جامعة دمشق
كلية التربية
قسم عِلم النفس

استخدام الانترنت وعلاقته بالاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة دمشق

رسالة أعدت لنيل درجة الماجستير في عِلْم النَّفس التربوي

إعـــداد

الطالبة: هبه بسام حديفه

إشـــــراف

الدكتور: حسن أديب عماد

الأستاذ المساعد في قسم علم النفس

دمشق
1441–1440 هـ
2020–2019 م





[سورة هود: 88]

الإهداء

من احتضني بعطفه وحنانه وسعة صدره...

من وضع قدمي على طريق الطموح وزودني بمفاتيح السعادة...

إلى روح جدي الغالي

من كللهما الله بالهيبة والوقار ،من علمانا العطاء بدون انتظار، عماد منزلنا وشمعة الأمل ونور الطريق...

من تقف الأبجدية عاجزة عن التعبير عنهما ..فلا كلام ولامديح يفي جميلهما....

أبي الغالي وأمي الغالية

من به أكبر.. وعليه اعتمد.. من بوجوده اكتسب قوة ومحبة لاحدود لها.. من به ازدادت الحياة جمالاً.. من أرى نفسي من خلاله.. توأم الروح ورفيق الدرب..

زوجي الغالي

أملي المتجدد وابتسامتي لحياة مشرقة.. مهما تأخرت في تحقيق أهدافك اجعل الإرادة رمزك في الحياة...

ابني الغالي

سندي في الدنيا ولا أحصي لهم فضل...

عائلتي

إلى خير من استحق الإهداء... زملائي كل باسمه.. الأصدقاء و الأحبة كل باسمه دون استثناء .. أساتذتي الكرام ورفاق الدراسة أينما كنتم كل باسمه..

إلى كل من ساعدني بانجاز بحثي هذا .. امتناني الكبير..

هبه

شكر وتقدير

يطيب للباحثة في نهاية مطاف هذه المرحلة العلمية أن تتوجه بالشكر والتقدير و الامتنان إلى من عرفت فيه كرم الخلق والأخلاق والعلم والثقافة،من تعلمت منه الكثير،من لم يبخل عليّ يوماً بنصح أو معلومة أو مشورة،من كان عوناً لي في انجاز بحثي هذا الأستاذ الفاضل **الدكتور حسن أديب عماد** له مني كل الأماني والدعاء الصادق بأن يمد الله في عمره .

كل الشكر والتقدير إلى السادة الأساتذة الأفاضل أعضاء لجنة التحكيم المحترمين على تفضلهم بقبول مناقشة هذه الرسالة، على الجهد والوقت الثمين الذي بذلوه في تقييم وتصويب هذه الرسالة ،لهم مني كل الاحترام .

فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
الإهداء	ب
شكر وتقدير	ج
فهرس المحتويات	ب
فهرس الجداول	ز
فهرس الأشكال	ي
فهرس الملاحق	ك
الفصل الأول **الإطار العام للدراسة**	1
- مقدمة الدراسة	2
أولاً- مشكلة الدراسة ومسوغاتها	3
ثانياً- أهمية الدراسة	5
ثالثاً - أهداف الدراسة	6
رابعاً- أسئلة الدراسة	6
خامساً- فرضيات الدراسة	7
سادساً- منهج الدراسة	8
سابعاً- مجتمع الدراسة وعينتها	8
ثامناً- أدوات الدراسة	8
تاسعاً- حدود الدراسة	9

العنوان	الصفحة
عاشراً- التعريف بمصطلحات الدراسة	9
الفصل الثاني **الإطار النظري**	11
تمهيد:	12
المحور الأول: الشباب والإنترنت	13
أولاً- ما هو الانترنت	13
ثانياً- الآثار السلبية للإنترنت على الأبناء	14
ثالثاً- العلامات التحذيرية لإدمان الإنترنت	18
رابعاً- المعايير التشخيصية لإدمان الإنترنت	19
خامساً- مخاطر إدمان الإنترنت	20
سادساً- الاضطرابات والمشكلات المصاحبة لإدمان الإنترنت	22
سابعاً- النظريات المفسرة لاضطرابات إدمان الإنترنت	22
ثامناً- إدمان الإنترنت والاغتراب لدى الشباب	28
تاسعاً – استخدام الانترنت والتكيف الاكاديمي	29
عاشراً- سبل الوقاية وعلاج الشباب مدمن الإنترنت	30
المحور الثاني: الاغتراب النفسي	35
أولاً- تعريف الاغتراب النفسي	35
ثانياً- التناقض القائم بين الذات الواقعية والذات المثالية	37
ثالثاً- عوامل الاغتراب لدى الشباب	39
رابعاً- مصادر وأسباب الاغتراب	44
خامساً- النظريات المفسرة لظاهرة الاغتراب	46

العنوان	الصفحة
سادساً– الشخصية المغتربة وخصائصها	49
سابعاً– أبعاد ومظاهر الاغتراب	50
ثامناً – الآثار الناتجة عن الاغتراب	52
تاسعاً– الاغتراب وبعض الاضطرابات النفسية والاجتماعية	53
عاشراً– الشباب والاغتراب	55
الحادي عشر– الوقاية وقهر الاغتراب	59
المحور الثالث: التكيف الأكاديمي	62
أولاً– لمحة تاريخية عن التكيف	62
ثانياً– تعريف التكيّف	64
ثالثاً– النظريات المفسرة للتكيف	65
1– التكيف من منظور مدرسة التحليل النفسي	65
2– التكيف من منظور المدرسة السلوكية	65
3– التكيف من منظور المدرسة الإنسانية	66
4– التكيف من منظور نظرية التعلم الاجتماعي	66
5– التكيف من منظور النظرية المعرفية	67
رابعاً– العوامل المؤثرة في عملية التكيف	67
خامساً– التكيف الأكاديمي والمرحلة الجامعية	71
سادساً– التكيف الأكاديمي للطالب في الجامعة	75
سابعاً– دور الجامعة في تحسين التكيف الأكاديمي للطالب	76
– التعقيب على محاور الدراسة	78

العنوان	الصفحة
الفصل الثالث **الدراسات السابقة**	80
- تمهيد	81
أولاً: عرض الدراسات السابقة	81
	81
	87
	99
ثانياً: التعقيب على الدراسات السابقة	104
ثالثاً: جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة	106
رابعاً: مكانة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة	107
الفصل الرابع **الإطار العملي للدراسة**	108
- تمهيد	109
1-منهج الدراسة	109
2-مجتمع الدراسة وعينتها	109
3- أدوات الدراسة	110
4- الدراسة السيكومترية لأدوات الدراسة	111
أولاً: مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية	111
ثانياً: مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي	114
ثالثاً: مقياس استخدام الإنترنت	120
5- الأساليب الإحصائية المستخدمة	123

العنوان	الصفحة
الفصل الخامس **عرض نتائج الدراسة ومناقشتها**	124
– تمهيد	125
أولاً: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها	125
1– نتائج أسئلة الدراسة	125
2– فرضيات الدراسة وتفسيرها	131
ثانياً: المقترحات	150
قائمة المراجع	151
أولاً: المراجع باللغة العربية	152
ثانياً: المراجع باللغة الإنكليزية	160
قائمة الملاحق	162
ملخص الدراسة باللغة العربية	179
Abstract	ا

فهرس الجداول

لعنوان	الصفحة
الجدول رقم (1): يبين توزع افراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس والتخصص	110
الجدول رقم (2): الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس الاغتراب النفسي	112
الجدول رقم (3): معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد التابعة له	112
الجدول رقم (4): معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس	113
الجدول رقم (5): معاملات الثبات بطريقة ألفا كرو نباخ لمقياس الاغتراب النفسي	113
الجدول رقم (6): العبارات الموجبة والسالبة لمقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي	115
الجدول رقم (7): يوضح العبارات المحذوفة من قائمة التكيف الأكاديمي بواسطة المحكمين	116
الجدول رقم (8): يوضح العبارات قبل وبعد تعديلها بواسطة لجنة المحكمين لمقياس التكيف الأكاديمي	117
الجدول رقم (9): الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس التكيف الأكاديمي	117
الجدول رقم (10): معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد التابعة له	118
الجدول رقم (11): معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس	119

لعنوان	الصفحة
الجدول رقم (12): معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس التكيف الأكاديمي	119
الجدول رقم (13): العبارات المحذوفة من مقياس استخدام الانترنت بواسطة المحكمين	121
الجدول رقم (14): الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس استخدام الانترنت	121
الجدول رقم (15): معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس	122
الجدول رقم (16): معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وبطريقة الإعادة لمقياس استخدام الأنترنت	122
الجدول رقم (17): تقدير درجة شيوع /استخدام الإنترنت/ لدى أفراد عينة الدراسة	125
الجدول رقم (18): المتوسط الحسابي والرتبي والانحراف المعياري لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مقياس استخدام الإنترنت	126
الجدول رقم (19): توزّع الطلبة أفراد عينة الدراسة وفق مستويات استخدام الإنترنت	126
الجدول رقم (20): تقدير درجة شيوع /الاغتراب النفسي/ لدى أفراد عينة الدراسة	127
الجدول رقم (21): المتوسط الحسابي والرتبي والانحراف المعياري لإجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاغتراب النفسي	128
الجدول رقم (22): توزّع الطلبة أفراد عينة الدراسة وفق الاغتراب النفسي	128
الجدول رقم (23): تقدير درجة شيوع /التكيف الأكاديمي/ لدى أفراد عينة الدراسة	129
الجدول رقم (24): المتوسط الحسابي والرتبي والانحراف المعياري لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مقياس التكيف الأكاديمي	130
الجدول رقم (25): توزّع الطلبة أفراد عينة الدراسة وفق مستويات التكيف الأكاديمي	130

لعنوان	الصفحة
الجدول رقم (26): نتائج معامل الارتباط بيرسون بين استخدام الانترنت والاغتراب النفسي لدى أفراد عينة البحث	131
الجدول رقم (27): نتائج معامل الارتباط بيرسون بين استخدام الانترنت والتكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة البحث	134
الجدول رقم (28): الفروق في استخدام الإنترنت تبعاً لمتغير الجنس(درجات الحرية: 398)	137
الجدول رقم (29): الفروق في استخدام الإنترنت تبعاً لمتغير التخصص	140
الجدول رقم (30): الفروق في الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير الجنس	141
الجدول رقم (31): الفروق في الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير التخصص	143
الجدول رقم (32): الفروق في التكيف الأكاديمي تبعاً لمتغير الجنس	145
الجدول رقم (33): الفروق في التكيف الأكاديمي تبعاً لمتغير التخصص	147

فهرس الأشكال

العنوان	الصفحة
الشكل رقم (1): هرم الحاجات لماسلو	68
الشكل رقم (2): العوامل التي تؤدي إلى سوء التكيف	71

فهرس الملاحق

العنوان	الصفحة
الملحق (1) أسماء السادة المحكمين	163
الملحق (2) مقياس الاغتراب النفسي من إعداد دانيال عباس	164
الملحق (3) (الصورة الأولية) مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي	168
الملحق (4) (الصورة النهائية) مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي	172
الملحق (5) (الصورة الأولية) مقياس استخدام الانترنت	175
الملحق (6) (الصورة النهائية) مقياس استخدام الانترنت	177

الفصل الأول
الإطار العام للدراسة

- مقدمة الدراسة

أولاً- مشكلة الدراسة ومسوغاتها

ثانياً- أهمية الدراسة

ثالثاً - أهداف الدراسة

رابعاً- أسئلة الدراسة

خامساً- فرضيات الدراسة

سادساً- منهج الدراسة

سابعاً- مجتمع الدراسة وعينتها

ثامناً- أدوات الدراسة

تاسعاً- حدود الدراسة

عاشراً- التعريف بمصطلحات الدراسة

مقدمة الدراسة:

انتشرت ظاهرة استخدام الإنترنت بين الأفراد والمجتمعات المختلفة، وبالرغم من وجود إيجابيات كثيرة وهامة للإنترنت إلا أنها تحتوي على الكثير من السلبيات، إذ تحولت إلى وسيلة بديلة عن الاختلاط الحقيقي المباشر مع الآخرين، حيث تعد الشبكة الدولية للمعلومات وسيلة اتصالية، استطاعت أن تُحدث انقلابًا في مفهوم التواصل الإنساني، سواء من حيث تنوع وسائله، أو من حيث اتساع نطاقه وسرعة إيقاعه، فمن خلال شبكة الإنترنت يمكن للفرد التواجد عن بعد، ومع ظهور الجيل الثاني للإنترنت الذي أتاح إمكانيات جديدة في الاتصال عبر الشبكة من خلال مواقع الشبكات الاجتماعية زاد الاهتمام بدراسة إ دمان الانترنت كظاهرة مجتمعية لديها الكثير من الآثار النفسية والاجتماعية والصحية التي تؤثر على الأشخاص الذين يقضون وقتا أكبر على الخط المباشر مخصصين بذلك وقتاً أقل للأشخاص الآخرين في حياتهم الواقعية، هذا التغير في طبيعة التواصل أصبح يهدد العلاقات الحيوية السائدة في المجتمع (الطراونة والفنيخ، 2012، ص285).

وتعد ظاهرة الاغتراب ظاهرة اجتماعية نفسية اهتم بها الكثير من الفلاسفة والمفكرين والأدباء امتد وجودها لتشمل مختلف أنماط الحياة الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والدينيه والنفسيه..، حيث تزايدت مشاعر الاغتراب نتيجة لطبيعة العصر الذي يعيشه الانسان والتغيرات المتلاحقة .

رغم الفائدة العظيمة التي تحققها شبكة الانترنت في كافة مجالات الحياة باستخدام الانترنت كأحد وسائل الاتصال الحديثة ومن أجل زيادة المعرفة، أشارت يونغ (Kimberly Young, 2007) للمشكلات التي ترتبط باستخدام الانترنت – إلى أن العزلة الاجتماعية والاكتئاب يرتبطان بشكل كبير مع الاستخدام المفرط للإنترنت (هتهات، 2014، ص7)، وبما أن الاتصال الإيجابي بين الطلبة يسهم في عملية التعليم الجامعي، وحتى يكون الإسهام فعالاً لابد أن يتمتع الطالب بالتكيف الاجتماعي الذي ينطوي على العلاقات الطيبة والقوية، لذلك من الواجب الانتباه إليهم، ومحاولة تحقيق نموهم المتكامل جسمياً ونفسياً واجتماعياً، للوقاية من تعرض الشباب للفراغ النفسي الذي ينتج عنه بعض الاضطرابات النفسية ومنها الوحدة النفسية والاغتراب (زهران، 2002، ص8) وتعد دراسة التكيف الأكاديمي من بين الجوانب الأساسية في سيكولوجية التكيف

التي نالت اهتمام الباحثين، وتتعلق دراسة هذا النوع من التكيف بجوانب تتصل بالسلوك التربوي للفرد ضمن إطار المؤسسات التربوية الرسمية التي تمارس عملها، بهدف إحداث التغيرات السلوكية المرغوبة عند الطلبة، هذه التغيرات التي تتصل بإمكانية تحقيق أهداف التعلم المدرسي والجامعي، لذا فإن الاتجاهات التربوية الحديثة المتعلقة بالتكوين العقلي والشخصي للفرد المتعلم تؤكد على مبدأ التكامل الشخصي للفرد وتعطي اهتماما اكبر للجوانب التكيفية عند الفرد، وأكد السرحان أن التكيف الأكاديمي داخل الجامعة يتأثر بالجو الجامعي، فالمجتمع الجامعي الإيجابي هو الذي تسوده الحرية والديمقراطية، وروح العدالة، والمساواة، والمودة والتعاطف، بين الطلبة أنفسهم ومع مدرسيهم، وهو الذي يساعد الطلبة على استغلال طاقاتهم وقدراتهم إلى الحد الأقصى، بالإضافة إلى الدور الإيجابي للمدرسين من خلال تفاعلهم الإيجابي مع الطلبة واعتمادهم المناهج وطرق التدريس التي تساهم في تنمية مهارات الطلبة ومعارفهم (السرحان، 2000، 187)، فالمتعلم إذا شعر بالتكيف الأكاديمي، فإنه من المحتمل أن يبذل الجهد، والمثابرة اللازمة لإتقان العمل، والإصرار على بلوغ هدفه بصرف النظر عن العوامل المشتتة له كالاستخدام المفرط للأنترنت ويصبح أكثر انخراطا بمحيطه الجامعي وبعيداً عن الاغتراب النفسي من هنا أتى هذا البحث ليتناول هذه المتغيرات المهمة بالدراسة.

أولاً- مشكلة الدراسة ومسوغاتها:

تعد شبكة الانترنت من أهم التقنيات التي دخلت إلى المجتمعات بشكل مفاجئ وسريع، كما أنها تشكل مصدرا ممتازاً للتغلب على مشكلة احتكار المعرفة، وللتقدم العلمي والاقتصادي والاجتماعي وعلى الرغم من الفوائد الكبيرة للإنترنت إلا أنها في ذات الوقت قد تحتوي على بعض المخاطر، فهي تنذر بإحداث تغيرات جذرية في العلاقات والقيم الاجتماعية وغيرها، وأن عدم الاتصال والتفاعل الحي المباشر يرتبط بالوحدة النفسية والاغتراب النفسي وانخفاض صحة الفرد النفسية والجسمية، وهناك أيضا مخاوف مشروعة من المشكلات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن ترتبط بتزايد الإقبال على الانترنت أو بسوء استخدامها، والشباب عموما هم الفئة الأكثر تعرضا لهذا الاغتراب لأنهم الأكثر معاناة من هذه الآثار، ولأنهم يحملون طاقات فكرية وروحية تحتاج للإشباع (العرب والرواشدة، 2016، 221)، فمن خلال التفاعل مع الطلبة في الجامعات، لاحظت الباحثة أن بعضهم يقضون الجزء الكبير من أوقاتهم الثمينة وراء الحاسوب أو باستخدام

الموبايل، كما أن عدداً من الطلبة يقضون أوقاتهم في مقاهي الانترنت، فقد يؤدي إلى انخفاض تحصيلهم الأكاديمي، ويقلل تفاعلهم الاجتماعي مع أسرهم وأصدقائهم، من الممكن أن يؤدي للشعور بالوحدة النفسية والاغتراب النفسي.

كما إن ظاهرة الاغتراب وما يتمخض عنها من تغيرات نفسية كالتسلط والقلق والعنف والتمرد...، أحد جوانب أزمة الإنسان المعاصر والتي نجد لها مظاهراً بين الشباب الجامعي، ونظراً لتزايد هذه الظاهرة في الوسط الجامعي، قام عدد من المختصين بالدراسة في هذا المجال، والاغتراب باعتباره من المشاكل النفسية لم يكن وحده محل اهتمام الباحثين والمختصين، بل كان التكيف من عدمه أيضا بالمثل، خاصة إذا تعلق الأمر بالطالب الجامعي "فالجامعات في الوقت الحاضر لم يعد عملها مقتصراً على تعريف الطلبة بالمعلومات والمعارف والحقائق، بل اتجهت إلى الاهتمام بالفرد من جميع جوانبه، عن طريق ارتباطهم الإيجابي بالمجتمع، حتى يتمكنوا من مواجهة المواقف والمشكلات التي تعترضهم في حياتهم الدراسية والعامة، وبذلك يحققون تكيفهم الأكاديمي، الذي يعتبر واحد من أقوى المؤشرات المتعلقة بصحة الطالب النفسية" (الرياخي، 1987، ص25)

استنادا الى العديد من بعض الدراسات السابقة(ابريعم، 2015)، و(عمارة، 2013)، و(كريمة، 2012)، لاحظت الباحثة أن هناك علاقة بين استخدام الانترنت والتكيف الأكاديمي والاغتراب النفسي لطلاب الجامعة، مما حثها على القيام بدراسة استطلاعية غير مقننة للوقوف على العلاقة بين المتغيرات، حيث قامت بتطبيق مقياس استخدام الانترنت من اعداد الباحثة ومقياس الاغتراب النفسي من اعداد دانيال عباس ومقياس التكيف الاكاديمي لهنري بورو على عينة عشوائية بلغ عددها 25 طالبا" وطالبة من الطلبة في مختلف كليات جامعة دمشق وذلك في النصف الأول من شهر نيسان لعام 2016 بغية استكشاف العلاقة بين استخدام الانترنت والتكيف الاكاديمي والاغتراب النفسي، وكانت النتائج على الشكل الآتي:

-توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسط أداء أفراد عينة الدراسة على مقياس الانترنت ومتوسط أداء الأفراد على مقياس التكيف الأكاديمي.

وانطلاقاً من نتائج الدراسة الاستطلاعية التي أجرتها الباحثة، والتي دعمتها نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة (عمارة، 2013)، والإطار النظري، فإن مشكلة الدراسة تتحدد في الاجابة عن السؤال التالي:

ما العلاقة بين استخدام الأنترنت والاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة دمشق؟

ثانياً- أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة الحالية بالجانبين الآتيين:

- الأهمية النظرية:

- إلقاء الضوء على متغيرات الدراسة المتمثلة باستخدام الانترنت والاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي من حيث العوامل المؤثرة والأنواع والأسباب.
- يمكن أن تسهم الدراسة في تحديد المظاهر السلوكية للاغتراب النفسي لدى طلبة جامعة دمشق ومحاولة اقتراح بعض الحلول للحد منها.
- التعرف على مدى التكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة دمشق وآثاره على حياتهم النفسية.

– الأهمية التطبيقية :

- من الممكن أن يسهم هذا البحث من خلال نتائجه في رصد مشاكل الشباب والطلبة الناتجة عن ظاهرة استخدام الأنترنت بغية حلها، لما لهذه الفئة من الأهمية في تطور المجتمع.
- الاستفادة من النتائج التي يسفر عنها البحث سواء في المجال الوقائي أو العلاجي وتفيد المختصين في إعداد برامج تربوية وإرشادية للطلبة لمساعدتهم على الاستخدام الصحيح للأنترنت ولنشر الوعي بين الطلبة.

ثالثاً- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة التعرف إلى:

- درجة شيوع استخدام الانترنت لدى أفراد عينة الدراسة.
- درجة شيوع الاغتراب النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.
- درجة شيوع التكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة.
- العلاقة بين استخدام الانترنت والاغتراب النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.
- العلاقة بين استخدام الانترنت والتكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة.
- الفروق في استخدام الانترنت لدى أفراد عينة الدراسة، تبعاً للجنس والتخصص الأكاديمي.
- الفروق في ظاهرة الاغتراب لدى أفراد عينة الدراسة، تبعاً للجنس والتخصص الأكاديمي.
- الفروق في التكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة، تبعاً للجنس والتخصص الأكاديمي.

رابعاً: أسئلة الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية الى الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ما درجة شيوع استخدام الانترنت لدى افراد عينة الدراسة؟
- ما درجة شيوع الاغتراب النفسي لدى افراد عينة الدراسة؟
- ما درجة شيوع التكيف الأكاديمي لدى افراد عينة الدراسة؟

خامساً: فرضيات الدراسة:

اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة الفرضية الصفرية وتسعى الى اختبار الفرضيات التالية:

- **الفرضية الأولى:** لاتوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي.
- **الفرضية الثانية:** لاتوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس التكيف الاكاديمي.
- **الفرضية الثالثة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت تبعاً لمتغير الجنس.
- **الفرضية الرابعة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت تبعاً لمتغير التخصص.
- **الفرضية الخامسة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير الجنس.
- **الفرضية السادسة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير التخصص.
- **الفرضية السابعة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس التكيف الاكاديمي تبعاً لمتغير الجنس.
- **الفرضية الثامنة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس التكيف الاكاديمي تبعاً لمتغير التخصص.

سادساً: منهج الدراسة:

تقتضي طبيعة هذا البحث اعتماد المنهج الوصفي التحليلي للتعرف على مدى انتشار ظاهرة استخدام الانترنت ووصفها وتحليلها بالإضافة لمعرفة مدى انتشار ظاهرة الاغتراب النفسي ومستوى التكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة البحث من طلبة جامعة دمشق وطبيعة العلاقة بين مدى انتشار ظاهرة استخدام الانترنت وكل من الاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى هؤلاء الطلبة، كون "المنهج الوصفي التحليلي يتناول الظاهرة المدروسة كما هي بالواقع ويسمح بالتحليلات الكيفية والكمية التي بدورها توفر مؤشرات تفيد في تفسير الظواهر واختبار الفرضيات". (حمصي، 2003، ص183)

سابعاً: مجتمع الدراسة وعينتها:

يتألف مجتمع البحث من جميع الطلبة المسجلين في كليتي الهندسة المعمارية والتربية (قسم علم النفس) حيث بلغ عدد الطلبة المسجلين في السنة الرابعة في كلية الهندسة المعمارية (810) طالباً وطالبة، وكلية التربية (قسم علم النفس) السنة الرابعة الذي بلغ عدد الطلبة المسجلين (108) طالباً وطالبة، وقد تم سحب عينة بالطريقة المقصودة المتيسرة مؤلفة من (400) طالب وطالبة من الكليتين.

ثامناً: أدوات الدراسة:

بغرض تحقيق اهداف الدراسة تم استخدام الآتي:

1. **مقياس الاغتراب النفسي:** الذي استخدمه دانيال عباس.
2. **اختبار هنري بورو (Henry Borow) للتكيف الأكاديمي.**
3. **مقياس استخدام الانترنت:** قامت الباحثة ببناء مقياس كأداة للدراسة.

قامت الباحثة بالتأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة ، وذلك بإتباع الإجراءات المنهجية المتعارف عليها.

تاسعاً- حدود الدراسة:

- **الحدود المكانية:** تم تطبيق الأدوات على أفراد العينة في الكليات المختارة ضمن جامعة دمشق وهي كلية الهندسة المعمارية، كلية التربية.
- **الحدود الزمنية:** تم تنفيذ إجراءات البحث ضمن الفترة الزمنية والممتدة ضمن العام الدراسي (2019-2020) حيث تم تطبيق المقاييس من تاريخ 1 / 10 / 2019 حتى 30 / 10 / 2019.
- **الحدود البشرية:** اقتصرت على تطبيق الأدوات على عينة البحث المتضمنة الطلبة المسجلين بالسنة الرابعة في كليات (كلية الهندسة المعمارية – كلية التربية اختصاص علم نفس)، للعام الدراسي (2019-2020).
- **الحدود العلمية:** يتحدد البحث الحالي بالأدوات التي تم تطبيقها: (مقياس استخدام الأنترنت، مقياس الاغتراب النفسي، مقياس التكيف الأكاديمي)، وفق المتغيرات التالية: (الجنس، التخصص)

عاشراً- التعريف بمصطلحات الدراسة:

- **الاغتراب النفسي: (Aliénation psychological):**

هو حالة نفسية يشعر الفرد خلالها بالغربة، وبانفصاله عن ذاته وعن الآخر وعن رغباته ومبادئه وقيمه وطموحاته، ويتبين ذلك من إحساس الفرد بعدم الفعالية والانسحاب من الواقع بسبب عوامل نقص متعلقة بالواقع بالحصيلة المعرفية لذاته من جهة، وبحصيلة المعارف والسلوكيات الاجتماعية والثقافية من جهة أخرى، (علي، 2006، ص41).

ويعرف اجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الاغتراب النفسي بأبعاده الخمسة(الغربة عن الذات، العزلة الاجتماعية، اللاهدف، اللامعيارية، التمرد)

- **التكيّف الأكاديمي (Adaptation Académique):**

يعرفه "كريمة" (2012): هو "مجموعة من الاستجابات التي تشير إلى قدرة الطالب الجامعي على التوافق مع الحياة الدراسية، وهو نتاج أساسي لتفاعله مع المواقف التربوية، وهذه القدرة مبنية على عدة أبعاد هي التكيف مع المنهاج، نضج الأهداف ومستوى الطموح، الفعالية الشخصية في التخطيط لاستغلال الوقت، المهارات في الممارسات الدراسية، الصحة النفسية والعلاقات الشخصية مع الأساتذة والزملاء (كريمة، 2012، 18).

ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة من الدرجات من جراء إجابتهم على مقياس التكيّف الأكاديمي، المستخدم في هذا البحث بأبعاده الستة: (التكيف مع المنهاج، نضج الاهداف ومستوى الطموح، الفاعلية الشخصية، المهارات والعادات الدراسية، الصحة النفسية، العلاقات الشخصية).

- **استخدام الإنترنت:**

عرفها "الشرهان" (2001): بأنها عبارة عن "استخدام مجموعة من الشبكات العالمية المتصلة بملايين الأجهزة حول العالم، لتشكل مجموعة من الشبكات الضخمة، والتي تنقل المعلومات الهائلة بسرعة فائقة بين دول العالم المختلفة، وتتضمن معلومات دائمة التطور" (الشرهان، 2001، ص134).

ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة من الدرجات من جراء إجابتهم على مقياس استخدام الأنترنت، المعد لهذا الغرض الذي يتكون من 25 بند يبين مدى استخدام الانترنت/ مرتفع– منخفض – متوسط /.

الفصل الثاني
الإطار النظري

المحور الأول : الشباب والإنترنت

المحور الثاني : الاغتراب النفسي

المحور الثالث : التكيف الأكاديمي

تمهيد:

جاء الفصل النظري في ثلاثة محاور، تناول المحور الأول الإنترنت والشباب، أمّا المحور الثاني فقد تناول الاغتراب النفسي، بينما تناول المحور الثالث التكيف الأكاديمي؛ حيث قامت الباحثة بذكر أهم المعلومات المتعلقة بجيل الشباب واستخدامهم للإنترنت وعلاقة ذلك بالاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي.

وقد جاء المحور الأول في عدة أبواب فرعية، تناولت فيها الباحثة تعريف الإنترنت وآثارها الإيجابية والسلبية على الشباب، ومن ثم انتقلت للحديث عن إدمان الإنترنت وأشكاله وأخطاره، ومن ثم الاضطرابات والمشكلات المصاحبة لإدمان الإنترنت، وبعد ذلك جاءت النظريات المفسرة للاضطرابات الناشئة عن إدمان الإنترنت، ومن ثم تناولت إدمان الإنترنت واغتراب الشباب، وفي الختام سبل الوقاية وعلاج الشباب مدمن الإنترنت.

وقد جاء المحور الثاني ليتحدث عن الاغتراب النفسي، حيث تناولت فيه الباحثة أولاً: تعريف مصطلح الاغتراب النفسي، وعوامل ومظاهر ومصادر الاغتراب النفسي لدى الشباب، والنظريات المفسرة لظاهرة الاغتراب، ومن ثم الآثار الناتجة عن الاغتراب، وبعد ذلك الاغتراب وعلاقته بكل من التطرف وتعاطي المخدرات، وفي الختام تناولت العلاقة بين الشباب والاغتراب، وأخيراً الوقاية وقهر الاغتراب النفسي عند الشباب.

وقد تحدثت الباحثة في المحور الثالث عن التكيّف بمفهومه العام، ومن ثم تعريفه، والنظريات المفسرة له والعوامل المؤثرة في عملية التكيّف، ومن ثم جاء صلب الموضوع التكيف الأكاديمي والمرحلة الجامعية، ثم تناولت دور الجامعة في تحسين التكيف الأكاديمي لدى الشباب الجامعي.

المحور الأول: الشباب والإنترنت

أولاً: ما هو الانترنت:

الإنترنت أو ما يسمى بالنت (NET) هي عبارة عن شبكة حاسوبية عملاقة تتكون من شبكات أصغر، بحيث يمكن لأي شخص متصل بالإنترنت أن يتجول في هذه الشبكة وأن يحصل على جميع المعلومات في هذه الشبكة (إذا سُمح له بذلك) أو أن يتحدث مع شخص آخر في أي مكان من العالم.

الانترنت هو عبارة عن شبكة كمبيوترات ضخمة متصلة مع بعضها البعض. وتخدم الانترنت مئات الملايين من المستخدمين وتنمو بشكل سريع للغاية يصل إلى نسبة (100%) سنوياً، وقد بدأت فكرة الانترنت أصلاً كفكرة حكومية عسكرية وامتدت إلى قطاع التعليم والأبحاث ثم التجارة حتى أصبحت في متناول الأفراد. (الشرهان،2001،ص135)

الإنترنت هو عالم، ولكنه افتراضي أو وهمي، مليء بالأماكن الممتازة التي تساعد زائرها على اكتساب العديد من الخبرات الإيجابية في مجالات عديدة، فالإنترنت توفر كميات هائلة من المعلومات التي يمكن أن تصبح في متناول اليد بمجرد الضغط على الأزرار، وهي من أسهل وأقوى أدوات الاتصال الحر ونشر الأفكار، إلا أن هذا العالم الافتراضي الذي أوجدته الإنترنت هو جزء من عالمنا الحقيقي، وهنا تكمن خطورة الاستخدام غير المنظم للإنترنت مما يستدعي الحذر الشديد في استخدام الإنترنت، وفي نفس الوقت محاولة الاستفادة من إيجابياتها.

إن الأخطار التي توجد في عالمنا الحقيقي أخف ضرراً إلى حد بعيد من تلك التي توجد في الواقع الافتراضي الذي أوجدته الإنترنت، ونحن جميعا في حياتنا الواقعية نحرص على أن نتعرف على الجوانب السيئة في مجتمعاتنا لنبتعد عنها ونحذر أبناءنا وبناتنا من الوقوع فيها، وينطبق الشيء نفسه على الإنترنت. وكما نواجه أشخاصا جيدين وآخرين سيئين في حياتنا فسوف نواجه أشخاصا جيدين وآخرين سيئين على الإنترنت، وعادة ما يكون الكبار حذرين، إلا فيما ندر، ولكن الخوف على الصغار الذين يحتاجون إلى توجيه وحماية، خاصة بعد توفر العديد من مقاهي الإنترنت وبعد توفر طرق اتصال سهلة ورخيصة بالإنترنت وذلك على مدار الساعة. (Hardy, 2004, 48)

فالعالم يشهد اليوم ثورة كبيرة في مجال تقانة المعلومات أهم ما يميزها الإنترنت، والتي تعتبر موسوعة علمية غنية بالمعلومات ووسيلة اتصال وتفاعل بين الناس، لأنها متاحة لكافة الفئات، وتجذب كل الأعمار وكل الثقافات وكل الأوساط، دون تمييز بين جنس وآخر أو لغة وأخرى، وأصبح أبناؤنا في ظل هذا التقدم التقني والانفجار المعلوماتي يستخدمون الإنترنت بصورة متزايدة في المدرسة والمكتبة والبيت وفي مقاهي الإنترنت بل وفي كل مكان، وأوضحت دراسة مسحية تمت في البلدان العربية تبين أن نسبة كبيرة من مستخدمي الإنترنت أعمارهم دون السابعة عشرة، ومكمن الخطر في هذا أن الأبناء يمكنهم الدخول في سن مبكرة إلى شبكة الإنترنت والتعامل معها والتجول في هذا المجتمع بحرية تامة. (الشماس، 2006، 237)

وقد ينظر أغلب الشباب إلى الإنترنت على أنها عالم مليء بالتسلية والترفيه، فهي تحتوي الكثير من المواقع الجذابة التي تبدد الشعور بالوحدة والفراغ، وهي وسيلة للخروج من العزلة بما توفره من فرص الاتصال المتزامن، أو المباشر، والتحاور مع الأقران.(الزيدي،2014،ص5)

يشير إلى وجود هذين الأنموذجين في العلاقة نفسها فنجد بعض الشباب يتعاملون مع هذه الشبكة بغرض الترفيه وهنالك من يتعامل بغرض اكتساب الثقافات بشتى أنواعها، ومن الواضح أن المستقبل في صالح الجانب الثقافي.

وتتميز الإنترنت بالعديد من الجوانب المشرقة وذات آثار إيجابية في حياة الكبار والصغار، إلا أن آثارها السلبية في تزويد الأبناء بمعلومات ضارة وغير نافعة تؤدي في النهاية إلى إفساد أخلاقهم أو دخولهم في علاقات غير مشروعة تنتهي إلى أن يكونوا مجرمين أو مجنياً عليهم في جرائم الشرف وإفساد الأخلاق.

ثانياً: الآثار السلبية للإنترنت على الأبناء:

ويمكن إجمال أهم الآثار السلبية للإنترنت على الأبناء فيما يأتي:

1. الأضرار العقائدية:

اكتشاف مواقع غير لائقة دينياً وأخلاقياً: كالمواقع التي تشككهم في عقيدتهم أو تدعوهم لاعتناق عقيدة باطلة، أو كالمواقع الجنسية أو المواقع التي تحث على الكراهية والعنف، أو تشجع الأبناء على القيام بأعمال خطيرة أو غير قانونية أو تدعوهم للتمرد على أسرهم. فمن مآسي شبكة الإنترنت ما تزخر به بعض المواقع التي تروج للعقائد الباطلة والأفكار الهدامة والدعوات

الخبيثة، ونتيجةً لما يسود مرحلة الشباب من فضول وعدم استقرار نفسي وفكري، وقع كثير من الشباب العربي في حبائل جماعات مشبوهة تُعادي الدين وتناوئ الإيمان.

ومن أشنع الأمثلة على ذلك ما وصل به الحال من بعض الشباب العربي الذين انتسبوا إلى جماعة تسمي نفسها جماعة عبدة الشيطان وقد أفادت اعترافاتهم أمام المحققين المصريين أنهم تلقوا أفكارهم وسعوا لبثها عن طريق الإنترنت. (الشماس، 127،2006)

2. أضرار أخلاقية:

ولعل الأضرار الأخلاقية من أبرز السلبيات التي أفرزها دخول الإنترنت إلى واقعنا العربي إذ تفشى ارتياد المواقع المروجة للجنس من قبل الشباب العربي، ومما زاد الطين بلة تفشي ظاهرة مقاهي الإنترنت التي استغلت للوصول عن طريقها إلى مواقع مشبوهة.(عزب، 2001، 27)

3. الأضرار النفسية:

يتأثر الإنسان بمحيطه وبيئته ومن أهم الآثار النفسية التي نتجت عن الإنترنت ظاهرتان متقابلتان:

أ – إدمان الإنترنت

الإدمان: وهو من أخطر الآثار! إذ عندما يدمن الأبناء على هذه التقنية فإنه من الصعوبة أن يبتعدوا عنها أو يقللوا من استخدامها، وغالباً ما يؤثر هذا الإدمان على مستوى تحصيلهم الدراسي، إضافة إلى حصول العديد من الأضرار الصحية الخطيرة. أفرز الاستخدام المكثف للإنترنت ظاهرة أصبحت توصف بأنها ظاهرة مرضية وهي إدمان الإنترنت أو (Internet Addiction) الذي يُعرف بأنه: (حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي للإنترنت يؤدي إلى اضطرابات إكلينيكية).

وهذه الظاهرة هي نوع من الإدمان النفسي التي وصفت بأنها قريبة في طبيعتها من إدمان المخدرات والكحول حيث يترتب على إدمان الإنترنت ظواهر قريبة من إدمان المخدرات ومن هذه الظواهر:

ـ التحمل: التحمل يعد من مظاهر الإدمان حيث يميل المدمن إلى زيادة الجرعة لإشباع الحاجةالتي كان يتطلب إشباعها لديه جرعة أقل، وكذلك مدمن الإنترنت فإنه يزيد من ساعات الاستخدام باطراد لإشباع رغبته المتزايدة إلى الإنترنت.

ـ الانسحاب: يعاني المدمن من أعراض نفسية وجسمية عند حرمانه من المخدر، وكذلك مدمن الإنترنت فإنه يعاني عند انقطاع اتصاله بالشبكة من التوتر النفسي الحركي، والقلق، وتركز تفكيره على الإنترنت بشكل قهري، وأحلام وتخيلات مرتبطة بالإنترنت.

وينتج عن إدمان الإنترنت سلبيات كثيرة بالنسبة للمدمن نفسه مثل السهر والأرق وألام الرقبة والظهر والتهاب العين وبالنسبة لأسرته لما تسببه من مشكلات زوجية وعدم الاهتمام بالأبناء ومشكلات في عمله نتيجة لتأخره في أعماله ومشكلات اجتماعية لإهمال المصاب به لأهله وأقاربه قد تنبه الباحثون في الغرب لهذه الظاهرة فأُنشئت مراكز خاصة لبحثها وعلاج المصابين بها.(جمعة، 2011، 41)

إذ يتولد عن جلوس الأبناء وتصفحهم مواقع الإنترنت فترة طويلة الانطوائية والعزلة، وعدم الرغبة في مجالسة الآخرين، والخمول وقلة الحركة مما ينتج عنه عدم مشاركة الأبناء في المناسبات الاجتماعية والعائلية وعدم مشاركتهم للعائلة في وجباتها الغذائية. (Young, 1996, 172)

ب . رُهاب الإنترنت

هذه الحالة هي عكس الحالة السابقة حيث يسيطر على صاحبها القلق من استخدام الإنترنت نظراً لما يخشاه من أضرارها ويتطور هذا القلق ليصبح في صورة رُهاب يمنعه من الاقتراب من الشبكة واستخدامها الاستخدام الصحيح مما يترتب عليه تأخر المصاب بهذا الرُهاب في دراسته وفي عمله إذا كانت دراسته وعمله مما يتطلب استخدام الإنترنت.

4. أضرار اجتماعية:

يخشى كثير من الباحثون أن تؤدي الإنترنت إلى غياب التفاعل الاجتماعي لأن التواصل فيها يحصل عبر أسلاك ووصلات وليس بطريقة طبيعية كما أن استعمال شبكة الإنترنت يقوم على طابع الفردية حيث بدلاً من أن يقوم الفرد بالنشاط كالتسوق ومشاهدة البرامج الترفيهية مع

أسرته أصبح يقوم به بمفرده على شبكة الإنترنت مما يخشى معه من نشوء أجيال لا تجيد التعامل إلا مع الحاسب الآلي.

إن الإدمان يركز في الأساس على الزيادة أو الارتفاع الناتج بسبب فرط استخدام العقاقير أو القوى الخارجية الأخرى التي تؤثر على الاستجابة الكيميائية للمخ. ومن ناحية أخرى فقد تنامى لذهن العديد من الأشخاص أن هذا قد يحدث من استخدام الإنترنت. وأطلق على هذا المرض اضطراب إدمان الإنترنت. ويعد البحث في هذا الاضطراب جديد ونادر ولكن النتائج قد تركت التفكير في المشكلة ودراستها. وهذا الاضطراب يؤثر على كل شخص يتورط في استخدام الإنترنت. وعلاوة على ذلك فإن القليل من علماء النفس ممن يعرفون هذا الاضطراب وعلاجه. (Duran, 2003, 103)

وتشير دورين Duran (2003) أنه لم يتم إجراء إلا القليل من الأبحاث في هذا المجال حتى الآن. ولا يزال هناك جدل كبير حول السؤال الذي يتعلق بوجود مثل هذا الاضطراب أم لا.

ويقول البعض أن استخدام الإنترنت إدمان يتحكم في حياة الشخص ويسيطر عليه ويقول البعض الآخر أنه لا يتجاوز درجة الارتفاع أو الإفراط، ومع هذا فإن الإنترنت لا يزال يؤثر على الذين يستخدمونه بشكل مفرط، فلم يعد من المهم أين يكون الشخص، وهل لديه مكان خالي في حقيبته لحمل الكمبيوتر، فقد أصبح من السهل الحصول على الشبكة بصرف النظر عن أي مشكلة تواجه الشخص.

وهذا التوافر والإتاحة تفتح الباب للدخول على الإنترنت من أي مكان يحتاج فيه الشخص لخدمات الإنترنت. فالإنترنت مثله مثل أي هواية يبدأ مستخدموه في قضاء وقت كبير عليه، الأمر الذي قد يؤدى إلى إدمانه (Ghrohol, 2003, 49)، لأن الوقت الذي يقضيه الشخص على الإنترنت بحثاً عن ما يهمه يعد أحد أشكال التوازن بين شيئين متناقضين بل صراعين متناقضين هما الرغبة في شيء ما والخوف من شيء آخر كلاهما يريدهما الشخص (Hardy, 2004, 172).

مما يجعل الإفراط في استخدام الإنترنت أو إدمانه يؤثر على حياة الشخص النفسية والاجتماعية والمهنية والجسمية وغيرها. ففي أحد الدراسات الطولية التي قام بها كروت وآخرون Kraut et al., (1998) قاموا فيها بتقديم كمبيوتر لعدد من الأسر التي تم اختيارها وتعليمهم

على استخدام الإنترنت، وجدوا أنه بعد مدة تراوحت ما بين عام إلى عامين ارتبطت زيادة استخدام الإنترنت بانخفاض التواصل الأسري وانخفاض حجم الدائرة الاجتماعية داخل الأسرة. وعلاوة على ذلك قد عايش وعانى المشاركين في هذه الدراسة من الوحدة النفسية والاكتئاب والمساندة الاجتماعية.

ولقد تزايد عدد مستخدمي الإنترنت، ففي عام (1999)، كان حوالي (12%) من الأطفال عمر (13 – 17) سنة يستخدمون الإنترنت. وأن نسبة الأطفال من عمر (2 –17) عام من مستخدمي الإنترنت كانت (6.5%) في عام (1996)، ومن المتوقع أن تزداد في عام (2002) إلى (31.4%) كما أن الأطفال من عمر (13 –17) عام من المتوقع أن تزداد نسبة استخدامهم للإنترنت أكثر من الضعف وأن يكونوا أكثر نشاطاً في استخدام الإنترنت وخدماته (Cravatta, 1997, 86)، هذا بالنسبة للأطفال فما بالك بالنسبة المئوية لمستخدمي الإنترنت من المراهقين والشباب.

من أجل ذلك لابد من أن نضع العلامات التحذيرية لإدمان الإنترنت في أذهاننا. حتى لا يقع أي منا في هذه المشكلة ويتورط فيها فما هي تلك العلامات التحذيرية؟

ثالثاً: العلامات التحذيرية لإدمان الإنترنت:

إن علامات إدمان الإنترنت تشبه علامات بقية أشكال الإدمان الأخرى، وإذا ظهرت أي علامة من العلامات الآتية فإن الشخص حينئذ يحتاج للمساعدة:

1- هل الوقت الذي تقضيه على الإنترنت له تأثير سلبي على العلاقات الشخصية والحياة الاجتماعية وخاصة على العمل؟

2- هل تجد أنه من الصعب إدارة وقتك كأن تقطع نومك أن تهمل وجبات الطعام ولا تقابل أو ترى الآخرين (زملاءك) إلا قليلاً؟

3- هل تتسلل إلى الإنترنت عندما ينبغي عليك إنجاز عمل آخر؟

4- هل تريد أن تقضى مزيد من الوقت على الإنترنت كي تحصل على الإشباع والرضا؟

5- ماذا يحدث لو لم تتمكن إلى الدخول على الإنترنت لفترة بسيطة. هل تظهر عليك أعراض انسحابيه؟ مثل الارتعاش والارتجاف والعصبية والقلق بسبب ما ستفقده على

الإنترنت، وكأن تحلم بالإنترنت وتحرك أصابعك كأنك تكتب على الكمبيوتر (كلها علامات للانسحاب)؟

6- هل تكلفة الإنترنت تؤثر على دخلك المادي؟

7- هل يشتكي الآخرون منك وأنت تنكر وتكذب عليهم وعلى نفسك أنك تعانى من مشكلة؟

(Young, 1996, 101)

رابعاً: المعايير التشخيصية لإدمان الإنترنت:

إن الإنترنت هو أداة محايدة تم تصميمها في الأساس لتسهيل البحث بين المؤسسات الأكاديمية والعسكرية. لكن طريقة استخدام الناس لهذه الوسيلة أثارت اهتمام مجتمع الصحة النفسية وأصبح إدمان الإنترنت موضوع خطير للمناقشة، وهذا النوع من الإدمان ظاهرة جديدة، إذن لابد من تحديد المعايير التشخيصية التي تساعدنا على تشخيص إدمان الإنترنت وفهمه.

يرى فينخل(2004) Fenichel أن أفضل طريقة إكلينيكية لاستكشاف الاستخدام القهري للإنترنت هو مقارنته بمعايير الأنواع الأخرى للإدمان. ومن بين التشخيصات الواردة في(DSM-4) فإن القمار المرضي هو أقرب ظاهرة لإدمان الإنترنت.

فأي سلوك يقوم به الفرد هو سلوك طبيعي إذا كان في حدود المعايير الثقافية والاجتماعية المتعارف عليها وإذا كان متناسباً مع مستوى نموه الجسمي والعقلي، أما إذا تجاوز هذه المعايير وكان متكرراً بدرجة بالغة عندئذ نحكم على هذا السلوك أو التصرف بالشذوذ، هكذا الإقبال على الإنترنت إذا اتفق مع معايير السوية يكون أمراً طبيعياً ويساعد على النمو النفسي والعقلي للإنسان، أما إذا تجاوز حدود السواء، وزاد في شدته وانحرف في نوعيته، أصبح إقبال الفرد على الإنترنت سلوكاً مضطرباً وشاذاً وغير سوياً، أو ما نطلق عليه إدمان الإنترنت (إسماعيل، 2004، 82).

ولكن يشير جكينباخ (1998) Gackenbach إلى أن أي سلوك يتميز بالمحكات الستة الآتية، يمكن تعريفه إجرائياً بالإدمان، وفيما يأتي هذه المحكات:

1- أن يكون السلوك سمة بارزة (Salience البروز) وهذا يحدث عندما يصبح هذا السلوك أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الفرد ويسيطر على تفكيره ومشاعره حيث الانشغال

البارز والزائد والتحريفات المعرفية واضطراب السلوك الاجتماعي والشعور باللهفة على القيام بهذا النشاط.

2- تغيير المزاج: Mood Modification ويشير إلى الخبرة الذاتية التي يشعر بها كنتيجة للقيام بهذا السلوك ويمكن رؤيتها كاستراتيجية للمواجهة لكي يتحاشى الآثار المترتبة على افتقادها وقد يصاحبها تحمل أو لا يصاحبها.

3- التحمل: Tolerance هو العملية التي يزداد بها كمية أو مقدار النشاط أو السلوك المطلوب إنجازه للحصول على نفس الأثر الذي أمكن تحصيله من قبل بمقدار أو كمية أقل فالمقامر قد يضطر تدريجياً لزيادة حجم أو مقدار المقامرة حتى يشعر بالانتعاش الذي كان يحصل عليه أساساً من كمية صغيرة من القمار.

4- الأعراض الانسحابية: Withdrawal Symptoms هي مشاعر عدم الراحة أو السعادة أو الآثار الفسيولوجية التي يمكن أن تحدث عن الانقطاع عن النشاط أو تقليله فجأة (مثل الارتعاش والكآبة وحدة الطبع أو غيرها).

5- الصراع Conflict: وهي تشير إلى الصراعات التي تدور بين المدمن والمحيطين به كالصراع البينشخصي Interpersonal conflict والصراعات والتضارب بين هذا النشاط وغيره من الأنشطة الأخرى (العمل، الحياة الاجتماعية، الأمنيات، والاهتمامات، والدراسة) أو الصراع الذي يدور داخل الفرد ذاته وهو الصراع البينفسي Intrapsychic Conflict المتعلق بهذا النشاط.

6- الانتكاس: Relapse وهو الميل إلى العودة مرة أخرى لأنواع الأنشطة التي كان يدمنها الفرد ويمارسها.

خامساً: مخاطر إدمان الإنترنت:

على النقيض تماماً مما يعتقد البعض أن الأذكياء والعلماء هم فقط الأكثر احتمالاً لإدمان الإنترنت وأحد المصادر الأساسية للإدمان هي جماعات الدردشة وجماعات الأخبار واستخدام البريد الإلكتروني لأنها تجعل المستخدم في حالة تفاعل مع الآخرين على الإنترنت. وأيضاً أن من يتميزون بالخجل والانطواء من السهل لهم تكوين علاقات على الإنترنت لذلك هم أيضاً أكثر

احتمالاً لإدمان الإنترنت، لأن هؤلاء قد تنمو لديهم شخصيات غير واقعية تقديرية تختلف عن شخصياتهم الواقعية (Hardy, 2004, 193).

وهناك نقطتين هامتين ينبغي طرحهما يفسران لنا زيادة عدد المعرضين لإدمان الإنترنت وبخاصة فئة المراهقين:

أولاً: تطور الأجهزة الحديثة لتسهيل التفاعل على الإنترنت مع الآخرين فنجد أن الرسائل السريعة"IMS" تسمح للمستخدمين معرفة متى يكون أصدقاؤهم على الإنترنت والتسامر معهم عبر شاشات الإنترنت باستخدام مربعات تظهر للطرفين ويقوم كلاً منهما بكتابة ما يريد للآخر. ونظراً لأن تلك الرسائل السريعة ثنائية وذات مكون خاص فإنها تعد شكل وظيفي وتركيبي مهم من الأشكال المنتشرة للتفاعل الاجتماعي في مرحلة المراهقة مثل المقابلة وجهاً لوجه والتحدث على الهاتف وأصبح خمس المراهقين المستخدمين للإنترنت في الولايات المتحدة الأمريكية مستخدمين للرسائل السريعة حيث أصبحت تلك الرسائل هي الوسيلة الأساسية للتواصل مع الأصدقاء.

ثانياً: أنه مع زيادة استخدام المراهقين للإنترنت في المنازل أكثر من ذي قبل أصبح المراهقون يجدون أصدقاءهم المقربين على الإنترنت وقت ما يحتاجون إليهم. وهكذا فإنهم ليسوا في حاجة للتخلي عن علاقاتهم المدرسية عندما يدخلون على الإنترنت فأصبح الإنترنت مكان يتم فيه التفاعل مع الأصدقاء والغرباء، بل وسيلة تكميلية للتواصل الشخصي مع أصدقائهم الحقيقيين(Elisheva, et al, 2002, 71) .

لذلك يرى فينخل (2004) Fenichel أن حياة مدمن الإنترنت من الممكن أن يتم وصفها بأنها نوافذ ذات مهام متعددة.

ثالثاً: نظراً لأنه من سمات المراهقين البحث عن الإثارة وكمحاولة لإشباع هذه الرغبة نجده دائماً يبحث عن كل ما هو جديد ويتشوق لكل ما هو غريب، لذلك يجد ما يريده في الشبكة العنكبوتية فإذا أراد المعلومات وجدها، وإذا أراد التحدث مع الآخرين ومناقشتهم وجد المنتديات وإذا أراد الألعاب والتسلية وجدها وإذا أراد التجول والتسكع في ثنايا الإنترنت وجد ما يريده.

سادسا: الاضطرابات والمشكلات المصاحبة لإدمان الإنترنت:

هناك عدة اضطرابات ومشكلات مصاحبة لإدمان الإنترنت مثل اضطراب النوم، والمشكلات البدنية المعتدلة مثل آلام الظهر وإجهاد العين واضطراب الوقت واضطراب اكتئاب– الهوس، القلق الاجتماعي، الشره المرضي واضطرابات الأكل، تعاطي الكحوليات، واضطراب المزاج، وعدم الرضا عن الحياة الزوجية والاحتراق المهني، والتعرض للاغتصاب في مرحلة الطفولة، الاكتئاب العام، واضطراب قصور الانتباه، الوسواس القهري، القمار المرضي، الإدمان الجنسي.(Shapira, 1998, Fenichel, 2004, Young, 1996)

سابعاً: النظريات المفسرة لاضطرابات إدمان الإنترنت:

أشار جرول (2003) Grohol أن معظم الدراسات الأولى التي أجريت حول موضوع إدمان الإنترنت هي مجرد دراسات استكشافية وإحصائيات وصفية لا تفسر العلاقة السببية بين السلوك المفترض وأسبابه بمعنى أن هذه الإحصائيات تفسر سبب إحساس الشخص وتصرفه بطريقة محددة ولكنها لم تستنتج أن هذا السلوك أو ذاك قد حدث نتيجة الاستخدام المطول للإنترنت.

وأحد هذه التفسيرات الوصفية هو ذلك الذي قدمه لنا "جرول" بأن الناس يقعون في ذلك لأنهم لا يريدون التعامل معه أو مواجهة مشكلاتهم الحياتية، ويرى أن مثل هذا السلوك يشبه سلوك الشخص الذى يقضي فترة طويلة في مشاهدة التلفاز أو قراءة عدد كبير من الكتب.

أما بالنسبة للتفسير العقلاني للأسباب التي تجعل الناس تدمن الإنترنت تفسير واسع جداً، ومتعدد الاتجاهات، فبعض النظريات تقوم بتفسير اضطرابات الإدمان على أنها متأصلة في التفسيرات السلوكية أو السيكودينامية أو الشخصية أو الاجتماعية الثقافية أو الكيميائية الحيوية.

فيما يأتي أهم هذه التفسيرات التي وضعت حول إدمان الإنترنت.

1- الاتجاه السلوكي:

على عكس الاتجاه السيكودينامى الذي يرى أن أسباب السلوك تكمن في الخبرات السابقة للفرد، فإن النموذج السلوكي يرى أن أسباب السلوك تكمن في البيئة الحالية التي تحدث فيها المثيرات ويحدث فيها التدعيم والعقاب لاستجابات محددة لهذه المثيرات. وبمعنى آخر أن أسباب

السلوك تكمن في عملية التعلم أي العملية التي يتم بها تغيير سلوك الفرد في استجابته للبيئة، ووفقاً لهذا النموذج فإن السلوك السوي وغير السوي هو نتيجة أنماط التعلم. وأن أنماط التعلم غير التكيفية هي السبب في اللاسواء النفسى. ولذلك قد يساعد إعادة التعلم re-learning في تغيير السلوك. لذلك يسعى العلاج السلوكي إلى تغيير الاستجابات من خلال نفس أنماط التعلم التي ساعدت على حدوثها أساساً. (Bootzin et al., 1993; Frude, 1998)

كما أن هذا الاتجاه يرى أن الوظائف والسلوكيات الفردية تخضع للشرط الإجرائي الذي قدمه "سكنر" والذي يتم فيه مكافأة الشخص إيجاباً أو سلباً أو معاقبته على هذا السلوك. فعلى سبيل المثال بالنسبة للشخص الذي يشعر بالخجل من مقابلة أناس جدد وأقاربه فإنه يجد الإنترنت يمثل له خبرة السرور والرضا والارتياح دون الحاجة للتفاعل المباشر وجهاً لوجه، ومن ثم فهي خبرة معززة في حد ذاتها(Duran, 2003, 119) .

هذا بالإضافة إلى الافتراضية، ولاستخدام كلمة مرور وبريد إلكتروني وهمي مستعار وغير حقيقي يتمكن الفرد من قول أو فعل ما يريده ويسمح له بالإفصاح عن رغباته وحاجاته وهواياته وشخصيته المختفية الدفينة، وبذلك يتدعم هذا السلوك ويتعزز بإشباع الحاجة للحب وللاهتمام وللتقدير وللارتياح الذي لا يتحقق في الحياة الحقيقية.

ومن ثم وفقاً للاتجاه السلوكي فإن الممارسة والتكرار هي التي أوجدت إدمان الإنترنت وهكذا فإن أي فرد يصبح عرضة لإدمان الإنترنت في أي عمر وفي أي وقت وأياً كانت الطبقة الاجتماعية أو الثقافية للفرد. فبمصطلحات السلوكية ليس فقط مجرد وجود الدافع أو الهدف في حد ذاته، ولكن أيضاً لابد من ممارسة هذا السلوك لمرات عديدة ثم يتم تدعيمه وتعزيزه بالشعور الداخلي الذي يتحقق للفرد بعد دخوله على الإنترنت في كل مرة. والأدهى من ذلك أن هذا الشعور لا يتغير في نوعه ولكنه يتغير في شدته ويصبح أشد وأشد مما يوقع الفرد في العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية.

2- الاتجاه السيكوديناميى:

وهو يركز على خبرات الشخص، وتعتمد تلك الخبرات على الأحداث التي مر بها الطفل في مرحلة الطفولة وأثرت عليه وعلى سماته الشخصية وبالتالي يصبح عرضة لإدمان الإنترنت

أو لأي إدمان آخر. ونجد أن هذا التفسير يهتم بالشخص وبالنشاط أو السلوك الذي يمارسه بالإضافة إلى أساس إدمانه.

ويرى ديوران(2003) Duran أن مجهولية التعاملات الإلكترونية أو التعاملات غير معروفة الاسم مع الآخرين. تعد عامل يبرز إدمان الإنترنت ويقدم محيط افتراضي ويغرس التهرب الذاتي من الصعوبات الانفعالية أو المواقف المشكلة والصعوبات الشخصية. وحينئذ يستخدم ميكانزم "الهروب" أو أنه يخفف أوقات التوتر والضغوط النفسية ويعزز هذا السلوك في المستقبل، وتوضح الحالات الحديثة أن مثل هذه التعاملات المجهولة تستخدم لتشجيع الانحراف والغش والخداع والإجرام مثل نمو عدوان الإنترنت أو تحميل صور غير مقبولة قانونياً.

وهكذا نستطيع في النهاية القول بأن هذا الاتجاه السيكودينامى يرى أن إدمان الإنترنت هو استجابة هروبيه من الإحباطات وللرغبة في الحصول على لذة بديلة مباشرة لتحقيق الإشباع وأيضاً للرغبة في النسيان. وكذلك أن الإفراط في استخدام ميكانزم الإنكار هو أيضاً منبأ ومؤشر على إدمان هذا الفرد للإنترنت.

لأنه كما يرى "أوتو فينخل" أن جميع أنواع الإدمان سواء إدمان مخدر أو غيره إنما هو محاولة فاشلة وغير ناجحة للسيطرة من جانب الفرد على قلقه واكتئابه وإحباطاته ومشاعر الإثم والذنب التي تدب داخله من خلال سلوكه الإدماني مثل إدمان السرقة (الكلبتومانيا)، وإدمان الأكل (البموليميا)، إدمان القراءة وإدمان الهوايات، والحب وإدمانه والإدمان الجنسي(عزب، 2001، 147).

3- الاتجاه الاجتماعي الثقافي:

ينظر التفسير الثقافي الاجتماعي إلى المدمنين وفقاً لجنسهم وعنصرهم وسلالتهم وعمرهم وديـــنهم وبلـــدهم وحـــالاتهم الاقتصـــادية فمـــثلاً وجـــد أن نســـبة (70%-80%) مـــن المستخدمين للإنترنت من الرجال الأمريكان البيض مثلاً. ونادراً ما يذكر الباحثون ذلك مما يجعل النتائج مغلوطة، وكذلك أن معظم مدمني الإنترنت من المتزوجين وذوى العلاقات (DeAngles, 2000).

إذ يرى أنصار الاتجاه الثقافي الاجتماعي أنه لا يمكن فهم أي اضطراب نفسي إلا عندما ينظر إليه في إطار البيئة الثقافية. وقد تمسكوا بحقيقة أن انتشار العديد من الاضطرابات النفسية تختلف وفقاً للعمر وللطبقة الاجتماعية والخلفية الثقافية، وعلى ذلك يرون أن السبب الرئيسي للسلوك اللاسوي ليس بمصطلحات النفس الإنسانية ولكن بمصطلحات المجتمع.

وطبقاً لهذا النموذج فإن المجتمع هو السبب في السلوك اللاسوي، فما يسود في المجتمعات اليوم من اضطرابات يجبر أفرادها على الانغماس في السلوك الشاذ والغريب للتكيف مع معايير وعادات هذا المجتمع التي تختلف من مجتمع لآخر ومن ثقافة لأخرى. ويرى أصحاب الاتجاه الثقافي الاجتماعي أنه لابد من أن نفحص وندرس المحيط الاجتماعي إذا أردنا أن نفهم السلوك اللاسوي لدى الأفراد. ولذلك ركزت تفسيراتهم على البناء الأسري والتفاعل الأسري والتواصل والضغوط الاجتماعية والطبقات الاجتماعية، وهكذا أضافوا بعداً هاماً لفهم وعلاج أي اضطراب نفسي، فالآن يأخذ الإكلينيكيون في حسبانهم البناء الأسري والموضوعات الاجتماعية عند محاولتهم فهم وتفسير الاضطراب النفسي (Bootzin et al., 1993; Comer, 1996, Frude, 1998)

4- الاتجاه الكيميائي الحيوي:

حيث يرجع هذا الاتجاه إدمان الإنترنت إلى العوامل الوراثية والوالدية وعدم التوازن الكيميائي في المخ والناقلات العصبية. (سويف، 1994، 36)

5- الاتجاه المعرفي:

يرى "فينخل" (2004) أن من يقضون أوقات كثيرة أمام الإنترنت بدلاً من قضائها مع أسرتهم، يكون لديهم أساليب معرفية شاملة مكونة من تعدد المهام والمعالجة زائدة السرعة وافتقاد أهداف التوجه متوسطة أو بعيدة المدى ويحطمون أنماط حياتهم، وعادة ما يستخدمون الكمبيوتر كنقطة أساسية لكل أنماط تواصلهم مع العالم. ولذا فإن إدمان الإنترنت أكثر أو أقل من مجرد اضطراب استخدام العقاقير أحادي البعد. ومن الواضح أن هذه النقطة تحتاج لمزيد من البحوث التي تلقي الضوء على عدد كبير من الموضوعات الخاصة بالحاجات البشرية والدوافع والمعرفة والسلوك.

فيرى أصحاب ذوي التوجه المعرفي أن السلوك اللاسوي هو استجابة للطرق التي يقيم أو يدرك بها المثير وليس المثير الخارجي نفسه. فتفسير النموذج المعرفي للسلوك اللاسوي معقد أكثر من تفسير نظرية المثير – الاستجابة (النموذج السلوكي)، لأن الاتجاه المعرفي يركز على العمليات المعرفية. مثل الانتباه والتذكر وحل المشكلات كمؤثرات ومحددات هامة للسلوك وكأسباب محتملة للسلوك المرضي (Bootzin et al., 1993, 161)

فالنموذج المعرفي ينطبق على مدى واسع من الاضطرابات تشمل الاكتئاب واضطرابات القلق، واضطرابات الأكل، وإدمان العقاقير، وقد بدأ النموذج المعرفي في تفسيره للاضطرابات النفسية في أوائل الستينيات عندما وضع اثنين من الإكلينيكيين هما "بيك وإيليس Beck & Ellis 01969) نظريتيهما المعرفية للاضطراب، وافترضا أن العمليات المعرفية هي مركز وأساس السلوك والأفكار والانفعالات. حيث أن الاضطرابات النفسية ناتجة عن العديد من المشكلات المعرفية مثل الافتراضات والاتجاهات غير التكيفية والأفكار المختلطة والمضطربة والتفكير غير المنطقي. وقد لاقى هذا النموذج قبولاً واسعاً. بالإضافة إلى أن العديد من ذوي الاتجاه السلوكي قد دمجوا أو أضافوا المفاهيم المعرفية لنظرياتهم في التعلم. كما أن (5%) من المعالجين يصنفون أنفسهم في فئة المعالجين المعرفيين(Comer, 1996, Frude, 1998) .

6- الاتجاه التكاملي:

(الاستعداد –الاستهداف – المرض)

يرى هذا الاتجاه أن إدمان الفرد للإنترنت يكون نتيجة لعدة عوامل مهيأة (شخصية– انفعالية – اجتماعية– بيئية) تجعل لديه الاستعداد والاستهداف للإصابة بهذا الاضطراب.

فهناك سمات شخصية معينة تجعل هذا الشخص دون غيره يدمن الإنترنت وهناك دراسة أجرتها "يونج" في عام (1997) أوضحت أنه من بين (65) مليون مستخدم للإنترنت يوجد حوالي من (5% – 10%) منهم مدمنون للإنترنت أي ما يقرب من (13) مليون شخص مدمن للإنترنت. وهذا يجعلنا نتساءل لماذا هؤلاء؟! ولماذا هذه النسبة؟!. وإيماناً بمبدأ الفروق الفردية سواء بين الفرد والآخرين أو بين الذكور والإناث أو في ذات الفرد، يمكننا استخلاص ما يأتي:

1. أن الذكور يلجؤون كما ترى "يونج" لاستخدام الإنترنت للحصول على الشعور بالقوة والمكانة والسيطرة والمتعة، ولا شك أن هذا يجعلهم يدخلون على مواقع لإشباع هذه الحاجات فنجدهم أكثر دخولاً على مواقع مصادر المعلومات والألعاب وبخاصة العدوانية منها والهاكرز وحجرات الدردشة الجنسية الصريحة والأفلام الخليعة.

على العكس، نجد الإناث أكثر دخولاً على مواقع الدردشة من أجل عقد صداقات مع نفس الجنس أو مع الجنس الآخر لإشباع الحاجة للحب وللآخر وللمشاركة الاجتماعية، والبريد الإلكتروني ومجموعات الأخبار لإشباع الحاجة للمعرفة.

2. أن هناك سمات شخصية تجعل الفرد ينزلق في مصيدة الإنترنت من هذه السمات الخجل وعدم القدرة على المواجهة والانطوائية التي تجعل الإنسان لا يستطيع عقد صداقات مع الآخرين في العالم الواقعي فيهرب إلى هذا العالم الافتراضي الذي يجعله يعيش في أرض الخيال والأحلام المثالية ويعقد صداقاته مع من يريد ومع من لا يستطيعون رؤيته، ومن لا يعرفونه بل والأكثر من ذلك أنه يستعير اسماً غير اسمه الحقيقي وشخصية غير شخصيته الحقيقية، ويتصرف كما يشاء بدون رقيب عليه، ويصبح هذا الإنسان محبوباً وظريفاً ومنبسطاً في هذه العلاقات الوهمية الافتراضية مما يشعره بذاته وأهميته ومكانته بين الناس فيجد في الإنترنت ضالته التي يبحث عنها ويصارع من أجلها في الحقيقة لكن دون جدوى ولا أمل. فإذا كان مفتقداً للمهارات الاجتماعية في عالمه الحقيقي، لن يكون أهلاً لها في عالمه الافتراضي. ومن ثم يمكن اعتبار تقدير الذات المنخفض والشعور بالنقص وعدم الكفاية والخوف والرهاب الاجتماعي ومفهوم الذات السلبي والانطوائية هي مؤشرات لإدمان الإنترنت.

3. أن من لديهم تاريخ مرضي سابق هم الأكثر عرضة للإصابة بإدمان الإنترنت، فكما أشارت نتائج الدراسات أن من بين مدمني الإنترنت أفراد لهم تاريخ سابق في المعاناة من القلق والاكتئاب وأشكال الإدمان الأخرى وبخاصة أن هؤلاء قد أدمنوا الإنترنت في الشهور الأولى من استخدامهم لها.

4. من يعانى من ضغوط في حياته سواء كانت شخصية أو أسرية أو مهنية ودراسية يكون أكثر عرضة لأن يقع فريسة لهذه الخيوط العنكبوتية بكافة أضرارها لأن ضغوطه تجعله يهرب إلى هذا العالم الافتراضي الذي يتمنى أن يعيش فيه وأن يتبدل حاله إلى ما يريد.
5. خبرات الطفولة السيئة وأساليب المعاملة الخاطئة هي أيضاً من مؤشرات إدمان الإنترنت. فالخوف الزائد على الابن، أو عقابه المستمر ولومه وتوبيخه يحاول التحرر من هذه الضوابط الوالدية فينزلقون في إدمان الإنترنت لكي يتحرروا أو يشعرون ولو كذباً بهذا التحرر، فلا أحد يراقب مكالمتهم عبر التليفون مع الآخرين أو يحاول التصنت عليه ولا يراقبون المواقع التي يدخل عليها وأيضاً من كانت لهم في طفولتهم خبرات سيئة وعانوا من الرفض الوالدي هم الأكثر إدماناً للإنترنت.)young1998 p234(

لا شك الحاجة للمزيد من البحوث والدراسات حول افتراضات هذا المدخل التكاملي لتفسير ظاهرة إدمان الإنترنت بين الشباب والمراهقين بها وحتى بين الأطفال.

ثامناً: إدمان الإنترنت والاغتراب لدى الشباب:

لقد أصبح الإنترنت واقعاً ملموساً في حياتنا المعاصرة، لا مفر منه تقبلناه أو عارضناه، بل بات وصمة جهل وتخلف على كل من يعارض تلك الوسيلة الاتصالية، وأضحى الإنترنت بما يحتويه من خدمات ومواقع وبرامج هو الصديق المقرب لكل فرد في الأسرة، وهو المربي والموجه الأول للأبناء من أطفال ومراهقين وشباب وناضجين أيضاً، كما أن له دور كبير في التأثير على كل مستخدميه سواء أكان سلبياً أم إيجابياً.

وبالرغم من السلبيات المتعددة إلا أنه لا يمكن إنكار منافعه الجمة، لذا فإنه من غير المعقول أن ندير ظهورنا عن الثورة التكنولوجية العملية خوفاً من الوقوع في سلبياتها، بل يتوجب أن تقدر إيجابياتها وتعلم سلبياتها ونتعلم من التجارب والخبرات السابقة، غير أنه بالرغم من ما قدمته الإنترنت من تطبيقات وتسهيلات إلا أنها ارتبطت أيضاً بعدد من المشكلات وأخذت بعض الأصوات ترتفع محذرة استخداماتها السلبية كإدمان وضياع الوقت وسهر الليالي واضطرابات نفسية واجتماعية (Young, 2001).

كما وجد أن مدمني الإنترنت يعانون من شعور بالوحدة النفسية وعدم المساندة الاجتماعية، ويلجؤون لاستخدام الإنترنت لتعويض هذا الشعور، كما وجد أن الاستخدام المفرط يسبب العزلة الاجتماعية والاكتئاب لدى الشباب (رجب، 2011، ص188)، وتشير عدد من الدراسات العلمية أن إدمان الإنترنت قد أسهم في الاغتراب عن القيم الاجتماعية الأصيلة مثل الإيثار والتعاون لتحل محلها الأنانية والتنافس، كما أصبحت القيم المادية هي المسيطرة على علاقات الأفراد مما يؤدي في بعض الأحيان إلى انهيار العلاقات الاجتماعية والتمرد على قيم الأسرة والشعور بعدم الرضا والعجز عن التوافق مع النفس أو مع الآخرين، وقد يؤدي إلى انسحاب الفرد عن المجتمع وعن الأسرة (غرايبة، 2009، ص132).

معظم الدراسات تؤكد وجود ارتباط قوي بين الاغتراب لدى الشباب وعزلتهم مع إدمان الإنترنت، وأن أعداد الشباب الذين يترددون إلى العيادات النفسية والتأهيل للتخلص من هذه الأعراض يزداد، وأظهرت دراسة نشرتها مؤسسة Ideatic عن دراستها المعنونة بـ "الويب دالنا" Webdialna والتي نظمت استطلاع لرأي حوالي 136000 مستخدماً جزائرياً عبر 33 موقعاً أي ما يفوق 60% من مستخدميها شباب، مما يتسبب لهم في فقدان التواصل الاجتماعي، وهذا نفس ما توصلت له دراسة علاقة وسائل الاتصال المنبثقة بالاغتراب لدى الشباب المصري إذ أن 81.75% من الشباب لديهم اغتراب اجتماعي عالي، كما أشار ميلر (1996) أن إفراط استخدام الإنترنت والتواصل في المجتمع الافتراضي يخلف لدى الفرد إحساس مضلل بأنه ينتمي إلى مجتمع يغنيه عن مجتمعه (عبد الفتاح، 2011، ص44).

من هنا ترى الباحثة أن إدمان الإنترنت يعزز الشعور بالاغتراب والميل للعزلة لدى الشباب، وقد يؤدي إلى تغير القيم الاجتماعية للأفراد ويثمن القيم الفردية بدل الاجتماعية ونقول آخيراً إذن من أبرز ما جنت به التكنولوجيا على شبابنا هو الشعور بالاغتراب والوهم الذي يعيشون فيه والذي يبعدهم عن واقعهم الفعلي المعاش.

تاسعاً: استخدام الانترنت والتكيف الأكاديمي:

توفر شبكة الانترنت كميات ضخمة من المعلومات للمعلم والمتعلم التي لاتحتاج إلى عناء كبير،لاسيما خدمة الدخول عن بعد للمكتبات الجامعية العالمية و الاستفادة من إمكانياتها، إذ تسمح بممارسة أنشطة تعليمية عالية المستوى كالاستفادة من مواقع البحث العلمية المنشورة

الضرورية للتكيف الأكاديمي،(الزيدي،2014،ص27). ونلاحظ أن التكيف الأكاديمي عملية تقوم على المواءمة بين الطالب ومتطلبات المرحلة التعليمية والمؤسسة التربوية التي ينتمي إليها،إذ تتطلب المرحلة الجامعية البحث الدائم في المراجع خارج نطاق الكتب الدراسية المقررة،تعد الأنظمة التعليمية وماتتبناه من أهداف تعليمية انعكاساً للمستوى الحضاري ،فنجد الأنظمة التعليمية في المجتمعات المتقدمة تركز على استثمار العقول ،وتزويد المتعلم بالمهارات التي تمكنه من التعلم المرن ، وخاصة طبيعة الحياة في العصر الحديث هي طبيعة ديناميكية تحتاج لفرد قادر على التكيف الحسن وتكوين علاقات مرضية مع اساتذته وزملائه ،ومساهمته في ألوان النشاط الجامعي بشكل يؤثر في صحته النفسية،وملاءمة أو تطوير البيئة الجامعية بما يتماشى مع حاجاته الاجتماعية.(العمرية،2005،ص25)

لكن انشغال الأفراد أمام التكنولوجيا لساعات طويلة،يؤثر على علاقاتهم الاجتماعية،فأصبحت شبكة الانترنت تغزو مجالات الحياة الاجتماعية كوسيلة للاتصال،وتبادل الأفكار ،والمعلومات.(عساف،2005،ص74)

ويمكن القول لكل تقدم مزاياه وعيوبه،والحياة اللإلكترونية لاتخلو من الإيجابيات والسلبيات، فعندما يفرط الانسان في استخدام شبكة الانترنت بصورة مبالغ فيها تزيد عن مجرد الاستخدام الطبيعي المعتاد من حيث المدة الزمنية ونوعية الاستخدام وأغراضه.ويجد الفرد نفسه مدفوعاً بشكل قسري دون حاجة فعلية ملحة لاستخدام الشبكة،ولايستطيع التوقف عن هذا السلوك أومقاومته كنوع من اسلوك القهري الذي يترتب عليه آثار سيئة على المستويات النفسية والجسدية والمهنية والاجتماعية.(الزيدي ،2014،ص32)

عاشرا: سبل الوقاية وعلاج الشباب مدمن الإنترنت:

ترى الباحثة أن التصدي لتأثيرات إدمان الإنترنت ومضاره في أوساط الشباب يبدأ من إعطاء سبل للوقاية ثم التطرق إلى إرشادات وطرائق العلاج الممكنة:

1. الوقاية:

الوقاية خير علاج وترى الباحثة هنا الوقاية هي مجموعة من التدابير المتخذة للحد من الظاهرة وعدم تفاقمها، ومن هذه التدابير ما يأتي:

- القناعة الذاتية بوجود المشكلة، فالوعي بوجود المشكلة منطلقاً هاماً لدى صاحب المشكلة بضرورة البحث عن حلول لها، وهذا بعد فهمه لمشكلته وتشخيص أسبابها، أي أن الحل يبدأ عند صاحب المشكلة وهنا نوصي بتعزيز القناعة الذاتية للفرد (Scherer, 1999).
- تنمية الرقابة الذاتية إذ تعتبر كحائط ودرع واقي لمواجهة إدمان الإنترنت لدى الشباب، وهذا بتنمية الإحساس بها وغرس المفاهيم والقيم الداعمة وتعزيزها ودفعها باتجاه التمسك بالمبادئ السامية والأخلاق الفاضلة.
- الوقاية من خلال تدخل الأهل إذ تكون مراقبة الأهل لأبنائهم وتوجيهه التوجيه الأمثل وتوعيتهم إلى خطر الانجراف وراء ما يضرهم، وعدم تركهم عرضة للانفتاح المعرفي الذي لا تضبطه قيود ولا تحده حدود.
- لا بد أن تهتم المناهج التربوية بالمفاهيم الجديدة المتعلقة بالتكنولوجيا وتوضيح مدى الفائدة والضرر منها.
- التركيز على إعطاء المبادئ السامية والقيم السلوكية والحرص على التمسك بالعادات والتقاليد وتنمية الشعور لديهم برفض ما يخالف ثقافتنا وعاداتنا وتقاليدنا.
- غرس مفهوم عدم الخوف من الاحتكاك بالثقافات العالمية وتنبه النشء إلى وجود التعقل قبل قبول الثقافات المستوردة.
- تقليل المشاركة في البرامج والمواقع التفاعلية سكايب، الفيس بوك، وغيرها من المواقع والبرامج التفاعلية، حيث تعتمد هذه البرامج على العلاقات الشخصية مع أناس مجهولين، والتعرف على أشخاص جدد فيها مثير للفضول وحب التعرف الشديد ولذلك يستمر الإنسان مطولاً أمام الكمبيوتر، ويجب أن ينصرف عن هذه البرامج إما كلياً أو تحديد الأشخاص فيها بجدية شديدة لا رجعة فيها، كما يحدد أوقاتاً معينة لا يتجاوزها.
- يجب على المدمن أن يقلل من عدد المنتديات التي يسجل بها لتكون واحداً أو اثنين بدلاً من التنقل الكثير بينها.

- التقليل من عدد النوافذ أي كلما زاد عدد النوافذ التي يفتحها المستخدم أثناء استعماله للكمبيوتر، كلما طال جلوسه أمام شاشته وكلما استغرق وقتاً أطول وهو يتصفح الإنترنت.
- لا تكثر من فتح حسابات البريد الإلكتروني بل اقتصر على أقل عدد ممكن.
- اطبع المواد المقروءة والبحوث واقرأها من الورق بدل قراءتها من الإنترنت أو جهاز الكمبيوتر مباشرة.

2- العلاج:

هناك استراتيجيات للعلاج مشتقة من العلاج المعرفي – السلوكي Cognitive behavioral therapy) (Kimberly , p05).

نذكر منها:

1.2.علاج يماثل الحمية:

ووضعه كنج (1996) King وهو برنامج جماعي بـ 12 خطوة يمكن أن يطور من نموذج اضطراب الطعام ولذلك يصبح بإمكان المدمنين أن يتعاملوا تدريجياً مع تناقض السلوك (Duran, 2003, p06).

2.2.مجاميع الدعم:

وهو الاندماج في حلقات اجتماعية مع الآخرين بمواقف متشابهة لتحسين شبكة العلاقات الاجتماعية في حياتهم الواقعية، وهذا ما يساعد على التقليل من الاعتماد على الإنترنت كونه وسيلة للحصول على ما يفقدونه في حياتهم الواقعية.

2.3.العلاج الأسري:

من المحتمل أن يتلاشى الإدمان على الإنترنت بواسطة العلاقات الأسرية إذ ينبغي أن يكون التدخل الأسري جزء من العلاج الفردي، فهذا يمكن أن يثقف أفراد الأسرة حول الإدمان ويظل اللوم الملقى على مدمن الإنترنت ويسهل عودته إلى حياته الأسرية المتزنة (معيجل، 2011، ص345).

2.4. العلاج السلوكي:

قدمت يونغ (1999) عدد من الاستراتيجيات عملية جداً وتركز مباشرة على الحد من عدم السيطرة على سلوكيات المدمن ومنع الانتكاس وهي:

- عمل العكس: وهو إذا اعتاد المدمن استخدام الإنترنت طيلة أيام الأسبوع نطلب منه أن يستخدمه فقط يوم العطلة وألاّ يفتح بريده الإلكتروني إلا بعد ما يتناول الفطور ويشاهد أخبار الصباح، إذا كان المريض لا يجب أن يستخدم الكمبيوتر إلا في الصالون أو غرفة الأكل أو في غرفة نومه.
- إيجاد موانع خارجية: وهو ضبط المنبه على ساعة واحدة فقط للدخول للإنترنت لكي لا يندمج في الإنترنت وينسى عمله ودراسته.
- الامتناع التام.
- تحديد وقت الاستخدام واستخدام أساليب لإدارة الوقت.
- إيجاد نشاطاً بديلاً.
- قراءة الكتب الحقيقية.
- استخدام بطاقات تذكيرية عن إيجابيات وسلبيات العمل على الإنترنت.
- اتخاذ خطوات ملموسة لمعالجة المشكلات (يونغ، 1998، ص138).
- خلق الدافع اكتب أو ردد الهدف الذي تريده، وقم بكتابة قائمة بالأهداف: مثل سأحسن علاقتي بزوجتي وأزيد من أدائي الدراسي والعملي أو أي شيء آخر.

2.5.العلاج المعرفي:

إن الأفراد الذين لديهم نمط تفكير سلبي يميلون إلى القلق وتوقع الأحداث السلبية ويتجنبون مواقف الحياة الواقعية ولذلك يميلون إلى استخدام الإنترنت كونه وسيلة هروب من الواقع، ولذلك فإن العلاج المعرفي يحدد الإدراكات السلبية ويعمل على إعادة صياغة وتشكيل مدركات الأفراد لمساعدتهم على تطوير إدراكات تكيفية بديلة (معيجل، 2011، ص346).

ومن العلاجات اتي يُنصح بها كذلك نموذج جورل لعلاج إدمان الإنترنت حيث قام باقتراح نموذج في خطوات ينبغي على مدمن الإنترنت أن يسلكها وفقاً لثلاث مراحل وهي:

أ. مرحلة الاستحواذ أو الافتتان: وهذه المرحلة تحدث عندما يكون الشخص وافد جديد ومجرب جديد للإنترنت.

ب. مرحلة التحرر من الوهم: وفي هذه المرحلة يقل اهتمام الشخص بالنشاط على الإنترنت ويتحقق هذا بشكل كامل في المرحلة الثالثة.

ت. مرحلة التوازن: وهي ترمز إلى الاستخدام الطبيعي للإنترنت ويتحقق هذا عندما يجد الشخص نشاط جديد مثير للاهتمام (العصيمي، 2011، ص43).

وفي ذات الوقت ينصح الدكتور ديفية فيسكوت بعض النصائح والتصرفات تؤدي إلى استقامة الفرد وإقلاعه عن الإباحية خاصة وقال: "إذا عشت الاستقامة فحياتك سوف تشفي نفسها" وسرد مجموعة تصرفات نذكر منها:

- لا أسرار بعد اليوم.
- النزاهة العاطفية والصدق في جميع التعاملات.
- الاعتراف بأن الكذب هو تواصل هدفه الخداع.
- تحمل المسؤولية ومحاولة تصحيح المشاكل.
- المحافظة على الالتزامات من تلقاء نفسها. (معيجل، 2011، ص157).

مما سبق ترى الباحثة إذا كان العقل البشري هو المسؤول أيضاً عن ضبط هذه الثورة والتحكم فيها، وتوظيفها في اتجاهها الإيجابي، وعليه فالتعامل الواعي والعقلاني هو من الضرورة بمكان لمواجهة عولمة ثورة المعلوماتية وحماية الأجيال الناشئة من الآثار السلبية التي يمكن أن تحملها بين ثنايا إغراءاتها التي تجذب الشباب دون قيود أو ضوابط، ومن ثم لابد من نشر الوعي اللازم من خلال المحاضرات والندوات التثقيفية ووسائل الإعلام بين فئات المجتمع حول استخدام الإنترنت ومخاطر الإفراط والإساءة في استخدامها، كما لابد من تفعيل رفع الكفاءة للتصدي لمشكلة إدمان الإنترنت وتشخيصها وعلاجها وإعطاء البرامج الوقائية.

المحور الثاني: الاغتراب النفسي

أولاً: تعريف الاغتراب النفسي:

عرف الاغتراب النفسي بأنه انفصال عن الذات وفي حالة الاغتراب النفسي "ينتقل الصراع بين الذات والموضوع من المسرح الخارجي إلى المسرح الداخلي في النفس الإنسانية، إنه اضطراب علاقة الذات بالموضوع على مستويات ودرجات مختلفة تقترب حيناً من السواء، وحيناً آخر من الاضطراب، وقد تصل إلى اضطراب الشخصية " (الدمنهوري، 1996، ص11)

- تعريفات اصطلاحية مختلفة للاغتراب:

رغم أن ظاهرة الاغتراب ظاهرة إنسانية متأصلة قد فرضت نفسها على الكثيرين من الكتابات الفلسفية والاجتماعية والنفسية والثقافية عبر تاريخ البشرية إلا أن مفهومها ظل يعاني من الغموض والاختلاف وربما يعود إلى تعدد مصادرها من جهة وتباين الاتجاهات من جهة أخرى، وهنا نحاول إعطاء مجموعة من التعريفات لبعض العلماء والمتخصصين:

يعرفه (بركات، 2006، ص60) على أنه "نسق أو عملية صيرورة واحدة تتكون عادة من ثلاث مراحل (مصادر الاغتراب، تجربة الاغتراب، نتائج السلوكية) متكاملة متصلة بعضها لبعض اتصالاً وثيقاً عضوياً".

وقصد به أحمد خيري حافظ على أنه الوعي بالصراع القائم بين ذاته وبين البيئة المحيطة به بصورة تتجسد في الشعور بعدم الانتماء (حافظ،1980، ص38).

أما الاغتراب عند إيريك فروم فهو يعد نوعاً من أنواع الخبرة أو التجربة يشعر من خلالها الإنسان بأنه غريب في هذه الدنيا، بل غريب عن نفسه لا يشعر أنه مركز العالم، أو أنه خالق عمله متحكم فيه وهذا ما ورد في مؤلفه الهروب من الحرية والمجتمع السليم، ويرى المجتمع الحديث قد تعقد وأصبح نتاج الإنسان الذي صار أكثر قلقاً وشكاً وعزلة ووحدة وخوف وأن المجتمع لا يهتم بتنمية علاقاته الإنسانية الصحيحة (فروم، 1960، ص89).

ويرى روبينيز Robins (1961) الاغتراب على أن الشعور بالانفصال عن خبرتنا الداخلية أو الافتقاد إلى الوعي بها، فالمغترب لا يستطيع أن يدرك من هو؟ وبماذا يشعر ولا بماذا يحدث في داخله فذاته تبدو غريبة عنه (العسل ومجاهد، 2011، ص16) إلا أن هيجل

يرى أن الاغتراب هو حالة التخارج التي من خلالها يفقد الإنسان جزءاً من ذاته في الوجود الخارجي ويضيف أن الإنسان لا يكون مغترباً أبداً، وهو في نفس الوقت لا يكون متكاملاً دوماً، إنه كائن يتأرجح بين التشيؤ وبين التكامل (حماد، 1995، ص56).

في حين أن ماركس يرى أن الاغتراب هو فقدان الحرية والاستقلال الذاتي، بتأثير الأسباب الاقتصادية والاجتماعية أو الدينية ويصبح ملكاً لغيره أو عبد لأشياء مادية (Sayres, 2011, p78).

أما كينسوم 1968 رأى أن الطلبة المغتربين يشعرون بعدم الثقة بأنفسهم وأن رفضهم يتسم بالعنف والمرارة بأنفسهم وأنهم يصفون أنفسهم بأنهم غير مقبولين اجتماعياً ويشعرون بالاضطراب، الاكتئاب، العنف والعدوانية اتجاه ذواتهم والآخرين (الجماعي، 2008، ص39).

وأوضحت هورني أن الاغتراب يعبر عما يعانيه الفرد من انفصال عن ذاته، إذ ينفصل الفرد عن مشاعره الخاصة ورغباته ومعتقداته وهو فقدان الإحسان بالوجود الفعال (العقيلي، 2004، ص10).

وانصبت معالجة ملفن سيمان (1983) للمصطلح بمعالجة من وجهة نظر اجتماعية سيكولوجية هدفها تحديد الظروف الاجتماعية التي تنتج من الأبعاد الخمسة للاغتراب (الشعور بالعجز، الشعور بفقدان المعنى، اللامعيارية، العزلة الاجتماعية، الاغتراب عن الذات) ونتائجها السلوكية، وأشار مصطفى زيور (1968) أن الاغتراب مشكلة أساسية في علم النفس المرضي بصفة عامة وفي التحليل النفسي بصفة خاصة ويقول أنه يلتحم مفهوم الاغتراب ومفهوم الوجود التحاماً متكاملاً في /الجشطالت/ يفقد معناه بغير مفهوم الديالكتيك الذي يلزم عنه التواصل (بين الذات ونفسها) (بين الذات والذات الأخرى) أي وجود الإنسان بما هو إنسان، وهنا نلمح المحاولة الرائدة الوحيدة العربية في مجال التحليل النفسي والمتمثلة في الكشف عن الوجود المغترب والتي أقام أسسها فرويد.

كما عرف وليم (William) الاغتراب على أنه عجز الفرد عن أن يتواصل اجتماعياً مع عادات وتقاليد الثقافة التي يعيش فيها فيكون ميالاً إلى العزلة عن الآخرين وفاقداً القدرة على إدراك أحداث الحياة بصورة موضوعية وبعيدة عن الذاتية فضلاً عن شعوره بعدم جدوى الحياة (مبارك، 2008، ص362).

كما أن الاغتراب بعداً من أبعاد الاغتراب الثلاثة، فهو يقع بين الاغتراب النفسي أي اغتراب الفرد عن ذاته والاغتراب الثقافي للفرد غير الأصيل مع مفردات الثقافة التي يعيش في إطارها (مبارك، 2008، ص360).

بالإضافة أن الاغتراب حالة يشعر خلالها الفرد بالانفصال عن المجتمع، وما يعنيه هذا الانفصال من شعور بالوحدة والغربة وانعدام علاقات المحبة والصداقة مع الآخرين.

من كل ما تقدم تستخلص الباحثة أن الاغتراب كمصطلح أخذ طابع العمومية وأصبح وصفاً لكل أشكال المعاناة الإنسانية، كما هو خاصية متأصلة في الوجود الإنساني وأنه يمثل إحساس الفرد بانعدام فاعليته وأهميته في الحياة، وعدم تطابق أفكاره وقيمه ومعتقداته وأهدافه وطموحاته مع الواقع الذي نعيش فيه وأصبحت القيم المعاشة نسبية ومتناقضة وتتسم باليأس والعزلة والعجز واللامعنى والشعور بانعدام الأمن وفقدان الثقة، من ثمة فالاغتراب يتضمن التغيرات الآتية:

- افتقاد الإنسان لقواه وإمكاناته وإنتاجه بإسقاطها على موضوع؛
- تبعية الإنسان للموضوع بدرجة تصل إلى حد العبودية وهنا تكون أزمة الإنسان العبد؛
- تشيؤ الإنسان أي تحوله إلى شيء أو سلعة مفرغ من صفاته الإنسانية.

كما أرى أيضاً أن الاغتراب يقع على الضد تماماً من مفهوم الانتماء الاجتماعي Social affiliation، وهو أحد المفاهيم الأساسية التي تدور حول عملية تشكيل العلاقات الاجتماعية، وهو الذي يتساوى ويتناغم مع مفهوم الوحدة النفسية Loneliness، الذي يشير إلى تلك الخبرات المؤلمة التي تحدث عندما تكون شبكة العلاقات لشخص أو لجماعة ما ناقصة في أحد جوانبها كماً ونوعاً.

ثانياً – التناقض القائم بين الذات الواقعية والذات المثالية:

أما روجرز " يرجع السلوك الإنساني إلى دافع واحد هو تحقيق الذات، ويرى أن الذات تنشأ من تفاعل الكائن العضوي مع البيئة، وأثناء نموها تميل إلى التكامل والانتماء لبعض القيم وتشويه بعض القيم الأخرى، ويرى روجرز أنّه خلال عملية تفاعل الفرد مع الواقع كما يدركه، لا كما هو الواقع بالفعل، ينمو الوعي بالذات وتظهر لدى الفرد حاجة قوية للتقدير الإيجابي من

الآخرين، والحاجة إلى اعتبار الذات، ويحكم على سلوكه بأنه حسن أو قبيح بناء على تقدير الآخرين له، بصرف النظر عن كونه مشبعاً لذاته أم لا، وفي هذه الحالة يهمل الفرد خبراته التي اكتسبها والتي لها قيمة إيجابية في نظره "

و تظهر لديه كما يرى روجرز ما يسمى " بشروط التقدير، أي الشروط التي بها يحكم الفرد على السلوك بأنه إيجابي أو سلبي، فيعطي قيمة إيجابية للخبرات حتى ولو كانت غير محققة لدوافعه، ويعطي قيمة سلبية للخبرات المشبعة وفقاً لتلك الشروط، فإذا تلقى الفرد تقديراً إيجابياً مستمراً وغير مشروط من الأشخاص المهمين حوله، فإن هذا يؤدي به إلى أن يكون اعتباراً غير مشروط للذات، مما يجعله يتمتع بشخصية سوية، وذلك لحدوث اتفاق بين التقييم الذاتي للفرد وحاجته لاعتبار الذات والتقدير الإيجابي من الآخرين ويرى روجرز أن الاغتراب يحدث عندما تنشأ شروط التقدير، حيث يخضع سلوك الفرد لا لما تقتضيه الحاجة، وإنما لما يسبب رضى الآخرين عنه وبذلك لا يصبح الفرد صادقاً مع نفسه، ولا مع تقييمه الطبيعي للخبرة، لأنه من أجل أن يحتفظ بالتقدير الإيجابي للآخرين يزيف بعض قيمه، ولا يدركها إلا في ضوء الآخرين لها " (ياسين، 1992، ص93)

" عندما يكره الفرد ذاته الحقيقية بسبب ضعفها وفشلها إذ أن الفرد يتمنى أن تشبع مطالبه وأن تتحقق رغباته لكن إمكانية تحقيق هذه الأمنيات تصطدم بواقع الظروف الاجتماعية في ظل النظام القائم، ومما يدفع الفرد للوقوع في صراع داخلي شديد وهو صراع بين الذات الحقيقية والذات المثالية التي تنشأ عن حاجات الفرد الداخلية وتؤثر على شخصيته، وعندما تشتد صراعات الإنسان الداخلية ويستعصي حلها فإنه يخلع على ذاته الحقيقية صورة مثالية تكون بديلة للأفكار الحقيقية، وعندما يتقبل الإنسان هذه الصورة المثالية كبديل واقعي لحل الصراعات القائمة داخل الشخصية فإنها تؤثر عليه وتسيطر على كل قواه وطموحاته، وهذا بالتالي يؤدي إلى اضطراب الشخصية وانقسامها داخلياً.

و تشير هورني إلى أن هذا الوضع ينشأ حينما يطور الفرد " صورة مثالية " عن ذاته يبلغ من اختلافها عما هو عليه اختلاف كبير بحيث توجد هوة عميقة بين صورته المثالية وذاته الحقيقية، وحينها يتشبث الفرد بالاعتقاد بأنه هو ذاته المثالية لأنه في هذه الظروف لا يعود الفرد يدرك ذاته الحقيقية "(الحمصي، 2008، ص105)

ثالثاً – عوامل الاغتراب لدى الشباب:

لقد تناول الباحثون مصادر الاغتراب بشكل عام " حيث رأوا أن الشعور بالاغتراب يأتي نتيجة عوامل نفسية مرتبطة بنمو الشباب من الناحية النفسية والعضوية، وبعوامل اجتماعية مرتبطة بالمجتمع الذي يعيش فيه، مما يجعله غير قادر على التغلب على مشكلات الحياة، كما يحدث الاغتراب نتيجة للتفاعل غير الناضج بين العوامل النفسية والعوامل الاجتماعية والثقافية والعوامل الاقتصادية"

1-العوامل الذاتية:

تعد معرفة الذات بما هي عليه من خصائص وقدرات معرفة واقعية الخطوة الأولى في عملية تأكيد الذات وتحقيقها بينما تشكل المبالغة أو الخطأ في التعرف على الذات خطوة باتجاه الشذوذ، بحيث تكون نتيجة أعمال من لا يعرف ذاته غير مضمونة.

و لا يكفي أن يعرف الإنسان ذاته على الرغم من أهمية ذلك، وإنما عليه أن يتقبل ما عرف مهما كان عليه الأمر وعدم التقبل الذاتي يؤدي إلى وضع أهداف للحياة ومستويات طموح غير منسجمة مع الإمكانات المتاحة زيادة أو نقصان، وفي الحالتين خيبة أمل وضعف ثقة وسوء تكيف، كما لا تكفي أيضاً معرفة الذات على مبدأ الاطلاع الحسن أو أخذ العلم أو تقبل الذات بمثابة لا حيلة له في ذلك والأمر لله، بل لا بد من تقدير الذات واحترامها وإعطائها قيمة إيجابية وأن يشعر معها الفرد بجدارة كافية لإحراز الرضى الذاتي.

إذا فالعوامل الذاتية " تكمن وتتمثل في داخل الفرد الذي توجهه تكويناته واستعداداته وقدراته البدنية والعقلية والنفسية نحو التكيف والسواء السلوكي أو اللاتكيف والاغتراب ".

و يصاب الفرد بالاغتراب أيضاً نتيجة الإحباطات التي تلتف حوله من كل جانب من جراء التغيرات التي يتعرض لها ويواجهها في حياته والتي كثيراً ما يشعر حيالها بالضعف والضآلة وقلة الحيلة وهنا يشعر الشخص بخيبة الأمل، ويميل إلى التواري والانعزال، أو يسلك سلوكاً تعويضياً شاذاً في تحد صارخ للمجتمع، وفي كلتا الحالتين يكون غريباً. (الجماعي، 2008، ص107)

2- العوامل الاجتماعية والثقافية:

تلعب العوامل الاجتماعية والثقافية دوراً كبيراً وأساسياً في شعور الشباب بالاغتراب بسبب تنوعها وتعددها ومن هذه العوامل:

أ- الشعور بأزمة الهوية وتشتت الأدوار:

ويرى اريكسون أيضا " أن اللا معنى والانوميا ربما تكونان سببا ونتيجة للاغتراب، وان الوساوس والقهر والكبت من الممكن أن يكونوا نتيجة لعدم اكتشاف الفرد لهويته، وترجع أهمية نظرية اريكسون في الاغتراب إلى أهمية التربية حيث تسهم في أحداث التفاعل الاجتماعي وفي تشكيل هوية الفرد، ويرى أن الإعداد لمراهقة ناجحة، يجب أن يبدأ والطفل لا يزال في المهد صبيا عن طريق التربية والمدرسة.

فإن التشتت والانتشار وعدم القدرة على تحديد الهوية، يثير عند الفرد حالة قلق شديد وذلك أن الفرد في هذه الحالة يكون واقعا تحت تأثير الخوف الشديد من عدم القدرة على التحكم في ذاته أو السيطرة عليها وعلى مستقبله، على أن هذه الحالة ليست موجودة لدى كل الأفراد فهناك من الأفراد من يتخذ قرارا، في مرحلة مبكرة، بأنه سيتبع نفس الخط الذي يريده له آباؤه وأجداده دون أن يشك في هذا القرار لحظة واحدة، سواء من حيث ما إذا كان يتفق مع إمكاناته أم لا يتفق".

أن الشخص الذي يمتلك هوية شخصية لا يستطيع أن يفكر بطريقة مطابقة تماما للآخرين فهو آخر، حيث لا يمكن للمحاكاة أو للتقارب بين الأفراد أن يكونا مطلقين، وعندما يحدث ذلك فإنه يعني فقدانا للهوية لصالح هوية أخرى. وينطوي الشعور بالهوية الشخصية أيضا على الشعور بالاستقلال، فالإنسان لا يستطيع أن يؤكد هويته الفردية إلا إذا استطاع أن يشعر بالاستقلال.

أن كل هوية تتشكل وفقا لعمليات تمثل ومواءمة، وهي عملية تشتمل على عملية التوحد والذوبان، ومن ثم الابتعاد والرفض، ومشكلة الهوية هي في جانب منها مسألة القيمة التي يأخذها الفرد بالقياس إلى الآخرين، وأن يقف في الوقت نفسه على مسافة منهم، وذلك من شأنه أن يطرح على الإنسانية المعضلة الأساسية والتي تتمثل في البحث عن المسافة الجيدة التي يجب

على الفرد أن يأخذها من موضوع محاكاته، وذلك يعني أن إدراك المسافة الجيدة تتيح للفرد أن يحتفظ بهويته ويؤكدها في آن واحد، ومن ثم أن يشعر بالأمن في إطار مشاركته الاجتماعية، وبالاستقلال الكافي." (ياسين، 1992، ص 103)

ب – التنشئة الاجتماعية:

وفي أسلوب التنشئة الاجتماعية وأنماطها تبرز واحدة من أهم القضايا الأساسية للوجود الإنساني، والتي تتعلق ببناء جوهر الإنسان الداخلي ألا وهي الشخصية، فالشخصية تشكيل ثقافي تربوي تتحدد طبيعته بطبيعة الحاضن الثقافي الذي نشأ في ظلاله، وهذا يعني أن طبيعة الشخصية الإنسانية مرهونة إلى حد كبير بطبيعة ومستوى تطور أسلوب التنشئة الاجتماعية من حيث هو القالب الثقافي الذي يهب الإنسان خصائص إنسانيته.

ولا غرابة أن يلجا علماء النفس والتربية اليوم إلى أسلوب التنشئة الاجتماعية السائدة في بعض المجتمعات الإنسانية لتفسير بعض المظاهر الاغترابية " (وطفة، 1998، ص 243). حيث يولد الفرد " ضمن مجتمع له عاداته وتقاليده ومعاييره للخير والشر، وأعرافه وقوانينه، ووسائل الثواب والعقاب، وثقافته ولغته... الخ، أن دخول هذه كلها إلى كيان الفرد، والكيفية التي تصبح بها جزأ لا يتجزأ في شخصيته يطلق عليها اسم " التنشئة الاجتماعية "، تعرف النشأة الاجتماعية " بأنها إعداد الفرد منذ ولادته لأنه يكون كائنا اجتماعيا وعضوا في مجتمع معين وبما أن الأسرة هي الجماعة الأولى التي تتلقى الفرد، لذلك تكون أثارها هي أكثر عمقا في شخصية الفرد، فتقرر أن تكون سويا أو منحرفا "

ومن الواضح أن " التحولات الكبيرة التي فرضتها عملية التغيير الشاملة في المجتمع قد جلبت معها تحديات من شانها أن تضع أمام التربية الأسرية مشكلات وضغوطا جديدة، تستدعي إجراء تعديلات متعددة في بناء الأسرة وتنظيمها "

لقد اهتم العلماء والباحثون بدراسة عملية التنشئة الاجتماعية ومدى التأكيد على أساليب معينة في تربية الطفل " إذ قد يؤكد الآباء والمحيطون على احترام سلوك معين واكتساب اتجاه معين في حين أن الجماعات الأخرى المحيطة بالطفل قد تؤكد على سلوك أخر واتجاه أخر يناقض تأكيدات المحيطين بالطفل، ويرجع هذا التفاوت في التأكيدات إلى وجود مسافة ثقافية أو " هو ثقافية " بين التغير المادي الذي يطرأ بسرعة على المجتمع والذي يسود أساليب المعيشة

باستخدام المبتكرات الحديثة، وبين التغيير المادي والسريع، تؤكد الأسرة والآباء على المستويات المعيارية التقليدية المتصلة لدى الأسرة وهذا بدوره يؤثر في صياغة شخصية الطفل ونموه الاجتماعي، الأمر الذي يترتب عليه اتسام موقف الطفل بعدم الارتياح من أفراد أسرته وبالتالي تتأثر نظرته لهم ولأسلوب معاملتهم له " (الغباري، 1983، ص 185).

د – الثقافة وأزمة القيم في ظل العولمة:

واليوم نعيش في احضان الثورات العلمية التكنولوجية المتلاحقة اخطر أزمة قيمة عرفتها الإنسانية في تاريخها الطويل تحت تأثير الثورة المتواصلة للحاسبات والعقول الالكترونية، والثورة الأحدث هي الثورة في مجال الجينات والاستنساخ البشري بالإضافة لثورة الاتصالات الحديثة كالفاكس والانترنيت والأقمار الصناعية التي بدأت تتغلغل في داخل منازلنا سواء رغبنا بذلك أم لا، أننا في عصر ثورة الشيفرات الوراثية التي بدأت تجعل الإنسان مادة للتصنيع، وذلك كله يطرح ليس صراعا أو أزمة قيم أو صرخة انتماء لهوية، بل يطرح على الإنسانية أن تواجه التحديات المصيرية القيمية. ويمكننا القول في هذا الصدد أن التغيرات التكنولوجية الاجتماعية هذه يمكن لها أن تؤدي عند الشعوب التقليدية إلى صدمة ثقافية وأزمة قيمة أكثر خطورة، وذلك بالقياس للذي ينتج هذه الثورات التكنولوجية المعاصرة (عبد المجيدوشفيق، 2006، ص 201).

ثم يعيش الإنسان العربي المعاصر في ظل عالمين متناقضين، حاملا في شخصيته ثقافتين متباعدتين يصعب التقريب بينهما، ثقافتين غير متكافئتين، ثقافة تراثية مفعمة بالمواطنة، وأخرى عولمة تغريبية تسلبه الأولى، وبين العالم الأول والعالم الثاني يقف الإنسان العربي عاجزا عن الوصل بين ماضيه التراثي وبين عصرنة الآخر المغترب عنه فيصبح منفصلا عن ذاته، مغتربا عن ثقافته، لا يعرف كيف يواجه تجليات العولمة وإشكالية الخصوصية "

3– العوامل الاقتصادية:

ولما كان المجتمع المعاصر يتميز بتعقيد مكونات ثقافته وتنوع وظائفه المتخصصة التي تحتاج باستمرار إلى مزيد من المتطلبات التعليمية المعقدة لكل نوع من أنواع العمل، فإن ذلك سيؤدي حتماً إلى إطالة المدة التي يقضيها الفرد داخل النظام التعليمي لكي يصبح مؤهلاً لخوض معترك الحياة أي أن الهدف الأول والأساسي الذي يسعى إليه الفرد من خلال تعليمه هو حصوله على العمل أو الوظيفة المناسبة له. فعند تخرج الطلبة من الجامعة يتطلعون إلى الحصول عليها

وتبدأ رحلة البحث وخلال هذه الرحلة يطرأ تحول تدريجي على تطلعات هؤلاء الشباب للعمل وخصوصاً إذا طالت فترة البحث عن عمل لسنوات عديدة وهنا تبدأ مرحلة جديدة تتسم بتثبيط الهمم وفقدان الآمال والطموحات فيتحول الاتجاه للبحث عن عمل ليس من الضروري أن يتناسب وطبيعة دراسة الشاب فنرى بعضهم ينصرف إلى الأعمال التجارية والبعض الآخر يبدأ بإعداد نفسه لتخصص أخر يسهل عملية الحصول على وظيفة. وهناك عدد وهو ليس بقليل ما زال ينتظر وهو يدخل ويخرج من مسابقات التعيين على أمل الحصول على فرصة قد تتحقق وفي أحيان كثيرة لا تتحقق.

بدأنا نلاحظ في العديد من المجتمعات ظهور " قطاع مجتمعي من الفقراء الذين يكدحون في حياتهم دون ظهور بوادر أمل لانتشالهم من مستنقع الفاقة والحاجة والعوز المتردين فيه، وفي مثل هذه الظروف يشعر الفرد بأن المجتمع لا يعيره التفاتةً، ولا يولي له اعتباراً، ولا يهتم به ولا يوفيه حقه، رغم قيامه بواجبه فينعزل ويغترب وغالباً ما يحمل مشاعر الحقد والكراهية تجاه هذا المجتمع".

وعلى الجانب الآخر بدأنا نلمح " الطفرة الاقتصادية والوفرة المالية التي بدأت تنعم بها بعض أجزاء من العالم العربي، بحيث راحت تحدث تحولات كثيرة وتغيرات عنيفة في البنى الاجتماعية العربية، مما أدى إلى قلب الأحوال في بعض هذه الأجزاء وفي أجزاء أخرى رأساً على عقب، وبدا الكثيرون وكأنهم ضائعون تائهون وغرباء في أوطانهم.

فالوفرة المالية في دول الطفرة قد جعلت بعض المواطنين منها، وكذلك من غيرها وخصوصاً جيل الشباب والمثقفين وأصحاب الكفاءات العلمية من دول الشح الاقتصادية العربية يتسابقون إلى جني ثمار تلك الطفرة الاقتصادية، فمنهم من نزحوا إليها مهاجرين واصطحبوا معهم أسرهم أو رحلوا بدونها، ولم تغنهم المكاسب الاقتصادية عن تحمل آثار الهجرة والاغتراب الاجتماعية والنفسية، وأسوأ من هذا فإن بعضهم قد دفع الثمن غالياً حين اشترى النقود بثمن غال من صحته وكيانه وكرامته وعلاقاته وأسرته، وكانت المحصلة في بعض الأحيان كسبه للنقود وخسارته لنفسه "(الرشيد، 2000، ص76)

رابعاً: مصادر وأسباب الاغتراب:

إن البحث في عملية الاغتراب على الصعيد المجتمعي هو محاولة في الواقع للتعرف إلى مصادره كنتيجة نفسية لدى الإنسان لكي نعرف مصادر وأسباب الاغتراب للبدء في التنقيب عن جذوره في البنى الاجتماعية، من هنا نتساءل ما هي مصادر الاغتراب وأسبابه؟

وهنا يرى حليم بركات (2006) أن هناك ثلاث مصادر رئيسية للاغتراب وهي:

- التفتت الاجتماعي والتجزئة القومية؛
- ظاهرة التبعية بفعل الاندماج الاقتصادي في زمن العولمة؛
- سلطوية الأنظمة بدءاً من العائلة (بركات، 2006، ص68).

كما يشير أحد النكلاوي أن من أسباب ومصادر الاغتراب ما يأتي:

- عدم الاستقرار السياسي؛
- فشل الإنسان في الوفاء بالوعود؛
- زيف وانحصار المشاركة الفعلية في اتخاذ القرارات؛
- تراكم الفقر وعدم العدالة؛
- توظيف التكنولوجيا للمزيد من سيطرة المراكز الإنتاجية.

ويرى بعض العلماء أن الشعور بالاغتراب يأتي نتيجة عوامل نفسية مرتبطة بنمو الفرد وعوامل اجتماعية مرتبطة بالمجتمع الذي يعيش فيه مما تجعله غير قادر على التغلب على مشكلات الحياة، كما يحدث الاغتراب نتيجة التفاعل بين العوامل النفسية والاجتماعية، دون أن ننسى بذلك العوامل الاقتصادية (زهران، 2004، ص106).

أ- أسباب نفسية – وتتمثل في:

1- الصراع: بين الدوافع والرغبات المتعارضة وبين الحاجات التي لا يمكن إشباعها في وقت واحد مما يؤدي إلى التوتر الانفعالي والقلق واضطراب الشخصية.

2- الإحباط: ويرتبط الإحباط بالشعور بالفشل والعجز التام والشعور بالقهر والقلق واضطراب الشخصية نتيجة لإعاقة الرغبات الأساسية أو الحوافز والمصالح الخاصة بالفرد.

3- الحرمان: حيث تقل الفرصة لتحقيق الدوافع أو لإشباع الحاجات كما في حالة الحرمان من الرعاية الاجتماعية.

4- الخبرات الصادمة: وهذه الخبرات تحرك العوامل الأخرى المسببة للاغتراب مثل: الأزمات الاقتصادية والحروب.

ب- أسباب اجتماعية – ومنها:

1. ضغوطات البيئة الاجتماعية والفشل في مواجهة هذه الضغوطات.
2. الثقافة المريضة التي تسود فيها عوامل الهدم والتعقيد.
3. التطور الحضاري السريع وعدم توافر القدرة النفسية على التوافق معه.
4. اضطراب التنشئة الاجتماعية (داخل الأسرة والمدرسة والمجتمع).
5. مشكلة الأقليات، نقص التفاعل الاجتماعي والاتجاهات الاجتماعية السلبية والمعاناة من خطر التعصب، والتفرقة في المعاملة.
6. سوء التوافق المهني، حيث يسود اختيار العمل على أساس الصدفة، وعدم مناسبة العمل للقدرات وانخفاض الأجر.
7. تدهور نظام القيم وتصارعها بين الأجيال.
8. الضلال والبعد عن الدين والضعف الأخلاقي وتفشي الرذيلة.

ج- أسباب اقتصادية:

إن للجانب الاقتصادي دور كبير في خلق مكانة مرموقة للشخصية، فالاختلاف في مستوى المعيشة يؤثر بشكل واضح وكبير في مستوى العلاقات الاجتماعية، فكلما قل مستوى المعيشة قل مستوى العلاقات الاجتماعية وبالتالي يزداد الشعور بالاغتراب النفسي الاجتماعي الناتج عن هذه الفجوات في المستوى الاقتصادي (الصنعاني، 2009، ص41).

من خلال هذا الطرح لأسباب ومصادر الاغتراب نلاحظ أن هناك تداخل وتشابك وتفاعل بين الأسباب النفسية والأسباب الاجتماعية والأسباب الاقتصادية، وهذا التفاعل والتشابك يؤثر في الفرد مما يؤدي إلى إصابته باغتراب اجتماعي.

خامساً- النظريات المفسرة لظاهرة الاغتراب:

اختلف علماء النفس الاجتماعي في تفسيرهم لمفهوم الاغتراب وذلك من خلال طرحهم لهذه المداخل النظرية المختلفة:

1. نظرية ثايبوت وكيلي Thibuat & Kelly (1959):

تفسر هذه النظرية مفهوم الاغتراب من خلال طرحها والذي يقوم على مفهوم التبادل الاجتماعي Social exchange العلاقات السببية في حاجة الفرد للآخرين، فهي ترى أن المكافآت التي يستطيع أن يوفرها الآخرون لنا، والخسائر التي بإمكانهم أن يجنبونا إليها هي التي تكمن وراء انتماءاتنا الاجتماعية إليهم، فالمجتمعات التي لا تستطيع أن توفر لأفرادها مختلف أنواع المكافآت الاجتماعية، وتتجه باتجاه استنزاف طاقاتهم النفسية تؤدي بهم إلى الابتعاد عنها والاغتراب عنها، وتضع هذه النظرية أربعة أنواع من المكافآت الاجتماعية التي تدفع بالأفراد باتجاه إشباع حاجاتهم الإنمائية وتبديد مشاعر غربتهم الاجتماعية وهي:

- سلوك المساعدة Helping behavior: الذي يحصل عليه الفرد عند مروره في حالات انفعالية سلبية؛
- الاهتمام الاجتماعي social attention: ويعني المكانة التي يحظى بها الفرد عند ارتباطه بالآخرين وفي تقديرهم واحترامهم إياه؛
- الاستثارة الإيجابية positive simulation: وهي الاشتراك في تفاعلات ومناسبات اجتماعية مختلفة؛ (Buss, 1983)
- المقارنة الاجتماعية social comparison: وتتمثل في حجم الثروة المعلوماتية الكبيرة التي يقدمها الآخرون وتفيد الفرد في تفهم انفعالاته، ومعتقداته، ومهاراته.

2. نظرية فيرو لشوتز Schutz (1962):

تسمى هذه النظرية بأساس التوجه بالعلاقات بين الشخصية Fundementaler personal relation orientation وطبقاً لشوتز، فإن هناك ثلاث حاجات تساعد على إعطاء فكرة عن مجمل التصرفات الاجتماعية للفرد، وهي الحاجة إلى الاحتواء Inclusions وهي التي تقابل حالة الاغتراب التي يعانيها الفرد في مجتمع ما، والحاجة إلى السيطرة control والحاجة إلى الحب والمودة والتأثير affection.

وفي هذا السياق، ترى هذه النظرية أن العاطفة المتمثلة في الحاجة إلى الحب تعتمد في درجة إشباعها عند الكبر على مستوى إشباعها في مرحلة الطفولة، على أن واحداً من الآثار النفسية التي تترتب على عدم إشباع هذه الحاجة والتي تتوضح في إحدى صورها من خلال الزواج، هي تجنب الفرد للعلاقات الاجتماعية، والبقاء بعيداً عن الآخرين ومن ثم الاغتراب عن البنية الاجتماعية social structure التي تجمعه بهم (Hill, Crage A, 1987).

وهذا ما يحصل في المجتمعات التي تتغير بشكل سريع، فتتعرض إلى اضطراب وتدهور في العلاقات العائلية التقليدية، أي إلى اضطراب العلاقات مع الأصدقاء، ومع الناس عموماً مما ينتج عنه شعور الفرد بالاغتراب.

3. نظرية الصراع الانتمائي Affiliative conflict theory:

تدور هذه النظرية حول فكرة النقطة التعادلية للسلوك، وفيها يشير كل من دين وارجايل (1959) Argyle &dean إلى أن تجاوز تلك النقطة سلبياً أو إيجابياً يؤدي إلى انحراف السلوك عن تحقيق أهدافه وهي تطرح رأياً مفاده أن المودة Intimacy التي هي حالة السلوك الذي يعكس درجة عالية من الحاجة إلى الانتماء والوقوف بعيداً عن حالة الاغتراب إنما هي دالة للعديد من مظاهر الاتصال الودي بين الأفراد، وتضع هذه النظرية تأكيداً أكبر على المظاهر الودية غير اللفظية في السلوك كالابتسام، والاتصال بالعين، وإيماءات الوجه، ونبرات الصوت، ووضع الجسم واتجاهه، وغيرها، فكلما زادت حدوث مثل هذه السلوكيات المتسمة بالعودة، كلما تخلص الفرد من مشاعر الاغتراب، وحقق حالة إشباع الحاجة إلى الانتماء، والعكس صحيح (مبارك، 2008، ص367).

وتشير هذه النظرية إلى أن قوى التجنب والتقرب هي التي تسبب في شعور الفرد بالاغتراب أو في سلوكه الانتمائي فبينما تتضمن قوى التجنب Avoidance forces مخاوف الفرد من كشف مشاعره الذاتية وخوفه من الرفض الاجتماعي من قبل الآخرين، فإن قوى التقرب الاجتماعي Approach forces تتضمن الحاجة إلى التغذية الراجعة Feedback، وحاجة الانتماء والابتعاد عن الاغتراب، ولكي يستطيع الفرد تجنب حالاته الاغترابية عليه أن يحافظ على النقطة التعادلية التي تقع بين هاتين القوتين.

4. النظرية الوجودية:

يطرح المنظور الوجودي مفهومه عن الاغتراب في إطار مفاهيمه الوجودية المعبرة عن علاقة الفرد بالآخرين، فهناك من يسميها بالوجود مع الآخرين، وهناك من يسميها الـ (أنا– أنت) أو (أنا– هو– أنا–هي)، وهناك من اختصر لها اسماً هو (الآخر.....).

وفي هذا التأكيد على علاقة الفرد بالآخرين، يشير سيدني إلى الحب، مؤكداً حقيقة التزام الفرد بمصلحة الآخر الناتج عن التعاطف والشعور بما يشعر به الآخر، ويدخل الجنس sex كونه عنصر مهم في بناء علاقة الحب بين الجنسين، على أن هناك حباً دون جنس كما أن هناك جنساً دون حب، وعلاقة الحب الناضجة هي تلك العلاقة المشروطة بالأخذ والعطاء وتبادل المشاعر (المرجع السابق، ص369).

ويشير (ريجيس) إلى أن الحب أعمق مصادر الاتصال بين الفرد والآخرين لما له من قدرة في عملية توحيد (الأنا – أنت) ويجعلها شيئاً واحداً، حينها لا يوجد هناك إكراه اجتماعي وأن الجميع يسعى إلى الوصول إلى غاية واحدة وهدف لا يمكن تحقيقه إلا بتبادل الخدمات والعمل على جعل علاقتنا إنسانية، ووفق ذلك، يرى "ماكوري" أن الوجود البشري يصيبه الشعور بالاغتراب عن الآخرين (اغتراب اجتماعي) حينما لا تكون علاقته متجه نحو العمق أي عندما تكون علاقة مزيفة وغير عميقة بحيث يصبح الفرد مجرد صفر على الشمال في الوجود الجمعي للآخرين أو حالة من حالات أخرى لم تحظَ بالتميز.

وفق ما تم استعراضه من نظريات مختلفة في تفسير مفهوم الاغتراب يمكن التوصل إلى الآتي:

- أن جميع هذه النظريات قد اتفقت على أن مفهوم الاغتراب يرتبط ارتباطاً مركزياً بالمفاهيم الآتية:

أ. العلاقات الاجتماعية بأنواعها وأشكالها المختلفة.

ب. الحاجات النفسية – الاجتماعية وأهمها الحاجة إلى الحب والانتماء.

سادساً: الشخصية المغتربة وخصائصها:

تتميز الشخصية المغتربة بالنمطية وذلك لأن مثل هذا الشخص يرى بأنه يختلف عن نمط الشخصية السائدة في مجتمعه وهو سبب هذا الاختلاف يؤدي من الاغتراب، وإحساس الفرد بالغربة نتيجة ابتعاده عن خصائص الأساسية للشخصية الإنسانية السائدة في مجتمعه.

ترى (الرشيد، 2000، ص37) أن الشخصية المغتربة تحدد بالجوانب الآتية:

- حالات عدم التكيف النفسي التي تعانيها الشخصية، عدم الثقة بالنفس والقلق المستمر، والرهاب الاجتماعي والمخاوف المرضية؛
- غياب الإحساس بالتماسك والتكامل الداخلي في الشخصية؛
- حالة ديمومة العقد النفسية التي تعتري الشخصية؛
- ضعف أحاسيس الشعور بالهوية مثل الشعور بالانتماء والشعور بالجهد المركز، والشعور بالحب، والثقة بالنفس؛
- حالات الاتصال والانتقال وانعدام القدرة والسيطرة وضياع الدافع والإحباط لدى الفرد مما يدفعه لممارسة العنف والعدوان. (عباس، 2008، ص350).

أما حليم بركات فميز بين أنماط من الشخصية الاغترابية وهي:

- المنعزلون retreaters: وهم المنسحبون السلبيون والذين يفضلون الابتعاد ويتجنبون المواجهة ولهم في ذلك أساليبهم (بركات، 2006، ص08) وهي شخصية اغترابيه انسحابية تتميز بأعراض متميزة تبدو في السلوك الإحجامي الذي يتناءى بالشخص عن التفاعل مع أعضاء الجماعة، وهم يعزفون عن الضلوع بالأدوار الاجتماعية ومن أعراضها أيضاً فتور الهمة وقلة الحماسة وضآلة الفعالية ونجدهم، يقرون الهزيمة،

ويعترفون بأن المواقف الاجتماعية أصعب من مقدرتهم ويستبدلونها بموافق أخرى لتجنب المواجهة، وهم لا يملكون القدرة على حل الصراعات؛

- المطيعون Compliers: وهؤلاء يميلون إلى إطاعة ما ترضاه الجماعة بغض النظر عن قناعتهم الشخصية، فهم مسايرون مجاملون منافقون وصوليون يبحثون عن المكانة في أي نسق حتى إذا كانوا غير مقتنعين بصحة واقع هذا النسق، ويطلق عليهم أيضاً بالشخصية الاغترابية الانغلاقية حيث يتميز الشخص بنزعة مسيطرة للتمركز حول الذات والانغلاق في دائرة خبراته وأهدافه واهتماماته ومصالحه ويكون الأنا عندهم بؤرة عالمهم وموجه سلوكهم وليس الأنا الأعلى وهم أشخاص أنانيين.
- الفاعلون Activity: هؤلاء يواجهون المواقف الاغترابية بقصد العمل على تغيير الواقع إما بالمعارضة أو بالاحتجاج أو بالتمرد، ويطلق عليهم أيضاً بالشخصية الاغترابية الرافضة، حيث يصفها أصحابها بمقاومة السلطة وتجاهل القوانين ورفض المعايير الثقافية المقبولة فيما يتعلق بالسلوك والعلاقات الاجتماعية والممارسات العملية، وهم يحدثون اضطرابات للآخرين برفضهم لأصول التفاعل معهم وهم رافضون للجماعة وأهدافها ولإجراءاتها (الصائغ، 2006، ص224).

سابعاً: أبعاد ومظاهر الاغتراب

على الرغم من أنه لا يوجد اتفاق قائم بين الباحثين على معنى محدد للاغتراب، إلا أنه هناك اتفاق بينهم على العديد من مظاهره وأبعاده التي توصلوا إليها من خلال تحليل هذا المفهوم وإخضاعه للقياس، وكانت من أبرز المحاولات محاولة ملفن سيمان الذي أشار إلى خمسة أبعاد لمفهوم الاغتراب (العجز، اللامعنى، اللامعيارية، العزلة الاجتماعية، الاغتراب عن الذات) ونعرض فيمايأتي أبرز مظاهر الاغتراب وأبعاده ومكوناته:

1. الشعور بالعجز:

يسمى أيضاً بفقدان السيطرة واللاحول وحالة اللاقدرة وهي تشير إلى أن الفرد لا يستطيع التحكم في مجريات الأمور أو الأحداث التي تحصل لديه (الرشيد، 2011، ص130)، وبالتالي لا يستطيع تقرير مصيره وإرادته ليست بيده بل تحددها عوامل أخرى وقوى خارجية عن إرادته

الذاتية، وقد ترعرع في علم النفس الاجتماعي وأخضع للقياس على يد ملفن سيمان، كلارك، أحمد خيري وسيد عبد العال... (المهيوب، 2002، ص180).

وعند تحليل سيمان لهذا المفهوم أكد أمرين غاية في الأهمية وهما:

- لابد النظر بالضرورة إلى مفهوم الاغتراب باعتباره حالة شائعة وأن إحساس الفرد بالعجز تولد من بعض الظروف والأحداث الجارية؛
- لابد من عدم الربط بين العجز ومسألة توافق الشخصية (خليفة، 2003، ص6).

وعليه فالشعور بالعجز عند الشباب هو:

شعور الفرد بفقدان القوة وأنه لا يستطيع التأثير في المواقف الاجتماعية التي يواجهها ويعجز عن السيطرة على تصرفاته وأفعاله ورغباته وبالتالي لا يستطيع أن يقرر مصيره.

2. **اللامعنى:** يقصد به نقص الادراك والفهم لكل المعاني المرتبطة بأوجه الحياة ويعبر (سيمان) عن فقدان المعنى بأن الفرد لا يستطيع أن يتنبأ بدرجة عالية من الكفاءة بالنتائج المستقبلية للسلوك.
3. **اللامعيارية:** يعرفها (سيمان) بأنها الحالة التي يتوقع بها الفرد بدرجة كبيرة أن أشكال السلوك التي أصبحت مرفوضة اجتماعيا" غدت مقبولة تجاه أية أهداف محددة أي الأشياء لم يعد لها أية ضوابط معيارية للخطأ أو الصواب.
4. **العزلة الاجتماعية:** هي من أهم مظاهر الاغتراب إذ يقصد بها انسحاب الفرد وانفصاله عن تيار الثقافة السائدة في مجتمعه والشعور بالوحدة والفراغ النفسي حتى لو كان مع الآخرين.
5. **الاغتراب عن الذات:** هي ادراك الفرد أنه مغتربا" عن ذاته ويعرفها (سيمان)

بأنها عدم قدرة الفرد على التواصل مع نفسه وشعوره بالانفصال عما يرغب في أن يكون عليه حيث تسير حياة الفرد بلا هدف. (خليفة، 2002، 38).

ثامناً: الآثار الناتجة عن الاغتراب:

يرى إيريك فروم أن الاغتراب يؤدي بالفرد إلى الإحساس بأنه غريب عن نفسه وعندما يصل الفرد إلى هذا الإحساس لا يستطيع استثمار ما لديه من قدرات بل يحطم ما لديه من قدرات ولا يحقق أي هدف (سعيد، 2011، ص30).

ويترتب على ذلك الإحساس بالقلق والاضطراب والتوتر لعدم قدرته على تحقيق الأهداف التي يسعى إليها وشعوره بالعجز أمام الصعوبات التي تواجهه أثناء تحقيق أهدافه، وسطحية الشعور اتجاه الناس مما يؤدي إلى فقدان التفاعل بينهم والانفصال عن المجتمع وثقافته بما فيه من قيم وعادات وتقاليد، وكذلك يؤدي إلى انعدام توافق الدفء العاطفي بينه وبين غيره من أفراد مجتمعه.

وانعدام المعايير التي تحكم السلوك الإنساني في حال تعامله مع غيره مما يؤدي إلى سيطرة الوهم والخيال على مشاعر الأفراد، وفقدان الصلة الوثيقة بين العمل الذي يؤديه الإنسان، مما يجعله يشعر بعدم الانتماء والعجز والبحث عن وسائل أخرى وعمل آخر يثبت به ذاته (إبراهيم، 1982، ص354).

ومن نتائجه أيضاً الانسحاب، والرضوخ وتدني الثقة بالذات وبالآخرين والتفكير في محاولات الانتحار، والتفكير بالهجرة، والتمرد، والعدوان، بالإضافة إلى بروز الكثير من الظواهر مثل تعاطي المخدرات، والتدخين، والسرقة، والاعتداءات الجسدية والجنسية، كما يولد لهم حالة من التوتر والاضطراب دون أن يستطيع المرء أن يبلغ مطلقاً صحة امتلاك الذات وقهر اغترابها (عباس، 2016، ص83).

وتبعاً لكل ذلك فإن المغترب يفقد فاعليته ولا يحس بأهميته ويشعر بانعدام تأثيره على المواقف الاجتماعية، فالقيم أصبحت نسبية ومتناقضة ومتغيرة وغامضة مما يدفع الإنسان المغترب إلى العزلة والنفور من المجتمع (الصائغ، 2001، ص153).

ويرى العديد من العلماء أن الاغتراب يمثل أحد أسباب عدوانية الشباب وتمردهم على النظام وفقدان الحس الاجتماعي والهوية والانتماء الوطني، والتبلد والسلبية واللامبالاة وغيرها من الأمراض الاجتماعية والنفسية المدمرة لهم، ويرى شاخت أن من أبرز آثار الاغتراب في حياتنا

المعاصرة ما تفصح عنه الإحصاءات والدراسات السيكولوجية والاجتماعية في العديد من الدول في انتشار الباثولوجيا النفسية والاجتماعية كالانتحار، إدمان الخمور والمخدرات، الانحلال الجنسي... (عباس، 2016، ص64).

ومن هنا أستنتج أنه على الرغم من أن ظاهرة الاغتراب ظاهرة فردية، إلا أن أثرها سلبي وخطير على كيان المجتمع حيث يتجزأ إلى قطاعات متعددة لا رابطة بينها، وبالتالي يصبح فاقداً للوحدة الفعلية التي لا كيان لها بدونها، وهي الوحدة التي تقوم على التوجيه الموحد ثقافياً، سياسياً، وتنظيمياً.

وعليه فالاغتراب مشكلة إنسانية وأزمة الإنسانية وإن اختلفت أسبابه ومظاهره، ونتائجه من مجتمع إلى آخر أو من جيل إلى آخر فهو يشير إلى شعور الفرد بعدم الانتماء للآخرين وللمجتمع.

تاسعاً: الاغتراب وبعض الاضطرابات النفسية والاجتماعية:

أ) الاغتراب والهامشية:

لقد اهتم كل من روبرت بارك R.Bark وستونكويست Stonqusit بمصطلح الهامشية من خلال دراستهما للسلالات العرقية والثقافية المختلفة، فيرى "بارك" أن الإنسان الهامشي هو شخص حكمت عليه أقداره بالعيش في مجتمعين أو ثقافتين ليستا مختلفتين فحسب، بل ومتصارعين معاً، أما "ستونكويست" فيعرف الإنسان الهامشي في كتاب له صدر بعنوان "الإنسان الهامشي" سنة 1937 على النحو اللآتي: هو شخص قضت ظروفه بأن يعيش في مجتمعين وفي حضارتين ليستا مختلفتين فحسب بل ومتعارضتين، واحدة مسيطرة والثانية تابعة، والنتيجة في بعض الأحيان أو معظمها أن يقع الشخص نتيجة لصراع نفسي شديد يزكيه، كون مقتضيات الانتماء إلى إحدى الجماعتين تتعارض مع مقتضيات الانتماء إلى الجماعة الأخرى.

فالمهشمين هم فئة أصابهم الشعور بالعجز والاغتراب نظراً لعدم قدرتهم على تغيير الواقع المحيط، والبعد عن المشاركة الاجتماعية والسياسية والثقافية لكونهم يشعرون بالاغتراب عن مجتمعهم، كما كشفت دراسة باركر Parker, 1977 عن وجود ارتباط إيجابي دال إحصائياً بين الهامشية والاغتراب، ممثلاً في الشعور بالعجز واللامعنى والعزلة الاجتماعية، كما توصل "جلال

معرض" 1993" إلى أن ثقافة الهامشية يمكن أن توصف بأنها ثقافة الاغتراب، وهذا يعود بالدرجة الأولى إلى عجز المجتمع عن استيعاب هؤلاء الأفراد ودمجهم في نسيجه الاجتماعي والاقتصادي والسياسي.

إن الاغتراب بما يتضمنه من مشاعر وعناصر مختلفة (الشعور بالعجز واللامعنى، اللامعيارية، العزلة الاجتماعية، الاغتراب عن الذات، فقدان الثقة، القلق، الشعور بعدم الانتماء واللامبالاة) يعد من أكثر الخصائص المميزة للإنسان الهامشي، وهذا حسب ما أشارت إليه نتائج الدراسات السابقة.

كما افترض "مصطفى سويف" 1968 في دراسته لتطرف الاستجابة لدى فئات اجتماعية مختلفة، أن الهامشية تؤدي إلى اختلال الشعور بالطمأنينة، وكلاهما يؤدي إلى التوتر ثم النفور من الغموض، ثم تطرف الاستجابة.

يلاحظ مصطفى سويف أن الحلقة الأولى والحلقة الأخيرة أقرب ما يكون إلى الواقع الاجتماعي في حالة المركز الهامشي أو الواقع السلوكي في حالة تطرف الاستجابة الذي يمكن مشاهدته مباشرة، أما الحلقات الثلاث الوسطى فهي متغيرات متوسطة تستنتج وجودها لتستطيع أن تصل وصلاً منطقياً بين الحلقة الأولى والأخيرة (خليفة، 2003، ص141).

ب) الاغتراب والتطرف

يفترض التطرف أن هناك وسطاً متفقاً عليه يمثل الاعتدال والطريق الأمثل للسلوك، وأن الابتعاد عن هذا الوسط المتفق عليه والذهاب إلى الطرف –إلى أقصى اليمين أو أقصى اليسار– يهدد بالمروق ويعد انحرافا.

يلجأ المتطرفون إلى شن حرب مدمرة على البناء السياسي الذي تعيش فيه الأفكار المقيدة لحريتهم ولا تعطيهم الفرصة للتعبير عن أفكارهم ومشكلاتهم، ولهذا فإن الفكر المتطرف صنوان للاغتراب السياسي والاجتماعي، ويترتب على هذه الحالة أحد الأمور الثلاثة اللآتية: الرضوخ لهذا الواقع واليأس من الإصلاح، الرغبة في قلب الأوضاع والقضاء عليها باستخدام العنف والقوة، تكفير كل المسلمين، وقد أظهرت نتائج البحوث أن التطرف كظاهرة يمكن أن يرجع

للأسباب اللآتية أو بعضها: إما أن يكون ثورة على الواقع، أو أن يكون هروباً من ذلك الواقع أو راجعاً لاضطراب في الشخصية أو قصورٍ في تكوينها.

إن التطرف يرجع إلى الفراغ الفكري والشعور بالعزلة والعجز، هذا ما كشفت عنه الدراسة التي أجراها " بيومي 1992" على عينة من شرائح مختلفة من المجتمع المصري، حيث تبدو علاقة الاغتراب بالتطرف واضحة.

كما أشار " نعيم 1990" بأن هناك العديد من المشكلات التي تواجه الفرد مثل أزمة السكن والبطالة وتعد مسؤولة عن شعوره بالعجز واليأس والضياع وعدم الانتماء وبالتالي الاغتراب (خليفة، 2003، ص147).

ت) الاغتراب وتعاطي المخدرات:

يعد الاغتراب بما يتضمنه من شعور بالعجز والعزلة الاجتماعية واللامعنى واللامعيارية، أحد العوامل الأساسية المسؤولة عن الإقدام على تعاطي المخدرات أو المواد المؤثرة في الأعصاب، ويمكن النظر إلى الاغتراب كمناخ مهيأ للعديد من المشكلات والاضطرابات ومن أبرزها تعاطي المخدرات، وتبين أن الاستخدام المتزايد للمخدرات إنما يمثل معياراً لتزايد حالة الاغتراب في المجتمع، حيث يمثل التعاطي كما يرى البعض رفضاً للمجتمع وتمرداً عليه وشكلاً من أشكال التكيف لشعور الفرد بالاغتراب.

كما توصل توماس Thomas 1997 إلى أن متغيرات الشخصية مثل الاغتراب والقلق والغضب والدافعية، تقوم بدور مهم كعوامل مهايأة لتعاطي المخدرات (خليفة، 2003، ص158).

عاشراً- الشباب والاغتراب:

يعد الشباب الفئة الأكثر استجابة وقدرة على التغلب على الصعوبات ومواجهتها، وإنجاز المهام رغم قسوة الظروف وقلة الموارد والإمكانيات، وبذلك فهم يمثلون رأس مال المجتمع ومصدر قوته وعزته من خلال ما يمتلكه من قدرات على العمل والإنتاج والعطاء والحلم والبناء والتغيير، وهو نتاج للمجتمع وانعكاس حالته الاجتماعية – الاقتصادية الحضارية، فما نغرسه في

نفوسهم اليوم من عادات وتقاليد وقيم ومثل سنجني ثماره غداً في القريب العاجل إن كان خيراً أو شراً، سلباً أو إيجاباً.

وأشارت سميرة أبكر هنا في تحديد الفئة العمرية لمرحلة الشباب وهذا الاختلاف يخضع للمتغيرات الثقافية والاجتماعية والحضارية والتربوية التي يتصف بها المجتمع بشكل يميزه عن مجتمع آخر، إلا أن هناك اتفاقا على أن الشباب مرحلة عمرية يتصف بها المجتمع بشكل يميزه عن مجتمع آخر إلا أن هناك اتفاقا على أن الشباب مرحلة عمرية تبتدئ من البلوغ وتنتهي قبل الرشد وتتميز بالحرية والنشاط والقدرة على تحمل المسؤولية، واكتساب الخبرات والتجارب في مجال الحياة وقد تتخلل مرحلة الشباب أزمات نفسية والتعبير عن بعضها ينعكس في الشعور بالاغتراب (العقيلي، 2004، ص19).

ويرى عبد العزيز مصطفى (2005) أن الاغتراب هو أحد الأزمات التي توجه شريحة الشباب في علاقاتهم بذاتهم وبالآخرين على الصعيد الاجتماعي والنفسي والسياسي، وهو لدى الشباب يمثل انهيار العلاقات الاجتماعية نتيجة الشعور بعدم الرضا والرفض تجاه قيم الأسرة أو المجتمع ككل، وهو على الصعيد النفسي يفقد الشباب الشعور بالانتماء للمجتمع بمفهوميه الشامل والضيق مع الميل إلى العزلة والبعد مع شعوره أن ما يفعله ليس له قيمة ولن يؤثر على المحيط الخارجي.

وغالباً ما يعاني الشباب من هذه الحالة نتيجة اختلاط المفاهيم والقيم الاجتماعية حيث يفقد الشباب إحساسه بأهميته وقيمته ويتكثف لديه الشعور بأنه غريب عن المجتمع الذي يعيش فيه فهو ليس جزءاً من عاداته وتقاليده ونطاقه الأخلاقي، والإنسان المغترب بعيد عن التوافق الاجتماعي السائد.. وغالباً ما يفشل في علاقاته الاجتماعية فهو يشعر بالعزلة والتقوقع ويتعمق في ذاته مفهوم الاغتراب في دوامة الصراعات والأزمات النفسية الحادة (الصائغ، 2006، ص219).

كما قد يكون للواقع أثر على طموحات الشباب العربي وبما أدى إلى محاولات الكثيرين من الشباب الهروب من هذا الواقع الذي يشعرهم بالضعف العام والوهن وذلك إما بالانحراف أو الانكفاء على الذات، في ظل الشعور بالتخوف من ازدياد الهوة وحالة دوام الضعف وفقاً لنظرة الشك التي ينظر فيها الشباب إلى هذا الواقع والتي تخلف لديهم اليأس من الإصلاح والشعور

بخيبة الأمل من الجهود الإنمائية، ويرى فيصل محمود غرايبة أنه تشيع في صفوف الشباب تبعاً للظروف السياسية والاقتصادية من أبرزها ضعف المشاركة السياسية والفعلية في اتخاذ القرارات، والبطالة والانتظار الطويل للحصول على وظيفة (غرايبة، 2009، ص83).

كما أن شعور الشباب بالاغتراب كثيراً ما يدفعهم إلى عدم المشاركة في عمليات التنمية، بل يتجهون إلى سلوكيات سلبية انتشرت بينهم من إدمان وتمرد وزواج غير شرعي واعتداءات جنسية وهذا الشعور بالاغتراب يضخم لديه ما يسميه بأزمة الهوية Idenit oisis ويقول بول بودمن "إن أزمة الهوية تعني إحساس الشباب بالضياع في مجتمع لا يساعدهم على فهم أنفسهم، ولا يحدد دورهم في الحياة ولا يوفر لهم فرصا تعينهم على الإحساس بقيمتهم الاجتماعية وأزمة الهوية تمثل أهم الأزمات التي يواجهها الشباب عامة، بحكم ما يتعرض له من صراعات داخلية خطيرة بما في ذلك الشعور بالضياع" (الغباري، 2011، ص28)، من هنا تعد أزمة الهوية من أخطر الأزمات التي يعانيها الشباب وتنشأ من عدم القدرة على فهم ذاته "الجديدة" وتقبلها والتعامل معها وتكون هذه الأزمة أكثر حدة بالنسبة لأولئك الذين يتم نضجهم مبكراً وذلك لسببين:

- الأول: لأن النمو الجسمي والجنسي قد لا يوازيه نمو عقلي واجتماعي.
- الثاني: لأن يدفعهم إلى الابتعاد عن أقرانهم والانسحاب ومحاولة الانتماء إلى جماعات الكبار –الذين لا يبدون– عادةً ترحيباً كافياً بالقادمين الجدد وهذا إذا لم يوصدهم بالفعل (عبد المجيد وشفيق، 2006، ص25).

ويرى الكثيرون أن التطور التكنولوجي ساهم بشكل كبير في تعميق أزمة الشعور بالاغتراب لدى الشباب، وهذا الوضع انعكس سلباً على العلاقات الاجتماعية بين أفراد المجتمع وخصوصاً الشباب بسبب فقدان عمليات التفاعل الاجتماعي بينهم، ومن الأسباب المؤدية إلى ذلك هي:

- اضطراب الهوية وتشتت الدور.
- عدم الإحساس بالقيمة.
- الصراع بين متطلبات مرحلة الشباب وصعوبة التعامل مع ما هو ممكن وما هو مطلوب.

- غياب القيم الدينية والإنسانية وانعدام القدرة التي تشحذ الهمة والطموح.
- سيطرة الآباء وتدخلهم في حياة الشباب من منطلق أنهم ما زالوا صغاراً.
- عدم الشعور بالاطمئنان على المستقبل التعليمي والوظيفي.
- عدم وجود بدائل لاستثمار الوقت.
- فقدان الشعور بالانتماء.
- الثقافة وأزمة القيمة في ظل العولمة
- صراع الأجيال (ياسين، 1992، ص15).

فيبرز الاغتراب لدى الشباب في المظاهر السلوكية الآتية:

- الانتحار.
- المشكلات النفسية والعقلية والاجتماعية.
- إشاعة حالة اللااكتراث بالمظهر الشخصي واللامبالاة.
- الإدمان على الكحول.
- ضعف الانتماء والوعي الوطني.
- الإحساس بالشيخوخة.
- الاحتجاج الصامت (الرشيد، 2011، ص142).
- السخط.
- انتظار المنقذ الغائب.

من أجل خلق حلقات التواصل الفعالة لتعزيز علاقة الشباب بالمجتمع، لابد من تنفيذ مجموعة من الحلول والاستراتيجيات لتفادي الاغتراب لدى الشباب وضمان انصهاره وتفاعله معه ومنها:

- استراتيجيات تعليمية: ويعتمد على تطوير الخطط التربوية والمناهج التدريسية بما يتناسب واحتياج المجتمع وسوق العمل ومتطلبات العصر.
- استراتيجيات علاجية: وهي معالجة جميع قضايا الشباب بكل شفافية وموضوعية.

- استراتيجيات اقتصادية: كتوفير الحياة الكريمة للشباب وتأمين حاجاتهم المادية والروحية وتلبية طلباتهم وتشجيعهم ودعم خريجي الجامعات ومساعدتهم على إنشاء مشاريع مصغرة تدفعه إلى التنمية الشاملة.
- استراتيجيات الأنشطة الشبابية: كتشجيع ودعم الأنشطة الشبابية والهوايات وما يرتبط به من مجالات إبداعية.
- استراتيجيات العمل التطوعي: إن إشاعة العمل التطوعي في أوساط الشباب يزيد من ارتباطهم وولائهم لمجتمعهم فضلاً عن شغل أوقات الفراغ في الخير وتعزيز الثقة في نفوسهم

الحادي عشر – الوقاية وقهر الاغتراب:

صار من المألوف في الوقت الحالي أن نسمع بصورة متزايدة عن تفسير الحياة من خلال الاغتراب وفي شتى الصور (السخط، التمرد، افتقاد المعنى، قلة الالتزام، العزلة الاجتماعية...) ولم يكن من المستغرب أن يشعر الشباب بالعجز وعدم القدرة على توجيه مسار التغيرات الاجتماعية في المجتمع، بل إن الشباب أنفسهم لا يتمكنون من تغيير بعض جوانب حياتهم الشخصية، فهؤلاء الأشخاص يحتاجون إلى الشعور بالمعنى الذي يستحق أن يعيشوا من أجله فهم يعانون من الفراغ الداخلي أو ما يسميه فرانكل الفراغ الوجودي.

ومن هنا لا يتأتى هذا إلا إذا أشبعنا الحاجات الأساسية الآتية:

- الحاجة إلى إشباع العلاقات الاجتماعية وعدم إشباعها يؤسس للعزلة الاجتماعية.
- التسامي والإبداع: يكون الإنسان مدفوعاً إلى صفة التسامي والإبداع في الحياة من خلال الحب والتضحية والابتكار.
- الإحساس بالهوية والتفرد: يحتاج الإنسان إلى الإحساس بالهوية لأن الإنسان يحيا بالانفصال عن وحدته العضوية بالوعي الذاتي وبمن حوله، وعدم إشباع هذا يقابله المسايرة واتباع الآخرين دون وعي بنفسه وأيضاً بالآخرين (العسال، 2011، ص68).
- الحاجة إلى إطار توجيهي وسبب يكرس له الفرد نفسه.

ورأى فروم أن الشخص المغترب يتلخص في المعادلة الآتية: "... **إلى الحد الذي يكون فيه المرء إنساناً فإنه يعاني من العصاب الحاد إلى درجة التي يكون فيها الإنسان مغترباً، فإنه يستمتع بالسعادة المخدرة للامتثال...**" وهنا نظر إلى الاغتراب بسلبية يفترض قهره وهذا من خلال ما يلي:

- الوعي بالاغتراب والقدرة على تحمل العزلة.
- بزوغ الأمل.
- بعث الإيمان.
- الارتباط التلقائي بالعالم.
- تشيد المجتمع السوي نقلاً عن (حماد، 1995، ص125).

إلا أن فرويد لا يؤمن بوجود طرق للتخلص من الاغتراب، إذ أنه يعتقد بعدم إمكانية التوفيق في المصالحة بين الطبيعة البيولوجية للكائن البشري ومتطلبات الحياة الاجتماعية ويرى أنه لا يمكن أن ننجح في إلغاء الاغتراب بل يمكن التخفيف فقط من حدته وشدته ووطأته وهذا التصور مثالي بعيداً كلياً عن الفهم الحقيقي لمضمون الطبيعة الإنسانية (سعيد، 2011، ص32).

وللوصول إلى بر الأمان وبلوغ الراحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي التقيد بما يأتي:

- ♦ قهر مشاعر الاغتراب والعودة إلى الذات والتواصل مع الواقع.
- ♦ التنمية الإيجابية ومواكبة التغير الاجتماعي والاعتزاز بالشخصية القومية.
- ♦ تصحيح الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية بما يحقق التفاعل والتواصل.
- ♦ تدعيم الاستقرار السياسي والوعي والديمقراطية.
- ♦ تدعيم الوعي الوطني والولاء وتنشئة الشباب على روح المواطنة.
- ♦ خلق التسامي والإبداع لدى الشباب وأفراد المجتمع (عسل ومجاهد، 2011، ص35).
- ♦ تحسين الشباب بكينونته وتفرده.

- إرساء الأمل في نفوس الشباب.
- تنمية انتماء الذات إلى هويتها واتصالها بالواقع والمجتمع.
- تدعيم مظاهر الانتماء حيث الأهداف الواضحة والمعايير التي يتم مسايرتها والشعور بالهوية والمكانة والرضا والارتياح والأمن النفسي والاندماج والتآلف مع الجماعة.

المحور الثالث: التكيف الأكاديمي:

أولاً: لمحة تاريخية عن التكيف:

يظهر التكيف في حياتنا في مناسبات عديدة، وميادين مختلفة، فهناك تكيف الفرد مع البيئة الاجتماعية، وتكيف المدرس مع عمله، وتكيف الطالب مع مدرسته أو كليته (قاسم، 2001، ص 37).

وتميل الكائنات الحية إلى تغيير سلوكها استجابة لتغيرات البيئة، فعند ما يطرأ تغير على البيئة التي يعيش فيها الكائن فإنه يعدل سلوكه وفقا لهذا التغير (ناصر، 2006، ص 12)، حيث ترى "سهير كامل أحمد" أن الكائن والبيئة في علاقة لابد أن تبقى على درجة كافية من الاستقرار، ولكن الكائن والبيئة متغيران ولذلك يتطلب كل تغيير تغيرا مناسبا للإبقاء على استقرار العلاقة بينهما، وهذا التعبير المناسب أو السلوك أو الإجراء يسمى بالتكيف (Adaptation) (أحمد، 1999، ص 26)

إن مفهوم التكيف أصلا هو مفهوم بيولوجي، كان حجر الزاوية في نظرية "تشارلز داروين (T. Darwin) للتطور والانتقاء الطبيعي (1859) (بطرس، 2008، ص 101)، فحسب تطور السلالات في الحياة فهناك انتقاء طبيعي، الأمر الذي جعل بعضها يزول لكونها لم تتمكن من التكيف مع متطلبات الحياة، ، أما البقية فهي التي استطاعت التكيف.

بمعنى أن البقاء للأقوى القادر على التلاؤم والتكيف مع الظروف البيئية المحيطة به، فالفرد يسعى لإشباع حاجاته، وإذا ما وجدت بعض المصادر المعيقة لإشباع هذه الحاجات فإنه (الفرد) يبذل الجهد لحل هذه الصعوبات وتجاوزها، من أجل الوصول إلى حالة من التوافق والتكيف (بني خالد، 2010، ص 414).

ثم انتقل مفهوم التكيف من علم الحياة (البيولوجيا) إلى علم النفس، ليشير إلى التغيرات البنائية أو السلوكية التي تصدر عن الإنسان وتجعله أكثر مواءمة مع الظروف البيئية التي يعيش فيها الفرد (كفافي، 1997، ص 37)

والجدير بالذكر، هو أن العالم النفسي "أدلر" (Adler) هو الذي نقل فكرة التكيف من علم الحياة إلى علم النفس، وقد أكدت ملاحظاته ودراساته أن الوظائف النفسية تتعاون وتتآزر لتحقيق

التكيف للإنسان، فالذاكرة مثلا تتعاون مع المخيلة، والانتباه ينشط الإدراك والتذكر كل هذا في سبيل تمكين الفرد من التفاهم مع العالم الخارجي. وعلى ذلك التكيف النفسي هو العمليات الدينامية المستمرة التي يستهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة مرضية أكثر توافقا بينه وبين بيئته؛ والبيئة هنا تشتمل كل المؤثرات والإمكانيات والقوى المحيطة بالفرد والتي يمكن أن تؤثر في جهوده للحصول على الاستقرار النفسي والبدني.

والتكيف كما يقول "جون بياجيه" (Jean Piaget) هو عملية تتم عن طريق التوازن بين مظهرين من مظاهر التفاعل بين الفرد والبيئة، إما أن يدخل على سلوكه التعديل مما يساعده على تحقيق التوازن بينه وبين سلوكه وبين ظروف البيئة المحيطة به بكل مطالبها، وإما أن يحاول التأثير في البيئة والوسط المحيط به حتى تستجيب هذه البيئة بدورها لرغباته وحاجاته في الاتجاه الذي يريده.(بطرس، 2008، ص 23).

بناءً على ما تقدم نستخلص أن الحياة عبارة عن عملية تكيف، وإذا رفض الفرد هذه العملية، فسيكون مصيره الموت، فكل تصرف أو سلوك مهما كان ما هو إلا سلوك تكيفي، وقد ظهر من خلال أبحاث البيولوجي " كانون" (Cannon) حول ظاهرة التوازن بين الجسد وظروفه الداخلية، ففي حالة فقدان كلية إثر حادث مثلا، فان الكلية الثانية تقوم بدور الاثنتين حفاظا على التوازن البيولوجي في الجسم، هذا بالنسبة للتكيف الداخلي أي علاقة الجسد بنفسه، أما علاقته بالمجتمع فهي تقريبا نفس العملية، إذ يحاول الشخص الحفاظ على توافقه الاجتماعي وبالتالي تكيفه الداخلي.

يعتبر مفهوم التكيف من المفاهيم الهامة التي شاع استخدامها إلا أنه لم يستقر بعد على مفهوم محدد له، فقد استخدم بمعان متعددة ومختلفة، ويمكن القول أن هذا التعدد في المفهوم يرجع إلى تباين رؤية البعض له، مع زيادة وكثرة استخدامه في العديد من الميادين، فليس من المستغرب أن نجد مفاهيم مختلفة للتكيف باختلاف وجهات النظر إليه، وعليه سنحاول تسليط الضوء على هذا المفهوم بالبحث والتقصي.

تعريف التكيف والتكيف الأكاديمي:

قبل التطرق إلى تعريف التكيف الأكاديمي، ارتأينا إلى تقديم تعريف التكيف العام ثم تعريف التكيف الأكاديمي، وذلك كما يلي:

ثانياً: تعريف التكيّف:

1- التكيف في اللّغة:

تكيّفَ – يتكيّفُ – تكيُّفاً (الشيء) صار على كيفية معينة (تكيّف الرصاص حسب القالب)، (رجلٌ سهل التكيُّف)، (تكيّف مع الظروف).

التكيف في اللغة أيضا كلمة تعني التآلف والتقارب، وإجماع الكلمة فهي نقيض التحالف والتنافر والتصادم (العمرية، 2005، ص 145)

2- التكيف اصطلاحا:

إن التكيف بمفهومه العام هو انسجام الفرد مع محيطه، وهو مظهر من مظاهر الصحة النفسية، ويعد عملية دينامية مستمرة بين الفرد والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، يهدف فيها الفرد إلى تعديل سلوكه بما يتوافق مع بيئته الاجتماعية، مما يمكن من إقامة علاقات جيدة مع الآخرين ليوافق بين نفسه والعالم المحيط به، ويعتبر التكيف الأكاديمي أحد جوانب التكيف العام، الذي يرتبط بصحة الفرد النفسية، ونتاج تفاعل الفرد مع المواقف التربوية والحياة الجامعية (بني خالد، 2010، ص 414)، وقد ورد العديد من التعريفات للتكيف:

يعرفه نعيم الرفاعي (1987) بأنه: مجموعة ردود الأفعال التي يعدل بها الفرد بناءه النفسي، وسلوكه ليستجيب إلى شروط محيطه المحدودة، أو لخبرة جديدة (الرفاعي، 1987، ص3).

ويذكر محمد بني خالد نقلاً عن ألين (Allen, 1990) أن مفهوم التكيف يشير إلى فهم الإنسان لأفكاره، وضغوط الحياة اليومية ومطالبها المتعددة (بني خالد، 2010، ص415).

ويشير مصطلح التكيف في علم النفس إلى أي تغير في نمط سلوك الفرد، يصدر عنه في محاولته لتحقيق التوافق مع الموقف الجديد (كفافي، 2006، ص 46).

ويذكر الهاشمي التكيف في الدراسات النفسية فيقول: هو تلك العملية المتفاعلة المستمرة (ديناميكية) يمارسها الفرد الإنساني شعوريا أو لا شعوريا، والتي تهدف إلى تغيير السلوك ليصبح أكثر توافقا مع بيئته ومع متطلبات دوافعه.

3- تعريف التكيف الأكاديمي:

يعرف "أبو طالب" (1979) التكيف الأكاديمي بأنه نتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية، وتعتبر عملية التكيف محصلة لتفاعل عدد من العوامل كالقدرة العقلية والتحصيلية وميول الفرد التربوية، واتجاهاته نحو النظام المدرسي، وحالته النفسية (صابر، 1979، ص3).

أما "صلاح الدين العمرية" (2004) يقول: التكيف الأكاديمي هو قدرة الفرد على تكوين علاقات مُرضيه مع أساتذته وزملائه وملائمة أو تطوير البيئة الجامعية لما يتماشى مع حاجات الطلاب. وهو قدرة الطالب على تحقيق حاجاته الاجتماعية من خلال علاقاته مع زملائه وأساتذته والجامعة وإدارتها، ومن خلال مساهمته في ألوان النشاط الاجتماعي الجامعي بشكل يؤثر في صحته النفسية وفي تكامله الاجتماعي (العمرية، 2005، ص 146).

ثالثاً- النظريات المفسرة للتكيف:

يختلف تفسير التكيف باختلاف المدارس النفسية ونظرة كل منها إلى الإنسان والحياة وطبيعة العلاقات الإنسانية، وظهرت عدة نظريات تناولت التكيف الإنساني ومنها:

1- التكيف من منظور مدرسة التحليل النفسي:

يرى"سيجموند فرويد" مؤسس هذه النظرية أن الفرد يولد مزودا بغرائز ودوافع، وان الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات يعقبها إشباع للحاجات أو إحباطات، وعليه فان الفرد في صراع بين دوافعه الشخصية التي لا يقبلها المجتمع من جهة، والمطالب الاجتماعية من جهة أخرى، وعليه فلا يتم التكيف إلا إذا استطاعت (الأنا) التي تعمل وفق مبدأ الواقع على تحقيق التوازن بين متطلبات (الهو) وتحذيرات ا(الأنا الأعلى) ومقتضيات الواقع، أي حل الصراع بين (الهو) و(الأنا الأعلى) (السنبل، 2004، ص 12)

2- التكيف من منظور المدرسة السلوكية:

ينظر الاتجاه السلوكي لمفهوم التكيف من خلال ارتباطات بين متغيرات حسية واستجابات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية، والاتجاه السلوكي ينظر إلى شخصية الفرد وكأنها آلة ذاتية الحركية توجهها ضغوط بيئته وحوافز متغيرة واستجابات توافقية، ويتمثل مفهوم العادة مركزا أساسا في النظرية السلوكية باعتبار أن العادة مفهوم يعبر عن رابطة بين مثير واستجابة، وبما

أن العادات متعلمة ومكتسبة لهذا يمكن استبدال العادات غير التكيفية بعادات تكيفية (دسوقي، 1997، ص 18)

ومن وجهة نظر السلوكية فإن التكيف يتحقق من خلال:

– زيادة إدراك الفرد لجميع الظروف التي تؤدي إلى حدوث السلوك الشاذ، أو التي تمنع السلوك المطلوب من أن يحدث.

– على الطالب أو الفرد معالجة كل من السلوك والظروف ذات العلاقة وتسجيلها وذلك لتقدير البديل المهم.

– مكافأة السلوك الناجح والتوصل إلى معلومات جديدة حول الحاجات الأخرى (المجالي، 2006، ص 46)

3– التكيف من منظور المدرسة الإنسانية:

بعد مفهوم الذات مفهوما محوريا في بناء الشخصية وكذا في التكيف النفسي، ومفهوم الذات الايجابي يعبر عن الصحة النفسية والتكيف النفسي، وان تقبل الذات يرتبط موجبا بتقبل وقبول الآخرين، ويعد تقبل الذات عاملا أساسيا في تحقيق التكيف، في حين أن مفهوم الذات السلبي يعبر عن عدم التكيف لدى الفرد، كما أن تطابق مفهوم الذات الواقعية مع مفهوم الذات المثالية لدى الفرد يؤدي إلى التكيف فالصحة النفسية، وعدم التطابق يؤدي إلى القلق والتوتر وسوء التكيّف النفسي (Spencer et Jeffrey, 1980, P. 186).

وفي ضوء وجهة نظر "ماسلو" Maslow فإن الشخص المحقق لذاته قد يكون أنجز مستوى عالياً من التكيف الشخصي، ويستطيع أن يصدر أحكاما جيدة ويمتلك القدرة على النمو الشخصي، وان هؤلاء الأفراد يحصلون على المصدر الرئيسي للرضا من خلال نموهم وتطورهم الفردي، وان هؤلاء الأشخاص لا يعانون من التهديد والقلق والصراعات والتوتر (المجالي، 2006، ص 46)

4– التكيف من منظور نظرية التعلم الاجتماعي:

فتشير إلى أن التكيف السوي يتضمن كفاية الفرد ومهارته في التعامل بنجاح مع البيئة، وان الأفراد يقللون من صراعاتهم الداخلية المتعلمة عن طريق تغيير سلوكهم الاجتماعي، وعن

طريق تعلم استخدام مدى واسع من المتغيرات المعرفية مثل مهارات حل المشكلات والتعزيز الذاتي (المجالي، 2006، ص 45)

5- التكيف من منظور النظرية المعرفية:

فيما يتعلق بهذه النظرية فإنها لم تعرف موضوع التكيف، ولكن يشير "أليس" Ellis إلى أن الأفراد الذين يتصفون بالتكيّف السوي هم الذين يفكرون بطريقة منطقية وعقلانية وعلمية تمنع ظهور الاضطرابات النفسية (المجالي، 2006، ص 46).

نستنتج من ذلك أن التكيف يعني العلاقة المنسجمة مع البيئة، والتي تمثل القدرة على إشباع أغلب الحاجات وتلبية المتطلبات سواء الفسيولوجية أو الاجتماعية، أو هو التغير الضروري في أنماط السلوك لأجل إشباع الحاجات وتلبية المتطلبات، فإذا عجز الفرد عن التكيف مع البيئة تماما، يصبح في حالة عدم التكيف وقد يكون في ذلك هلاكه، ولكن في الغالب يحقق الفرد تكيف ناجحا، أو على الأقل يحقق شيئا من التكيف، وحيث يكون الفرد غير قادر على التوفيق بينه وبين بيئته الطبيعية والاجتماعية وذلك في حالات معينة فسيؤثر ذلك على حياته الانفعالية، وسلوكه ويولد أنواعا مختلفة من الصراع النفسي.

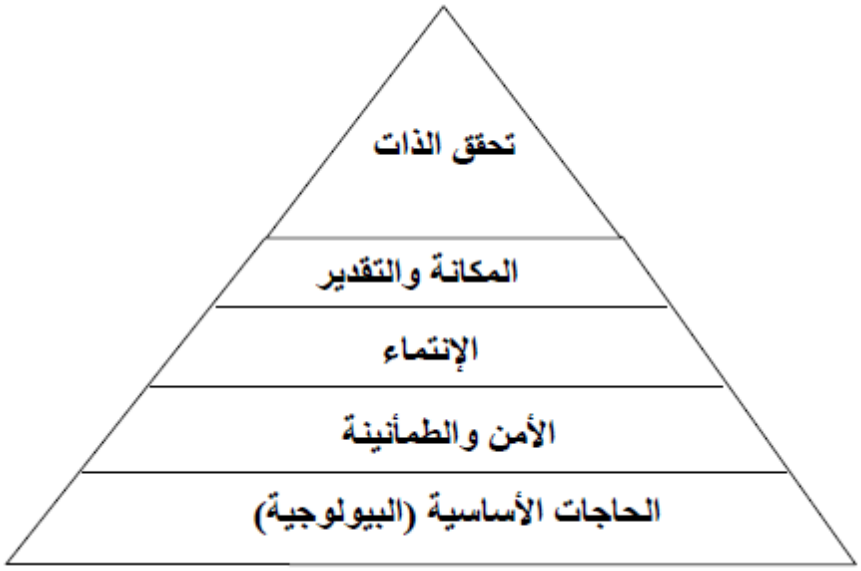
ومن المعلوم أن من أهم الصعوبات التي تواجه طلاب الجامعة، ترتبط بخصائصهم التي يتميزون بها، خاصة بما يحمله من قدرات ومواهب وخيال خصب والمثابرة، ورغم ايجابية هذه الخصائص فإنها تصطدم بالبيئة التي لا تتفهم حاجاتهم ولا توفر الإمكانات اللازمة لتلبية رغباتهم وتنمية قدراتهم، مثل عدم توفر البيئة التعليمية الفعالة لتلبية احتياجات هذه الفئة، والوصول بأفرادها إلى حالة التكيف (النفسي والاجتماعي الأكاديمي).

رابعاً- العوامل المؤثرة في عملية التكيف:

بعد أن تناولنا أهم خصائص عملية التكيف، نأتي هنا لنوضح في هذا العنصر أهم العوامل الأساسية التي تساعد على إيجاد مثل هذا التكيف، ومن أهم هذه العوامل:

- **إشباع الحاجات الأولية والحاجات الشخصية:** ويقصد بالحاجات الأولية الحاجات العضوية أو الفسيولوجية كالحاجة إلى الطعام والجنس والتخلص من فضلات الجسم والحاجة إلى النوم والراحة، وهي حاجات إشباعها ضروري للحياة وبدونها يتعرض الإنسان للهلاك والموت، لذا

فهي حاجات فطرية يولد الفرد مزودا بها. أما الحاجات الشخصية، فهي الحاجات الاجتماعية النفسية كالحاجة إلى الأمن والاستقرار والحاجة للانتماء والحب والتقدير، ما يجعله يحقق ذاته، فعدم الإشباع لمثل هذه الحاجات يعمل على إيجاد حالة من التوتر لدى هذا الشخص (الداهري، 2005، ص 56)، وهذه الحاجات يمكن الإشارة إليها من خلال هرم الحاجات لماسلو كالآتي:



الشكل رقم (1): هرم الحاجات لماسلو

- **العوامل الفيزيولوجية:** وهي كثيرة ببنية الجسم، وما يحمله من استعدادات وأمراض، وبعضها ما يطرأ على الفرد من حوادث تؤثر فيه، فالوراثة تلعب دورا هاما في ذلك، وتنتج العيوب والصفات الوراثية غير المرغوب فيها نتيجة التغيرات التي تحدث في الجينات والكروموزمات مما يؤثر في عملية التكيف ويؤدي لظهور أمراض وراثية.

وهناك عوامل فيزيولوجية متداخلة في التكيف وتعود إلى الغدد ذات الإفراز الداخلي التي تعمل في نمو الفرد وحساسيته وتطور مزاجه، ومن بين العوامل ما يعود إلى صدمات أو إصابات في الرأس أو جهاز من أجهزة الجسم المتعددة (بطرس، 2007، ص105).

- **تعلم مهارات التكيف:** إن عملية التكيف عملية دينامية مستمرة تقتضي التعليم المستمر فيه، ولا شك أن تعلم مهارات التكيف يكون في المراحل المبكرة من عمر الفرد، لذلك فإن التكيف يعتبر محصلة لما مر به الفرد من خبرات وتجارب أثرت في تعلمه الطرق المختلفة التي يشبع بها حاجاته ويتعامل بها مع غيره من الناس (الداهري، 2005، ص 57).

– **درجة تقبل الإنسان لنفسه:** إن التقبل والرضا الذاتي من أهم العوامل التي تؤثر في سلوك الفرد، ففكرة الفرد عن نفسه إذا كانت حسنة، يتخللها الرضا، كانت دافعا له اتجاه العمل والتكيف مع الآخرين والسير والانجاز في مجالات تتفق مع قدراته وإمكانياته، والعكس صحيح، فالفرد الذي لا يتقبل نفسه ولا يشعر بالرضا، يكون معرضا للمواقف الإحباطية والتي يشعر من خلالها بالفشل وعدم التكيف (عطية، 2001، ص 13)

– المسايرة (المسالمة): يعتبر البعض أن التكيف نمط من المسالمة على أساس أن المسالمة من طبيعتها البعد والصراع والتصادم، فالمسألة في رأي هؤلاء هي نوع من التكيف والتوافق يكون على شكل الانقياد للبيئة والتسليم لها خاصة البيئة الثقافية والبيئة الاجتماعية، فالمسايرة أو المسالمة تعني خضوع الفرد للظروف والأحوال التي يعيش فيها كما تتطلب منه أن يعدل أو يغير من اتجاهاته أو مشاعره، والفرد الذي يفشل في المسالمة مع الأنظمة التي تنظم الحياة حوله يعتبر فاشلا في الإسهام بدوره نحو مجتمعه (الهابط، 2003، ص 50).

– **وسائل الإعلام والاتصال:** بعد التطور السريع الذي شهده العالم وخاصة في وسائل الإعلام والاتصال (السينما، التلفزيون، الأنترنت،...) وزيادة الطلب على هذه الوسائل والتعامل معها بشكل مستمر في حياة الإنسان اليومية، وسيزداد تبعا لذلك تنافس القائمين عليها فيها يقدمون برامج أو قصص وليس كل ما يقدم مساعدا على حسن التكيف بل الأصح القول إن في الكثير مما يقدم مصدر للقلق والشذوذ (الداهري، 2005، ص 58).

وهناك عوامل عديدة تؤدي بالفرد إلى سوء التكيف، إلا أن هذه العوامل يختلف تأثيرها على التكيف السيئ من فرد إلى آخر حسب تكوين شخصية الفرد ومن هذه العوامل:

1ً: العوامل الجسمية: لقد ذكرنا فيما سبق أن هناك علاقة وثيقة بين صحة الفرد الجسمية وصحته النفسية، لذا نجد أن سوء الصحة الجسمية سيؤثر بالتالي على سوء صحة الفرد النفسية وسوء تكيفه، ومن بين هذه العوامل نجد: ضعف الجسم وسوء حالة الفرد الصحية، بالشكل العام والعاهات والتشوهات والخلل الذي يصيب الغدد الصماء وغيرها من الغدد.

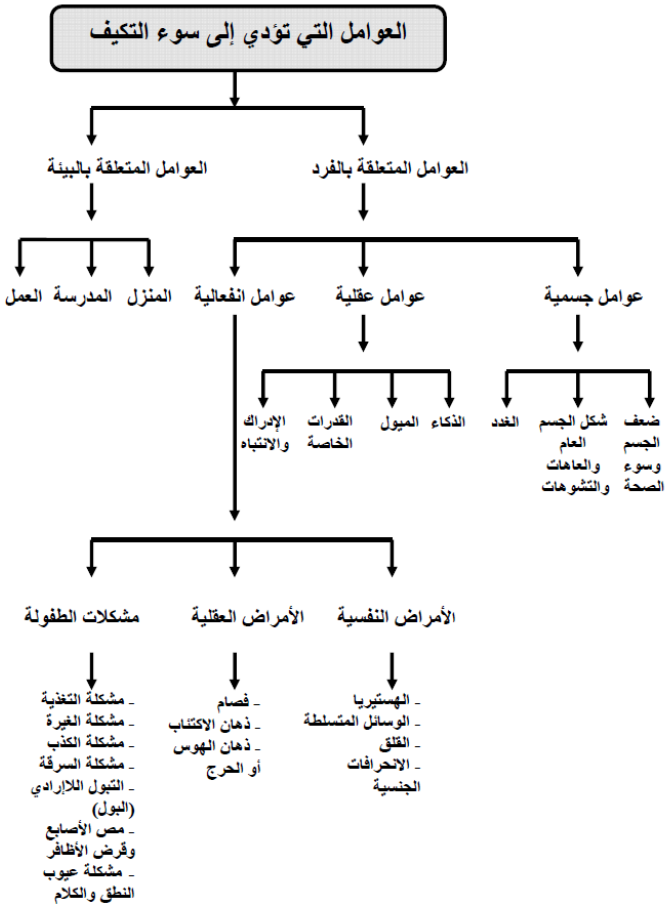
2ً: العوامل العقلية (الذهنية): يتمثل هذا الجانب في القدرات العقلية كالذكاء العام والميول والقدرات الخاصة، كالقدرة اللغوية والقدرة على التصور البصري المكاني، القدرة الموسيقية والقدرة البنيوية، وكذلك العمليات العقلية الأخرى، مثل الإدراك والتفكير والتذكر والانتباه ونذكر بالتفصيل على سبيل المثال:

– الذكاء: لقد ظهر للذكاء تعريفات عديدة تتمحور كلها حول أن الذكاء هو القدرة على الاستبصار والرؤية الكلية الواضحة للأمور التي تساعد الفرد على مجابهة مشاكله وحلها بطريقة سليمة وكذلك تمكينه من التعلم من التجارب والخبرات والاستفادة منها في حياته الخاصة ولما كانت تعريفات الذكاء تدور حول هذه النواحي فيكون واضحا مدى تأثير الذكاء على سلوك الفرد وتكيفه، فالشخص الذي يستطيع أن يواجه مواقف الحياة المختلفة مواجهة سليمة فإن ذلك يساعد على إشباع حاجاته من ناحية وإرضاء الآخرين من ناحية أخرى (الداهري، 2005، ص 64).

– الميول: تلعب الميول دورا كبير في التأثير بشكل كبير على سلوك الفرد وعلى طريقة تكيفه كما تلعب دورا في دفع الشخص للاهتمام والانتباه بصورة مستمرة إلى موضوع معين، ويحاول قدر المستطاع اشباع هذا الميل كمن يميل إلى القراءة، فيجب دائما أن يسعى وراء الكتب والبحث عنها وشرائها وقراءاتها كما يبتعد الفرد عن الأشياء التي يميل إليها (الداهري، 2005، ص 64–65).

نستنتج أن الميل يحدد سلوك الإنسان ويجعله يسلك سلوكا معينا ويتجنب سلوكا آخر وهنا يظهر دور الميل في عملية التكيف فإذا كان يميل إلى أشياء مشروعة ومقبولة واتجه نحوها كان سلوكه حسن التكيف.

– القدرات والاستعدادات: ترتبط عملية التكيف والصحة النفسية بصورة كبيرة مع سيكولوجية الفروق الفردية بصفة عامة والقدرات العقلية بصفة خاصة ويتزايد الاهتمام به في الوقت الحاضر بهدف وضع الفرد في نوع الدراسة ونوع العمل الذي يتناسب مع قدراته حتى يتوافر له من ناحية وإلى رفع مستوى كفاءته من ناحية أخرى.



الشكل رقم (2): العوامل التي تؤدي إلى سوء التكيف

(الهابط، 2003، ص75)

3ً: العوامل النفسية: هناك مجموعة من العوامل النفسية التي ترتبط بشكل كبير بخلق نوع من التكيف والتواؤم والتآلف لدى الفرد في الناحية السيكولوجية في البناء النفسي للفرد، وأن وجود اضطراب في أحد الجوانب النفسية لدى الفرد يعمل على خلق نوع من الاضطراب لدى الفرد في شخصيته، يعمل على زعزعة نمط الشخصية وبخلق مجموعة من الأمراض التي تترك الشخصية بصورة ضعيفة قابلة للتأثر بكل أنواع المؤثرات الخارجية، وتفكيك كل نواحي الشخصية وجعله إنسانا ضعيفًا (الداهري، 2005، ص65).

خامساً- التكيف الأكاديمي والمرحلة الجامعية:

تعد مرحلة الدراسة الجامعية من أكثر مراحل الحياة أهمية، كما لها دور رئيسي في صقل شخصية الطالب وتحديد مستقبله المهني، بالإضافة إلى تزويدها إياه بكم من المهارات العلمية والعملية والشخصية حيث تترك أثرا كبيرا لعقود قادمة. وتحتاج الدراسة الجامعية إلى تضافر العديد من المقومات للنجاح، فالتحديات كثيرة، وتبدو في بعض الأحيان مستحيلة.

- **طبيعة المرحلة الجامعية ومتطلباتها:**

تعد الفترة الانتقالية من مرحلة الدراسة الثانوية إلى مرحلة الدراسة الجامعية من الفترات الحرجة، ويعود السبب الرئيسي في ذلك إلى الفروق الجذرية الشائعة بين المرحلتين من نواح شتى، مثل أسلوب التعلم وكذلك أساليب التدريس وتقييم الطالب، وقد أثبتت العديد من الدراسات أن فرص النجاح في المرحلة الجامعية تزداد بنسبة كبيرة في حالة كون الطالب مهيأ لتلك المرحلة وعلى علم بالفروقات بينها وبين المرحلة الثانوية، وما هو مطلوب منه للتأقلم والانخراط فيها وقد نتج عن ذلك قيام معظم الجامعات باستخدام مقررات تقدم للطلاب المستجدين بالجامعة تعينهم على التكيف والانتقال إلى المرحلة الجامعية عن طريق تعريفهم بالنواحي الرئيسة للدراسة الجامعية وأساليب النجاح (الخثلان وآخرون، 2005، ص4).

ويمكن تلخيص الفروقات الرئيسية بين الدراسة الجامعية والدراسة في المرحلة الثانوية في النقاط التالية:

– تعتمد المرحلة الجامعية بدرجة كبيرة على قدرة الطالب على إدراك مسؤولياته وتحملها بشكل صحيح، والتصرف وفقا للأنظمة والقوانين. ففي المرحلة الثانوية لا يوجد.

– في العادة الكثير من الأنظمة واللّوائح التي ينبغي إتباعها، وإذا وجدت فهناك عادة من يقوم بمتابعة تطبيقها بشكل دائم وصارم سواء من المدرسين أو المشرفين أو الأهل. وعلى النقيض من ذلك تعتمد المرحلة الجامعية على وجود عدد كبير من الأنظمة والتعليمات التي ينبغي على الطالب أن يتعرف عليها أولا، ثم يلتزم بها. ومع أن الرقابة من قبل الجامعة لا تكون عادة شديدة بهدف تعويده على تحمل المسؤولية إلا أن نتائج عدم الالتزام بالأنظمة أو عدم معرفتها تكون في العادة وخيمة على الطالب.

– يعتبر الذهاب إلى المدرسة الثانوية الوسيلة لتلقي الدروس، أما حضور المحاضرات الجامعية يكون بهدف التعلم. وعلى الرغم من أن الفرق بين الحالتين قد لا يبدو واضحا للوهلة الأولى، إلا أن ذلك الفرق جذري، حيث يتمحور حول الدور المطلوب من الطالب في كل من الحالتين. ففي الحالة الأولى– المرحلة الثانوية– يكون الطالب في دور "المتلقي" المعلومات، بينما في الحالة الثانية– المرحلة الجامعية– يكون الطالب في دور "الباحث" عن المعلومات، مما

يعني الحاجة الملحة لوجود الرغبة والعزيمة والمثابرة لمتابعة البحث، وما يتطلبه ذلك من جهد ذاتي دون الاعتماد الكبير على الأساتذة.

– تكون الحصص الدراسية في معظم الأحيان في المرحلة الثانوية مجدولة بشكل متواصل، وبحضور عدد محدود من الطلاب، كما أنه ليس من المتوقع من الطالب التحضير بشكل كبير قبل الحصة الدراسية، أو كتابة الكثير من الملاحظات إثنائها– أما بالنسبة للدراسة الجامعية فإن المحاضرات تمتد على مدار اليوم بشكل متفرق، من الصباح الباكر حتى المساء، وتتخللها في الكثير من الأحيان فترات طويلة من وقت الفراغ التي ينبغي الاستفادة منها بشكل ملائم، كما تتطلب الدراسة الجامعية أيضا التحضير بشكل جيد قبل المحاضرة، وكذلك القدرة والحرص على تدوين الملاحظات الواضحة والمرتبة أثناء الاستماع للمحاضرة.

ومن أهم الفروقات الجذرية بين المرحلتين الجامعية والثانوية، هو مقدار الجهد المطلوب من الطالب خارج الحصة الدراسية، فبينما يكتسب طالب المرحلة الثانوية معظم المعلومات أثناء الحصة الدراسية ولا يحتاج لبذل جهد كبير خارجها، يختلف الوضع تماما بالنسبة للطالب الجامعي، حيث لا تشكل المعلومات التي يتلقاها أثناء المحاضرة إلا جزءا يسيرا من المعلومات التي يحتاج أن يتعلمها، مما يستدعي أن يبذل الطالب جهدا كبيرا للمذاكرة والمراجعة وحل التمارين خارج المحاضرة وبذل مجهود مخفي لكي يتمكن من متابعة دراسته بشكل صحيح. كما تتطلب الدراسة الجامعية أيضا البحث الدائم في المراجع والكتب خارج نطاق الكتب الدراسية المقررة (الخثلان وآخرون، 2005، ص4–5).

- **الطالب والإقامة الجامعية:**

للإقامة في سكن الجامعة، إيجابيات كثيرة تزيد من استقرار الطالب وتفاعله دراسيا واجتماعيا مع المجتمع الجامعي، كما أن له أحيانا نتائج سلبية إذا تعرض الطالب لبعض المشاكل فيه مثل عدم التوافق النفسي أو الاجتماعي مع زميله في السكن بسبب الاختلافات في الطبائع والسلوك أو عدم التوفيق في اختيار الموقع أو الجيرة المناسبة (الخثلان وآخرون، 2005، ص5).

أما الإقامة خارج الجامعة سواء مع الزملاء أو الأسرة، يكون له تبعات سلبية أخرى مثل الانشغال بالمواصلات وتوفير الخدمات اللازمة له، مما يشتت ذهن الطالب وتركيزه.

- **الطالب والأستاذ الجامعي:**

ينبغي للطالب الجامعي أن يتعرف على الدور المختلف الذي يقوم به الأستاذ الجامعي، مقارنة بدور الأساتذة الآخرين، حيث يكون دور الأستاذ الإرشاد والتوجيه بشكل عام، ويقوم بشرح وتوضيح المبادئ العامة لكل موضوع، ومحاوره الرئيسة، وإلقاء المحاضرات، أما العلاقة القائمة بين الأستاذ الجامعي والطالب، فهي بين العلاقات الإنسانية الخاصة والمميزة والتي تقوم على مبادئ العقل والخلق والاحترام، حيث يرى "الصالح مصلح أحمد" (1996) أن العديد من البحوث ركزت على أهمية علاقة الطالب والأستاذ، فقد ذكر معظم الطلبة أن أهم الصفات التي يحبون أن يتصف بها الأستاذ هي أن يقوم اتجاههم بدور المرشد والأب والإنسان والأستاذ، وأن يظهر في علاقته مع الطلبة الود والصداقة والتعاطف، ويهتم بمستقبلهم وحل مشاكلهم ويشاركهم في أنشطتهم (أحمد، 1996، ص 73).

بذلك يساهم الأستاذ في مساعدة الطالب على النمو المتكامل الشامل فكريا ومعرفيا وخلقيا واجتماعيا ونفسيا.

- **الطالب والتقييم الجامعي:**

تتميز المرحلة الجامعية بأسلوبها المختلف من ناحية أساليب تقييم أداء الطالب وطبيعته في الاختبارات التي تعطى في كل مقرر، حيث تتفاوت الأساليب حسب طبيعة كل مقرر، ولكنها في العادة تشتمل على المعايير الآتية: الحضور، والمشاركة الصفية والاختبارات، والتقارير والمشاريع البحثية.

وتتجلى صعوبة تعامل بعض الطلاب مع الاختبارات الجامعية من كون تلك الاختبارات تركز على قياس قدرة الطالب على التحليل والاستنباط والمقارنة، وهي قدرات تعتمد بشكل جذري على الاستيعاب والفهم العميق للمضوع، وليس على الحفظ وتكرار الأفكار (الخثلان وآخرون، 2005، ص5).

سادساً: التكيف الأكاديمي للطالب في الجامعة:

لقد سبق وأن ذكرنا أن عملية التكيف بصورة عامة عبارة عن التفاعل بين الفرد وما لديه من إمكانيات وحاجات من جهة، وبين البيئة وما فيها من خصائص ومتطلبات من جهة أخرى، ويكون الناتج النهائي لهذه العملية هو التكيف الحسن أو التكيف السيئ (جبل، 2000، ص61).

ويظهر التكيف الحسن في شعور الطالب بالرضا والارتياح اتجاه دوره كطالب في الجامعة وانخراطه في مجتمع الجامعة واستمتاعه بدراسته وارتياحه لأساتذته وزملائه كما ينعكس التكيف الحسن في الإنتاجية، أي في أداء المهمات المتضمنة في التعليم الجامعي والتمكن من المعارف والمعلومات والمهارات، الأمر الذي يظهر في النتائج الدراسية التي يحصل عليها الطالب، وفي مستوى نجاحه في الاختبارات والامتحانات وأساليب التقييم التي صممت بشكل يقيس مدى تمكن الطالب من المعارف والمعلومات والمهارات التي يستهدف التدريس تحقيقها لديه.

أما التكيف السيئ للطالب الجامعي، فيظهر في شعور الطالب بعدم الرضا عن دوره كطالب في الجامعة، وهو الأمر الذي يبدو على شكل إحساس بالقلق والتوتر والشعور بالغربة والاكتئاب، وتتراوح هذه الحالة من الاضطراب ما بين عدم التكيف البسيط، وحتى حالات الاضطرابات النفسية الشديدة التي تعيق اتصال الفرد بالواقع، كما يظهر أثار التكيف السيئ في إنتاجية الطالب على شكل تدهور في الأداء التحصيلي وفي نتائج الطالب الدراسية ومعدلاته.

ويتأثر التكيف الأكاديمي للطالب في الجامعة بعوامل متعددة مثل: خبرات طفولته وقدراته العقلية والتحصيلية ومهارته، كما يتأثر بظروف الأسرة التي ينتمي إليها الطالب والمركز الاجتماعي والثقافي والاقتصادي لتلك الأسرة، ويتأثر أيضا بمفهوم الذات لدى الطالب ومدى تقبله وتقديره لذاته ومستوى طموحه وأماله في المستقبل، بالإضافة إلى ذلك فإن تكيف الطالب يتأثر بطبيعة الحياة في الجامعة وما فيها من قواعد وتعليمات ومناهج وعلاقات مع الأساتذة والزملاء، وما تقدمه الجامعة للطالب من خدمات في مجالات التوعية والإرشاد والإعداد للدراسة الجامعية والمساعدة على اختيار التخصص، وبرامج تنمية المهارات الدراسية والاجتماعية التي تساعد على النجاح في التكيف الأكاديمي.

سابعاً: دور الجامعة في تحسين التكيف الأكاديمي للطالب:

يمكن للجامعة أن تتسم في تحسين التكيف الأكاديمي للطالب وتطويره، وذلك من خلال تعريف الطلبة الجدد بالجامعة، وتهيئتهم للدراسة فيها، ومن خلال الإرشاد الأكاديمي والتوجيه والإرشاد النفسي، وتوفير الفرص للطالب للمشاركة في نشاطات متنوعة داخل الجامعة وخارجها، كما أن تقديم التسهيلات المعيشية المتعلقة بالسكن والطعام والمواصلات يمكن أن يخفض من الضغوطات التي يتعرض لها الطالب، وفيما يلي توضيح لدور الجامعة في تحسين التكيف الأكاديمي للطالب:

– برامج تهيئة الطلبة الجدد: ينبغي أن تبدأ برامج تهيئة الطلبة الجدد في وقت مبكر قبل التحاقهم بالجامعة، وتعتبر الزيارات التي تنظمها المدارس للجامعات خطوة أولى في هذا الطريق، وينبغي أن تتم هذه الزيارات بحيث يتعرف طلبة المدارس وخاصة المدارس الثانوية من خلالها إلى مرافق الجامعة المختلفة، والتخصصات التي تقدمها وشروط الالتحاق بالجامعة.

ومن المفيد أن تنظم الجامعات برامج خلال الصيف للطلبة المرشحين للالتحاق بالجامعة، يتعرفون من خلالها على مرافق الجامعة، ويتلقون تدريبات في المهارات الدراسية والاجتماعية التي تحسن من مستوى تكيفهم الأكاديمي، وتعتبر هذه البرامج ضرورية وبشكل خاص للطلبة الذين يأتون من المناطق البعيدة عن الجامعات. وتتضمن التدريبات في مجال المهارات الدراسية في استخدام المكتبة وكتابة البحوث السريعة، أما التدريبات في مجال المهارات الاجتماعية فتضمنت على تدريبات في إقامة العلاقات والتعامل مع الطلبة والأساتذة وتدريبات في مهارات الاتصال كالإصغاء الفعال والمبادرة والتعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية، كما تتضمن تدريبات في تقبل الاختلاف والتعارض في وجهات النظر وحل المشكلات من خلال الأساليب المنطقية والعلمية في التفكير.

كما تتضمن معلومات حول النشاطات المختلفة المتوفرة للطلبة في الجامعة وكيفية الالتحاق بها والإفادة منها.

– الإرشاد الأكاديمي: يمثل الإرشاد الأكاديمي ركنا أساسيا ومحوريا في النظام التعليمي، حيث بعد الاستجابة الموضوعية لمواجهة المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والانسانية في صلب النظام وفلسفته التربوية، علاوة على كونه يستجيب لحاجات الدارس ليتواصل مع التعليم

الجامعي (دليل الإرشاد الأكاديمي، 2008، ص2-3)، ولذلك تقوم الجامعات بتخصيص مرشد لكل مجموعة من الطلبة، والمرشد عادة أستاذ في الجامعة، يقوم بمساعدة الطالب للوصول إلى أفضل تكيف ممكن في الوسط الجامعي، ويتطلب الإرشاد الأكاديمي بهذا المعنى، وجود علاقة بين المرشد والطالب تتسم بالمودة والاحترام، وتسمح للطالب بأن يعبر عن مشكلاته بحرية، كما تساعد المرشد لكي يحدث تعديلات إيجابية في سلوك الطالب ومعلوماته أو اتجاهاته بهدف تحسين مستوى التكيف لديه.

ويخصص المرشد الأكاديمي ساعات محدودة يتواجد فيها في مكتبه تسمى "الساعات المكتبية" تتراوح بين ساعتين وثلاث ساعات أسبوعيا، لاستقبال الطلبة الذين يشرف على إرشادهم، ويلتزم المرشد بالساعات المكتبية التزامه بالمحاضرات التي يدرسها. ويمكن أن يلتزم بها الإرشاد الأكاديمي باستخدام الأسلوب الفردي أي اللقاء بكل طالب على حدة، أو الجمعي أي اللّقاء بمجموعة من الطلبة بحسب حاجات الطلبة. ويوفر الإرشاد الفردي للطالب جوا أكثر خصوصية ويجعل موضوع الإرشاد متناسبا مع قضية الطالب الفردية، أما الإرشاد الجمعي فهو لمتابعة القضايا التي يشترك فيها مجموعة من الطلبة ويتيح الإرشاد الجمعي للطلبة فرصة أكبر للتفاعل والإفادة من خبرات بعضهم، مع وجود توجيه المرشد الأكاديمي، يحتفظ المرشد بملف لكل طالب من طلبته، يتضمن التاريخ التحصيلي للطالب في الجامعة وخطة الدراسة التي تتضمن المساقات وأي معلومات يحتاجها المرشد في توجيهه لطلبته، هذا ويساعد المرشد الطلبة على اتخاذ قرارات حول اختيار التخصص، كما يساعدهم على تنظيم الوقت وتطوير المهارات الدراسية المناسبة، كما تقع على المرشد مسؤولية إحالة الطالب إلى جهات أخرى داخل الجامعة أو خارجها للحصول على خدمات متخصصة، كأن يحيله إلى مركز الإرشاد النفسي أو المنح أو القروض حسب ما يتطلبه الوضع. وتقع على المرشد الأكاديمي مسؤولية أن يكون ملما إلماما كافيا بالأنظمة والقوانين والتعليمات المتعلقة بالجامعة، والمعلومات التي تتعلق بالخطط بالجامعية والمعلومات التي تتعلق بالخطط الدراسية والبرامج الأكاديمية وغيرها. هذا ولابد من أن تتوافر في المرشد الأكاديمي بعض المهارات حتى يستطيع أن يؤدي دوره بدقة ومنها: الإصغاء الفعال، وبذل الجد للمساعدة والحفاظ على المواعيد، وسعة الأفق والمعاصرة والتفاهم والاحترام والديمقراطية والحوار والأسلوب العلمي في حل المشكلات.

– النشاطات الطلابية: تعمل الجامعة من خلال إدارة متخصصة بشؤون الطلبة يطلق عليها في بعض الجامعات عمادة شؤون الطلبة على توفير نشاطات طلابية تلبي حاجات الطلبة في المجالات المختلفة: الدينية والرياضية والاجتماعية والثقافية والفنية والترويحية، وتساعد نوادي النشاط على إيجاد تفاعل إيجابي بين الطلبة، كما تسهم في خفض الضغوطات النفسية لديهم، وتحسن تكيفهم الأكاديمي، ونوعية حياتهم الجامعية.

ولكي تحقق النشاطات الطلابية أهدافها ينبغي أن تكون ممتعة ومفيدة، وتستقطب أكبر عدد من الطلبة، ولا تقتصر على البعض فقط بل تستوعب كل طالب لديه اهتمام في أي مجال من مجالات النشاط.

– التعقيب على محاور الدراسة:

إن المجتمعات العربية تتعرض الى مجموعة من الأخطار الخارجية جراء الانفتاح المعرفي على العالم الخارجي، وتطور وسائله التكنولوجية وعدم وضوح العلاقة بين المحلية والعالمية، إذ أن الآثار الاجتماعية والنفسية التي خلقها غزو الإنترنت تبني أنماطاً حياتية تتميز بالعزلة وضعف التفاعل الإجتماعي وإضعاف قدرة الفرد على القيام بدوره الإجتماعي وتعميق الفجوة بين الأجيال، ويمكننا القول بأن الإغتراب هو نوع من الاضطراب في علاقة الفرد بنفسه والعالم حيث يشعر المرء بأنه غريب منفصل عن واقعه بسبب فقدان المعنى المتمثل بصورة أساسيه في الهدف والقيمة، مما يعطل الحركة الديناميكيه ما بين الذات والواقع.

ويعد الاغتراب النفسي صراع داخلي المنشأ ولاسيما لدى أفراد عينة الدراسة، فأزمة الانتماء او الشعور بالاغتراب هي نوع من الحلول للصراع بين مايتطلع إليه الفرد من المجتمع وما يخشى أن يتعرض له من فشل او رفض، فإن طلبة الجامعة يمثلون الفئة المعول عليها في البناء والتقدم والتطور الحضاري، وقد اتجهت الجامعات في الوقت الحاضر للإهتمام بالأفراد من جميع الجوانب عن طريق ارتباطهم الإيجابي بالمجتمع، حيث يتمكنوا من مواجهة المواقف والمشكلات التي تعترضهم في حياتهم الدراسية والعامة، وبذلك يحققون تكيفهم الأكاديمي الذي يعتبر واحداً من أقوى المؤشرات المتعلقة بصحة الطالب النفسيه، في الحقيقة تجد الباحثه أن تحديد العلاقة بين استخدام الانترنت والاغترب النفسي والتكيف الأكاديمي أمراً ليس باليسير لأن هناك مجموعة من العوامل المتداخلة والمتفاعلة والمؤثرة في تلك المتغيرات.

ومن خلال أدبيات البحث النظرية وبضوء النتائج الاحصائية وتفسيراتها يمكن أن تستنتج الباحثه أن العلاقة بين استخدام الانترنت والاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي علاقة ارتباطيه، وأنها علاقة عكسيه أي كل متغير يؤثر في المتغير الآخر والعكس صحيح، وتعد هذه العلاقة غير ثابته تختلف حسب استخدام الانترنت المرتفع أو المنخفض وحسب شدة الاغتراب إضافة الى خضوعها للفروق الفرديه.

الفصل الثالث
الدراسات السابقة

- تمهيد

أولاً : عرض الدراسات السابقة :

1- الدراسات المحلية

2- الدراسات العربية

3- الدراسات الأجنبية

ثانياً : التعقيب على الدراسات السابقة

ثالثاً : جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة

رابعاً : مكانة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة

- تمهيد:

تناولت الباحثة في هذا الفصل أهم الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الإنترنت والاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى الشباب

أولاً: عرض الدراسات السابقة:

1- الدراسات المحلية:

1. دراسة عباس (2016): سورية

عنوان الدراسة: الاغتراب النفسي وعلاقته بالاتجاه نحو ظاهرة الإرهاب.

أهداف الدراسة: التعرف على حالات الاغتراب النفسي وعلاقتها بالاتجاه نحو ظاهرة الإرهاب. التعرف على اتجاهات الشباب نحو ظاهرة الاغتراب والتعرف على مفهوم الإرهاب والإضرار الناجمة على ظاهرة الإرهاب.

منهج الدراسة: اعتمد على المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة (90) طالباً.

أدوات الدراسة: مقياس الاغتراب النفسي من إعداد (علي، 2008).

أهم نتائج الدراسة:

- وجود علاقة طردية بين الاغتراب النفسي والاتجاه نحو الاتجاه نحو الإرهاب.
- وجود وعي بظاهرة الإرهاب بمستوى عالي .
- وجود تنوع في مفهوم الإرهاب لدى الشباب من الجنسين .
- وعي الشباب من الجنسين بالأضرار الناجمة عن الممارسات الإرهابية.
- تنوع وتعدد وجهات نظر الشباب من الجنسين حول أسباب الإرهاب.

2. دراسة نعيسة (2012): سورية

عنوان الدراسة: الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي.

أهداف الدراسة: الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الشعور بالاغتراب النفسي والأمن النفسي، والكشف عن الفروق بين متوسط درجات طلبة المرحلة الجامعية والدراسات العليا.

منهج الدراسة: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (370) طالباً وطالبة من الطلبة القاطنين في المدينة الجامعية.

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة مقياس الأمن النفسي ومقياس الاغتراب النفسي تبعاً للمتغيرات التالية، الجنسية، المستوى التعليمي لدى طلبة جامعة دمشق القاطنين بالمدينة الجامعية من إعداد فهد عبد الله الدليم وآخرون واستبيان لقياس ظاهرة الاغتراب النفسي من إعداد الباحثة.

أهم نتائج الدراسة:

- وجود اغتراب نفسي لدى طلبة الجامعة بدرجة متوسطة.
- توجد علاقة ارتباطية عكسية سلبية ذات دلالة احصائية بين درجات الطلبة على مقياس الأمن النفسي ودرجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي.
- توجد فروق بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس الأمن النفسي تعزى إلى متغير الجنسية لصالح السوريين.

3. دراسة الحمصي (2009)سوريا

عنوان الدراسة: إدمان الانترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعي دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى إلقاء الضوء على ظاهرة إدمان على الإنترنت وعلاقتها بمهارات التواصل الاجتماعي لدى عينة من طلاب جامعة دمشق، والتعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت ومهارات التواصل الاجتماعي لدى الشباب ومعرفة الفروق بين الإدمان على

الإنترنت تبعاً لمتغير الجنس، معرفة الفروق في الإدمان على الإنترنت تبعاً لمتغير الوضع الاقتصادي ومعرفة الفروق في إدمان على الإنترنت تبعاً لمتغير التخصص العلمي.

عينة الدراسة: اختيرت عينة البحث بطريقة مقصودة لعدد من طلاب جامعة دمشق بمختلف كلياتها وكان حجم العينة 150 من طلاب جامعة دمشق أي 36 إناث، 114 ذكور.

أدوات الدراسة: مقياس إدمان الإنترنت .إعداد: يونغ) 1998 (مقياس العلاقات الاجتماعية .إعداد: الحاج) 2006)

نتائج الدراسة:

- وجود علاقة بين إدمان على الإنترنت ومهارات التواصل الاجتماعي لدى العينة المدروسة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الإنترنت لدى العينة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث.
- لا توجد فروق في الإدمان على الإنترنت لدى العينة تبعاً لمتغير الوضع الاقتصادي .
- لا توجد فروق في الإدمان على الإنترنت لدى العينة تبعاً لمتغير التخصص العلمي.

4. دراسة علي (2008): سورية

عنوان الدراسة: مظاهر الاغتراب لدى الطلبة السوريين في بعض الجامعات المصرية.

أهداف الدراسة: الكشف عن مدى انتشار ظاهرة الاغتراب لدى طلبة السوريين في بعض الجامعات المصرية، واثر كل من متغير الجنس والحالة العائلية والمستوى الدراسي(إجازة – ماجستير – دكتوراه).

منهج الدراسة: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (70) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية.

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة مقياساً للاغتراب ليقيس درجة الشعور بالاغتراب لدى الطلبة السوريين في بعض الجامعات المصرية حيث ضم المقياس الأبعاد الآتية: (اللامعيارية، العزلة الاجتماعية، التمرد، اللاهدف، التشيؤ، العجز، اللامعنى، واغتراب الذات).

أهم نتائج الدراسة: وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بالنسبة للشعور بالاغتراب تعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح طلبة الدكتوراه الأقل اغتراباً.

5. دراسة علي (2007): سورية

عنوان الدراسة: رتب الهوية الاجتماعية والإيديولوجية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة جامعة دمشق.

أهداف الدراسة: تحديد حالات رتب الهوية الاجتماعية والهوية الإيديولوجية (الرتب الخالصة، الرتب الانتقالية، الرتب المنخفضة التحديد) الموجود لدى طلبة الجامعة أفراد العينة. وتحديد حالات الرتب الخالصة للهوية الاجتماعية والإيديولوجية (الإنجاز، التعليق، الانغلاق، التشتت) الموجودة لدى طلبة الجامعة أفراد العينة. وتحديد الفروق بين الرتب الخالصة لكل من الهويتين الاجتماعية والإيديولوجية (الإنجاز، التعليق، الانغلاق، التشتت) لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس والاختصاص الدراسي ومن ثم الفروق فيما بينها في مستوى الشعور بالاغتراب النفسي.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من(410) طالب وطالبة من طلبة السنة الثانية في كليتي التربية والعلوم في جامعة دمشق.

أدوات الدراسة: مقياس موضوعي لرتب هوية الأنا الاجتماعية والإيديولوجية، ومقياس الاغتراب النفسي من إعداد الباحثة.

أهم نتائج الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الرتب الخالصة في الهوية الاجتماعية والإيديولوجية (إنجاز، انغلاق، تشتت) ودرجة الشعور بالاغتراب النفسي العام لدى كل من الذكور والإناث.
- توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين درجة تعليق الهوية الاجتماعية ودرجة الاغتراب النفسي العام لدى الذكور، وبين درجة تعليق الهوية الإيديولوجية ودرجة الاغتراب النفسي العام لدى لإناث.

- وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين رتب الهوية الاجتماعية وبعض أبعاد الاغتراب النفسي القيمية لدى كل من الذكور والإناث.

6. دراسة علي (2006): سورية

عنوان الدراسة: الاغتراب النفسي لدى الطلبة السوريين الذين يدرسون خارجا لجامعات السورية وعلاقته بالمشكلات التي يواجهونها.

أهداف الدراسة: التعرف على مدى انتشار الاغتراب النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية من بينها الجنس، المستوى التعليمي، الحالة العائلية، البلد الذي يدرس فيه الطالب، واللغة التي يدرس بها الطالب، والكشف عن أهم المشكلات التي تواجه هؤلاء الطلبة وعلاقتها بكل من المتغيرات السابقة، وتعرف طبيعة العلاقة الارتباطية بين الشعور بالاغتراب النفسي وهذه المشكلات.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت من (190) طالباً وطالبة من مختلف المراحل الدراسية (إجازة، ماجستير، دكتوراه) يدرسون في جامعات مصر وروسيا وفرنسا.

أدوات الدراسة: استمارة الطالب التي تهدف الحصول على معلومات عن الطالب بخصوص بعض المتغيرات الديمغرافية. مقياس الاغتراب النفسي وهو من إعداد الباحثة. استبيان (ميتشغن Michigan) الدولي لمشكلات الطلاب الأجانب.

أهم نتائج الدراسة:

- وجود فروق دالة إحصائيا في الشعور بالاغتراب بين الطلبة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي وكانت الفروق في صالح طلاب الدكتوراه الذين كانوا الأقل اغتراباً.
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجة الشعور بالاغتراب تبعاً لمتغير الجنس.
- وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين درجة الشعور بالاغتراب ودرجة المشكلات التي يواجهها الطلبة.

7. دراسة موسى عام (2002): سورية

عنوان الدراسة: الاغتراب النفسي لدى طلبة جامعة دمشق وعلاقته بمدى تحقيق حاجاتهم النفسية.

أهداف الدراسة: الكشف عن وجود ظاهرة الاغتراب لدى طلبة جامعة دمشق وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية مثل: (العمر، الجنس، السنة الدراسية، الاختصاص). وهدفت أيضاً إلى معرفة علاقة الشعور بالاغتراب بمدى تحقيق الحاجات النفسية للطلبة وفق المتغيرات السابقة.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة من (568) طالبا وطالبة من بعض كليات جامعة دمشق (الطب، هندسة مدنية، آداب، صحافة).

أدوات الدراسة: مقياس الاغتراب النفسي من إعداد الباحثة. مقياس الحاجات النفسية من إعداد الباحثة.

أهم نتائج الدراسة:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالاغتراب وذلك تبعا لمتغيرات الجنس والسنة الدراسية بينما دلت النتائج على وجود فروق دالة إحصائياً وفقاً لمتغيري العمر والاختصاص حيث بينت أن كلا من الطلبة الأكبر سناً وطلبة الكليات العلمية أقل اغتراباً من الطلبة الأصغر سناً وطلبة الكليات النظرية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لمستوى تحقيق الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة لمتغير الجنس أو متغير العمر أو متغير السنة الدراسية أو متغير الاختصاص.
- يوجد علاقة ارتباطية بين مستوى الشعور بالاغتراب ومستوى تحقيق الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير الجنس أو متغير العمر أو متغير السنة الدراسية أو متغير الاختصاص.

2- الدراسات العربية:

1. دراسة ابريعم(2015):الجزائر

عنوان الدراسة: العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي (دراسة ميدانية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم البواقي)

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى عينة من طلبة جامعة أم البواقي، والفروق بين الجنسين في إدمان الانترنت.

عينة الدراسة: وتكونت عينة الدراسة من(276) طالبا، (96) طالب و(180) طالبة من معظم كليات جامعة أم البواقي.

أدوات الدراسة: وقد تم استخدم مقياسان هما: مقياس إدمان الانترنت، ومقياس الاغتراب النفسي من إعداد الباحثة.

نتائج الدراسة: وكشفت الدراسة عن:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى عينة من طلبة جامعة أم البواقي.
- وجود فروق بين الذكور والإناث من الطلبة في درجة إدمان الانترنت لصالح الذكور.

2. دراسة بو فلجة (2014): الجزائر

عنوان الدراسة: الاتجاه نحو العنف وعلاقته بالاغتراب لدى الشباب في ضوء متغيري الثقافة والجنس.

أهداف الدراسة: كشف العلاقة بين الاتجاه نحو العنف والشعور بالاغتراب في ضوء متغيري الثقافة والجنس لدى طلبة العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة وهران.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (627) طالباً وطالبة من جامعة وهران.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث أداة للكشف عن الاتجاه نحو العنف وأخرى للكشف عن الاغتراب العام من إعداد الباحث.

أهم نتائج الدراسة:

- توجد فروق بين أفراد العينة في الشعور بالاغتراب لدى طلبة جامعة وهران بحسب الجنس وكانت الفروق لصالح الذكور.
- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الاغتراب والاتجاه نحو العنف لدى الشباب.
- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الاغتراب والاتجاه نحو العنف لدى شباب الشمال الذكور.
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الاغتراب والاتجاه نحو العنف لدى إناث الشمال.

3. دراسة الشامي (2014): فلسطين

عنوان الدراسة: مظاهر الاغتراب الاجتماعي لدى الشباب الجامعي الفلسطيني.

أهداف الدراسة: معرفة مظاهر الاغتراب الاجتماعي لدى الشباب الجامعي الفلسطيني.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (469) طالباً وطالبة من جامعة الأقصى.

أدوات الدراسة: مقياس الاغتراب من إعداد الباحث.

أهم نتائج الدراسة:

- إن الدرجة الكلية لمستوى الاغتراب الاجتماعي لدى الشباب الجامعي (عينة الدراسة بلغت 61.3%).
- إن أكثر مظاهر الاغتراب انتشاراً لدى الشباب الفلسطيني (عينة الدراسة) هو العجز وافتقار الى القوة، يليه التمرد الاجتماعي، يليه انعدام المعايير يليه التشيؤ، يليه العزلة الاجتماعية، ثم انعدام المعنى للحياة الاجتماعية.
- إن الذكور أكثر اغتراباً من الإناث في مظاهر الاغتراب (انعدام المعنى للحياة الاجتماعية التمرد، التشيؤ.

4. دراسة عمارة (2013): الجزائر

عنوان الدراسة: الشعور بالاغتراب النفسي والاجتماعي لدى الشباب مستخدم الانترنت

أهداف الدراسة: معرفة مدى الشعور بالاغتراب النفسي والاجتماعي لدى الشباب مستخدم الانترنت بولاية ورقلة.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (250) طالباً من شباب مستخدمي الانترنت.

أهم نتائج الدراسة:

- دلت نتائج الدراسة إلى أن الشباب يشعر بدرجة عالية من الشعور بالاغتراب النفسي والاجتماعي.
- أن هناك فروق جوهرية دالة باختلاف متغيري الجنس لصالح الذكور، والمستوى التعليمي.

5. دراسة كريمة (2012): الجزائر

عنوان الدراسة: الاغتراب النفسي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب الجامعة

أهداف الدراسة: الكشف عن العلاقة القائمة بين الاغتراب النفسي والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، كما تسعى إلى كشف الفروق بين ظاهرة الاغتراب النفسي ودرجة التحصيل الأكاديمي تبعاً للمتغيرات التالية، جنس، مكان الإقامة، نوع الكلية، التخصص.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت من (220) طالباً وطالبة من جامعة مولود معمري بولاية تيزي وزو.

أدوات الدراسة: مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية (لسميرة أبكر) واختبار التكيف الأكاديمي (لهذي بورو).

أهم نتائج الدراسة:

- وجود علاقة ارتباطية سالبة بين ظاهرة الاغتراب النفسي ودرجة التحصيل الأكاديمي مما يدل على أنه كلما زاد الاغتراب النفسي كلما قل التحصيل لدى طلاب الجامعة.

- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في متغير الكلية ولصالح طلاب كلية العلوم.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح طلاب تخصص اللغة الانكليزية.

6. دراسة إسلام عبد القادر عبد القادر أبو هدى (2011): مصر

عنوان الدراسة: استخدام طلاب الجامعة للإنترنت والاغتراب لديهم"

هدف الدراسة: هدفت الدراسة للتعرف على"استخدام طلاب الجامعة للإنترنت والاغتراب لديهم" وقد ركزت الدراسة على شريحة طلاب الجامعة والتعرف على دوافعهم نحو استخدام الإنترنت ومستويات الاغتراب لديهم.

عينة الدراسة: عينة قوامها 400 طالب من الكليات العلمية والنظرية.

أدوات الدراسة: طبق عليهم مقياس دوافع إستخدام الإنترنت والاغتراب وأبعاده لعبد اللطيف بن خليفة 2005.

نتائج الدراسة:

- معظم أفراد العينة يستخدمون الإنترنت بإفراط.
- أن حوالي 63.1% من إجمالي أفراد العينة مغتربين وجاء الشعور بالتمرد أعلى الأبعاد بنسبة 80.2% ويليه اللامعيارية والعزلة.

7. دراسة إبراهيم (2011): العراق

عنوان الدراسة: الاغتراب النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طالبات الأقسام الداخلية في جامعة بغداد.

أهداف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين الاغتراب والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات الأقسام الداخلية في جامعة بغداد، كما هدف إلى معرفة الفروق في درجتي الاغتراب والوحدة النفسية بين الطالبات في الاختصاصات العلمية والإنسانية.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (50) طالبة من طالبات الأقسام الداخلية في جامعة بغداد.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث مقياس الاغتراب لثناء يوسف الضبع (2004) ومقياس الشعور بالوحدة النفسية لراسيل(1996).

أهم نتائج الدراسة:

- وجود علاقة ارتباط بين الاغتراب النفسي والوحدة النفسية لدى طالبات الأقسام الداخلية في جامعة بغداد.
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في درجات الاغتراب ودرجات الوحدة النفسية بين طالبات الاختصاصات العلمية والاختصاصات الإنسانية.

8. دراسة الصباطي وآخرون (2010):السعودية

عنوان الدراسة: إدمان الإنترنت ودوافع استخدامه في علاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى معرفة إدمان الإنترنت ودوافع استخدامه في علاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة.

أدوات الدراسة: وتم إختبار صحة الفروض بتطبيق مقاييس الإدمان على الإنترنت ودوافع الإستخدام والتفاعل الاجتماعي.

عينة الدراسة: تكونت العينة من 200 طالب.

نتائج الدراسة:

- هناك فروق بين الذكور والإناث في إدمان الإنترنت والتفاعل الاجتماعي وكذا في العلاقة بينهما.

9. دراسة حسن (2009): مصر

عنوان الدراسة: أثر الانترنت في الاغتراب الاجتماعي لدى الشباب المصري، دراسة ميدانية على عينة من الشباب الجامعيين.

هدف الدراسة: التعرف إلى أي مدى يمكن إعتبار إستخدام الإنترنت غير مرشد من جانب الشباب المصري الجامعي من أهم أسباب الاغتراب لديهم؟

عينة الدراسة: شملت الدراسة عينة تقدر بـ 450 طالب وطالبة من الجامعات المصرية، نتائج الدراسة:

ارتفاع نسبة الاغتراب لدى طلاب الجامعة حيث بلغ حوالي 84.67 منهم يعانون من الاغتراب.

وجود علاقة بين كل من (كثافة الإستخدام، نوع الكلية، دوافع الإستخدام، المستوى الاقتصادي والاجتماعي، الجنس) وبين درجة الشعور بالاغتراب.

10. دراسة الصنعاني (2009): اليمن

عنوان الدراسة: العلاقة بين الاغتراب النفسي وأساليب المعاملة الوالدية

أهدف الدراسة: قياس كل من الاغتراب النفسي، وأساليب المعاملة الوالدية.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (145) طالباً وطالبة.

أدوات الدراسة: مقياس الاغتراب النفسي، إعداد شادي أبو سعود (2004).

أهم نتائج الدراسة: وجود فروق دالة احصائياً في الاغتراب النفسي بين الطلبة وفقاً لمتغير المحافظة لصالح الطلبة القادمين من المحافظات الأخرى الى العاصمة، كما أظهرت عدم وجود فروق وفقاً لمتغير العمر لصالح الأكبر عمرا.

11. دراسة "محمد بني خالد" (2009): الأردن

عنوان الدراسة:التكيف الأكاديمي والكفاءةالذاتية لدى عينة من طلبة جامعة آل البيت

هدف الدراسة: هدفت إلى معرفة العلاقة بين التكيف الأكاديمي والكفاءة الذاتية العامة لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت (الأردن).

منهج الدراسة: المنهج الوصفي

نتائج الدراسة :

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد عينة الدراسة في التكيف الأكاديمي تعزى لجنس الطالب أو المستوى الدراسي، أو التفاعل بينهما.

وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين التكيف الأكاديمي والكفاءة الذاتية العامة لدى أفراد عينة الدراسة.

12. دراسة المحمداوي (2007): العراق

عنوان الدراسة: العلاقة بين الاغتراب والتوافق النفسي للجالية العراقية في السويد.

أهداف الدراسة: الكشف عن مدى انتشار ظاهرة الاغتراب لدى طلبة العراقيين في بعض الجامعات بالسويد، وأثر كل من متغير الجنس والحالة العائلية والمستوى الدراسي (إجازة – ماجستير – دكتوراه)

منهج الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: أجريت هذه الدراسة على عينة من العراقيين المقيمين في السويد والتي بلغ قوامها (300) فرداً من مناطق مختلفة من السويد والمحافظات والتي تعد من أكثر المناطق التي يتمركز العراقيون فيها في بلد السويد.

أدوات الدراسة: مقياس الاغتراب من (إعدادا لباحث)، مقياس عن التوافق النفسي من إعداد (الخامري، 1996)

أهم نتائج الدراسة:

- هناك علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب والتوافق النفسي.
- وجودفروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب وفق متغير الجنس ولصالح الذكور، ومتغير الحالة الاجتماعية ولصالح العازب.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب تبعاً لمتغير العمر الزمني ولصالح الفئة العمرية الصغيرة، وفق متغير عدد سنوات الغربة لصالح الفترة الزمنية القصيرة.
- وجودفروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالاغتراب وفق متغير التحصيل الدراسي ولصالح ذوي التحصيل الدراسي المنخفض.

13. دراسة كتلو (2007): فلسطين

عنوان الدراسة: الاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي الفلسطيني وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية.

أهدف الدراسة: معرفة درجة الاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي. ومعرفة الفروق في الاغتراب تعزى للجنس، العمر، الجامعة.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (401) طالباً وطالبة من الجامعات الفلسطينية.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث مقياس الاغتراب النفسي من إعداده.

أهم نتائج الدراسة:

- إن الشباب الفلسطيني يعانون الاغتراب بدرجة متوسطة، وكان أكثر أبعاد الاغتراب انتشاراً الشعور بالعجز.
- وجود فروق في الاغتراب تعزى لمتغير العمر لصالح الشباب من فئة العمر 19 فما دون.
- وجود فروق في ظاهرة الاغتراب تعزى لمتغير الجنس، فقد اتضح أن الذكور أكثر شعوراً بالاغتراب من الإناث.

14. دراسة محمد بكير (2006): مصر

عنوان الدراسة: العلاقة بين تعرض الشباب لوسائل الإتصال الحديثةوبين الاغتراب لديهم

هدف الدراسة: هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين تعرض الشباب لوسائل الإتصال الحديثة (الإنترنت – القنوات الفضائية – الهاتف المحمول) وبين الاغتراب لديهم.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي

عينة الدراسة: وطبق على عينة قوامها 400 فرد تم توزيعهم بالتساوي بين الذكور والإناث.

نتائج الدراسة :

- وجودعلاقة دالة إحصائياً بين كثافة استخدام الشباب الجامعي للانترنت والقنوات الفضائية وبين شعورهم بالاغتراب.
- هناك علاقة دالة بين دوافع استخدام الإنترنت والطقوس النفعية لديهم.
- هناك علاقة دالة في درجات الاغتراب وبين الشباب الجامعي المصري مستخدمي الوسائل الحديث وفقاً لخصائصهم الديمغرافية.

15. دراسة مخلوف وبنات (2006): القدس

عنوان الدراسة: ظاهرة الاغتراب لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة وعلاقتها ببعض المتغيرات

أهدف الدراسة: التعرف إلى درجة شيوع ظاهرة الاغتراب لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة وعلاقتها ببعض المتغيرات الجنس، التحصيل، مكان السكن.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (2025) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة المسجلين في العام الدراسي (2004-2005).

أدوات الدراسة: مقياس الاغتراب من إعداد الباحث.

أهم نتائج الدراسة:

- شيوع ظاهرة الاغتراب لدى طلبة الجامعة بدرجة متوسطة، وقد كان أكثر أبعاد الاغتراب انتشاراً بين الطلبة الشعور بفقدان القيم الاجتماعية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في درجة شيوع ظاهرة الاغتراب لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير الجنس، ولمتغير الحالة الاجتماعية، ولمتغير مستوى التحصيل الدراسي. ولمتغير البرنامج الأكاديمي، ولمتغير العلاقة بقوة العمل.
- عدم وجود علاقة بين درجة التدين ودرجة شيوع ظاهرة الاغتراب لدى الطلبة.
- عدم وجود علاقة بين درجة شيوع الاغتراب وبين المعدل التراكمي لمعدلات التحصيل

16. دراسة العقيلي(2004): السعودية

عنوان الدراسة: الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود.

أهداف الدراسة: تعرف العلاقة بين الاغتراب والأمن النفسي. ومعرفة أثر الاغتراب على مستوى التحصيل

منهج الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي.

أدوات الدراسة: مقياس الأمن النفسي من إعداد(الدليم وآخرين)، ومقياس الاغتراب النفسي من (إعداد أبكر).

عينة الدراسة: تكونت من(517) طالباً من جامعة الإمام محمد بن سعود.

أهم نتائج الدراسة:

- وجود علاقة سالبة عكسية دالة إحصائياً بين ظاهرة الاغتراب النفسي والأمن النفسي
- هناك علاقة دالة احصائياً بين زيادة الشعور بالاغتراب وانخفاض التحصيل.

17. دراسة خليفة (2002): الكويت

عنوان الدراسة: الاغتراب وعلاقته بالمفارقة القيمية لدى عينة من طلاب الجامعة.

أهدف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين الاغتراب والمفارقة لدى عينة من الطلاب الكويتيين.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (448) طالباً وطالبة.

أدوات الدراسة: قام الباحث بإعداد مقياس للاغتراب ومقياس للمفارقة القيمية وقد تم اختبار صلاحيتهما السكومترية.

أهم نتائج الدراسة:

- وجود فروق بين الذكور والإناث في متغيرات الاغتراب إلا في العجز، وكانت الإناث أكثر عجزاً من الذكور.

- وجود فروق دالة بالمفارقة لصالح الإناث.
- وجود ارتباطات دالة بين متغيرات الاغتراب والمفارقة.

18. دراسة السرحان (2000): الأردن

عنوان الدراسة: العلاقة بين سمات الشخصية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة آل البيت.

هدف الدراسة: تعرف العلاقة بين السمات الشخصية والتكيّف الأكاديمي لدى طلبة جامعة آل البيت.

عينة الدراسة: تكونت من (480) طالباً وطالبة.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث مقياس سمات الشخصية من إعداده واستبيان للتكيف الأكاديمي الذي أعده فايز الحديدي

نتائج الدراسة: أظهرت وجود علاقة ارتباطية دالة بين السمات الشخصية والتكيّف الأكاديمي

19. دراسة الصباطي (1997): السعودية

هدفت دراسته إلى التعرف على التكيف الدراسي لدى الطلبة والطالبات السعوديين والمصريين.

عينة الدراسة: حيث شملت عينة الدراسة (172) طالبا وطالبة.

نتائج الدراسة :

- تفوق الإناث على الذكور في التكيف الدراسي، وأن الطلاب المتزوجين أفضل من الطلاب غير المتزوجين في القدرة على التكيف الدراسي.
- توجد فروق في عملية التكيف الدراسي تعزى لمتغيرات التخصص والعمر.

20. دراسة الحديدي (1990): الأردن

عنوان الدراسة: مظاهر الاغتراب وعامله لدى طلبة الجامعة الأردنية.

هدف الدراسة: تعرف ظاهرة الاغتراب وعوامله لدى طلبة الجامعة الأردنية.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (275) طالباً وطالبة.

أدوات الدراسة: أعد الباحث استبيان من جزئيين أحدهما لقياس النسق الاجتماعي والثاني لقياس النسق التعليمي، وتكون كل جزء من ستة أبعاد تمثل الاغتراب وهي (فقدان المعايير، الانعزال الاجتماعي، فقدان السيطرة، اللامبالاة، عدم الانتماء وفقدان المعنى)

نتائج الدراسة:

- انتشار ظاهرة الاغتراب لدى أفراد العينة.
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الاغتراب بالنسبة للجنس.
- وجود فروق دالة إحصائياً لانتشار ظاهرة الاغتراب بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي، وذلك لصالح طلبة السنة الأولى،أن طلبة الكليات العلمية يعانون من الاغتراب أكثر من طلبة الكليات الإنسانية.

21. دراسة أبو طالب(1979) عمان:

عنوان الدراسة: أنماط التكيف الأكاديمي عند طلبة الكلية العربية بعمان

هدف الدراسة:هدفت الدراسة إلى قياس ستة (06) جوانب محددة من التكيف هي: التكيف المنهجي، نضج الأهداف، مستوى الطموح، الصحة النفسية، الفعالية الشخصية في التخطيط واستغلال الوقت، العلاقات الشخصية والاجتماعية مع الرفاق والأساتذة.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (900) طالبا وطالبة.

نتائج الدراسة:

- بالنسبة لعلاقة التكيف الأكاديمي بنوعية التخصصات الدراسية المختلفة في الكلية، فقد تبين أن طلبة تخصص المهن الهندسية أكثر تكيفا ثم طلبة تخصص المهن التجارية.
- لم يتضح فرق ذي دلالة بين المتفرغين كليا للدراسة، وبين المتفرغين جزئيا لها، من حيث تكيفهم العام.
- أما بالنسبة للمتغير الجنسي فلم تظهر فروق ذات دلالة بين أداء الذكور والإناث.

22. دراسة بكر(1979):العراق

عنوان الدراسة: مفهوم الذات والاغتراب لدى طلبة الجامعة

هدف الدراسة:هدفت إلى قياس مفهوم الذات والإغتراب لدى طلبة الجامعة،، والتعرف على العلاقة بين هذين المتغيرين لدى طلبة الجامعة بشكل عام ولدى الجنسين.

عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة (299) طالبا وطالبة من الصفوف الثالثة والرابعة في الجامعة المستنصرية.

نتائج الدراسة

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور، بأنهم أكثر فهما لذواتهم من الإناث.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الاغتراب النفسي.
- وجود نزعة لدى الإناث إلى الإغتراب بدرجة أكبر مما عليه عند الذكور.

3- الدراسات الأجنبية:

1. دراسة لاروس؛ وآخرون (Larose, et al, 2006) :أميريكا

عنوان الدراسة: معتقدات الكفاءة الذاتية في مسارات العلوم خلال الانتقال في الكلية والتكيف الأكاديمي والمهني في مجال العلم وبرامج تكنولوجيا في أمريكا.

"Trajectories of science self-efficacy beliefs during the college transition and academic and vocational adjustment in science and technology programs "

هدف الدراسة: هدفت إلى التعرف على الارتباطات بين معتقدات الكفاءة الذاتية لنمو الطلبة، والتكيف الأكاديمي في جامعة لويزيانا الأمريكية.

عينة الدراسة: تكونت العينة من (411) طالباً وطالبةً.

نتائج الدراسة:

- أن (50%) من طلبة اتسموا بكفاءة ذاتية عالية ومستقرة، بينما واجه (20%) من الطلبة زيادة في اعتقادات الكفاءة الذاتية، أما (30%) من الطلبة فقد تراجعوا في الكفاءة الذاتية، وقد حققن الإناث أفضلية في الكفاءة الذاتية.
- أن طلبة التخصصات العلمية قد أظهروا تفوق على طلبة التخصصات الأدبية في التكيف الأكاديمي.

2. دراسة كانوال (2002): الهند

Addiction to use the Internet and the most important problems resulting from Internet addiction

عنوان الدراسة: إدمان طلبة المدارس على استخدام الإنترنت، وأهم المشكلات الناجمة عن إدمان الإنترنت.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى إدمان طلبة المدارس على استخدام الإنترنت، وأهم المشكلات الناجمة عن إدمان الإنترنت.

عينة الدراسة: تم إجراء تحقيق أولي لمدى 18 الذكور و16 من الإناث في الهند.

أدوات الدراسة: وتم استخدام انتشار إدمان الإنترنت في أطفال المدارس مقياس لتقييم حالات مرضى الإنترنت، وتم تحديد مجموعتين معتمدتين وغير معتمدتين.

نتائج الدراسة:

أن 65% من الطلبة مدمنين الإنترنت، وأن هناك تأخير أعمال نتيجة لقضاء الوقت على الإنترنت، وفقدان النوم، بسبب عمليات تسجيل الدخول في وقت متأخر من الليل، ويشعرون بأن الحياة ستكون مملة من دون الإنترنت.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور وبشكل مفرط، وعلى مقياس الشعور بالوحدة.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الشعور بالعزلة الاجتماعية الناجمة عن إدمان الإنترنت وذلك لصالح الإناث المستخدمات بإفراط.

3. دراسة اندرسون (Anderson, k. j, 2001): كندا

Internet use among college students, An exploratory study

عنوان الدراسة: تقييم ظاهرة استخدام الانترنت لدى طلاب الجامعات.

هدف الدراسة: تحديد الآثار الاجتماعية والأكاديمية التي يؤدي إليها استخدام الانترنت على الطلاب وبخاصة أولئك الذين يستخدمون الانترنت لفترات طويلة قد تتعارض مع النواحي الأخرى في حياتهم.

عينة الدراسة: تكونت من (1300) طالب جامعي من (8) مؤسسات أكاديمية.

نتائج الدراسة:

- أن (10 %) من أفراد العينة يستخدمون الانترنت بصورة كبيرة كما أظهرت تعلقهم بالإنترنت.
- أن الاستخدام الطويل للإنترنت قد أصبح بديلاً عن أنشطة اجتماعية أخرى؛ مما أدى إلى انخفاض المشاركة الاجتماعية، وانخفاض عدد ساعات النوم واضطراب مواعيده، وزيادة في الشعور بالوحدة والاكتئاب.
- أن أغلب أفراد الدراسة الذين يعانون من عدم الاستقلالية والتبعية للإنترنت هم من الذكور ومن أصحاب الاختصاصات العلمية الصعبة.

4. دراسة ريمي (Remy, S, 2000) . أمريكا:

The relationship of internet use and the growing of psychological and social identity

عنوان الدراسة: الاتصال عبر الكمبيوتر واستخدام الإنترنت وعلاقته بنمو الهوية النفسية والاجتماعية للطلاب الجامعيين.

هدف الدراسة: فحص العلاقة بين الاتصال عبر الكمبيوتر واستخدام الإنترنت ونمو الهوية النفسية والاجتماعية للطلاب في الجامعة في ولاية (المسيسبي).

عينة الدراسة: وقامت على عينة قوامها (417) طالباً تم تطبيق أدوات الدراسة عليهم وهي: مقياس سلوك إدمان الإنترنت الذي قدمه "برينر" (Brenner, 1997) لتحديد مستوى

الطلاب من التواصل عبر الكمبيوتر واستخدام الإنترنت، واستبيان المهمة النمائية وأسلوب حياة الطالب لـ (Winston et al, 1987) لقياس نمو الهوية النفسية والاجتماعية.

نتائج الدارسة: توصلت إلى أن هناك علاقة عكسية بين استخدام الطلاب للتواصل عبر الكمبيوتر واستخدام الإنترنت ودرجاتهم على مقياس نمو الهوية النفسية والاجتماعية.

5. دراسة يانج (Young, K, 1996) :أميريكا

Internet can be as Addicting as Alcohol, drugs and gambling

عنوان الدراسة: إدمان الإنترنت الناجم عن الاستخدام المتكرر ولفترات طويلة من الوقت.

هدف الدراسة: تعرف إدمان الإنترنت الناجم عن الاستخدام المتكرر.

عينة الدراسة: بلغ عدد أفرادها (496) متطوعاً.

نتائج الدراسة:

- أن أغلبية المدمنين على الإنترنت كن من السيدات في متوسط العمر، وعاطلين عن العمل من كلا الجنسين، وصفت الباحثة إدمان الإنترنت بأنها ظاهرة خطيرة للغاية، إذ بسببها يخسر الكثير من الأشخاص: وظائفهم، أو أصدقائهم، أو أزواجهم، ويطرد بعض الطلبة من مدارسهم وجامعاتهم، ويقلل من تفاعلهم وتكيفهم الاجتماعي، كما وصفتها الباحثة بأنها خلل في دوافع التحكم، تحدث دون دخول أي مادة مسكرة إلى الجسم.

6. دراسة كنلستون" (Knelston, 1964): اميريكيا

Causes of psychological alienation among American youth

عنوان الدراسة: أسباب الإغتراب النفسي لدى الشباب الأمريكي.

هدف الدراسة: هدفت إلى البحث في أسباب إغتراب الشباب الأمريكي، وعدم إغتراب بعضهم الآخرين، على الرغم من أن هؤلاء الطلبة يعيشون في مجتمع يتصف بالوفرة والرفاهية في كل شيء، ويتمتعون بأفضل فرص تعليمية.

عينة الدراسة: وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب من جامعة "هارفارد" يمثلون مختلف التخصصات.

نتائج الدراسة:

- أن الشعور بعدم الثقة يعد مظهرا أوليا لمظاهر الإغتراب النفسي، فيشعر الطلبة المغتربون بالقلق والإكتئاب والعدوانية، ويصاحبه إحساس قوي بالرفض لمعطيات المجتمع وثقافتة، وتصبح الألفة مع الآخرين مستحيلة.
- أن الطلبة غير مغتربين يتصفون بالتكيف والإستقرار.
- مصادر الاغتراب معقدة جدا ولكنه يردها إلى الذات بوصفها العامل الأساسي وراء الإغتراب.
- أن الإغتراب قائم على الإختيار أكثر من كونه مفروضا من قبل المجتمع.

7. دراسة "لوم" (Lum. M, 1960): أميريكيا

Level of academic achievement, social adjustment and behavioral attitudes towards the university

عنوان الدراسة: مستوى التحصيل والتكيف الاجتماعي والاتجاهات السلوكية نحو الجامعة

هدف الدراسة: التعرف إلى العلاقة بين مستوى التحصيل الدراسي والتكيف الاجتماعي والاتجاهات السلوكية نحو الجامعة.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (60) طالبا، من ثلاثة مستويات تحصيلية: مرتفع، متوسط ومنخفض من جامعة "هاواي" الأمريكية.

نتائج الدراسة:

- ارتباط التحصيل الدراسي المرتفع مع الاتجاهات السلوكية الإيجابية نحو الجامعة والتكيف الحسن.

ارتباط التحصيل الدراسي المنخفض بالاتجاهات السلبية نحو الجامعة والتكيف السيئ (نقلا عن ناصر، 2006، ص 63).

ثانياً: التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال العرض المتقدم للدراسات السابقة إجمالا، يتبين لنا أن مفهوم الاغتراب يعد مفهوماً مرناً وغير محدد المحتوى، وليس بطاهرة أحادية بل متعددة الأبعاد وهو بالتالي مفهوم واسع الإنتشار وذو ثراء غير محدود في أبعاده ومكوناته، ولكن ما يمكن ملاحظته بأنه وعلى الرغم من التناول المسهب لهذا المفهوم على الصعيدين الغربي والعربي، لا ا زل هذا المصطلح يلفه الغموض نوعا ما، ذلك لأنه ترعرع ونمى في أحضان الفلسفة في البداية ثم نمى وتطور في بيئة علم النفس، ونتيجة تعدد أدوات القياس التي استخدمت لقياسه من اختبارات ومقابلات شخصية أن ينبثق عنها لا محالة تعريف ومفاهيم كثيرة، حيث يعبر عن البعض بالأنانية وعدم الثقة والتشاؤم تارة وبالاغتراب عن النفس، الدين، الحياة والثقافة تارة أخرى وعبروا عنه بالعجز واللامعيارية، اللامعني، والعزلة الاجتماعية تارة أخرى مما أدى إلى صعوبة الوصول إلي مفهوم أو الاتفاق على تعريف محدد من قّبل الباحثين.

مجمل الدراسات السابقة أجريت على الطلاب الجامعة في بيئات عربية وأجنبية ويرجع إلى اعتبار طلاب الجامعة هم الأكثر وعيا والأفضل استجابة لمضامين البحث العلمي وأهدافه، ولكن هذا لا يلغي دور الشرائح الاجتماعية الآخرى، "فالجامعات في الوقت الحاضر لم يعد عملها مقتصراً على تعريف الطلبة بالمعلومات والمعارف والحقائق، بل اتجهت إلى الاهتمام بالفرد من جميع جوانبه، عن طريق ارتباطهم الإيجابي بالمجتمع، حتى يتمكنوا من مواجهة المواقف والمشكلات التي تعترضهم في حياتهم الدراسية والعامة، وبالتالي يحققون تكيفهم الأكاديمي.

-يلاحظ في الدراسات السابقة المدرجة ندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين الشعور الاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي وادمان على الإنترنت، مما ا زدنا فضول للبحث والتقصي عن الظاهرة لدى الشباب السوري.

-عند تسليط الضوء على نتائج الدراسات السابقة والخاصة بالمتغيرات(الجنس، السن، المستوي التعليمي، الحالة الاجتماعية...(نلاحظ أن هناك تباين واختلاف في نتائج هذه الدراسات مرة واتفاق مرة أخرى، ونرجع هذا الاتفاق وتباين إلى عوامل عديدة منها طبيعة وحجم العينة المختارة ومدى تمثيلها للمجتمع الأصلي وكذلك إلى الزمان والبيئة السوسيولوجية وثقافية وبالطبع يكون أثرها فعال في تحديد استجابات الأفراد وهذا بدوره ينعكس على النتائج المستوفاة.

-بالإضافة إلي أن بعض الدارسات تناولت الاغتراب بكل أبعاده وأخري بعض أبعاده تبعا للفروض التي تخدم البحث وبناءا على الأهداف المراد التوصل إليها.

ومن جهة أخرى:

-يعد العالم وخاصة العالم العربي كمجتمع مستهلك لتكنولوجيا لا منتج لها، مما يعرضه إلى مجموعة من تحديات والمخاطر يفرضها عليه واقع الاستهلاك مما يستلزم أخذ الحيطة والحذر وخصوصا فيما يتعلق بالنواحي النفسية والاجتماعية.

-المجتمع يحتاج إلي إعادة صياغة الأساليب التربوية والمجتمعية بما يناسب متطلبات العصر وبما لا ينفى العادات والتقاليد من جهة أخرى.

-إدمان الإنترنت هو حالة مرضية تتضمن مرض ينطوي على العديد من الأفكار اللاعقلانية التي تتطلب المساعدة.

-أن المدمن على الإنترنت يشعر بالذنب والتقصير في أداء واجباته والشعور بالإحباط عند الانتقال إلى العالم الافتراضي والإحساس بالوحدة نتيجة بعده عن البيئة الاجتماعية مما يؤثر على أدائه، وفي الأخير ومن خلال العرض الوافي إلى حد ما للدراسات السابقة التي تناولت التكيف الأكاديمي والاغتراب واستخدام الإنترنت بالبحث والدراسة مما يؤكد أهمية الموضوع وأهمية الدراسة الحالية، بالإضافة إلي تحديد انتشار مشاعر الاغتراب النفسي بأبعاده لدى الشباب المستخدم لإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات مثل الجنس، التخصص العلمي.

- أهم ما استخلص من الدراسات السابقة:

-من حيث الأهداف:

تنوعت الأهداف للدراسات السابقة بحيث ركزت بشكل أساسي على التعرف على الظواهر المدروسة بمجالات مختلفة.

-الكشف عن المصادر المسببة لتلك الظواهر، ومحاولة قياسها ومعرفة شيوعها في ضوء عدد من المتغيرات مثل(الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي، مستوى التحصيل الدراسي... الخ).

-التعرف على مدى الشعور بالاغتراب النفسي لدى الشباب مستخدمي الانترنيت ومدى شيوع التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

-من حيث العينات:

تنوعت عينات الدراسات واختلفت من حيث الحجم والمواصفات التعليمية والاجتماعية والمهنة وغيرها، وقد تألفت في بعض الدراسات من اعداد متوسطة الحجم وأخرى ذات عينات صغيرة مثل دراسة كانوال(2002)والؤلفة من(18ذكورو16 اناث)ودراسة علي (2008)المؤلفة من (70) طالبا"وطالبةو قد تألفت من أعداد كبيرة نسبيا" مثل دراسة العقيلي (2004)المؤلفة من (517)طالباً ودراسة الشامي(2012) المؤلفة من من (469)

-من حيث الأدوات: تم استخدام العديد من الأدوات، وتنوعت بتنوع متغيرات الدراسات وأهدافها فعضها قام الباحث بإعدادها بما يتلائم مع طبيعة دراسته، وفي بعضها الآخرتم استخدام أدوات لباحثين آخرين اضافة إلى استخدام مقاييس وأدوات أجنبية بعد أن عربت وأجريت عليها معايير الصدق والثبات بمايتلائم مع بيئة الدراسة

- من حيث المنهج:

ساد المنهج الوصفي بأنواعه التحليلي، الارتباط المسحي في معظم الدراسات.

ثالثاً: جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة:

اسهمت الدراسات السابقة في دعم احساس الباحثة بمشكلة البحث وأهميتها وفي اثراء معلومات الباحث في تحديد الأسس العلمة التي انطلقت منها في الإطار النظري

-من خلال الاطلاع على أدوات الدراسات السابقة استطاعت الباحثة أن تجري معاملات الصدق والثبات لأدوات البحث الرئيسية تبعا"للمنهجية العلمية المتبعة بذلك.

-التنوع بسحب عينات الدراسات السابقة، أفادت الباحثة بالطريقة المناسبة لسحب العينة.

-أفادت الدراسات السابقة الباحثة في أساليب المعاملات الإحصائية من حيث تنوع الأساليب الإحصائية لمعالجة نتائج الدراسة.

مكنت الباحثة من اجراء مقارنة نتائج هذه الدراسات ونتائج الدراسة الحالية وإغناء أساليب الباحثة في تناول النتائج من حيث المناقشة والتفسير، وربط الدراسة الحالية بنتائج الدراسات السابقة.

رابعاً: مكانة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

أنها تشمل دراسة متغير الاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى فئة الشباب المستخدم للإنترنت وهنا تظهر الخصوصية العلمية والتفرد الاجرائي للبحث الحالي؛ الدراسة موجهة للفئة الأكثر عددا في المجتمع كما تعتبر الشريحة الأكثر حساسية.

تقوم هذه الدراسة بمعرفة الفروق لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغيرات الجنس و التخصص العلمي في استخدام الانترنت والاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي.

الفصل الرابع
الإطار العملي للدراسة

- تمهيد
1- منهج الدراسة
2- مجتمع الدراسة وعينتها
3- أدوات الدراسة
4- الدراسة السيكومترية لأدوات الدراسة
5- الأساليب الإحصائية المستخدمة

- تمهيد

يتناول الفصل الرابع التعريف بالجانب العملي للدراسة وتوضيح منهج الدراسة وإجراءاتها والتي تشمل المجتمع الأصلي للدراسة وعينتها وأدواتها وإجراءات التحقق من صدقها وثباتها، وكذلك إجراءات تنفيذ الدراسة الحالية وأهم الأساليب الإحصائية المستخدمة فيها سواء كان ذلك في التحقق من صلاحية أدوات الدراسة أو في الوصول إلى نتائجها، وفيما يلي عرض لذلك.

1-منهج الدراسة:

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي التحليلي الذي عرفه عبيدات (2003) بأنه: " نمط البحث الذي يسهم بتزويدنا بالمعلومات اللازمة لتقدير الظاهرة المدروسة تقريراً موضوعياً، ومن ثم تحليل هذه المعلومات وتفسيرها للوصول إلى النتائج التي يمكن أن تسهم في تحقيق أهداف البحث المرجوة". إذ يعتمد هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، ويعبر عنها تعبيراً كيفياً وكمياً، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة (عبيدات، 2003، ص 223).

2-مجتمع الدراسة وعينتها:

مجتمع وعينة الدراسة:

يتألف مجتمع البحث من جميع الطلبة المسجلين في كليتي الهندسة المعمارية والتربية (قسم علم النفس) للعام الدراسي(2020/2019)، حيث بلغ عدد الطلبة المسجلين في السنة الرابعة في كلية الهندسة المعمارية (810) طالباً وطالبة، وكلية التربية (قسم علم النفس) السنة الرابعة الذي بلغ عدد الطلبة المسجلين (108) طالباً وطالبة، وقد تم سحب عينة بالطريقة المقصودة المتيسرة مؤلفة من (400) طالب وطالبة من الكليتين حيث نسبة سحب العينة(37%)عمارة،و(100%)علم نفس.

الجدول رقم (1): يبين توزع افراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس والتخصص

	ذكور	اناث	المجموع
كلية العمارة	86	214	300
كلية التربية	36	64	100
المجموع	122	278	400

3- أدوات الدراسة:

بغرض تحقيق اهداف الدراسة تم استخدام الآتي:

- **مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية:** الذي استخدمه دانيال عباس من إعداده المكون من خمسة أبعاد رئيسة مؤلف من (50) بنداً.

يتكون من الأبعاد التالية:

- البعد الاول الغربة عن الذات من البند 1 الى 10
- البعد الثاني العزلة الاجتماعية من البند 11 الى 20
- البعد الثالث اللا هدف من البند 21 الى 30
- البعد الرابع اللا معيارية من البند 31 الى 40
- البعد الخامس التمرد من البند 41 الى 50

- **اختبار هنري بورو (Henry Borow) للتكيف الأكاديمي.**

يتكون من 50 بند للأبعاد التالية:

- البعد الاول التكيف مع المنهاج من البند 1 الى 4
- البعد الثاني نضج الاهداف ومستوى الطموح من 5 الى 13
- البعد الثالث الفاعلية الشخصية من البند 14 الى 23
- البعد الرابع المهارات والعادات الدراسية من 24 الى 31
- البعد الخامس الصحة النفسية من البند 32 الى 40
- البعد السادس العلاقات الشخصية من البند 41 الى 50

- **مقياس استخدام الانترنت:** من اعداد الباحثة.

يتكون من 25 بند يبين مدى استخدام الانترنت/ مرتفع– منخفض – متوسط /

قامت الباحثة بالتأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة مع ما يتناسب مع البيئة السورية، وذلك بإتباع الإجراءات المنهجية المتعارف عليها.

4- الدراسة السيكومترية لأدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية:

أ) الدراسة السيكومترية:

تم تطبيق المقياس على عينةوبلغ حجمها (50) طالباً وطالبة من طلبة السنة الرابعة قسم علم نفس في كلية التربية، جامعة دمشق للعام الدراسي (2018/2017)، "وهم غير عينة الدراسة الأساسية"وذلك لحساب صدق وثبات المقياس.

أولاً: الصدق Validity: تم التحقق من صدق المقياس باستخدام:

❖ **الصدّقُ الظاهري: (Validity,Logical):**

ويتحقق من خلال ما يبدو في نظر المفحوصين أنفسِهم، وتظهرُ أهميةُ هذا الصدقُ في أنَّ المقياس الذي يفتقر إليه قد يثيرُ استياءَ المفحوصين، ويُضعفُ دافعيتهم للأداء (ميخائيل، 2001: 262)، وتمَّ التأكدُ من هذه النقطة في مرحلّةِ التجريبِ الاستطلاعي بعرض المقياس على مجموعة من الطلبة ومناقشتهم في مدى وضوح أسئلة المقياس، وتعديل صياغة بعض الأسئلة التي وجدَ الطلابُ صعوبةً في فهمها.

❖ **الصدق التمييزي "Discriminate Validation":**

هو مفْهوم كمي، وإحصائي، يعبر بلغة العدد، عن درجة تلك الحساسية، ومدى قدرة البند على التمييز، أو التفريق بين الأفراد في ذلِك الجانب، أو المظهر من السمة، ألّتي يتصدى لقياسها، ولاشك في أن القدرة التمييزية للبنود تتصل مباشرة، بصدق تلك البنود، ونجاحها في قياس ما وضعت لقياسه، وذلِك من خلال مقارّنة الفئات المتطرّفة في المقياس نفسه"، (ميخائيل، 2006، 152)

وتقوم هذه الفكرة على مقارنة المتوسطات بين متوسط درجات المجموعة العليا ومتوسط درجات المجموعة الدنيا على مقياس الاغتراب النفسي، حيث تم ترتيب الدرجات تصاعدياً، ثم تحديد الربيع الأعلى والأدنى، ثم حساب اختبار "ت" لقياس دلالة الفروق بين المجموعة العليا والدنيا، ويوضح الجدول رقم (2) الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس الاغتراب النفسي.

الجدول رقم (2): الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس الاغتراب النفسي

قيمة T	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
10.940-	0.00	دالة

يتضح من الجدول (2) أن الفرق دال بالنسبة لمقياس الاغتراب النفسي، وهذا يشير الى أن المقياس صادق ولبنوده القدرة التمييزية في قياس ما وضعت لقياسه.

❖ **الاتساق الداخلي Internal Consistency:**

تم حساب قيمة الصدق لكل مفردة عن طريق حساب معاملات الارتباط المصحح بين المفردة والدرجة الكلية لكل مقياس فرعي، ثم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس ككل، ثم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على كل مقياس فرعي والدرجة الكلية للمقياس ككل، وكانت النتائج كالآتي:

1- معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد التابعة له:

الجدول رقم (3): معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد التابعة له

الغربة عن الذات		العزلة الاجتماعية		الأهداف		اللامعيارية		التمرد	
البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط
1	.687	11	.456	21	.822	31	.581	41	.742
2	.819	12	.631	22	.623	32	.599	42	.669
3	.815	13	.710	23	.764	33	.769	43	.638
4	.781	14	.697	24	.577	34	.775	44	.732
5	.712	15	.619	25	.597	35	.574	45	.647
6	.675	16	.582	26	.936	36	.625	46	.765

الغربة عن الذات		العزلة الاجتماعية		الأهداف		اللامعيارية		التمرد	
البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط
7	.751	17	.652	27	.759	37	.515	47	.721
8	.669	18	.630	28	.880	38	.654	48	.843
9	.702	19	.540	29	.948	39	.517	49	.812
10	.681	20	.732	30	.962	40	.716	50	.784

- **معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس:**

الجدول رقم (4): معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

أبعاد المقياس	معامل الارتباط بين الابعاد والدرجة الكلية للمقياس
البعد الأول: الغربة عن الذات	.785
البعد الثاني: العزلة الاجتماعية	.873
البعد الثالث: الأهداف	.763
البعد الرابع: اللامعيارية	.821
البعد الخامس: التمرد	.793

تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية.

❖ **الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:**

بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بالنسبة للمقياس الكلي (0.855)، كما تراوحت معاملات الثبات بين (0.765-0.855) بالنسبة للمقاييس الفرعية، ويوضح الجدول (5) معاملات الثبات لمقياس الاغتراب النفسي.

الجدول رقم (5): معاملات الثبات بطريقة ألفا كرو نباخ لمقياس الاغتراب النفسي

البعد	معامل ثبات ألفا كرو نباخ
البعد الأول: الغربة عن الذات	.774
البعد الثاني: العزلة الاجتماعية	.814
البعد الثالث: الأهداف	.765
البعد الرابع: اللامعيارية	.792
البعد الخامس: التمرد	.813
الدرجة الكلية	.855

❖ **الثبات بطريقة التجزئة النصفية Split – Half Method:**

قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، باستخدام معادلة سبيرمان – براون sperman–Brawon والتي تُفيد بالتنبؤ بمعامل الثبات الكلي للمقياس، وقد بلغ معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية بالنسبة للمقياس الكلي (**0.916**)، وهو معامل ثبات مرتفع

ثانياً: مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي:

بعد مراجعة أدبيات البحث النفسي بشكل عام والبحوث في علم النفس المعرفي بشكل خاص اعتمدت الباحثة مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي ويتكون (50) فقرة، حيث يحصل الطالب على ست علامات فرعية وعلامة كلية، وتشير العلامة المرتفعة إلى تكيف مرتفع، بينما تشير العلامة المنخفضة على المقياس إلى صعوبات في التكيف الأكاديمي، وقام هنري بورو باستخراج معامل الصدق للمقياس من خلال معرفة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس التكيف الأكاديمي وبنود المقياس وبلغ (0.78)

وصف المقياس:

يحتوي مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي على (50) بند يجيب المفحوص على كل منها بكلمة (نعم) أو (لا) أو (غير متأكد)، ويخصص لكل فقرة علامة مقدارها (2) أو (صفر) أو (1). وتعطى العلامة (2) إذا كانت إجابة المفحوص دالة على التكيف الأكاديمي، والعلامة (صفر) إذا كانت إجابته دالة على سوء تكيفه، والعلامة (1) إذا كانت إجابته غير متأكد. ويحصل المفحوص على علامة كلية في الاختبار تقيس تكيفه الأكاديمي، هي مجموع العلامات التي يحصل عليها المفحوص في جميع فقرات الاختبار يتكون من ستة أبعاد فرعية وهي:

1/ التكيف مع المناهج: ويقيس هذا البعد مدى رضا الطالب عن دراسته في الجامعة وقناعته بالتخصص الذي التحق به ومدى استمتاعه بالمسافات التي يدرسها وإحساسه بأهميتها.

2/ نضج الأهداف ومستوى الطموح: يقيس هذا البعد ادارك الطالب لمدى ارتباط البحوث الجامعية بخطط الطالب المستقبلية.

3/ الفاعلية الشخصية: ويقيس هذا البعد مدى فاعلية الطالب في التخطيط لنشاطاته اليومية وتنفيذها ومدى استخدامه للوقت بفاعلية.

4/ المهارات والعادات الدراسية: يقيس هذا البعد استخدام الطالب للعادات الدراسية الجيدة مثل التلخيص واخذ الملاحظات واستعمال المكتبة وإبراز النقاط الهامة.

5/ الصحة النفسية: وهذا بعد يقيس مدى ثقة الطالب بنفسه، وبقدراته على مواجهة المشكلات ومدى معاناته من القلق، وأحلام اليقظة والشعور بالغربة.

6/ العلاقات الشخصية: يقيس هذا البعد قدرة الطالب على التعامل مع المدرسين والزملاء ومدى تعاونه وتفاعله معهم.

يذكر هنري بورو فيما يتعلق بثبات قائمة التكيف الأكاديمي الجامعية بصورتها الأصلية، انه استخرج دلالات ثباتها بطريقتين الأولى طريقة التجزئة النصفية فكان معامل الثبات (90) للقائمة بالنسبة لعينة تتألف من (13) طالبًا جامعيًا. أما الطريقة الثانية فهي طريقة إعادة إجراء الاختبار إذا كان معامل الثبات الكلي (92).

قام صابر أبو طالب (1979) بترجمة الاختبار الى العربية، وتحقيق دلالات الصدق والثبات، واظهر البحث أن العلامة الكلية على الاختبار المعرب لمائة وثلاثين طالبًا جامعيًا ارتبطت بشكل دال إحصائيا مع معدلاتهم العامة الجامعية خلال فصل دراسي واحد، وان الاختبار عند اخذ العلامة الكلية أو العلامات الفرعية الست ميز بشكل دال إحصائيا.

مفتاح تصحيح قائمة هنري بورو للتكيف الأكاديمي:

يتكون هذا المقياس من عبارات موجبة وأخرى سالبة، وعند تصحيح هذا المقياس تعطى ثلاث درجات للإجابة (نعم) ودرجتان للإجابة (غير متأكد) ودرجة واحدة للإجابة (لا) هذا في حالة العبارات الموجبة. أما في حالة العبارات السالبة فتعطى ثلاث درجات في حالة الإجابة (لا) ودرجتان في حالة الإجابة (غير متأكد) ودرجة واحدة في حالة الإجابة (نعم).

الجدول رقم (6): العبارات الموجبة والسالبة لمقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي

أرقام العبارات الموجبة	أرقام العبارات السالبة
18، 15، 14، 13، 6، 5، 1 42، 41، 38، 27، 23، 22 57، 53، 51، 50، 47، 43 90, 77, 76, 71, 62, 58	25, 24، 21، 20، 19، 17، 16، 12، 10، 9، 8، 4، 4، 3، 2، 44، 39، 37، 36، 35، 34، 33، 32، 31، 30، 29، 28، 26، 64، 63، 61، 60، 59، 56، 55، 54، 52، 49، 48، 46، 45، 80، 79، 78، 75، 74، 73، 72، 70، 69، 68، 67، 66، 65.، 89، 88، 87، 86، 85، 84، 83، 82، 81

أما معامل ثباته فتم استخراجه بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان –براون وبلغ (0.90) للفقرات ككل.

أولاً: الصدق Validity: تم التحقق من صدق المقياس باستخدام:

❖ **صدق المحكمين: Face validity**

تم عرض المقياس على عدد من المحكمين من أساتذة كلية التربية في جامعة دمشق الملحق رقم (1)، مع تقديم التعريف النظري والإجرائي للتكيف الأكاديمي وعرض أبعاد المقياس وبعد الانتهاء من إجراءات التحكيم لعبارات المقياس مر المقياس بعدة تعديلات من حيث صياغة بعض العبارات بناءً على آراء السادة المحكمين.

الجدول رقم (7): يوضح العبارات المحذوفة من قائمة التكيف الأكاديمي بواسطة المحكمين

م	العبارات المحذوفة
17	هل تشعر بان تأخرك في ممارسة حياتك العملية بسبب التحاقك بالدراسة بالكلية يجعلك غير مرتاح نفسيًا؟
25	هل غالبًا تشعر في الأحيان انك لا تبدي الاهتمام اللازم لبعض الأمور الخاصة في حياتك الشخصية؟
30	هل تشعر بان جو الدراسة في البيت ممل بحيث تحاول إذا سنحت الفرصة للخروج الى جو آخر أكثر حرية وراحة؟
32	هل تشعر بان اهتمامك ونشاطاتك الخارجية مثل الاجتماع بالأصدقاء والذهاب الى النادي أو ممارسة الهوايات...الخ تسبب لك التأخر في الدروس؟
39	هل عادة ما تنظر الى الدراسة على أنها مسألة تعتمد بالنسبة لك على الصدفة والمزاج الذي تكون به؟
47	هل عادة يضايقك أن تقوم بالدراسة عندما يكون المذياع مفتوحًا أو أن هناك أشخاص آخرين يتحدثون في نفس الغرفة؟
49	هل تقوم بالسرحان في بعض الأوقات أو انك تدع ذهنك يتشتت خلال الحصة الدراسية؟
52	عند التحضير للامتحانات فهل يصعب علي ترتيب المعلومات حسب أهميتها عليك في العادة أن ترتب المعلومات التي تدرسها حسب أهميتها حتى تتجنب إضاعة الوقت في دراسة الأشياء غير الهامة أو التفصيلية؟
54	هل تشعر أحيانا بأنك تسمح لأفكارك بان تنشغل كثيرا جدا للأمور الخاصة ببيتك وعائلتك؟
56	هل أن فشلت في تحقيق أهدافك وطموحاتك الدراسية يزعجك ويقلقك بحيث يؤدي ذلك الى إعاقة تقدمك في دراستك بالكلية؟
57	هل تشعر بان بعض معلميك يسخرون منك أو يحقدون عليك؟
58	هل غالبًا ما تتردد ولا ترغب في أن تطالب أو تسأل مدرسك ليوضح لك بعض النقاط الغامضة في الدرس؟

الجدول رقم (8): يوضح العبارات قبل وبعد تعديلها بواسطة لجنة المحكمين لمقياس التكيف الأكاديمي

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
8	هل تعتقد بأن الدروس التي تأخذها معظمها غير مترابطة مع بعضها البعض أو أنها ليست ذات قيمة عملية بالنسبة لك؟	معظم الدروس التي أخذها ليست ذات قيمة عملية بالنسبة لي
9	في المواضيع التي تدرسها هل تحاول أن تحصل في حالة كل واحد منها على علامات أعلى من علامة النجاح فقط؟	هل تحاول الحصول على علامة النجاح في المادة فقط
16	هل تجد بأنك تواجه في العادة صعوبة ما في إيجاد تقييم صحيح لقيمة وأهمية الأعمال اليومية التي تقوم بها؟	أواجه صعوبة في تقييم الأعمال اليومية التي أقوم بها.
20	هل تواجه صعوبة في تنظيم الأوقات الخاصة بالدراسة أو ممارسة الهوايات أو الذهاب للنوم والاستيقاظ منه؟؟؟الخ من النشاطات الأخرى؟	هل تشعر بأنك لا تستغل وقتك المخصص للدراسة استغلالاً كافياً
25	هل تقوم بالتخطيط لعملك بانتظام بحيث يسهل ذلك تعلمك للمساقات والمواد المختلفة؟	اخطط لعملي بانتظام.
34	حينما تقوم بدراسة مادة مقررة فهل تقوم بالتوقف الى مراحل لإعادة تسميع ما تقرأه على نفسك أو تقوم بوضع أسئلة تجيب عليها بينها وبين نفسك؟	بعد انتهائي من دراسة مادة مقررة أقوم بوضع أسئلة أجيب عليها بيني وبين نفسي.
43	هل المشاكل التي تواجهها خارج الكلية كالمشاكل المالية والعاطفية أو الخلافات العائلية...الخ هي السبب في إهمالك الدروس؟	المشكل التي تواجهني خارج الكلية هي السبب في إهمالي لدروسي.

❖ **الصدق التمييزي "Discriminate Validation":**

ويوضح الجدول رقم (9) الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس التكيف الأكاديمي.

الجدول رقم (9): الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس التكيف الأكاديمي

قيمة T	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
7.303-	0.00	دالة

يتضح من الجدول (10) أن الفرق دال بالنسبة لمقياس التكيف الأكاديمي وهذا يشير الى أن المقياس صادق ولبنوده القدرة التمييزية في قياس ما وضعت لقياسه.

❖ **الاتساق الداخلي Internal Consistency:**

قامت الباحثة بحساب قيمة الصدق لكل مفردة عن طريق حساب معاملات الارتباط المصحح بين المفردة والدرجة الكلية لكل مقياس فرعي، ثم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على كل مقياس فرعي والدرجة الكلية للمقياس ككل، وكانت النتائج كالآتي:

2- معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد التابعة له:

الجدول رقم (10): معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد التابعة له

البعد الأول: التكيف مع المنهاج	معامل الارتباط	البعد الثاني: نضج الأهداف ومستوى الطموح	معامل الارتباط	البعد الثالث: الفاعلية الشخصية	معامل الارتباط
رقم البند		رقم البند		رقم البند	
1	.687	1	.619	1	.822
2	.819	2	.582	2	.623
3	.815	3	.652	3	.764
4	.781	4	.630	4	.577
		5	545.	5	.597
		6	.653	6	.651
		7	.677	7	.846
		8	.569	8	.570
		9	.557	9	.579
				10	.532
البعد الرابع: المهارات والعادات الدراسية	**معامل الارتباط**	**البعد الخامس: الصحة النفسية**	**معامل الارتباط**	**البعد السادس: العلاقات الشخصية**	**معامل الارتباط**
رقم البند		رقم البند		رقم البند	
1	.574	1	.936	1	.581
2	.625	2	.759	2	.599
3	.515	3	.880	3	.769
4	.654	4	.948	4	.775
5	.517	5	.962		
6	.502	6	.622		
7	.681	7	.902		
8	.542	8	.511		

-معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس:

الجدول رقم (11): معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

أبعاد المقياس	معامل الارتباط بين الابعاد والدرجة الكلية للمقياس
البعد الأول: التكيف مع المنهاج	.785
البعد الثاني: نضج الأهداف ومستوى الطموح	.873
البعد الثالث:: الفاعلية الشخصية	.928
البعد الرابع: المهارات والعادات الدراسية	.751
البعد الخامس: الصحة النفسية	.754
البعد السادس: العلاقات الشخصية	.820

تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية.

❖ **الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:**

بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بالنسبة للمقياس الكلي (0.95)، كما تراوحت معاملات الثبات بين (0.62-0.95) بالنسبة للمقاييس الفرعية، ويوضح الجدول (12) معاملات الثبات لمقياس التكيف الأكاديمي.

الجدول رقم (12): معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس التكيف الأكاديمي

البعد	عدد البنود	معامل ثبات ألفا كرونباخ
البعد الأول: التكيف مع المنهاج	4	.778
البعد الثاني: نضج الأهداف ومستوى الطموح	9	.785
البعد الثالث:: الفاعلية الشخصية	10	.844
البعد الرابع: المهارات والعادات الدراسية	8	.710
البعد الخامس: الصحة النفسية	9	.928
البعد السادس: العلاقات الشخصية	10	.622
الدرجة الكلية	50	.957

❖ **الثبات بطريقة التجزئة النصفية Split – Half Method:**

قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين النصف الأول من بنود المقياس والنصف الثاني من بنود المقياس، وقد بلغ معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية بالنسبة للمقياس الكلي (**0.961**).

ثالثاً: مقياس استخدام الإنترنت:

وصف مقياس استخدام الانترنت: بعد مراجعة أدبيات البحث النفسي في استخدام الانترنت وآثارها الايجابية والسلبية على الشباب والاضطرابات المصاحبة لإدمان الانترنت ومنها دراسة الحمصي (2009) سوريا ، ودراسة حسن (2009) مصر ، بنت الباحثة مقياس استخدام الانترنت لقياس مدى استخدام الانترنت / مرتفع – منخفض – متوسط /

مفتاح تصحيح مقياس استخدام الانترنت :

عند تصحيح هذا المقياس تُعطى ثلاث درجات للإجابة (تنطبق بدرجة كبيرة) ودرجتان للإجابة (تنطبق بدرجة متوسطة) ودرجة واحدة للإجابة (لا تنطبق أبداً)

تم تطبيق المقياس على عينة وبلغ حجمها (50) طالباً وطالباً من طلبة السنة الرابعة قسم علم النفس في كلية التربية ، في جامعة دمشق للعام الدراسي (2017 / 2018) وذلك لحساب الصدق وثبات المقياس .

تم تطبيق المقياس على عينة وبلغ حجمها (50) طالباً وطالبة من طلبة السنة الرابعة قسم علم نفس في كلية التربية، جامعة دمشق للعام الدراسي (2018/2017)، وذلك لحساب صدق وثبات المقياس.

أولاً: الصدق Validity: تم التحقق من صدق المقياس باستخدام:

❖ **صدق المحكمين: Face validity**

تم عرض المقياس على عدد من المحكمين من أساتذة كلية التربية في جامعة دمشق الملحق رقم (1)، مع تقديم التعريف النظري والإجرائي لاستخدام الانترنت وعرض أبعاد المقياس وبعد الانتهاء من إجراءات التحكيم لعبارات المقياس مر المقياس بعدة تعديلات من حيث صياغة بعض العبارات بناءً على آراء السادة المحكمين.

الجدول رقم (13): العبارات المحذوفة من مقياس استخدام الانترنت بواسطة المحكمين

م	العبـــــــارة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	لا تنطبق أبداً
.1	لا أهتم للتكاليف المادية في استخدام الانترنت			
.2	خسرت معظم أصدقائي بسبب تعلقي باستخدام الانترنت لفترة طويلة			
.3	الهواية المفضلة لدي البحث على شبكة الانترنت			
.4	شعرت بتغير ايجابي في حياتي عندما بدأت استخدام الانترنت			
.5	اشعر بالتوتر عند انقطاع شبكة الانترنت			
.6	أفضل استخدام شبكة الانترنت على الجلوس مع عائلتي			
.7	من أولويات الحياة استخدام شبكة الانترنت المسلية			

❖ **الصدق التمييزي "Discriminate Validation":**

ويوضح الجدول رقم (13) الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس استخدام الانترنت.

الجدول رقم (14): الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس استخدام الانترنت

قيمة T	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
29.692-	0.00	دالة

يتضح من الجدول (14) أن الفرق دال بالنسبة لمقياس استخدام الانترنت، وهذا يشير الى أن المقياس صادق ولبنوده القدرة التمييزية في قياس ما وضعت لقياسه.

❖ **الاتساق الداخلي Internal Consistency:**

قامت الباحثة بحساب قيمة الصدق لكل مفردة عن طريق معاملات الارتباط بين الدرجة على كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس ككل، وكانت النتائج كالآتي:

3- معامل الارتباط بين بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس:

الجدول رقم (15): معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
1	.663	10	.696	18	.661
2	.666	11	.576	19	.745
3	.589	12	.490	20	.710
4	.503	13	.473	21	.536
5	.728	14	.562	22	.408
6	.662	15	.648	23	.710
7	.586	16	.526	24	.656
8	.767	16	.567	25	.609
9	.651	17	.756		

ثانياً: ثبات المقياس: "Reliability"

تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق.

❖ **الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:**

بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بالنسبة للمقياس الكلي (0.89)، بينما بلغ معامل الثبات بطريقة الإعادة للمقياس ككل (0.969)، ويوضح الجدول (16) معاملات الثبات لمقياس استخدام الأنترنت

الجدول رقم (16): معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وبطريقة الإعادة لمقياس استخدام الأنترنت

استخدام الأنترنت	عدد البنود	معامل ثبات ألفا كرونباخ	معامل الثبات بالإعادة بيرسون
الدرجة الكلية	25	890.	.969

5- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

قامت الباحثة بادخال نتائج تطبيق أدوات الدراسة في الحاسب الآلي، تمهيداً لمعالجتها بواسطة الرزمة الإحصائية للعلوم (spss) لاستخراج التحليلات الإحصائية المناسبة، وشملت هذه التحليلات الإحصائية مايلي:

- معامل ألفاكرونباخ، ومعامل سبيرمان-براون لحساب ثبات المقياس.
- معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لحساب معامل الارتباط بين المتغيرات والثبات.
- اختبار (T.Test)ستودنت لتحديد دلالة الفروق بين مجموعتين.
- المتوسط الحسابي(Mean).
- الانحراف المعياري(Standard Deviation).

الفصل الخامس

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

- تمهيد

أولاً : عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

1- النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

2- النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

ثانياً : المقترحات

- تمهيد:

تعرض الباحثة في هذا الفصل النتائج التي تم التوصل إليها باستخدام الأسلوب الإحصائي الذي يتناسب مع طبيعة كل فرض من فروض الدراسة، وعرض التفسيرات المناسبة في ضوء نتائج الدراسات السابقة والإطار النظري للدراسة.

أولاً: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

1- النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة:

السؤال الأول: ما درجة شيوع استخدام الإنترنت لدى أفراد عينة الدراسة من الطلبة في جامعة دمشق(علم النفس وهندسة العمارة)؟

للإجابة عن هذا السؤال جرى حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والمتوسط الرتبي لدرجات طلبة جامعة دمشق على مقياس استخدام الإنترنت، وحُسب طول الفئة على النحو الآتي:

-حساب المدى وذلك بطرح أكبر قيمة في المقياس من أصغر قيمة (3-1=2).

- حساب طول الفئة وذلك بتقسيم المدى وهو (2) على أكبر قيمة في المقياس وهي (3) 2 ÷ 3 = 0.66 (طول الفئة).

- إضافة طول الفئة وهو (0.66) إلى أصغر قيمة في المقياس وهي (1)، وذلك للحصول على الفئة الأولى، لذا كانت الفئة الأولى من (1-1.66)، ثمَّ إضافة طول الفئة إلى الحد الأعلى من الفئة الأولى؛ وذلك للحصول على الفئة الثانية وهكذا للوصول إلى الفئة الأخيرة.

واستناداً إلى قاعدة التقريب الرياضي يمكن التعامل مع قيم المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة، وتحديد المستويات كما يلي:

الجدول رقم (17): تقدير درجة شيوع /استخدام الإنترنت/ لدى أفراد عينة الدراسة

المتوسط الحسابي	التقدير
1 – 1.66	منخفض
1.67 – 2.33	متوسط
2.34 – 3.00	مرتفع

وتمَّ ذلك بالاعتماد على استجابات المقياس 3-1 ÷ 3 = 0.66

وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (18): المتوسط الحسابي والرتبي والانحراف المعياري لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مقياس استخدام الإنترنت

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الرتبي*	التقدير
مقياس استخدام الإنترنت	44.67	9.13	1.78	متوسط

* المتوسط الرتبي= المتوسط الحسابي ÷ عدد فقرات المقياس

يتبين من الجدول (18) وجود مستوى متوسط لاستخدام الإنترنت لدى الطلبة أفرد عينة الدراسة، إذ بلغ المتوسط الرتبي لاستجابة عينة الدراسة (1.78)، وقامت الباحثة بحساب درجة القطع لمقياس استخدام الإنترنت وبلغت (35.57- 53.8).

الجدول رقم (19): توزّع الطلبة أفراد عينة الدراسة وفق مستويات استخدام الإنترنت

	مرتفع أكثر من(53.8)	متوسط (35.57 – 53.8)	منخفض أقل من (35.57)
استخدام الإنترنت	72	262	66

يلاحظ من الجدول (19) أنَّ عدد أفراد عينة الدراسة الذين لديهم مستوى منخفض لاستخدام الإنترنت (66) طالباً وطالبة، وأنَّ عدد أفراد عينة الدراسة الذين لديهم مستوى متوسط لاستخدام الإنترنت(262) طالباً وطالبة، وأنَّ عدد أفراد عينة الدراسة الذين لديهم مستوى مرتفع لاستخدام الإنترنت(72) طالباً وطالبة.

تبين نتائج الدراسة أن معظم أفراد العينة من طلبة جامعة دمشق يستخدمون الانترنت بدرجة متوسطة وهذه النتيجة طبيعية إذ معظم طلبة الجامعة بحاجة لاستخدام الانترنت بغرض البحث العلمي إضافة للتواصل الاجتماعي، فالاستخدام المعتدل للانترنت يتيح تعلم بعض مهارات الاتصال وبنفس الوقت يكون هناك متسع أمام الطلبة لممارسة التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، وقد بلغ عدد الأفراد من عينة الدراسة الذين لديهم استخدام منخفض للإنترنت (66) طالباً وطالبة مقابل (72) طالباً وطالبة لديهم استخدام مرتفع للانترنت وهي نتيجة منطقية الى

حد ما لأن الانترنت أصبح متاحاً للجميع وبأي وقت ولم يعد استخدامه مقتصراً على تخصص معين او سنة دراسية معينة كما تتفق هذه النتيجة مع الواقع الفعلي لطلبة الجامعة حيث يجد هؤلاء الانترنت متنفساً لقضاء أوقات فراغهم مع من يحبون وبالتالي الهروب من الرقابة الأسرية وتحقيق حرية التعبير.

السؤال الثاني: ماهي درجة شيوع الاغتراب النفسي لدى أفراد عينة الدراسة من الطلبة في جامعة دمشق(علم نفس وهندسة العمارة)؟

للإجابة عن هذا السؤال جرى حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والمتوسط الرتبي لدرجات طلبة جامعة دمشق على مقياس الاغتراب النفسي، وحُسب طول الفئة على النحو الآتي:

- حساب المدى وذلك بطرح أكبر قيمة في المقياس من أصغر قيمة (5-1=4).
- حساب طول الفئة وذلك بتقسيم المدى وهو (4) على أكبر قيمة في المقياس وهي (5)

4 ÷ 5 = 0.80 (طول الفئة).

- إضافة طول الفئة وهو (0.80) إلى أصغر قسمة في المقياس وهي (1)، وذلك للحصول على الفئة الأولى، لذا كانت الفئة الأولى من (1-1.80)، ثمَّ إضافة طول الفئة إلى الحد الأعلى من الفئة الأولى؛ وذلك للحصول على الفئة الثانية وهكذا للوصول إلى الفئة الأخيرة.

واستناداً إلى قاعدة التقريب الرياضي يمكن التعامل مع قيم المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة، وتحديد المستويات كما يلي:

الجدول رقم (20): تقدير درجة شيوع /الاغتراب النفسي/ لدى أفراد عينة الدراسة

المتوسط الحسابي	التقدير
1 – 1.80	منخفض جداً
1.80 – 2.60	منخفض
2.60 – 3.40	متوسط
3.40 -4.20	مرتفع
4.20-5.00	مرتفع جداً

وتمَّ ذلك بالاعتماد على استجابات المقياس 5-1 ÷ 5 = 0.80

وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (21): المتوسط الحسابي والرتبي والانحراف المعياري لإجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاغتراب النفسي

مقياس الاغتراب النفسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الرتبي*	التقدير
	153.94	22.19	3.07	متوسط

* المتوسط الرتبي= المتوسط الحسابي ÷ عدد فقرات المقياس

يتبين من الجدول (21) أنَّ مجموع إجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاغتراب النفسي تشير إلى وجود مستوى متوسط، إذ بلغ المتوسط الرتبي لاستجابة أفراد عينة الدراسة (3.07)، وقامت الباحثة بحساب درجة القطع لمقياس الاغتراب النفسي وبلغت (131.75-176.13).

الجدول رقم (22): توزّع الطلبة أفراد عينة الدراسة وفق الاغتراب النفسي

الاغتراب النفسي	مرتفع أكثر من(176.13)	متوسط (131.75 – 176.13)	منخفض أقل من (131.75)
	59	267	74

يلاحظ من الجدول (22) أنَّ عدد أفراد عينة الدراسة الذين لديهم مستوى منخفض في الاغتراب النفسي (74) طالباً وطالبة، ومستوى متوسط في الاغتراب النفسي (267) طالباً وطالبة، ومستوى مرتفع في الاغتراب النفسي (59) طالباً وطالبة.

يتضح من الجدول السابق وجود اغتراب نفسي لدى طلبة الجامعة بدرجة متوسطة ويعود ذلك إلى أن الطلبة الجامعيين أصحاب المستوى التعليمي المرتفع أقل اغتراباً إذ أنهم الأكثر نضجاً من الناحية الانفعالية الاجتماعية، ومن الممكن أن ترجع هذه النسبة المتوسطة لسياسة الجامعة الواضحة بالتعامل مع الطلبة إذ أن التعامل الجيد مع طلبة الجامعة يقلل التوتر والشعور بالاغتراب وهذا مايتفق مع دراسة وفاء موسى (2002) بوجود علاقة ارتباطية بين مستوى الشعور بالإغتراب ومستوى تحقيق الحاجات النفسية لدى طلبة الجامعة.

السؤال الثالث: ما هي درجة شيوع التكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة من الطلبة في جامعة دمشق؟

للإجابة عن هذا السؤال جرى حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والمتوسط الرتبي لدرجات طلبة جامعة دمشق على مقياس التكيف الأكاديمي، وحُسب طول الفئة على النحو الآتي:

- حساب المدى وذلك بطرح أكبر قيمة في المقياس من أصغر قيمة (3-1=2).
- حساب طول الفئة وذلك بتقسيم المدى وهو (2) على أكبر قيمة في المقياس وهي (3)

2 ÷ 3 = 0.66 (طول الفئة).

- إضافة طول الفئة وهو (0.66) إلى أصغر قسمة في المقياس وهي (1)، وذلك للحصول على الفئة الأولى، لذا كانت الفئة الأولى من (1-1.66)، ثمَّ إضافة طول الفئة إلى الحد الأعلى من الفئة الأولى؛ وذلك للحصول على الفئة الثانية وهكذا للوصول إلى الفئة الأخيرة.

واستناداً إلى قاعدة التقريب الرياضي يمكن التعامل مع قيم المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة، وتحديد المستويات كما يلي:

الجدول رقم (23): تقدير درجة شيوع /التكيف الأكاديمي/ لدى أفراد عينة الدراسة

المتوسط الحسابي	التقدير
1 – 1.66	منخفض
1.67 – 2.33	متوسط
2.34 – 3.00	مرتفع

وتمَّ ذلك بالاعتماد على استجابات المقياس 3-1 ÷ 3 = 0.66

وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (24): المتوسط الحسابي والرتبي والانحراف المعياري لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مقياس التكيف الأكاديمي

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الرتبي*	التقدير
مقياس التكيف الأكاديمي	103.62	13.04	2.07	متوسط

* المتوسط الرتبي= المتوسط الحسابي ÷ عدد فقرات المقياس

يتبين من الجدول (24) وجود مستوى مرتفع للتكيف الأكاديمي لدى الطلبة أفرد عينة الدراسة، إذ بلغ المتوسط الرتبي لاستجابة عينة الدراسة (2.07)، وقامت الباحثة بحساب درجة القطع لمقياس استخدام الإنترنت وبلغت (103.62- 116.66).

الجدول رقم (25): توزّع الطلبة أفراد عينة الدراسة وفق مستويات التكيف الأكاديمي

	مرتفع	متوسط	منخفض
التكيف الأكاديمي	أكثر من(116.66)	(103.62 – 116.66)	أقل من (103.62)
	63	175	162

يلاحظ من الجدول (25) أنَّ عدد أفراد عينة الدراسة الذين لديهم مستوى منخفض للتكيف الأكاديمي (162) طالباً وطالبة، وأنَّ عدد أفراد عينة الدراسة الذين لديهم مستوى متوسط للتكيف الأكاديمي(75) طالباً وطالبة، وأنَّ عدد أفراد عينة الدراسة الذين لديهم مستوى مرتفع للتكيف الأكاديمي(63) طالباً وطالبة.

تفسر الباحثة وجود التكيف الأكاديمي بدرجة مرتفعة لدى أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة إلى كون الطالب مهيأ للمرحلة الجامعية وعلى علم بالفروقات بينها وبين المرحلة الثانوية من قبل الالتحاق بالكليات وذلك عن طريق جلسات الإرشاد النفسي والمهني في المدارس الثانوية التي تتناول قدرات ومهارات الطلاب والتعرف على فروع الدراسة مابعد الثانوية مما يعينهم على التكيف مع المرحلة الجامعية الجديدة وتعريفهم بالنواحي الرئيسية للدراسة الجامعية وأساليب النجاح فيها.

2- النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة وتفسيرها

الفرضية الرئيسة الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي عند مستوى الدلالة(0.05).

وللتحقق من صحة الفرضية الرئيسية، جرى استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب الارتباطات بين استخدام الانترنت والاغتراب النفسي، والجدول رقم (26) يوضح ذلك:

الجدول رقم (26): نتائج معامل الارتباط بيرسون بين استخدام الانترنت والاغتراب النفسي لدى أفراد عينة البحث

المتغيرات		ن	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية	استخدام الانترنت/الاغتراب النفسي	400	-0.35**	0.00	دال
عوامل الاغتراب النفسي	استخدام الانترنت/العزلة عن الذات	400	-0.23**	0.00	دال
	استخدام الانترنت/العزلة الاجتماعية	400	-0. 25**	0.00	دال
	استخدام الانترنت/اللاهدف	400	-0.29**	0.00	دال
	استخدام الانترنت/اللامعيارية	400	-0.30**	0.00	دال
	استخدام الانترنت/التمرد	400	-0.23**	0.00	دال

مناقشة الفرضية:

نلاحظ من الجدول رقم (26) وجود علاقة ذات دلاّلة إحصائيّة عكسية بين استخدام الانترنت والاغتراب النفسي حيث بلغ معامل الارتباط بين استخدام الإنترنت وعوامل الاغتراب النفسي(0.35-، 0.23-، 0.25-، 0.29-، 0.23-، 0.30-) وعلى الترتيب بالنسبة لعوامل الاغتراب النفسي والمتمثلة بـ(الدرجة الكلية، العزلة عن الذات، العزلة الاجتماعية، اللاهدف، اللامعيارية، التمرد) وهي علاقة ارتباطية دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبالتالي نرفض الفرضية الرئيسية الأولى، ونستنتج من ذلك أن هناك علاقة ارتباطية عكسية ذات دلاّلة إحصائيّة بين درجات أفراد عينة الدراسةعلى مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي.

وتفسر الباحثة تلك النتيجة انطلاقاً من أن الوسائل التقنية الحديثة بمختلف تطبيقاتها ومجالاتها. تمثل إحدى المؤثرات المهمة في السلوك الإنساني بشكل عام، إذ تشير العديد من الدراسات إلى

التأثيرات الواسعة التي أحدثتها تكنولوجيا المعلومات والاتصال على عملية التفاعل الفردي والجماعي داخل المحيط الأسري، وكذلك داخل المحيط الاجتماعي للمجتمع الأكبر.

ولعل ما تتوافر عليه وسائل الاتصال الحديثة بشكل عام والأنترنت بشكل خاص من عناصر الجذب الاتصالية تجعلها من أكثر الوسائل إغراء للمتلقين وبخاصة فئة الشباب الذين وفرت لهم الشبكة العنكبوتية مجتمعاً افتراضياًيعيشون فيه، بل ربما يرى فيه بعضهم بديلاً للمجتمع الحقيقي مما يؤثر على علاقاتهم الأسرية والاجتماعية، ويقود إلى بعض الظواهر الاجتماعية السلبية ومن بينها الاغتراب الاجتماعي.

وربما يرجع ذلك لما توفره شبكة الانترنت من تواصل اجتماعي سهل، رغم ضيق وقت الطالب الجامعي وبعد البعض عن الأهل، وبالإضافة الى الظروف الإقتصادية.

ويمكن تفسير علاقة الاغتراب باستخدام وسائل الاتصال من خلال اثنتين من نظريا ت التأثير وهما: البنائية الوظيفية

والاستخدام والإشباع، فتفرض النظرية البنائية الوظيفية أن هذه الوسائل هي عبارة عن عناصر الأنشطة المتكررة التي تعمل من خلال وظائفها على تلبية حاجات المجتمع وتقوم العلاقة بينها وباقي العناصر والنظم الأخرى في المجتمع على أساس من اعتماد المتبادل بين هذه العناصر والأنشطة لضمان استقرار المجتمع وتوازنه إضافة إلى أن الاستخدام السلبي للأنترنت من قبل بعض أفراد المجتمع يؤدي إلى حدوث اختلال في التوازن الاجتماعي وبروز عدد من الظواهر الاجتماعية غير المرغوبة من بينها الاغتراب الاجتماعي. (المحمداوي، 2007، 112)

فترى الباحثة إن الاغتراب عند الطالب يولد لديه الكثير من المشاعر التي تحمله إلى سوء التكيف، المتمثلة بالإحساس بعدم المساواة ونقص أو انعدام الفرص الإبداعية والشعور بعدم الانتماء والملل وجمود الشخصية وبالتالي الشعور بعد الرضا في المحيط الذاتي والاجتماعي والأكاديمي، وهذا ما قد يجعله أكثر تمرداً ونفوراً من الذات والمجتمع ومؤسساته المختلفة بما فيها الجامعة، وكل هذه المشاعر سوف تؤدي بالنتيجة إلى سوء التكيف العام للطالب وسوء تكيف الأكاديمي بصفة خاصة.

وكذلك قد يرجع الأمر من وجهة نظر الباحثة إلى ارتفاع مستوى الطموح لدى فئة الشباب، والذي يزداد بزيادة اطلاعهم ومشاركتهم في الشؤون العالمية، في كافة مجالات الحياة المتوفرة على الإنترنت، مع وجود بعض الضغوطات والمعوقات التي قد تقف حائلا أمام تحقيق تلك الطموحات المتزايدة، وربما أدى ذلك كله إلى شعور الفرد بالإحباط والتوتر، الأمر الذي قد يقوده إلى الشعور بالاغتراب النفسي.

وإن تبني الفرد لطموحات لا تستطيع إمكاناته تحقيقها قد يؤدي بالفرد على صعوبة التكيف مع ذلك الواقع والذي يؤدي به إلى الانسحاب الاجتماعي والوحدة والاغتراب، كما أن استخدام الفرد المفرط للإنترنت قد يغير من طبيعة العلاقات الاجتماعية المتبادلة، فالفرد هناك يستبدل العلاقات الحقيقية بآخرى غير مكتملة، إن الاتصال اللفظي، والاتصال غير اللفظي يؤدي إلى التقارب الاجتماعي، مما يشعر الفرد بالطمأنينة والارتياح، إن العلاقات الشخصية القوية يدعمها دائما القرب المادي الملموس وذلك لا يتحقق عن طريق الإنترنت، الأمر الذي يؤدي بالفرد إلى التعامل مع أشخاص افتراضيين في واقع غير حقيقي عبر الإنترنت، مما يسبب للفرد مزيدا من التوتر والاضطراب وعدم الوضوح في العلاقة يؤدي إلى الاغتراب النفسي.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه كل من دراسة (ابريعم، 2015) التي خلصت إلى وجود ارتباطاً إيجابياً بين الشعور بالاغتراب النفسي وإدمان الإنترنت، وأيضاً دراسة (محمد بكير، 2006) حيث توصلت إلى أن هناك علاقة دالة في درجات الاغتراب وبين الشباب الجامعي المصري مستخدمي الوسائل الحديث وفقاً لخصائصهم الديمغرافية، ودراسة كانوال (2002) حيث توصلت الدراسة لعدة نتائج أهمها أن 65% من الطلبة مدمنين الإنترنت، وأن هناك تأخير أعمال نتيجة لقضاء الوقت على الإنترنت، وفقدان النوم، بسبب عمليات تسجيل الدخول في وقت متأخر من الليل، ويشعرون بأن الحياة ستكون مملة دون الإنترنت.

الفرضية الرئيسة الثانية: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعةعلى مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس التكيف الأكاديمي عند مستوى الدلالة(0.05).

وللتحقق من صحة الفرضية الثانية، جرى استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب الارتباطات بين استخدام الانترنت والتكيف الأكاديمي، والجدول رقم (27) يوضح ذلك:

الجدول رقم (27): نتائج معامل الارتباط بيرسون بين استخدام الانترنت والتكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة البحث

المتغيرات		ن	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية	استخدام الانترنت/التكيف الأكاديمي	400	-0.26**	0.00	دال
عوامل التكيف الأكاديمي	استخدام الانترنت/التكيف مع المناهج	400	-0.14**	0.00	دال
	استخدام الانترنت/نضج الأهداف ومستوى الطموح	400	-0.18**	0.00	دال
	استخدام الانترنت/الفاعلية الشخصية	400	-0.20**	0.00	دال
	استخدام الانترنت/المهارات والعادات الدراسية	400	-0.19**	0.00	دال
	استخدام الانترنت/الصحة النفسية	400	-0.17**	0.00	دال
	استخدام الانترنت/العلاقات الشخصية	400	-0.14**	0.00	دال

مناقشة الفرضية:

نلاحظ من الجدول رقم (27) وجود علاقة ذات دلاّلة إحصائيّة عكسية بين استخدام الانترنت والتكيف الأكاديمي حيث بلغ معامل الارتباط بين استخدام الإنترنت والتكيف الأكاديمي النفسي(0.26-، 0.14-، 0.18-، 0.20-، 0.19-، 0.17-، 0.14-) وعلى الترتيب بالنسبة لعوامل التكيف الأكاديمي والمتمثلة بـ(الدرجة الكلية، التكيف مع المنهاج، نضج الأهداف ومستو الطموح، الفاعلية الشخصية، المهارات والعادات الدراسية، الصحة النفسية، العلاقات الشخصية) وهي علاقة ارتباطية دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبالتالي نرفض الفرضية الرئيسية الثانية، ونستنتج من ذلك أن هناك علاقة ارتباطية عكسية ذات دلاّلة إحصائيّة بين

درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس التكيف الأكاديمي.

ولم تجد الباحثة أي دراسة مشابهة فأغلب الدراسات كانت تربط إدمان الأنترنت بالتوافق النفسي أو الاجتماعي أما التكيف الأكاديمي لم يتطرق له الباحثون في الدراسات السابقة حسب علم الباحثة.

إذ أوضحت النتائج أن انخفاض مستوى الأداء والتكيف الأكاديمي لطلاب الجامعة يرجع إلى الإفراط في استعمال الأنترنت حيث أن الاستعمال الترويحي والترفيهي للإنترنت بكثرة يعوق الأداء الأكاديمي، وأن الوحدة النفسية والسهر لوقت متأخر والغياب عن الحضور في القاعة الدراسية هي نتائج الاستعمال المفرط للأنترنت، والذي يؤدي بدوره إلى مشاكل جسدية ونفسية وتربوية وسلوكية خطيرة، وأن آثاره السلبية تفوق آثاره الإيجابية، لاسيما لدى طلبة الجامعة (كامل، 2016، 290).

أما فيما يتعلق بالارتباط السلبي بين استخدام الإنترنت والتكيف الأكاديمي فقد يرجع إلى أن استخدامهم لهذه التقنية ليس من الإيجابية بالقدر والكيف اللذين يعملان على تحقيق التوافق الدراسي. حيث يتركز استخدام الطلاب للإنترنت بصفة واضحة على التسلية. وهو ما يؤدي إلى تزايد في عدد ساعات استخدام الإنترنت واضطراب وتغير في عادات النوم والتوقف عن ممارسة الهوايات والأنشطة الأخرى المفيدة، وكذلك قد يؤدي إلى مشكلات في التوافق مع الحياة الدراسية ومتطلباتها، مما يفسر تدني مستوى التحصيل. ويقل مستوى التحصيل بصورة دالة لدى مستخدمي الإنترنت بدافع الثقافة العامة والتسلية، مقارنة به لدى من لا يستخدمونه لهذين الدافعين. وقد تبين أن مستخدمي الإنترنت بدافع التعلم الدراسي أكثر تحصيلاً دراسياً من غيرهم الذين لا يستخدمونه للتعلم، مما يعزز كل من أهمية وخطورة الإنترنت، فهو وسيلة ميسرة للتعلم الدراسي لدى المستخدمين بهدف التعلم. وفي الوقت ذاته فإن استخدامه بدافع التسلية يعوق النشاط الدراسي ويفضي إلى انخفاض مستوى التحصيل. ومن جهة أخرى ربما تشير هذه النتيجة إلى أن الطلاب منخفضي التحصيل يميلون لاستخدام الإنترنت بدافع شغل وقت الفراغ كمحاولة للهروب أو التخفيف من حدة الضغوط الدراسية أو كوسيلة لتجنب الشعور بالفشل نتيجة ضعف مستوى تحصيلهم والصعوبات الدراسية التي يواجهونها.

كما إن الإنترنت ببريقه اللافت حديثة الوجود في المجتمع السوري؛ مما أدى إلى تغيير بعض العادات لدى مستخدميها(عادات الأكل، النوم، الاتصال مع الأسرة والأصدقاء)فهم يخرجون من منازلهم وقد يهملون واجباتهم لقضاء ساعات طويلة ليلا ونهارا على الإنترنت، وذلك كله قد يؤدي إلى بعض الاضطرابات في العلاقات بين الآباء وأبنائهم، فالأسرة تضع بعض القواعد لسلوك أبنائها فإن خرجوا عن تلك القاعدة حصل الاضطراب والتوتر. وقد يشكل الإنترنت مكانا للهروب من أرض الواقع، فيلجأ الطلبة إليه ليعيشوا مع الأزرار بدلا من العالم الحقيقي المليء بالإحباطات. ولعل ما يفسر ذلك أن استخدام الإنترنت لفترات طويلة يؤدي إلى تعلق الفرد وانشغاله بالإنترنت، فيصبح الإنترنت هو المسيطر على عقله فيتجنب الآخرين بشكل أكبر حتى يختلي بفعل ما يحبه وما يريده مما يؤدى به إلى حب العزلة والوحدة، مما يجعله أكثر حساسية في علاقاته بالآخرين وانطوائي ولا يرغب في عقد علاقات مع الآخرين كي لا يشغله ذلك عن الإنترنت، مما يعيق تكيفه الاجتماعي وإذا اضطر لأن يكون مع الآخرين أو يبتعد عن الإنترنت بسبب عطل ما في الجهاز أو الشبكة يشعر بالقلق الشديد وينشغل تفكيره إلى درجة كبيرة، وتزداد وساوسه فيما يتعلق بالإنترنت والتفكير في كيفية الاختلاء به حيث يصبح عصبياً، ينفجر لأتفه الأسباب ويصرخ بأعلى صوته وقد يصيب الآخرين بوابل من الكلمات المؤلمة بدون شعور منه بسبب قلقه هذا، وتزداد لديه الميول العدوانية تجاه الآخرين وذلك كله من أعراض عدم التكييف.

وقد ترجع هذه النتيجة إلى أن استخدام الإنترنت لمدة طويلة من الزمن قد يؤدي بالفرد إلى الشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية، كما أشارت لذلك بعض الدراسات، فقد وجد كريستوفر وآخرون (Christopher, et al,2000) أن زيادة استخدام الإنترنت بشكل مرتفع يرتبط مع روابط اجتماعية أضعف.

كما توصلت دراسة (أندرسون، 2001)إلى أنه كلما زادت ساعات استخدام الناس للإنترنت قل الوقت الذي يقضونه مع البشر الحقيقيين، وأن الإنترنت ربما تكون تكنولوجيا من العوامل الرئيسة التي تقلص مشاركة الأفراد في المجتمع أكثر مما فعل التلفاز، وأيضاً دراسة (ريمي، 2000) التي وجدت علاقة عكسية بين الاستخدام المتواصل للانترنت ودرجات الطلاب على مقياس الهوية النفسية والاجتماعية.

إن العزلة الاجتماعية التي يسببها الاستخدام المرتفع للإنترنت قد تزيد من توتر الفرد النفسي الذي يؤدي به في نهاية الأمر إلى الاكتئاب، كما أن الخطورة التي تكمن في الاستخدام العالي للإنترنت تنبع من أن الكثيرين سوف يرتبطون مع الشاشة لمدة طويلة؛ لأنها ستوفر لهم التعليم والتسلية والتسوق وتبادل الأحاديث وغيرها، وما سيتبقى من يوم الفرد سيقتصر على النوم والأكل الذي أيضا سيكون في وقت سريع، أي أن الفرد سيتحول إلى منفذ للأوامر فقط وذلك على حساب اختلاطه مع الناس الذين قد يعملون على التخفيف من حدة توتره وانفعالاته وهذه أعراض عدم التكيف.

أما الاستخدام المعتدل للإنترنت يتيح تعلم بعض مهارات الاتصال وبنفس الوقت يكون هناك الوقت أمام الطالب لممارسة مهارات الاتصال من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، ومن هنا، يلاحظ أن تأثير استخدام الإنترنت مرتبط بالمستخدمين أنفسهم، أي بقدرتهم على تنظيم أوقاتهم، والاستثمار على الوجه الصحيح، فالطالب الذي يحسن استخدام الإنترنت، كما يتقن اختيار الوقت المناسب لذلك حتى لو كانت غايته من الاستخدام التسلية والترفيه، سوف لن يؤثر الاستخدام على مهارات تواصله، بينما إذا أساء الطالب استثمار وقضى فترات طويلة في استخدام الإنترنت فقد يؤدي ذلك إلى تناقص مهارات تواصل الطالب وبالتالي يؤثر سلبا في تفاعله الاجتماعي.

الفرضية الرئيسية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات اجابات عينة الدراسة من طلبة الجامعة على استخدام الأنترنت تبعاً لمتغير الجنس عند مستوى الدلالة(0.05).

وللتحقق من صحة الفرضية جرى حساب اختبار(ت) لقياس دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس استخدام الإنترنت وفقاً لمتغير الجنس(ذكر. أنثى) والجدول رقم (28) يبين ذلك:

الجدول رقم (28): الفروق في استخدام الإنترنت تبعاً لمتغير الجنس(درجات الحرية: 398)

الجنس	ن	استخدام الإنترنت				
		م	ع	ت	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
أنثى	278	44.03	9.17	2.22	0.03	دالة
ذكر	122	46.12	8.90			

مناقشة الفرضية:

نلاحظ من الجدول رقم (28) وجود فروق بين الذكور والإناث في درجاتهم على مقياس استخدام الإنترنت حيث كان متوسط درجات الذكور (46.12) بانحراف معياري (8.90)، في حين كان متوسط درجات الإناث(44.03) بانحراف معياري (9.17)، وكانت قيمة ت (2.22) عند مستوى دلالة (0.03) وبالتالي نرفض الفرضية الثالثة ونقول توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات استخدام الإنترنت لدى طلاب جامعة دمشق تبعا للجنس لصالح الذكور.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة من حيث طبيعة الاستخدام تبين أن الغالبية العظمى من الجنسين تستخدم الإنترنت بشكل غير منتظم. أي ليس هناك وقت محدد لاستخدامه، مما يشير إلى أن هذا السلوك غير مخطط له ويخضع لظروف الطالب النفسية والاجتماعية والدراسية. وغالباً ما يكون لشغل وقت الفراغ أو لإنجاز الواجبات الدراسية.

وبصفة عامة لقد كان هناك فروق بين الجنسين في معدل استخدام الإنترنت، وهو ما يتفق مع دراسة(ابريعم، 2015) التي وجدت فروق بين الذكور والاناث من الطلبة في درجة استخدام الانترنت لصالح الذكور.

ولا ترتبط اتجاهات الذكور نحو الإنترنت بمجالات استخدامه. في حين نجد لدى الإناث الاتجاه أكثر استخداماً للإنترنت في مجال التعلم الدراسي، وقد يعزى هذا التباين في النتائج إلى أن استخدام الإنترنت كسلوك يخضع لعوامل أخرى بالإضافة إلى الاتجاه، ومنها مجالات الاستخدام وظروف الطالب، ووقت فراغه، وتكلفة الخدمة، وكذلك أيضاً اتجاهاته نحو الحاسب الآلي ذاته. وبذلك فإن الاتجاهات نحو الإنترنت ربما لا تمكننا من التنبؤ بمعدل استخدام الإنترنت. وقد يرجع ذلك إلى صعوبة تقدير معدل استخدام الإنترنت بهدف التعليم، مما أدى إلى حالة من عدم تناسب مستوى القياس level of measure incompatibility حيث تم دراسة العلاقة الارتباطية بين الاتجاه نحو استخدام الإنترنت في التعليم تحديداً من جهة، ومعدل استخدامه في مختلف الأغراض من جهة أخرى. وقد يؤدي تحقيق حالة من التناسب في مستوى القياس إلى إبراز العلاقة بين الاتجاه والسلوك لدى الإناث (Ajzen & Fishbein, 1977 & 1980). ويعرض "ستيفان وستيفان" (Stephan & Stephan, 1985) تفسيرات أخرى لعدم

اتساق الاتجاه مع السلوك الفعلي، منها عدم دراسة المتغيرين في الوقت ذاته، وحدوث تغير في نمط حياة الفرد أدى إلى قيام الفرد بسلوك لا يتسق مع اتجاهه (Through: Warg; Olsen; Sorbring & Stegberg, 2001). ومن ثم نقترح أن تتصدى دراسات قادمة للكشف عن علاقة الاتجاه نحو الإنترنت بسلوك الاستخدام بعد التحديد الدقيق لمختلف أشكال هذا السلوك مع استخدام عدة معايير سلوكية لقياسه. وقد أشارت دراسة "ويجل ونيومان" أن في ظل استخدام معايير سلوكية متعددة يرتفع مستوى الارتباط بين اتجاه الأفراد وسلوكهم الفعلي. (Weigel & Newman, 1976)

ولما كانت فعالية استخدام تكنولوجيا الاتصالات تعد مؤشراً على تقدم المجتمعات أو تخلفها، الأمر الذي يتطلب من المسؤولين في الأجهزة التعليمية والتدريبية توفير المزيد من المواقع والبرامج العربية الخاصة بها، مع ضرورة تدريب المستخدمين وتوجيههم بتوضيح جميع الإيجابيات والسلبيات الناجمة عن التعامل معها. كما أن من الضرورة العمل على توفير مقومات الرقابة الذاتية وتوجيه الشباب نحو الاستخدام الأمثل للإنترنت، ووضع قواعد وضوابط ووسائل تكنولوجية حديثة لمراقبة ومنع المواقع الهدامة.

تختلف هذه النتيجة عن نتائج دراسة كل من (الحمصي، 2009) التي خلصت بأنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الإنترنت لدى العينة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث، وتتفق مع دارسة(اندرسون Anderson, k. j, 2001) التي بينت أن أغلب أفراد الدراسة الذين يعانون من عدم الاستقلالية والتبعية للإنترنت هم من الذكور.

الفرضية الرئيسية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات اجابات أفراد عينة الدراسةمن طلبة الجامعة على مقياس استخدام الأنترنت تبعاً لمتغير التخصص عند مستوى دلالة(0.05).

وللتحقق من صحة الفرضية جرى حساب اختبار(ت) لقياس دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس استخدام الإنترنت وفقاً لمتغير الجنس(ذكر. أنثى) والجدول رقم (29) يبين ذلك:

الجدول رقم (29): الفروق في استخدام الإنترنت تبعاً لمتغير التخصص

التخصص	ن	استخدام الإنترنت					
		م	ع	د.ح	ت	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
علم نفس	100	45.66	9.44	298	1.25	0.21	غير دالة
عمارة	300	44.34	9.02				

نلاحظ من الجدول رقم (29) عدم وجود فروق بين علم النفس وهندسة العمارة في درجاتهم على مقياس استخدام الإنترنت حيث كان متوسط درجات علم النفس (45.66) بانحراف معياري (9.44)، في حين كان متوسط درجات هندسة العمارة(44.03) بانحراف معياري (9.02)، وكانت قيمة ت (1.25) عند مستوى دلالة (0.21) وبالتالي نقبل الفرضية الثالثة ونقول لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات استخدام الإنترنت لدى طلاب جامعة دمشق تبعاً للتخصص.

ويمكن تفسير النتيجة بأن طلبة الجامعة ولاسيما طلبة السنة الرابعة على النقيض فاتجاهاتهم أكثر إيجابية، وأكثر استخداماً للإنترنت فيما يخدم ويرتبط ذلك بطبيعة الدراسة، التي تستثمر وقت الطالب في مجال الدراسة النظرية والعملية، فلا يشعر بالفراغ الذي قد يدفعه إلى استخدام الإنترنت بدافع التسلية، وتختلف هذه النتيجة مع نتائج (دراسة اندرسون Anderson, k. j, 2001) التي أظهرت أغلب أفراد الدراسة الذين يعانون من عدم الاستقلالية والتبعية للإنترنت هم من أصحاب الاختصاصات العلمية الصعبة.

وترى الباحثةأن التوافر والإتاحة وسهولة الوصول إلى شبكة الانترنت في كل زمان ومكان عبر الجوال أو الانترنت المفتوح في الكليات المختلفة العلمية والأدبية وفي السكن الجامعي، حيث يستخدمها الطالب للبحث العلمي وللأغراض الأخرى المختلفة.

الفرضية الرئيسية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات اجابات عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغيرالجنس عند مستوى دلالة (0.05).

وللتحقق من صحة الفرضية جرى حساب اختبار(ت) لقياس دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الاغتراب النفسي وفقاً لمتغير الجنس(ذكر- أنثى) والجدول رقم (30) يبين ذلك:

الجدول رقم (30): الفروق في الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير الجنس

المتغيرات	الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة(ت)	مستوى الدلالة	القرار
العزلة عن الذات	أنثى	278	29.76	5.90	398	0.06	0.95	غير دال
	ذكر	122	29.72	5.80				
العزلة الاجتماعية	أنثى	278	30.24	5.37	398	0.16	0.87	غير دال
	ذكر	122	30.33	4.53				
اللاهدف	أنثى	278	33.14	6.04	398	0.69	0.48	غير دال
	ذكر	122	33.60	6.37				
اللامعيارية	أنثى	278	29.97	6.22	398	1.003	0.31	غير دال
	ذكر	122	30.50	7.33				
التمرد	أنثى	278	30.73	5.73	398	0.57	0.56	غير دال
	ذكر	122	30.36	6.79				
الدرجة الكلية	أنثى	278	153.68	22.25	398	0.35	0.72	غير دال
	ذكر	122	154.54	22.13				

مناقشة الفرضية:

نلاحظ من الجدول رقم (30) عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في درجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي حيث بلغت قيمة (ت) عل الترتيب(0.06، 0.16، 0.69، 1.003، 0.57، 0.35) عند مستوى الدلالة(0.95، 0.87، 0.48، 0.31، 0.56، 0.72) وعلى الترتيب بالنسبة لعوامل الاغتراب النفسي والمتمثلة بـ(العزلة عن الذات، العزلة الاجتماعية،

اللاهدف، اللامعيارية، التمرد، الدرجة الكلية) وبالتالي نقبل الفرضية الخامسة والتي تنص على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات على مقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب جامعة دمشق تبعا للجنس.

يمكن تفسير ذلك بأن الطلبة الذكور والاناث يمرون في مرحلة هامة والتي في حياتهم والتي يضعون أهمية كبيرة على علاقتهم ومكانتهم وتحصيلهم الدراسي في المجتمع.

وتعيد الباحثة ذلك إلى كون الجنسين ينتميان إلى نفس البيئة الاجتماعية ونفس الفضاء الثقافي والأخلاقي والذي يتميز بالتربية التقليدية، وهذا دليل على توحيد نظرة الطلبة واهتماماتهم الحياتية ولاسيما تحت وطأة الأحداث من حروب وارهاب وضغوط نفسية، فالطلبة يعيشون ضمن منطقة جغرافية واحدة ولديهم نفس الثقافة تُعد هذه النتيجة طبيعية لأن العوامل التي يتعرض لها الطلبة بدرجاتهم المختلفة تأتي بنفس الدرجة تقريباً، ذلك لأن الثقافة السائدة والمعايير الاجتماعية التي تسود في المجتمع السوري يتم تطبيقها على الجنسين بنفس الدرجة والمعايير تقريباً.

لأنهم يعيشون ضمن بيئة نفسية واجتماعية صحيحة لم يجرِ عليها أي تغير بالنسبة للعلاقات فالطلبة محاطون بأهاليهم وزملاء دراستهم وأصدقائهم الذين يشاركونهم نفس الحياة من أفراح وأحزان، إضافة إلى أن هذه البيئة الاجتماعية تعمل على تحسين الظروف النفسية للفرد. وبوجه عام فان قضية علاقة الاغتراب بجنس الفرد لم تحسم بعد وتحتاج الى المزيد من البحوث والدراسات للوقوف على أبعادها.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من دراسة (إلياس، 1979)التي خلصت فيما يخص متغير الاغتراب عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث، إلا أنه لوحظ وجود نزعة لدى الإناث إلى الاغتراب بدرجة أكبر مما عليه عند الذكور.

تتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (علي، 2007)، (علي، 2006) حيث أظهرت أنه لا توجد **فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات إجابات أفراد عينة البحث على مقياس** الاغتراب النفسي وتختلف نتيجة الفرضية عن نتيجة دراسة(كتلو، 2007)، (عمارة، 2013) والتي أظهرت وجود فروق دالة احصائياً بين الجنسين لصالح الذكور ودراسة (أبو فلجة، 2014) التي وجدت فروقا في الاغتراب النفسي لصالح الإناث.

وتجد الباحثة أن النتيجة سليمة احصائياً ومنطقياً ولاسيما لعينة الدراسة من الطلبة المقيمين في محافظة دمشق وذلك لأنهم يعيشون بجانب أهاليهم.

الفرضية الرئيسية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات اجابات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير التخصص عند مستوى دلالة(0.05).

وللتحقق من صحة الفرضية جرى حساب اختبار(ت) لقياس دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الاغتراب النفسي وفقاً لمتغير التخصص(علمي–أدبي) والجدول رقم (31) يبين ذلك:

الجدول رقم (31): الفروق في الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير التخصص

المتغيرات	التخصص	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة(ت)	مستوى الدلالة	القرار
العزلة عن الذات	علم نفس	100	30.05	5.02	398	0.75	0.56	غير دال
	هندسة العمارة	300	29.66	6.12				
العزلة الاجتماعية	علم نفس	100	30.11	5.12	398	0.36	0.71	غير دال
	هندسة العمارة	300	30.32	5.13				
اللاهدف	علم نفس	100	32.90	6.32	398	0.72	0.47	غير دال
	هندسة العمارة	300	33.41	6.09				
اللامعيارية	علم نفس	100	28.18	6.72	398	3.24	0.001	دال
	هندسة العمارة	300	30.62	6.42				
التمرد	علم نفس	100	29.89	5.94	398	1.40	0.16	غير دال
	هندسة العمارة	300	30.86	6.06				
الدرجة الكلية	علم نفس	100	151.13	21.14	398	1.46	0.14	غير دال
	هندسة العمارة	300	154.88	22.48				

نلاحظ من الجدول رقم (31) عدم وجود فروق بين علم النفس وهندسة العمارة في درجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي حيث بلغت قيمة (ت) على الترتيب(0.75، 0.36، 0.72، 1.40، 1.46) عند مستوى الدلالة(0.56، 0.71، 0.47، 0.16، 0.14) وعلى الترتيب بالنسبة لعوامل الاغتراب النفسي والمتمثلة بـ(العزلة عن الذات، العزلة الاجتماعية،

اللاهدف، التمرد، الدرجة الكلية)، بينما بلغت قيمة (ت) (3.24) عند مستوى الدلالة(0.001) بالنسبة لبعد اللامعيارية وهي دالة إحصائياً لصالح هندسة العمارة، **وبالتالي نقبل الفرضية** السادسة والتي تنص على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الاغتراب النفسي تبعاً للتخصص.

وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من دراسة(موسى، 2002) التي خلصت إلى أن طلبة الكليات العلمية أقل اغترابا من طلبة الكليات النظرية.

و أيضاً نتائج دراسة (الحديدي، 1990) بأن طلبة الكليات العلمية يعانون من الاغتراب أكثر من طلبة الكليات الإنسانية ، فتتفق مع دراسة(إبراهيم، 2011) التي خلصت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في درجات الاغتراب بين طالبات الاختصاصات العلمية والاختصاصات الإنسانية، وهذا يعني أن الفرض لم يتحقق فإن الباحثة تفترض أن طبيعة الدراسة في التخصصات العلمية ولاسيما الهندسة المعمارية وما تتطلبه من مشاركة في المشاريع ولاسيما في تخصص كالهندسة المعمارية مما يؤدي إلى انخراط الطالب واندماجه في الحياة الجامعية مما يساهم في تحسن التكيف لديه بشكل أفضل من التخصصات الأدبية التي لا تتطلب مثل هذه الأعمال ولا تتطلب نفس الوقت من تواجد الطلبة مع بعضهم لإنجاز العمل المطلوب كما أن نسبة تواجد طلبة التخصصات الأدبية كعلم النفس في كلياتهم بالنسبة لطلبة التخصصات العلمية تعتبر قليلة.

الفرضية الرئيسية السابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات اجابات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس التكيف الأكاديمي تبعاً لمتغير الجنس عند مستوى الدلالة (0.05).

وللتحقق من صحة الفرضية جرى حساب اختبار(ت) لقياس دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس التكيف الأكاديمي وفقاً لمتغير الجنس(ذكر ،أنثى) والجدول رقم (32) يبين ذلك:

الجدول رقم (32): الفروق في التكيف الأكاديمي تبعاً لمتغير الجنس

المتغيرات	الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية	أنثى	278	104.84	12.92	0.50	398	0.61	غير دال
	ذكر	122	103.13	13.36				
التكيف مع المنهاج	أنثى	278	9.47	2.19	0.81	398	0.41	غير دال
	ذكر	122	9.27	2.37				
نضج الأهداف ومستوى الطموح	أنثى	278	18.78	3.12	1.75	398	0.08	غير دال
	ذكر	122	18.18	3.23				
الفاعلية الشخصية	أنثى	278	20.44	4	1.09	398	0.27	غير دال
	ذكر	122	19.97	3.71				
المهارات والعادات الدراسية	أنثى	278	16.65	2.89	0.58	398	0.56	غير دال
	ذكر	122	16.46	2.95				
الصحة النفسية	أنثى	278	17.39	3.21	0.97	398	0.33	غير دال
	ذكر	122	17.74	3.65				
العلاقات الشخصية	أنثى	278	21.1	3.78	0.95	398	0.34	غير دال
	ذكر	122	21.48	3.48				

نلاحظ من الجدول رقم (32) عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في درجاتهم على مقياس التكيف الأكاديمي حيث بلغت قيمة (ت) على الترتيب (0.50، 0.81، 1.75، 1.09، 0.58، 0.97، 0.95) عند مستوى الدلالة(0.61، 0.41، 0.08، 0.27، 0.56، 0.33،

0.34) وعلى الترتيب بالنسبة للتكيف الأكاديمي والمتمثلة بـ(الدرجة الكلية، التكيف مع المنهاج، نضج الأهداف ومستوى الطموح، الفاعلية الشخصية، المهارات والعادات الدراسية، الصحة النفسية، العلاقات الشخصية)؛ **وبالتالي نقبل الفرضية** السابعة والتي تنص على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس التكيف الأكاديمي تبعاً للجنس.

وترى الباحثة أن ذلك يعود إلى عدم وجود فروق بين الجنسين من حيث القدرات العقلية، أو أساليب التربية البيئية، أو أسلوب التعامل في الجامعة، كما أن الإمكانات التي توفرها الجامعة لا تفرق بين الجنسين إضافة إلى أن الفرص متاحة أمام الجنسين دون تمييز، مما سهل مهمات النجاح بمختلف صوره سواء أكانت حياتية، أم دراسية، أم اجتماعية، وخاصة أمام الإناث، ثم إن التوجه السائد في هذا العصر يدعو وعلى كل المستويات إلى ضرورة إعطاء المرأة حقوقها في كل مجالات الحياة، وخاصة حقها في التعليم والوظيفة، وهذا كله أعطى الإناث دفعة نفسية، وأملا بالحياة إلى نمو أفضل، مما سهل عملية التكيف بأنواعه المختلفة، وخاصة التكيف الأكاديمي. فالباحثة تفترض هذا الفرض هو أن الطالب لديه اهتمامات أخرى بحكم النشأة الاجتماعية والدور الاجتماعي فهو يستطيع أن يفعل ما يريد فلديه الحرية خاصة في أفعاله واختيار أصدقائه ومعظم سلوكه. إذا ما تمت مقارنته بالطالبة التي تكون اهتماماتها مختلفة.فالطالب بالإضافة الي الوقت الذي لديه للتوسع في دائرة معارفه الاجتماعية أحيانًا قد لا يكتفي بجماعة واحدة مرجعية له ففي المنزل لديه من الجيران وفي الجامعة لديه جماعته من الزملاء وفي النادي لديه جماعته من الأقران وشلة الأصدقاء فبالتالي ليس لديه وقت كافٍ للجامعة فوقته مقسم بين ثلاثة جماعات أو أكثر، بعكس الطالبة التي لديها جماعة واحدة أو اثنتان لا غير وقد تكون جماعة الجامعة فقط وبالتالي لديها وقت للاهتمام بدروسها وللاهتمام بالحياة الجامعية عمومًا. ولكن توصلت الدراسة الميدانية الى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى التكيف الأكاديمي مما يعني أن هذه الفرضية لم تتحقق وقد اتفقت مع نتيجة دراسة(أبوطالب، 1979) وأيضاً دراسة (بني خالد، 2009) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيةفي التكيف الأكاديمي تعزى إلى متغير الجنس، وتخلف مع دراسة(الصباطي، 1997) التي بينت تفوق الإناث على الذكور في التكيف الأكاديمي من طلبة الجامعة.

أي أن مدى تكيف الفرد يتوقف علي إشباع حاجاته لتأكيد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى فسيولوجية منها والاجتماعية، والأدوار المختلفة التي يلعبها الفرد في حياته وفي أثناء تفاعله مع بيئته المادية والاجتماعية تتمثل في الأهداف والطرق التي ميزها في مجال حياته علي أنها تساعد في إشباع هذه الحاجة، وتبعًا لذلك تتوقف سعادة الفرد وتكيفه السليم علي مدى كفاءة الذات في إشباع حاجاتها بما يتفق والواقع وما يتوقعه المجتمع من الفرد، فيختل توازن تكيفه ويؤدي به هذا الي التعاسة والشعور بالنقص وما الي ذلك من الأعراض التي تدل علي عدم تكيفه واختلال اتزانه. فالتكيف كما عرفه (محمد قاسم، 2004، 38) هو مجموعة من الاستجابات وردود الأفعال التي يعدل بها الفرد سلوكه وتكوينه النفسي أو بيئته الخارجية لكي يحدث الانسجام المطلوب، بحيث يشبع حاجاته ويلبي متطلبات بيئته الطبيعية والاجتماعية.

الفرضية الرئيسية الثامنة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات اجابات أفرادعينة الدراسة من طلبة الجامعةعلى مقياس التكيف الأكاديمي تبعاً لمتغير التخصص عند مستوى دلالة(0.05).

وللتحقق من صحة الفرضية جرى حساب اختبار(ت) لقياس دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس التكيف الأكاديمي وفقاً لمتغير التخصص(علمي–أدبي) والجدول رقم (33) يبين ذلك:

الجدول رقم (33): الفروق في التكيف الأكاديمي تبعاً لمتغير التخصص

المتغيرات	التخصص	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية	علم نفس	100	105.21	12.17	1.40	398	0.16	غير دال
	هندسة العمارة	300	103.10	13.30				
التكيف مع المنهاج	علم نفس	100	8.85	2.24	2.94	398	0.003	دال
	هندسة العمارة	300	9.60	2.22				
نضج الأهداف ومستوى الطموح	علم نفس	100	18.49	3.25	0.39	398	0.65	غير دال
	هندسة العمارة	300	18.63	3.14				
الفاعلية الشخصية	علم نفس	100	20.76	3.52	1.35	398	0.17	غير دال
	هندسة العمارة	300	20.14	4.03				

المتغيرات	التخصص	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
المهارات والعادات الدراسية	علم نفس	100	16.94	2.71	1.29	398	0.19	غير دال
	هندسة العمارة	300	16.48	2.79				
الصحة النفسية	علم نفس	100	18.26	3.10	2.63	398	.000	دال
	هندسة العمارة	300	17.24	3.39				
العلاقات الشخصية	علم نفس	100	21.93	3.48	2.23	398	0.02	دال
	هندسة العمارة	300	20.98	3.37				

مناقشة الفرضية:

نلاحظ من الجدول رقم (33) عدم وجود فروق بين علم النفس وهندسة العمارة في درجاتهم على مقياس التكيف الأكاديمي حيث بلغت قيمة (ت) على الترتيب(1.50، 0.39، 1.35، 1.29) عند مستوى الدلالة(0.16، 0.65، 0.17، 0.19) وعلى الترتيب بالنسبة للتكيف الأكاديمي والمتمثلة بـ(الدرجة الكلية، نضج الأهداف ومستوى الطموح، الفاعلية الشخصية، المهارات والعادات الدراسية)؛ **وبالتالي نقبل الفرضية جزئياً ونقول لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث بالنسبة للدرجة الكلية والأبعاد(نضج الأهداف ومستوى الطموح، الفاعلية الشخصية، المهارات والعادات الدراسية)**، بيمنا لوحظ **وجود فروق بين علم النفس وهندسة العمارة في الأبعاد(التكيف مع المنهاج، الصحة النفسية، العلاقات الشخصية)** حيث بلغت قيمة (ت) على الترتيب للأبعاد السابقة الذكر(2.94، 2.63، 2.63) عند مستوى الدلالة(0.003، 0.000، 0.02) **وبالتالي نرفض الفرضية جزئياً ونقول توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث بالنسبة للأبعاد(التكيف مع المنهاج، الصحة النفسية، العلاقات الشخصية)** وذلك لصالح هندسة العمارة في (التكيف مع المنهاج)، بينما وجد لصالح علم النفس في(الصحة النفسية، العلاقات الشخصية).

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (الصباطي، 1997)التي أكدت وجود فروق في التكيف الأكاديمي تبعاً لمتغير التخصص العلمي أو الأدبي.

فالجامعة مؤسسة تربوية رسمية يستكمل فيها الفرد نموه وهو يتفاعل مع معلميه وزملائه ويتأثر بالمنهج الدراسي، وتنمو شخصيته من كافة جوانبها. ومن العوامل التربوية المؤثرة في

الصحة النفسية للطالب: العلاقات الاجتماعية بين الطالب والمعلم وبينه وبين زملائه، والمنهج الدراسي، ودور المعلم في العملية التربوية. (حامد زهران، 2003 :146)

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بطبيعة الدراسة في المرحلة الجامعية بشكل عام، فأهمية الحضور وخاصة بالمواد العملية، حيث يتم اكتساب الخبرات بالتدريب بالمدارس والمستشفيات لطلاب مثل طلاب اختصاص علم النفس، وكذلك الأمر لطلاب التخصصات العلمية ولاسيما طلاب الهندسة المعمارية وضرورة المشاركة بالمشاريع المطلوبة مما يؤدي لإنخراط الطالب واندماجه في الحياة الجامعية وبالتالي زيادة التفاعل الاجتماعي والتكيف الأكاديمي لديهم.

ثانياً: المقترحات:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية تقترح الباحثة ما يلي:

1. ضرورة اهتمام المختصين والقائمون على الرعاية المجتمعية كإتحاد الطلبة في الجامعة بالتوعية بالآثار الإيجابية والسلبية لاستخدام الإنترنت فيما يتعلق بالتكيف الاكاديمي، وتوجيه الطلبة نحو جعل الإنترنت أداة في خدمة الطلبة وليس العكس.
2. تقديم الدعم النفسي والاجتماعي لطلبة الجامعة من أجل ضمان تطور التكيف الأكاديمي وعدم تراجعه.
3. إجراء المزيد من الدراسات التي تلقي الضوء على خطورة إدمان الإنترنت، أعراضه، وكيفية علاجه.
4. إجراء دراسات تسلط الضوء على الفرق بين العلاقات الاجتماعية عن طريق التفاعل المباشر وبين تلك التي تتم من خلال الإنترنت، وأثرهما على شخصية مستخدمي الإنترنت.

قائمة المراجع

أولاً : المراجع باللغة العربية

ثانياً : المراجع باللغة الإنكليزية

أولاً: المراجع باللغة العربية:

- القرآن الكريم
- إبراهيم، إسماعيل عيد. (2004). العلاقات الاجتماعية عبر الأنترنت دراسة في الفرص الكامنة والمخاطر المستترة.

http://www.asbar.com//ar/monthly-issues779.article.htm

- إبراهيم، اسماعيل نبيه. (1982). الاغتراب لماذا والانتماء كيف؟.مجلة الأزهر (05).
- إبراهيم، خالدة.(2011). الاغتراب النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية، العراق.
- ابريعم،سامية.(2015).ادمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي دراسة ميدانية لدى عينة من طلبةجامعة ام البواقي،الجزائر.
- أبوطالب،صابر.(1979).التكيف الأكاديمي لدى طلبة الكلية العربية ،عمان.
- أبو هدى، أسلام عبد القادر. (2011). استخدم طلاب الجامعة للإنترنت وعلاقته بأبعاد، مصر، القاهر.
- أبو سلامة، خليل.(2013). فاعلية برنامج تدريبي في خفض الاغتراب النفسي، مصر، القاهرة.
- أحمد، سهير كامل. (1999). الصحة النفسية والتوافق، مركز الإسكندرية للكتاب الإسكندرية.
- أحمد، مصلح الصالح.(1996).التكيف الاجتماعي والتحصيل الدراسي، الرياض
- بركات، حليم. (2006). الاغتراب في الثقافة العربية، متاهات الإنسان بين الحلم والواقع، مركز دراسات الوحدة العربية.
- بطرس، حافظ بطرس. (2008). التكيف والصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
- بعزيز، إبراهيم.(2010). "الاستخدام المفرط لوسائل الاتصال الحديثة من طرف الأفراد: الآثار والانعكاسات"، ورقة قدمت في الملتقى الوطني الأول "تأثيرات وسائل الإعلام الجديدة على الأفراد والمجتمعات" جامعة فرحات عباس.
- بكير،محمد الياس.(1997).قياس مفهوم الذات والاغتراب لدى طلبة الجامعة،العراق،بغداد.

- بني خالد، محمد. (2010). التكيف الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية العامة لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت. مجلة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية مجلد 24 (2). ص ص 413-432.
- الجماعي، صلاح الدين أحمد.(2008).الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي، مصر، القاهرة
- جمعة، قاسم.(2011).النظرية النقدية عند آراك فروم، منتدى المعارف بيروت.
- حافظ، أحمد خيري.(1980).ظاهرة الاغتراب لدى طلاب الجامعة، كلية الآداب، جامعة عين شمس القاهرة.
- حجازي، مجدي أحمد. (1999). العولمة وتهميش الثقافة، رؤية نقدية من العالم الثالث. عالم الفكر، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب لدولة الكويت، 28 (2). أكتوبر ـ سبتمبر.
- الحديدي، فايز. (1990). مظاهر الاغتراب وعامله لدى طلبة الجامعة الأردنية. رسالة دكتوراه. القاهرة: جامعة عين شمس، كلية التربية.
- حسن، محمد حسن حماد. (1995). الاغتراب عند إيريك فروم، المؤسسة الجامعية لدراسات والنشر: بيروت.
- حسن، وسام محمد أحمد. (2009). أثر الأنترنت في الاغتراب الاجتماعي لدى الشاب المصري. رسال ماجستير غير منشورة، قسم الإعلام، شعبة الصحافة، مصر
- حماد، حسن محمد.(1995).الاغتراب عند آريك فروم، المؤسسة الجامعيةللدراسات والنشر والتوزيع، بيروت.
- حمصي، أنطون. (2003). أصول البحث في علم النفس، ط3. كلية التربية، دمشق: منشورات جامعة دمشق.
- الحمصي، رُولا. (2008). إدمان الانترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعي8009 =http://www.4r4b.com/vb/showthread.php?p على موقع 153241 / 2/
- الخطيب، رجاء عبد الرحمن. (1998). اغتراب الشباب وحاجاتهم النفسية.بحوث المؤتمر السابع لعلم النفس في مصر، الجمعية المصرية لدراسات النفسية، على موقع:

http://kenanaonline.com/users/azazystudy/posts/377172

- خليفة، عبد اللطيف.(2002). الاغتراب وعلاقته بالمقارنة والتوجه الديني، الكويت.
- خليفة، عبد اللطيف محمد.(2003).دراسات في سيكولوجيا الاغتراب، دار غريب، القاهرة.
- الخثلان وآخرون، عبد الرحمن.(2005).مهارات الدراسة الجامعية، جامعة الملك فهد السعودية.
- الداهري، صالح حسن. (2005). مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر والتوزيع.
- الدمنهوري، رشاد صالح. (1996). الاغتراب وبعض المتغيرات الشخصية.مطابع جامعة أم القرى: السعودية
- الدسوقي، راوية محمود.(1992).الحرمان الأبوي وعلاقته بكل من التكيف النفسي ومفهوم الذات والاكتئاب لدى طلاب الجامعة، مجلة علم النفس، العدد4.
- رجب، طارق مصطفى. (2011). تأثير مستويات الإنترنت على بعض المتغيرات النفسية، مجلة المنصورة (74)218-169.
- رجب، محمد. (1998). نحن وظاهرة الاغتراب، مجلة الفكر المعاصر(50)(1`9-85
- الرفاعي، نعيم. (1987). الصحة النفسية: دراسة في سيكولوجية التكيف. ط7، منشورات جامعة دمشق، دمشق.
- الرشيد، إقبال محمد. (2011). الاغتراب–التمرد–قلق المستقبل.ط 1، دار الصفاء: عمان.
- الرشيد، علي السهل.(2000).مستوى الاحساس بالصدفة وعلاقتة بالقيم الشخصية والاغتراب والاضطرابات النفسية عند الشباب، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد29، الكويت
- الرياخي، سليمان. (1987). العلاقة بين التحصيل الأكاديمي لطلبة الجامعة وبين تكيفهم وبعض خصائصهم الديمغرافية. مجلة أبحاث اليرموك، 3(2).
- زهران، سناء حامد. (2002). فعالية برنامج إرشاد صحة نفسية عقلاني انفعالي لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب لطلاب الجامعة. رسالة دكتوراه، مصر: جامعة المنصورة، كلية التربية بدمياط.
- زهران، سناء حامد. (2004). إرشاد الصحة النفسية، لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب، الطبعة الأولى، عالم الكتب، القاهرة.

- الزيدي،أمل.(2014).ادمان الانترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي و التحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى،عمان.
- السرحان، رضوان. (2000). العلاقة بين سمات الشخصية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة آل البيت، رسالة ماجستير. الأردن: جامعة آل البيت.
- سعيد، مياسة. (2011). التمكين الوظيفي وعلاقته بالأداء لدى المشرفين التربويين في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الاتحاد، الأردن.
- السنبل، عبدالعزيزبن عبدللة وآخرون.(2004).نظام التعليم في المملكة العربية السعودية، دار الخريجي للنشر والتوزيع، الرياض.
- سويف، مصطفى.(2004).مقدمة لعلم النفس الاجتماعي، الطبعة الرابعة، الأنجلو المصرية، القاهرة.
- الشامي، محمود.(2014). مظاهر الاغتراب الاجتماعي لدى الشباب الجامعي الفلسطيني، مجلة جامعة الأقصى(سلسلة العلوم الإنسانية)، المجلد الثامن عشر، العدد الثاني، غزة.
- الشرهان، جمال عبد العزيز. (2001). الوسائل التعليمية ومستجدات تكنولوجيا التعليم، الرياض: مطابع الحميضي.
- الشتا، سيد علي.(2004).باثولوجية العصيان والاغتراب النفسي، المكتبة المصرية، القاهرة.
- الشتا، سيد علي.(1997).الاغتراب في التنظيمات الاجتماعية، المكتبة المصرية، الاسكندرية.
- الشماس، عيسى.(2006).الشباب ومقاهي الانترنت، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، كلية التربية، المجلد الرابع، العددالأول.
- الصائغ، محمد دنون.(2001). الاغتراب، مجلة جمعية المساجد للثقافة والتراث، الإمارات العربية
- صابر، أبو طالب. (1979). أنماط التكيف الأكاديمي عند طلبة الكلية العربية بعمان. رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، قسم التربية.
- الصباطي، إبراهيم بن سالم. (2010). إدمان الإنترنت ودوافع استخدامه في علاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.المجلة العلمية لجامعة الملك سعود. المجلد 11(01)، 144-91

- الصباطي، إبراهيم. (1997). التكيف الدراسي لدى الطلبة والطالبات السعوديين والمصريين. المجلة التربوية، 12 (15)، ص75-119.
- الصنعاني، عبده سعيد محمد أحمد. (2009). العلاقة بين الاغتراب النفسي وأساليب المعاملة الو الدية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية، جامعة تعز، اليمن.
- الطراونة، نايف سالم والفنيخ، لمياء سليمان(2012) استخدام)الانترنت(وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاكتئاب ومهارات الاتصال لدى طلبة)جامعة القصيم).مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد العشرين، العدد الأول، ص – 283 ص 331 يناير 2012.
- عادل، العقيلي.(2004). الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي، الرياض.
- عباس، دانيال. (2016). أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بقلق المستقبل، منشورات مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، سورية.
- عباس، دانيال. (2016). الاغتراب وعلاقته بالاتجاه نحو ظاهرة الإرهاب، بحث مجاز للنشر في مجلة ال منشورات جامعة دمشق. سورية.
- عباس، فيصل.(2008).الاغتراب "الإنسان المعاصر وشقاء الوعي"، ط 1 دار المنهل اللبناني، بيروت، لبنان.
- عبد السميع، بهجات محمد.(2007). مدى فاعلية برنامج ارشادي لتخفيف الشعور بالاغتراب لدى المراهقين المكفوفين، أطروحة دكتوراه، منشورة في كتاب الاغتراب لدى المكفوفين، ظاهرة وعلاج، ط(1)، الإسكندرية، مصر.
- عبد الفتاح، علياء سامي.(2011).دور وسائل الاتصال الحديثة في تشكيل العلاقات الاجتماعية للشباب الجامعي، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة القاهرة.
- عبد السميع، أحمد.(1981).وضعية التعليم الجامعي في مصر، منتدى الفكر العربي، عمان.
- عبيدات، ذوقان.(2003).البحث العلمي مفهومه وأدواته، الأكاديمية الحديثة للكتاب الجامعي، عمان.
- العرب، أسماء ربحي والرواشدة، علاء زهير عبدالجواد (2016). الاغتراب الاجتماعي لدى الشباب الأردني في عصر العولمة، المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية المجلد 9، العدد2.

- عزب، حسام الدين.(2011).الادمان على الانترنت وعلاقتخ ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، المؤتمر السنوي للطفل والبيئة.
- عساف، دينا محمد محمود. (2005). استخدام المراهقين الأنترنت وعلاقته بالاغتراب الاجتماعي لديهم، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الإعلام وثقافة الطفل، جامعة عين شمس.
- العسال، رنا محمد.(2009).الاغتراب الوظيفي لدى معلمي المدارس الثانوية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم التربوية، جامعة عمان العربية.
- عسل، محمد خالد ومجاهد، فاطمة محمود.(2010).الاغتراب النفسي بين الفهم النظري والارشاد النفسي الإكلينيكي، دار الوفاء للطباعة والنشر، القاهرة.
- العصيمي، سلطان.(2010).ادمان الانترنت وعلاقته بالتوافق الاجتماعي، رسالة ماجستير غير منشورة، الرياض.
- عطية، نوال محمد. (2001). علم النفس والتكيف الاجتماعي. جامعة عين شمس، كلية التربية، مصر.
- عقيل، اسلام محسن. (2014). الاغتراب النفسي لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية. الأردن.
- العقيلي، عادل بن محمد. (2004). الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي، دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض. مذكرة ماجستير. الرياض: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، كلية الدراسات العليا، قسم العلوم الاجتماعية.
- علي، بشرى محمد. (2006). الاغتراب النفسي لدى الطلبة السوريين الذين يدرسون خارج الجامعات السورية وعلاقته بالمشكلات التي يواجهها، رسالة دكتوراة، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة دمشق.
- علي،بشرى.(2007).رتب الهوية الاجتماعية والايديولوجية وعلاقتها بالاغتراب النفسي دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق،كلية التربية،قسم علم نفس ،جامعة دمشق.
- علي، بشرى.(2008).مظاهر الاغتراب لدى الطلبة السوريين في بعض الجامعات المصرية، مجلة جامعة دمشق، المجلد (24)العدد الأول.

- عليا، عبد الحميد وشلاوة، عبد الحميد.(2012).الاغتراب الوظيفي لدى أعوان الحماية المدنية مذكرة ماجستير. الجزائر: جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- عمارة، سمية.(2013).الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الشباب مستخدم الانترنت، عدد(10)، الجزائر.
- العمرية، صلاح الدين. (2005). الصحة النفسية والإرشاد النفسي، المجتمع العربي للنشر، الأردن.
- غباري، محمد سلام.(1983).الخدمة الاجتماعية ورعاية الشباب، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية.
- غرايبة، فيصل محمود.(2009).العمل الاجتماعي في مجال رعاية الشباب، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان.
- غياث، أبو فلجة.(2014). الاتجاه نحو العنف وعلاقته بالاغتراب، الجزائر. قطامي، نايفة،
- فروم، إيريك. (1960). المجتمع السليم، ترجمة محمود محمود، مكتبة أنجلو المصرية: القاهرة، مصر.
- قاسم، عبدلله محمد.(2001).مدخل إلى الصحة النفسية، دار الفكر للطبتعة والنشر.عمان.
- كتلو.(2007). الاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي الفلسطيني وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية
- كريمة، يونس. (2012). الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، الجزائر.
- كفافي،علاء الدين.(1997).الصحة النفسية والارشاد النفسي،اتحاد المكتبات المصرية،القاهرة.
- مبارك، بشرى عناد. (2008). الاغتراب الاجتماعي وعلاقته بالحاجة للحب لدى شرائح اجتماعية المختلفة من العراقيين المقيمين في بعض الدول العربية.مجلة كلية الآداب(85)، 359-398
- المجالي، أحمد.(2006). استخدام الانترنت وتأثيره على العلاقات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي، مجلة المنارة، المجلد13، العدد7.

- مجاهد، فاطمة محمود ابراهيم.(2010). مدى فاعلية كل من الإرشاد السلوكي والمعرفي والضبط الذاتي في التخفيف من حدة الشعور بالاغتراب لدى طلاب المرحلة الثانوية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة القاهرة.
- محمد بكير .(2006).علاقة وسائل الاتصال الحديثة بالاغتراب الاجتماعي للشباب المصري،كلية الاعلام،القاهرة.
- محمد، عادل عبد الله. (2000). دراسات في الصحة النفسية / الهوية، الاغتراب، الاضطرابات النفسية. القاهرة: دار الرشاد للنشر والتوزيع.
- المحمداوي، حسن.(2007). العلاقة بين الاغتراب والتوافق النفسي للجالية العراقية في السويد، العراق.
- مخلوف، وبنات.(2006). ظاهرة الاغتراب لدى طلبة جامعة القدس، غزة.
- معيجل، سهام.(2001).الادمان على الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، مجلة العلوم الانسانية، العدد4.
- سالمهيوب، سهير ابراهيم.(2002).الاغتراب النفسي والاجتماعيوعلاقته بالعنف لدى الشباب المقيم بالمناطق السياحية، مجلة التربية المعاصرة.
- موسى، وفاء.(2002). الاغتراب لدى طلبة جامعة دمشق، منشورات جامعة دمشق، كلية التربية.
- ميخائيل، إمطانيوس. (2006). القياس النفسي. منشورات جامعة دمشق، كلية التربية
- ناصر، أماني محمد. (2006). التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيلاً في مادة اللغة الفرنسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي في هذه المادة. مذكرة ماجستير. دمشق: جامعة دمشق، كلية التربية، قسم التربية الخاصة.
- نعيسة، رغداء.(2012). الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي، مجلة جامعة دمشق، العدد الثالث.
- الهابط، محمد.(1980). التكيف والصحة النفسية، الطبعة الثانية، المكتب الحديث الجامعي، مصر، الاسكندرية.

- هتهـات، مسـعودة(2014) المشـكلات النفسـية والاجتماعيـة لـدى المـراهقين المتمدرسـين مستخدمي الانترنت دراسة ميدانية بمدينة ورقلة. مذكرة ماجستير. الجزائر.جامعة قاصدي مرباح – ورقلة.
- وطفـة، علـي. (1998). المظـاهر الاغترابيـة فـي الشخصـية العربيـة. مجلـة عـالم الفكـر، المجلس الوطني للثقافة والفنون والأداب، المجلد 27، العدد 2
- ياسين، طالب.(1992).الاغتراب تحليل اجتمـاعي ونفسـي لأحـوال المغتربين وأوضـاعهم، الأردن، عمان.

ثانياً: المراجع باللغة الإنكليزية:

- Bootzin, R.; Acocella; J. and Alloy, L. (1993): Abnormal Psychology, Current Perspectives, McGraw-Hill, Inc. New York.
- Comer, R. (1996): Fundamentals of abnormal psychology, W. H Freeman and Company. New York.
- Cravatta, M. (1997): Online adolescents, American Demographics, Vol. 19, No. 8, P. 29.
- DeAngles, T. (2000): Is internet addiction real? More research is being conducted to explore the way people use and misuse the internet. apa.org/ monitor/ aproo/ addiction. htm/
- Duran, M (2003): Internet addiction disorder. Com/journal/internet addiction.html
- Elisheva, A.; Landmark, V., and Sausner, R. (2002): The relationship between internet use and psychological Wellbeing at adolescents. Cyperpsychology & behavior, Vol. 12, No. 8, PP. 22-31..
- Fenichel, M. (2004): Internet addiction: Addictive behavior, Transference or more?, http:// WWW.Fenichel.Com/addiction.shtml

- Frude, N. (1998): Understanding abnormal psychology, Blackwell publisher.
- Gackenback (1998): Psychology and internet. Intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications, San Diego, CA, Academic Press.
- Hardy, M. (2004): Life beyond the Screen: Embodiment and identity through the internet, the sociological revieus, Vol. 50, No. 4, PP. 570-585.
- Kimberly, S. (2003): Pathological internet use: the emergence of anew clinical disorder.
- Kraut, R.; Patterson, J.; Lundmark, V; and Scherlis, W (1998): Internet Paradox: Asocial technology that reduces social involvement and psychological well-being, American Psychology, Vol. 539, PP. 1017-1031.
- Shapira, N.A; Gold Smith, TD; and Keck, P.E (1998: Psychiatric evaluation of individuals with problematic use of the internet, NR 157, Presented at the 151st Annual Meeting of the American Psychiatric Association, Toronto, June, 1.
- Young, K. & Rogers, (1998): Internet addiction the emergence of anew disorder. Cyperpsychology & behavior, Vol. 1, No. 3, PP. 237-244.

قائمة الملاحق

الملحق (1) **أسماء السادة المحكمين**

الملحق (2) **مقياس الاغتراب النفسي من إعداد دانيال عباس**

الملحق (3) (**الصورة الأولية**) **مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي**

الملحق (4) (**الصورة النهائية**) **مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي**

الملحق (5) (**الصورة الأولية**) **مقياس استخدام الانترنت**

الملحق (6) (**الصورة النهائية**) **مقياس استخدام الانترنت**

الملحق (1)

أسماء السادة المحكمين

م	السيد المحكم	الصفة العلمية	الكلية والجامعة
.1	أ.د. سامر رضوان	الأستاذ في قسم الإرشاد النفسي	التربية . دمشق
.2	أ. د. رمضان درويش	الأستاذ المساعد في قسم التقويم والقياس التربوي والنفسي	التربية . دمشق
.3	د. منذر الخوري	المدرس في قسم أصول التربية	التربية . دمشق
.4	د. علا نصر	المدرسة في قسم الإرشاد النفسي	التربية . السويداء
.5	د. غسان العدوي	المدرس في قسم المناهج وطرائق التدريس	التربية . القنيطرة
.6	د.محمد نصر	القائم بالأعمال في قسم عِلْم النَّفس	التربية . السويداء
.7	د. خزامى البعيني	القائم بالأعمال في قسم التقويم والقياس التربوي والنفسي	التربية. السويداء
.8	د.سها فهد	المدرسة في قسم الإرشاد النففسي	التربية. السويداء
.9	د.فردوس الصواف	المدرسة في قسم الإرشاد النفسي	التربية.دمشق

الملحق (2)

مقياس الاغتراب النفسي

من إعداد دانيال عباس

بيانات عامة:

عزيزي الطالب يرجى الإجابة عن بنود هذه الاستبانة جميعها، وذلك بوضع إشارة (√) في المكان الذي تراه مناسب، علماً بأن جميع المعلومات ستبقى سرية لصالح البحث العلمي.

الجنس:

ذكر:..... أنثى.....

الكلية:.....

السنة الدراسية:.....

شكراً لتعاونكم

م	العبارة	موافق بشدة	موافق	أحياناً	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أشعر بمزيد من التعب والضجر نتيجة تزايد أعبائي اليومية					
2	أشعر بالانتماء إلى أسرتي بشكل كبير					
3	من الصعب أن اشعر بالأمان والطمأنينة هذه الأيام					
4	اشعر أحياناً باني شخص أخر غير الذي اعرفه					
5	اشعر دائما بالحيوية والحماس في الحياة					
6	اشعر بان مستقبلاً غامضاً ومخيفاً ينتظرني					
7	اشعر بالانتماء إلى الحي الذي اسكن فيه					
8	أصبحت حياتي مملة وثقيلة في ظل الظروف الحالية					
9	اشعر بان الحياة في بصورتها الحالية تثير القلق والإحباط					
10	اشعر بان مستقبلا مظلما ينتظر الأطفال الذين يأتون إلى هذا العالم					
11	أشعر بالوحدة على الرغم من وجودي مع الآخرين					
12	اشعر بالضيق عندما أكون مع الآخرين					
13	اشعر بأنني بحاجة للآخرين					
14	أحب مشاركة الآخرين في أفراحهم وأتراحهم					
15	اعتقد بان البعد عن الآخرين غنيمة في هذا الزمان					
16	احرص على متابعة أخبار الآخرين					
17	أرى بان مظاهر الحب والتعاون تتراجع باستمرار					
18	أفضل شيء في الحياة أن يعيش الإنسان بعيدا عن الناس منعا للمشاكل					
19	تزعجني زيارة الأصدقاء والأقارب لما تجلبه من متاعب					
20	لا استمتع بوجود الآخرين من حولي وأفضل العزلة					
21	من السهل على تحقيق أهدافي					
22	ليس لدي هدف أسعى إلى تحقيقه					
23	يصعب على اتخاذ قرار وفق إرادتي الخاصة					

م	العبارة	موافق بشدة	موافق	أحياناً	غير موافق	غير موافق بشدة
24	اشعر بأن الحياة متجددة دائماً					
25	فقدت قدرتي على التحكم في أمور حياتي					
26	تنتابني نوبات من الضجر والملل					
27	اشعر بالإحباط دائماً					
28	أتمنى لو لم أكن موجوداً في هذه الحياة					
29	أعيش في عالم عديم الأهمية بالنسبة لي					
30	أرى بأن الحياة جميلة وتستحق بان نحياها					
31	أعتقد أن الحصول على عمل جيد لا يحتاج إلى كفاءة بقدر ما يحتاج إلى واسطة					
32	يضطر الإنسان في هذه الأيام إلى النفاق					
33	اعتقد بان الطرق الملتوية أسهل الطرق لتحقيق النجاح					
34	أصبح كل شيء مباح لدى الناس لتحقيق أهدافهم					
35	أؤمن بالمثل القائل الغاية تبرر الوسيلة					
36	كل أنسان يمكنه أن يحقق أهدافه بالطرق التي تحلو له حتى ولو كانت طرقا ملتوية					
37	لم اعد أؤمن بوجود قيم في هذا الزمان					
38	يبدو انه لا يوجد ما هو صواب وما هو خطا في هذا الزمن					
39	اعتقد بأنه من الضروري أن يستغل الفرد الآخرين لكي يكون ناجحا					
40	من الصعب الأن تربية الأبناء على قيم ومبادئ أصبح المجتمع لا يلتزم بها					
41	اشعر بالرضا عن الناس المحيطين بي					
42	اعتقد بان نجاح الإنسان لا يرتبط بقدراته بل بحظه					
43	لو اتيحت لي الفرصة المناسبة لحطمت كل شيء في طريقي					
44	أفضل العنف على المسالمة وأهاجم من يعارضني					
45	أحس بكراهية شديدة تجاه القيم السائدة في المجتمع					

م	العبارة	موافق بشدة	موافق	أحياناً	غير موافق	غير موافق بشدة
46	اشعر أحيانا برغبة قوية لترك دراستي الجامعية					
47	عدم تحقيق آمالي يجعلني حاقداً على من حولي					
48	اعتقد بان القوة أصبحت معياراً لحصول الإنسان على ما يريد					
49	لابد من التمرد على الظروف التي نعيشها حتى تتغير إلى الأفضل					
50	اعتقد بان العالم أصبح قاسياً بشكل لا يطاق					

الملحق (3)

(الصورة الأولية) مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي

العبارة	نعم	لا	غير متأكد
1. هل أظهرت اهتماماً كبيراً جداً في اختيارك لموضوع تخصصك الدراسي في الكلية؟			
2. هل كان عندك ميل لعدد من التخصصات الدراسية المتنوعة بحيث لم تتمكن من التركيز بدقة على التخصص الدراسي الذي اخترته في الكلية؟			
3. هل فكرت أو تفكر بتغيير موضوع تخصصك الدراسي في الكلية؟			
4. هل وجدت الانتقال من المرحلة الثانوية إلى الكلية خبرة صعبة ومزعجة لك؟			
5. هل الدراسة – في العادة – عملية ممتعة بالنسبة لك؟			
6. هل لديك دوافع تجعلك تقبل على دراسة المواد المقررة في برنامج دراستك؟			
7. هل أجبرت على دراسة مواد أو مساقات لا تحبها أو ميلك قليل إليها؟			
8. هل تعتقد بأن الدروس التي تأخذها معظمها غير مترابطة مع بعضها البعض أو أنها ليست ذات قيمة عملية بالنسبة لك؟			
9. في المواضيع التي تدرسها، هل تحاول أن تحصل في حالة كل واحد منها على علامات أعلى من علامة النجاح فيها فقط؟			
10. هل تشعر بأنك لا تقوم بالتخطيط الكامل تجاه واجباتك ومسؤولياتك اليومية، أو أنك لا تولي ذلك الاهتمام الكافي؟			
11. هل تشعر بأن تأخرك في ممارسة حياتك العملية بسبب التحاقك بالدراسة في الكلية يجعلك غير مرتاح نفسياً؟			
12. هل تشعر بتأنيب الضمير لعدم أخذك الأمور بالجدية الكافية؟			
13. هل التحقت للدراسة بالكلية بناء على إلحاح أسرتك بالدرجة الأولى؟			
14. هل حاولت أن تضع لنفسك خطة حياتية جيدة؟			
15. هل غالباً ما تشعر بأنك لا تعرف مكانك في هذا العالم؟			
16. هل تجد أنك تواجه في العادة صعوبة ما في إعطاء تقييم صحيح لقيمة وأهمية الأعمال اليومية التي تقوم بها؟			
17. هل تقوم عادة بمحاولة التعرف على عملك والتخطيط له قبل عدة أيام من موعد حلوله؟			
18. هل تتأخر – أحياناً – في النوم أو العمل بحيث يجعلك ذلك تتأخر عن الحصص الدراسية في الكلية؟			
19. هل تكثر من الذهاب إلى السينما أو مشاهدة برامج التلفزيون أو تبادل الأحاديث مع الأصدقاء على حساب الوقت المخصص للدراسة؟			

العبارة	نعم	لا	غير متأكد
20. هل تشعر بأنك لا تستغل الوقت المخصص للدراسة استغلالاً كافياً؟			
21. هل عادة تأتي إلى الصف دون أن تكون قد حضرت واجباتك الدراسية تماماً؟			
22. هل تجد في العادة أنه من السهل على صديق أن يقنعك بالذهاب إلى النادي أو السينما أو القيام بنشاط آخر، في الوقت الذي تكون قد عزمت فيه على القيام بالدراسة؟			
23. هل عادة ما تقوم باستغلال أوقات الفراغ بين الحصص لمراجعة دروسك التي سبق وأن تعلمتها؟			
24. هل دائماً تكون قادراً على إتمام واجباتك الدراسية في أوقاتها المحددة بحيث لا تتراكم عليك تلك الواجبات الدراسية؟			
25. هل تقوم بالتخطيط لعملك بانتظام بحيث يسهل ذلك تعلمك للمساقات والمواد المختلفة؟			
26. عندما تجلس للدراسة، هل تشعر بالتململ أو الضجر بحيث يتعذر عليك البدء بالدراسة في الحال؟			
27. هل عادة يتشتت انتباهك عن الدراسة بسهولة؟			
28. هل عادة تقوم بتوزيع فترة الاستعداد والتحضير للامتحانات على عدد من الأيام؟			
29. هل من عادتك التحضير لامتحان هام بأن تواصل الدراسة له طوال الليل أو لساعات متأخرة جداً من الليل؟			
30. هل عادة تجد من السهل عليك فهم مضمون أسئلة الامتحانات بحيث لا تحتاج من الأستاذ إلى مزيد من الإيضاح حولها؟			
31. هل عادة تواجه صعوبة في طريقة أخذ الملاحظات أو تلخيص النقاط أثناء شرح المعلمين للدروس؟			
32. هل غالباً ما تواجه صعوبة ما في الحصول على المراجع أو الكتب المطلوبة للدراسة أو كتابة الأبحاث والتقارير إذا أردت القيام بذلك؟			
33. هل من عادتك أن تحاول تحديد النقاط الرئيسة في المادة التي تدرسها بحيث تخصص وقتاً إضافياً لإعادة دراستها أو التركيز عليها؟			
34. حينما تقوم بدراسة مادة مقررة فهل تقوم بالتوقف على مراحل لإعادة تسميع ما تقرؤه لنفسك أو تقوم بوضع أسئلة تجيب عنها بينك وبين نفسك؟			
35. هل عادة تجد صعوبة في استخلاص النقاط الهامة والأساسية عند قراءتك لمادة دراسية مقررة؟			
36. هل كثيراً ما تمر بحالات مزاجية متقلبة ما بين السرور والانقباض؟			

العبارة	نعم	لا	غير متأكد
37. هل عادة ما تكثر من أحلام اليقظة المتعلقة بأمورك العاطفية أو التفكير بالمستقبل مما يشتت انتباهك عن الدراسة؟			
38. هل غالباً ما يشرد ذهنك بحيث يتعذر عليك متابعة ما تقوم بعمله؟			
39. هل غالباً ما تكون في حالة عصبية وتثور بسرعة؟			
40. هل غالباً ما تتضايق وتشعر بالمعاناة لإحساسك بأن أحداً لا يفهمك؟			
41. عندما تواجهك مشكلات صعبة فهل غالباً تخشى مواجهتها ولا تدري كيف تتصرف؟			
42. أثناء تقدمك للامتحانات فهل غالباً ما تكون خائفاً أو قلقاً بحيث يؤدي ذلك إلى خفض مستوى إجابتك وحصولك على علامات أقل من المتوقع لك؟			
43. هل فشلكم في تحقيق أهدافك وطموحاتك الدراسية يزعجك ويقلقك بحيث يؤدي ذلك إلى إعاقة تقدمك في دراستك في الكلية؟			
44. هل تعتبر نفسك شخصاً متكيفاً تماماً بحياتك الدراسية في الكلية؟			
45. هل تشعر بأن بعض معلميك مستبدون ومتعالون في علاقاتكم مع الطلبة في الكلية؟			
46. هل غالباًتشعر بأنك لاتبدي الاهتمام اللازم لبعض الأمور الخاصة في حياتك الشخصية؟			
47. هل تجد أن بعض معلميك يتعمدون وضعك في مواقف تشعر فيها بالحرج والارتباك حتى يستمتعوا بذلك؟			
48. هل تشعر بان اهتمامك ونشاطاتك الخارجية مثل الاجتماع بالأصدقاء والذهاب الى النادي أو ممارسة الهوايات...الخ تسبب لك التأخر في الدروس؟			
49. هل عادة ما تنظر الى الدراسة على أنها مسألة تعتمد بالنسبة لك على الصدفة والمزاج الذي تكون به؟			
50. هل عادة ما تنظر الى الدراسة على أنها مسألة تعتمد بالنسبة لك على الصدفة والمزاج الذي تكون به؟			
51. هل تجد أن تصرفات بعض مدرسيك هي السبب في جعلك لا تقبل على تعلم المواد التي يدرسونها في الكلية؟			
52. هل عادة يضايقك أن تقوم بالدراسة عندما يكون المذياع مفتوحًا أو أن هناك أشخاص آخرين يتحدثون في نفس الغرفة؟			
53. هل تقوم بالسرحان في بعض الأوقات أو انك تدع ذهنك يتشتت خلال الحصة الدراسية؟			
54. عند التحضير للامتحانات فهل يصعب علي ترتيب المعلومات حسب أهميتها عليك في العادة أن ترتب المعلومات التي تدرسها حسب أهميتها حتى تتجنب إضاعة الوقت في دراسة الأشياء غير الهامة أو التفصيلية؟			

العبارة	نعم	لا	غير متأكد
55. هل تفضل أحياناً المشاركة بالنشاطات اللامنهجية (الرياضية والاجتماعية) ولو على حساب حصصك ودروسك؟			
56. هل تشعر بأن غالبية الأشخاص لا يهمهم من علاقتهم بك سوى الحصول على منافع خاصة بهم؟			
57. هل غالبًا ما تتردد ولا ترغب في أن تطالب أو تسأل مدرسك ليوضح لك بعض النقاط الغامضة في الدرس؟			
58. هل تشعر أحيانا بأنك تسمح لأفكارك بان تنشغل كثيرا جدا للأمور الخاصة ببيتك وعائلتك؟			
59. هل تشعر أحيانا بأنك تسمح لأفكارك بان تنشغل كثيرا جدا للأمور الخاصة ببيتك وعائلتك؟			
60. هل تشعر بان بعض معلميك يسخرون منك أو يحقدون عليك؟			
61. هل تجد أن لديك صفات شخصية كالمثابرة والتحمل وحب التعاون بحيث تساعد في نجاحك ودراستك بالكلية؟			

الملحق (4)

(الصورة النهائية) مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي

العبارة	نعم	لا	غير متأكد
1. هل أظهرت اهتماماً كبيراً جداً في اختيارك لموضوع تخصصك الدراسي في الكلية؟			
2. هل كان عندك ميل لعدد من التخصصات الدراسية المتنوعة بحيث لم تتمكن من التركيز بدقة على التخصص الدراسي الذي اخترته في الكلية؟			
3. هل فكرت أو تفكر بتغيير موضوع تخصصك الدراسي في الكلية؟			
4. هل وجدت الانتقال من المرحلة الثانوية إلى الكلية خبرة صعبة ومزعجة لك؟			
5. هل الدراسة – في العادة – عملية ممتعة بالنسبة لك؟			
6. هل لديك دوافع تجعلك تقبل على دراسة المواد المقررة في برنامج دراستك؟			
7. هل أجبرت على دراسة مواد أو مساقات لا تحبها أو ميلك قليل إليها؟			
8. معظم الدروس التي أخذتهاليست ذات قيمة عملية بالنسبة لك؟			
9. هل تحاول الحصول على علامة النجاح في المادة فقط؟			
10. هل تشعر بأنك لا تقوم بالتخطيط الكامل تجاه واجباتك ومسؤولياتك اليومية، أو أنك لا تولي ذلك الاهتمام الكافي؟			
11. هل تشعر بأن تأخرك في ممارسة حياتك العملية بسبب التحاقك بالدراسة في الكلية يجعلك غير مرتاح نفسياً؟			
12. هل تشعر بتأنيب الضمير لعدم أخذك الأمور بالجدية الكافية؟			
13. هل التحقت للدراسة بالكلية بناء على إلحاح أسرتك بالدرجة الأولى؟			
14. هل حاولت أن تضع لنفسك خطة حياتية جيدة؟			
15. هل غالباً ما تشعر بأنك لا تعرف مكانك في هذا العالم؟			
16. أواجه صعوبة في تعميم الأعمال اليومية التي أقوم فيها			
17. هل تقوم عادة بمحاولة التعرف على عملك والتخطيط له قبل عدة أيام من موعد حلوله؟			
18. هل تتأخر – أحياناً – في النوم أو العمل بحيث يجعلك ذلك تتأخر عن الحصص الدراسية في الكلية؟			
19. هل تكثر من الذهاب إلى السينما أو مشاهدة برامج التلفزيون أو تبادل الأحاديث مع الأصدقاء على حساب الوقت المخصص للدراسة؟			
20. هل تشعر بأنك لا تستغل الوقت المخصص للدراسة استغلالاً كافياً؟			
21. هل عادة تأتي إلى الصف دون أن تكون قد حضرت واجباتك الدراسية تماماً؟			

العبارة	نعم	لا	غير متأكد
22. هل تجد في العادة أنه من السهل على صديق أن يقنعك بالذهاب إلى النادي أو السينما أو القيام بنشاط آخر، في الوقت الذي تكون قد عزمت فيه على القيام بالدراسة؟			
23. هل عادة ما تقوم باستغلال أوقات الفراغ بين الحصص لمراجعة دروسك التي سبق وأن تعلمتها؟			
24. هل دائماً تكون قادراً على إتمام واجباتك الدراسية في أوقاتها المحددة بحيث لا تتراكم عليك تلك الواجبات الدراسية؟			
25. هل تقوم بالتخطيط لعملك بانتظام بحيث يسهل ذلك تعلمك للمساقات والمواد المختلفة؟			
26. عندما تجلس للدراسة، هل تشعر بالتململ أو الضجر بحيث يتعذر عليك البدء بالدراسة في الحال؟			
27. هل عادة يتشتت انتباهك عن الدراسة بسهولة؟			
28. هل عادة تقوم بتوزيع فترة الاستعداد والتحضير للامتحانات على عدد من الأيام؟			
29. هل من عادتك التحضير لامتحان هام بأن تواصل الدراسة له طوال الليل أو لساعات متأخرة جداً من الليل؟			
30. هل عادة تجد من السهل عليك فهم مضمون أسئلة الامتحانات بحيث لا تحتاج من الأستاذ إلى مزيد من الإيضاح حولها؟			
31. هل عادة تواجه صعوبة في طريقة أخذ الملاحظات أو تلخيص النقاط أثناء شرح المعلمين للدروس؟			
32. هل غالباً ما تواجه صعوبة ما في الحصول على المراجع أو الكتب المطلوبة للدراسة أو كتابة الأبحاث والتقارير إذا أردت القيام بذلك؟			
33. هل من عادتك أن تحاول تحديد النقاط الرئيسة في المادة التي تدرسها بحيث تخصص وقتاً إضافياً لإعادة دراستها أو التركيز عليها؟			
34. بعد انتهائي من دراسة مادة معينة أقوم بوضع أسئلة أجيب عليها بيني وبين نفسي			
35. هل عادة تجد صعوبة في استخلاص النقاط الهامة والأساسية عند قراءتك لمادة دراسية مقررة؟			
36. هل كثيراً ما تمر بحالات مزاجية متقلبة ما بين السرور والانقباض؟			
37. هل عادة ما تكثر من أحلام اليقظة المتعلقة بأمورك العاطفية أو التفكير بالمستقبل مما يشتت انتباهك عن الدراسة؟			
38. هل غالباً ما يشرد ذهنك بحيث يتعذر عليك متابعة ما تقوم بعمله؟			
39. هل غالباً ما تكون في حالة عصبية وتثور بسرعة؟			

العبارة	نعم	لا	غير متأكد
40. هل غالباً ما تتضايق وتشعر بالمعاناة لإحساسك بأن أحداً لا يفهمك؟			
41. عندما تواجهك مشكلات صعبة فهل غالباً تخشى مواجهتها ولا تدري كيف تتصرف؟			
42. أثناء تقدمك للامتحانات فهل غالباً ما تكون خائفاً أو قلقاً بحيث يؤدي ذلك إلى خفض مستوى إجابتك وحصولك على علامات أقل من المتوقع لك؟			
43. المشاكل التي تواجهني خارج الكلية هي السبب في إهمالي الدروس.			
44. هل تعتبر نفسك شخصاً متكيفاً تماماً بحياتك الدراسية في الكلية؟			
45. هل تشعر بأن بعض معلميك مستبدون ومتعالون في علاقاتكم مع الطلبة في الكلية؟			
46. هل تجد أن بعض معلميك يتعمدون وضعك في مواقف تشعر فيها بالحرج والارتباك حتى يستمتعوا بذلك؟			
47. هل تجد أن تصرفات بعض مدرسيك هي السبب في جعلك لا تقبل على تعلم المواد التي يدرسونها في الكلية؟			
48. هل تفضل أحياناً المشاركة بالنشاطات اللامنهجية (الرياضية والاجتماعية) ولو على حساب حصصك ودروسك؟			
49. هل تشعر بأن غالبية الأشخاص لا يهمهم من علاقتهم بك سوى الحصول على منافع خاصة بهم؟			
50. هل تجد أن لديك صفات شخصية كالمثابرة والتحمل وحب التعاون بحيث تساعد في نجاحك ودراستك بالكلية؟			

الملحق (5)

(الصورة الأولية) مقياس استخدام الانترنت

إن بين أيديكم مجموعة من الأسئلة التي تخص عاداتك في استخدام الانترنت والهدف من هذا الاستبيان هو البحث العلمي.

ونؤكد لكم بأن إجاباتكم الصريحة والصادقة هو عوناً لنا في تقديم المقترحات الجادة التي تحسن من عملكم والمعلومات التي ستقدمونها لن يطلع عليها أحد سوى (الباحثة) مع التنويه بأنه لا يوجد هناك جواب صحيح وآخر خطأ إنما هناك رأي خاص بك حول هذا الموضوع أو ذاك ونحن نقدر لك إجابتك مهما كانت شاكرين تعاونكم.

م	العبـــــارة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	لا تنطبق أبداً
.8	أقوم بفتح الانترنت بعد أن أستيقظ من النوم مباشرة.			
.9	لا أهتم للتكاليف المادية في استخدام الانترنت			
.10	أكثر من مرة نمت لمدة أقل من أربع ساعات بسبب استخدام الانترنت.			
.11	استخدم الانترنت لوقت طويل أكثر مما كنت أنويه.			
.12	خسرت معظم أصدقائي بسبب تعلقي باستخدام الانترنت لفترة طويلة			
.13	أشعر بالاكتئاب عندما لا أستخدم الانترنت.			
.14	الهواية المفضلة لدي البحث على شبكة الانترنت			
.15	لا أستطيع التركيز في دراستي بسبب انشغالي بالأنترنت.			
.16	أستمر في استخدام الانترنت بشكل كبير رغم ما يسببه لي من مشكلات في حياتي.			
.17	شعرت بتغير ايجابي في حياتي عندما بدأت استخدام الانترنت			
.18	استخدام الانترنت أحب الأنشطة التي أقوم بها في حياتي.			
.19	عندما توجد ضوضاء أو ضجيج من حولي عند استخدام الانترنت تجعلني أتوتر وأشعر بالعصبية.			
.20	اشعر بالتوتر عند انقطاع شبكة الانترنت			
.21	أزيد من استخدام الانترنت للحصول على الشعور بالسعادة والرضا الذى كنت أشعر به من قبل عند استخدام الانترنت.			
.22	ينتابني القلق لعدم استخدامي الانترنت.			

م	العبـــــــارة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	لا تنطبق أبداً
.23	استخدامي للأنترنت بشكل كبير جعلني لا أزور أقاربي وأنقطع عنهم.			
.24	رغم أن استخدام الانترنت مكلف مادياً إلا أنني ما زلت أستخدمه كثيراً.			
.25	أفضل استخدام شبكة الانترنت على الجلوس مع عائلتي			
.26	أفضل استخدام الانترنت عن الخروج مع أصدقائي.			
.27	من أولويات الحياة لدي متابعة كل جديد على شبكة الانترنت			
.28	أتأخر في النوم كثيرا من الأحيان بسبب سهري أمام الانترنت.			
.29	أشعر بالسعادة الغامرة عندما أستخدم الانترنت.			
.30	انخفض وزني منذ بداية استخدامي المفرط للإنترنت			
.31	جلوسي الدائم أمام الانترنت سبب لي العديد من المشاكل مع أسرتي			
.32	تورطت في الكثير من الأمور اللاأخلاقية لكثرة جلوسي أمام الإنترنت			
.33	أغوص في الإنترنت في أشياء لا تفيد دراستي			
.34	لا أحد يعلم ما أفعله على الإنترنت			
.35	أقيم علاقات عديدة مع أشخاص على الإنترنت			
.36	أخشى أن تكون الحياة مملة بدون استخدام الإنترنت			
.37	أخفي عن الآخرين عدد الساعات التي أقضيها أمام الإنترنت			
.38	تأثرت علاقاتي الشخصية بسبب كثرة استخدامي للإنترنت			
.39	ابتعدت عن هواياتي المحببة			

الملحق (6)

(الصورة النهائية) مقياس استخدام الانترنت

م	العبـــــارة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	لا تنطبق أبداً
.1	أقوم بفتح الانترنت بعد أن أستيقظ من النوم مباشرة.			
.2	أكثر من مرة نمت لمدة أقل من أربع ساعات بسبب استخدام الانترنت.			
.3	استخدم الانترنت لوقت طويل أكثر مما كنت أنويه.			
.4	أشعر بالاكتئاب عندما لا أستخدم الانترنت.			
.5	لا أستطيع التركيز في دراستي بسبب انشغالي بالأنترنت.			
.6	أستمر في استخدام الانترنت بشكل كبير رغم ما يسببه لي من مشكلات في حياتي.			
.7	استخدام الانترنت أحب الأنشطة التي أقوم بها في حياتي.			
.8	عندما توجد ضوضاء أو ضجيج من حولي عند استخدام الانترنت تجعلني أتوتر وأشعر بالعصبية.			
.9	أزيد من استخدام الانترنت للحصول على الشعور بالسعادة والرضا الذى كنت أشعر به من قبل عند استخدام الانترنت.			
.10	ينتابني القلق لعدم استخدامي الانترنت.			
.11	استخدامي للأنترنت بشكل كبير جعلني لا أزور أقاربي وأنقطع عنهم.			
.12	رغم أن استخدام الانترنت مكلف مادياً إلا أنني ما زلت أستخدمه كثيراً.			
.13	أفضل استخدام الانترنت عن الخروج مع أصدقائي.			
.14	أتأخر في النوم كثيرا من الأحيان بسبب سهري أمام الانترنت.			
.15	أشعر بالسعادة الغامرة عندما أستخدم الانترنت.			
.16	انخفض وزني منذ بداية استخدامي المفرط للإنترنت			
.17	جلوسي الدائم أمام الانترنت سبب لي العديد من المشاكل مع أسرتي			
.18	تورطت في الكثير من الأمور اللاأخلاقية لكثرة جلوسي أمام الإنترنت			
.19	أغوص في الإنترنت في أشياء لا تفيد دراستي			

م	العبـــــــارة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	لا تنطبق أبداً
.20	لا أحد يعلم ما أفعله على الإنترنت			
.21	أقيم علاقات عديدة مع أشخاص على الإنترنت			
.22	أخشى أن تكون الحياة مملة بدون استخدام الإنترنت			
.23	أخفي عن الآخرين عدد الساعات التي أقضيها أمام الإنترنت			
.24	تأثرت علاقاتي الشخصية بسبب كثرة استخدامي للإنترنت			
.25	ابتعدت عن هواياتي المحببة			

ملخص الدراسة باللغة العربية

مقدمة الدراسة:

انتشرت ظاهرة استخدام الإنترنت بين الأفراد والمجتمعات المختلفة، ربما يرجع ذلك إلى ما لهذه الظاهرة من دلالات.

بالرغم من وجود إيجابيات كثيرة وهامة للإنترنت إلا أنها تحتوي على الكثير من السلبيات، إذ تحولت إلى وسيلة بديلة عن الاختلاط الحقيقي المباشر مع الآخرين، حيث تعد الشبكة الدولية للمعلومات وسيلة اتصالية، فمن خلال شبكة الإنترنت يمكن للفرد التواجد عن بعد، ومع ظهور الجيل الثاني للإنترنت الذ ي أتاح إمكانيات جديدة في الاتصال عبر الشبكة من خلال مواقع الشبكات الاجتماعية زاد الاهتمام بدراسة إ دمان الانترنيت كظاهرة مجتمعية لديها الكثير من الآثار النفسية والاجتماعية والصحية التي تؤثر على الأشخاص الذين يقضون وقتا أكبر على الخط المباشر مخصصين بذلك وقتاً أقل للأشخاص الآخرين في حياتهم الواقعية، هذا التغير في طبيعة التواصل أصبح يهدد العلاقات الحيوية السائدة في المجتمع.

فقد وجد بعض الباحثين أن قضاء الفرد جل وقته في استخدام شبكة الإنترنت عبر وسائل متعددة كالحاسوب أو الموبايل سيغير من العلاقات الإنسانية التي تربط البشر فيما بينهم، فكثيرون يرتبطون بالشاشة لمدة طويلة؛ لأنها توفر لهم: التعليم والتسلية والتشويق وتبادل الرسائل والحوار ومشاهدة الأفلام وقراءة الكتب (الطراونة والفنيخ، 2012، ص285).

وتعد ظاهرة الاغتراب ظاهرة اجتماعية نفسية اهتم بها الكثير من الفلاسفة والمفكرين والأدباء ثم بدأ الاهتمام بها كظاهرة نفسية تمخضت عن حركة البحث في مجال الشعور بالاغتراب النفسي إلى وجود عدد من الخصائص والمظاهر الشخصية التي يتسم بها الفرد المغترب، حيث يعد الاغتراب النفسي هو الحصيلة النهائية للاغتراب في أي شكل من أشكاله الأمر الذي أدى بالإنسان إلى الشعور بعدم الأمن والطمأنينة حيال واقع الحياة في هذا العصر.

ولاشك أن التقدم التكنولوجي الهائل في مجال المعلومات والاتصالات الذي يميز العصر الحالي، رغم الفائدة العظيمة التي تحققها شبكة الانترنت في كافة مجالات الحياة حيث تم استخدام الانترنت كأحد وسائل الاتصال الحديثة ومن أجل زيادة المعرفة، حيث تشير كيمبرلي يونغ (Kimberly Young, 2007) التي تعتبر من أوائل من سلطوا الضوء على المشكلات التي ترتبط باستخدام الانترنت – إلى أن العزلة الاجتماعية والاكتئاب يرتبطان بشكل كبير مع الاستخدام المفرط للإنترنت (هتهات، 2014، ص7)، وبما أن الاتصال الإيجابي بين الطلبة يسهم في عملية التعليم الجامعي، وحتى يكون الإسهام فعالاً لابد أن يتمتع الطالب بالتكيف الاجتماعي الذي ينطوي على العلاقات الطيبة والقوية، لذلك من الواجب الانتباه إليهم، ومحاولة تحقيق نموهم المتكامل جسمياً ونفسياً واجتماعياً، للوقاية من تعرض الشباب للفراغ النفسي الذي ينتج عنه بعض الاضطرابات النفسية ومنها الوحدة النفسية والاغتراب (زهران، 2002، ص8) وتعد دراسة التكيف الأكاديمي من بين الجوانب الأساسية في سيكولوجية التكيف التي نالت اهتمام الباحثين، وتتعلق دراسة هذا النوع من التكيف بجوانب تتصل بالسلوك التربوي للفرد ضمن إطار المؤسسات التربوية الرسمية التي تمارس عملها، بهدف إحداث التغيرات السلوكية المرغوبة عند الطلبة، هذه التغيرات التي تتصل بإمكانية تحقيق أهداف التعلم المدرسي والجامعي، لذا فإن الاتجاهات التربوية الحديثة المتعلقة بالتكوين العقلي والشخصي للفرد المتعلم تؤكد على مبدأ التكامل الشخصي للفرد وتعطي اهتماما اكبر للجوانب التكيفية عند الفرد، وأكد السرحان أن التكيف الأكاديمي داخل الجامعة يتأثر بالجو الجامعي، فالمجتمع الجامعي الإيجابي هو الذي تسوده الحرية والديمقراطية، وروح العدالة، والمساواة، والمودة والتعاطف، بين الطلبة أنفسهم ومع مدرسيهم، وهو الذي يساعد الطلبة على استغلال طاقاتهم وقدراتهم إلى الحد الأقصى، بالإضافة إلى الدور الإيجابي للمدرسين من خلال تفاعلهم الإيجابي مع الطلبة واعتمادهم المناهج وطرق التدريس التي تساهم في تنمية مهارات الطلبة ومعارفهم (السرحان، 2000، 187)، فالمتعلم إذا شعر بالتكيف الأكاديمي، فإنه من المحتمل أن يبذل الجهد، والمثابرة اللازمة لإتقان العمل، والإصرار على بلوغ هدفه بصرف النظر عن العوامل المشتتة له كالاستخدام المفرط للأنترنت ويصبح أكثر انخراطا بمحيطه الجامعي وبعيداً عن الاغتراب النفسي من هنا أتى هذا البحث ليتناول هذه المتغيرات المهمة بالدراسة.

- مشكلة الدراسة ومسوغاتها:

تعد شبكة الانترنت من أهم التقنيات التي دخلت إلى المجتمعات بشكل مفاجئ وسريع، كما أنها تشكل مصدرا ممتازاً للتغلب على مشكلة احتكار المعرفة، وللتقدم العلمي والاقتصادي والاجتماعي وعلى الرغم من الفوائد الكبيرة للإنترنت إلا أنها في ذات الوقت قد تحتوي على بعض المخاطر، فهي تنذر بإحداث تغيرات جذرية في العلاقات والقيم الاجتماعية وغيرها، فأن عدم الاتصال والتفاعل الحي المباشر يرتبط بالوحدة النفسية والاغتراب النفسي وانخفاض صحة الفرد النفسية والجسمية، وهناك أيضا مخاوف مشروعة من المشكلات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن ترتبط بتزايد الإقبال على الانترنت أو بسوء استخدامها، والشباب عموما هم الفئة الأكثر تعرضا لهذا الاغتراب لأنهم الأكثر معاناة من هذه الآثار، ولأنهم يحملون طاقات فكرية وروحية تحتاج للإشباع (العرب والرواشدة، 2016، 221)، فمن خلال التفاعل مع الطلبة في الجامعات، لاحظت الباحثة أن بعضهم يقضون الجزء الكبير من أوقاتهم الثمينة وراء الحاسوب أو باستخدام الموبايل، كما أن عدداً من الطلبة يقضون أوقاتهم في مقاهي الانترنت، مما قد يؤدي إلى انخفاض تحصيلهم الأكاديمي، ويقلل تفاعلهم الاجتماعي مع أسرهم وأصدقائهم، مما يؤدي للشعور بالوحدة النفسية والاغتراب النفسي.

حيث تبين دراسة قام بها (كريستوفر ساندیرز) نشرت في صيف سنة / 2000/م، تبين أن هناك علاقة بين استعمال الانترنت ومشاعر العزلة الاجتماعية والاكتئاب"(بعزيز، 2010، ص9)

كما إن ظاهرة الاغتراب وما يتمخض عنها من تغيرات نفسية كالتسلط والقلق والعنف والتمرد...، أحد جوانب أزمة الإنسان المعاصر والتي نجد لهامظاهراً بين الشباب الجامعي، ونظراً لتزايد هذه الظاهرة في الوسط الجامعي، قام عدد من المختصين بالدراسة في هذا المجال، والاغتراب باعتباره من المشاكل النفسية لم يكن وحده محل اهتمام الباحثين والمختصين، بل كان التكيف من عدمه أيضا بالمثل، خاصة إذا تعلق الأمر بالطالب الجامعي "فالجامعات في الوقت الحاضر لم يعد عملها مقتصراً على تعريف الطلبة بالمعلومات والمعارف والحقائق، بل اتجهت إلى الاهتمام بالفرد من جميع جوانبه، عن طريق ارتباطهم الإيجابي بالمجتمع، حتى يتمكنوا من مواجهة المواقف والمشكلات التي تعترضهم في حياتهم الدراسية والعامة، وبذلك يحققون تكيفهم

الأكاديمي، الذي يعتبر واحد من أقوى المؤشرات المتعلقة بصحة الطالب النفسية" (الرياخي، 1987، ص25).

والتكيف الجامعي هو هدف يسعى كل مجتمع جامعي لأن يصل طلابه إليه في المجالات المختلفة فكلما كان الطالب مقبلاً على بناء علاقات فردية سليمة مع أعضاء مجتمعه الجامعي كلما أشبع جزءاً من حاجاته العامة مثل الحاجة إلى الانتماء وتقبل الآخرين الأمر الذي يؤدي إلى ارتفاع مستوى التكيف لديه.

وعلى الرغم من الأثر المتنامي لاستخدام الإنترنت على المجتمع، ومن الإقبال اللامحدود من قبل الشباب الجامعي على استخدامه، وتأثيراته المختلفة على البناء الاجتماعي، الذي لا زالت دراسة آثاره محدودة، وخصوصاً في مدى تأثيره على العلاقات الاجتماعية لدى فئة من أكثر الفئات الاجتماعية استخداماً له. (المجالي، 2007، ص163)

استنادا الى العديد من بعض الدراسات السابقة(ابريعم، 2015)، و(عمارة، 2013)، و(كريمة، 2012)، لاحظت الباحثة أن هناك علاقة بين استخدام الانترنت والتكيف الأكاديمي والاغتراب النفسي لطلاب الجامعة، مما حثها على القيام بدراسة استطلاعية غير مقننة للوقوف على العلاقة بين المتغيرات، حيث قامت بتطبيق مقياس استخدام الانترنت من اعداد الباحثة ومقياس الاغتراب النفسي من اعداد دانيال عباس ومقياس التكيف الاكاديمي لهنري بورو على عينة عشوائية بلغ عددها 25 طالبا" وطالبة من الطلبة في مختلف كليات جامعة دمشق وذلك في النصف الأول من شهر نيسان لعام 2016 بغية استكشاف العلاقة بين استخدام الانترنت والتكيف الاكاديمي والاغتراب النفسي، وكانت النتائج على الشكل الآتي:

-توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسط أداء أفراد عينة الدراسة على مقياس الانترنت ومتوسط أداء الأفراد على مقياس التكيف الأكاديمي.

وانطلاقا" من نتائج الدراسة الاستطلاعية التي أجرتها الباحثة، والتي دعمتها نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة(عمارة، 2013)، و الأطار النظري، فإن مشكلة الدراسة تتحدد في الاجابة عن السؤال التالي:

ما هي العلاقةبين استخدام الأنترنت والاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة دمشق؟

- أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة بالجانبين الآتيين:

- الأهمية النظرية:

- إلقاء الضوء على متغيرات الدراسة المتمثلة باستخدام الانترنت والاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي من حيث العوامل المؤثرة والأنواع والأسباب.

– الأهمية التطبيقية

- من الممكن أن يسهم هذا البحث من خلال نتائجه في رصد مشاكل الشباب والطلبة الناتجة عن ظاهرة استخدام الأنترنت بغية حلها، لما لهذه الفئة من الأهمية في تطور المجتمع.
- الاستفادة من النتائج التي يسفر عنها البحث سواء في المجال الوقائي أو العلاجي وتفيد المختصين في إعداد برامج تربوية وإرشادية للطلبة لمساعدتهم على الاستخدام الصحيح للأنترنت ولنشر الوعي بين الطلبة.
- تزويد المسؤولين على رعاية الشباب وأفراد المجتمع ككل بالكيفيات والإستراتجيات اللازمة للتعامل مع هذه الظاهرة الخطيرة والحديثة على مجتمعنا.

- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- التعرف إلى درجة شيوع استخدام الانترنت لدى طلبة الجامعة.
- التعرف إلى درجة شيوع الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة.
- التعرف إلى درجة شيوع التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

- التعرف إلى العلاقة بين استخدام الانترنت والاغتراب النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.
- التعرف إلى العلاقة بين استخدام الانترنت والتكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة.
- التعرف إلى الفروق في استخدام الانترنت لدى أفراد عينة الدراسة، تبعاً للجنس والتخصص الأكاديمي.
- التعرف إلى الفروق في ظاهرة الاغتراب لدى أفراد عينة الدراسة، تبعاً للجنس والتخصص الأكاديمي.

أسئلة الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية الى الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ما درجة شيوع استخدام الانترنت لدى افراد عينة الدراسة؟
- ما درجة شيوع الاغتراب النفسي لدى افراد عينة الدراسة؟
- ما درجة شيوع التكيف الأكاديمي لدى افراد عينة الدراسة؟

فرضيات الدراسة:

اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة الفرضية الصفرية وتسعى الى اختبار الفرضيات التالية:

- **الفرضية الأولى:** لاتوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي.
- **الفرضية الثانية:** لاتوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس التكيف الاكاديمي.
- **الفرضية الثالثة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت تبعاً لمتغير الجنس.
- **الفرضية الرابعة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت تبعاً لمتغير التخصص.

- **الفرضية الخامسة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير الجنس.
- **الفرضية السادسة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير التخصص.
- **الفرضية السابعة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس التكيف الاكاديمي تبعاً لمتغير الجنس .
- **الفرضية الثامنة:** لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس التكيف الاكاديمي تبعاً لمتغير التخصص .

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة في تحصيل المعلومات اللازمة للإجابة عن أسئلة وفرضيات الدراسة وتحقيق أغراض الدراسة على **المنهج الوصفي التحليلي**

مجتمع الدراسة وعينتها:

يتألف مجتمع من جميع الطلبة المسجلين في كليتي الهندسة المعمارية والتربية (قسم علم النفس) حيث بلغ عدد الطلبة المسجلين في السنة الرابعة في كلية الهندسة المعمارية (810) طالباً وطالبة، وكلية التربية (قسم علم النفس) السنة الرابعة الذي بلغ عدد الطلبة المسجلين (108) طالباً وطالبة، وقد تم سحب عينة بالطريقة المقصودة المتيسرة مؤلفة من (400) طالب وطالبة من الكليتين.

أدوات الدراسة:

بغرض تحقيق اهداف الدراسة تم استخدام الآتي:

1. **مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية:** الذي استخدمه دانيال عباس.
2. **اختبار هنري بورو (Henry Borow) للتكيف الأكاديمي.**
3. **مقياس استخدام الانترنت:**من اعداد الباحثة.

قامت الباحثة بالتأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

-أهم نتائج الدراسة

- توجد علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي.
- توجد علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت ودرجاتهم على مقياس التكيف الاكاديمي.
- **توجد** فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور.
- لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس استخدام الانترنت تبعاً لمتغير التخصص.
- لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير الجنس.
- لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير التخصص.
- لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس التكيف الاكاديمي تبعاً لمتغير الجنس.
- لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات اجابات افراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة على مقياس التكيف الاكاديمي تبعاً لمتغير التخصص.

Abstract

Introduction

Many different individuals and societies are depending on using the internet mostly in their lives. Such a phenomenon is due to many denotations.

In spite of the many positive cons of the internet, it has a number of negative cons. The internet has changed to become an alternative to real social interaction with people. It is considered as a method to stay in touch. Through the internet, a person can be connected remotely. The second generation of the internet, which has made it available to get connected through the use of social media platforms, had increased the importance of studying internet addiction as a social phenomenon. It has posed a lot of social, psychological and physical effects on those who spend much time online and neglect the real social interaction in their actual life. Such a life style started to threaten healthy social habits of many individuals.

Many researchers have found that staying online all the time via laptops or cellphones will change human relations. Many spend their time staring at their cellphones' screens, simple because they are offered knowledge and entertainment at the same time (Altaranah & Fnaigh, 2012, p.285).

Estrangement is social and psychological problem that many philosophers and thinkers talked about. It then transformed into a psychological state that resulted from the movement of searching about the feeling of psychological estrangement. It has been said that

psychological estrangement is the last form of general estrangement. Such a thing led humans to feel insecure about life in such an era.

It cannot be denied that technological advancement in this age of information and communication has made the internet one of the most important and prominent methods of communicating and learning. Kimberly Young (2007), who is one of the very first people who shed light on the consequences of using the internet, said that social isolation and depression are highly connected to overusing the internet (Hethat, 2014, p.7).

Positive communication among students helps in improving academic education. For such participation to be effective students have to be socially adaptive, hence, it is important to pay close attention to them and to try to help them grow physically, psychologically and socially. This will happen to protect the young from being psychologically endangered (Zahran, 2002, p.8).

Academic adaptation study is one of the most basic aspects of the psychology of adaption. This study is related to this kind of adaption that is closely linked to the educational behavior of an individual in official academic institutions. It was conducted to enforce positive behaviors among students. Such changes are related to the possibility of achieving academic and educational goals. Thus, the new educational trends that revolve around mental and personal improvement for an educated individual asserts having personal competition for any individual. They even give a bigger interest in developing adaption. Alsarhan has claimed that academic adaptation in college affects educational atmosphere. A positive academic community is the one that is full of freedom, democracy, justice, equality, and compassion among students and instructors. Such a community will help students activate their potentials

to the max. This is in addition to the positive role instructors play by positively communicating with students and using teaching methodologies that help enhance their skills and knowledge (Alsarhan, 2000, p.187). When a student feels academic adaptation, they will pay efforts to excel. They will insist on achieving their goals in spite of any obstacles, such as overusing the internet. They will even become more socially active and away from psychological estrangement which this paper is talking about.

Study Problem and Justifications

Internet is one of the most important technologies that entered many societies rapidly. It is an excellent solution to overcome knowledge monopoly, in addition to scientific, economic and social advancement. In spite of the many advantages of the internet, it is still contains a number of disadvantages. It helps in creating dramatic changes in social relations and morals. Not being able to actively communicate is closely related to psychological isolation and estrangement, in addition to psychical and psychological issues. There are many justified fears of social and psychological problems that can be linked to the growing use of internet or even misusing it. The youth are the social layer that is getting exposed to such estrangement because they have intellectual potentials that need to be fulfilled (Alarab and Alrawashdah, 2016, 221). Through getting engaged with students in college, the researcher noticed that some of them spent their time behind the screen of a computer of a cellphone. Many students spend their time in Internet cafés. This would lead to trouble with their education and would lessen their active engagement with their friends and families; thus, leading to psychological isolation and estrangement.

A study done by Christopher Sandiers in summer of 2000 showed that there is a relation between using the internet and developing social isolation and depression (Bazez, 2010, p.9).

Estrangement and what may result out of it of many psychological changes such as anxiety, violence, rebellion, etc. These are some aspects of the modern human being and that can be found between academic youth. A number of researches have studied this phenomenon since such behaviors were not only the interest of specialists only. Universities are not only related to teaching students information and facts, they are even interested in developing students fully by linking them positively to the community in order for them to face difficulties that may hinder their practical and personal lives. Thus, they achieve academic adaptation that is one of the most important results linked to the psychological welfare of students (Alrayakhly, 1987, p.25).

Academic adaptation is a goal that any academic community is trying to reach to enable its students to be active in any field. The more a student is willing to build healthy relations with their community member, the more satisfied they feel in relation to their sense of belonging and accepting others.

In spite of the growing impact of the internet on the community, the growing use of it by the youth, and its different impact over the social layers, the interenet has limited influence especially on how socially active it is (Almajly, 2007, p.163).

According to many previous studies (Ebraem 2015, Amara, 2013, and Krema 2012), the researcher notice that there is a relation between using the internet, academic adaptation and psychological estrangement among college students. This has led her to conduct a pilot study by applying a special measuring tool developed by her, another measuring

tool of psychological estrangement done by Danial Abbas, and a measuring tool of academic adaptation done by Henry Buro on a random sample of 25 students of different majors at Damascus University. That was done in the first part of April 2016 in order to show if there is a relation between using the internet, academic adaptation and psychological estrangement. Results are as follows:

- There is a correlational relation between the performance of the used sample of students on the internet measuring tool and the performance of individuals on the measuring tool of academic adaptation.

Based on the results of that pilot study done by the researcher, these were supported by previous studies such as Amara, 2013, and theoretical frame. The problem of the study is measure by answering the following question:

- How popular using the internet is among students and its relation to psychological estrangement and academic adaptation among students of Damascus University?

The Importance of the Study

Two aspects of importance as follows:

- Theoretical Importance:

To shed light on the study's variables that are showed are using the internet, psychological estrangement and academic adaptation in relation to affecting factors, types and reasons.

Practical Importance:

It is possible for this study through its results to specify the problems of the youth and students that result from using the internet in order to

solve them, due to the importance of this layer in developing the community.

Making use of the study's results whether to treat or protect. It can benefit specialists in developing educational programs to help students use the internet correctly.

Equipping those in charge of taking care of the youth with needed strategies to deal with such a dangerous and modern phenomenon.

The Goals of the Study

The present study aims at:

- Identifying differences in using the internet among a sample of students according to their gender and academic field.
- Identifying differences in relation to estrangement among a sample of students according to gender and academic field.
- Identifying differences in relation to academic adaptation among a sample of students according to gender and academic field.
- Identifying the relation between using the internet and psychological estrangement among the members of the sample.
- Identifying the relation between using the internet and academic adaptation among the members of the sample.

Questions of the Study

The present study aims at answering the following questions:

1. How common using the internet among the members of the sample?
2. How common psychological estrangement among the members of the sample?
3. How common academic adaptation among the members of the sample?

Hypotheses of the Study

The researcher used for this study the null hypothesis that aims at testing the following hypotheses:

- The first hypothesis: there is no correlational relation between the grades of the sample among the students of college using the measuring tool of using the internet and their marks based on adaptation measurement, correlation reference (0.05).
- The second hypothesis: there is no correlational relation between the grades of the sample among the students of college using the measuring tool of using the internet and their marks based on adaptation measurement, correlation reference (0.05).
- The third hypothesis: there is no correlational relation between the grades of the sample among the students of college using the measuring tool of using the internet and their marks based on gender difference, correlation reference (0.05).
- The forth hypothesis: there is no correlational relation between the grades of the sample among the students of college using the measuring tool of using the internet and their marks based on academic field, correlation reference (0.05).
- The fifth hypothesis: there is no correlational relation between the grades of the sample among the students of college using the measuring tool of psychological estrangement based on gender difference, correlation reference (0.05).
- The sixth hypothesis: there is no correlational relation between the grades of the sample among the students of college using the measuring tool of psychological estrangement based on academic field, correlation reference (0.05).

- The seventh hypothesis: there is no correlational relation between the grades of the sample among the students of college using the measuring tool of academic adaptation based on gender difference, correlation reference (0.05).
- The eight hypothesis: there is no correlational relation between the grades of the sample among the students of college using the measuring tool of academic adaptation based on academic field, correlation reference (0.05).

Study Methodology

The present study has depended on collecting information to answer the questions and hypotheses of the study by depending on the descriptive analytical approach.

The Sample of the Study

The sample of the study consists of students of Education College and architecture. The number of the fourth year students in architecture is 810 and the students in education college fourth year is 108. The sample has been selected randomly out of 400 students in both colleges.

The Tools of the Study

1. Estrangement tool for college students: Danial Abbas.
2. Henry Borow's test of academic adaptation
3. Using the internet measuring tool: developed by the researcher.

The researcher has used the tools in relation to what goes well with the Syrian community.

Results

- ✓ There is an inverse correlation between the grades of the study in relation to the measuring tool of the Internet and their grades in relation to the psychological estrangement tool.
- ✓ There is an inverse correlation between the grades of the study in relation to the measuring tool of the Internet and their grades in relation to the academic adaptation tool.
- ✓ There is an inverse correlation between the grades of the study in relation to the measuring tool of the Internet and their grades in relation to variable of gender in favor of males.
- ✓ There are no correlational differences between the grades of the sample's answers in relation to the Internet tool according to the variable of majors.
- ✓ There are no correlational differences between the grades of the sample's answers in relation to the psychological estrangement tool according to the variable of gender.
- ✓ There are no correlational differences between the grades of the sample's answers in relation to the psychological estrangement tool according to the variable of majors.
- ✓ There are no correlational differences between the grades of the sample's answers in relation to the academic adaptation tool according to the variable of gender.
- ✓ There are no correlational differences between the grades of the sample's answers in relation to the academic adaptation tool according to the variable of majors.

Damascus University

Faculty of Education

Department of Psychology

The Use of the Internet and its Relationship to Psychological Alienation and Academic Adaptation

A Dissertation submitted for the Requirements of Master Degree in Psychology

Submitted By

Hiba Bassam Houdaifa

Supervised By

Prof. Hasan Adib Emad

Assistant Professor in the Department of Psychology

Damascus $\frac{\mathbf{1440-1441}\ \boldsymbol{AH}}{\mathbf{2019-2020}\ \boldsymbol{AD}}$