



إدمان الإنترنت وأثره على التحصيل الدراسي لدى طلبة الصف التاسع والعاشر في الأردن

مبارك سعيد علي هندر*
مرشد تربوي، وزارة التربية والتعليم، الأردن

Internet Addiction And Its Impact On The Academic Achievement Of ninth And Tenth Grade Students In Jordan

Mubarak Saeed Ali Hander*
Educational Counselor, Ministry of Education, Jordan

*Corresponding author	hander83@yahoo.com	*المؤلف المراسل
تاريخ النشر: 2022-12-06	تاريخ القبول: 2022-12-04	تاريخ الاستلام: 2022-11-04

الملخص

هدفت الدراسة الحالية الى معرفة مستوى إدمان الانترنت لدى طلبة الصف التاسع والعاشر وتحديد معاييرهم. واكساب الطلبة أساليب ومهارات للتعامل مع إدمان الانترنت. واكساب أولياء الأمور أساليب ومهارات لمساعدة ابنائهم للتخلص من إدمان الانترنت واستخدامه بشكل آمن. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التحليلي والإجرائي. وتم تطبيق مقياس كابلان لإدمان الانترنت واستبانة موجهة لأولياء الأمور من اعداد الباحث.

أظهرت نتائج الدراسة ان الطلبة الذين طبق عليهم المقياس حصلوا على نتائج مرتفعة على مقياس كابلان لاستخدام الانترنت بما نسبته (58.2%) وهي مؤشر على وجود ادمان انترنت لدى العينة. وكانت نتائج الاستبيان الموجه لأولياء الأمور ما نسبته 56.5% تعد هذه النتيجة مؤشر على وجود ادمان انترنت لدى طلبة الصفين التاسع والعاشر من وجهة نظر أولياء الأمور. وأوصت الدراسة بتقديم برامج علاجية للطلبة ذوي التحصيل المتوسط عن ادمان الانترنت واكسابهم مهارات دراسية لكيفية رفع مستواهم التحصيلي وضبط استخدامهم للإنترنت. وتدريب أولياء الأمور لكيفية التعامل مع ادمان ابنائهم الطلبة على الانترنت وكيفية الاستخدام الامن له.. وتكثيف التوعية الموجهة لأولياء الأمور في دورهم الرقابي الايجابي في استخدام ابنائهم للإنترنت وضبط أنفسهم في استخدام الانترنت. وتفعيل الدور الاعلامي لتوعية الطلبة وأولياء أمورهم بمخاطر الانترنت والتي تؤدي الى الادمان.

الكلمات المفتاحية: الإدمان، ادمان الانترنت، التحصيل الدراسي.

Abstract

The current study aimed to find out the level of internet addiction among tenth and ninth grade students and to determine its criteria. Providing students with methods and skills to deal with Internet addiction. Provide parents with methods and skills to help their children get rid of Internet addiction and use it safely. To

achieve the objectives of the study, the researcher used the analytical and procedural approach. The Kaplan Internet Addiction Scale and a questionnaire for parents prepared by the researcher were applied.

The results of the study showed that the students to whom the scale was applied got high scores on the Kaplan scale for Internet use, with a rate of (58.2%), which is an indication of the presence of Internet addiction among the sample. The results of the questionnaire directed to parents amounted to 56.5%. This result is an indication of the existence of Internet addiction among ninth and tenth grade students from the parents' point of view. The study recommended providing treatment programs for students with low achievement as a result of Internet addiction, and providing them with study skills on how to raise their level of achievement and control their use of the Internet. Training parents on how to deal with their children's addiction to the Internet and how to use it safely. In addition, activating the media role to educate students and their parents about the dangers of the Internet, which lead to addiction

Keywords: Addictive; Internet addiction; Academic achievement.

المقدمة

مما لا شك فيه انه قد استفدنا كثيراً من مواقع التواصل الاجتماعي ومن الإنترنت عموماً في حياتنا، حيث أنه من أهم الأشياء التي تتيح التواصل عبر دول العالم بكل سهولة والتعرف على ثقافات وخلق صداقات واستفادة في الأعمال وغير ذلك، فأصبح الإنترنت هو الوسيلة الوحيدة التي تربطنا بالتكنولوجيا والتقدم ومواكبة العصر الحديث، وبكل تأكيد ان الاعتدال في استخدام تلك الوسائل التقنية الحديثة هو أمر جيد والمبالغة في الاستخدام تحدث أضرار كثيرة قد تؤدي إلى تدمير حياتنا. حيث أن تنوع وتعدد هذه الوسائل جعل العالم أمام الأفراد قرية صغيرة يستطيعون الوصول لما يريدون في أي وقت ومكان.

حيث أصبحت علاقاتهم وتفاعلاتهم لا تحددها اللقاءات الشخصية الفعلية، فبإمكانهم من داخل غرفهم أن يتواصلوا مع من يريدون وفي أي وقت يرغبون، لهذا كان قدر الفوائد التي يجنيها الأفراد مساوي لقدر الآثار السلبية من استخدامهم لهذه الشبكة وما يرتبط بها من وسائل اتصال وتواصل اجتماعي، فهي سلاح ذو حدين ودرجة الاستفادة من هذا السلاح أو الضرر تتوقف على كيفية استخدام الطلبة لها، وكون شبكة الانترنت وما تحويه من مواقع متنوعة تجذب الصغير والكبير فكان استخدامها لا يقتصر على فئة عمرية محددة ولا مجتمع محدد، فكان أحد الآثار السلبية البارزة لسوء استخدام الانترنت، الإدمان على الإنترنت ووسائل التواصل والاتصال الاجتماعي فهي حالة مرضية حديثة، ظهرت بالتزامن مع ظهور الإنترنت، وتقتصر على مستخدمي الإنترنت دون غيرهم، فتؤدي إلى تغيير السلوكيات والتصرفات للأفراد وبالتالي ينعكس سلباً أثرها على المجتمع ككل، لذلك لا بد من دراستها بشكل مفصل والتعرف على الأسباب التي تقف خلفها والآثار المترتبة عليها، من أجل تفاديها بالمستقبل.

مشكلة الدراسة

أصبحت الحاجة الى استخدام الانترنت ماسة بسبب الوضع الحالي الذي خلفته جائحة كورونا حيث تم الانتقال الى التعلم عن بعد ليصبح نهج وزارة التربية والتعليم الى الآن وتشجيعها على تفعيل التكنولوجيا وإيجاد جيل عصري متطور. وبحكم عمل الباحث كمرشد تربوي لوحظ اساءت استخدام الانترنت من بعض الطلبة في المدرسة تحديدا طلبة الصف التاسع والعاشر، مما أدى الى الانشغال الزائد عن التعليم بموضوعات غير هادفة الحقت ضررا ببعض مستخدمي الانترنت من قبل الطلبة، لذلك كان

لابد من اجراء هذا البحث للوقوف على مشكلة اساءت استخدام الانترنت التي تطورت الى ادمان وهي حالة مرضية تحتاج الى علاج.

لذلك تسعى الدراسة الحالية للإجابة على السؤال التالي: هل يعاني طلبة الصف التاسع والعاشر في مدرسة جسر الشيخ حسين الاساسية للبنين من الإدمان على الانترنت؟

وهل أثر استخدام الانترنت على التحصيل الدراسي بشكل سلبي أم ايجابي؟

أهداف الدراسة

ازدياد استخدام الطلبة للإنترنت في ظل ما خلفه الوضع الوبائي والذي فرض عليهم استخدام الانترنت لساعات عديدة مما دفع البعض لاستخدام الانترنت للحد الذي يصل لدرجة الادمان لذلك هدفت الدراسة الحالية إلى:

1. معرفة مستوى ادمان الانترنت لدى طلبة الصف العاشر والتاسع ومعاييرهم.
2. اكساب الطلبة أساليب ومهارات للتعامل مع ادمان الانترنت.
3. اكساب اولياء الأمور اساليب ومهارات لمساعدة ابنائهم للتخلص من ادمان الانترنت واستخدامه بشكل آمن.

أهمية الدراسة

نظرا للضرورة الملحة ومتطلبات العصر لاستخدام الانترنت في التعليم تأتي أهمية هذه الدراسة ويمكن تلخيص أهميتها في جانبين:

الأهمية النظرية: ستساهم هذه الدراسة في اثراء المختصين في مجال التربية حول ادمان الانترنت وأثره على التحصيل الدراسي لدى الطلبة.

الأهمية التطبيقية: تقدم هذه الدراسة الحالية اساليب وخطوات لكيفية التعامل مع ادمان الانترنت، وقدمت مقياس كابلان لإدمان الانترنت، واستبانة موجهة لأولياء الامور من اعداد الباحث لينتفع منها الباحثون في مجال التربية.

منهج البحث

لتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المهن التحليلي والإجرائي.

عينة البحث

تكونت عينة الدراسة من (30) طالب من طلبة الصفين التاسع والعاشر من مدرسة جسر الشيخ حسين الأساسية للبنين في الأردن، و (15) ولي أمر طالب من ذات الصفين.

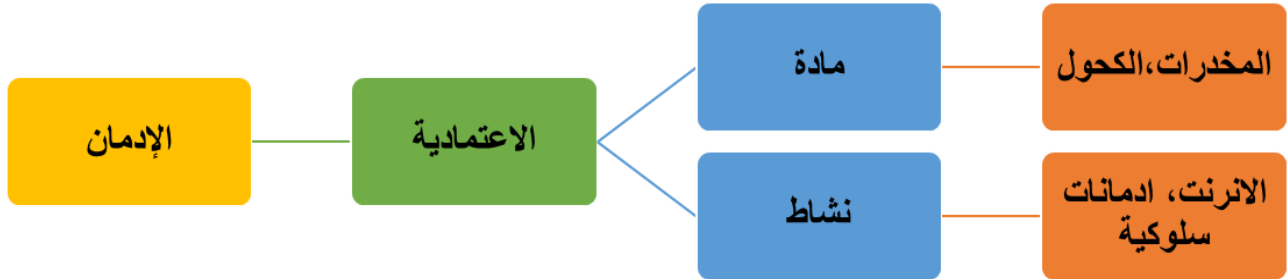
أدوات البحث وجمع البيانات

لغايات الدراسة الحالية تم استخدام مقياس كابلان لاستخدام الانترنت (Caplan,1998) (ملحق 1) والذي يتم تعبئته من قبل الطلبة حيث يتكون المقياس من (14) فقرة و (5) أوزان وهي على النحو الآتي (لا اوافق بشدة، لا اوافق، اوافق قليلا، اوافق كثيرا، اوافق تماما). وكذلك تم اعداد استبيان من قبل الباحث موجه لأولياء الأمور حول ادمان الانترنت لدى الطلبة من وجهة نظر الأسرة ويتكون من (7) فقرات، و (5) أوزان. ملحق (2)

الإطار النظري

مفهوم الإدمان:

إن الإدمان كلمة تشير إلى صورة من صور فقدان السيطرة على السلوك، ينتج عنه عجز الطلبة عن إيقاف هذا السلوك غير المرغوب، بالرغم من نتائج وعواقب هذا السلوك على الطلبة من حيث القلق والتوتر وتغيير المزاج وغيرها من أعراض الانسحاب سواء على المستوى النفسي أو البدني أو الاجتماعي (مصباح، 2004).



مفهوم إدمان الإنترنت

يعد مفهوم إدمان الإنترنت من المفاهيم النفسية الجديدة نسبياً وما زال البحث في هذا المفهوم محدود، عرفت جمعية علم النفس الأمريكية إدمان الإنترنت بأنه نمط سلوكي يتميز بالاستعمال المفرط أو الاستحوادي على الإنترنت (APA, 2015).

ويعرف مقدادي وسمور (2008) إدمان الإنترنت أنه اضطراب أو اعتلال في القدرة على ترك الاستخدام المفرط للإنترنت، ويتميز بأعراض انسحابية ومشكلات نفسية وأكاديمية ومهنية واجتماعية، وعدم قدرة الطلبة على السيطرة على استخدامه للإنترنت، مما يتسبب في ضعف وظيفي، ومؤشرات للاضطرابات النفسية.

وتعرفه بيرد (Beard, 2015) بأنه حالة سيكولوجية تنشأ نتيجة الاستخدام المتزايد للإنترنت وتتضمن حالات انفعالية وعقلية وتسبب حدوث خلل في التفاعلات الاجتماعية والمدرسية والمهنية.

التعريف الإجرائي لإدمان الإنترنت: مجموع الساعات التي يقضيها طلبة الصف التاسع والعاشر في مدرسة جسر الشيخ حسين الأساسية للبنين في استخدام الإنترنت.

معايير ومؤشرات الإدمان (الإدمان على الإنترنت)

من الصعوبة الحديث في الجانب النظري عن كل جزئيات إدمان الإنترنت، حيث لم يتم الإشارة إليه في الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية والعقلية الرابع (DSM-IV)، وبالتالي كان يجب قياسه على أنواع الإدمان الأخرى التي ورد ذكرها في هذا التصنيف، أن أفضل طريقة إكلينيكية لتشخيص إدمان الإنترنت هو مقارنته بالمعايير الأخرى للإدمان الواردة في الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية، فوجد أن أقرب ظاهرة لإدمان الإنترنت هي القمار المرضي، فتم وضع هذه المعايير التشخيصية لقياس إدمان الإنترنت والتي تشابه القمار المرضي الواردة في (DSM-IV) وإذا توافقت خمسة من هذه المعايير وتطابقت مع الحالة بالإضافة لواحدة من (التحمل أو الانسحاب) فإن الطلبة سيصنف بأنه مصاب بإدمان الإنترنت:

1. الانشغال الدائم بالإنترنت وما قام به من نشاطات على الإنترنت وما سيقوم به لاحقاً
2. الفشل بصورة متكررة في ضبط استخدام شبكة الإنترنت والفشل في التوقف عن استخدامها
3. استخدام شبكة الإنترنت لوقت أكثر من الوقت الذي تم التخطيط له.
4. الشعور بالضجر وحدة المزاج والاكتئاب والغضب عند فقدان الاتصال بالشبكة أو عدم القدرة على استخدامها.

5. الكذب على أفراد الأسرة أو الأشخاص المهمين في حياة الطلبة حول مدة استخدام شبكة الانترنت ومدى الإفراط في استخدام الشبكة.
 6. الاعتماد على شبكة الانترنت في الهروب من الضغوطات النفسية والاجتماعية أو للتخلص من حدة المزاج
 7. فقدان علاقة مهمة، عمل، فرصة مهنية، فرصة دراسية أو الخوف من فقدانها بسبب الإفراط في استخدام شبكة الانترنت.
 8. فقدان السيطرة على الحاجة الملحة لاستخدام شبكة الانترنت أو التقليل من استخدامها.
- **التحمل** (زيادة ساعات استخدام الانترنت بين فترة وأخرى) وتظهر من خلال:
- الحاجة إلى زيادة وقت استخدام الإنترنت لتحقيق الرضا والشعور بالراحة مع ضعف واضح في الجهود أثناء الاستعمال المستمر للإنترنت وعدم مقاومة الرغبة في الاستمرار بقضاء مزيد من الوقت في استخدام الانترنت.
- **الانسحاب** وتظهر من خلال المعاناة من أعراض جسمية عند انقطاع الاتصال بشبكة الإنترنت، كالشعور بالقلق عند الابتعاد عن الإنترنت، وأفكار استحوذت به وسواسية حول ما يحدث بالإنترنت، وأحلام اليقظة، وحركات إرادية ولا إرادية للأصابع.

العوامل والظروف المهيئة للإدمان على الانترنت

لا بد من الإشارة انه يوجد العديد من العوامل والمتغيرات التي تؤثر في الإدمان على الإنترنت، وتصنف إلى عوامل بيئية، وأخرى ذاتية أو شخصية، كالسمات والاستعدادات الشخصية، مثل ضعف القدرة على ضبط الذات والحساسية الانفعالية والخلل والانطواء وسوء التكيف الاجتماعي، بالإضافة إلى الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية والمشكلات التكيفية كالوسواس، والسلوك القهري، والاكتئاب، و ضعف الاستقرار الانفعالي، أما بالنسبة للعوامل البيئية فتتمثل بنقص الدعم الاجتماعي، ومشكلات التكيف الأسري والزواجي وفقدان الشعور بالأمن النفسي لدى مستخدمي الإنترنت، ويضاف إلى ذلك العوامل الخاصة بطبيعة تكنولوجيا الإنترنت، كعامل الخصوصية حيث يتصرف الطلبة بحرية دون رقيب، أو قيود، و عامل السرية الذي يسمح أن يقدم الطلبة نفسه للآخرين بالصورة التي يريد، كما يعد الإنترنت واقعاً بديلاً، ووسيلة للهروب من الواقع الصعب الذي يعيشه بعضهم، بما ينطوي عليه من مشكلات، وتحديات، وضغوط الحياة اليومية (الفرح، 2004)، ويعتبر الاندفاع الشديد وانخفاض ضبط الذات هما من السمات الأكثر تأثيراً نفسياً على مدمني الإنترنت.

وبناء على ما سبق فإنه يمكن تقسيم مستخدمي شبكة الإنترنت إلى فئتين أساسيتين الأولى: تسعى إلى بلوغ أهداف معلومة ومحددة بدقة بالغة، أما الثانية: فهي لا تهدف من وراء استخدام شبكة الإنترنت سوى للمتعة والإثارة وإشغال أوقات الفراغ ونجد هنا أن أغلبية أفراد الفئة الثانية هم ممن ينتمون إلى الفئات العمرية الصغيرة والمراهقين (الطلبة) مما يزيد من إمكانية تأثرهم السلبي لطول المدة التي يقضونها أمام الإنترنت.

الأثار الناجمة عن إدمان الانترنت

يواجه الأفراد العديد من المشاكل الناجمة عن إدمان الإنترنت تشمل الناحية العقلية والبدنية والمشاكل الصحية، ومشاكل على الصعيد الاجتماعي والأسري والأكاديمي، ومن هذه الأثار:

1. أضرار الأكاديمية: بالرغم من الدور الكبير الذي يلعبه الانترنت في توفير المعرفة وتسهيل عملية الوصول إليها، إلا أن إساءة الاستخدام للإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي تنعكس سلباً على أداء الطلبة الأكاديمي، مما يؤدي إلى تدني مستوى الطالب الأكاديمي، والغياب عن الحصص، وتوقف شغف البحث عن العلم والمعرفة.
2. أضرار صحية وبدنية: اضطرابات في النوم بسبب الحاجة الملحة والمستمرة إلى زيادة ساعات استخدامه للإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، والعادات الغذائية غير المنتظمة نتيجة قضاء

معظم الوقت في استخدام الإنترنت، ومشاكل جسدية كإجهاد العين، وآلام الرقبة، والتعب المزمن، وزيادة الوزن.

3. **أضرار أسرية واجتماعية:** مشاكل اسرية ناتجة عن التفكك الارتباط الاسري وتمزق العلاقات الاسرية والاجتماعية حيث ينغمس كل فرد مع ذاته بعيدا عن افراد اسرته واقاربه بالإنترنت.

4. **أضرار أخلاقية وتربوية:** تتدخل الاسباب الأخلاقية لإدمان الإنترنت مع النتائج فكلاهما قد يكون السبب في نشوء الآخر وفي الاستمرارية وفي النتائج، حيث يساهم الانترنت في تعلم سلوكيات غير سوية تنعكس سلبا على البيئة المدرسية كالتنمر بكل اشكاله والعنف الجسدي واللفظي وغيرها الكثير.

5. **أضرار مادية:** الصرف بكثرة على شراء الأجهزة أو الاشتراك في شركات الاتصالات او نتيجة الاشتراك ببعض المواقع لشراء بطاقات الألعاب الالكترونية.

أنواع إدمان الإنترنت

الإدمان على الإنترنت له عدة أنواع نذكر منها:

1. **الإدمان الجنسي:** وهو ولع مستخدم الإنترنت بالمواقع الإباحية وغرف المحادثة الرومانسية، وقد يرتبط هذا بعدم الإشباع العاطفي من قبل الأسرة لأبنائهم الطلبة أو بمعاناته من حالة نفسية معينة.

2. **إدمان الدردشة:** وفيه يستغني مستخدم الإنترنت بعلاقاته الإلكترونية عن علاقاته الواقعية ويستبدلها بصداقات مع الآخرين عبر الانترنت.

3. **الإدمان المعرفي:** وهو انبهار الطالب بحجم المعلومات المتوفرة على الشبكة لدرجة انصرافه عن واجباته الأساسية.

4. **إدمان الألعاب:** وهو الولع بالألعاب المتوفرة على الشبكة بحيث تؤثر على الوظائف الأساسية في الواقع الحياتي كالدراسة والواجبات المنزلية.

أبعاد الإدمان على الإنترنت

ويشير كيسيير وكوداج وبولو (Keser , , Kocadag & Bulu, 2013) الى أن الإدمان على الإنترنت يشتمل على أربعة أبعاد هي:

1- **صعوبة ضبط السلوك:** ويشير إلى عدم قدرة الطلبة على التحكم باستخدام الإنترنت وبالوقت الذي يقضيه في استخدامه؛ مما ينتج عنه العديد من الاضطرابات النفسية والجسدية والاجتماعية.

2- **التجنب:** ويشير إلى ما يترتب على استخدام الإنترنت من عدم القيام بالمهام والواجبات على الصعيد الشخصي، والأسري، والاجتماعي، والأكاديمي.

3- **العزلة الاجتماعية:** ويشير إلى العزلة عن الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه الطالب، بحيث يفضل الطالب المدمن استخدام الإنترنت على التفاعل الاجتماعي مع الآخرين والتواصل معهم ومشاركتهم في العديد من المناسبات الاجتماعية.

4- **الحرمان:** ويشير إلى ما يترتب على الابتعاد عن استخدام الإنترنت من اضطرابات نفسية وجسدية تتمثل في الشعور بالألم، والصداع القلق، والاكتئاب، وقلة النوم.

الاتجاهات النظرية التي فسرت الإدمان على الإنترنت

- **الاتجاه السلوكي:** تفسر النظرية السلوكية إدمان الإنترنت على أساس الاشرط الاجرائي لسكنر، فالطلبة يقوم بأنشطة مختلفة يحصل من خلالها على المكافاة، ويقدم الإنترنت العديد من المعززات للفرد فهو يقدم الحب والمتعة والراحة النفسية والجسمية، كما يعد وسيلة للهروب من مشكلات الواقع وكل هذا

يعتبر من معززات السلوك لدى الطلبة فيسعى الطلبة وراء هذه المعززات عن طريق الإنترنت (خطاب، 2018).

-الاتجاه السيكو دينامي: يركز الاتجاه السيكو دينامي على خبرات الشخص، وتعتمد الخبرات على الأحداث التي مر بها الطفل في مرحلة الطفولة وأثرها عليه وعلى سمات الشخصية، ويرى هذا الاتجاه أن إدمان الإنترنت بمثابة استجابة هروبية من الإحباطات، والرغبة في الحصول على لذة بديلة مباشرة لتحقيق الإشباع وأيضاً الرغبة في النسيان، وأن الإفراط في استخدام ميكانيزم الإنكار هو أيضاً منبئ ومؤشر على إدمان هذا الطلبة للإنترنت (الصرايرة، 2010).

-الاتجاه الاجتماعي الثقافي: يرى هذا الاتجاه أن الناس يستخدمون الإنترنت في الدرجة الأولى من أجل التفاعل الاجتماعي، والحاجة إلى التنشئة الاجتماعية، ويبحثون عن الأشخاص المشابهين لهم ليتواصلوا معهم، وينظر هذا الاتجاه إلى المدمنين بناءً على تباين واختلاف الجنس والمستوى الاقتصادي والاجتماعي والعمر ويرى هذا الاتجاه أنه لا يمكن فهم أي اضطراب نفسي إلا عندما ينظر إليه في إطار البيئة الثقافية، وأن المجتمع هو السبب في السلوك اللاسوي (الصرايرة، 2010).

-الاتجاه المعرفي: يرى الاتجاه المعرفي أن التشوهات المعرفية لدى المدمن حول الذات مثل: الشك الذاتي، وانخفاض كفاءة الذات، وتقدير الذات السلبي، فالمدمن يجد التقدير الذي يريد خلال صفحات الشات التي يفتقدها بالواقع.

مفهوم التحصيل الدراسي Academic Achievement

التحصيل الدراسي هو ما يتعلمه الطلبة خلال المرحلة الدراسية من معلومات عند دراسته مادة معينة وما يدركه من العلاقات بين هذه المعلومات وما يستنتجها من حقائق تنعكس في أداء الطلبة على اختبار يوضع وفق قواعد تساعد من تقدير أداء الطلبة (الحامد، ١٩٩٦م) ويعرف أيضاً ما يدل على الوضع الراهن لأداء الطلبة أو ما تعلمه أو اكتسبه بالفعل من معارف ومهارات في برنامج معين (أبو علام ١٩٨٧م). ويعرف اجرائياً: أنه ما يحصل عليه المتعلم من درجات في الاختبارات التحصيلية نهاية الفصل الدراسي.

أثر الإنترنت على التحصيل الدراسي لدى الطلبة

يؤدي ادمان الانترنت الى تدني التحصيل الدراسي وقد اثبتت العديد من الدراسات والبحوث التجريبية والارتباطية صحة ذلك، حيث أظهرت النتائج لبعض الدراسات ان الطلبة الذين يقضون ساعات كثيرة على الانترنت تحصيلهم الأكاديمي قد تأثر بشكل سلبي مما أدى الى تدني تحصيلهم الدراسي مقارنة مع ما سبق.

نتائج البحث وتفسيرها

يوضح الجدول التالي نتائج مقياس كابلان لاستخدام الانترنت لطلبة الصفين التاسع والعاشر:

رمز الطالب	نتيجة المقياس	رمز الطالب	نتيجة المقياس
1	35	16	31
2	38	17	22
3	42	18	19
4	30	19	21
5	32	20	25
6	38	21	38

26	22	38	7
26	23	32	8
29	24	30	9
28	25	35	10
39	26	37	11
28	27	48	12
28	28	28	13
37	29	30	14
42	30	38	15
المجموع الكلي للمقياس: 871			

• وكان المتوسط الحسابي للمقياس الكلي 32.6 أما النسبة المئوية للمقياس الكلي كانت 58.2% وتعتبر هذه النتيجة (58.2%) مؤشر على وجود ادمان انترنت لدى طلبة الصف التاسع والعاشر في مدرسة جسر الشيخ حسين الاساسية للبنين حيث أن الطلبة الذين طبق عليهم المقياس وحصلوا نتائج مرتفعة على مقياس كلاين لاستخدام الانترنت بحاجة ان يخضوا لجلسات ارشادية من قبل المرشد للتخلص من ادمان الانترنت.

يوضح الجدول التالي نتائج استبيان استخدام الانترنت من وجهة نظر أولياء أمور الصفين التاسع والعاشر.

رمز ولي الامر	نتيجة الاستبيان	رمز ولي الأمر	نتيجة الاستبيان
1	23	9	27
2	18	10	30
3	17	11	19
4	18	12	21
5	24	13	19
6	17	14	17
7	20	15	15
8	12	المجموع الكلي: 297	

• وكان المتوسط الحسابي للاستبيان الكلي 19.8 أما النسبة المئوية للاستبيان الكلي كانت 56.5% تعد هذه النتائج مؤشر على وجود ادمان انترنت لدى طلبة الصفين التاسع والعاشر في مدرسة جسر الشيخ حسين الاساسية للبنين من وجهة نظر أولياء الأمور. حيث لابد من خضوع أولياء الأمور الى برامج تدريبية لكيفية التعامل مع ادمان الانترنت لدى ابنائهم.

ويعزو الباحث ارتفاع نسبة إدمان الإنترنت لدى الطلبة إلى أن شبكة الإنترنت أصبحت متاحة وميسرة للجميع وبأسعار مخفضة مما يسهل من اقتنائه، وانتشار الألعاب الإلكترونية بشكل جاذب للمراهقين تحديداً وانعدام الرقابة الوالدية

الأساليب العلاجية لإدمان الإنترنت

وهناك عدة طرق لعلاج الإدمان على الإنترنت أشارت إليه دراسات كل من (رحماني، 2014) وعبد الفتاح، (2018 والدهام، 2016) إلى الأساليب العلاجية التي تخفف من وطأة هذه المشكلة وتساعد المدمنين على الوصول إلى شاطئ الأمان

(التعاقد السلوكي): عبارة عن اتفاقية مكتوبة بين اثنين من الأفراد أو أكثر (المرشد والمسترشد) يتفق بموجبها فرد أو كليهما على المشاركة في سلوك مستهدف محدد، كما أنها تتضمن إدارة النتائج الإيجابية والسلبية المرتبطة بحدوث أو عدم حدوث السلوك المستهدف، وكافة التفاصيل للسلوك المستهدف (مكان حدوث السلوك، كيفية تنفيذ السلوك، مدة السلوك) ولا بد من الإشارة لبعض إجراءات العقد السلوكي

1. تحديد وقت الاستخدام: وهنا يطلب من الطالب المدمن تقليل وتنظيم ساعات استخدامه بحيث إذا كان يدخل على الإنترنت لمدة (40) ساعة أسبوعياً نطلب منه التقليل إلى (20) ساعة أسبوعياً، وتنظيم تلك الساعات بتوزيعها على أيام الأسبوع.
2. بطاقات التذكير: يقوم الطلبة بكتابة الآثار السلبية للاستخدام المفرط للإنترنت على بطاقات، كمشكلات العمل مثلاً، وكذلك كتابة فوائد وإيجابيات الحد من الإفراط في استخدام الإنترنت، وحمل هذه البطاقات بشكل مستمر بهدف التذكير يساعد الطلبة في تجنب سوء استخدام الإنترنت.
3. استخدام ساعة التوقيف: حيث تساعد في تحديد عدد ساعات الإنترنت، والتوقف في اللحظة المناسبة.

وللإرشاد الجمعي تأثير وفعالية كبيران على المراهقين المدمنين على الإنترنت، يمكن أن تكون المجموعة الإرشادية مرجعية ومجموعة دعم للمسترشد، فهوية المراهقين الذاتية غير مستقرة وتحتاج إلى موافقة من الأقران، وأن أحد أسباب إدمان الإنترنت والإفراط في استخدامه هو افتقار المراهق للموافقة من قبل الأقران، فتقدم المجموعة الإرشادية الموافقة للأقران، مما يسهل التغيير نمط الحياة للمدمنين، ويعملون كمجموعة دعم لمساعدة بعضهم البعض على التغلب على إدمانهم على الإنترنت، فعندما يتغير شخص أو شخصان قياديان ويتغلبان على إدمانهما، فإنه يخلق تأثيراً إيجابياً كبيراً على أعضاء المجموعة الأخرى المقاومة، فالجو الأمن والمقبول للمجموعة يشجع أعضاء المجموعة على أن يكونوا نشطين ولديهم تفاعلات اجتماعية مع الأعضاء الآخرين، مما يؤدي بدوره إلى خلق تجارب وعلاقات إيجابية لهم وهذا التأثير لا يمكن تحقيقه من خلال الإرشاد الطلابي (Montag & Reuter, 2017).

التوصيات والمقترحات:

1. تفعيل حصص التوجيه الجمعي حول إدمان الإنترنت.
2. تكثيف التوعية الموجهة لأولياء الأمور في دورهم الرقابي الإيجابي في استخدام ابنائهم للإنترنت وضبط أنفسهم في استخدام الإنترنت.
3. تفعيل الدور الاعلامي لصفحة المدرسة لتوعية الطلبة وأولياء أمورهم بمخاطر الإنترنت والتي تؤدي إلى الإدمان.
4. العمل على إطلاق مبادرة مجتمعية حول التوعية بمخاطر الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي.
5. تفعيل برامج الإرشاد الجمعي المتعلقة بإدمان الإنترنت.

6. العمل على مساعدة الطلبة ذوي التحصيل المتدني الناتج عن إدمان الإنترنت واكسابهم مهارات دراسية لكيفية رفع مستواهم التحصيلي وضبط استخدامهم للإنترنت.

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

- أبو علام، رجاء محمود. (١٩٨٧) قياس وتقويم التحصيل الدراسي. الصفاة، الكويت: مطبعة دار القلم
- الحامد، محمد بن معجب (١٩٩٦). التحصيل الدراسي، دراساته. نظرياته. واقعه. العوامل المؤثرة فيه. الرياض: الدار الصولتية
- الخطاب، محمد (2018)، إدمان الإنترنت، *مجلة علم النفس*، 31 (117)، 49-55.
- الدهام، محمد (2017)، فاعلية برنامج الإرشاد الجمعي الواقعي في تحسين المهارات الاجتماعية وخفض سلوك إدمان الإنترنت لدى المراهقين. *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، 6، (1) 7-16.
- رحماني، نعيمة (2014)، إدمان الإنترنت جريمة رقمية. *مجلة التراث*، (12)، 80-69.
- الصرايرة، ولاء (2010)، علاقة إدمان الإنترنت بالانحراف الاجتماعي، دراسة ميدانية على مرتادي مقاهي الإنترنت في الأردن، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.
- الطيبار، فهد (2016)، إدمان الإنترنت وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود. *المجلة الدولية التربوية*، 5 (3)، 404-446.
- عبد الفتاح، معتصم (2018)، جودة الحياة وعلاقتها بالإدمان على الإنترنت لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية، عمان، الأردن.
- الفرح، عدنان (2004)، الإدمان على الإنترنت لدى مرتادي مقاهي الإنترنت في الأردن، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 5 (3)، 212-180.
- المشيخي، غالب (2016)، فاعلية برنامج إرشادي في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب جامعة الطائف. *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، 5 (9)، 508-528.
- مصباح، عمر (2004)، *تكنولوجيا الإنترنت*، مصر: الأنجلو المصرية.
- مقدادي، مؤيد وسمور، قاسم (2008)، *المشكلات النفسية والاجتماعية الأكثر شيوعاً وبعض السمات الشخصية لدى عينة من طلبة كلية المعلمين بجامعة الطائف*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.

المراجع الأجنبية:

- American Psychological Associations (2015) *APA Dictionary Of Psychology*.
- Beard, K. (2015). Internet Addiction: A Review of Current Assessment Techniques and Potential Assessment Questions. *Cyberpsychology & Behavior*, 8(1), 7-14.
- Keser, H., Esgi, N., Kocadag, T., & Bulu, S. (2013). Validity and Reliability Study of the Internet Addiction Test. *Mevlana International Journal of Education*, 3 (4), 207-222.
- Young, k. (1998). **Internet Addicts, the emergence of a new clinical disorder.** *Cyberpsychology & Behavior*.

الملاحق

ملحق (1)

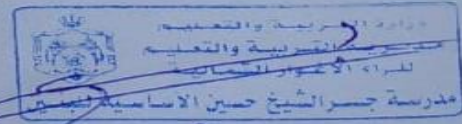


مديرية التربية والتعليم/ لواء الأغوار الشمالية
مدرسة جسر الشيخ حسين الأساسية للبنين
للعام الدراسي (٢٠٢٢/٢٠٢١)



مقياس كايلان لاستخدام الإنترنت
Caplan's Internet Use Scale (1998)
ترجمه وقته في السنة العربية
دكتور إبراهيم الشافعي (إبراهيم) (2009)

م	العبارة	لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق قليلا	أوافق كثيرا	أوافق تماما
1	فمت محاولات كثيرة للسيطرة على استخدامي للأنترنت لكي فشلت	✓				
2	أضعت وقتا طويلا على الإنترنت على حساب أشياء أخرى مهمة			✓		
3	أفضي وقتا طويلا على الإنترنت أطول مما كان يحدث فيما مضى			✓		
4	انفق وقتا طويلا على الإنترنت أكثر مما أتوقع		✓			
5	أشعر أن من حولي يفتقدون وجودي بسبب انشغالي بالإنترنت	✓				
6	وقعت في مشكلات لي دراسي بسبب طول الوقت الذي أفضيه على الإنترنت			✓		
7	عندما أكون مشغولا فاني لا أجد وقتا للدخول على الإنترنت		✓			
8	عندما لا أكون متصلا على الإنترنت فاني أفكر فيما قد يكون متاحا عليه			✓		
9	لغيت عن الدراسة مرات متعددة بسبب انشغالي بالإنترنت					
10	أشعر بالذنب حيال الوقت الذي أضعته على الإنترنت		✓			
11	أشعر بالضيق إذا لم أتعلم بالإنترنت				✓	
12	أنا مشغول بالإنترنت سواء كنت متصلا أو غير متصل به		✓			
13	حاولت مرارا التوقف عن استخدام الإنترنت ولكن محاولاتي باءت بالفشل		✓			
14	لم أفلح محاولاتي للحد من الاستخدام الطويل للأنترنت			✓		

المرشد التربوي: مبارك هندر

ملحق (2)


مديرية التربية والتعليم / لواء الأغوار الشمالية
مدرسة جسر الشيخ حسين الأساسية للبنين
للعام الدراسي (٢٠٢١/٢٠٢٢)

مقياس ادمان الانترنت للطلبة
(يعنى من قبل ولي الأمر)

ولي الأمر الفاضل:

فضلاً وليس أمراً يرجى من حضرتك المشاركة في تعبئة مقياس ادمان الانترنت للطلبة لغايات الدراسة والبحث، حيث يوجد سبعة فقرات، ولكل فقرة خمسة خيارات راجين وضع اشارة امام الخيار المناسب من وجهة نظرك كولي أمر.

شاكرين حسن تعاونكم

١. هل يجلس ابنك على الإنترنت وقتاً أطول من الوقت الذي تحدده له؟
☐ نادراً ☒ أحيانا ☒ كثيراً ☐ عادة ☐ دائماً

٢. هل يهمل ابنك واجباته المدرسية اليومية بسبب الجلوس على الإنترنت؟
☐ نادراً ☒ أحيانا ☒ كثيراً ☐ عادة ☐ دائماً

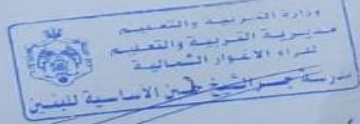
٣. هل يفضل ابنك الجلوس على الإنترنت على قضاء الوقت مع أسرته ؟
☐ نادراً ☒ أحيانا ☒ كثيراً ☐ عادة ☐ دائماً

٤. هل كُون ابنك صداقات مع آخرين عبر الإنترنت؟
☐ نادراً ☒ أحيانا ☒ كثيراً ☐ عادة ☐ دائماً

٥. هل يتأثر أداء ابنك الدراسي بسبب طول الوقت الذي يقضيه على الإنترنت؟
☐ نادراً ☒ أحيانا ☒ كثيراً ☐ عادة ☐ دائماً

٦. هل يتهرب ابنك من الإجابة / أو التبرير عندما تسأله عما يفعله على الإنترنت؟
☐ نادراً ☒ أحيانا ☒ كثيراً ☐ عادة ☐ دائماً

٧. هل يتضايق أو يغضب إذا تم منعه أو انقطع الانترنت عنه ؟
☐ نادراً ☒ أحيانا ☒ كثيراً ☐ عادة ☐ دائماً


عصام السامح

المرشد التربوي: مبارك هندر