفعل عندما يزعجك احدهم وأنت في شبكة الانترنت؟
					هل تشعر انك منشغل التفكير بالانترنت عندما تكون خارج الشبكة؟
					هل وجدت نفسك تقول "فقط بضعة دقائق أخرى" وأنت على الشبكة؟

					هل حاولت التقليل من الوقت الذي تستغرقه في الشبكة ولكن أخفقت؟
					كم مرة حاولت إخفاء الوقت الذي استغرقته في استخدام شبكة الانترنت؟
					كم مرة فضلت استخدام شبكة الانترنت للمزيد من الوقت بدل الخروج مع الآخرين؟
					أتحس أنك محبط وقلق عندما تكون خارج الشبكة، وعندما ترتبط بها يزول هذا الإحساس؟

الملحق (02): مقياس جودة الحياة الأسرية

لا	أحيانا	نعم	العبارات
			1. يوجد قدر كبير من الصدق والصراحة المتبادلة بين أفراد أسرتي
			2. أشعر بالدفء والود والحب بين أفراد أسرتي
			3. يتشارك أفراد أسرتي مع بعضها البعض مشاعر الفرح والحزن
			4. والدي متفقان ومتفاهمان في معظم شؤونهما
			5. يتشارك والدي معا في القرارات الأسرية
			6. يحرص كل فرد في الأسرة على سعادة باقي أفرادها
			7. أجد ما يطمئنني من أسرتي إذا كنت مضطربا وقلقا
			8. أشعر بقرب أفراد أسرتي من بعضهم البعض
			9. تشجعني أسرتي دائما على مزيد من التفوق والنجاح
			10. يقوم كل فرد من أفراد أسرتي بواجباته المنزلية
			11. التعاون والمساندة هو المبدأ السائد بين أفراد أسرتي
			12. علاقتي بإخوتي جيدة
			13. تمنحني أسرتي مشاعر الأمن والأمان والاستقرار النفسي
			14. وجود أسرتي جانبي يشعرني بالقوة والثبات
			15. تقدم لي أسرتي المساندة العاطفية التي احتاجها

			16. أجد مساعدة ومساندة من أسرتي عندما تعرض لمواقف ضاغطة
			17. سكن أسرتي مناسب ومريح
			18. تستطيع أسرتي التوصل إلى حلول لمعظم مشاكلنا الأسرية
			19. أثق ثقة تامة في أن أسرتي لا يمكن أن تتخلى عني وقت الأزمات
			20. أرى أن علاقتي بوالدي جيدة
			21. تقوم أسرتي بتقديم النصح والإرشاد وإكسابي القيم الأخلاقية والدينية
			22. لا تطالبني أسرتي بأكثر من قدراتي وإمكانياتي
			23. افتخر بانتمائي لأسرتي
			24. تتيح لي أسرتي قدرا مناسباً من الاستقلالية والاعتماد على النفس
			25. تتيح لي أسرتي فرصة للتعبير عن آرائي
			26. تساعدني أسرتي مادياً إذا كنت في حاجة لذلك
			27. أشعر بالسعادة عندما أكون مع أسرتي
			28. أشعر أن والدي يفضّلاني إخوتي عني
			29. عندما أكون في مشكلة يمكنني طلب المساعدة من أسرتي
			30. أشعر بالجفاء وفقد الود تجاهي في الأسرة
			31. تهتم أسرتي بحياتي الدراسية
			32. أشعر بالراحة عندما أطلب المساعدة من أسرتي
			33. لا توجد أدوار محددة لأفراد أسرتي