

الأدمان على الانترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة الكلمات المفتاحية : الادمان - الانترنت - الارشاد النفسي

م . م . عقيل كريم علي شلال

وزارة التربية /المديرية العامة لتربيته صلاح الدين - قسم تربية بلد

akeil9922@gmail.com

الملخص

يستهدف البحث الحالي دراسة الادمان على الانترنت لدى طلبة المرحلة المتوسطة، لذا اختار الباحث عينة من طلبة المرحلة المتوسطة اذا بلغ عدد العينة البحث (١٠٠) طالب وطالبة من المدارس المتوسطة التابعة لقسم تربية بلد، وقد استعمل الباحث مقياس الادمان للعالم يونج (young) (١٩٩٦) وقد استخرج الصدق الظاهري والثبات واختبارات نتائج البحث ، اشارت نتائج البحث الى ان لدى طلبة المرحلة المتوسطة ادمان على الانترنت ، ولايوجد فرق في الادمان على الانترنت وفقا لمتغير الجنس (ذكور / اناث) والصف الدراسي ؟

الفصل الاول

مشكلة البحث : Research problem

ان لتطورات تكنولوجيا الاتصال الحديث وفي مقدمتها شبكة الإنترنت- من الأمور التي فتحت عصرًا جديدًا من عصور الاتصال والتفاعل بين البشر، خصوصًا فيما يتعلق بوفرة المعلومات والمعارف التي تقدمها لمستخدميها، فأصبح استخدام الإنترنت السمة المميزة لهذا العصر (العبايجي ، ٢٠٠٧ ، ١٤) بحيث يستخدمه جميع أفراد الأسرة بما فيهم الشباب الذين هم عماد كل أمة وسبيل نهضتها، لذا فقد أصبح الانترنت يغزو كافة مجالات الحياة الاجتماعية وهو كوسيلة للاتصال وتبادل الأفكار والمعلومات فضلاً عن المجالات الاقتصادية والسياسية وغيرها، (شاهين، ٢٠١٥ : ١٤) ولقد اطلق البعض على شبكة الإنترنت تسمية (الشبكة العنكبوتية) لتشابك خيوطها الكثيرة جدًا، ولعل البعض يقع في خيوط وشباك لا نهاية لها، خصوصًا عندما يسيء استخدامه ويفرط فيه ويعتمد عليه اعتمادًا شبه تام مما يجعله يشعر بالاشتياق الدائم له، ويحاول تصفية كل التزاماته قبل أن يمارس الإنترنت، ويصبح شغله الشاغل وكيف يعود مرة أخرى للدخول، وبهذا يفقد استقلاليته ويصبح أسيرًا له، لأنه أصبح

يتحكم في كل أنشطته الحياتية، وهذا هو ما يطلق عليه ادمان الإنترنت، (الزيدي، ٢٠١٤: ٣٣)

ان ظاهرة الادمان الانترنت ارهقت الكثير من الاسره و المجتمع ككل باعتبارها قضية اجتماعية لم يسلم منها الصغير والكبير، وتختلف درجة التهديد من فئة لأخرى ومن مجتمع الى اخر، وان فئة المرحلة المتوسطة هي من أكبر الفئات المستخدمة للانترنت والتي وصلت لمستوى الادمان حيث توصل كيم وآخرون (Kim, al et. 2006) إلى أن ٣٨% من المراهقين يعانون من أعراض الادمان على الانترنت في كوريا، نتيجة ما يتأثر به وعدم السيطرة على ما يدور حولهم من مستجدات وسرعة انقيادهم وراء كل ما هو جديد، (بوفره ، المقروض، ٢٠١٩: ٥٠٠)

هناك دراسته تؤكد زياده عدد مستخدمين الانترنت حول العالم، حيث وصل اعداد المستخدمين الى ما يزيد عن نصف مليار مستخدم، وقد بلغ عدد مستخدمي الشبكة في الولايات المتحدة الامريكية ١٠ ملايين شخص تتراوح اعمارهم فوق السادسة عشر، وتعد المانيا وبريطانيا وايطاليا من اكثر الدول الاوروبية استخدام الانترنت، حيث يوجد ما يقارب ٣٦ مليون مستخدم في المانيا ٢٩ مليون في بريطانيا ٢٣ مليون في ايطاليا، ويمثل مستخدمي الانترنت في الولايات المتحدة الامريكية ٢٩% من اجمالي مستخدمي الانترنت في العالم ويليه المستخدمون في اوروبا بنسبه ٢٢% ثم في اسبانيا والمحيط الهادي حيث تقدر نسبتهم بحوالي ١٣% في امريكا اللاتينية نسبتهم ٢% وحسب احصائيه ظهرت في نوفمبر ٢٠١٥ فقد بلغ عدد مستخدمي الانترنت في العالم (٣،٤٥،٣، ٨٢٣، ٧٧٢) فردا (مختار، ٢٠١٩: ٢٩-٣٠)

كشفت العديد من الدراسات والبحوث أن إدمان الانترنت يتسبب في آثار سلبية ونفسية وسلوكية واجتماعية واقتصادية، إذ تساهم بحوالي ١.٩١% من الثار النفسية و الانفعالية (عبد الفتاح، ٢٠٠٤: ٣٨) وتوصلت ايضا الدراسات إلى ان ٥٣.٢٦% من مدمني الانترنت يعانون من مشكلات دينية وأخلاقية، بينما بلغت الاثار الصحية ٥٠.٤٤% وأن حوالي ٤٨.٧٣% يعاني من مشكلات وأثار اقتصادية، (قنيطة، ٢٠١١: ٦٣) وان ظاهرة الادمان على الانترنت ظاهرة حديثة نسبيا، ولم تلق الاهتمام الكافي إذ ما قرنت بحجم الاثار المترتبة عليها، وخصوصا بين فئة التلاميذ التي تعد الاكثر انقيادا وراء استخدامات الانترنت، وان

ظاهرة الادمان تعتبر ظاهرة خطيرة جدا، (الدمرداش ، ١٩٩٠ : ٧) ،وان ظاهرة الادمان تؤثر على كل ابعاد حياة المرء ، العضوي ومنها والعقلي والروحي والاجتماعي ،لذا فان المختصين يشاركون في حل تلك الظاهرة لدى فئة المرحلة المتوسطة ، (فطائر ، ٢٠٠١ : ٢١) لاسيما في بلد مثل العراق الذي يشهد اوضاعا امنية وسياسية واقتصادية صعبة تلقي بظلالها على مختلف جوانب الحياة اليومية للطلبة ، تدفع بهم للبحث عن المتعة والتسلية وقضاء الاوقات المسلية مع الغرباء والزملاء بعيدا عن رقابة الاهل وروتين الحياة الممل للهروب من واقع الذي يعيشونه به.

تكمُن مشكلة البحث الحالي في الاجابة على سؤال مفاده

هل هناك ادمان على الانترنت لدى طلبة المرحلة المتوسطة ؟

أهمية البحث : Importance of the research :

ان تكنولوجيا الانترنت التي يتميز بها هذا العصر والتي لايمكن الاستغناء عنها بسبب سوء استخدام البعض لها، (الحسين ، ٢٠١١ : ٧٧) ويسمى هذا العصر بالعصر الرقمي الذي يدل على اتساع نطاق استخدام الانترنت باعتباره سمة العصر ،وقد بات من الشائع ان وجود خدمة الانترنت في اغلب الاماكن العامة والخاصة على حدا سواء كالمنازل والمدارس والجامعات والمقاهي والمطاعم والفنادق مما جعل سرعة التواصل مع الاخرين سهلة، وتجاوزت حدود الزمان والمكان، (الشهري والعشري ، ٢٠١٩ ، ٤٤٥).

ان العالم اليوم يتجه نحو ثقافة كونية عبر وسائل الاتصال الإلكتروني ومن أهمها استعمال شبكة الإنترنت التي اخترقت معظم المجتمعات العراقية في الجامعة او المؤسسات الدولة او البيت او الشارع ، وأصبح تأثيرها يفوق تأثير وسائل الثقافة ، فقد أسقطت شبكة الإنترنت الحواجز والفواصل بين الدول لسهولة عملية الاتصال بالسرعة الممكنة (الخمشي ، ٢٠١٠ ، ص ١) .

ويعد الانترنت اكبر مكتبة للمعلومات في العالم على الاطلاق هذا، وبينما كان الانترنت في بدايه الامر حصرا على الجامعات في وحتى مراكز ابحاث الوكالات الحكوميه ،فأن الانترنت قد تحرك خارجا للجماهير في كل مكان وساعد ذلك على انتشار شبكات الاشتراك المجاني بالانترنت وخدمات المعلومات على الخط والتي اصبحت مسيره للأفراد ، وانه للاسف - هناك قلة من الناس ينشرون في الانترنت امور يعتبرها البعض مسيئا لآخر،

وكأي وسيلة اعلام اخرى فان عليك ان تعرف ما يناسبك وتأخذ من مصادرها الاصلية وان المعلومات المتنوعة التي نشأت عن العمليات التقنية التي يربط الالاف الشبكات ببعضها البعض وكونت فضاء يظهر على شاشه الكمبيوتر وكأنه عالما حقيقيا اشبه به العالم الواقعي الذي نعيش فيه، وهذا العالم يسمى الفضاء الالكتروني وهو ذو ابعاد مدهشه غير عادي ،انه مصدر عالميه ذو قيمه من المعلومات المتألقه. (مختار، ٢٠١٩، : ٢٥-٢٦).

تؤكد دراسه (Junghyun, al et . 2009) على عينه بلغت عددها (٢٥٠) من الذكور والاناث والتي لا تتجاوز اعمارهم (٢٥) عاما، وقد تناولت الدراسة اثر المشكلات الاجتماعيه والنفسيه المصاحبه لاستخدام الانترنت بمدينة الكويت فقد حصلت الدراسة لعدده نتائج منها ان استخدام المفرط للانترنت يسهم في خلق امراض النفسيه والاجتماعيه المختلفه ويزيد من المشكلات الاجتماعيه والاسريه وذلك عكس ما كشفت عنها دراسه العاني (٢٠٠٠) والتي تبطت على عينه مقدارها (١١٢) طالب وطالبة من طلاب جامعه اليرموك دور الانترنت الايجابي في تعزيز البحث العلمي والبحث عن المستجدات العلمية ذات الصلة بتخصص الطالب واستثمار وقت الفراغ ولجوء للمواد الدراسية والتي تهدف الى تحديد مستقبله (Junghyun, al et . 2009, 451-455) ومن هنا تتجلي اهمية دراسة الادمان الانترنت من حيث الآثار السلبية على حياة الطالب والطالبه في هذه المرحلة الدراسية والعمرية المهمة .

ووفقا لذلك فان اهمية البحث الحالي تكمن في الاتي :

١- اهمية النظرية تشمل ماياتي .

١. عرض المفاهيم والنظرية الخاصة بموضوع الادمان وسوء استخدامه والدراسات السابقة المحلية والعرييه والاجنبية التي تخص الموضوع.
٢. اهمية التطبيقية وتتمثل في اعداد استبانته خاصه عن طلبة المرحلة المتوسطة والاستفاده من النتائج التي ستظهر بعد تطبيق الاستبانته .

اهداف البحث : research aims

يهدف البحث الحالي الى التعرف :

- ١- تعرف على ظاهرة الادمان الانترنت لدى طلبة المرحلة المتوسطة . :
- ٢- التعرف على الفروق بين المرحلة الثالثة والمرحلة الثانية في الادمان على الانترنت :
- ٣- التعرف على الفروق بين الذكور والاناث في الادمان على الانترنت :

حدود البحث search limits

يقتصر البحث الحالي على طلبة الصف الثاني المتوسط من كلا الجنسين والتابعين الى قسم تربية (بلد) وللعام الدراسي . (٢٠٢١ - ٢٠٢٢) للدراسة الصباحية .
- تحديد المصطلحات :

١- إدمان الإنترنت (Internet Addiction)

يونج (Young , 1996) هو اضطراب وفقدان السيطرة على الحافز والذي لا يتضمن مواد مسكره ويتميز الادمان بأعراض إنسحابية ومشكلات نفسية وأكاديمية ومهنية واجتماعية تؤثر على الفرد " (young , 1996 , 238) .

٢-توري (Tory ,2000) الانترنت حاله من استخدام المرضي وغير التوافقي للانترنت يؤدي الى حدوث اضطرابات في السلوك (سليمة ، ٢٠١٥ : ٢١٣)

٣-كاندل (Kandell , 2002)

بأنه : " الاعتماد النفسي على الإنترنت ، ويتميز بزيادة إستثمار المصادر في الأنشطة المرتبطة بالإنترنت والمشاعر غير السارة كالقلق والاكتئاب والإحساس بالفراغ عندما يكون بعيداً عن الإنترنت وزيادة التحمل للتأثيرات عندما يكون الإنترنت، والإنكار للسلوكيات التي تتطوي على مشكلاته " (Kandell , 2002 , p.17) .

٤ - ويديانتو واخرون (Widyanto & mcmurran ,2004)

انه مفهوم متعدد الابعاد يتضمن بروز الظاهر والاستخدام المفرط و رفض العمل والتوقع ونقص الضبط السيطره ورفض الحياه الاجتماعيه (, Widyanto & mcmurran ,2004)

(443

٥-تعريف الاجرائي : الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على وفق المقياس الادماني المستعمل في البحث الحالي .

الفصل الثاني

الإطار النظري :

ان فكرة الانترنت ظهرت في اوائل الستينيات وكان اول ظهور لشبكة الانترنت كاختراع جديد لاغراض عسكريه في الولايات المتحدة الامريكيه وبعد سلسله من تطورات المذهله بدأت خدمه الانترنت تغزو جميع دول العالم ليصبح الانترنت هو اكبر شبكه للاتصال حول العالم ليقدم الفائدة الكبيره للشعوب (مختار ، ٢٠١٩ : ٧) واخذت الانترنت حجمه الكبير في تزايد السريع للمعلومات في المؤسسات التعليمية والاكاديمية ومراكز الابحاث والاعمال التجارية على استخدام الانترنت ، وربط شبكاتها معا ويدات التطورات الانترنت في الولايات المتحدة الامريكية وتطورات مشابهه لشبكات اخرى في الدول الاوروبية مثل بريطانيا والسويد وغيرها ، وشهد الانترنت مرحلة ازدهار في منتصف السبعينيات حتى اوائل الثمانينات حيث اصبحت الشبكات المختلفة في العديد من البلدان تتصل مع بعضها البعض ولم ينشأ الانترنت بحجم كبير في الماضي كما هو عليه الان ولكن جاءت هذه مع التطورات السريعة بمرور السنوات ومع زيادة اعداد المشتركين من المؤسسات والمنظمات المختلفة من خلال اجهزه شبكات الكمبيوتر،(درويش ، ٢٠١٦ : ٤٢ - ٤٣) بدا تقديم خدمه الانترنت للناس حول العالم في عام ١٩٨٥ كان عدد المشتركين تتزايد سنه بعد سنه وبشكل كبير واصبح الانترنت الان اكبر شبكة في تاريخ البشريه ويعتبر في حقيقه هو احدى الظواهر وربما يعتبر اكثر التطورات التي حدثت في وسائل الاتصالات البشريه بعد اختراع التليفون،((مختار، ٢٠١٩ : ٢١)
عنده انتهاء عام (١٩٩٣) حصلت موافقت المفوضية الأوربية على الاشتراك مع مختبر CERN لإنشاء شبكة ويب تدعى (Wise) ومع انتهاء عام ١٩٩٣ قد وجده أكثر من ٥٠٠ خادم ويب . وكان عام ١٩٩٤ سمي ب عام الويب ، وعنده نهاية عام ١٩٩٤ كان عشرة آلاف خادم للويب وعشرة ملايين مستعمل . وعنده عام ١٩٩٧ ومع وجود أكثر من ستمائة وخمسين ألف خادم للويب ، تم ظهور حوالي ألف خادم جديد عن كل يوم ، وقد أصبح الويب معروف مثل الهاتف ، ولقد أمكن إزالة حاجز المكان بين الدول ، وتقليل المسافات التي تفصل بينها ، واستطاعت العقول أن تدخل هذه الدول دون جواز سفر . كما

أمكن إذابة حاجز الزمان والتنقل بين الدول في عدة ثوانٍ والتحدّث دون متاعب رغم اختلاف اللغات (المزاوي ، ٢٠٠٥ ، ٦) . أما عن الدول العربية فه كانت اول دولة عربية يدخل الانترنت لها هي جمهورية تونس حيث تم ربطها بالشبكة الانترنت عام ١٩٩١ ، ثم تليها دولة الكويت عام ١٩٩٣ ، ثم كل من مصر والإمارات ولبنان والمغرب العربي والى .. إلخ (مسعودي ، ٢٠١٠ ، ٤٤) .

١. أسباب إدمان الإنترنت: Causes of Internet Addiction .

- ١- الشعور بالملل لدى الفرد عندما يكون غير قادر على العمل .
٢. وقت الفراغ وطول الساعات في النهار التي لا يجد فيها الشخص أي أمرٍ مفيدٍ يشغل وقته به.
٣. الشعور بالوحدة والعزلة عن الاهل .
٤. الامتيازات التي يوفرها الإنترنت لمستخدمه، حيث يستطيع أن يجد فيه مختلف الأمور التي يحبها أو الجديدة بالنسبة إليه دون حساب أو رغب من قبل الاهل .

أعراض إدمان على الإنترنت . Internet addiction symptoms

- ١-الساعات الطويلة التي يقضيها الشخص مستعملاً الإنترنت بشكلٍ يفوق ودون ملل ما يحدّده الإنسان لنفسه.
- ٢-الشعور بالضيق والاختناق والتوتر لدية في حال عدم القدرة على الاتّصال بشبكة الإنترنت .
- ٣-الإحساس بسعادةٍ كبيرةٍ وغامرةٍ في حال عودة الإنترنت للعمل بعد انقطاعه خاصّةً لفتراتٍ طويلة.
- ٤-التكلم عن الإنترنت وخدماته ومزاياه طوال ساعات اليوم وإدراجه في معظم الأحاديث اليومية دون جدوى .
- ٥-الانصراف عن أداء مختلف الواجبات الاجتماعية سواء على صعيد الأسرة أو الوظيفة لتخصيص الوقت لاستخدام الإنترنت.
- ٦-استخدام الإنترنت بشكلٍ طبيعي حتى في ظل وجود المشكلات الاجتماعية والأسرية.
- ٧-استخدام الإنترنت فور النهوض من النوم لرؤية الرسائل والأحداث الجديدة والصور والتعليقات المختلفة . (فاطر : ٢٠٠١ ، ٩٦)

: الآثار السلبية لأدمان الانترنت Negative effects of internet addiction**أ- الآثار الصحية Healthphysicaleffcts**

اضطرابات في النوم بالإضافة الى ارهاق عام يؤثر على التوافق النفسي والمهني والاكاديمي، واضرار تصيب العينين مما يؤدي الى ارتفاع ضغط العين وعدم وضوح الرؤيا بالإضافة الى الصداع الدائم، واضرار تصيب العمود الفقري والرقبة بسبب الاستخدام المستمر لساعات دون حركة

ب- الآثار النفسية Psychological impacts

الدخول في عالم وهمي بديل عن الواقع يخلق فيه علاقات غير موجودة في الواقع قد تؤدي الى تقليل مقدرة الفرد في خلق شخصية نفسية سوية قادرة على التفاعل والتعايش الواقعي مع المجتمع (عبد المحسن، ٢٠٠٨، ٢١٩). بالإضافة الى التعرض للاضطرابات مثل الاكتئاب والقلق واضطراب الاثار الجنسية والوسواس القهري وضعف الدافعية والخوف من الرفض (الحنطوشي، ٢٠١٠، ٦).

ج- الآثار الاجتماعية SocialImpacts

حيث يسبب الادمان اضطراب الحياة بسبب اهمال الاسرة وضعف الرقابة مما يؤدي الى التفكك والتصدع الأسري، وانسحاب الفرد من المشاركة والتفاعل في الانشطة الاجتماعية نحو العزلة الاجتماعية مما يجعل الفرد يعيش في حالة تناقض من الناحية المادية والنفسية فهو موجود ماديا في المجتمع ألا انه منفصل عنه نفسياً (شكير، ٢٠٠٢، ٦).

النظريات التي فسرت الادمان على الانترنت :

❖ النظرية السلوكية (Behavioral Theory)

يعتمد الاتجاه السلوكي بشكل كبير على الاشرط الاجرائي وقانون الاثر، الذي يذكر ان تشكيل السلوك الذي يجلب الكافأة ويتم تعزيز ، ومن ثم يصبح سلوك نموذج لكل فرد نتيجة للاشباع الحاجات النفسية الناتجة عن حجم الانشطة (Hinic,el,al, 2008 , 763 -)
767 ويرى السلوكيين إن الإدمان سلوك متعلم ، فالفرد الذي يعاني من القلق يلجأ للإدمان فيشعر بالهدوء والراحة ، ويُعد هذا الإحساس بمثابة تعزيز إيجابي للإدمان في المرات اللاحقة

. و يقوم بأنشطة مختلفة يحصل من خلالها على المكافأة . لذلك فإن شبكة الإنترنت تُقدم العديد من المعززات للفرد ، فهي تُقدم له الحب والمتعة والراحة النفسية كما يعتقد ، كذلك تُعد طريقة سهلة للهروب من مشكلة الواقع ، وكل هذا يُعد من معززات السلوك لدى الفرد ، فيسعى الفرد وراء هذه المعززات عن طريق استعمال الإنترنت ، ويرتبط الشعور السار أو التعزيز الإيجابي الذي يحصل عليه المدمن من الإنترنت بأشياء وأشخاص موجودة في البيئة وتصبح بمثابة مُثيرات شرطية تحث الإنسان على الإدمان ، (العمري ، ٢٠٠٨ ، ص ٢٠) .

نظرية الاتجاه المعرفي : Cognitive Attitude Theory

ان الاتجاه المعرفي يتسبب بظهور مجموعه من الاعراض المرتبطة بهذا الاضطراب او (ادمان الانترنت) فالتشوهات المعرفيه حول الذات تشمل الشك الذاتي ، الانخفاض كفاءه الذات ،تقدير الذات السلبي مثلا لاشعر باحترام عندما لا اجلس على الانترنت ،ولكن عندما اكون على الانترنت فاني افتخر بنفسي، الانترنت هو المكان الوحيد الذي يشعر به الشخص بالاحترام وهذه التشوهات المعرفيه التي يدركها الافراد الذين يعانون من مشكلات نفسيه مختلفه يحملون ادراكات سلبيه عن ذواتهم وعن شخصياتهم ،يجعلهم يفضلون الاندماج والتفاعل في الانشطه المختلفه التي يقدمها الانترنت لان يعد اقل تهديدا من التفاعل المباشر (العصيمي ،٢٠١٠: ٤٠ - ٤١)

❖ نظرية كيمبرلي يونج Kimberly S. Young Theory

"يونيغ عملت " على تتبع الأعراض التي تدل على إدمان الإنترنت وقد توصلت إلى مجموعة من المؤشرات، وإذ أشارت إلى أن بعض المدمنين على الإنترنت يشعرون بالاكئاب والإحباط والعزلة ، إضافة إلى فقدان الكثير من الهوايات الترفيهية والاجتماعية والابتعاد عن الآخرين ، وكثرة مشكلات مع العائلة وفي العمل والعلاقات الاجتماعية والمدرسة ، وبالرغم من عدم وجود معايير معينة لإدمان الإنترنت في الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية والعقلية - الدليل الرابع (DSM-IV). فقد كانت "يونيغ" (Young , 1996) أول من قام بالربط بين استعمال الإنترنت المفرط بمحكات (DSM-IV) ، وهذه المحكات مقربة لمحكات المقامرة الباثولوجية (المرضية) المذكورة فيه . ووفقاً لما ذكرته "يونيغ" فإن استعمال الإنترنت المفرط يكون أكثر قرباً من الاضطرابات السلوكية الاندفاعية - التحكم وال ضبط كما حددت في (DSM-IV) (8 , Czincz , et al , 2009)

وقد أشارت "يونج" أن استعمال الإنترنت لمدة طويلة قد يؤدي إلى الإدمان ، وقد حددت يونج ان المدمنين على الإنترنت قد يستعملون ٣٨ ساعة أسبوعياً (العمري ، ٢٠٠٨ ، ص ٢٦). وقامت "يونج" ببناء اختبار إدمان الإنترنت والذي تألف من ثمانية بنود ، قد صيغت بنمط (نعم / لا) بناءً على ثمانية محكات حددتها لإدمان الإنترنت ، وقد قامت بتعديل المعايير الخاصة بالمقاومة المرضية حتى تتناسب مع إدمان الإنترنت (Murali & George , 27: 2007) . ومن هذه المعايير ما يأتي :

- ✚ إنشغال تفكير الفرد بالإنترنت انشغالاً كبيراً عندما يكون خارج شبكة الإنترنت .
- ✚ الشعور بالحاجة إلى قضاء مزيد من الوقت على الخط Online للوصول إلى درجة الرضا والإشباع مع الاستعمال المتكرر .
- ✚ قيام الفرد بمحاولات للسيطرة على إستعماله للإنترنت أو التوقف عن استعماله ولم ينجح .
- ✚ ضعف قدرة الفرد على التحكم في تقليل الوقت الذي يقضيه في استعمال الإنترنت .
- ✚ شعور الفرد بأعراض إنسحابية كالقلق والغضب والتوتر أو تقلب المزاج عند محاولة التوقف عن استعمال الإنترنت .
- ✚ فقدان الفرد لبعض المهام أو العلاقات المهمة أو فرصة تعليمية أو مهنية بسبب انشغاله بالإنترنت
- ✚ الفرد يكذب على الآخرين في عدد المرات أو طول المدّة التي يقضيها على الإنترنت .
- ✚ إستعمال الفرد للإنترنت للهروب من مشكلات الحياة اليومية أو لتخفيف حدة المزاج كالإحساس بالقلق والذنب والاكنتاب (Griffiths & Widyanto , 2006, .37) .
- وفي اختبار إدمان الإنترنت المبدئي حددت "يونج" معيار التمييز بين المدمنين وغيرهم ، بأن المستجيب الذي يُجيب على خمس فقرات أو أكثر بـ (نعم) (بالاتفاق مع درجة القطع للمقاومة المرضية) يُعد هذا المستجيب مدمناً للإنترنت .
- وقسمت "يونج" Young إدمان الإنترنت إلى خمسة أنواع هي :
- ✚ القمار على الانترنت Online Gambling : استمرت لعبت القمار القهري لعدة عقود من الزمن وبسبب طول الفرص المتاحة فان مع اقتراح المقامرة عبر الانترنت قد جلب شكلا من اشكال السلوك الادماني .

✚ العبء (الحمل) المعلوماتي Information Overload يشمل المتصفح المكثف في البحث عن المعلومات والقواعد والبيانات على الانترنت بهدف جمع المعلومات ومعالجتها في وقت لاحق . (Hinic,el,al, 2008 , 34 – 36)

✚ إدمان الفضاء الجنسي Cybersexual Addiction يشمل هذه المواقع جميع حالات الجنس و الإباحية pornography

✚ إدمان العلاقات السيبرية Cyber-Relationship Addiction أي الإفراط في العلاقات التي تتم عبر الفضاء الإلكتروني Cyber Space ، مثل علاقات غرف المحادثة Chat Rooms والتي تعبر عن العلاقات مع الاشخاص وحفظ تلك غرف المحادثة .

✚ إلزام الإنترنت Net-compulsions مثل المقامرة أو التسوق عبر الإنترنت ويعتبر التسوق اسرعه وسيله .

✚ إدمان ألعاب الحاسوب الزائد عن الحد Computer Addiction . والتي تعتبر من اخطر الحالات الادمان

✚ الإفراط المعلوماتي Information Overland أي البحث الزائد عن الحد عن المعلومات عبر الإنترنت (Javed, 2010 , p.6) .

وقد وضع جروول (Grohol,2003) نموذجاً لتفسير سلوك الادمان الانترنت المؤقت عبر مراحل هي :

المرحلة الاولى : تسمى هذه المرحلة بمرحلة الاستحواذ او الافتتان (The stage of enhancement or obsession) : تحدث عندما يكون الطفل والمراهق وافداً جديداً ومجرباً جديداً للانترنت او مستخدماً نشطاً جديداً .

المرحلة الثانية : وتسمى هذه المرحلة بمرحلة التحرر من الوهم او التخلص من الخداع الحسي (Disillusionment stage) ففي المرحلة السابقة يصل الطفل والمراهق الى الادمان ، وفي هذا المرحلة يتيح يقل اهتمامه بنشاط الانترنت ، مما يتيح المجال للمرحلة الثالثة .

المرحلة الثالثة : وتسمى هذه المرحلة بمرحلة التوازن (Balance stage) هي الاستخدام الطبيعي والسوي للانترنت ، وذلك حين يجد الطفل او المراهق نشاطا جديدا ومثير لاهتمام .

اما **فينخل (Fenichel,2004)** فيرى ان من يقضون اوقاتا طويلة امام الانترنت بدلا من قضائها في الانشطة الاجتماعية والاسرية ، قد تكون لديهم اساليب معرفية شاملة مكونه من تعدد المهام والمعالجة زائده السرعة ، وافتقاد اهداف التوجه متوسطة او بعيدة المدى ، واعدة ما يستخدمون الكمبيوتر كنقطة تواصل مع العالم ، وبذلك فان الادمان الانترنت اكثر او مجرد اضطراب استخدام العقاقير احادي البعد ، ويمكن القول ان هذا التفسير يحتاج لنقص في ضوء الحاجات الانسانية ، والدوافع ، والعمليات المعرفية ، والسلوك (عبد الله ، ب ، ت ، ١٨)

الدراسات السابقة : Previous studies

١- دراسة الشيماء أحمد عبدالفتاح، (٢٠١٣)، عن "إدمان الانترنت وعلاقتها بالهناء النفسي - الاجتماعي

"تهدف الدراسة :تهدف هذه الدراسة للتعرف على علاقة بين إدمان لانترنت والهناء النفسي - الاجتماعي من خلال مكوناته وهي (الخجل -الاكتئاب- الإنطواء الاجتماعي - تقدير الذات - الرضا عن الحياة) وكذلك الوقوف على دلالة الفروق بين المدمنين وغير المدمنين على متغيرات الهناء النفسي - الاجتماعي، وكذلك الفروق بين الذكور والاناث في كل من إدمان الانترنت والهناء النفسي الاجتماعي لديهم، وكذلك مدى إسهام كل متغير من متغيرات الهناء النفسي - الاجتماعي في التنبؤ بحدوث إدمان الانترنت لدى طلبة الجامعة ،

النتائج : توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي (٠,٠١) بين إدمان الانترنت وكل من الخجل الاجتماعي والانطواء الاجتماعي والاكتئاب لدى عينة الكلية للدراسة، بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند مستوي (٠,٠١) بين إدمان الانترنت وكل تقدير الذات والرضا عن الحياة -أسهم كل من (الانطواء الاجتماعي، الاكتئاب، الرضا عن الحياة الخجل، تقدير الذات على الترتيب في التنبؤ بحدوث إدمان الانترنت لدى عينة الدراسة. (الشيماء ، ٢٠١٣ : ٥٥)

دراسة الجبيله (٢٠١٦) ادمان الانترنت وعلاقتة بالرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، هدف تلك الدراسة إلى الكشف عن مستوى إدمان الانترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ومعرفة العلاقة بين إدمان الانترنت وكلا من الرضا عن الحياة وتقدير الذات، وامكانية والتنبؤ بإدمان الانترنت من الرضا عن الحياة وتقدير الذات، تكونت العينة من ٣٨١ طالبة، وقد توصلت الدراسة إلى أن أعلى نسبة من الطالبات يستخدمن الانترنت بشكل معتدل حيث بلغت ٤٠.٦%، بينما بلغت نسبة ممن يستخدمن الانترنت بشكل مرتفع ٢٨.٦%، تليها نسبة الطالبات اللاتي يستخدمن الانترنت بشكل منخفض حيث بلغت ٥.٢%، كما بلغت نسبة من يستخدمن الانترنت بشكل حاد ٠.٨% (الجبيله، ٢٠١٦ : ٣٠١).

الدراسات الأجنبية English Studies

١. دراسة يونج (Young , 1996) " الإدمان على الإنترنت "

أجرت "يونج" هذه الدراسة على عينة بلغ عدد أفرادها (٥٠٠) من مفترطي استعمال الإنترنت ، وموازنة سلوكهم بالمعايير السريرية (الإكلينيكية) التي تُستعمل في تصنيف الإصابات بالمقامرة المرضية ، وتوصلت الدراسة إلى أن إدمان الإنترنت يرتبط بكثير من الآثار السلبية كالانسحاب والتفوق حول الذات ، وقطع اتصاله بمجتمعه وحتى أسرته ، مع جفاف المشاعر، كما يؤدي إلى الاغتراب والعزلة الاجتماعية وبيئت الدراسة إلى أن طلبة المدارس هم الأكثر تأثراً وتعلقاً بالإنترنت ، مما يؤثر على مستواهم الدراسي ، إذ إن ٥٨% من الطلبة المستعملين للإنترنت اعترفوا بانخفاض مستوى درجاتهم وتغييهم عن حصصهم الدراسية المقررة ، والكذب عن الأهل ، ومع أن الإنترنت يعد وسيلة بحث مثالية فإن الكثير من الطلبة يستعملونه لأسباب أخرى كالبحث في مواقع لا تمت لدراساتهم بصلة أو كالترثرة في غرف الحوارات الحية أو كاستعمال ألعاب الإنترنت (Young , 1996 , 1) .

٢.دراسة بارك (Park , 2009) " العلاقة بين استخدام الانترنت واعراض الاكتئابية

لدى المراهقين في كوريا الجنوبية ، "

هدفت الدراسة الى العلاقة بين استخدام الانترنت واعراض الاكتئابية لدى المراهقين في كوريا

الجنوبية ، "

وقد تكونت العينة من مجتمع الصف الثاني المتوسط من مدارس كوريا الجنوبية ، والبالغ عددهم (٤٣٣٩) وتم استخدام الانحدار اللوجستي متعدد التباين ، وقد وجدت الدراسة ان الزيادة في استخدام الانترنت ارتبط ايجابيا بزيادة المخاطر من اعراض الاكتئابية لدى عينة الصف الثاني ، (Park , 2009, 89)

٣- دراسة (Athanasiade et al,2015) لمعرفة العلاقة بين ادمان الانترنت والعنف الالكتروني لدى المراهقين في اليونان، التي اجريت على عينة تكونت من ٣١٤ طالب من المدارس الثانوية : ،وقد اشارة نتائج الدراسة الى انخفاض معدل ارتكاب السلوكيات الخطره عبر الانترنت لدى عينة المراهقين في دولة اليونان عن باقي دول اوروبا . (Athanasiade et al,2015,22)

الفصل الثالث

إجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل الاجراءات التي اعتمدها الباحث بعينة تحقيق اهداف البحث ويتضمن تحديد مجتمع البحث واختبار عينة البحث واداة البحث كما يبين الخروج بنتائج وفق الاجراءات العلمية المتبعه في تبين مقياس فضلا عن اجراءات العينة واجراء ذلك على الصورة التالية .

اولاً : مجتمع البحث .

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة المتوسطة للعام الدراسي (٢٠٢١ - ٢٠٢٢) في قسم تربية بلد والتابع للمديرية العامة لتربية صلاح الدين .

ثانياً : عينة البحث :

تكونت عينة البحث من (١٠٠) طالبا وطالبة من المرحلة المتوسطة بواقع (٥٠) ذكور و (٥٠) اناث من متوسطة الامام للبنين و متوسطة العروبة للبنات كما موضح في جدول

(١)

جدول (١)
يوضح اختيار عينة البحث

اسم المدرسة	الصف الثالث	الصف الثاني	المجموع
متوسطة الامام للبنين	٢٥	٢٥	٥٠
متوسطة العروبة للبنات	٢٥	٢٥	٥٠
المجموع	٥٠	٥٠	١٠٠

ثالثا : اداة البحث

لغرض تحقيق اهداف البحث قام الباحث باعتماد مقياس الادمان للعالمه (يونج السنة ١٩٩٦)

وصف المقياس :

(لا يوجد وصف كامل للمقياس)

الخصائص السايكومترية للمقياس :

١- الثبات :

استخراج الباحث ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار حيث قام بتطبيق المقياس على عينة بلغت (١٠٠) طالب وطالبة بعد مرور اسبوعين تمت اعادة تطبيق المقياس على نفس المجموعة وهي مدة مناسبة بعد ذلك تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجتي التطبيق الاول و التطبيق الثاني فاشارة النتائج معامل الارتباط الى ان الثبات قد بلغ بنسبة (٨٠ %) وهي نسبة عالية يمكن الوثوق بها .

٢- الصدق :

اعتمد الباحث في استخراج صدق المقياس ولمعرفة مدى ملائمة الاختبار للخاصية المراد قياسها ،ولتحقق من هذا النوع قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في العلوم التربوية والنفسية وجمع اراء الخبراء الذي بلغ عددهم (٥) وتم الاتفاق بنسبة (٩٥ %) على صلاحية وامكانية استعماله لقياس خاصية الادمان الانترنت لدى عينة البحث الحالي .

التطبيق النهائي

تالف الاختبار في الصيغه النهائية من (٣٥) فقره وكانت البدائل على الاجابة ثلاثية_ ، اصبحت درجات الاجابة تتراوح ما بين (١ - ٣) وبذلك تكون الدرجة القصوى (١٠٥) والدرجه الدنيا (٣٥) وبذلك اصبح المتوسط الفرضي يساوي (٧٠) وهكذا اصبح المقياس جاهزا للتطبيق على عينة الدراسية وبالغة عددها (١٠٠) طالبا وطالبة

الوسائل الاحصائية .

لمعالجة البيانات لاستخراج الخصائص السايكومترية للمقياس :٠

١ - الاوساط الحسابية والانحراف المعياري ،

٢- معامل ارتباط بيرسون ،

٣- الاختبار التائي لعينة واحدة ،

٤- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين .٠ (عدس ، ١٩٩٧ ، ١٧٤)

أسماء السادة الخبراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس الادمان :

اسم التدريسي	التخصص	مكان العمل
أ.د نشعة كريم عذاب	ارشاد نفسي	الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية
أ.د غالب محمد رشيد	علم نفس تربوي	الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية
أ.د. سعديه كريم	ارشاد نفسي	الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية
أ.د سعدي جاسم عطية	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية
أ.م.د فلاح حسن	قياس وتقويم	الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية

الفصل الرابع

عرض النتائج و تفسيرها :

ويتضمن عرضا للنتائج التي توصل اليها البحث الحالي على وفق اهدافه ومناقشة النتائج وكما ياتي

١ - قياس الادمان على الانترنت لدى طلبة المتوسطة :

اظهرت النتائج ان الوسط الحسابي لعينة البحث (٧١.٥٣) وبانحراف معياري مقداره (٩.٠٦) بينما كان الوسط الفرضي (٧٠) وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة تبين ان القيمه التائيه المحسوبه كانت (٧٨.٩٣) وبذلك يمكن ملاحظة ان القيمه المحسوبه اعلى من القيمه الجدولية عنده مستوى (٠ ، ٠٥) ودرجة حريه

(٩٩) و ان قيمه الجدولية تساوي (١.٩٦) مما يعني ان الفرق دلالة احصائية بين المتوسطين، وهذا يعني ان افراد العينة طلاب المرحلة المتوسطة لديهم ادمان على الانترنت وجدول (٢) يوضح .

الجدول (٢)

يوضح حساب الاختبار التائي لطلبة المرحلة المتوسطة على الانترنت

العينه	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	العينه المحسو به	العينه التائيه الجدوليه	مستوى الدلاله
١٠٠	٧١.٥٣	٧٠	٩.٦	٧٨.٩٣	١.٩٦	داله

ان هذه النتيجة تشير الى ان افراد العينة لديهم ادمان على الانترنت ، وربما هذه النتيجة تشير الى الواقع الذي فرضته الظروف الحالية التي جعلت من التواصل عبر الانترنت مع العالم حقيقة واقعة ، اذ ان العالم اصبح بما يشبه القرية الصغيرة بفضل وجود الشبكة العنكبوتية التي سهلت كثيرا من التواصل بين الناس في اي مكان وزمان ، ولكن مع وجود هذه الفائدة الكبيرة التي لا يمكن تجاهلها ، الان ان هذه التواصل المستمر ربما ادى الى كون ادمان على الانترنت بسبب سوء الاستخدام احيانا ، وربما بسبب التعود على وجود الانترنت بشكل متواصل احيانا اخرى .

٢- التعرف على الفروق بين المرحلة الثالثة والمرحلة الثانية :

لمعرفة دلالة الفروق بين المرحلتين الثالثة والثانية استعمل الباحث اختبار التائي لعينتين مستقلتين وظهرت النتائج ان الوسط الحسابي للمرحلة الثالثة هو (٧٢.٥٣) وانحراف معياري (٩.١٩) وكان الوسط الحسابي للمرحلة الثانية (٧٠.٥٠) وانحراف معياري مقداره (٩.٤٩) وكانت القيمة التائية المحسوبة تساوي (١.٨) في مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٩٨) بامقرنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (٢.٠٠) يمكن ملاحظة ان قيمه المحسوبة اصغر من القيمة التائية الجدولية وهذا يعني ان لافرقا بين المرحلة الثالثة والثانية في الادمان على الانترنت ، والجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول رقم (٣)

يوضح الفرق بين المرحلتين الثالثة والثانية اللادمان على الانترنت

المرحلة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية المحسوبة	مستوى الدلالة
الثالثة	٥٠	٧٢.٥٣	٩.١٩	١.٨	٢.٠٠	غير دالة
الثانية	٥٠	٧٠.٥٠	٩.٤٩			

ان هذه النتيجة تشير الى ان المرحلة الدراسية لا تؤثر في الادمان من عدمه ، وانما وجود الادمان لدى الذكور والاناث مع ان هذا الادمان يميل الى الذكور اكثر من الاناث كان على السواء في المرحلة الثالثة وكذلك في المرحلة الثانية ، وربما في هذه النتيجة اشارة واضحة الى ان المرحلة العمرية التي تقابل مرحلة الدراسة المتوسطة وهي مرحلة المراهقة المبكرة ليست لها علاقة بالادمان ، وانما جميع الذكور والاناث في هذه المرحلة العمرية من الممكن ان يكون لديهم ادمان على الانترنت بغض النظر عن المرحلة الدراسية او العمر في المرحلة المتوسطة او مرحلة المراهقة المبكرة ، وهذا ما قد يكون فيه اشارة الى ان الادمان على الانترنت ليس له علاقة بالمرحلة الدراسية وبالتالي المرحلة العمرية .

٢- التعرف على الفروق بين (الذكور والاناث) الادمان على الانترنت .
لمعرفة الفرق في متغير الجنس استعمل الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اظهرت النتائج ان الوسط الحسابي للذكور (٧٤.٤٤) وانحراف معياري مقداره (٩.٢٧) ، بينما كان الوسط الحسابي للاناث (٦٨.٦٢) وانحراف معياري مقداره (٧.٩١) فكانت القيمة التائية المحسوبة تساوي (٣.٣٧) في مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٠.٩٨) وهي اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (٢.٠٠) مما يعني ان هناك فرقا بين الذكور والاناث في الادمان على الانترنت لصالح الذكور ، اي ان الذكور اكثر ادمانا من الاناث على الانترنت وكما مبين في الجدول رقم (٤) .

جدول (٤)

الاختبار التائي للفرق بين (الذكور و الاناث) للادمان على الانترنت

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
ذكور	٥٠	٧٤.٤٤	٩.٢٧	٣.٣٧	٢.٠٠	دال
اناث	٥٠	٦٨.٦٢	٧.٩١			

ان تلك النتيجة فيها اشارة واضحة الى ان الادمان على الانترنت لدى الذكور اكثر مما هو لدى الاناث مع ان الادمان موجود لدى كلاهما ، وربما هذه النتيجة فيها اشارة الى واقع يتحدث عن ان الذكور عادة اكثر استخداما من الاناث للانترنت بشكل متواصل ، فطبيعة المجتمع بشكل عام ربما اقلت بظلالها على طبيعة هذا الادمان ، اذ ان الذكور لاسيما في هذه المرحلة العمرية لديهم الفرصة بشكل مستمر لاستخدام الانترنت مما يؤدي بالنتيجة الى الادمان ، بينما الاناث بسبب طبيعة المجتمع لديهما مهمات اخرى اكثر من الذكور في الاسرة والبيت لاسيما اذا كانت متزوجة ، وبذلك قد تكون لهذه الاسباب الاجتماعية تاثير في ان الذكور هم اكثر ادمانا من الاناث على الانترنت .

الاستنتاجات :

- ١- يوجد ادمان الانترنت لدى أفراد العينة .
- ٢- توجد فروق بين أفراد العينة من كلا الجنسين من ناحية الادمان الانترنت وأيضا من ناحية المرحلة الدراسية .

التوصيات :

بعد عرض نتائج البحث التي توصل اليها الباحث ، يوصي الباحث بما يأتي ،

- ١- ضرورة ترشيد استعمال شبكة الانترنت وبهذا يتم تحقيق اغراض محددة وواضحة .
- ٢- وجود دور رقابي للاسره وتوجيه الابناء نحو استعمال الصحيح لشبكة الانترنت .
- ٣- التاكيد على اهمية دور الاسره والمجتمع والمدارس والمعاهد والجامعات في تنمية الوازع الديني والسلوك الاخلاقي في نوس الشباب من خلال الحوارات الصحيحه والهادفة التي تعمل على استقلال الوقت الفراغ لدى الشباب وعدم تركهم فريسه لادمان الانترنت ومايجري الية من مشكلات خطيرة.
- ٤- تنبيه المؤسسات الاجتماعية والتربوية لضرورة التحكم في شبكات الانترنت وماتبثه المواقع الانترنت من مشكلات مانحرفات .

المقترحات :

- ١- اجراء دراسات تناولت مواضيع اخرى ، حول ظاهرة الادمان الانترنت مثل (ضغوط الحياة لدى الشباب وعلاقتها بادمان الانترنت ، الذكاء الوجداني وعلاقتة بسمات الشخصية على عينه من طلاب المرحلة الاعدادية .
- ٢- اجراء دراسة اخرى ادمان الانترنت وعلاقة بجودة الحياة لدى عينه من المراهقين ومقارنة بنتائج مع الدراسة الحالية .
- ٣- اجراء دراسات تناول مخاطر ادمان الانترنت واثار السلبية على طلبة المرحلة الاعدادية .
- ٤- اجراء دراسة الادمان الانترنت والعلاقة واتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة .
- ٥- اجراء دراسة ادمان الانترنت وعلاقتة ببعض المتغيرات النفسية والبيئية لدى طلاب المتوسطة .

Abstract**Internet addiction among middle school students****Keywords : Addiction - Internet - psychological counseling****M. AKEEL KAREEM ALI****Salah Al-Din Education Directorate****Balad Education Department**

The current research aims to study Internet addiction among middle school students, so the researcher chose a sample of middle school students if the number of the research sample reached (100) male and female students from middle schools affiliated with the Department of Education of the country. The researcher used the addiction scale of the scientist Young (1996). Thus, the apparent honesty, stability, and tests of the research results were extracted. The results of the research indicated that middle school students have an addiction to the Internet, and there is a difference in Internet addiction according to the gender variable (males / females) and the stage

المصادر العربية :

- -الحنطوشي، مشهور ناصر (٢٠١٠): ادمان الانترنت بين طلاب المدارس الثانوية في مدينة الرياض :مدى انتشاره، محدداته وعلاقته بالاكنتاب، رسالة ماجستير، الهيئة السعودية للتخصصات الصحية.
- بوفره، مختار ، المقروض، زين العابدين ، ٢٠١٩ ، ادمان الانترنت وعلاقته في بعض المتغيرات لدى طلاب التعليم الثانوي ، مجلة كلية التربية الاساسية للعلوم التربوية والانسانية ، ٢٠١٩- جامعة بابل ، العدد ٤٣ .
- الجبيله، بنت فهد الجوهرة (٢٠١٦) ادمان الانترنت وعلاقته بالرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، ٥ (٥) ، (٣٢٣ -٣٠٠)
- الحسين ، انس الطيب ، ٢٠١١ ، ادمان الانترنت عند طلاب بعض الجامعات بولاية الخرطوم ، مجلة الدراسات النفسية ، السودان
- الخمشي ، سارة صالح عيادة ، ٢٠١٠ ، الآثار الإجتماعية السلبية لإستخدام الفتاة في مرحلة المراهقة للإنترنت ، مجلة العلوم الإنسانية ، السنة السابعة ، العدد ٤٥
- درويش ، نور علي سعد (٢٠١٦) قيم وخصائص مدمني الانترنت ، ط ١ ، دار الوفاء للطباعة والنشر - الاسكندرية

- الدمرداش ، عادل (١٩٩٠) الادمان مظاهر وعلاجة ، عالم المعرفة للنشر ، دولة الكويت
- الزيدي ، امل علي ناصر (٢٠١٤) ادمان الانترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى رسالة ماجستير غير منشوره، جامعة نزوى، عمان
- سليمة ، حمودة (٢٠١٥) : الادمان على الانترنت اضطراب العصر ، مجلة العلوم الاجتماعية والانسانية ، (٢١) (٢١٣ - ٢٢٤)
- شاهين، محمد احمد (٢٠١٥)...فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض ادمان الانترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين، مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية) المجلد التاسع عشر العدد الثاني).
- شقير، زينب محمد (٢٠٠٢ :)علم النفس العيادي والمرضي للأطفال والراشدين، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الاردن، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- الشهري ، امل عبدالرحمن ، العشري ، ولاء عبد منعم (٢٠١٩) ادمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والقلق لدى طالبات الجامعة ، مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية ، السعودية
- الشيماء أحمد عبد الفتاح ٢٠١٣ إدمان الانترنت وعلاقته بالهناء النفسي الاجتماعي . رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة المنيا . كلية التربية . قسم علم النفس..
- العبايجي ، عمر موفق بشير (٢٠٠٧) ، الإدمان الانترنت ، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع ، عمان.
- عبد الفتاح يوسف(٢٠٠٤) الاثار الاجتماعية المترتبة على ارتياد الشباب الجامعي لمقاهي الانترنت ودور الخدمة الاجتماعية في التعامل معها، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية جامعة حلوان مصر، (١٦) ٣ .
- عبد الله ، محمد قاسم (ب ، ت) ادمان الانترنت وعلاقته بسمات الشخصية المرضية لدى الاطفال والمراهقين ، مجلة الاطفولة العربية ، العدد (٦٤) الكويت .

- عبد المحسن، علي صلاح(٢٠٠٨) : أدمان الانترنت لدى طلبة الجامعة، جامعة اسيوط / المؤتمر العلمي الثاني للشباب الباحثين.
- عدس، عبد الرحمن (١٩٩٨): أساسيات البحث التربوي، ط٢، عمان: دار المعارف.
- العصيمي ، سلطان عائض مفرح ، ٢٠١٠ ، إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الإجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية الدراسات العليا ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية .
- العمري ، علي بن حنfan على آل محمد ، ٢٠٠٨ ، إدمان الإنترنت وبعض آثاره النفسية والإجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة محايل التعليمية ، جامعة الملك خالد ، كلية التربية .
- فاطر ، جواد ، ٢٠٠١ ، الحياة في ازمة الادمان ، دار الشروق ، مصر ، القاهره .
- فطاير، جواد ، (٢٠٠١) (حياة في ازمة الادمان ، انواعه ، مرحله ، علاجة) دار الشروق للتوزيع والنشر ، مصر
- قنيطة ،أحمد بكر(٢٠١١)الاثار السلبية لاستخدام الانترنت من وجهة نظر طلبة الجامعة الاسلامية بعزة ودور التربية الاسلامية في علاجها ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الاسلامية غزة .فلسطين.
- مختار، وفيق صفوت،٢٠١٩ ، الاطفال والشباب وادمان الانترنت ، اطلس للنشر والتوزيع ، الجيزه ، مصر
- مختار، وفيق صفوت،٢٠١٩ ، الاطفال والشباب وادمان الانترنت ، اطلس للنشر والتوزيع ، الجيزه ، مصر
- المزروي ، ملك ، ٢٠٠٥ ، طريقك إلى الإنترنت ، دمشق ، عين الكرش .
- مسعودي ، لويذة ، ٢٠١٠ ، إتجاهات الطلبة نحو إستخدام الإنترنت في تحقيق التعلّم الذاتي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة باتنة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية .

المصادر الاجنبية

- Athanasiades, C., Kamariotis, H., Psalti, A., Baldry, A. C., & Sorrenino, A. (2015). Internet use and cyberbullying among adolecen students in Greece: the "Tabby" project. *Hellenic Journal of Psychology*, 12, 14-39.
- Czincz , Jennifer , et al , 2009 , Internet addiction in Asia : reality or myth
- Griffiths , M. & Widyanto , L. , 2006 , Internet addiction : A critical Review , *International Journal of Mental Health and Addiction* .
- Hinic, D, Minhajlovic, G , Spiric , Z , Dukic , - Dejanoveic , s , & jovanovic , M , (2008) Excessive Internet ues – addiction disorder or not ? : *Vojnosanit pregl* , 65 (10) , pp . 763 – 767 .
- Javed , Muhammad & Iqbal , Waseem , 2010 , A study of Internet Addiction amongst college level Students , The Islamia University of Bahawalpur, Bahawalnagar Campus , (PhD Scholar, Durham University UK) .
- Junghyun, Kim; Robert, LaRose; Wei, Peng.(2009). Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship between Internet Use and Psychological Well- Being. *Cyberpsychology&Behavior*, Vol(12), No (4), 451-455.
- Kandell , J.J. , 1998 , Internet addiction on campus : The vulnerability of college students , *Cyber psychology & Behavior*, 1
- Murali, Vijaya & George , 2007 , Lost online : an overview of Internet Addiction , *Advances in Psychiatric Treatment*, vol. 13, 24–30 doi: 10.1192/apt.bp.106.002907.
- Park , S , (2009) " The association between internet use and depressive symptoms among south korean adolescents " *jspn Vol* , 14 , No,4, October .
- Widyanto,Laura & Mcurran,Mary (2004) : the psychometric properties of internet addiction test *Cyberpsychology &Behavior* Volume 7, number 3.
- Young , K. S. , 1996 , Internet Addiction : The Emergence of a new Clinical Disorder , Paper Presented at the 104th annual meeting of the American Psychological Association , Toronto , Canada , August 15 , from world wide web : <http://www.netaddiction.com.articles#consequences>.