



(علاقة كل من الشغف الأكاديمي وإدمان الإنترنت بالاحترق الأكاديمي)

أسماء رجب ابو ضيف، أمل عصام الشحات - حبيبة محمد صابر - رضوى حسام حسن - سارة عادل عبد الرحمن - شروق محمد

صديق - نوران محمد احمد

المشرف على المشروع: (أ.م.د رياض سليمان طه، أستاذ علم النفس التربوي المساعد بكلية التربية جامعة عين شمس)

برنامج الليسانس في الآداب والتربية (إعدادي وثانوي) تخصص علم النفس، بكلية التربية جامعة عين شمس

المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى بحث علاقة كل من الشغف الأكاديمي وإدمان الإنترنت بالاحترق الأكاديمي، لدى عينه تكونت من ١١٠ من طلاب الصف الثاني الثانوي المقيد بالعام الدراسي 2023-2024 بمدرسة عابدين الثانوية بنات بالقاهرة، وطُبق عليهم أدوات الدراسة وهي: مقياس الشغف الأكاديمي، واختبار إدمان الإنترنت، ومقياس الاحترق الأكاديمي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود علاقة بين الشغف الأكاديمي والاحترق الأكاديمي، بينما توصلت إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين إدمان الإنترنت والاحترق الأكاديمي.

الكلمات المفتاحية:

الاحترق الأكاديمي، الشغف الأكاديمي، إدمان الإنترنت.

بالاحتراق، في حين أن الشغف القهري كان مرتبطاً بشكل إيجابي
بالاحتراق (في رياض سليمان طه، ٢٠٢٠)

ومن أهم المتغيرات الخارجية إدمان الإنترنت **Internet addiction**؛ حيث يُعد إدمان الإنترنت نوعاً جديداً من أنواع الإدمان، انتشر الإنترنت في جميع أنحاء العالم، وأصبح جزءاً رئيساً من الحياة اليومية. ومع ذلك، فإن الاستخدام المفرط للإنترنت يمكن أن يؤدي إلى الإدمان، فإدمان الإنترنت هو اضطراب سلوكي يتميز باستخدام الإنترنت بشكل غير منضبط، مما يؤدي إلى مشاكل نفسية واجتماعية. (صابر عبد الكريم أبو مهادي، ٢٠١١).

ويُعد استخدام الإنترنت ظاهرة شائعة بين الطلاب يمكن أن يكون لها العديد من الآثار السلبية على حياتهم الأكاديمية والاجتماعية. (فرنك جعفري وآخرون، ٢٠٢٢)

لقد تغيرت ديناميكيات التعليم والحياة الطلابية منذ جائحة كورونا فأصبح المجتمع، وخاصةً نظام التعليم، يعتمد بشكل كبير على الإنترنت، وهناك طرق متعددة ومختلفة لا يمكن من خلالها فهم التأثير الذي يمكن أن يحدثه الإنترنت على الصحة النفسية للطلاب.

ويرى (Junwang Jo et al., 2023) أن إدمان الإنترنت وعلاقته بالاحتراق الأكاديمي يجب مناقشته في حقبة ما بعد جائحة كورونا، حيث يمكن أن يكون إدمان الإنترنت مسؤولاً عن الاحتراق الأكاديمي بين طلاب الجامعات.

كما يذكر علي إيماني وآخرون (2018) أنه ومع تزايد استخدام الإنترنت في الحياة اليومية، هناك خطر بين المستخدمين وخاصةً الطلاب الذين يستخدمون الإنترنت كأداة لواجباتهم

يُعرف (Catano (1990) الاحتراق الأكاديمي **Academic Burnout** بأنه شعور الطالب بالإرهاق والتعب، نتيجة متطلبات الدراسة، وشعوره أيضاً بالقلق والتوتر، ويحدث الاحتراق الأكاديمي لدى الطلاب لعدة أسباب مختلفة مثل عدم القدرة على التواصل بشكل صحيح مع أقرانهم وحجم المقررات الكبير الذي يضر بالأداء الأكاديمي والإنجاز (في عبد الناصر الجراح وفيصل الربيع، ٢٠٢٠).

ويتأثر الاحتراق الأكاديمي بمجموعة من المتغيرات منها متغيرات داخلية مثل (شعور الطلاب بالاستنفاد المعرفي والعاطفي، زيادة الأعباء الدراسية، الشغف الأكاديمي، ضعف الدافعية لدى الطلاب، الدعم الاجتماعي)، ومتغيرات أخرى خارجية مثل (الضغط الأكاديمي، الصراع، غموض الدور، إدمان الإنترنت)

ومن أهم المتغيرات الداخلية المؤثر في الاحتراق الأكاديمي هو الشغف الأكاديمي **Academic passion** والذي يُعرفه (Vallerand et al., 2007) بأنه ميل الطلاب القوي نحو نشاط يجوبونه ويفضلونه ويبدلون فيه الجهد ويقضون فيه أغلب الوقت، وهذا ما أشارت إليه دراسة (عبد الناصر الجراح وفيصل الربيع، ٢٠٢٠) من وجود علاقة سلبية بين الشغف الأكاديمي والاحتراق الأكاديمي.

توضح دراسة (Stopper et al, 2020) أن الشغف الأكاديمي يُفسر الاختلافات الفردية في تفاعل الطلاب الأكاديمي والاحتراق بصورة تتجاوز الدافعية الداخلية والخارجية، وبالتالي يستحق المزيد من الاهتمام في علم النفس التربوي، وأوضحت الدراسة العلاقة بين الشغف الانسجامي والقهري والاحتراق وأسفرت النتائج عن أن الشغف الانسجامي مرتبط ارتباطاً سلبياً

التعليمية، فقد يكون الإدمان على الإنترنت عامل خطر للاحتراق الأكاديمي، مما قد يسبب الفشل التعليمي.

وهكذا يتضح وجود علاقة بين الاحتراق الأكاديمي وكل من الشغف الأكاديمي وإدمان الإنترنت مما يؤثر بالسلب على أداء الطلاب الأكاديمي.

لذلك يسعى الباحثون لدراسة العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي والشغف الأكاديمي وإدمان الإنترنت.

مشكلة الدراسة:

لاحظ الباحثون أن شبكات الإنترنت أصبحت ذات تأثير كبير على الطلاب وذلك بسبب الاستخدام المفرط للهواتف المحمولة في الصف الدراسي كلما زاد شغفهم الأكاديمي نحو الاطلاع على كل ما هو جديد، مما أثر على أدائهم الأكاديمي بشكل ملحوظ والشعور بالضغط والإرهاق مما أدى إلى الاحتراق الأكاديمي لدى الطلاب، وذلك بسبب استخدامهم المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي.

ولقد أوصى أيمن حصافي ومحمد سعد (٢٠٢٣) بضرورة دراسة علاقة الشغف الأكاديمي بالاحتراق الأكاديمي.

وأوضح (McCarthy et al. 1990) أن الاحتراق لدى الطلبة له علاقة سلبية مع الإنجازات الأكاديمية، ويتمثل ذلك في الإحباط، والسخط، والإعياء، ووجهات نظر متشائمة. ويشار إلى أن الطلبة الذين لا يحضرون المحاضرات بانتظام، ويحصلون على علامات منخفضة في الواجبات والامتحانات، ويميلون إلى ترك التعليم أو عدم مواصلة دراستهم، يكون من المحتمل أنهم يعانون من الاحتراق الأكاديمي.

وتشير الأدلة إلى أن الأشخاص الذين يعانون من الاحتراق الأكاديمي قد يعانون من علامات، مثل: عدم الاهتمام بالقضايا الأكاديمية، وعدم القدرة على الحضور المستمر في الصفوف الأكاديمية، وعدم المشاركة في الأنشطة الصفية، والشعور بعدم جدوى الأنشطة التعليمية.

ويُعد الاحتراق الأكاديمي متلازمة نفسية تتسم بالإهمك العاطفي وانخفاض الكفاءة الأكاديمية نتيجة للضغوط الأكاديمية المزمنة، ويمكن أن يؤدي إلى آثار سلبية على الصحة النفسية والأداء الأكاديمي للطلاب، ويُعاني طلاب المرحلة الثانوية بشكل شائع من الاحتراق الأكاديمي، وخاصةً في ظل مستوى التوقعات العالية والبيئات التنافسية في المدرسة (Gan & Chen, 2023)

كما أن الطلاب الذين يعانون من الاحتراق الأكاديمي يكثرون الغياب عن المدرسة، ويظهرون السلوك العدواني، وهو ما يؤثر سلباً في الحياة الشخصية للطلاب والبيئة الأكاديمية، الأمر الذي قد يؤدي إلى التسرب.

Rosales_Ricardoetal., 2021, Kaggwa et al, 2021).

وأشار أيمن حصافي ومحمد سعد (٢٠٢٣) أن الشغف الأكاديمي هو ظاهرة شائعة بين طلاب المدارس، والتي يمكن أن تؤثر على مشاعرهم الأكاديمية وانخراطهم والاحتراق الأكاديمي والرفاهة لديهم، حيث تبين وجود علاقة بين متغيري الاحتراق الأكاديمي والشغف الأكاديمي (Yang & Farn, 2005).

كما أوضحت نتائج دراسة كل من أيمن حصافي ومحمد سعد (2023) وجود علاقة سالبة بين متغيري الشغف الأكاديمي والاحترق الأكاديمي.

ومع الانتشار السريع للإنترنت أصبح إدمان الإنترنت من المشكلات الكبيرة التي تسبب أضرار كبيرة في النمو البدني والعقلي، وكذلك الأداء الأكاديمي للطلاب.

وهذا ما أشار إليه (Andreassen et al. 2012) إلى أن إدمان الإنترنت حالة من حالات الاستخدام المرضي، وغير التوافقي التي تزيد من مخاطر المشكلات الاجتماعية والأكاديمية والشخصية (في آمال وآخرون، ٢٠٢٢).

وأوضحت دراسة Katarzyna Tomaszek, et al. (2019) إلى وجود علاقة بين الاحتراق الأكاديمي وإدمان الإنترنت.

في ضوء ما سبق تتضح أهمية دراسة مشكلة الاحتراق الأكاديمي في علاقتها بكل من الشغف الأكاديمي وإدمان الإنترنت، لذلك تحدد مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤالين التاليين:

– ما العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي والشغف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

– ما العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي وإدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

هدف الدراسة:

– تهدف الدراسة الحالية إلى وصف وفهم وتفسير العلاقة بين الشغف الأكاديمي والاحتراق الأكاديمي والعلاقة بين إدمان الإنترنت والاحتراق الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

أهمية الدراسة:

تكتسب الدراسة أهميتها من خلال المتغيرات التي تتناولها من حيث حداتها النسبية، ويمكن تقسيم أهمية الدراسة إلى أهمية نظرية وأخرى تطبيقية كما يلي:

• الأهمية النظرية:

– إثراء الأدبيات بتصور نظري شامل وحديث عن الاحتراق الأكاديمي، والشغف الأكاديمي، وإدمان الإنترنت، في البيئة العربية نظراً لحدثة بعض المتغيرات أو اختلاف المجال التي تناولت من خلاله الدراسة.

– أهمية موضوع الاحتراق الأكاديمي؛ حيث أنه من الظواهر واسعة الانتشار في الأوساط التعليمية، والتي تؤثر سلباً في الأداء الأكاديمي لدى الطلاب في جميع المراحل التعليمية، وتأتي الدراسة الحالية كمحاولة علمية تضاف إلى المحاولات السابقة التي تناولت الاحتراق الأكاديمي من حيث العوامل المسهمة في التنبؤ به.

• الأهمية التطبيقية:

– توجيه نظر العاملين في الحقل التربوي من معلمين ومسؤولين عن العملية التعليمية، إلى ضرورة معرفة علاقة إدمان الإنترنت والشغف الأكاديمي على الاحتراق الأكاديمي.

– إمكانية الاستفادة من نتائج البحث والعمل أيضاً في قبة بيئة تعليمية داعمة لطلاب المرحلة الثانوية وإعداد برامج إرشادية من أجل خفض أعراض الاحتراق الأكاديمي.

مصطلحات الدراسة:

الاحتراق الأكاديمي:

ب/الشغف القهري (Obsessive passion): وفيه يندمج الأفراد في نشاط ما بسبب الضغوط الشخصية أو الاجتماعية، ويستنفذ الاندماج في هذا النشاط الوقت والموارد الخاصة بالفرد بعيداً عن مجالات الحياة الأخرى له، وفي هذا النوع يتحكم الشغف في الفرد وليس العكس .

ويعرف -إجرائياً- من خلال درجة كل بعد من بعدي الشغف الأكاديمي التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الشغف الأكاديمي.

محددات البحث:

- تحدد نتائج الدراسة الحالية بالمحددات التالية
- المحددات الموضوعية: علاقة كل من الشغف الأكاديمي وإدمان الإنترنت بالاحترق الأكاديمي
- المحددات البشرية: عينة من طلاب المرحلة الثانوية.
- المحددات الزمانية: العام الدراسي 2023-2024.
- المحددات المكانية: مدرسة عابدين الثانوية بنات.

الإطار النظري

أولاً: -الاحترق الأكاديمي:

مفهوم الاحترق الأكاديمي:

يعرف مفهوم الاحترق الأكاديمي بعدة تعريفات منها ما يلي:

- يشعر فيه الطالب بالإرهاق بسبب متطلبات الدراسة، والتشاؤم والرغبة في الانسحاب والانفصال عن مهام التعلم وضعف الكفاءة الأكاديمية. (Schaufeli et al. (2020) في (ماجد محمد، منال علي، ٢٠٢٠)

عرفه جابر حمد (٢٠٢١) بأنه حالة انفعالية من الانتهاك الجسدي والانفعالي، والسخرية والاتجاهات السلبية نحو الدراسة، وفقدان المعنى من قيمة الدراسة وأهميتها، وانخفاض الكفاءة الأكاديمية، وتدني الإنجاز الشخصي في البيئة الأكاديمية، وذلك نتيجة للضغوط التي يتعرض لها الطالب في البيئة المدرسية، وعدم قدرتهم على التعامل مع كثرة المتطلبات الأكاديمية . ويعرف -إجرائياً- بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الاحترق الأكاديمي.

إدمان الإنترنت:

عرفه (1996) Young بأنه " تعكر المزاج واضطراب السلوك تبعاً له عندما يحرم الشخص من استخدام الإنترنت ويتلو ذلك فقدان القدرة على التحكم في مدة استخدام الإنترنت مع تأثير قدرة الشخص على إنجاز الأنشطة اليومية. (في إبراهيم الشافعي، ٢٠١٩).

ويعرف -إجرائياً- بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على اختبار إدمان الإنترنت.

الشغف الأكاديمي:

عرفه رياض سليمان طه (٢٠٢٠) بأنه ميل قوي نحو نشاط يحبه الأفراد ويجدونه مهماً ويبدلون فيه الوقت والجهد .

ويتضمن بُعدين هما :

أ/الشغف الانسجامي (Harmonious

passion): وفيه يندمج الأفراد في نشاط ما بإرادتهم، بحيث لا يتعارض هذا الاندماج مع مجالات الحياة الأخرى للفرد لأن الفرد يتحكم في هذا النوع من الشغف.

– الاحتراق الأكاديمي هو متلازمة نفسية يُعاني منها العديد من الطلبة بدرجات متفاوتة (Salmela Aro et al., 2009) في (ماجد محمد، منال علي، ٢٠٢٠)

– يتمثل في شعور الطالب بالإجهاد الانفعالي وانخفاض الدافعية بوجه عام ونحو مهام الدراسة على وجه الخصوص، فهو حالة من الإرهاق الانفعالي والجسدي تؤدي إلى انضوب الشخصية، وضعف الإنجاز الدراسي يرافقه انخفاض الدافع للتعلم والموقف السلبي تجاه المعلمين والزملاء (يوسف شلي ووسام القصبي ٢٠١٨)

في (ماجد محمد، منال علي، ٢٠٢٠)

– الاحتراق الأكاديمي هو أحد أنواع الاحتراق الذي يحدث لدى الطلبة، ويؤثر على أدائهم الأكاديمي، ويتضمن الشعور بالإرهاق نتيجة المتطلبات الأكاديمية والشعور بالتشاؤم، وعدم الاهتمام بالواجبات المترتبة والشعور بعدم الكفاءة الأكاديمية (Breso, Salanova & Schaufeli, 2007) في (أحمد محاسنة، وآخرون، ٢٠٢٠)

– هناك العديد من التعريفات التي تناولت الاحتراق الأكاديمي، حيث اعتبرت بعض هذه التعريفات الاحتراق الأكاديمي بأنه حالة انفعالية، في حين اعتبر البعض الاحتراق الأكاديمي متلازمة من الأعراض.

أشارت إيناس فتحي وآخرون (2023) إلى أن الاحتراق الأكاديمي هو متلازمة تتميز بمشاعر الإنهاك الانفعالي والبدني والمعرفي والانفصال والانسحاب من الدراسة كنتيجة لمتطلبات الدراسة الضاغطة، وهو ما قد يترتب عليه نقص الكفاءة الأكاديمية.

وترى نرمين محمد (٢٠١٨) أن الاحتراق الأكاديمي هو الشعور بالتعب والإجهاد بسبب متطلبات الدراسة كالحضور، والاستذكار، والواجبات، والأنشطة والامتحانات)، والذي تظهر أعراضه في الإنهاك، والمشاعر السلبية تجاه الدراسة وضعف الإنجاز الشخصي.

– كما يعرفه وسف شلي وسام القصبي (٢٠١٨) بأنه زملة من الأعراض تنشأ نتيجة للضغوط الأكاديمية المتزايدة والأعباء الدراسية التي يتعرض لها الطلاب، وتتمثل أعراضها في الشعور بالإرهاق الانفعالي، والاتجاه السلبي نحو الدراسة بالإضافة إلى شعور الطالب بانخفاض كفاءته.

– يتضح مما سبق أن كل التعريفات اتفقت على أن الاحتراق الأكاديمي شعور بالإرهاق والتعب نتيجة الضغوط الأكاديمية والأعباء الدراسية.

وتبنى الباحثون تعريف جابر حمد (٢٠٢١) للاحتراق الأكاديمي بأنه حالة انفعالية من الإنهاك الجسدي والانفعالي والسخرية، والاتجاهات السلبية نحو الدراسة وفقدان المعنى من قيمة الدراسة وأهميتها، وقلة الكفاءة الأكاديمية وتدني الإنجاز الشخصي في البيئة الأكاديمية، وذلك نتيجة للضغوط التي يتعرض لها الطلاب في البيئة المدرسية وعدم قدرتهم على التعامل مع كثرة المتطلبات الأكاديمية.

طبيعة الاحتراق الأكاديمي: تناولت الدراسات السابقة الاحتراق على أنه –الإرهاق الانفعالي: ويشير إلى معاناة الطالب الأكاديمية، وشعوره بالإرهاق والتعب من متطلبات الدراسة ويظهر من خلال التعب المستمر، وفقدان الحيوية والنشاط الذي يفتقر فيه الطلاب إلى الحماس في تعلمهم عموماً، ويشعرون بالإرهاق والتوتر والإحباط، ولا يمكنهم تركيز انتباههم على التعلم ويصابون بحالة إجهاد شديد،

ويتم استنفاد الموارد الانفعالية لديهم (نرمين محمد، 2020) فيعتبر الإرهاق أكثر الأبعاد أهمية في متلازمة الاحتراق لما له من علاقة وثيقة بأنواع أخرى من الأمراض النفسية مثل الاكتئاب واضطرابات القلق (Artal & Cabrera, 2013) في (إيناس فتحي وآخرون، 2023)

المشاعر السلبية تجاه الدراسة: يصاب الطالب المشاعر السلبية وفقدان التقدير نحو دراسته ومواده الدراسية، والمدرسة، والواجبات حيث يصبح اتجاه الطلاب نحو الآخرين يتميز بالسلبية والرفض؛ ولا يمكنهم الوثوق بالآخرين، وينتقدونهم ولا يؤمنون بهم. في (إيناس فتحي وآخرون، 2023)

ضعف الإنجاز الشخصي: ويتمثل في تقييم الطالب لإنجازاته الشخصية بشكل سلبي وتوقعه الأداء السيئ وضعف الثقة حيث يؤدي الاحتراق الأكاديمي إلى انخفاض الإنجاز، فقد ينقص الطلاب من قيمة إنجازاتهم، بل إن بعضهم سينفي ما فعلوه نرمين محمد، (2018).

ويختلف انخفاض الكفاءة عن الإرهاق الانفعالي فالإرهاق عند (Wu, 2010) يقتصر على الجانب الانفعالي فقط ولم يتطرق إلى الجانب المعرفي والجسمي للإرهاق. في (إيناس فتحي وآخرون، 2023)

أوضحت نتائج دراسة (Non et.al, 2013) أن الإرهاق الانفعالي مؤشراً مهماً على اللامبالاة؛ وهذا يعني أن شعور الطلاب بالاستنزاف الانفعالي، والإرهاق بسبب الضغط الأكاديمي كان مرتبطاً بموقف منفصل وساخر تجاه الدراسة لاحقاً، كما وجد أن انخفاض الكفاءة الأكاديمية كانت مؤشراً مهماً للامبالاة. وتشير هذه النتيجة إلى أن انخفاض

الكفاءة الأكاديمية كانت أيضاً نقطة انطلاق لعملية الاحتراق. في (إيناس فتحي وآخرون، 2023)

العوامل المسببة للاحتراق الأكاديمي:

يمكن تقسيم العوامل المسببة للاحتراق الأكاديمي إلى عوامل داخلية، وعوامل خارجية، ويحدث الاحتراق نتيجة لتفاعل هذه العوامل معاً

ويذكر مختار بوفرة (2018) تؤدي التوقعات المرتفعة إلى تصورات موضوعية أو ذاتية للضغط المستمر والشديد، مما يؤدي إلى مزيد من التعب والقلق لدى الطالب تجاه الدراسة بالإضافة إلى تلك العوامل المرتبطة بالسمات مثل الكفاءة الذاتية وصورة الذات، ووجهة الضبط، والثقة بالنفس والقلق والتقييمات الذاتية، وأنماط الدافعية وفيما يلي إشارة لتلك الأسباب. في (إيناس فتحي وآخرون، 2023)

(أ) العوامل الداخلية:

تمثل العوامل النفسية المسببة للاحتراق الأكاديمي فيما يلي:

يرتبط الاحتراق الأكاديمي ببعض العوامل النفسية التي من بينها انخفاض تقدير الذات؛ حيث يرى (Johnson et.al., 2020) أن انخفاض تقدير الذات له دوراً مؤثراً في احتمالية التعرض للضغط والاحتراق، وذلك لأنه يمكن أن يؤدي انخفاض تقدير الذات إلى آثار نفسية تجعل الشخص أكثر عرضه للمواقف الضاغطة، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه (Karimia et.al., 2014) بأن تقدير الذات يزيد من الأداء الأكاديمي ويقلل من الاحتراق الأكاديمي، ويوضح (Norez, 2017) أن سمات الشخصية تعد مؤشراً مهماً لتطور أعراض الاحتراق الأكاديمي، حيث أن الأشخاص الذين يظهرون مستويات عالية من الانبساط

(1) الدراسة:

تشير (Ling et.al., 2014) إلى أن الاحتراق الأكاديمي يرتبط بطبيعة البرنامج الدراسي الذي يلتحق به الطلبة؛ حيث يعاني طلبة الطب من الاحتراق الأكاديمي بمستوى أعلى مما يُعاني منه الطلبة الذين يدرسون علوم الكمبيوتر واللغات الأجنبية، وقد يكون بسبب التدريب الطبي الذي يتطلب من طلبة كليات الطب مستويات عمل عالية، علاوة على ذلك ضغوط التوظيف في المستقبل وذلك بجانب ضغوط الدراسة الأكاديمية. في (إيناس فتحي وآخرون، ٢٠٢٣)

(2) ضغوط التوظيف غير المسبوق:

تعتبر ضغوط العمل غير المسبوق من العوامل التي تزيد من الاحتراق الأكاديمي؛ حيث إنه كل عام يصبح هناك عدد كبير من طلاب الجامعات بحاجة للتوظيف، مع تجاوز العرض للطلب مما يجعل من الصعب جداً العثور على عمل مثالي، وحتى إن أمكنهم التوظيف سيظل الراتب قليل، لذا فإن فكرة التعلم غير المجدي ستتطور بشكل كبير، مما يجعل الطلاب يرغبون في العثور على وظيفة جيدة في وقت مبكر، وليس الدراسة بمجد. (Wu, 2010) في (إيناس فتحي وآخرون، ٢٠٢٣)

(3) أوجه القصور في التعليم الجامعي:

تتمثل إحدى سلبيات التعليم العالي في التأكيد على النظرية وتجاهل الممارسة، حيث تتضمن الكثير من البرامج جوانب نظرية بدون برامج عملية، فعلى سبيل المثال وجد أن تعليم المعلمين لا يهتم إلا بتدريس المعرفة النظرية، مع تجاهل الممارسات العملية، لذلك يعتقد الطلاب أن المعرفة المكتسبة ليس لها قيمة عملية، مما يجعلهم يتجاهلون المقررات والمعرفة

اجتماعيون للغاية ويتفاعلون مع الآخرين بطرق إيجابية مما يخدم وظيفة الصد المؤقت فيما يتعلق بالمواقف الضاغطة، والأشخاص ذوي الضمير العالي معتادون على الحذر والموثوقية والعمل الدؤوب ومنظمين بشكل هادف، وبالتالي يتسمون بالعمل الجاد والانضباط الذاتي والسعي نحو الإنجاز والمثابرة والكفاءة العالية في الدراسة، مما يترتب عليه الشعور بالرضا عن أدائهم، وبالتالي يظهرون مستويات أقل من الاحتراق لأن الإحساس المنخفض بالإنجاز الشخصي هو عنصر أساسي في الاحتراق، وتعكس الكفاءة الذاتية العالية لدى الطلاب ثقتهم في قدرتهم على التعلم، وهو ما يترتب عليه الاهتمام بالتعلم وانخفاض الاحتراق الأكاديمي (Ling, et al., 2014) وذلك نظراً للارتباط بين الكفاءة الذاتية وأساليب العزو حيث يؤدي أسلوب العزو الإيجابي إلى تعزيز الكفاءة الذاتية للطلاب، وبالتالي تقليل حالات الاحتراق، بينما يعزو الطلاب الذين لديهم أسلوب عزو سلبي الفشل إلى عوامل خارجية لا يمكن السيطرة عليها، مما يؤدي إلى تقليل كفاءتهم الذاتية، وبالتالي زيادة التعرض للاحتراق الأكاديمي، ويتفق مع ذلك ما أشار إليه (Lee, et al., 2020) بأنه عند إجراء تدخل يجب أن يتم التركيز على أساليب العزو في عملية التفكير الخاصة بالطلاب.

ويشير على الشهري، (٢٠٢٠) إلى أن انخفاض الهناء الذاتي الأكاديمي يترتب عليه المرور بخبرة الاحتراق الأكاديمي، فالشعور بالإرهاق الناتج عن كثرة الأعباء الدراسية، والاتجاهات السلبية تجاه العمل الدراسي، قد يترتب على ذلك التسرب من الدراسة. في (إيناس فتحي وآخرون، ٢٠٢٣)

(ب) العوامل الخارجية

التي تعلموها إلى حد ما، فضلاً عن أدراكهم المنخفض لتخصصهم. (Wu, 2010) في (إيناس فتحي وآخرون ، ٢٠٢٣)

ومن أكثر العوامل تأثيراً على طلاب المرحلة الثانوية هي العوامل النفسية، حيث إن الإحساس المنخفض بالإنجاز الشخصي وانخفاض الكفاءة عناصر أساسية في الاحتراق الأكاديمي. في (إيناس فتحي وآخرون، ٢٠٢٣)

مظاهر الاحتراق الأكاديمي:

تتعدد مظاهر الاحتراق الأكاديمي، تبعاً لأبعاد متلازمة الاحتراق الثلاث التي سبق الإشارة إليها، وتتمثل فيما يلي:

(أ) المظاهر الجسمية: تُعد اضطرابات النوم من مظاهر الاحتراق الأكاديمي والتي تندرج تحت بُعد الإرهاق، وتتمثل تلك الاضطرابات في الوهن وتوتر العضلات والتغير في عادات الأكل والنوم (أمل الهملان، ٢٠١٧) كما تتمثل أيضاً في النوم المتقطع، وزيادة وقت الاستيقاظ، وانخفاض كفاءة النوم، ويمكن أن تؤدي مشاكل النوم أثناء الاحتراق إلى الإرهاق الجسدي وتشرح سبب شعور الأشخاص الذين يعانون من الاحتراق بالنعاس والتعب العقلي معظم اليوم طوال أيام الأسبوع دون أن تقل في عطلات نهاية الأسبوع. في (إيناس فتحي وآخرون، ٢٠٢٣)

(ب) المظاهر السلوكية: تتمثل المظاهر السلوكية لدى الأشخاص الذين يعانون من الاحتراق في زيادة مقاومة الذهاب إلى العمل أو المدرسة، والتأخير في الحضور للعمل أو الجامعة، وفقدان القدرة على حل المشكلات، والتأخر في أداء العمل وعدم تأديته بجدية، أو تأديتها بكفاءة أقل، والانسحاب وتجنب الزملاء في العمل أو الدراسة، وزيادة

استخدام الأدوية التي تغير المزاج (بما في ذلك الكافيين والنيكوتين، وعدم القدرة على ممارسة الأنشطة الترفيهية (Roberts, 1997) كما يُعاني الأشخاص ذوي الاحتراق الأكاديمي من فرط النشاط والاندفاع، والشكوى القهرية . في (إيناس فتحي وآخرون، ٢٠٢٣)

(ج) المظاهر الانفعالية: تتمثل المظاهر الانفعالية للاحتراق الأكاديمي في الشعور المستمر بالفشل، والإحباط والإحساس بالذنب ولوم الذات، وكثرة الغضب، والشعور بالاستياء وزيادة الاستعداد للاستشارة الانفعالية، بالإضافة إلى الشعور بالإحباط والضعف واللامبالاة، وتفضيل التأقلم بدلاً من السعي للتغيير والإبداع، فحينما يدرك ضحايا الاحتراق توقعاتهم غير الواقعية، تفقد (Roberts, 1997) المثالية من ثم يتبعها فقدان الحماس، وينخفض الدافع لديهم والذي يُعد بمثابة مؤشر على خيبة الأمل، والاستسلام، والملل، والإحباط. في (إيناس فتحي وآخرون، ٢٠٢٣)

(د) المظاهر المعرفية:

وتتضح في زيادة الأفكار السلبية تجاه الوظيفة أو الدراسة، ونقص القدرة على التركيز، وجهود التفكير، ومقاومة التغيير، وزيادة الشك وانعدام الثقة، والموقف الساخر للوم تجاه رؤساء العمل والمعلمين والزملاء، وعقلية الضحية. (Roberts, 1997) في (إيناس فتحي وآخرون ، ٢٠٢٣)

ويعتبر من أكثر المظاهر التي تناسب طلاب المرحلة الثانوية هي المظاهر الانفعالية فمن خلال الاحتراق الأكاديمي ينخفض الدافع لدى الطلاب فيصبح مؤشر على الاستسلام والإحباط. في (إيناس فتحي وآخرون، ٢٠٢٣)

الآثار السلبية المترتبة على الاحتراق الأكاديمي:

يترتب على الاحتراق الأكاديمي العديد من الآثار السلبية، وتمثل تلك الآثار فيما يلي:

يشير عبد الرسول عبد الباقي وعبد اللطيف عبد اللاه (٢٠١٧) إلى أن الاحتراق الأكاديمي يؤدي إلى التسويف الأكاديمي، فكلما ازدادت رغبة الطلاب في عدم المشاركة في الأنشطة التعليمية، أو الانتظام في حضور المحاضرات، أو إنجاز البحوث والتكليفات الخاصة بالمقررات أو الاستعداد للامتحانات الفصلية، وشعورهم بالتعب الشديد والإفهام المعرفي والانفعالي والجسمي، وفقدان الاهتمام بالدراسة، ينتج عن ذلك انخفاض الأداء الأكاديمي، وقلة الكفاءة المهنية في المستقبل، وتدهور الحالة الصحية، مما يؤدي إلى تعمد تأجيل أو عدم البدء في المهام الأكاديمية المطلوبة منهم في وقت محدد، وعدم الانتهاء منها حتى اللحظات الأخيرة، وبالتالي يؤثر سلباً على التحصيل الدراسي لديهم.

ويشير مختار بوفرة (2018) إن دائرة الآثار المترتبة على الاحتراق تتسع لتشمل تفاعلات الشخص وعلاقاته الاجتماعية؛ حيث يشعر بعدم الرغبة في التفاعل مع الآخرين، ويميل إلى العزلة والانسحاب لعدم رغبته في الظهور أمام الناس، وعدم قدرته على التعامل مع أفراد عائلته وأصدقائه ومحادثتهم، وتكون لديه اتجاهات سلبية نحوهم.

ويشير (Ding et.al. 2019) إلى أن الأشخاص الذين يعانون من الاحتراق الأكاديمي يسجلون درجات منخفضة على الالتزام المهني مما يترتب عليه انخفاض مستوى أدائهم المهني والإنتاجية، وهو ما سينعكس بالسلب على المؤسسات التي يلتحقون للعمل بها.

ويري (Singh et.al. 2020) أن الاحتراق الأكاديمي يترتب عليه زيادة الشعور بالوحدة وقلة مشاركة الطلاب، حيث يُعاني الطلاب الذين يشعرون بالوحدة من ضعف الارتباط مع الآخرين، وبالتالي يشعرون بالعجز ويستسلمون بسرعة أثناء مواجهة التحديات مما يؤثر على كفاءتهم واستقلاليتهم في المشاركة الأكاديمية. (في إيناس فتحي وآخرون ، ٢٠٢٣).

ثانياً: الشغف الأكاديمي:

مفهوم الشغف الأكاديمي:

وقد ظهر مفهوم الشغف في علم النفس لأول مرة عام 2003 من قبل (Vallerand et al., 2003) بنشر أول دراسة تناولت موضوع الشغف، فالشغف هو الحب الموجه نحو نشاط معين، ويُقال شغف به شغفًا فهو مشغوف، والشغاف هو غلاف القلب وحجابه، وشغف بالشيء أي أولع به وصار محباً له حباً شديداً، ويُقال أنشغف بعمله شغفًا أي أخذه أخذًا يستغرق كل وقته واندمج فيه اندماجاً كاملاً (معجم لسان العرب؛ معجم الغني) (في تمارة قاسم، ٢٠٢١).

ويذكر (Vallerand and Houhfort 2003) الشغف بأنه الشعور برغبة ملحة وقوية تجاه نشاط مهمًا ومرغوب فيه لدى الفرد؛ حيث يبذل أقصى جهد ممكن من طاقاته لتحقيقه، وعلى مدار فترة زمنية طويلة، ويُعد هذا التعريف هو الأكثر ارتباطاً بالشغف، والذي يشمل على بعدي من الشغف الانسجامي والقهري، ويُشار إلى أن الشغف قد يتراوح من مجرد الاهتمام أو الإعجاب بفكرة ما، وصولاً لدرجة الانجذاب أو العاطفة القوية تجاهها، وبالتالي إثارة دافعية الطلبة، وتعزيز شعورهم بالقدرة على إنجاز أعمالهم بنجاح، وشعورهم بالتوازن (في تمارة قاسم، ٢٠٢١).

على الرغم من ندرة الدراسات التي تناولت البحث في سيكولوجية الشغف، وجُد العديد من المساهمات التي وضحت طبيعة النشاط الشغفي، فعلى سبيل المثال، توضح وجهة النظر

الأولى الشغف بما يتناسب مع أصل الكلمة فهي كلمة مقتبسة من الكلمة اللاتينية (passion) ويقصد بها "المعاناة وتصف الأفراد كعبيد لشغفهم، فوفقاً لهذا التفسير يُنظر إلى الشغف على أنه حالة سلبية، وذلك لأن الشغف يسيطر على سلوك الأفراد وتصرفاتهم، وحسب ذلك التفسير فإن الفرد الشغوف يُعاني من العديد من الاضطرابات والمشاكل (تمارا قاسم، ٢٠٢١).

بينما تفسر وجهة نظر Boaum and Locke(2004) الشغف على أنه حالة إيجابية؛ حيث يُوصي أرسطو بأن الأفراد ينبغي أن لا ينجحوا من إظهار شغفهم لأنه يعكس سمات إنسانية سامية، أو ما يجب أن يكون عليه الإنسان، ولكن (ديكارت) عرف الشغف أنه عبارة عن مشاعر إنسانية قوية وميول متأصله لدى الأفراد قد تكون إيجابية إذا كانت السبب وراء السلوك، وهناك وجهة نظر مختلفة تفسر الشغف بأنه قد يؤدي وظيفة تحفيزية، فعلى سبيل المثال، يوجد عدد من الأفراد يبذلون مستوى مرتفع من الأداء، ويبذلون الكثير من الطاقة والجهد، ويقضون معظم وقتهم في إنجاز نشاطهم المفضل، فالشغف هو السبب وراء وصولهم إلى مستويات أعلى من الإنجاز (في الشيماء محمود، ٢٠٢٢).

ويُعرف (2004) Day الشغف الأكاديمي على أنه حاجة ملحة لتحقيق تعلم عالي الجودة من خلال التركيز على تنشيط أهم عناصر بيئة التعلم وهي: الانتباه، والتحفيز، والاستعداد (في تمارا قاسم، 2021).

كما يذكر Carbonneau, et al. (2008) الشغف الأكاديمي بأنه الدافعية نحو تعلم أشياء جديدة والبحث عن كل ما هو جديد للتوصل إلى نشاط معين واستثمار الجهد والطاقة لإنجازه (في الشيماء محمود، 2022).

يتضح مما سبق أن الشغف الأكاديمي عامل نفسي هام يؤثر في سلوك الطلاب، وهو شعور قوي وإيجابي وطاقة فكرية تجعل لديهم الحماس نحو العمل وتبعدهم عن الخمول والكسل.

ولقد تبني الباحثون تعريف الشغف الأكاديمي عند (رياض سليمان، ٢٠٢٠) بأنه: ميل قوي نحو نشاط يحبه الأفراد ويجدونه مهماً ويبذلون فيه الوقت والجهد.

أبعاد الشغف الأكاديمي:

أولاً: الشغف الانسجامي:

يُعرفه (Deci and Ryan 2000) رغبة قوية وشعور داخلي متحكم فيه يختار فيه الطلبة الاندماج في ممارسة الأنشطة الأكاديمية الشغفية بحرية تامة وبشكل اختياري، دون وجود ضغوط داخلية أو خارجية تؤثر في اختيارهم ما يجعلهم يستمرون في ممارسته بكفاءة عالية حتى يتم إنجازه بنجاح، وبما يتناسب وينسجم مع الأنشطة الحياتية الأخرى المطلوب منهم إنجازها. وبناء على ذلك يصبح النشاط مصدراً من بنيتهم الذاتية المتكاملة، مما يؤدي إلى الحد من الصراع مع المجالات الأخرى في الحياة والتكيف والتوازن والشعور بالراحة، ومن خلال ذلك يتضح أهمية الشغف الانسجامي في أنه يمكن الطلبة من القدرة على التحكم في رغبتهم بالمشاركة أم عدم المشاركة في النشاط، فعلى سبيل المثال عند المشاركة في لعبة كرة السلة تكون المشاركة نابعة من حب الفرد للعبة وليس بسبب مصدر ضغط خارجي ما يؤثر إيجابياً في حياتهم وسلوكهم (في تمارا قاسم، ٢٠٢١).

ويري (Vallerand 2015) أن الأشخاص ذوي الشغف الانسجامي يحققوا إنجازاً عالياً بمرور الوقت نتيجة التدريب المستمر على هذا النشاط، فالشغف الانسجامي يؤدي إلى تركيز أفضل، إذ يشعر الفرد فيه بمستويات أقل من القلق والضغط مما يمنع الجمود العقلي والإصابات الجسدية، ويتميز الشغف الانسجامي بأنه يكون محفزاً لأداء الفرد، وتكون له نواتج إيجابية، ويشعر فيه بالراحة فيما يقوم به من عمل مما يساعد على خلق جو إيجابي وفعال ويؤدي إلى الشعور بالمتعة والسعادة (في الشيماء محمود، ٢٠٢٢).

ثانياً: الشغف القهري:

يُعرفه (Vallerand et al. 2003) رغبة وشعور داخلي قوي غير متحكم فيه يسيطر على مشاعر الطلبة ويدفعهم لممارسة الأنشطة الأكاديمية الشغفية فقط، وتجنب ممارسة الأنشطة الحياتية الأخرى، فالطلبة يركزون انتباههم على نشاط

واحد فقط متجاهلين الأنشطة الأخرى ذات الأهمية في حياتهم، مما يؤدي إلى خلق الصراع مع الأنشطة الأخرى، وعادة ما تظهر بعض المشاعر السلبية أثناء النشاط الأكاديمي الشغفي وبعده كالشعور بالقلق والتوتر، والانغلاق على الذات، وعدم الاستفادة من خبرات الآخرين (في تمارا قاسم، 2021).

يذكر (Hodgins and Knee 2002) الشغف القهري أنه ينشأ نتيجة حالات داخلية طارئة تسيطر على الفرد وتصنع لديه ضغوط داخلية أو لضغوط بين شخص في عناصر البيئة المحيطة تتدخل لتحديد مصير الفرد وتجعله يعاني من مشاعر القبول الاجتماعي أو تقدير الذات أو نتيجة لعدم قدره على المقاومة الشعور بالإثارة المستمدة من الاندماج في النشاط.

ويتميز الطلبة ذوو الشغف القهري بمجموعة من الصفات منها الثبات الصارم وعدم المرونة الذي ينعكس على عدم قدرتهم على مواجهة مشكلة التعارض والصراع مع الجوانب الأخرى من حياتهم عند الانخراط في النشاط الأكاديمي الشغفي (في الشيماء محمود، ٢٠٢٢).

كما سبق تبني الباحثون بعدين للشغف الأكاديمي وهما:

أ- الشغف الانسجامي: يندمج فيه الأفراد في نشاط ما يراودهم، ويكون هذا الاندماج لا يتعارض مع مجالات الحياة الأخرى للفرد لأن الفرد هو الذي يسيطر في هذا النوع من الشغف.

ب- الشغف القهري: يندمج فيه الأفراد في نشاط بسبب الضغوط الشخصية أو الاجتماعية، ويكون هذا الاندماج بعيداً عن مجالات الحياة الأخرى، وهنا يتحكم الشغف في الفرد وليس العكس.

أهمية الشغف الأكاديمي:

أشار (Bélanger and Ratelle 2021) أن الشغف الأكاديمي يزيد من حب الفرد لدراسته ويجعل منه فرداً متحمساً لدراسته ولديه شغف تجاه تعلمه مما يزيد من دافعيته تجاه التعليم. - فالشغف يجعل الأشخاص يستمرون في مزاولة أنشطتهم التي يشغفون بها، كما يزيد من رغبتهم للإنجاز أو أن يصلون لمستوى

جيد في مجال ما، ويجعلهم يثابرون في أدائهم حتى في حالات الإخفاق في مهامهم، وعلى الرغم

من احتمالية النواتج السلبية لاستمرار مزاولتهم لأنشطتهم التي يشغفون بها (Crocker & Park, 2001) ويمكن أن يوضح الشغف أحد التفسيرات المهمة لبذل الأفراد لكثير من الوقت والطاقة والعمل الجاد نحو الإنجاز في المجالات التي يشغفون بها، ومن أمثلة ذلك هؤلاء الأفراد الذين أحرزوا إنجازات بارزة في مجالات رياضية أو فنية أو علمية نتيجة لشغفهم

هذا، والذي جعلهم يزاولون نشاطهم لفترات طويلة وأدى ذلك إلى تمتعهم بالمهارة والدراية (Sigmundsson et al, 2003)

ويسهم الشغف الأكاديمي الانسجامي في استمرار الاندماج بسعادة ومنتعة في العمل الأكاديمي، ويساعد في منع حدوث الخبرات التي تؤثر سلباً على الفرد بسبب الصراع النفسي وقلة الراحة النفسية، أما الشغف القهري فيؤدي إلى حدوث صراع نفسي أثناء ممارسة الأنشطة الأكاديمية المختلفة مما يؤثر هذا سلباً على الفرد بشكل عام (Vallerand & Zhaoet. 2021) وأشارت نتائج كل من ((Yukhymenko & Sharma, 2008 إلى أن الشغف الأكاديمي الانسجامي يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالحيوية والتدفق والمشاركة والرفاهية النفسية والصحة البدنية والإبداع والعلاقات الشخصية والازدهار الأكاديمي والنمو الذاتي والإنجاز والرضا عن الحياة والسعادة الذاتية والمتعة والمثابرة والتفاني والقدرة على تحديد الأهداف في (صفاء بيرق، ٢٠٢٣).

النظريات المفسرة للشغف الأكاديمي:

وتوجد العديد من النظريات التي حاولت تفسير الشغف كنظرية تحديد الذات (Self-Determination theory): (2014)

وقد أوضح (Deci and Ryan 2000) أن الفرد يشارك خلال مراحل نموه بالعديد من الأنشطة وذلك بهدف

إشباع حاجاته النفسية الأساسية، وتُعد تلك الحاجات بنيات نفسية أساسية يحتاجها الإنسان ليشعر بدافع تجاه السلوك، وتتضمن تلك الحاجات النفسية (Autonomy) الاستقلال الذاتي والذي يشير إلى حاجة الفرد لمعرفة نفسه؛ فالفرد يرى تصرفاته كشيء له تأثير حقيقي وملمووس، وأنه قادر على ممارسة إرادته مع بعض التحكم على ما يفعله حيث يشعر بالاستقلالية عندما تتاح له حرية الاختيار، والفرصة لتوجيه النفس والقدرة والتعبير عن مشاعره وبالتالي الارتياح الذاتي، بينما تشير efficiency (الكفاءة) إلى اعتقاد الفرد حول قدرته على القيام بمهمة ما، وبالتالي شعوره بالاستقلال الذاتي ويشعر الفرد بالكفاءة من خلال التجارب الناجحة، التي يمر فيها خلال ممارسة النشاط وتطوير شعوره بالرضا والمشاعر الإيجابية تجاه تلك التجارب مما يعكس الدافعية الذاتية في المستقبل ناحية الأنشطة المماثلة، وأخيراً الارتباط الذي يشير إلى الحاجة لإنشاء العلاقات مع أشخاص آخرين فمن المهم شعور الفرد بأنه محبوب، ومحاط باهتمام ورعاية الآخرين.

نموذج (Ruland fiu, 2001)

ويفسر الشغف بكيفية تكوين الطلاب للدافعية للمشاركة في الأنشطة الأكاديمية؛ حيث تتأثر الدافعية بمجموعة من العوامل يتمثل العامل الأول بالإدراك الداخلي لقيمة وأهمية النشاط في حياتهم، ومدى الارتباط بين ما تعلموه، ومهنتهم المستقبلية، فكلما شعر الطلبة بفائدة النشاط وقيمتهم ترتفع مستوى مثابرتهم، وجهودهم، ويقضون وقتاً أطول في ممارسته، أما العامل الثاني فيتمثل في Internal cognition (الإدراك الداخلي نحو القدرة على المشاركة في النشاط) فكلما كان لدى الطلبة شعور داخلي قوي بقدرتهم على الإنجاز يبدو اهتماماً أكبر في النشاط ويستقرون فيه لوقت أطول، أما العامل الأخير فيشير إلى قدرة الطلبة على التحكم في المثيرات التي تؤثر على أدائهم أثناء القيام بالنشاط، ومواجهتهم لأية معوقات أخرى، ويمكن أن تؤدي لمستوى منخفض من الأداء (في الشيماء محمود، ٢٠٢٢).

ثالثاً: إدمان الإنترنت:

مفهوم إدمان الإنترنت:

أول من وضع مصطلح إدمان الإنترنت عالمة النفس الأمريكية Kimberly Young، فقدمت مصطلح إدمان الإنترنت لأول مرة عام ١٩٩٦ في الاجتماع السنوي للجمعية الأمريكية لعلم النفس وعرفت إدمان الإنترنت على أنه اضطراب في التحكم والانفعالات لا يحتوي على مواد مسكرة، كما أشار (Young, 2004) بأنه الاستخدام المفرط المصحوب بالانسحاب والتداعيات السلبية وتمت الإشارة إلى مفهوم إدمان الإنترنت بعدة مسميات مختلفة منها اضطراب إدمان الإنترنت addiction disorder Internet، والاستخدام المفرط للإنترنت Excessive internet use، والاستخدام القهري للكمبيوتر Compulsive internet use، واستخدام الإنترنت المشكل Problematic internet use وإدمان سلوك الإنترنت addiction Computer Internet behaviour واستخدام الإنترنت المرضي Pathological internet use (في أمال علي، ٢٠٢٢).

أشار (Young and Rogers 1998) إدمان الإنترنت بأنه اعتماد عقلي على الإنترنت وعرف كل من يتميز بإنفاق الوقت والمال على الأنشطة المتعلقة بالإنترنت بطريقة مفرطة، والشعور غير السار في حالة عدم الاتصال بالإنترنت مثل التوتر والغضب. وقد ذُكر إدمان الإنترنت على أنه استخدام الإنترنت لفترات طويلة مما يسبب مشكلات في الجوانب المعرفية والسلوكية، ويسبب اضطراباً وضعفاً شديداً في أداء الفرد للجوانب الحياتية الهامة. (ف أمال علي، ٢٠٢٢).

كما أوضح (Bozoglan 2017) إدمان الإنترنت على أنه حالة فقد فيها الفرد التحكم على استخدامه للإنترنت والمضي قدماً في استخدامه بشكل مفرط، إلى الحد الذي يواجه فيه عواقب إشكالية لها تأثيراً سلبياً على حياته. (في أمال علي، ٢٠٢٢).

يحلل العلاقات الواقعية بالعلاقات الافتراضية سواء كان ذلك في غرفة الدردشة، والمنتديات أو المجتمعات على الشبكة أو البريد الإلكتروني.

إدمان الجنس على السير hypersexual Addiction: ويشمل هذا الشكل من أشكال إدمان الإنترنت التحميل القهري للمواد الإباحية، ومشاهدة أو الاتجار في المحتويات الإباحية على الإنترنت.

عبء (حمل) المعلومات Information Overload: وهو الشراهة في البحث عن المعلومات والسعي وراء إيجادها والاستمرار في تفقد الإنترنت للحصول على معلومات لاستخدامها بعد ذلك أو حتى تسعى لقراءتها وفي تعليق لوكالة رويتر صرحت أن المعلومات قد تصبح مخدرات، فقد أسمت هؤلاء باسم مدمني البيانات. dataholics

إدمان تكنولوجيا الكمبيوتر والمعلومات Computer & information technology Addiction: هذا الشكل الأكثر قابلية ومرونة للنقاش كونها أدوات عامة ولا ترتبط بشكل صارم باستخدام الإنترنت، إلا إنها تتضمن شبكة الإنترنت. ويضم جميع الحاجات القهرية المرتبطة بالتكنولوجيا الجديدة، من أجهزة الكمبيوتر الى الهواتف المحمولة). (في فاطمة نبيل، ٢٠٢١)

يعتبر من أكثر أشكال إدمان الإنترنت لدي طلاب ثانوي هو إدمان الألعاب الإلكترونية حيث ظهر في السنوات الأخيرة إدمان المراهقين للعبة باجي.

أعراض إدمان الإنترنت:

تصنيف (Young 1996)

قد عملت على تتبع الأعراض الدالة على إدمان الإنترنت، وتوصلت إلى مجموعة من المؤشرات حيث أشارت على أن بعض المدمنين على الإنترنت يشعرون بالاكتئاب والإحباط والعزلة، إضافة إلى فقدان الكثير من الهوايات الترفيهية والاجتماعية ومشكلات في العائلة والعمل والعلاقات المدرسية.

وبالرغم من عدم وجود معايير معينة لإدمان الإنترنت في الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية والعقلية، فقد قامت يونغ

ومراجعة المفاهيم السابقة لإدمان الإنترنت يمكن ملاحظة أن منها ما صنف إدمان الإنترنت على أنه اضطراب نفسي، وآخر على أنه إفراط في الاستخدام، وما صنفه على أنه إدمان، وما صنفه على أنه استخدام قهري يفقد فيه المستخدم السيطرة على وقت ونوع الاستخدام، وأيضاً من أشار إلى أنه استخدام إشكالي، وما صنفه على أنه استخدام مرضي، وما صنفه على أنه إدمان سلوكي، ورغم تعدد المفاهيم المفسرة لمصطلح إدمان الإنترنت إلا أن جميعها يشير إلى الاستخدام غير الطبيعي الذي يفتقر إلى الاعتدالية والذي يصحبه افتقاد المدمن السيطرة على سلوكه تجاه استخدام الإنترنت رغم وعيه بما يسببه له من مشكلات واضطرابات. (في أمال علي، ٢٠٢٢).

وفي النهاية تبني الباحثون مفهوم إدمان الإنترنت بأنه " تعكر المزاج واضطراب السلوك تبعاً له عندما يحرم الشخص من استخدام الإنترنت ويتلو ذلك فقدان القدرة على التحكم في مدة استخدام الإنترنت مع تأثير قدرة الشخص على إنجاز الأنشطة اليومية" (في أمال علي، ٢٠٢٢).

أشكال إدمان الإنترنت:

اقترح (Hinic Tral 2008) عدة أشكال للإدمان الإنترنت وهي كالتالي:

القمار على الإنترنت Online Gambling: أن المقامرة عبر الإنترنت جلب شكلاً من السلوك الإدماني ويظهر المقامرون على الإنترنت حاجة متزايدة للمقامرة أكثر للحصول على المزيد من المال ويميلون إلى التقليل من خسائرهم والمبالغة في مكاسبهم المحتملة مما يجعل من المقامرة على الإنترنت أكثر جاذبية بالنسبة لهم.

إدمان الألعاب الإلكترونية Net Gaming: تعرف ألعاب الإنترنت هي ألعاب إلكترونية تعتمد في تشغيلها جزئياً أو كلياً على الإنترنت وتحتاج الألعاب في تشغيلها إلى منصات ألعاب كأجهزة الكمبيوتر والكونسول والهواتف المحمولة.

إدمان العلاقات على السير Cyber – Relational Addiction: قد يعزو بعض الأشخاص انقطاع العلاقات الواقعية لبعض الأسباب بشكل قهري أو يستمرون في البدء

تعديل المعايير الخاصة بالمقاومة المرضية حتى تتناسب مع إدمان الإنترنت، ومن هذه المعايير ما يلي:

-انشغال تفكير الفرد بالإنترنت بشكل كبير (في سحاب فتيحة، ٢٠١٨)

الشعور بالحاجة لزيادة الوقت على الإنترنت للوصول إلى درجة الرضا. عدم قدرة الفرد على التحكم في الوقت الذي يقضي في استخدام الإنترنت- ترك الفرد لبعض المهام أو العلاقات الهامة بسبب انشغاله بالإنترنت. - إخفاء الفرد عن الآخرين الفترات الطويلة التي يقضيها على الإنترنت (في سحاب فتيحة، ٢٠١٨).

شعور الفرد بأعراض انسحابه مثل الاكتئاب أو العصبية عند محاولة التوقف عن استخدام الإنترنت.

-قيام الفرد بمحاولات السيطرة على استخدامه للإنترنت ولم ينجح.

-استخدام الفرد للإنترنت للهروب من مشكلات الحياة اليومية.

وقد كان معيار التمييز بين المدمنين وغيرهم بأن من يجب على خمس فقرات أو (أكثر بـ " نعم " يعتبر مدمنًا). (في سحاب فتيحة، ٢٠١٨).

تصنيف الرابطة الأمريكية للطب النفسي:

توجز الرابطة الأمريكية للطب النفسي هذه المؤشرات والأعراض في دليل تشخيصي استناداً إلى ما كانت قد قدمته يونغ إلى مؤتمر الرابطة عام 1996، والمعقد في تورنتو في بحثها بعنوان: " انبثاق اضطراب إكلينيكي جديد.

وفي هذا الدليل يصبح إدمان الإنترنت مشخصاً إذا ما توافر ثلاثة أو أكثر من المحكات التالية والتي يجب أن تكون موجودة لمدة أحد عشر شهر كحد أدنى:

تحمل المقاومة الراجعة إلى الاحتياج إلى مزيد من الوقت على الإنترنت للحصول على الراحة

أن يكن الاستخدام انشغالياً تماماً في التنفيس (Relieve) أو تجنب أعراض الانسحاب.

تجاوز الوقت الذي كان منويًا عليه ابتداءً.

أن يكون الوقت في جوهره مخصص للتصفح والبحث على الإنترنت.

-التخلي على أنشطة التسلية، أو الأنشطة المهنية، أو الاجتماعية الهامة بسبب الاستخدام المفرط للإنترنت.

-تحقق خسران في العلاقات ، أو العمل، أو التعليم، أو الفرص المهنية بسبب الإفراط في الإنترنت.

توافر اثنين أو أكثر من أعراض الانسحاب (Withdrawal symptoms) لتي تتشكل وتظهر في مدى أيام على شهر من تخفيف الاستخدام أو التوقف عنه متمثلة في الحزن أضرار اجتماعية أو شخصية منها هياجاً (Agitation)، ارتعاشاً (Trembling) قلقاً وتفكير استحواذي فيما يحتويه الإنترنت. (في سحاب فتيحة، ٢٠١٨).

تشخيص إدمان الإنترنت:

أشار (Young 2004) إلى أن تشخيص إدمان الإنترنت معقد وذلك بسبب عدم وجود معايير إدمان الإنترنت مدرجة في الدليل التشخيصي DSM، ويرى أن المقامرة المرضية أقرب ما تكون إلى طبيعة إدمان الإنترنت، ولذلك استفاد Young من الخصائص العامة للإدمان الموجودة في DSM-IV وقام بوضع استمارة تقييم لإدمان الإنترنت مكونة من الأسئلة التالية :

- هل تشعر بالقلق تجاه الإنترنت التفكير في نشاط سابق عبر الإنترنت أو توقع الجلسة التالية؟

- هل تشعر بالحاجة إلى استخدام الإنترنت لفترات زمنية متزايدة للوصول لدرجة الإشباع؟

-هل بذلت جهود فاشلة بشكل متكرر للتحكم أو التقليل أو التوقف عن استخدام الإنترنت؟

- هل تشعر بالقلق، أو تقلب المزاج، أو الاكتئاب، أو الانفعال عند محاولتك خفض أو التوقف عن استخدام الإنترنت؟

-هل تمكث على الإنترنت لوقت أطول مما حددته لنفسك؟

-هل تعرضت للخطر بفقدان علاقة مهمة أو وظيفة أو تعليم؟

-هل كذبت على أفراد أسرتك أو المعالجين أو غيرهم لإخفاء مدى تورطك في استخدام الإنترنت؟

-هل تستخدم الإنترنت كوسيلة للهروب من المشاكل أو التخفيف من المزاج المزعج مثل الشعور بالعجز والذنب والقلق والاكتئاب؟

عند الإجابة بنعم على خمسة أسئلة أو أكثر خلال فترة ستة أشهر تقدم هذه الاستمارة كتعريف عملي لإدمان الإنترنت للتمييز بين العاديين في استخدام الإنترنت ومستخدمي النت القهري . (في أمال علي، ٢٠٢٢).

معايير إدمان الإنترنت:

أشار (2011) Gackenbach إلى أن السلوك الذي يتميز بالمعايير الستة التالية يمكن تعريفه إجرائياً بأنه إدمان:

-البروز Salience: ويتمثل في الاستخدام القهري وعدم السيطرة فيصبح استخدام الإنترنت هو النشاط الأكثر أهمية وقيمة في حياة الفرد فيتحكم في تفكيره ومشاعره ويشعر دائماً باهفة للقيام بهذا النشاط.

-تعديل المزاج Mood Modification: ويشير إلى تخفيف الضيق الناتج عن الخبرة الذاتية التي اكتسبها الفرد نتيجة لهذا السلوك، ويمكن اعتباره استراتيجية موجهة لتجنب آثار غيابه.

-التحمل Tolerance: الميل إلى زيادة عدد ساعات استخدام الإنترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبع من عدد ساعات أقل.

-أعراض الانسحاب: Withdrawal Symptoms ويظهر ذلك في تعكر المزاج والمعاناة من أعراض نفسية وجسدية عند انقطاع الاتصال بالإنترنت ومنها التوتر النفس حركي حركات عصبية زائدة، والقلق وتركيز التفكير بشكل إجباري حول الإنترنت مع أحلام وتخييلات مرتبطة بالإنترنت، وحركات إرادية ولا إرادية تؤذيها الاصابع مشابهة الحركات الأصابع على لوحة مفاتيح الكمبيوتر، والرغبة في العودة لتخفيف أعراض الانسحاب.

-الصراع Conflict: يشير إلى الصراعات بين المدمن والأفراد المحيطين به، أو الصراعات والتراعات بين هذا النشاط والأنشطة الأخرى والعمل والحياة الاجتماعية.

-الانتكاس Relapse: وهو الرغبة في العودة مرة أخرى إلى أنواع الأنشطة التي قام الفرد بالإدمان عليها. (في أمال علي، ٢٠٢٢).

يعد الصراع من أكثر المعايير ظهوراً عند طلاب الثانوي حيث يقوم الصراع بين المراهق ووالديه بسبب اهماله لمذاكرته وانشغاله بالإنترنت أكثر من أي شيء آخر.

العوامل المسببة لإدمان الإنترنت:

هناك ثلاثة أسباب رئيسية تجعل من الإنترنت سببا في الإدمان:

السرية: إن الإمكانية التي يوفرها الإنترنت في الحصول على المعلومات، طرح الأسئلة والتعرف على الأشخاص دون الحاجة إلى تعريف النفس بالتفاصيل الحقيقية يوفر شعوراً لطيفاً بالسيطرة، إلى جانب ذلك فإن القدرة على الظهور كل يوم بشكل آخر حسب اختيارنا تعتبر تحقياً لحلم شامل بالنسبة للكثير من الناس مما يقود البعض إلى إدمان الإنترنت (في سحاب فتحة، ٢٠١٨).

الراحة: الإنترنت هي وسيلة مريحة للغاية، وهو يتواجد عادة في البيت أو العمل ولا يتطلب الخروج من البيت السفر أو استعمال المبررات من أجل استعماله هذا التسيير يوفر حضوراً عالياً وسهولة فيما يتعلق بتحصيل المعلومات التي لم تكن لنقدر على تحصيلها دون الإنترنت وذلك يجعل إدمان الإنترنت أمراً سهلاً (سحاب فتحة، ٢٠١٨).

الهروب: مثل الكتاب أو الفيلم المثير، فإن الإنترنت يوفر لهروب من الواقع إلى واقع بديل، ومن الممكن للإنسان الذي يفتقر للثقة بالنفس أن يتحرر، ويجد الإنسان الانطوائي لنفسه أصدقاء، ويستطيع كل إنسان أن يتبنى لنفسه هوية مختلفة وأن يحصل من خلالها على كل ما ينقصه في الواقع اليومي والحقيقي مما يؤدي لإدمان الإنترنت (في سحاب فتحة، ٢٠١٨).

أما، (2000) Young فهي ترى أن أسباب الإدمان على الإنترنت هي: (الملل والفراغ - الوحدة - المشاكل الاقتصادية - السرية - الراحة - الهروب - المغريات الكثيرة حسب ميول الفرد -القلق - الكتابة -الاستياء من الشكل الخارجي (في سحاب فتحة، ٢٠١٨).

تكمن الآثار السلبية لإدمان الإنترنت:

من أهم الآثار السلبية لإدمان الإنترنت ما يلي:

إشكالية الإدمان على الإنترنت تكمن في أن معظم مستخدمي الإنترنت لا يعرفن حدود أو خطورة هذه الظاهرة، وبالتالي فهم عرضة لخطر الإدمان دون أن يشعروا بذلك. تكمن آثار الإدمان على الإنترنت فيما يلي:

• الآثار الصحية

من الآثار السلبية الصحية على مدمني الإنترنت، إرهاق العينين وما يعرف بالإجهاد البصري وذلك بسبب الإشعاعات المنبعثة من الكمبيوتر، بالإضافة إلى مرض متلازمة الحاسوب البصرية أو البعض من أعراضه المتمثلة في الشعور بجفاف وتهيج العيني، وقد يكون الجفاف مصحوبة بحكة ودموع، وصعوبة في التركيز والرؤية بوضوح أثناء ممارسة القراءة، بحيث يتم رؤية الحروف أكبر أو أصغر مما هي عليه فعلا في بعض الأحيان بالإضافة إلى الصداع، والإرهاق والشعور بثقل بالجفون وإراحتها . (في سحاب فتية، ٢٠١٨).

كما يعاني المدمنون على الإنترنت من آلام في أسفل الظهر تعود غالباً للاستعمال السيئ للفقرات القطنية ومفصلي الحوض، والجلوس خلف المكتب أو خلف الشاشة الحاسوب لفترات طويلة بشكل يومي، مما يؤدي إلى زيادة الجهد العضلي لمختلف عضلات الظهر وأربطة الحوض وضعف وارهق عضلات الأطراف العليا وانحناء وتقوس الظهر، مما يقلل من نشاط الشخص، وقد يصاب بعاهة مستديمة كإصابة بالديسك (Disque) أو تصلب الساقين أو تقرحات ففي الأصابع والأيدي، كما أنه يحدث ضغطا على الجذور العصبية، ومعظم المفاصل تتأثر بطريقة الجلوس أمام الحاسوب، وبعد الورك ومفصل الركبة من أكثر المفاصل تأثرا جراء الجلوس لفترات طويلة أمام الحاسوب (في سحاب فتية، ٢٠١٨).

• الآثار النفسية والاجتماعية

تؤكد دراسة قام بها كل من Kraut et al. (1998) أن الاستخدام الكثيف للإنترنت يؤثر على البناء العاطفي السوي

وعلى المشاركة الاجتماعية للذين يفرطون في استخدام الإنترنت تكون العينة من 169 فرد من 73 عائلة أمريكية وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الاستخدام الكثيف للإنترنت يقلل قنوات الحوار بين أعضاء الأسرة الواحدة، ويقلص عدد الأصدقاء، ويرفع حالة الاكتئاب والوحدة لدى المستخدمين (في سحاب فتية، ٢٠١٨).

كما أجرت Row (2000) دراسة حول استخدام الإنترنت بوصفها ظاهرة اجتماعية متطورة على عينة مؤلفة من (٤١٣) شخص، وأشارت نتائج الدراسة أن ٥٥% من المشاركين يستخدمون الإنترنت، وأن ٣٦% منهم مدمنون على الإنترنت، وأنهم غالبا ما كانوا يشعرون بالإحباط والقلق والاكتئاب، وأن ٢٥% منهم قد أشاروا إلى نقص في الأنشطة الاجتماعية وذلك لانشغالهم بالاتصالات والتفاعلات التي يقومون بها على الإنترنت.

وتشير الدراسة الطويلة التي أجراها Kraut et al. (1998) على مدار عامين في ولاية بنسلفانيا الأمريكية، عن وجو آثار نفسية واجتماعية سلبية للإدمان على الإنترنت، وأشارت الدراسة التي أجريت على عينة مكونة من ١٧٩ مستخدم للإنترنت (في سحاب فتية، ٢٠١٨).

إلى أنه كلما زاد استخدام الإنترنت انخفض مستوى النشاط الاجتماعي وازداد مستوى الشعور بالعزلة والشعور بالاكتئاب الفرح.

وينعكس الإفراط في استخدام الإنترنت على الجوانب السلوكية الاجتماعية للمستخدمين فتجعلهم في عزلة اجتماعية وتحول دون مشاركتهم في تبادل الآراء، وحل المشكلات الأسرية والاجتماعية، فيصبح الشخص المدمن منعزلا أسريا واجتماعيا، كما يحدث الإدمان على الإنترنت إرهاقا نفسيا كبيرا مما ينعكس على الأداء الوظيفي والتعليمي (في سحاب فتية، ٢٠١٨).

• الخصائص الانفعالية للمعرضين لإدمان الإنترنت:

تم الإشارة في هذه الجزئية إلى الأشخاص الأكثر عرضه لإدمان الإنترنت وهم:

-الأشخاص غير المستقرين عاطفياً (Bozoglan, 2017)

-الأشخاص ذوي المظهر النفسي الذي يتسم بالعداء (Gackenbach, 2011)

-الأشخاص الذين يعانون من القلق (Gackenbach, 2011)

-صغار السن وبالأخص المرحلة العمرية أكبر من ١٥ سنة وأقل من ١٨ سنة (Bozoglan, 2017)

-الأشخاص الذين يعانون من الاكتئاب (Gackenbach, 2011)

مما سبق يتضح أن الأشخاص الأكثر عرضة لإدمان الإنترنت هم الذين يعانون من مشكلات واضطرابات نفسية، وأيضاً الأشخاص غير المتكفين أسرياً واجتماعياً، وكذلك الأشخاص الذين يعانون الانتكاس الناتج عن خبرات إدمانية سابقة (في سحب فتيحة، ٢٠١٨).

الدراسات السابقة:

تنقسم الدراسات السابقة إلى محورين وهما، دراسات تناولت العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي والشغف الأكاديمي، ودراسات تناولت العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي والشغف الأكاديمي وتوضح فيما يلي:

أولاً: دراسات تناولت العلاقة بين الشغف الأكاديمي والاحتراق الأكاديمي: -

هدفت دراسة عبد الناصر الجراح وفيصل الربيع (2020) إلى الكشف عن العلاقة بين الشغف الأكاديمي والاحتراق الأكاديمي، في ضوء متغيرات: الجنس، والمهنة، والبرنامج الدراسي، ومستوى الدخل، لدى عينة تكونت من (٢٣٠) طالبا وطالبة، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس (Vallerand, 2003) للشغف الأكاديمي ومقياس (Raise et al, 2015) للاحتراق الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج، أبرزها: وجود علاقة سالبة بين بعدي الشغف الأكاديمي والاحتراق الأكاديمي.

كما هدفت دراسة أحمد منشاوي (٢٠٢٠) إلى التعرف على الطلاب المحترقين أكاديمياً، والكشف عن الإسهام النسبي لأبعاد متغيرات مثل الشغف الأكاديمي في التنبؤ بالاحتراق الأكاديمي باستخدام تحليل الانحدار اللوجستي الثنائي، وتكونت عينة البحث من (٣٧٢) من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة عين شمس، وطُبقت عليهم أدوات البحث، وهي: مقياس الاحتراق الأكاديمي، ومقياس الشغف الأكاديمي، وتوصلت نتائج البحث إلى عدم وجود دلالة إحصائية لتنبؤ متغير الشغف الاستحواذي بالاحتراق الأكاديمي.

كما هدفت دراسة ايمن محمد ومحمد عثمان (٢٠٢٣) إلى الكشف عن مطابقة النموذج البنائي المقترح لعلاقة كل من الشغف الأكاديمي، والاحتراق الأكاديمي مع بيانات عينة البحث من طلاب الجامعة، وتألفت العينة الأساسية للبحث من (٣٠٠) طالب وطالبة، وطبق مقياس للشغف الأكاديمي لطلاب الجامعة، ومقياس الاحتراق الأكاديمي لطلاب الجامعة، وأسفرت النتائج عن أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في متغيرات البحث على الدرجة الكلية لمقاييس الشغف والاحتراق الأكاديمي ومكوناهما.

ثانياً: دراسات تناولت العلاقة بين إدمان الإنترنت والاحتراق الأكاديمي:

هدفت دراسة (Elham Hosseinpouret et al, 2016) إلى الكشف عن العلاقة بين الإنترنت والإدمان على الهواتف المحمولة والإرهاق الأكاديمي لدى طلاب جامعة بيرجاند، وتم اختيار ٣٧٠ شخصاً كعينات بحثية، واستبيان (young ko) بشأن الإدمان على الإنترنت، واستبيان (young perso) بشأن الإدمان على الهاتف المحمول، واستبيان (young ko) بشأن الإدمان على الهاتف المحمول، وكانت النتائج مؤشراً على وجود علاقة إيجابية بين الإدمان على الهواتف المحمولة والإنترنت والإرهاق الأكاديمي، كما كشفت النتائج أن الإدمان على الإنترنت كان مؤشراً للإرهاق الأكاديمي والإدمان على الهاتف المحمول كان مؤشراً للإرهاق الأكاديمي.

وهدفت دراسة (Özdemir and Arslan, 2018)، إلى استكشاف الدور المعدل للجنس ومستوى التعليم في العلاقة بين إدمان الإنترنت وإرهاق قادة المستقبل الذين يدرسون على المستوى الجامعي، وتم جمع البيانات بسهولة من 233 طالباً في إحدى الجامعات التركية، أدوات الدراسة كانت في الأصل تسمى " zur Erfassung der Internetsucht " Skala " استبيان إدمان الإنترنت، وكشفت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين إدمان الإنترنت والإرهاق الأكاديمي. وهدفت دراسة (Junwan gu et al, 2023)، استكشاف العلاقة بين إدمان الإنترنت، والإهمالك الأكاديمي بين طلاب الجامعات الصينية، وتم اختيار (٨١٠) مستجيبين، وقد فحص النهج الأساسي لتحليل الوساطة واختبار نمذجة المعادلة الهيكلية العلاقات بين المكونات النتيجة يمكن أن يكون إدمان الإنترنت هو المسؤول عن الإرهاق الأكاديمي بين طلاب الجامعات والعلاقة السببية بين إدمان الإنترنت والإرهاق الأكاديمي، ربما ذات طبيعة ثنائية الاتجاه، تحتاج إلى مزيد من الاستكشاف في المستقبل المقبل.

منهجية البحث والأدوات المستخدمة

منهج البحث المستخدم:

تعتمد الدراسة الراهنة على المنهج الوصفي، وهو منهج البحث الذي يتناسب مع طبيعة الدراسة الحالية؛ حيث يوفر هذا المنهج معلومات عن طبيعة علاقة كل من الشغف الأكاديمي وإدمان الإنترنت بالاحترق الأكاديمي.

المفحوصون:

تم اختيار مفحوصي الدراسة من طلاب الصف الثاني الثانوي المقيدين

بالعام الدراسي 2023-2024 بمدرسة عابدين الثانوية بالقاهرة وتقسيمهم كما يلي:

–مفحوصو إعداد أدوات الدراسة: وتمت الاستعانة بهم للتحقق من صدق وثبات الأدوات وبلغ عددهم (50) طالبة

–مفحوصو الدراسة الأساسية: وتمت الاستعانة بهم لتطبيق أدوات الدراسة الأساسية عليهم للإجابة عن أسئلة الدراسة وعددهم (110) طالبة
أدوات الدراسة:

–أولاً: مقياس الشغف الأكاديمي لدى طالب الجامعة إعداد (Vallerand, et al., 2003) وتعريب وتقنين رياض سليمان (2020)

يهدف المقياس لقياس الشغف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ويتألف المقياس من (١٤) مفردة تقيس بعدين هما الشغف الانسجامي ويتكون من (٧) مفردات والشغف القهري يتكون من (٧) مفردات

طريقة التصحيح: تتم الإجابة عليه من خلال مقياس ليكرت خماسي التدرج يتضمن مستويات الموافقة أو عدم الموافقة على مفردات المقياس؛ بحيث يحصل المفحوص على الدرجة (٥) في حالة اختيار البديل موافق بشدة)، والدرجة (٤) في حالة اختيار البديل (موافق)، والدرجة (٣) في حالة اختيار البديل (محايد)، والدرجة (٢) في حالة اختيار البديل غير موافق، والدرجة (١) في حالة اختيار البديل غير موافق بشدة، مع عكس التصحيح بالنسبة للمفردات السالبة، وتتراوح الدرجة على كل بعد من أبعاد المقياس بين (٧) – (٣٥)

صدق وثبات الاختيار: قام رياض سليمان (2020) بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي:

–صدق المحكمين

تم عرض المقياس في صورته الأولية على ثمانية من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس التربوي، وذلك للحكم على صياغة العبارات ومدى ملاءمتها لعينة الدراسة، وبلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين (٨٧,٥%) .

الصدق العاملي:

قام رياض سليمان (٢٠٢٠) بإجراء التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج Amos 24 للتحقق من صدق البنية للمقياس، وتم افتراض وجود عاملين كامنين مرتبطين ببعضهما

البعض، وتتشعب على كل منهما مفردات كل بعد من أبعاد المقياس،

– الثبات:

قام رياض سليمان (٢٠٢٠) وبلغت قيمة معامل ألفا كرونباك وبلغت قيمة الشغف الانسجامي (٠,٨٦٠) والشغف القهري (٠,٨٧٤) ويتضح من تلك القيم أن معاملات الثبات مرتفعة وأن مقياس الشغف الأكاديمي ذو بنية ثنائية الأبعاد، كما أنه يتمتع بخصائص سيكو مترية جيدة، ويمكن استخدامه علمياً داخل البيئة العربية.

وقام الباحثون في الدراسة الحالية بحساب ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباك حيث بلغت النتائج (الشغف الانسجامي = ٠.٤٩) (الشغف القهري = ٠.٣٩)، والمقياس ككل (٠.٥) وهذا المعامل يدل على وجود ثبات متوسط.

ثانياً- اختبار (Young, 1996) لاستخدام الإنترنت تقنين إبراهيم الشافعي (٢٠١٩)

يهدف الاختبار لقياس إدمان الإنترنت لدى الطلاب، ويتألف من (٢٠) مفردة.

طريقة التصحيح: يجاب عنها من خلال مدرج خماسي (لا أوافق بشدة، لا أوافق، لا أوافق قليلاً، أوافق كثيراً، أوافق تماماً).

صدق الاختبار: تم التحقق من إبراهيم الشافعي (٢٠١٩) من صدق الاختبار في صورته العربية من خلال الصدق التجريبي فتم حساب معامل الارتباط بين درجات عينة من ٢٠٠ طالب وطالبة من طلاب جامعة الملك خالد بالسعودية على كل من الاختبار الحالي فكانت قيمة $r=0,82$ وهو معامل دال عند مستوى ٠.٠١ كما تم التحقق من الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة مع الدرجة الكلية للاختبار وتراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين 0 و 0.56 و 0.88 وهي قيم دالة عند مستوى ٠.٠١

ثبات الاختبار: تم التحقق من ثبات الاختبار من خلال طريقة إعادة التطبيق بفواصل زمني مقداره ٤ أسابيع على ٢٠٠ طالب وطالبة من طلاب الجامعة وبعد استبعاد من تغيبوا عن التطبيق

الثاني أصبحت العينة ١٨٤ طالبا وطالبة وكان معامل الارتباط بين درجات الطلاب في مرتي التطبيق = ٠.٨٩ وهو معامل دال عند مستوى ٠.٠١ وتم حساب معامل ألفا كرونباك وأظهرت النتائج أنه = ٠.٨٦ وهو معامل يدل على ثبات مرتفع.

وقام الباحثون في الدراسة الحالية بحساب ثبات الاختبار باستخدام ألفا كرونباك على عينة البحث وبلغت النتيجة = ٠.٧٥ وهذا المعامل يدل على وجود ثبات مرتفع.

ثالثاً-مقياس الاحتراق الأكاديمي إعداد جابر حمد جابر (٢٠٢١)

يهدف المقياس لقياس الاحتراق الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية، ويتألف من (١٢) مفردة.

طريقة التصحيح: تتم الإجابة عن عبارات المقياس وفق التدرج الخماسي (أوافق بشدة – أوافق – أحياناً – لا أوافق – لا أوافق مطلقاً).

صدق الاختبار:

– صدق المحكمين: قام جابر حمد، (٢٠٢١) بعرض عبارات المقياس (١٧) عبارة على (٧) محكمين من المختصين في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي، والقياس والتقويم النفسي لاستطلاع آرائهم حول مدى مناسبة عبارات المقياس وبالاعتماد على معادلة Cooper لحساب صدق المحكمين لتقرير مدى قبول تعديل صياغة العبارة أو حذفها أو الإبقاء عليها في المقياس، ووفقاً لذلك تم تعديل صياغة (٦) عبارات، وحذف (٢) منها لعدم صلاحيتها بحسب آراء المحكمين، وبذلك استقرت الصورة الأولية للمقياس على (١٥) عبارة تقيس الاحتراق الأكاديمي.

– الصدق العاملي: بعد حذف وتعديل العبارات غير المناسبة لقياس الاحتراق الأكاديمي بحسب آراء المحكمين قام جابر حمد، (٢٠٢١) بالتحقق من الصدق العاملي الاستكشافي لعبارات المقياس.

وأُسفرت النتائج أن (١٢) عبارة من عبارات المقياس بلغت تشبعاتها أعلى من القيمة الإحصائية المتعارف عليها ٠.٣٥. بالإضافة إلى تمتعها بقيم سالبة، وتم حذف (٣) عبارات كانت تشبعاتها أقل من القيمة الإحصائية المتعارف عليها ٠.٣٥، وقام جابر حمد، (٢٠٢١) بالعمل على عامل واحد فقط في هذا المقياس

ثبات الاختبار: قام جابر حمد، (٢٠٢١) بحساب معامل ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباك وبلغت قيمة معامل الثبات (0,88)، وهي تُعد نتيجة جيدة تطمئن الباحث من حيث استخدام هذا المقياس في البحث الحالي. ويتبين من العرض السابق أن المقياس يتمتع بمعاملات صدق وثبات عالية. وقام الباحثون في الدراسة الحالية بحساب ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباك على عينة البحث وبلغت النتيجة = ٠.٧٨. وهذا المعامل يدل على وجود ثبات مرتفع.

خطوات إجراء الدراسة

-تطبيق اختبار الاحتراق الأكاديمي

-تطبيق اختبار الشغف الأكاديمي

- تطبيق اختبار إدمان الإنترنت

-تصحيح استجابات المفحوصين على أدوات الدراسة وفقاً

لطريقة

التصحيح الخاصة بكل منها.

-استخدام الأسلوب الإحصائي معامل ارتباط بيرسون للإجابة

عن أسئلة الدراسة

-مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الإطار النظري والدراسات

السابقة

نتائج البحث وتفسيرها:

نتائج الإجابة عن أسئلة الدراسة:

نص السؤال الأول على (ما العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي

والشغف الأكاديمي؟)

وللإجابة عن سؤال ما العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي والشغف

الأكاديمي قام الباحثون بحساب معامل ارتباط بيرسون لتحديد

العلاقة بين الشغف الأكاديمي والاحتراق الأكاديمي وكانت قيمة معامل الارتباط -٠.١٣، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية سالبة ضعيفة.

ومن وجهه نظر الباحثين فإن عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين متغيري الشغف الأكاديمي والاحتراق الأكاديمي، حيث أن الشغف الأكاديمي ميل قوي نحو نشاط يحبه الأفراد ويجدونه مهماً ويبدلون فيه الوقت والجهد (رياض سليمان ، ٢٠٢٠) ، والاحتراق الأكاديمي بأنه حالة انفعالية من الانتهاك الجسدي والانفعالي، والسخرية والاتجاهات السلبية نحو الدراسة، وفقدان المعنى من قيمة الدراسة وأهميتها (جابر حمد، ٢٠٢١) ، كما يمكن تفسير ذلك بأن طلاب المرحلة الثانوية فاقدين فكرة الاستمتاع والشغف بالمرحلة الدراسية ويرجع ذلك إلى ما يتعرضون له من ضغوط أكاديمية، ومن جهة أخرى الضغوط الأسرية بالتالي يكون تركيزهم الأكبر على المواد الأكاديمية دون غيرها، وهذا ما يتفق مع دراسة عبد الناصر وفيصل الربيع، (٢٠٢٠) إلى وجود علاقة سالبة بين متغيري الشغف الأكاديمي والاحتراق الأكاديمي.

ونص السؤال الثاني على (ما العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي وإدمان الإنترنت؟)

وللإجابة عن سؤال ما العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي وإدمان الإنترنت قام الباحثون بحساب معامل ارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين إدمان الإنترنت والاحتراق الأكاديمي وكانت قيمة معامل الارتباط -٠.٢٨٧. وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية.

ومن وجهه نظر الباحثين فإنه كلما زاد الاحتراق الأكاديمي قل إدمان الإنترنت، بمعنى أن يكون لدى الطالب العديد من المطالب الأكاديمية والضغوط على سبيل المثال: فترة الامتحانات يقل جداً استخدام الطالب لمواقع التواصل الاجتماعي لما لديه من وقت قليل، حيث أنه يكون منشغلاً بالتحصيل الدراسي، ولقد تباينت آراء الباحثين مع Hosseinpouret et al. (2016) حيث أكدت دراستها عن وجود علاقة بين الإنترنت

والإدمان على الهواتف المحمول والإرهاق الأكاديمي، وكشفت النتائج أن الإدمان على الإنترنت كان مؤشرا علي وجود علاقة إيجابية بين الإدمان علي الهواتف المحمول والإهمك الأكاديمي.

الخاتمة

وفي خاتمة الأمر توصلت الدراسة الي عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين متغيري الشغف الأكاديمي والاحترق الأكاديمي الي جانب وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين إدمان الإنترنت والاحترق الأكاديمي

توصيات الدراسة:

يمكن التوصل إلى بعض التوصيات استنادا لما أسفرت عنه نتائج الدراسة وذلك وفقا لما يلي:

- توفير بيئة داعمة للطلاب في شتي المجالات.

- توعية الطلاب من الاستخدام المفرط للإنترنت.

- توعية الطلاب على النهوض مرة أخرى والتعافي من الانتكاسات.

- إعطاء الطلاب القدوة الحسنة التي تحثهم على النجاح.

- تعزيز قدرات الطلاب وميولهم.

البحوث المقترحة:

- دراسة العلاقة بين الإدمان والشغف الأكاديمي لطلاب الثانوي.

- بحث فاعلية برنامج تدريبي قائم على استخدام الإنترنت باعتدال لدي طلاب الثانوي

- بحث فاعلية برنامج تدريبي قائم على تخفيف الإرهاق الأكاديمي في تنمية الشغف الأكاديمي لدي طلاب الثانوي.

الشكر والتقدير

وبعد الانتهاء من هذا البحث نقوم بإرسال رسالة شكر وتقدير لمعلمنا الفاضل د/ رياض سليمان لجهوده المبذولة في هذا المشروع ومساعدتنا على القيام به إلى جانب الشكر الواجب إلى

د/ لها أحمد على مساعدتنا على إتمام هذا المشروع وجهدها الكبير لإنهائه وجعله في أحسن صورة.

المراجع والمصادر

أحمد عباس منشاوي (٢٠٢٢). تحديد درجة القطع في مقياس الاحترق الأكاديمي باستخدام طريقة أنجوف الموسعة، والتنبؤ به في ضوء متغيرات الكمالية الأكاديمية والشغف الأكاديمي والصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، (٢)، ٧١، 485-564.

أحمد محاسنة، أحمد العلون، عمرا عظامات، (٢٠٢٠)، الاحترق الأكاديمي وعلاقته بتنظيم الذات والتنظيم الانفعالي لدى طلبة الجامعة الهاشمية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، (٢٢٣)، 217-242.

الشيما محمد سليمان (٢٠٢٢). الشغف الأكاديمي وعلاقته بالضغوط الجامعية المدركة لدي المعوقين بصريا. جامعة جنوب الوادي -مجلة كلية التربية. عدد أبريل الجزء الثاني، 248-291.

أمال علي أحمد، عبير احمد أبو الوفا، فائزة أبو الحجاج مغربي (٢٠٢٢). إدمان الإنترنت لدي عينة من طلاب كلية تربية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية-مجلة جامعة جنوب الوادي الدولية للعلوم التربوية، (٨)، 261-300.

أيمن حصافي عبد الصمد، محمد سعد حامد (٢٠٢٣). نمذجة العلاقة بين الرشاقة المعرفية والشغف والاحترق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية - جامعة عين شمس، ١٣٣٩-١٣٤٣.

عبد الناصر الجراح، فيصل الربيع (٢٠٢٠). الشغف الأكاديمي وعلاقته بالاحترق الأكاديمي لدى طلبة جامعة اليرموك، *المجلة الأردنية للعلوم التربوية* (٤)، ٥١٩-٥١٩

علي إيماني، سعيد إسماعيلي، مينا كلستاني، ديجافاد قدوسي نجاد، إهام باغبان باغستان مرتضى عرب زوزاني (٢٠١٨). العلاقة بين إدمان الإنترنت والاحترق التعليمي لدى طلبة كلية الإدارة الصحية والمعلوماتية الطبية جامعة تبريز للعلوم الطبية، *مجلة الرعاية الحديثة* (٢)، ١٥.

عمر عطا الله العظامات، محمد سليمان بني خالد (٢٠٢٣). الشغف الأكاديمي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت، رسالة ماجستير كلية العلوم التربوية، جامعة آل البيت، الأردن.

فاطمة نبيل (٢٠٢١). إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى الشباب. *مجلة بحوث العلوم الاجتماعية والإنسانية*. (3)، ١٩٤-١٩٩.

فرنك جعفري، مريم جناتولمکان صفورا خبديست، سيد محسن عزیزی، علي رضا خاتوني (٢٠٢٢). علاقة الاستخدام السيئ للإنترنت بالاحترق الأكاديمي والأداء الأكاديمي لدى طلاب، *بيوميد الدولية للأبحاث*.

ماجد محمد، منال علي (٢٠٢٠). الاحترق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة خلال جائحة كورونا - 19 في ضوء الصمود النفسي وتوجهات أهداف الإنجاز، *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط* (189)، 99-173.

Gu, J., Wu, P., Luo, Y., He, X., Fu, L., Liu, H., ... & Wu, X. (2023). Internet addiction, loneliness, and academic burnout among Chinese college students: a mediation model. *Frontiers in Psychiatry*, 14.

Hosseinpour, H. & Asgari, A. AYATI, M. (2016). The relationship between internet and cell Phone

ایمن محمد، محمد عثمان (٢٠٢٣). نمذجة العلاقة بين الرشاقة المعرفية والشغف والاحترق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، *مجلة كلية التربية-جامعة طنطا* (٣)، ١٧٨٣-١٨٨٧

إيناس فتحي كامل، محمد عبد التواب أبو النور، محمد محمود حسنين (٢٠٢٣). الاحترق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، *مجلة كلية التربية، جامعة الفيوم*، ٣، ٥١٤، ٥٢٢.

تمارا حسان (٢٠٢١). أثر الكفاءة الذاتية الأكاديمية والتكيف الأكاديمي وأسلوب التعلم بالشغف الأكاديمي، رسالة ماجستير جامعة اليرموك.

جابر حمد جابر (٢٠٢١). التدفق في الدراسة والتعاطف مع الذات كمنبئين بالاحترق الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب*، ٥، (٢٢)، ١٧٤-١٧٦

رياض سليمان طه (٢٠٢٠). الاندماج الأكاديمي وعلاقته بالشغف الأكاديمي والتفاؤل والرجاء لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية جامعة عين شمس*، 44، 291-372.

سحاب فتيحة (٢٠١٨). الأعراض النفسية (القلق، الاكتئاب، العزلة الاجتماعية) الناتجة عن إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة. رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر.

صابر عبد الكريم أبو المهادي (٢٠١١). مهارات التفكير الناقد المتضمنة في مناهج القيزياء للمرحلة الثانوية ومدى اكتساب الطلبة لها، رسالة ماجستير من كلية التربية بالجامعة الإسلامية- غزة-فلسطين.

صفاء بريق. (٢٠٢٣). فاعلية برنامج إرشادي قائم على الشغف الأكاديمي الانسجامي لتحسين الازدهار النفسي لدى التلاميذ الوافدين بالمرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير بمعهد البحوث الإسلامية الأزهرية جامعة الأزهر.

addictions and academic burnout in university students. *INFORMATION AND COMMUNICATION TECHNOLOGY IN EDUCATIONAL SCIENCES*, 6(4 (24)), 59–73. SID. <https://sid.ir/paper/175416/en> (24), 59–73.

Özdemir, H. Ö., & Arslan, H. N. (2018). The moderating roles on the relation between Internet addiction and burnout. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 31–41.