



إيمان الإنترنت وأثره على العلاقات الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية

إيمان أكرم صالح، سما عاطف محمد، مارينا عماد شنودة، مريم رامي فتحي، مروة عبد المجيد إبراهيم، ياسمين

أشرف عياد

المشرف على المشروع:

د/ أمال احمد فتحي (مدرس علم النفس التربوي- كلية التربية- جامعة عين شمس)

برنامج الليسانس في الآداب والتربية الإعدادي والثانوي. تخصص علم نفس

## المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على أثر إيمان الإنترنت على العلاقات الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وأجريت البحوث الدراسة على عينة أساسية قوامها (115) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية (43 طالب، و72 طالبة) بمدرسة العزيز بالله الثانوية بنات، ومدرسة الأميرية الثانوية بنين- إدارة الزيتون، وذلك للعام الدراسي (2023 / 2024م)، وتتراوح أعمارهم من (16- 18) عاماً، وطُبِّقت عليهم أدوات الدراسة وهي مقياس إيمان الإنترنت ومقياس الأداء الأسري، وقد أُستخدم أسلوب تحليل الانحدار البسيط للتحقق من مدى تأثير إيمان الإنترنت على العلاقات الأسرية وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: لا يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير إيمان الإنترنت على العلاقات الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

## الكلمات المفتاحية:

إيمان الإنترنت، الأسرة، العلاقات الأسرية.

## مقدمة:

وعيوبه فالإنترنت عموماً وتطبيقات الشبكات الاجتماعية شبكات التواصل الاجتماعي خصوصاً و على قدر ما حققت للناس من تسهيلات و خدمات هائلة من معلومات و أفكار و صداقات ، إلا أنها في المقابل و بفضل مغرياتها وخدماتها المبهرة جعلت الفرد ينهر وينغمس في عالم خاص به ، و يبحر من خلالها إلى رغباته و ميوله ومن هنا ظهر نوع جديد من الاضطرابات لم يكن معروف قبل التسعينيات من القرن الماضي. فاختلف الباحثون حول مصطلح يعبر عنه؛ فاعتبره بعض الباحثين إدماناً للإنترنت، واعتبره آخرون استخداماً مفرطاً. (ملیكة العافري، ٢٠١٦، ص 14)

يرى (بشرى إسماعيل 2007) أن إطلاق مصطلح الشبكة العنكبوتية على شبكة الإنترنت، هو وصف دقيق لتأثير الإنترنت على مستخدميه. حيث إن البعض قد يقع في خيوط وشباك لا نهاية لها قد تدفعه إلى أن يفقد استقلاليتته ويصبح عبداً، بل وأسيراً لها تتحكم في كل أنشطة حياته وهو ما نطلق عليه إدمان الإنترنت.

ولقد أصبح استخدام الإنترنت وخاصة بين المراهقين والشباب من الظواهر التي يمكن للإنسان العادي أن يرصد انعكاساتها مع كل من يتعامل مع هذه الطبقة من المجتمع، فاستخدام الإنترنت أصبح بديلاً للتفاعل الاجتماعي، حيث أجمعت الدراسات في هذا المجال أن الاستخدام الفردي للإنترنت من خلال الحواسيب والهواتف الذكية يؤدي إلى الرغبة والميل للوحدة والعزلة للمراهقين والشباب مما يقلل من فرص التفاعل والنمو الاجتماعي والانفعالي الصحي (عبد

الإنترنت هو الوسيلة الرائعة الجديدة التي بدأت تشكل جزء رئيسي من حياتنا اليومية حيث يمكن للأفراد استخدام شبكة الإنترنت عبر وسائط متعددة سواء كان ذلك عبر جهاز الحاسوب الثابت أو المحمول، جهاز الهاتف المتنقل، أو غيرها من الأجهزة التي يصعب حصرها ولأن استخدام الإنترنت أصبح يشكل جزءاً من الحياة اليومية لهذه الفئة فقد أصبح الناس هذه الأيام يستخدمون الإنترنت أكثر مما كانوا يستخدمونه قبل سنوات عديدة، فنسبة المستخدمين في تزايد مضطرد، وقد تنوعت استخدامات الإنترنت التي شملت البحث عن المعلومات والمعارف والتسلية والترفيه مثل : (سماع الأغاني، ومشاهدة أفلام الفيديو، والمطالعة)، إلى التواصل مع الآخرين من خلال برامج المحادثات (Chatting) والبريد الإلكتروني (E-mail) وغيرها من الطرق (سيد فرج الله، 2020، ص256) واستخدام الإنترنت لا يمثل خطورة في حد ذاته على سلوك الأفراد إلا إذا أصبح هذا الاستخدام سلوكاً قهرياً يتعارض مع أنشطة الحياة اليومية والقيام بأعبائها؛ فالمشكلة لا تكمن في شبكة الإنترنت، بل في الأنشطة والمجالات التي يمكن الوصول إليها عبر الإنترنت، وضياع الوقت لتحقيق فوائد محدودة، وما يترتب على ذلك من الافتقار للوقت الكافي للقيام بالواجبات والمسؤوليات المنوطة بهم.

و بالرغم من أن الإنترنت تمكن من إذابة الحدود بين الدول وخرق الزمان والمكان ، ووفر انتشار المعلومات لكافة أنحاء العالم فأصبح العالم حقاً قرية كونية بكل سماته إلا أنه لكل تقدم تكنولوجي مميزاته

الغنى الحاورى، 2021، ص. 17؛ ربيحه نبار،  
2017، ص. 60)

تتضح الانعكاسات السلبية لإدمان الانترنت على الأسرة بالاغتراب، خاصة مع الفراغ الكبير الذي يعاني منه الأفراد كباراً كانوا أم صغاراً، بحيث أصبحوا جزءاً منها وتغيرت معادلتهم ورؤيتهم لأنماط التواصل الواقعي، واعتمادهم على العالم الافتراضي الذي تقدمه لهم تلك المواقع، والذي يوفر لهم الحرية المطلقة لعرض أفكارهم ومشاعرهم دون قيود للمكان أو الزمان، أو حتى لتقاليد المجتمع الذي ينتمون إليه أو حتى الصعوبة في الاستخدام؛ مما أدى إلى عزل الأفراد اجتماعياً وتفكيك العلاقات بينهم، وعزلهم عن بعضهم البعض وتوحدتهم مع هذا العالم الافتراضي ليصل إلى الوحدة الأساسية للمجتمع إلا وهي الأسرة والتي بتأثرها سلباً يتأثر المجتمع كله وينهار.

والأسرة - بشكل عام - وحدة من وحدات المجتمع التي باتت تستخدم هذه الوسائل الاجتماعية بشكل يومي وأصبح الأب والأم والأبناء والبنات منهمكين في استخدام هذه الوسائط الاجتماعية من بداية يومهم وحتى نهايته لا يبدئون يومهم إلا باستعراض آخر ما وصلتهم من رسائل، ولا ينامون إلا بعد متابعة جديدها، حتى أثناء الأكل وهي الأوقات الرسمية التي تلتقي فيها الأسرة يتناول الأب أو الام أو أحد الأبناء الأكل بيده اليمني، وفي يده اليسرى يحمل الموبايل ويتصفح جديد المجموعات ويرد على رسائل الأصدقاء (مليكة العافري، 2016، ص 10 ) مما أدى إلى فتور العلاقات داخل الأسرة وأصبحت في حدودها الدنيا، واختفت الكثير من اللقاءات

والاجتماعات والحوارات الأسرية التي كانت تعقد داخل الأسرة قبل ظهور هذه الوسائل، بل انقرضت الكثير من الأنشطة الثقافية والعلمية والترفيهية والدينية التي كانت تجمع الأسرة وهو الأمر الذي يستدعي من الباحثين والمختصين الاهتمام بدراسة هذه المشكلة في محاولة منهم لتقديم رؤى تتجاوز هذه التعقيدات ولا تقفز على معطيات العصر ومتطلباته.

مما أدى تدريجياً إلى تغير مفهوم الأسرة وتغير الحس الاتصالي بين مختلف أقطاب الأسرة، وهو ما يتجلى من خلال تغير أساليب التعامل والاتصال والتفاعل بين أفراد الأسرة وتذبذب معدلات مناقشتهم وحواراتهم عكس ما كان عليه في السابق، حيث كانت قديماً متلاحمة ومتماسكة يسودها الحوار وتبادل أطراف الحديث، ولكن الملاحظ الآن أن ذلك التفاعل والتواصل والتجمع يكاد ينعدم في أغلب الأسر لذا تحاول الدراسة الحالية بحث تأثير إدمان الإنترنت على العلاقات الأسرية

### مشكلة الدراسة:

أحدثت التطورات التكنولوجية التي عرفت منتصف عقد التسعينات من القرن الماضي نقلة نوعية وثورة حقيقية في مجال الاتصال وتقنية المعلومات حيث أصبح التغيير سمة من سمات العصر، فقد سهلت هذه التغيرات جميع الأنشطة السياسية والاقتصادية والثقافية والتكنولوجية نتيجة لما قدمه الانفجار المعرفي للعديد من الاختراعات التي استفاد منها الانسان المعاصر وأدت إلى إحداث تغيرات جذرية في جميع مناحي الحياة لكل

المجتمعات على اختلاف ألوانها ومستوياتها (قواسمية ليندة، سوامية قمر 2022، ص3-4) ويعتبر الانترنت من أهم هذه الإنجازات وأوضحها والذي أصبح يشكل ضرورة من ضروريات الحياة المعاصرة ووسيلة مهمة في عملية التواصل الاجتماعي التي لا يمكن الاستغناء عنها، فهو عبارة عن شبكة ضخمة يربط بين ملايين من أجهزة الحواسيب وملايين من البشر، غير في سنوات قليلة نمط الحياة العصرية مستحدثة مفاهيم جديدة لم تكن مستخدمة من قبل، حيث أصبح الأفراد يعملون على شبكة الأنترنت وكأنهم مجتمعين في مكان واحد يتحدثون ويتنافسون ويتبادلون الآراء والمعلومات فغير بذلك شكل الكون وقلبت المفاهيم، فلم تعد للمسافات أهمية ولم يعد للجغرافيا المكانية أو عامل الزمن حكم كما غيرت من طرق تفاعل الناس زمنياً ومكانياً وجعل بذلك العالم بأسره أشبه بالقرية، وهو المفهوم الذي أشار إليه العالم الكندي " مارشال ماكلوهان" بقوله إن وسائل الإعلام الإلكترونية حولت العالم إلى قرية عالمية تتصل جميع أجزائها ببعضها البعض، وأدت بذلك إلى قفزة نوعية في مجال التكنولوجيا والاتصال الحديثة. (قواسمية ليندة، سوامية قمر، 2022، ص3)

وقد امتد تأثير هذه التقنية التي شملت جميع جوانب الحياة ومختلف المؤسسات الاجتماعية وبطبيعة الحال لم تسلم الأسرة بوصفها البنية الأولى في بناء المجتمعات الذي تقوم عليه منذ بدء التاريخ حتى اليوم من غزوها، فتأثرت بالتقدم التقني من حيث بنائها ووظائفها وأشكال التواصل بين أفرادها (سهيلة بيشاري، وسلمى عبيد، 2019، ص4)

وقد عرفت العلاقات الأسرية في مجتمعاتنا العربية الإسلامية، تغيراً كبيراً على أثر التأثيرات المختلفة لمواقع التواصل الاجتماعي، فانصرف أفراد الأسرة، أو بعضهم، إلى تكوين علاقات جديدة بعيداً عن أفراد أسرته، وهذا من خلال التعامل مع فئات مختلفة من الناس، من أديان وجنسيات وثقافات مختلفة. وقد أسهمت شبكات التواصل في إعطاء الأبناء نمطاً جديداً من الحرية، مغايراً لما اعتادوا عليه داخل أسرهم، أتاحت لهم انتهاج بعض السلوكيات المحظورة داخل الإطار الأسري، علماً أن لكل أسرة نمطها الحياتي الخاص، والذي يبنى أساساً على علاقة أفرادها بعضهم ببعض، ويكون للأبوين فيها السلطة على الأبناء بما يبثون في أبنائهم من قيم وأسس تربوية سليمة، تكون الدعامة والأساس الذي يخرج به الأبناء إلى المجتمع. (ربيعه نبار، 2017، ص.5).

مما قد يؤدي إلى حدوث شرخ وقطيعة في العلاقات داخل الأسرة، من هنا برزت ضرورة دراسة موضوع: إدمان الإنترنت وأثره على العلاقات الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية، والذي يعتبر موضوع هام يتعلق بواقع كل الأسر في وطننا العربي، ومن ثم تتلخص مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة على السؤال التالي.

- ما مدي تأثير إدمان الإنترنت على العلاقات الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

#### أهداف الدراسة:

1-دراسة أثر استخدام الإنترنت على العلاقات الأسرية.

2- دراسة أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات الأسرية.

3- الكشف عن الآثار الإيجابية والسلبية لاستخدام الأسرة لشبكة الانترنت.

### أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة النظرية في:

1- أنها تشمل على متغيرين ذوي أهمية ضرورية وهما العلاقات الأسرية وإدمان الانترنت

2- الدراسة الحالية لها أهمية كبيرة في مجال الإعلام الجديد والتي تدور حول استخدام الانترنت وأثره على الأسرة.

الأهمية التطبيقية للدراسة: -

1- إبراز تأثير تكنولوجيا الاتصال الحديثة على الاتصال داخل الأسرة.

2- تتمثل أهمية الدراسة أيضا في تطرقها للأسرة باعتبارها بيئة اجتماعية، فهي تعتمد على الاتصال بين أفرادها لخلق التواصل بينهم والمحافظة على العلاقات الأسرية.

3- توضيح الآثار الإيجابية والسلبية على الأسرة في ظل وجود الانترنت وتوجيه أفراد الأسرة إلى ضرورة الاتصال والتواصل فيما بينهم.

4- التعرف على مواقع التواصل الاجتماعي باعتبارها بيئة افتراضية تربط بين الأفراد من أماكن متباعدة ليسهل عملية التواصل فيما بينهم.

### مصطلحات الدراسة

1- إدمان الإنترنت Internet Addiction : تعرفه الجمعية الأمريكية بأنه "استخدام الانترنت بما يتجاوز 38 ساعة أسبوعيا لغير حاجة العمل مع الميل إلى زيادة ساعات استخدام الانترنت لإشباع الرغبة نفسها التي

كانت تشبعها من قبل ساعات أقل، مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية عند انقطاع الاتصال، منها التوتر النفسي الحركي، والقلق، وتركيز التفكير بشكل قهري حول الأنترنت" (عصام منصور، عبد الله البدوي، 2011، ص334).

التعريف الإجرائي لإدمان الإنترنت: "إدمان سلوكي يتضمن فقدان السيطرة وفقا للمعايير الآتية: فقدان السيطرة على مقدار وقت استخدام الإنترنت، ومواجهة ضغط واضح، واستهلاك للزمن، ومواجهة الفرد لمشكلات اجتماعية ومهنية ومالية".

### 2- الأسرة The family:

تُعرف الأسرة بأنها "الوحدة الاجتماعية الأولى التي تهدف إلى المحافظة إلى النوع الإنساني وتقوم على المقترضات التي يرتضيها العقل الجمعي والقواعد التي تقرها المجتمعات المختلفة" (نسرین بن عبود، 2016، ص9).

### 3- العلاقات الأسرية: family relationships

تُعرف بأنها "دراسة وفهم التفاعلات داخل الأسرة وتحديد الدور والوظيفة التي تقوم بها كل من الأفراد المتفاعلون داخل التكوين الأسري فكل فرد منهم (الزوج، الزوجة والأبناء) له دور خاص يقوم به" (قواسمية ليندة وسوالمية قمر، 2022، ص. 60-62).

ويعرفها "موسى عبد الفتاح": "بأنها العلاقات الوثيقة التي تنشأ بين الأفراد الذين يعيشوا معا لمدة طويلة وتقوم على الالتزام بالحقوق والواجبات مما يؤدي الى الشعور بالتماسك والصلابة (قواسمية ليندة وسوالمية قمر، 2022، ص.10).

ويمكن تعريفها إجرائياً بأنها "الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب في مقياس الأداء الأسرى".

## حدود الدراسة:

الحدود المكانية

تحدد الدراسة الحالية بالعينة طلاب مدرسة الاميرية الثانوية بنين إدارة الزيتون (43 طالب) (72 طالبة) مدرسة العزيز بالله الثانوية بنات إدارة الزيتون وبالأدوات المستخدمة مقياس ادمان الانترنت ومقياس الأداء الاسرى

الحدود الزمنية العام الدراسي (2023-2024)

الإطار النظري للدراسة:

مفهوم إدمان الإنترنت

إن الإنترنت أضخم شبكات الاتصالات في العالم، تضم الملايين من الحاسوب متصلة مع بعضها عن طريق خطوط هاتفية على مدار الساعة ومن خلالها يحصل المستخدم على الصوت والصورة، والمعرفة والاتصال مع الآخرين إضافة إلى نتائج البحوث والأخبار اليومية وتصفح الجرائد وإجراء المحادثات مع الأصدقاء، ولا توجد قيود

على نوعية المعلومات المراد الحصول عليها من الشبكة (جواد فطير، 2001، ص. 10-11).

وعرفه " Mustafa (2018) بأنه: " حالة من الاستخدام المفرط والمطول لشبكات ومواقع الانترنت التي تؤدي إلى الاضطرابات النفسية والسلوكية والانفعالية مؤثرة على الحياة النفسية والجسمية والاجتماعية للفرد المدمن. (إقرمود جويده، سمائل ويزة، 2022، ص.40)

أشار (2006) Pierree أن العلماء اختلفوا في استخدام مفهوم الإدمان على شبكة الإنترنت ، حيث اعترض البعض على أن الشخص يعتبر مدمنا إذا استخدم الإنترنت بشكل زائد عن الحد فالشبكة ليست عادة ، إنما

هي ميزة للحياة الحديثة لا يمكن الاستغناء عنها، واعتبروا أن "الإنترنت" عبارة عن بيئة و لا يمكن الإدمان علي بيئة، غير أن الدراسات و البحوث الأخيرة و التي قامت بها مراكز متخصصة أكدت أن الإدمان على الإنترنت أصبح واقعا وحمى مرضية ، عكف الأطباء النفسانيون البحث عنها وعن مخاوف الاستعمال المفرط والمبالغ للشبكة، وأصبحت تسميات تطلق على من يببالغ استعمالها مثل : الإدمان على الإنترنت الاستخدام الباثولوجي للإنترنت ، أو الاستخدام القسري للإنترنت . (إقرمود جويده، سمائل ويزة، 2022، ص.40)

ونبنى التعريف الإجرائي لإدمان الإنترنت الذي أوضحه حسام الدين محمود عزب (2001) بأنه "متلازمة الاعتماد النفسي للمداومة على ممارسة التعامل مع شبكة الإنترنت لفترات طويلة ومتزايدة ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية بل على حساب هذه الضرورات وغيرها مع ظهور المحكات التشخيصية المألوفة في الإدمان التقليدي، من قبيل التكرارية والنمطية والإلحاح والحروب والانسحاب من الواقع الفعلي إلى واقع افتراضي، كما يكون السلوك في هذه الحالة قهريا عنيدا ومتشبثا بحيث يصعب الإقلاع عنه دون معونة علاجية للتغلب على الأعراض الإنسحابية النفسية (حسام الدين وآخرون 2016، ص337).

البعد الأول: السيطرة أو البروز Salience

ويعرف بأنه" بأنها سيطرة استخدام الإنترنت على تفكير الفرد وانشغاله الزائد وشعوره باللهفة لاستخدام الإنترنت الذي أصبح من أهم الأنشطة التي يقوم بها الفرد ."

البعد الثاني: التحمل Tolerance

ويعرف بأنه " بأنه زيادة الفرد لمقدار استخدام الإنترنت للحصول على الراحة والسعادة من استخدامه ".

### البعد الثالث: الأعراض الإنسحابية Withdrawal Symptoms

ويعرف بأنه " بأنها الأثار النفسية أو الفسيولوجية التي تحدث عن التوقف أو التقليل من استخدام الفرد.

### البعد الرابع: الصراع Conflict

ويعرف بأنه " الصراع الذي يحدث بين الفرد وذاته أو بين الإنترنت والأنشطة الأخرى أو بين الفرد والبيئة المحيطة".

### البعد الخامس: الانتكاس Relapse

ويعرف بأنه: الرغبة الملحة للعودة مرة أخرى وزيادة الاستخدام بصورة أكبر لتفادي الأثار الناتجة عن الانقطاع عن استخدام الإنترنت لفترة.

بعد الاطلاع على مفهوم وتعريف ادمان الإنترنت نستنتج أن إدمان الإنترنت يشير إلى التعلق الشديد بالاستخدام المفرط للإنترنت، مما يؤثر سلباً على الحياة الشخصية والاجتماعية والمهنية للفرد. قد يتضمن ذلك الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي، والألعاب عبر الإنترنت.

### تشخيص إدمان الإنترنت:

ووضع العلماء عدة محكات لتشخيص إدمان الإنترنت هي:

1- الانعزال عن الأسرة والأصدقاء

2- نقص الاهتمام بالأنشطة الاجتماعية والدراسية والمهنية

3- الاحساس بالإثارة عند الانغماس في فعاليات الإنترنت

4- الانغماس في استخدام الإنترنت وتناسى الوقت المحدد لاستخدامه (فقدان السيطرة، والاكتئاب، والقلق والتوتر إذا انقطع الإنترنت) (سيد فرج الله، 2020، ص. 272-273).

بعد الاطلاع على تشخيص إدمان الإنترنت نستنتج أن تشخيص إدمان الإنترنت يتطلب تقييماً من قبل متخصص في الصحة النفسية، ويمكن أن يتم استخدام معايير معينة مثل الاستخدام المفرط، والانسحاب عن الأنشطة اليومية

### أعراض إدمان الإنترنت:

1-الاكتئاب والإحباط:

من أبرز الأعراض التي تظهر لدى الشخص المدمن لوسائل التواصل الاجتماعي الاكتئاب والشعور بالإحباط، فالشخص المفرط في استخدامها، هو أكثر الأشخاص عرضة للمشاكل والاضطرابات النفسية مثل: القلق والاكتئاب لأنه كلما زاد من إفراطه في الاستخدام كلما تراجعته مهاراته الاجتماعية والشخصية والأسرية، الأمر الذي يؤدي به إلى مواجهة صدمات نفسية مع المجتمع والأسرة والمحيطين به، لتتحول تلك الصدمات إلى حالة من الاكتئاب.

ومن علامات الإدمان إصابة الشخص المدمن بالتوتر والعصبية إن توقف الانترنت، أو لم يتمكن من الدخول إليه نتيجة لعطل أو خلل في الجهاز أو أي شيء آخر، فيجد نفسه متوتراً وضيقاً وغير قادر على الاسترخاء حتى يتمكن من الدخول إلى الانترنت. (صبا منير، 2018؛ عبد الغني احمد، 2021، ص. 95-96)

2-العزلة الاجتماعية والشخصية الإنسحابية:

من الأعراض التي يسببها الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي انخفاض مستوى الاندماج والمشاركة

الاجتماعية، والاتصاف بالشخصية الإنسحابية التي يرافقها إحساس بضعف مهارات التواصل الاجتماعي. فالناس بحاجة إلى أن يروا بعضهم البعض، ويتكلموا مع بعضهم البعض ويشعروا ببعضهم البعض ويلمسوا بعضهم بعضاً في أحيان ما وهذه المسائل غير واردة مطلقاً على وسائل التواصل الاجتماعي. (جواد فطير، ص. 123؛ عبد الغني احمد، 2021، ص. 95-96).

3- فقدان العديد من الهويات والمهارات نتيجة لأن الهدف الرئيس للشخص المدمن الهروب من الواقع، بمعنى أن ذلك الواقع يتطلب منه تحمل مسؤولياته الاجتماعية والأسرية والدراسية وغيرها من المسؤوليات التي تحتاج إلى تطوير مهاراته الذاتية لتواكب تلك المسؤوليات، ونتيجة لأنه يرفض ذلك التطوير - حتى وإن لم يعي ذلك الرفض - فإن تلك المهارات في تراجع مستمر، فالعصر بتغييراته المستمرة وتطوراته الهائلة تحتم على الشخص تطوير ذاته بشكل مستمر ليواكب ذلك العصر وإلا سيجد نفسه في يوم من الأيام خارج إطار الزمن بعيداً عن إيقاعاته (عبد الغني الحاوري، 2021، ص. 93).

5- الشعور بالحاجة إلى المزيد من الوقت: يشعر المدمن بالحاجة المستمرة إلى المزيد من الوقت على وسائل التواصل الاجتماعي، حتى ولو سبق لأن قضى وقتاً طويلاً، إلا أنه يشعر بالرغبة في العودة مرة أخرى والاستمرار في استخدام تلك الوسائل، ولذلك فهو غير قادر على التحكم في الوقت الذي يقضيه فهو يدخل على هذه المواقع بنية البقاء لساعة أو ما يقاربها، إلا أن الساعات تمشي عليه الواحدة تلو الأخرى دون التمكن من التحكم في ذلك الوقت المهدور، وكلما حاول التوقف عن الاستخدام راودته أفكار ترغبه في الاستمرار في استخدام تلك الوسائل.

وفي نظر عالمة النفس الأمريكية "كميرلي يونج" وهي أول من أهتم بإدمان الأنترنت فإن استخدامه لأكثر من 38 ساعة أسبوعياً يعد مؤشراً على الإدمان (فاطمة محمد، 2014، ص. 38؛ عبد الغني الحاوري، 2021، ص. 94).

6- إخفاء الفترة الحقيقية: المدمن على وسائل التواصل الاجتماعي لا يستطيع إعطاء الحقيقة لأسرته وأقاربه عن الوقت الحقيقي الذي يقضيه مع هذه الوسائل، لأنه يشعر بالتأنيب المستمر لذا

4- مشكلات عديدة مع الأسرة والمجتمع: يؤدي الإدمان بالفرد إلى أن يدخل في مشاكل مختلفة مع كل من يحيط به من أخوه ووالدين ومجتمع ومدرسة، فهو في صراع دائم لأنه يقصر في دوره الأسري، وفي دوره الاجتماعي، يقصر حتى مع نفسه ولا يدرك أو لا يريد أن يدرك أنه مقصر، هذا التقصير هو الذي يدخله في مشاكل مستمرة، مع كل من يحيط به لأنه انكفاً على ذاته واغترب عن أسرته ومجمعه. وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن الوقت الذي يقضيه الأفراد مع وسائل التواصل المختلفة لا يساعدهم في التعرف على مشاكل

المشكلات عديدة مع الأسرة والمجتمع: يؤدي الإدمان بالفرد إلى أن يدخل في مشاكل مختلفة مع كل من يحيط به من أخوه ووالدين ومجتمع ومدرسة، فهو في صراع دائم لأنه يقصر في دوره الأسري، وفي دوره الاجتماعي، يقصر حتى مع نفسه ولا يدرك أو لا يريد أن يدرك أنه مقصر، هذا التقصير هو الذي يدخله في مشاكل مستمرة، مع كل من يحيط به لأنه انكفاً على ذاته واغترب عن أسرته ومجمعه. وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن الوقت الذي يقضيه الأفراد مع وسائل التواصل المختلفة لا يساعدهم في التعرف على مشاكل



ذلك من خلال التدخين، أو الكحول، أو الجنس، أو الشبكات الاجتماعية.. وبدلاً من مواجهة هذه الضغوط والتحديات بروح قوية وعزيمة لا تتزعزع (يوسف قدوري، 2015، ص.283).

## ٢- الشخصية العصابية

من الممكن أن يقع الشخص ذو الشخصية العصابية ضحية للإدمان بسهولة أكثر من الشخص الذي يتمتع بشخصية متوازنة وطبيعية ومتكاملة، كما أن الشخص الذي يتمتع بالتوازن والانسجام العاطفي يكون أقل عرضة للإدمان من الشخص الذي يعاني عاطفياً. أكدت بعض الدراسات وجود علاقة وثيقة بين الشخصية العصابية والوحدة النفسية من جهة، والإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي والإنترنت من جهة أخرى. (يوسف قدوري، 2015، ص.283).

## ٣- الافتقار للحب

إن انعدام العواطف يجعل المراهقين يشتهون الرضا الخيالي واللذة المؤقتة، ويتخلصون من الرغبات الدفينة ويعبرون عنها في غرف الدردشة، ويتخلصون من عبء الغضب والقهر والعدوان. الإدمان من الناحية العاطفية يمكن أن يشير إلى خيبة الأمل ونقص الجانب العاطفي لدى الفرد. ولهذا يبحثون عن هذا الرضا عبر شبكات التواصل الاجتماعي، عبر التواصل مع الجنس الآخر، ربما لإرضائهم (حمودة سليمة، 2015، ص.215).

## ٤- فقدان الصحة النفسية

فهو يحاول دائماً الكذب عليهم، وإظهار عدم اكتراثه بوسائل التواصل الاجتماعي. تلك كانت أهم الأعراض التي يعاني منها المدمن على وسائل التواصل الاجتماعي، ويجب الإشارة إلى أن هناك فرق بين من يستخدم وسائل التواصل الاجتماعي لان عمله يتطلب ذلك، وبين من يستخدمها بدون هدف، فبعض الأشخاص الذين ربما يعد ذلك جزءاً من عملهم ووظيفتهم التي تتطلب تواصل مع الزبائن أو المشتركين، ولذا فلا يعد مثل هؤلاء الأشخاص مدمنون لأنهم لا يشعرون بالقيود التي تلفهم من كل جانب، فبمجرد الانتهاء من تلك المهام الموكلة إليهم بإمكانهم القيام بأعمالهم الطبيعية دون الدخول القسري لتلك الوسائل كما هو بالنسبة للمدمن (عبد الغنى الحاوري، 2021، ص.94).

## أسباب الإدمان:

هناك العديد من الأسباب التي يمكن ان تقف خلف وقوع الفرد في إدمان الإنترنت ويمكن تقسيمها إلى:

### ١- الهروب من الواقع

ينتج الإدمان عن عدم قدرة الشخص على التعامل مع واقعه، حيث أن الحياة بشكل عام تحمل العديد من التحديات التي يواجهها كل فرد ويواجه العديد من الضغوطات بشكل يومي لم يكن يتوقعها، والضغوط من الأصدقاء والأسرة والمجتمع والعمل، بالإضافة إلى ذلك القيود الأكاديمية والسياسية والمالية وغيرها الكثير، ولأن الكثير من الناس لا يعرفون كيف يواجهون هذه القيود فإنهم يعلنون عدم قدرتهم على مواجهتها، وتعبيراً عن هذا العجز يتجهون إلى تدمير الذات. سواء كان

وجدت بعض الدراسات أن فقدان الصحة النفسية ومشاعر القلق والاكتئاب والعزلة الاجتماعية الناتجة عن إساءة استخدام شبكات التواصل الاجتماعي تؤدي إلى الإدمان النفسي على الإنترنت (إدمان السعادة)، مما يجعل الفرد يشعر بالإدمان. وهذا يؤدي إلى الشعور بالسعادة المؤقتة (عبد الغني احمد، 2021، ص. 99-100) (ثريا محمد سراج، 2007، ص. 25).

#### 5-البطالة

يجد البعض في وسائل التواصل الاجتماعي مكاناً لقضاء وقت الفراغ، فربما لا يجد عملاً، أو أن لديه وقتاً طويلاً لا يدري أين ينفقه، ولذا فهو يتجه لتبديده منتقلاً بين هذه الوسائل الاجتماعية، ومن هنا تبدأ المشكلة وتظهر الانحرافات، فالشخص العاطل عن العمل، أو الذي لا يحمل أهدافاً في حياته هو الأكثر عرضة لكل أنواع المشاكل، والانحرافات والأمراض النفسية والعضوية (عبد الغني الحاوري، 2021، ص. 98).

#### العوامل المسببة لإدمان الإنترنت:

من العوامل المسببة في الإدمان على الإنترنت، هي ما يلي:

- 1- انتشار مفاهيم الإنترنت وتوفير السيولة المالية للمراهقين. (يوسف قدوري، 2015، ص. 283)
- 2- التأثير بثقافات أخرى خاصة في عصر التطور الهائل في الاتصالات. (جواد فطاير، 2001، ص. 124).
- 3- تأثير جماعة الأقران والأصدقاء خاصة إن كانوا مدمنين على الإنترنت.

4- المفهوم السلبي للتحضر والقابلية للاستهواء. (جواد فطاير، 2001، ص. 123، عبد الغني احمد وآخرون، 2020، ص. 95-96)

5- الافتقار للسند العاطفي عند المراهقين يجعلهم يلهثون وراء الإشباع الوهمي واللذة المتوقعة من خلال الدردشة مع الغرباء. (عبد الغني احمد وآخرون، 2020، ص. 99-100؛ ثريا محمد سراج، 2007، ص. 25).

6- إطلاق الرغبات النفسية والتعبير عنها عبر فرق الدردشة التي توفر للشباب فرصة ذهبية للتخلص من القيود المجتمعية الصارمة.

7- توفر غرف الدردشة وسيلة للتفريغ الانفعالي وتفريغ شحنات الغضب والكبت والعدوانية، لذلك تصبح تلك الغرف الملاذ الآمن والمنفذ الأكبر، لما يعترى النفس من مكبوتات اللاشعور. (حمودة سليمة، 2015، ص. 215).

8- يحاول الفرد من خلال الإنترنت التخلص من حالات القلق النفسي وضغوطات الحياة اليومية. (إقرمود جويده، وسمائل ويزة، 2022، ص. 85)

اسباب ومسببات الانترنت نري أنها تزيد بسبب توفر العديد من العوامل الرئيسية للإدمان على الإنترنت، مثل التحول الرقمي الذي أدى إلى انتشار استخدام الإنترنت في جميع جوانب الحياة، بالإضافة إلى التوافر السهل والمستمر للإنترنت عبر الأجهزة الذكية والأجهزة الإلكترونية. كما يساهم الهروب النفسي والبحث عن التسلية والتواصل الاجتماعي في استخدام الإنترنت كوسيلة للهروب من الواقع والبحث عن تجارب جديدة.

#### مراحل إدمان الإنترنت:

حدد (عبد الغني احمد وآخرون، 2020، ص. 95 - 96؛ سيد فرج الله، 2020، ص. 273).

ثلاث مراحل يمر بها الأفراد في استكشافهم للإنترنت تشمل:

1- مرحلة الاستحواذ أو الافتتان Enchantment or Obsession

تحدث عندما يكون الفرد واداً جديداً على الإنترنت أو أنه مستخدم موجود يحدث نشاطاً جديداً، هذه المرحلة تمتاز بأنها مسببة للإدمان للأفراد بدرجة عالية حتى الوصول الى المرحلة الثانية.

2- مرحلة التحرر Disillusionment Stage

وفي هذه المرحلة يصبح الأفراد غير مهتمين بالنشاطات التي كانوا يدخلون بها كما كانوا سابقاً، وحالما يصل الفرد إلى هذه المرحلة يمكنه أن يصل بسهولة إلى المرحلة الثالثة.

3- مرحلة التوازن Balance Stage

وفي هذه المرحلة يتلخص الاستخدام المعياري للإنترنت، ويكون الوصول إليها في فترات مختلفة من قبل الأفراد، وهذه المراحل يمكن أن تعاد في دورتها إذا وجد الفرد نشاطاً جديداً مثيراً.

**أنواع الإدمان على الإنترنت:**

1- إدمان المواقع الجنسية

يقع بعض الشباب والمراهقين ضحية الإدمان على المواقع ذات المحتوى الجنسي أو المواقع ذات الدلالات الجنسية، مثل: رقص وصور للفنانين وعارضات الأزياء ومسابقات ملكات الجمال. (مليكة العافري، 2016، ص. 27)

2- إدمان المحادثات

يدمن بعض الشباب الدردشة سواء مع أشخاص من نفس الجنس أو الجنس الآخر، رغم أن غالبية الدردشة مع أشخاص من الجنس الآخر تكون لبناء علاقات عاطفية وسماع عبارات العاطفة والحب.

3- إدمان الألعاب الإلكترونية

ويعتبر هذا النوع من الإدمان أقل ضرراً من إدمان مواقع الجنس أو إدمان الدردشة، إلا أنه من الممكن أن يسبب بعض الضرر للمدمن، مثل الركود العقلي وتبدل المشاعر لأن هذا الإدمان يسبب للشخص التوقف عن تطوير.

4- إدمان المعلومات والاعخبار

ويعتبر هذا أقل أنواع الإدمان ضرراً حيث يدمن الإنسان متابعة الأخبار والأحداث، سواء كانت سياسية مثل الحروب والمشاكل والصراعات وكل ما يتعلق بالتغيرات السياسية، أو فنية. (عبد الغني احمد وآخرون، 2020، ص. 95-96)

نري ان تتوع أنواع الإدمان على الإنترنت يمكن أن يزيد من خطورته وانتشاره، حيث يمكن للأفراد الوقوع في فخ الإدمان بسبب التسلية عبر الألعاب الإلكترونية المثيرة، أو التواصل المستمر عبر وسائل التواصل الاجتماعي، أو الانغماس في المحتوى الغير أخلاقي على الإنترنت.

**النتائج المترتبة على إدمان الإنترنت:**

هناك العديد من النتائج المترتبة على إدمان الإنترنت، حيث أن الاستخدام المفرط يتسبب في العديد من المشكلات، وتتحصر المشكلات التي يتعرض لها مدمنو الإنترنت في المجالات الآتية:

1- مشكلات أكاديمية: مثل صعوبات الدراسة والاستذكار الجيد، وإهمال الواجبات المنزلية.

## ٢- النظرية السلوكية - المعرفية Cognitive Behavioral Theory

نظرية سلوكية معرفية عن الاستخدام المفرط للإنترنت يرى فيها أنه ينشأ من نمط فريد من الإدراكات والسلوكيات المرتبطة بالإنترنت. فدوره المكافئة في الدماغ تنشأ بطريقة اعتيادية عن طريق المعززات الايجابية الطبيعية كالماء والطعام والجنس والتي تعد ضرورية للبقاء، ومن ناحية ثانية فإن المعززات غير الطبيعية مثل : المخدرات والكحول والقمار والإنترنت هذه يمكن أن تعمل بقوة أكبر مما يجعل الأفراد يرفضون العمل والطعام والجنس وحتى الصحة، ووفقاً لفرضية تناقص المكافئة Reward Deficiency فإن الأفراد الذين يحصلون على رضا أقل من المواقف الطبيعية يميلون لتحسين الإثارة عن طريق المكافأة ويوفر الإنترنت مكافأة مباشرة تحاكي التحفيز الذي توفره الكحول أو المخدرات.

## ٣- نظرية البحث عن الإثارة Sensation Seeking Theory

استخدام الإنترنت يرتبط بسلوك البحث عن الإثارة والذي يعد سمة فرعية من الاندفاعية Impulsivity التي ينظر إليها على أنها عامل مخاطرة لتطويع الإدمان على الإنترنت، فالأفراد الاندفاعيون يميلون لاستخدام الإنترنت كونه وسيلة لتحصيل الإثارة وربما يصبحون مدمنين على هذه الوسيلة.

## ٤- نظرية الديناميات النفسية والشخصية The Psychodynamic and personality Theories

2- مشكلات أسرية: مثل اضطراب العلاقات الزوجية، والعلاقات الأسرية والصداقات المقربة.

3- مشكلات مالية: ناتجة عن الأموال التي تهدر على استخدام الإنترنت ومتابعة المتاجر الإلكترونية

4- مشكلات مهنية: مثل التغيب عن العمل، وقلة الإنتاج، واضطراب العلاقات مع الزملاء، والرؤساء.

5- مشكلات جسدية: وتشمل آلام الظهر والرقبة، والصداع الشديد، آلام الرسخ واليدين، ومشكلات الرؤية اضطرابات النوم والأرق. (سيد فرج الله، 2020، ص. 274، 275)

الإدمان على الإنترنت يمكن أن يؤدي إلى آثار سلبية مثل الانغماس المفرط في استخدام الإنترنت يمكن أن يؤدي إلى الانعزال الاجتماعي، حيث يقضي الفرد وقتاً طويلاً على الإنترنت بدلاً من التواصل مع الآخرين في الواقع.

## النظريات المفسرة لإدمان الإنترنت - :

وهناك العديد من النظريات التي تفسر الإدمان على الإنترنت ومنها ما يلي:

### ١- نظرية التعلم Learning Theory

تؤكد نظرية التعلم على التأثيرات الايجابية لاستخدام الإنترنت والتي يمكن أن تثير مشاعر بالسعادة والنشاط لدى المستخدم وفق العمل على مبدأ الاشتراط الإجرائي Operant-Conditioning فاستخدام الإنترنت من قبل الأشخاص الخجولين أو القلقين لتجنب المواقف المثيرة للقلق مثل التفاعلات وجها لوجه يميل إلى تعزيز استخدام الإنترنت من قبل هؤلاء الأشخاص.

بإمكان المدمنين على الإنترنت أن يتعاملوا تدريجياً مع تناقص السلوك.

## ٢- مجاميع الدعم Support Groups

إن الناس الذين ينقصهم الدعم الاجتماعي قد يتحولون إلى الإنترنت كونه وسيلة لتشكيل العلاقات، فإذا أدى هذا إلى استخدام الإنترنت الإدماني فمن المهم أن نساعدهم على الاندماج في حلقة اجتماعية مع الآخرين بمواقف مشابهة لتحسين شبكة العلاقات الاجتماعية في حياتهم الواقعية وهذا يساعدهم على تقليل الاعتماد على الإنترنت كونه وسيلة للحصول على ما يفقدونه في حياتهم الواقعية.

إن البرامج التي تستخدم مع الإدمان على الكحول أو المخدرات يمكن أن تساعد مدمني الإنترنت في التغلب على مشاعرهم واحساسهم بعدم الكفاءة وأن يشاركوا مشاعرهم ووجهات نظرهم مع أشخاص آخرين وهذا سوف يعطيهم الدعم والتوجيه الذي يحتاجونه لتحسين حالتهم، وتوفر مجموعات الدعم تثقيفه حول الإدمان على الإنترنت ونصائح للتحكم به وإدارته وتصف المجموعات نفسها على أنها تهدف إلى تعزيز صحة وسعادة الأفراد المدمنين على الإنترنت.

## ٣- العلاج الأسري Family Therapy

من المحتمل أن يتلاشى الإدمان على الإنترنت بواسطة العلاقات الأسرية إذ ينبغي يكون التدخل الأسري جزءاً من العلاج الفردي، فهذا يمكن أن يتقف أفراد الأسرة حول الإدمان ويقلل اللوم الملقى على مدمن الإنترنت ويسهل عودته إلى حياته الأسرية السليمة.

إن التفسير الذي تطرحه نظريات الديناميات النفسية والشخصية عن الإدمان على الإنترنت يتعامل مع الفرد وخبراته، فالاعتماد على أحداث الطفولة التي يمكن أن تؤثر في الأطفال كونهم أفراداً وتؤثر في تطور سمات شخصياتهم قد تجعلهم أكثر ميلاً أو أكثر عرضة لتطوير سلوكيات دينامية، فالمهم في القضية هو ليس الموضوع أو النشاط المدمن عليه بل هو الشخص نفسه والأساس الذي أصبح في ظله مدمناً.

ويعد تقدير الذات في مرحلة الطفولة من العوامل المهمة في تطوير شخصية ناضجة في مرحلة الرشد وأن غياب الدعم الوالدي والأسري عموماً قد يتسبب في تقدير ذات منخفض وهذا بدوره يؤدي إلى مشاعر الإحساس بعدم الكفاءة وفقدان القيمة؛ مما يقود الأفراد للتحول والانتقال إلى الإنترنت كونه أسلوباً للهروب من الواقع ولإيجاد عالماً آمناً يكونون غير مهددين به أو يخلو من التحديات، مما يجعل لديهم نزوع أكبر للإدمان على الإنترنت وأن الأشخاص الخجولين يستخدمون الإنترنت لتخطي النقص لديهم في المهارات الاجتماعية وفي قدرتهم على الاتصال مع الآخرين. (سيد فرج الله ، 2020 ، ص. 275-276)

## استراتيجيات معالجة الإدمان على الإنترنت - :

لقد وجدت أساليب عدة لعلاج الإدمان على الإنترنت منها ما يلي:

### ١- الحمية Dietin :

هو علاج يماثل برنامج جماعي بـ (12) خطوة يمكن أن يطور من نموذج اضطراب الطعام ولذلك يصبح

## ٤- العلاج السلوكي Behavioral Therapy

قدمت يونج (Young, 1999) عدداً من الاستراتيجيات السلوكية - Behavioral Strategies لعلاج الإدمان على الإنترنت وذلك على النحو التالي:

### (١) جرب العكس Practice The opposite

تقضى هذه الاستراتيجية تحديد النمط الدقيق لاستخدام الإنترنت للأفراد ثم إيقاف روتين استخدام الإنترنت اليومي وإيقاف هذه العادة من خلال استحداث نشاطات محايدة، على سبيل المثال : إذا كان الروتين يتضمن قضاء عطلة نهاية الأسبوع كلها على الإنترنت فليكن قضاء الأفراد عطلتهم مساءً بأي فعالية خارج المنزل.

### (٢) استعمل موقف خارجي External Stoppers

وذلك بأن يستعمل الأفراد موقفاً خارجياً للتذكير مثل ساعة تنبيه لتذكيرهم بوقف الانصراف عن الإنترنت.

### (٣) ضع أهدافاً Setting Goals

على الرغم من المستويات العالية من الدافعية والدعم فإن مدمني الإنترنت قد يفشلون في العلاج أن لم توضع أهداف واضحة، ومن المفيد أن يستخدموا خطة يومية أو أسبوعية تظهر الأوقات المحددة التي يسمح لهم باستخدام الإنترنت، وعند البدء فإن هذه الأوقات يجب أن تكون متكررة لكن مختصرة وعلى المدى الطويل. فإن هذا التخطيط يتوقف أن يعطى للأفراد إحساساً بالسيطرة على استخدامهم للإنترنت.

## ٤) بطاقات تذكير Reminder Cards

تشجيع الأفراد على كتابة بعض النتائج السلبية لاستخدام الإنترنت في بطاقات مثل مشكلات في العمل، والفوائد المحتملة من تحديد الوقت المصروف على الإنترنت وحمل هذه البطاقات دائماً على أنها مذكرات دائمة تساعد على منع أو التقليل من إساءة استخدام الإنترنت.

### ٥) قائمة شخصية Personal inventory

مع زيادة الوقت المستهلك على الإنترنت يتبع ذلك أن مدمني الإنترنت يرفضون العديد من هواياتهم واهتماماتهم، ولذلك يشجع الأفراد على عمل قائمة بالنشاطات المحببة المفقودة وانعكاس ذلك على حياتهم قبل أن يستخدموا الإنترنت بإفراط وبذلك يعودون إلى اهتماماتهم البعيدة عن الإنترنت.

### ٥- العلاج المعرفي Cognitive Therapy

إن الأفراد الذين لديهم نمط تفكير سلبي يميلون إلى القلق وتوقع أحداث سلبية ويتجنبون مواقف الحياة الواقعية ولذلك هم يميلون إلى استخدام الإنترنت كونه وسيلة للهروب من الواقع، ولذلك فإن العلاج المعرفي يحدد الإدراكات السلبية السيئة ويعمل على إعادة صياغة وتشكيل مدركات الأفراد لمساعدتهم على تطوير إدراكات تكيفية بديلة. (سيد فرج الله، 2020، ص. 276-278).

### الوقاية من إدمان الإنترنت:

هناك بعض من المهارات المعرفية السلوكية التي تمكن الفرد من كسر قيود السلوك الإدماني والتحرر منه من خلال:

١- على الفرد أن يحرر نفسه من النمطية في حياته.

٢- على الفرد أن يدرّب نفسه على أسلوب حياة صحي، في مواعيد النوم، والاستيقاظ ومواعيد لتناول الوجبات دون اسقاط بعض الوجبات.

٣- تعلم المزيد من المهارات المختلفة: رسم عزف على آلة موسيقية، تعلم حرفة من الحرف أو الاشتراك في الاعمال الخيرية أو التطوعية، أو الأنشطة الاجتماعية من خلال منظمات وجمعيات المجتمع الأهلي..

٤- ان يخطط الفرد الممارسة مجموعة من الأنشطة المشتركة مع الاصدقاء أو أفراد الأسرة.

٥- ان يخطط الفرد لتكوين نسيج اجتماعي من العلاقات مع الآخرين، ويدعم العلاقة مع الآخر بشكل يوثر على الفرد ويخرجه من عزلته.

٦- ان يقاوم فكرة الجلوس أمام شاشة الكمبيوتر بكل عزم، وقوة بإرادة قوية واعية من خلال الالهاء السلوكي، والذهني فعندما يشعر الفرد بحاجة ملحة للجلوس أمام شاشة الكمبيوتر يقوم ببعض من الأعمال، والأنشطة اليدوية.

٧- ان يتعلم الفرد أو يدرّب نفسه على مهارات الاسترخاء البدني والذهني، وممارسة رياضة التأمل

لراحة الجهاز العصبي، وتجديد الطاقة البدنية، والذهنية.

٨- يفضل في النهاية أن يستعين مريض الادمان على الانترنت طلب المساعدة من الاختصاصي النفسي المدرب على علاج الادمان المساعدة المريض على الخروج من براثن الادمان، والعودة للتعافي منه من خلال البرامج العلاجية المتنوعة، وبرامج العلاج الجمعي، ومنع الانتكاسة والتأهيل للعودة مرة أخرى معافى من السلوك السلبي

### العلاقات الأسرية:

#### مفهوم الأسرة:

الأسرة هي الوحدة الاجتماعية الأولى في المجتمع، وبالتالي فإن المجتمع يتكون من الأسر المختلفة، غير أن المجتمع في ذاته ليس أسرة كبيرة لوجود فروق شاسعة تميز الأسرة عن المجتمع.

(شيرين زهير، 2010، ص 20؛ نسرين سحارة، 2017، ص. 15).

نظرا لأهمية الأسرة في المجتمع تعددت تعريفاتها وذكر أنها الوحدة الأولى في المجتمع و اساس بنائه وتقدم ابنائه وهي التي تساهم في تنشئتهم بشكل جيد وبناء مستقبل أفضل لهم.

### خصائص الأسرة: -

يمكننا تناول خصائص الاسرة في النقاط التالية:

1- الأسرة جماعة اجتماعية دائمة تتكون من أشخاص لهم رابطة تاريخية وتربطهم ببعضهم صلة الزواج والدم والتبني، أو الوالدين والأبناء.

2- أفراد الأسرة عادة يقيمون في مسكن واحد يجمعهم.

3- الأسرة هي المؤسسة الأولى التي تقوم بوظيفة التنشئة الاجتماعية للطفل الذي يتعلم من الأسرة كثيراً من العمليات الخاصة بحياته مثل المهارات الخاصة بالأكل واللبس والنوم.

4- للأسرة نظام اقتصادي خاص من حيث الاستهلاك وإنتاج الأفراد، لتأمين وسائل المعيشة للمستقبل القريب لأفراد الأسرة.

5- الأسرة هي المؤسسة والخلية الاجتماعية الأولى في بناء المجتمع وهي الحجر الأساسي من استقرار الحياة الاجتماعية الذي يستند عليه الكيان الاجتماعي.

6- الأسرة وحدة للتفاعل الاجتماعي المتبادل بين أفراد الأسرة الذين يقومون بتأدية الأدوار والواجبات المتبادلة بين عناصر الأسرة، بهدف إشباع الحاجات الاجتماعية والنفسية والاقتصادية لأفرادها.

7- الأسرة، بوصفها نظاماً للتفاعل الاجتماعي تؤثر وتتأثر بالمعايير والقيم والعادات الاجتماعية والثقافية داخل المجتمع، وبالتالي يشترك أعضاء العائلة في ثقافة واحدة. (ربيحه نبار، 2017، ص. 62 - 63).

### أهمية الأسرة: -

من الحقائق المسلم بها أن الإنسان كائن اجتماعي بفطرته وطبيعته فهو لا يستطيع أن يعزل عن الناس، لأنه يحتاج إلى من يرعاه ويكفله منذ طفولته إلى أن يكبر.

والأسرة هي الجماعة التي تقوم بهذه الوظيفة، فهي إذن العنصر الاجتماعي الأول والخلية الأولى للمجتمع. و الركن الأساسي الذي يعتمد عليه في بنائه، من أجل ذلك تظهر أهميتها في البناء، فإذا كانت قوية سليمة أمكن أن يتكون من مجموعها بناء قوي متين لمجتمع سليم، كما أنها إذا صلحت صلح المجتمع كله، وتعتبر الأسرة من أهم الظواهر الاجتماعية بالنسبة للمجتمع، فهي تزوده بالأفراد الذين يعيشون في معيشة واحدة تنشأ بينهم علاقات اجتماعية، هذه العلاقات الاجتماعية يترتب عليها إيجاد مؤسسات و منظمات و خدمات تقوم بسد احتياجات هؤلاء الأفراد والجماعات وبذلك تدور عجلة المجتمع، وكذلك فإن الأسرة من أهم المؤسسات الاجتماعية التي تعمل على طبع الأفراد بالطابع الاجتماعي لأنها تلقن الفرد منذ طفولته طريقة الحياة و تعلمه الآداب الفردية و الاجتماعية، كما أن الفرد يلقت عن الأسرة التقاليد والعادات التي تسود المجتمع و طريقة السير والسلوك في بقية أنظمة المجتمع. (عبد الغني الحاوري، 2021، ص. 13-14).

تمثل الأسرة للإنسان "المأوى الدافئ والملجأ الآمن، والمدرسة الأولى، ومركز الحب والسكينة، وساحة الهدوء والطمأنينة". فالأسرة كانت ولا تزال المؤسسة الوحيدة التي تعلم وتهذب الطفل وتنقل إليه عن طريق الوالدين وخبرات الحياة، ومهاراتها المحدودة، ومعارفها البسيطة كما أن للأسرة الأثر والتكوين النفسي في تقويم السلوك الفردي وبعث الطمأنينة في نفس الطفل، فإليها يعود الفضل في تنشئة شخصيته.

فهي التي تتولى القيام بالدور الرئيسي في بناء صرح المجتمع وتنظيم سلوك أفرادها، فهي قادرة على التأثير



للتقدير والاحترام والمكانة، فالأطفال والصغار - بشكل خاص - هم بأمس الحاجة إلى مشاعر الحنان والدفء الأبوي العاطفي، والانسحابية في مشاعر الحب والقبول والرضا والتقدير، فحرمان الطفل من هذه المشاعر تؤدي إلى تشكل شخصية ممثلة بمشاعر الحرمان والقلق والخوف والاكتئاب ونقص التقدير الذاتي، وضعف الثقة بالنفس وغيرها من الأمراض التي ما كان لها أن تتشكل لولا إغفال الأسرة والآباء - بشكل خاص - لمثل هذه الوظيفة النفسية. (نسرين بن عبود، 2017، ص. 52)

### 3. الوظيفة التربوية:

وفيها تتكفل الأسرة بإكساب أعضائها اللغة وثقافة المجتمع، كما تقوم بتنشئة أفرادها على المبادئ والقيم والأخلاق، وعلى غرس العادات الاجتماعية وحب الوطن، بالإضافة إلى دورها التربوي في تحذير أبنائها من السلوكيات السيئة والعادات الضارة مثل: التدخين، والقمار، وغيرها من العادات (رييحة نبار، 2017، ص. 60).

### 4. الوظيفة الاجتماعية:

وفيها تهتم الأسرة بتعليم أفرادها المعايير الاجتماعية، ومسائل الحقوق والواجبات، ومهارات التكيف الاجتماعي، وأساليب التفاعل مع المحيط الاجتماعي، كما أن تقاليد المجتمع وعاداته واتجاهاته يتم اكتسابها من خلال الأسرة التي تزوده بكل تلك المهارات، بل وتدرجه على ممارسة العادات التي تتسجم مع ثقافة المجتمع ومعاييرها. (عبد الغني الحاوري، 2021، ص. 15).

في أفرادها، فهي وحدة إنسانية ديناميكية متفاعلة ولها قيادتها المتمثلة في الوالدين، كذلك للأسرة أهمية في اكتساب الفرد للسلوك الاجتماعي وهي في نفس الوقت المحيط الاجتماعي الأول الذي ينشأ ويتربى فيه الطفل. (مليكة العافري، 2016، ص. 46).

### وظائف الأسرة: -

تعد الأسرة واحدة من أهم مؤسسات التنشئة الاجتماعية - إن لم تكن أهمها - فهي المؤسسة الأولى المناط بها بناء شخصية الطفل، وتلبية احتياجاته وميوله، وهو بين يديها صفحة بيضاء، وعجينة يشكلها الآباء وفق الرؤية التي يريدونها، والمعايير التي يمتلكونها، وبالتالي فشخصية الطفل تعتمد على الخبرات والمهارات والقدرات والمعتقدات التي يمتلكها الآباء.

وتقوم الأسرة بالعديد من الوظائف والمسؤوليات تجاه أعضائها، والتي لا تقتصر على الأكل والشرب والسكن، بل تمتد لتشمل العديد من الوظائف والتي من أهمها:

### 1. الوظيفة البيولوجية:

هي تلك الوظائف التي تتعلق بتنظيم السلوك الجنسي والانجابي، واشباع الحاجات الأساسية للفرد من أكل وشرب وسكن، وتوفير الرعاية والعناية والملبس والتدفئة والراحة. (عبد الغني الحاوري، 2021، ص. 14).

### 2. الوظيفة النفسية:

هي تلك التي تهتم بإشباع الحاجات النفسية للفرد مثل: الحاجة للحب، والحاجة للأمن والاستقرار، والحاجة

وتتجلى هذه الوظيفة في عملية التنشئة الاجتماعية التي يبدو تأثيرها في السنوات الخمس الأولى في حياة الطفل على وجه الخصوص، ففي هذا السن يتم تطبيع الطفل اجتماعياً، وتعويده على النظم الاجتماعية، والعادات والتقاليد والقيم.

#### 5- الوظيفة الاقتصادية:

الأسرة عبارة عن وحدة اجتماعية اقتصادية مسؤولة عن توفير الحاجات المادية لأفرادها من أجل إعداد الأبناء للعمل والتفاعل الاجتماعي، وتوفير الدعم المادي من أجل حياة كريمة لجميع أفراد هذه الأسرة.

وليس بالضرورة أن تمارس الأسرة عمليات الإنتاج أو البيع والشراء حتى نقول عليها أنها تحقق الوظيفة الاقتصادية، إذ أنه بمجرد كونها تستهلك وتشترى السلع فهي تقوم بوظيفة اقتصادية، فالاستهلاك يعد محور العملية الاقتصادية لأننا كلما استهلكنا بات علينا أن ننتج ما نستهلك من جديد. (عبد الغني الحاوري، 2021، ص16).

تلك كانت أهم وظائف الأسرة غير أن ما يجب أن تدركه الأسرة أن وظائفها في هذا العصر تختلف عن وظائفها في العصور السابقة، فالأسرة في العصور الماضية كانت تمثل كل شيء بالنسبة لأفرادها، وعليها تقع مسؤولية التنشئة والتنمية، ومع مر العصور انتقل جزء من تلك الوظائف إلى المسجد وإلى المدرسة وإلى غيرها من المؤسسات.

-أما في هذا العصر - الذي يطلق عليه عصر العولمة، عصر المعرفة، عصر التكنولوجيا - فقد حدثت بعض

التغييرات في وظائف الأسرة وخاصة فيما يتعلق بتزويد أعضائها بالمعارف والمهارات والقيم، فالיום ومع الانفجار المعرفي الذي يشهده هذا العصر، واكتشاف الانترنت وظهور وسائل التواصل الاجتماعي، وامتلاك الأفراد للأدوات العديدة لاكتساب المعارف والمعلومات، أصبح دور الأسرة ثانوياً، فالفرد يعلم نفسه بنفسه، وبإمكانه تطوير مهاراته واكتساب معارفه بعيداً عن تدخل الأسرة أو مساعدتها. وفي المقابل ونتيجة لما أفرزه هذا العصر من تغييرات، وما رافقه من مشاكل وسلبيات فقد أضيفت وظائف أخرى إلى وظائف الأسرة تتمثل فيما يمكن أن نطلق عليه:

-الدور التكنولوجي، فالأسرة ينبغي ألا تكون غائبة عن التطور التكنولوجي والانفجار المعرفي الذي يحيط بها، بل عليها أن تكيف تلك التكنولوجيا بما يخدم أفرادها، ويحقق أهدافها، وان ترشد أبنائها للاستفادة من الإيجابيات والابتعاد عن السلبيات، ناهيك عن دورها المحوري في تنمية مهارات التفكير والنقد والتحليل والمراجعة والتمحيص لدى أفرادها كونها من أهم المهارات التي تتناسب مع هذا العصر الذي يشهد ثراء معرفياً وثورة في التواصل والنشر. ويجب أن نؤكد هنا أن من أهم وظائف الأسرة

-تنمية الثقة بالنفس لدى أعضائها فالشخص المهزوز قليل الثقة في ذاته لن يقتصر ضرره على نفسه، وإنما سيمتد إلى أسرته ومجتمعه، وسيعيش حياته خائفاً مضطرباً، وستكون علاقات الاجتماعية ضعيفة، وقدراته الفكرية متدنية، الأمر الذي يؤدي إلى أن يعيش حياته تعيساً مكثباً ثم ينزع في النهاية إلى ممارسة التدمير الذاتي لنفسه من خلال الدخول مع جماعات

متشددة، أو التورط في عادات مضرّة مثل: تعاطي المخدرات، أو التدخين أو الهوس بالجنس وغيرها من العادات (عبد الغنى الحاورى، 2021، ص. 17).

### مفهوم العلاقات الأسرية:

تعرف سميحة توفيق (1996م) العلاقات الأسرية بأنها العلاقات التي تجمع بين مجموعة من الأفراد الذين تربطهم علاقة قرابة وهي تبدأ بالزوجين وتمتد لتشمل الأولاد وأقارب الزوج والزوجة (ورد في: قواسمية ليندة وسوالمية قمر 2022).

كذلك تعرفها منال محمد (2019) العلاقات الأسرية بأنها هي ما يدركه الأطفال لهذه العلاقات الأسرية من أساليب في معاملة الآباء في مواقف حياتهم المختلفة وما يتمسكون به من هذه الأساليب المختلفة.

ونحن ننتبى تعريف الأداء الأسري الوظيفي وهو: درجة قدرة أفراد الأسرة على العمل معا لدعم بعضهم البعض وتحقيق أهداف الأسرة عن طريق الدرجة التي يحصل عليها الأفراد على مقياس الأداء الأسري المصمم (عايش صباح، 2020، ص. 173).

البعد الاول: التفاعل الأسري على أنه "أحد مجالات التفاعل الاجتماعي والتي يحدث داخل الأسرة ويتكون من العلاقات التي تتكون بين أعضاء الأسرة الأم والأب الأم والأبناء - الأب والأبناء - الأبناء مع بعضهم والتي يترتب عليها أن يؤثر كل فرد في الآخر بقصد تكوين خبرات جديدة وله أربعة أنماط رئيسة التعاون التنافس - الصراع المواءمة).

البعد الثاني: التماسك: هو عملية اجتماعية تؤدي إلى تدعيم البناء الاجتماعي وترابط أجزائه، وتعمل على توحيد الجماعات المختلفة عن طريق عدة روابط

وعلاقات اجتماعية مثل: التوافق التضامن التعاون، التآلف.

البعد الثالث: الالتزام الأسري: أدوار متبادلة وتكاملية بين أعضائها وانتقائية وفترية بحسب موقع ومكانة الفرد ودوره بالأسرة، وفق ماتقتضيه المحاكاة الاجتماعية، لتنوعها وتباينها.

البعد الرابع: استراتيجيات المواجهة: كل الأساليب والطرق المعرفية والوجدانية والسلوكية التي يستخدمها كل فرد من أفراد الأسرة في التعامل مع موقف أو حدث ما بهدف التخفيف من حدته وخفض الانفعالات السلبية التي تتولد عنه، واستعادة اتزانه الانفعالي، ويقاس ذلك بالدرجات التي يحصل عليها الفرد في المقياس المعد لذلك.

### أنواع العلاقات الأسرية:

للعلاقات الأسرية مسارات متعددة حيث تنقسم إلى علاقات داخلية وعلاقات خارجية

1- العلاقات الداخلية من العلاقات التي تظهر في الإطار الداخلي كما يلي:

-العلاقات الزوجية: تتمثل في مكانة الزوج ومكانة الزوجة وما يتضمنه كل مكانة من معايير، ومن اتفاقات مشتركة، والتفاعل المتبادل بين الزوج والزوجة، فتشمل هذه العلاقات مسئوليات الزوجين تجاه بعضهما، وتتمثل هذه المسئوليات فيما يلي:

1- الاتفاق على مصاريف الأسرة.

2- العناية بالأبناء وتنشئتهم.

3- تقسيم العمل بين الزوجين.

4- الاشباع العاطفي.

- العلاقة الأبوية: تتمثل في مكانة الأب والأم، ومكانة الأب والابن أو الأبناء وما تتضمنه كل مكانة من معايير

واتفاقات مشتركة وتشمل وظائف كل مكانة على مسؤوليات ووجبات الأب اتجاه الأبناء، ومسؤوليات الأم اتجاه الأبناء، ومسؤوليات الأبناء ووجباتهم اتجاههم الولدين وتشمل هذه الوظائف الرعاية، الحماية، التربية، التوجيه، من قبل الولدين فيما يقابل ذلك البر والطاعة من قبل الأبناء. (قواسمية ليندة، وسوالمية قمر، 2022، ص. 60-62)

-العلاقة الأخوية: تتمثل في مكانة الأخ الأكبر أو الأخت الكبرى. والأخوة الصغار وما تتضمنه كل مكانة من معايير واتفاقات مشتركة وتتمثل وظائف كل مكانة في مسؤوليات ووجبات الإخوة اتجاه بعضهم البعض وتشمل هذه الوظائف في التدريب على المشاركة والتنافس والتكاتف والتآزر.

## 2- العلاقات الخارجية:

وتكون خاصة مع الجيران والأقارب وزملاء العمل، ويجب أن يشترك فيها كل أفراد الأسرة، كما يجب أن يتم تطويرها باستمرار وتقييمها من طرف الأب والأم. إذا مما سبق ذكره يمكن القول أن هناك نوعين من العلاقات الأسرية علاقات داخلية تتمثل في العلاقة بين الزوجين والعلاقة بين الأبوية التي تتمثل في علاقة الوالدين بالأبناء وأخيرا العلاقة الأخوية التي تربط بين الإخوة وكل فرد في هذه العلاقات له مكانة وواجبه الخاص اتجاه كل فرد آخر. وهناك العلاقة الخارجية المتمثلة في علاقة الفرد بالمجتمع الخارجي مثل الأصدقاء والجيران. (قواسمية ليندة، وسوالمية قمر، 2022، ص. 70)

وبعد الاطلاع على أنواع العلاقات الأسرية نستنتج أن ذكر العلماء أن هناك أنواع عديدة من العلاقات الأسرية، منها الداخلية تكون بين الزوج والزوجة والابناء،

والعلاقات الخارجية تكون مع الزملاء والأقارب والجيران.

وتتضح أهميتها من خلال الأمان الذي تحققه لأفراد الأسرة والحفاظ على حالتهم النفسية متزنة وتحقيق التفاهم فيما بينهم.

## أهمية العلاقات الأسرية:

إن الكيان الأسري السوي يمثل الوحدة الاجتماعية الأساسية وسوية العلاقات الأسرية والتماسك الأسري تكون أسرا سليمة وجوا ملائما لتكيف الأطفال وسلامة نموهم النفسي والعاطفي وبالعكس فإن أي صدام يقع فيه الأبوان يشعر الطفل حتى ولو لم يحدث أمامه مما يفقد الطفل الاتزان العاطفي. (إلهام فريج، 2004، ص. 33) - إن الأسر المترابطة تحقق أكبر قدر من الأمان الأسري لأفرادها مما ينتج عنه تمتع أفراد الأسرة بالسلامة النفسية وبالتالي يؤدي إلى انفتاح أفرادها على العالم الخارجي والتفاعل الإيجابي مع المجتمع. (محمد بيومي، 2000).

- العمل على الحفاظ على العلاقات الأسرية عن طريق تقارب أفراد الأسرة الواحدة في الاتجاهات يتماشى مع العقيدة والتقاليد السائدة في المجتمع له من الأسس التي تجعل من الأسرة وحدة متماسكة من جانب البناء الاجتماعي المتكامل.

من أهم الأسباب التي تؤدي إلى آثار سلبية على الأبناء ضعف العلاقات الأسرية وانهايار الروابط بين الزوجين والابناء ينتج عنه تأخر دراسي وانحراف وذلك لعدم إشباع حاجاتهم الأساسية مثل الحاجة إلى الحب والشعور بالأمن. (منال محمد، 2019، ص. 262).

ونحن نرى ان العلاقات الأسرية يجب أن تتسم بالأمان ويسودها الحب والطمأنينة فهي تجعل الأسرة وحدة متماسكة.

## العوامل المؤثرة في العلاقات الأسرية: -

### 1- العامل الاجتماعي: -

بعد التنشئة الاجتماعية نظاماً من التضاريس المركبة والمتداخلة، فمن هنا يميز الباحثون عدة اتجاهات وأساليب وطرق مختلفة في التنشئة الاجتماعية ومن أبرز هذه الاتجاهات هو الاتجاه التسلطي والاتحاد الديمقراطي، فاتجاه التسلط الذي يعتمد الوالدين على أبنائهم والذي يركز على مبدأ العلاقات العمودية بين الآباء والأبناء وما تأخذ هذه العلاقة صورة العنف بأشكاله النفسية. والفيزيولوجية، ما يؤدي إلى جعل العلاقة القائمة بين الآباء والأبناء علاقة كره وحقد فتتحول إلى صراع جاد بين هذه الأطراف وهذا من شأنه أن يكون دائماً اقويا لحدوث التفكك الأسري، في حين أن الاتحاد الديمقراطي في التربية والذي ينطلق من أن قيمة الحب والعطف والتعزيز والدعم والمشاركة والتبصير من شأنها أن تسقط فيها الحدود النفسية الصارمة القائمة بين الآباء وأبنائهم 100. (ورد في عبد الغني الحاوري، 2021، ص.61).

### 2- العامل الديني: -

يعتبر عامل الدين والخلق أحد أهم الركائز الأساسية لاستقرار الزواجي، والذي يضمن الملك الأسرة بالأخلاق الفاضلة والقيم التي تحميها من عوامل الهدم والانحراف، فالوعي الديني للأسرة أثره العميق في

تنشئة الأبناء وتربيتهم فالتحلي بالخلق الحسن والقول الطيب يساهم في تماسك الأسرة وتقوية العلاقة بين أفرادها، في حين أن هذه العلاقة تنكسر إذا غابت القيم الدينية والمعايير الخلفية عن الجو السائد في الأسرة والذي تتعكس آثاره في مواقف الحياة المختلفة في المجتمع.

### 3- العامل الاقتصادي: -

تؤثر الظروف الاقتصادية التي تمر بها الأسرة تأثيراً سلبية أو إيجابياً على العلاقات داخل الأسرة، فالحياة الزوجية التي تبدأ في ظروف اقتصادية صحية كان تكون تحت وطء اقساط شهرية أو مشاركة الآخرين مسكنهم وغير ذلك من مشاكل العصر الحالي والتي ستأثر على طبيعة العلاقات داخل الأسرة، وهذا مالك عليه سعد المغربي في قوله: يلعب الفاعل الاقتصادي دوراً هاماً إلى حد بعيد في تحديد مدى سعادة الأسرة ومدى استقرارها وتماسكها. (قواسمية ليندة وسوالمية قمر 2022، ص.61).

فإذا عاش الزوجين مع الأهل سوف يفقدان الخصوصية التي هي من سمات الحياة الزوجية، كما أن الأهل سوف يشاركون الزوجين في اتخاذ قراراتهما الخاصة، أما إذا بدأت الحياة الزوجية بالاستدانة واللجوء إلى الأقساط الشهرية فإن ذلك سوف بوك شعور بالمرارة عند محاولة الأسرة تسديد تلك الديون والأقساط عن طريق عمل إضافي وكذلك الزوجة التي قد تجبرها الظروف الخروج للعمل، والأمر الذي سوف يؤثر على طبيعة الحياة داخل الأسرة والعلاقات فيما بين أفرادها (الهام بنت فريج، 2004، ص.51).

#### 4- العامل النفسي: -

وصراع بين جيلين مختلفين في المعايير والقيم والأهداف وهذا هو جوهر التفكك الأسري (قواسمية ليندة، سوالمية قمر، 2022، ص60-62).

#### تأثير استخدام الأنترنت على العلاقات الأسرية:

هناك عدة عوامل متداخلة تأثر في العلاقات الأسرية والتي من أبرزها تكنولوجيا الاتصال الجديدة وخاصة الأنترنت، التي أوجدت واقعا آخر غير الواقع الحقيقي، أو غير المجتمع الحقيقي يسمى المجتمع الافتراضي، فيتواجد في هذا المجتمع الافتراضي آباء وأمهات وأبناء وبنات عبر شبكة الأنترنت يتحدثون ويتحاورون بعفوية وتلقائية دون قيود وتتشأ بينهم اهتمامات مشتركة وعلاقات اجتماعية متنوعة، فازدياد استخدام شبكة الأنترنت أثر على بنية العلاقات الأسرية وإن طبيعة هذه العلاقات التي كانت ترتبط بالمكان والزمان والوجود أصبحت افتراضية في الفضاء الإلكتروني الذي لا يرتبط بحدود جغرافية واجتماعية، من ناحية أخرى فإن المستخدم الذي ينسجم مع شبكة الأنترنت ويزداد اعتماده عليها ينتابه الشعور المستمر بصعوبة استغنائه عنها مما يؤدي الى المزيد من السعي للحصول على الإشباع الشخصي والعاطفي، ومن ثم يزداد ارتباطه بها بهدف الوصول الى الإشباع العاطفي ومن المؤكد أن هذا الأمر يستحيل تحقيقه في الفضاء الإلكتروني مما قد يؤدي في النهاية الى اضطرابات في السلوك والجفاء في الواقع وقد لا يستجيب لمتطلبات بناء أسرة، ومن ثم قد تزداد الأمراض النفسية ما بين الاغتراب والانطوائية والقلق النفسي. (قواسمية ليندة، سوالمية قمر، 2022، ص. 70)

تؤثر الظروف النفسية المصاحبة للزواج بشكل كبير على العلاقات داخل الأسرة وتتمثل للظروف النفسية في الأسلوب الذي يتم من خلاله الارتباط بشريك الحياة، ومن ناحية أخرى فإن الاتجاهات والمشاعر التي شود بين أعضاء الأسرة لتعكس على اتجاهات ومشاعر وأفكار الطفل فإذا ما حصل الطفل على الإحساس بالأمن في منزله فإن هذا الإحساس يساعد الطفل على مواجهة المشكلات ومواقف الحياة في المستقبل. إن طبيعة العلاقات الأسرية وانهايار الروابط بين الزوج والزوجة والأبناء وافتقاد الحب بينهم من أهم الأسباب المؤدية إلى التأثير السلبي على الأبناء كالانحراف والتأخر الدراسي حيث تحول البيوت المتصدعة دون إتباع حاجاتهم الأساسية مثل الحاجة إلى الحب والشعور بالأمن. (قواسمية ليندة وسوالمية قمر، 2022، ص.61).

#### 5- العامل التكنولوجي: -

للتقنيات الحديثة والتغير التكنولوجي السريع أثر كبير على مكونات البناء الاجتماعي ومنه البناء الأسري خصوصا عمق العلاقات الأسرية، ومن أمثلة الغزو الإعلامي والشبكة العنكبوتية خصوصا في ظل استمالة التحكم في هذه التكنولوجيا الوافدة وما تحمله من ثقافات أضرت بالكثير من القيم المجتمعية، فاستخدام الشباب للأنترنت أصبح بديلا للتفاعل الاجتماعي الصحي مع أفراد الأسرة حيث أصبح هم الفرد الوحيد هو قضاء ساعات طويلة في اكتشاف مواقع الانترنت المتعددة ما يعني تغير في منظومة القيم الاجتماعية للأفراد وتمير قيم المجتمع الافتراضي الرقمي ، ما حدث خلاف

بالاطلاع على تأثير الانترنت على العلاقات الأسرية نستنتج أن

الانترنت يؤثر على العلاقات الأسرية بالسلب أو بالإيجاب فكثرة استخدام الفرد

للإنترنت يؤثر على علاقته بأفراد الأسرة والأصدقاء

### الدراسات السابقة

هدفت دراسة أمينة صافية (2016) إلى معرفة آثار استعمال التكنولوجيا الحديثة على أفراد الأسرة الجزائرية بأم البواقي، وتكونت عينة الدراسة من (1798) تلميذ من تلاميذ المرحلة الإعدادية، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: لقد أثبتت الدراسة على وجود الأنترنت داخل الأسرة الجزائرية من خلال استخدامه من طرف أبنائها المراهقين وذلك عند كل الجنسين وباختلاف مدة الاستعمال وفتراته، وعدد ساعاته الاهتمام بالمراهق واشباع حاجاته الاتصالية داخل أسرته عن طريق بناء علاقات أسرية مع توفير المناخ الأسري المناسب ليكون جوه الاجتماعي صحيح وليحول دون الافراط في استخدام الأنترنت وخلق جو اجتماعي افتراضي.

هدفت دراسة "توتاي صليحه" (2015) إلى التعرف استخدام الابناء لشبكات التواصل الاجتماعي وانعكاساتها على العلاقات الأسرية" بالسلف. معرفة مدى وجود انعكاسات لاستخدام الابناء شبكات التواصل الاجتماعية على الاسرة تبع الاختلاف الجنس، وتكونت عينة الدراسة من (260) فرد، وتوصلت الدراسة إلى: - يرى الابناء انها تعكس عليهم اثار ايجابية والبعض الاخر يراها تعكس اثارا سلبية، ونسبة الذكور مرتفعة أكثر من نسبة الاناث في استخدام شبكات التواصل الاجتماعي.

هدفت دراسة هشام سعيد فتحي (2015) إلى معرفة تأثير استخدام شبكات التواصل الاجتماعي عبر الانترنت على العلاقات الاجتماعية للأسرة المصرية، وتأثير التكنولوجيا الحديثة بكل أشكالها، وخاصة شبكات التواصل الاجتماعي على الأسرة المصرية، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود تأثيرات سلبية لمواقع التواصل الاجتماعي على علاقة المبحوث من الأبناء بأسرته، بسبب تقليلها للحوار الشخصي التفاعلي بين أفراد الأسرة، وإن أهم أسباب اعتقاد المبحوثين من الأبناء أن استخدام أولادهم المواقع شبكات التواصل الاجتماعي، قد أدى إلى تغيير سلوكهم لأسوء بسبب جعلهم في عزلة عن المحيط الأسري.

هدفت دراسة وداد فرج (2014) معرفة أثر مواقع التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية داخل الأسرة بولاية الخرطوم، وتكونت عينة الدراسة من (150) أسرة في الخرطوم. وقد توصلت الدراسة إلى أن هناك أثر واضح لمواقع التواصل على العلاقات الاجتماعية داخل الأسرة بنسبة 77.4%.

هدفت دراسة حنان شعشوع الشهري (2013) إلى معرفة أثر استخدام شبكات التواصل الالكترونية على العلاقات الاجتماعية الفيس بوك وتويتر، وتكونت عينة الدراسة (150) طالبة، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن من أقوى الأسباب التي تدفع الطالبات لاستخدام الفيس بوك وتويتر هي سهولة التعبير عن آرائهن واتجاهاتهن الفكرية التي لا يستطعن التعبير عنها صراحة في المجتمع.

هدفت دراسة فاطمة بريك (2013) إلى معرفة دور مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز القيم الاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين، تكونت عينة الدراسة من (210)

الإنترنترنت وأثره على العلاقات الأسرية، وكيفية استخدام الأفراد له، ومدى تأثير ذلك في التواصل داخل الأسرة، وعلاقة الآباء بالأبناء وتوصلوا إلى أن لاستخدام الإنترنت ومواقع التواصل أثر واضح على علاقات الأسرة الاجتماعية.

أوجه الاختلاف: - تختلف دراسة فاطمة بريك (2013) مع دراسة حنان شعشوع الشهري (2013) في الهدف حيث تناولت دراسة فاطمة معرفة دور مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز القيم الاجتماعية بينما دراسة حنان هدفت إلى معرفة أثر شبكات التواصل علي العلاقات الاجتماعية، وكذلك اختلفوا في النتائج حيث هنا كانت ان: موقع التواصل المفضل للطلبة هو الفيس بوك، بينما هنا كانت أكثر المواقع في الاستهلاك من قبل الطلاب هو فيسبوك وتويتر علي الترتيب.

### فروض الدراسة:

1- يوجد تأثير دال إحصائياً لإدمان الإنترنت على العلاقات الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

### منهج الدراسة

تعتمد الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي.

### عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (115) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية (43 طالب، و72 طالبة) بمدرسة العزيز بالله الثانوية بنات، ومدرسة الأميرية الثانوية بنين- إدارة الزيتون، وذلك للعام الدراسي (2023/2024م)، وتتراوح أعمارهم من (16-18) عاماً، بمتوسط عمري قدره (17.45) عاماً، وانحراف معياري قدره (1.56) عاماً.

### أدوات الدراسة

طالب من طلاب الجامعة، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج هي: أن أفراد العينة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي بنسبة كبيرة، كما أن مواقع التواصل المفضل من قبل الطلبة الجامعيين هو موقع الفيس بوك Facebook.

هدفت دراسة إلهام فريج سعيد (2004) إلى معرفة أثر استخدام الإنترنت على العلاقات الأسرية بين أفراد الأسرة السعودية في محافظة جدة، وبلغ حجم عينة الدراسة (197) زوج و (133) زوجة و (167) ابن و (135) اخ. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجين وبين تأثير استخدام الإنترنت على العلاقة بينهما، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدة استخدام الزوج للإنترنت وبين تأثير ذلك الاستخدام على العلاقة فيما بينهما، ووجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين مدة استخدام الأبناء للإنترنت وبين تأثير ذلك الاستخدام على العلاقة بين الوالدين والابناء من وجهة نظر الوالدين.

### التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال اطلاعنا على هذه الدراسات توصلنا الى ما يلي:

أوجه التشابه: - تتفق دراسة هشام سعيد فتحي (2015) مع دراسة توتاي صليحة (2015) في الهدف حيث أرادوا معرفة أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات داخل الأسرة، وأيضاً في النتيجة حيث أن لها تأثير سلبي على علاقة الأفراد ببعضهم البعض.

تتفق دراسة الهام سعيد فريج (2004) مع دراسة وداد فرج (2014) حيث هدفتا إلى معرفة أثر استخدام



للتأكد من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية،

جدول (1): قيم معاملات الارتباط بين درجة كل

مفردة

والدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد حذف أثر المفردة

من الدرجة الكلية في مقياس إدمان الإنترنت.

البعد الأول السيطرة والبروز		البعد الثاني التحمل		البعد الثالث الأعراض الانسحابية		البعد الرابع الصراع		البعد الخامس الانتكاسة	
رقم المعامل المفردة بالبعد	رقم المعامل المفردة بالبعد	رقم المعامل المفردة بالبعد	رقم المعامل المفردة بالبعد	رقم المعامل المفردة بالبعد	رقم المعامل المفردة بالبعد	رقم المعامل المفردة بالبعد	رقم المعامل المفردة بالبعد	رقم المعامل المفردة بالبعد	رقم المعامل المفردة بالبعد
1	0.512	12	0.392	22	0.375	35	0.506	44	0.609
2	0.641	13	0.461	23	0.579	36	0.561	45	0.595
3	0.518	14	0.460	24	0.661	37	0.656	46	0.547
4	0.554	15	0.666	25	-	38	0.605	47	-
5	0.622	16	0.496	26	0.661	39	0.683	48	0.607
6	0.510	17	0.527	27	0.636	40	0.622	49	0.202
7	0.675	18	-	28	-	41	0.188	50	0.579
8	0.496	19	0.673	29	0.480	42	0.047		
9	0.562	20	-	30	0.659	43	0.436		
10	-	21	0.540	31	0.734				
11	0.437			22	0.607				
				33	0.666				
				34	0.699				

-جميع الأبعاد دالة عند مستوى دلالة 0.01

وحسبت أيضا معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت وكانت علي النحو المبين بالجدول التالي.

جدول (2) معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

أولاً: مقياس إدمان الإنترنت: **Internet Addiction Scale**  
وصف المقياس:

أعد المقياس حسام محمود الدين عزب وآخرون (2016)، ودرجت الاستجابة على المقياس باستخدام ليكرت الثلاثي (دائماً، أحياناً، أبداً)، ويتكون المقياس من (50) عبارته موزعة على (5) أبعاد، وهما على النحو التالي:

(1) البعد الأول: السيطرة والبروز: وعدد عبارات هذا البعد (11) عبارة، وأرقام هذه العبارات، هي: (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11).

(2) البعد الثاني: التحمل: وعدد عبارات هذا البعد (10) عبارات، وأرقام هذه العبارات، هي: (12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21).

(3) البعد الثالث: الأعراض الانسحابية: وعدد عبارات هذا البعد (13) عبارة، وأرقام هذه العبارات، هي: (22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34).

(4) البعد الرابع: الصراع: وعدد عبارات هذا البعد (9) عبارات، وأرقام هذه العبارات، هي: (35، 36، 37، 38، 39، 40، 41، 42، 43).

(5) البعد الخامس: الانتكاسة: وعدد عبارات هذا البعد (7) عبارات، وأرقام هذه العبارات، هي: (44، 45، 46، 47، 48، 49، 50).

الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان الإنترنت:

البنية العاملية للمقياس

الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس إدمان الإنترنت في الدراسة الحالية:

والثبات لمقياس ادمان الانترنت مقبولة، ويمكن الوثوق بها والاعتماد عليه في المقياس.

### طريقة تصحيح المقياس:

يتكون المقياس من ثلاثة بدائل وهي (دائماً - أحياناً - أبداً) حيث يقوم المفحوص باختيار الاستجابة من بين الثلاثة بدائل، حيث تعني الإجابة (دائماً) أن البند ينطبق على المفحوص بدرجة كبيرة وتقدر (3) درجات. وتعني الإجابة (أحياناً) أن البند ينطبق على المفحوص بدرجة متوسطة وتقدر (2) درجتين. وتعني الإجابة أبداً أن البند لا ينطبق على المفحوص وتقدر (1) درجة واحدة.

علماً بأن هناك عبارات سلبية تقدر عكسياً (درجة - درجتين - ثلاث درجات) وأن الدرجة العظمى للمقياس هي 150، والدرجة الصغرى للمقياس هي ٥٠ حيث تدل الدرجة المرتفعة على المقياس على إدمان الطالب لإنترنت والدرجة المنخفضة تدل على خلوه من ذلك الإدمان.

ثانياً: مقياس الأداء الأسري: **Family Functioning Scale**  
وصف المقياس:

أعد هذا المقياس عايش صباح (2020)، ودرجت الاستجابة على المقياس باستخدام ليكرت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، ويتكون المقياس من (16) عبارة موزعة على (4) أبعاد، وهما على النحو التالي:

معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس	البعد
**٠.٧٧٥	السيطرة او البروز
**٠.٨٣٥	التحمل
**٠.٨٠٦	الاعراض الانسحابية
**٠.٨٠٤	الصراع
**٠.٦٧٨	الانتكاسة
**٠.٧٧٥	السيطرة او البروز

\*\* ارتباط دال عند مستوي دلالة 0,01  
ثبات مقياس إدمان الإنترنت: تم حساب قيمة ثبات الابعاد الفرعية والمقياس ككل باستخدام معامل الفا كرونباك

جدول (3) قيم معاملات ثبات الابعاد الفرعية والمقياس ككل باستخدام معامل الفا كرونباك

أبعاد المقياس	قيمة معامل ألفا (كرونباك)
السيطرة والبروز	٠.٦٩٢
التحمل	٠.٤٨٤
الاعراض الانسحابية	٠.٧٣٤
الصراع	٠.٥٧٦
الانتكاسة	٠.٢٨٧
المقياس ككل	٠.٨٦٩

ويتضح من الجدول السابق ان معاملات الثبات مقبولة حيث تراوحت معاملات الثبات من (0.287) في بعد الانتكاسة الى (0.734) في بعد الاعراض الانسحابية ويتضح مما سبق أن نتائج حساب الصدق

معامل المفردة	رقم ارتباطها بالبعد	معامل المفردة	رقم ارتباطها بالبعد	معامل المفردة	رقم ارتباطها بالبعد	معامل المفردة	رقم ارتباطها بالبعد
٠.٥١٦	١٣	٠.٧٧١	٩	٠.٨١٣	٥	٠.٧٠٦	١
٠.٦٣٣	١٤	٠.٧٥٩	١٠	٠.٦٨٨	٦	٠.٦٣٣	٢
٠.٦٥٦	١٥	٠.٧٢٩	١١	٠.٧٧٢	٧	٠.٧٠٧	٣
٠.٧٤١	١٦	٠.٧٥٢	١٢	٠.٧٧٨	٨	٠.٥٩٤	٤

- جميع الأبعاد دالة عند مستوى دلالة 0.01

وحسبت أيضا معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس إدارة الذات وكانت على النحو المبين بالجدول التالي.

جدول (5) معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس	البعد
٠.٧٩٥**	التماسك
٠.٨٦٩**	التفاعل
٠.٨٩٣**	الالتزام
٠.٧٧٤**	استراتيجية المواجهة داخل الأسرة

\*\* ارتباط دال عند مستوي دلالة 0,01

ثبات مقياس الأداء الأسري:

تم حساب قيمة ثبات الأبعاد الفرعية والمقياس ككل باستخدام معامل الفا كرونباك

جدول (6) قيم معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والمقياس ككل باستخدام معامل الفا كرونباك

(1) البعد الأول: التماسك: وعدد عبارات هذا البعد (4) عبارات، وأرقام هذه العبارات، هي: (1، 2، 3، 4).

(2) البعد الثاني: التفاعل: وعدد عبارات هذا البعد (4) عبارات، وأرقام هذه العبارات، هي: (5، 6، 7، 8).

(3) البعد الثالث: الالتزام: وعدد عبارات هذا البعد (4) عبارة، وأرقام هذه العبارات، هي: (9، 10، 11، 12).

(4) البعد الرابع: استراتيجيات المواجهة داخل الأسرة: وعدد عبارات هذا البعد (4) عبارات، وأرقام هذه العبارات، هي: (13، 14، 15، 16).

### الخصائص السيكومترية لمقياس الاداء الاسري:

الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الأداء الأسري في الدراسة الحالية:

للتأكد من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية،

جدول (4): قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية في مقياس الأداء الأسري

البعد الأول التماسك	البعد الثاني التفاعل	البعد الثالث الالتزام	البعد الرابع استراتيجية المواجهة داخل الأسرة

ينص الفرض "يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير إدمان الإنترنت كمتغير مستقل على متغير العلاقات الأسرية كمتغير تابع لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية" وللتحقق من هذا الفرض تم تطبيق مقياس الدراسة (مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس الأداء الأسري) على عينة عددها (115) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، ومن خلال تطبيق نموذج الانحدار الخطي البسيط، بلغت قيمة (ف) 1.35، وهي قيمة غير دالة إحصائياً، مما يعني أن معادلة الانحدار بشكل عام كانت غير دالة إحصائياً، وبلغت قيمة معامل التحديد 0.012، وهو ما يعني أن نسبة 1% فقط من التباين في العلاقات الأسرية يمكن تفسيره من خلال المتغير المستقل (إدمان الإنترنت)، كما يتضح من الجدول عدم وجود تأثير دال إحصائياً لمتغير إدمان الإنترنت على العلاقات الأسرية لدى عينة الدراسة الحالية (طلاب المرحلة الثانوية)، وفي ضوء النتائج يمكن كتابة معادلة الانحدار على النحو التالي:

$$\text{القيمة المتوقعة ل (العلاقات الأسرية)} = -74.35 - 0.106 * \text{إدمان الإنترنت}$$

جدول (7): القيم الناتجة من تحليل الانحدار الخطي البسيط

ويتضح من الجدول التالي: عدم تحقق الفرض الإحصائي "يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير إدمان الإنترنت كمتغير مستقل على العلاقات الأسرية كمتغير تابع لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية"، ولذلك تؤكد النتائج التالية على عدم وجود تأثير (سواء موجب أو سالب) لإدمان الإنترنت على العلاقات الأسرية على

أبعاد المقياس	قيمة معامل ألفا (كرونباك)
التماسك	٠.٥٧٣
التفاعل	٠.٥٦١
الالتزام	٠.٧٦٠
استراتيجية المواجهة داخل الأسرة	٠.٧٣٤
المقياس ككل	٠.٨٧٦

ويتضح من جدول (6) السابق ان معاملات الثبات مقبولة حيث تراوحت معاملات الثبات من (0.561) في بعد التفاعل الى (0.760) في بعد الالتزام ويتضح مما سبق ان نتائج حساب الصدق والثبات لمقياس ادمان الانترنت مقبولة، ويمكن الوثوق بها والاعتماد عليه في المقياس.

#### طريقة تصحيح المقياس:

يتكون المقياس من أربعة أبعاد رئيسية (التماسك، التفاعل، الالتزام، استراتيجيات المواجهة داخل الأسرة). يتكون كل بعد من أربع فقرات ليصبح مجموع الفقرات 16 فقرة في الصورة الأولية للمقياس ويتم الإجابة على عبارات المقياس من خلال 5 بدائل (1 = أبداً، 2 - نادراً، 3- أحياناً، 4 = غالباً 5 = دائماً)، الدرجة العظمى للمقياس 80، وتدل على ارتفاع الأداء الأسري، والدرجة الصغرى للمقياس 16 وتدل على انخفاض الأداء الأسري

#### دراسة النتائج وتفسيرها

عينة البحث التالي من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من وداد فرج (2018)، وهشام سعيد (2015) اتفقت في عدم وجود تأثير دال، بينما اختلفت هذه النتيجة مع دراسة إلهام سعيد (2016)، ودراسة (ليندة قواسمية، وقمر سواسمية (2022) التي وجدت تأثير لإدمان الانترنت على العلاقات الأسرية

ويمكن تفسير تلك النتيجة بأن الطلاب الذين يستخدمون الإنترنت لاحتياجاتهم التعليمية والأكاديمية وكذلك الترفيهية يحرصون أيضاً على الاستمرار في بناء وإقامة علاقات جيدة ومتوازنة مع أسرهم، ويتمتعون بهارات جيدة لزيادة تواصلهم مع آبائهم وأمهاتهم، كما أنهم يستخدمون الإنترنت كوسيلة للتعرف على كيفية زيادة وتحسين علاقاتهم سواء مع الأسرة أو الأصدقاء، وهذا يدل على مدى وعيهم بكيفية حسن ترشيد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

## الخاتمة

تعرضت الدراسة الحالية لمفهوم إدمان الإنترنت كمحاولة أولية لتناول هذا المفهوم في البيئة العربية،

المتغيرات المنبئة	معامل الانحدار غير المعياري	معامل الانحدار المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	معامل التحديد	ف	مستوى الدلالة
ثابت الانحدار	74.35		8.09	0.01	0.012	1.35	غير دال
إدمان الإنترنت	-0.106	-	-1.16	غير دال			

ومحاولة التعرف على مدى تأثيره على العلاقات

الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية، حيث أوضحت نتائج هذه الدراسة أنه لا يوجد تأثير دال احصائياً

لمتغير ادمان الانترنت على العلاقات الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية  
**التوصيات:**

من خلال ما اطلع عليه من دراسات وما توصل اليه من نتائج، توصى الباحثات بما يلي:

١- استخدام الانترنت في فترات محددة ولا تكون على حساب العلاقات الأسرية

٢- بناء علاقات اسرية مع الابناء من اجل اشباع حاجاتهم داخل الاسرة

٣- تقديم برامج ومقترحات تربوية لكيفية التعامل مع الانترنت للحماية من الادمان

٤- توصية المعلمين والمعلمات بنشر الوعي الفكري والديني حول استخدام الانترنت

٥- التأكيد على دور الاباء والامهات في رعايتهم وحمايتهم لا بناءهم من مخاطر الانترنت من خلال توجيههم ومتابعتهم ورقابتهم وتنظيمهم

٦- نشر الوعي بأهمية العلاقات الأسرية والحرص على الجلوس والحوار مع الأهل والأقارب والأصدقاء وترشيد استخدام الانترنت حتى لا تؤثر سلباً على الحياة الأسرية

٧- معالجة ادمان الانترنت من خلال تخصيص ايام نهاية الاسبوع والعطل للتنزه العائلة بعيداً عن الهواتف الذكية والالواح الالكترونية

**البحوث المقترحة:**

١- اجراء دراسات للكشف عن مزيد من المتغيرات التي تؤثر على العلاقات الأسرية

٢- تطبيق هذه الدراسة على الطلاب والطالبات في مراحل التعليم المختلفة

٣- اجراء المزيد من الدراسات المستقبلية لمختلف الفئات العمرية للوقوف على مدى تأثير ادمان الانترنت على هذه الفئات لوضع السياسات الصحية لطرق استخدامها

### الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين وأشرف الخلق أجمعين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

وبعد... فإننا نحمد الله سبحانه وتعالى ونشكره على إتمام هذا العمل وإنجازه، ونتوجه بخالص عبارات الشكر والتقدير وأسمى آيات العرفان إلى أستاذتنا: الدكتورة / أمال أحمد فتحى، وقد تفضلت بالإشراف على الدراسة وكانت دائماً نعم المعين، وخير مرشد وموجه لنا طوال فترة الإشراف، فقد غمرتنا بعلمها، ودمائة أخلاقها، وطيببتها، وسماحة وجهها، وعلو منزلتها، وشخصيتها الرائعة، داعين الله سبحانه وتعالى أن يمتعها بالصحة والسعادة والهناء والعافية، وجزاها الله عنا خير الجزاء.

كما نتوجه بخالص عبارات الشكر والتقدير إلى الدكتورة/ أمينة عبد الفتاح عبدالله، فقد تفضلت بالمشاركة في الإشراف على الدراسة فقد تعلمتنا منها كثيراً، فلم تبخل بتقديم النصح والإرشاد والتوجيه، والدعم العلمي لي، داعية الله أن يمتعها بدوام الصحة والعافية والسعادة، وجزاها الله عنا خير الجزاء.

كما نتوجه بخالص الشكر والتقدير إلى الدكتورة/ نجاة عبدالله، والأستاذ/ محمود محمد، المدرس المساعد بقسم علم النفس التربوي لما قدموه من دعم

علمي ونفسي لنا طوال فترة إعداد الدراسة، داعين الله لهم بدوام التفوق والنجاح، وجزاهم الله عنا خير الجزاء.

كما نتوجه بخالص الشكر والتقدير إلى الدكتور /نها احمد عاشور لما قدمته لنا من دعم علمي ونفسي ولم تبخل بتقديم النصح والارشاد، جزاها الله عنا خير الجزاء.

كما نتوجه بخالص الشكر والتقدير إلى لجنة الحكم ومناقشة الدراسة، لما قدموه من معلومات تتميز بالحدثة والابتكار، وجزاهم الله عنا خير الجزاء.

### المراجع والمصادر:

إقرمود جويده وسمائل ويزة، (2022). *الادمان على الانترنت لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، جامعة مولود معمري تيزي وزو.*

إلهام فريج سعيد، (2004). *أثر استخدام الانترنت على العلاقات الأسرية بين أفراد الأسرة السعودية في محافظة جدة. رسالة ماجستير، السعودية.*

أمينة صافية (2016). *آثار استعمال التكنولوجيا الحديثة على أفراد الأسرة الجزائرية. رسالة دكتوراه، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران الجزائر.*

توتاي صليحة. (2015). *استخدام الأبناء الشبكات التواصل الاجتماعي وانعكاساتها على العلاقات الأسرية. رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر.*

ثريا محمد سراج (2007). *سوء استخدام الانترنت وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة دراسة سيكومترية - اكلينيكية. رسالة دكتوراه، جامعة الزقازيق كلية التربية.*

صبا منير حسين بشبش(2018). إدمان الانترنت وعلاقته بالاكتئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية بغزة.

عايش صباح، (2021). بناء مقياس الأداء الأسري الوظيفي دراسة ميدانية على عينة من المستجيبين بدولة الجزائر، العدد 8 ، الصفحات (167-182).

عبد الغني أحمد علي الحاوري (2021). العلاقات الأسرية في ظل الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي، المركز الديمقراطي العربي للدراسات

الاستراتيجية والسياسية والاقتصادية، برلين، ألمانيا عبد الغني أحمد، وأمين عبدالله، وعلي أحمد. (2020).

مهارات التعامل الفعال مع وسائل التواصل الاجتماعي اللازمة لطلبة المرحلة الثانوية بالجمهورية اليمنية ومدى امتلاكهم لها. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، المركز الديمقراطي العربي، برلين، ألمانيا، ع9، 78-102.

عصام منصور، وعبد الله البدوي (2011). إدمان الأنترنت وآثاره الاجتماعية السلبية لدى طلبة الثانوية العامة كما يدركها الأخصائيون الاجتماعيون، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس الأردن، العدد 35، 331-354.

فاطمة بريك. (2013). دور مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز القيم الاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين "دراسة ميدانية بجامعة الوادي". رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة جنوب الوادي.

فاطمة بنت محمد الاحمري، (2014). أثر استخدام وسائل التواصل الحديثة علي الحوار الأسري: الهاتف

جواد فطير (2001). الإدمان أنواعه، مراحلها، علاجه. دار الشروق.

حسام الدين محمود عزب وسحر مختار محمد وهبة سامي محمود، (2016). الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان الإنترنت، مجلة الارشاد النفسي، العدد 45، الصفحات (362 - 333)

حمودة سليمة (2015). الإدمان على الانترنت اضطراب العصر والاجتماعية، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة قاضي مرياح ورقلة (الجزائر)، العدد15، 213-224.

حنان شعشوع الشهري. (2013). أثر استخدام شبكات التواصل الإلكترونية على العلاقات الاجتماعية "الفييس بوك وتويتر نموذجا"، دراسة ميدانية على عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجددة. رسالة ماجستير، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبد العزيز. ريحة نبار (2017). تأثير تكنولوجيا الاتصال الحديثة علي الاتصال الأسري، دراسة ميدانية. رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي.

سهيلة بيشاري، وسلمى عبيد (2019). تأثير إدمان الإنترنت على التحصيل الدراسي لتلاميذ الثانية ثانوي. رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية، جامعة أكلي محند أولحاج.

سيد فرج الله محمد عيد (2020). إدمان الانترنت وعلاقته بالتوافق الاسري لدى الجنسين. رسالة دكتوراه، المجلد السادس والعشرون.

شيرين زهير ابو عبدو، (2010). معالم الاسرة المسلمة في القرآن الكريم دراسة موضوعية. رسالة ماجستير، كلية أصول الدين.

الخرطوم. رسالة ماجستير، كلية الدراسات الاقتصادية والاجتماعية، جامعة النيلين  
يوسف قدوري. (2015). إيمان الانترنت وعلاقته  
ببعض اعراض الاضطرابات النفسية. مجلة العلوم  
الإنسانية والاجتماعية، جوان، الجزائر.

الجوال والشبكة العنكبوتية (الإنترنت) ، رسالة ماجستير  
، المملكة العربية السعودية ، جامعة الملك سعود.  
قواسمية ليندة، وسوالمية قمر. (2022). تأثير استخدام  
الانترنت على العلاقات الأسرية حسب رأي الابناء.  
رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية.  
محمد محمد بيومي خليل. (2000). سيكولوجية  
العلاقات الأسرية. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر.  
مليكة العافري. (2016). أثر استخدام شبكات التواصل  
الاجتماعي على العلاقات الأسرية لدى الطالب  
الجامعي، دراسة ميدانية في علم النفس.  
منال محمد حمد. (2019). تأثير وسائل التواصل  
الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية والأسرية لدى  
طلبة الجامعة السعودية الإلكترونية بمدينة الرياض.  
مجلة البحث العلمي في التربية، 20 (4)، 241-291.  
نسرين بن عبود، (2017). تأثير مواقع التواصل  
الاجتماعي على الاتصال الأسري، رسالة ماجستير،  
جامعة العربي مهدي أم البواقي، كلية العلوم الاجتماعية  
والإنسانية.

نسرين سحارة، (2017). استخدام مواقع التواصل  
الاجتماعي وأثرها على الأسرة، دراسة ميدانية على  
الازواج المستخدمين الفيسبوك بالوادي. رسالة  
ماجستير، معهد العلوم الإسلامية، جامعة الشهيد حمه  
لخضر الوادي.

هشام سعيد فتحي. (2015). تأثير استخدام شبكات  
التواصل الاجتماعي عبر الانترنت على العلاقات  
الاجتماعية للأسرة المصرية. رسالة ماجستير، كلية  
الإعلام، جامعة القاهرة.

وداد فرج. (2014). أثر مواقع التواصل الاجتماعي  
على العلاقات الاجتماعية داخل الأسرة بولاية