إدمان مو اقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتو افق الشخصي والأسري لدى الطالب الجامعي

Social Media Addiction and Its Relation to Personal and Family Adjustment among University Student

حليمة مزغراني
أستاذة محاضرة (ب)، جامعة محمد بن أحمد- وهران2
Halima Mezeghrani
Lecturer, class (B),
Mohamed BEN AHMED University - Oran2
mezeghranih@live.fr

صارة حمري*
أستاذة محاضرة (أ)، جامعة محمد بن أحمد- وهران2
Sarah Hamri
Lecturer, class (A),
Mohamed BEN AHMED University - Oran2
sarahhamri@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2019/12/16 تاريخ القبول: 2020/06/04 تاريخ النشر: 2020/12/28

- **الملخص:** تهدف هذه الدراسة إلى اختبار علاقة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بالتوافق الشخصي والأسري لدى الطالب الجامعي، وتحديد ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائيا في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري تبعا لمتغيري الجنس والتخصص، حيث بلغ العدد الاجمالي لأفراد عينة الدراسة (174) طالبا وطالبة ممن يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي بجامعة محمد بن أحمد وهران2، ولتحقيق أهداف البحث اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي الملائم لمثل هذه الدراسات، كما صممما ثلاث مقاييس لجمع البيانات وهي مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس التوافق الشخصي ومقياس التوافق الأسري، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات باستخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (spss) الإصدار 20، أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وكل من التوافق الشخصي والأسري لدى الطالب الجامعي. كما تبين وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التوافق الشخصي لصالح الإناث، وعدم وجود فروق دالة احصائيا في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الأسري تعزى إلى متغير الجنس. وقد أشارت النتائج أيضا إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري تعزى إلى متغير التخصص، وقد فسر الباحثان هذه النتائج في ضوء معطيات الدراسة.

* - المؤلف المرسل: صارة حمري:sarahhamri@gmail.com

واستنادا إلى الإطار النظري والدراسات السابقة، كما خلصا في الأخير إلى تقديم بعض التوصيات والاقتراحات ذات الصلة بالدراسة الحالية.

- **الكلمات المفتاحية:** الإدمان - مواقع التواصل الاجتماعي- التوافق الشخصي- التوافق الأسري- الطالب الجامعي.

- **Abstract:** This study aimed at examining the relationship between social media addiction and personal and family adjustment among University student. It also aimed at identifying whether there were statistically significant differences in social media addiction, personal and family adjustment due to the following variables: gender, specialization. The total number of participants of the study was (174) male and female students using social media sites at Oran2 University - Mohamed Ben Ahmed. To meet research goal, the researchers used the descriptive method and developed three scales for data collection including a scale of social media addiction, a scale of personal adjustment and a scale of family adjustment. After analyzing the data using the statistical packages for social sciences program (SPSS) version 20, the results of study showed a negative statistically significant correlation between social media addiction with both personal and family adjustment among University student. In addition, there were statistically significant differences between the two sexes in personal adjustment in favor of females, and there were no statistically significant differences in the social media addiction and family adjustment according to gender. The results also indicated that there were no statistically significant differences in social media addiction, personal and family adjustment due to specialization variable. The researchers interpreted these findings according to the study data and based on theoretical framework and the previous studies. They also concluded by making some recommendation and suggestions relevant to the current study.

-Keywords: Addiction- Social media - Personal adjustment- Family adjustment- University Student.

- مقدمة:

في ظل التطور المذهل لتكنولوجيا الاتصالات والانفجار المعرفي غير السابق النظير، ظهرت شبكات للاتصال ونقل المعلومات عبر النت بما تحمله من خصائص ومميزات متخطية حاجز

المكان والزمان، محدثة تغيرات كبيرة في حياة الأفراد بمختلف مجالاتها حيث طورت مدركاتهم ومعارفهم وسهلت عليهم تمرير المعلومات واتخاذ القرارات دون تكلفة، متجاوزة بذلك هرميات البيروقراطية وتحديات القيود الاجتماعية. وتعرف هذه الشبكات والمواقع إقبالا لا متناهيا من جميع فئات المجتمع خاصة الشباب منهم والمراهقين المتعطشين لبناء علاقات إنسانية في العالم الافتراضي مع شرائح قد تكون متماثلة لهم أو مختلفة عنهم، فاتحين بذلك المجال للحوار والتفاعل بشكل أكثر توسعا وتطورا ما قد يوقعهم في تحديات تشتت الأهداف والغايات الناجم عن ضعف القدرة على التمييز بين ما هو إيجابي وما هو سلبي منها.

ومثل أي وسيلة اتصال أخرى، فإن استخدام الشبكة العنكبوتية ومن ضمنها مواقع التواصل الاجتماعي سيكون له عواقبه السلبية إلى جانب مترتباته النافعة، فبقدر ما تقدمه هذه المواقع من آفاق جديدة في عصر الاتصال والتفاعل بين البشر، إلا أنها وفي جانب آخر قد تنمي مخاوف ناتجة عن الآثار السلبية الجسدية والنفسية والاجتماعية والثقافية التي قد يحدثها الاستخدام المفرط لها.

وفي هذا السياق، تبرز مسألة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي كمشكلة نفسية واجتماعية كبيرة، كون أي فرد منا مهما كان جنسه أو سنه إلا وقد تظهر عليه أعراض هذا الشكل من الإدمان ليصبح يقضي ساعات جد طويلة في تصفح هذه المواقع دون وجود دواعي منطقية لذلك، حيث تجد المستخدم لها مقبلا عليها برغبة وشغف متزايدين لدرجة قد يضحي فيها بعمله ودراسته وبعلاقاته الأسرية وبماله في سبيل إشباع رغباته المرتبطة بالاستخدام المفرط والمرضي لمثل هذه المواقع. وهو ما يترتب عنه العديد من المشكلات التي قد تؤثر سلبا في مختلف جوانب حياته، من بينها مستويات توافقه النفسي الشخصي والأسري.

1- إشكالية الدراسة:

يمثل العنصر البشري أحد أهم موارد المجتمع الذي يجب العناية به ورعايته حتى يتمكن من أداء أدواره بفعالية ضمن المجتمع الذي ينتمي إليه، ذلك أن أي جهد تنموي يعتمد على السلامة الجسدية والنفسية والعقلية لأفراده خصوصا الشباب منهم. فتكوين فرد سوي يتمتع بشخصية متكاملة ومؤهلة ولديه قدرات وقيم واتجاهات إيجابية يعد حتمية لا بد منها لتفعيل العملية التنموية بجميع مكوناتها وعلى اختلاف مستوياتها، خاصة وأن أي فرد بما يحمله من قيم وعادات وعلاقات اجتماعية وأسرية أصبح اليوم عرضة لتحديات كثيرة، وأخطار متنامية تماشيا مع ما يشهده العالم من تحولات متسارعة، وتغيرات مادية وفكرية تزامنت مع انتشار مبادئ العولمة، وظهور شبكة الانترنيت.

إن ما أحدثته التطورات التكنولوجية الحديثة يعتبر نقلة نوعية وثورة حقيقية في عالم الاتصال والمعلوماتية، وتعد الانترنيت أهم شبكة للاتصالات والمعلومات عبر العالم حيث انتشرت في أرجاء المعمورة وربطت بين أجزاءها المتباعدة وجعلت من التقارب والتعارف وتبادل الأفكار والرغبات ومعلومات والأخبار أساسا لأي بناء اجتماعي، وتدعيما لكل تكوين معرفي قد يصل إليه المستخدم لها.

بذلك تتأكد مكانة الأنترنيت باعتبارها من أهم مفرزات التطور التكنولوجي وكونها تستقطب جل شرائح المجتمع ومنها فئة الشباب الجامعي فهي مصدر أساسي للمعلومات، وفضاء واسع للاتصال، ووسيلة فعالة للحوار والنقاش الافتراضي، وذلك عبر مواقعها الكثيرة والمتنوعة، نذكر منها مواقع التواصل الاجتماعي وما يمكن أن تخلفه مثل هذه المواقع من آثار على الفرد نتيجة الاستخدام الواسع والمتكرر لها.

تستحوذ مواقع التواصل الاجتماعي على جزء مهم من حياة الأفراد، فقد أصبحت من المواقع التي لا يمكن الاستغناء عنها بالنظر لما تمتلكه من قدرات فنية ووسائط تقنية، وهو ما دعم امتدادها أكثر فأكثر لتقتحم بذلك كافة مجالات الحياة وكافة الأصعدة والأنشطة الانسانية. وتظهر الإحصائيات العالمية عبر مواقعها المختلفة تزايد الإقبال على استخدام شبكات التواصل الاجتماعي في جميع أرجاء المعمورة، فوفق آخر الإحصائيات المقدمة من بعض طرف موقعي (Oberlo.com)و(Smartinsights.com) فإن عدد مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في العالم قد فاق ثلاث بليون مستخدم ويحتل الفايسبوك فيها مركز الصادرة من حيث عدد المشتركين. وعلى المستوى الوطني بحسب إحصائيات قدمها موقع (gs.statcounter.com) لشهر نوفمبر 2019 احتل الفايسبوك مركز الصدارة من بين مواقع التواصل الاجتماعي العالمية بنسبة 49.76% تلاه اليوتيوب بنسبة 36.19%. وفي قراءة لعيساني (2015) حول مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في الوطن العربي، تبين أن هناك ارتفاعا ملحوظا في أعداد المستخدمين لهذه الشبكات في منطقة الشرق الأوسط والبلدان العربية، وقد قدرت هذه الزيادة وفق التقارير والبحوث العلمية المتلاحقة بالملايين سنويا، وأن أشكال الاستخدام لهذه المواقع يغلب عليها الطابع التواصلي والترفيهي.

وفي دراسة بومعرافي (2015) التي سعت من خلالها إلى تقصي استخدم مواقع التواصل الاجتماعي عند الطلبة الجامعيين بجامعة قسنطينة 2 حيث شملت العينة 140 طالب من مستوى الماستر بمعهد علم المكتبات والتوثيق، أظهرت نتائجها احتلال الفايسبوك المرتبة الأولى ضمن مواقع التواصل الاجتماعي الأكثر تفضيلا واستخداما من قبل الطلبة بنسبة 100% من حجم العينة، تلاه اليوتيوب بنسبة 50% ثم التويتر بنسبة 28.57%، أما باقي مواقع التواصل فقد سجلت نسبا ضئيلة جدا.

وإن دل هذا عن شيء، إنما يدل على المكانة التي أصبحت تحتلها مواقع التواصل الاجتماعي في حياة الأفراد وانغماسها اللامحدود في خصوصياتهم الذاتية والاجتماعية والثقافية بشكل يجعل منها مجالا خصبا للبحث والدراسة، سواء تعلق الأمر بالجانب النفسي أو الشخصي أو حتى الاجتماعي العلائقي لدى المرتادين على مثل هذه المواقع.

والمتتبع لمواقع التواصل الاجتماعي ومسار تطورها؛ يبرز له جليا ما حققته هذه الأخيرة من نجاحات عبر استقطابها أعدادا هائلة من المستخدمين من مختلف الأجناس والأعمار، حيث فتحت آفاقا جديدة للتواصل من خلال وضع الملفات الشخصية وتبادل الرسائل والتعليقات والمعلومات، والواقع المعاش في ثنايا الجامعات الجزائرية إنما ينقل لنا صورة حقيقة عن هذا الجانب من الاستخدامات، فقد أصبحت هذه المواقع وسيلة سريعة للاتصال ونقل المعلومات المرتبطة بالسياق الجامعي، إضافة لدورها الفعال في تبادل الأفكار والتعبير عن الرأي بعيدا عن الرسميات والمساحات الضيقة للنقاش. والحقيقة التي تجدر الإشارة إليها هي أن استخدام هذه المواقع لمثل هذه الغايات إنما يجعل منها أدوات فعالة في النشاط العلمي التعليمي، لكن تزايد الاقبال عليها وقضاء وقت طويل في تصفح محتوياتها قد يجعل منها أمرا خطيرا بالنظر لما تحمله من آثار على صحة النشء الجسدية والنفسية والاجتماعية والثقافية. والتخوف الذي غالبا ما يتم تقديمه مرتبط بمسألة الإدمان على مثل هذه المواقع ومستوى تطور الوعي في مواجهة آثارها السلبية، وما قد تفضي إليه الوضعية من إضرار أو تدعيم للصحة النفسية للمستخدمين والذي يعد التوافق الشخصي والأسري أحد أهم مؤشراتها. ومن هنا كان لزاما علينا البحث في حقيقة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي من خلال تقصي علاقته بالتوافق الشخصي والأسري لدى شريحة هامة من المجتمع وهي شريحة الطلبة الجامعيين. وبالاستناد لما سبق ذكره، يمكن ضبط مشكلة البحث الحالي في السؤال التالي: ما هي طبيعة العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الشخصي والأسري لدى الطالب الجامعي؟

2- تساؤلات الدراسة:

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الشخصي لدى طلبة الجامعة؟

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الاسري لدى طلبة الجامعة؟

- هل توجد فروق دالة احصائيا في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري تعزى لمتغير الجنس؟

- هل توجد فروق دالة احصائيا في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري تعزى لمتغير التخصص؟

3- أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

- اختبار العلاقة الارتباطية بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الشخصي لدى أفراد عينة الدراسة.

- اختبار العلاقة الارتباطية بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الأسري لدى أفراد عينة الدراسة.

- تقصي دلالة الفروق بين الذكور والاناث في الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري.

- تقصي دلالة الفروق بين الطلبة من التخصصات العلمية والأدبية في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري.

4- أهمية الدراسة:

تبرز أهمية هذه الدراسة في كونها تبحث مسألة خطيرة ومعقدة تشهدها مجتمعاتنا المعاصرة وهي مسألة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في نشر بعض القيم الثقافية والسلوكات الاجتماعية الغريبة التي من شأنها أن تؤثر بشكل كبير في خصوصية وطبيعة العلاقات الاجتماعية والأسرية للأفراد المستخدمين لها، سيما عند الشباب الجامعي، كما أن قضية تحقيق التوافق الشخصي والأسري تعد من بين أهم القضايا التي تشغل اهتمام العديد من الباحثين السيكولوجيين باعتبارها مؤشرًا حقيقيًا عن الصحة النفسية للأفراد وعاملًا أساسيًا لتحقيق الفعالية في الأداء. وبالتالي إن الفهم الدقيق لهذه المسألة يمكن أن يرفع من درجة الوعي لدى المؤسسات والهيئات الاجتماعية والتربوية، ويبرز خطورة هذه الظاهرة، ومن ثم استغلال النتائج في بناء طرق وقائية أو تطوير برامج إرشادية وعلاجية قائمة على العلاقة بين متغيرات الدراسة.

5- مفاهيم الدراسة:

5-1- إدمان مواقع التواصل الاجتماعي: ويعرف بأنه نزوع عام ورغبة متزايدة تدفع الطالب الجامعي لقضاء وقت طويل في تصفح مواقع التواصل الاجتماعي مع عدم قدرته على مقاومة عدم الاتصال بها، بحيث ينطوي هذا الشكل من الإدمان على نوعين من الانفعالات، انفعالات سارة وتنتاب المستخدم أثناء تصفحه لهذه المواقع أما السيئة منها فتراوده في فترات الغياب عنها، ويحدد إجرائيا في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي .

2-5- التو افق الشخصي: ويعرف بأنه عملية نفسية حيوية مستمرة يسعى الطالب من خلالها إلى إيجاد مقاربة بينه وبين ذاته بشكل يجعله أكثر قدرة على إشباع حاجاته وتحقيق أهدافه ومن ثم الوصول الى الارتياح والانسجام والرضا عن الذات، ويحدد إجرائيا في الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس التوافق الشخصي.

3-5- التو افق الأسري: ويعرف بأنه قدرة الطالب على الانسجام مع أفراد أسرته، بحيث تسود الراحة والطمأنينة في نطاق الحياة الأسرية بحيث يقيم علاقات اجتماعية متبادلة معهم تتسم بالود والعطاء من ناحية والعمل المنتج الذي يجعل الطالب فعالا ونافعا في محيطه الاجتماعي من ناحية أخرى، ويحدد إجرائيا في الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس التوافق الأسري .

6- الإطار النظري والدراسات السابقة:

6-1- الإطار النظري:

6-1-1- مفهوم مو اقع التواصل الاجتماعي: مواقع التواصل الاجتماعي عبارة عن منظومة من الشبكات الإلكترونية، تسمح للمشترك فيها بإنشاء مواقع خاصة به، ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها، أو مع أصدقاء الجامعة أو الثانوية (راضي،2003) مشار إليه في (عوض،2014، ص.19)، وتعرفها بن جديدي (2014) على أنها مواقع تحتوي على مزايا وتطبيقات تمكن مستخدميها من أن يكونوا قادرين على التواصل مع أشخاص آخرين سواء كانت تربطهم علاقات حقيقية في العالم الواقعي، أو علاقات على المستوى الافتراضي، فتعمل هذه المواقع على تقريب المسافات وإزالة الحواجز، كما تسمح لهم بعرض أنفسهم بالشكل الذي يحبونه وإضافة صور وفيديوهات ليشاركوا بها أصدقاءهم، وبهذا تلبي هذه المواقع العديد من الحاجات النفسية والاجتماعية للفرد، كالقدرة على التواصل والتفاعل، والشعور بالانتماء والتحدث عن مشاكله مع الآخر للتخلص من الضغوطات التي يعايشها. أما ياسرة (2016) فتعرفها على أنها مواقع اجتماعية تهتم بالتواصل بين الأصدقاء والمعارف والأشخاص من ذوي الاهتمامات المشتركة، وإنشاء مجموعات وصفحات للتواصل بين الأشخاص، كما تعتبر مواقع ذات طبيعة افتراضية عبر شبكة الإنترنيت، بحيث تتيح لمستخدميها تبادل الآراء والصور والفيديوهات والمحادثات.

"وتقوم الفكرة الرئيسية للشبكات الاجتماعي على جمع بيانات الأعضاء المشتركين في الموقع ويتم نشر هذه البيانات بشكل علني حتى يتجمع الأعضاء ذوي المصالح المشتركة والذين يبحثون عن ملفات أو صور...إلخ، أي أنها مواقع فعالة تعمل على تسهيل الحياة الاجتماعية بين مجموعة من المعارف والأصدقاء" (العيساني،2015، ص.186).

6-1-2- إدمان مو اقع التواصل الاجتماعي: يختلف العلماء في تعريف الإدمان فيرى البعض منهم أن الكلمة لا تنطبق إلا على مواد قد يتناولها الإنسان ثم لا يستطيع الاستغناء عنها، وإذا استغنى عنها تسبب ذلك في حدوث أعراض تباعيه بالغة، بحيث تجعله لا يستغني عنها مرة واحدة بل يحتاج الى برنامج للإقلاع عن تلك المادة باستخدام مواد بديلة وسحب المادة الأصلية بشكل تدريجي كما هو الحال في أغلب حالات الإدمان على المخدرات، في حين يعترض البعض منهم على هذا المفهوم الضيق للتعريف ليبرزوا الإدمان على أنه عدم قدرة الإنسان الاستغناء عن شيء ما بصرف النظر عن طبيعة هذا الشيء طالما استوفى بقية شروط الإدمان من حاجة إلى المزيد من هذا الشيء بشكل مستمر حتى يشبع حاجاته حين يحرم منه (درويش، 2016)، وهو ما جعل الحديث اليوم عن إدمان جديد أصبح ينتشر في المجتمعات ويغزو كافة الفئات العمرية من الجنسين، هو الإدمان على الشبكة العنكبوتية ومواقع التواصل الاجتماعي فقد أضحى شغلهم الشاغل وأصبح أغلبهم مقبلا عليها بشكل قهري إلى أن وصل بهم الأمر إلى حد الإدمان، ويسميه البعض الاعتماد النفسي أو الاستخدام المرضي للأنترنيت أو الاستخدام المشكل للأنترنيت. ويبقى ما يميز إدمان المخدرات عن غيره من الإدمانات هو الاعتماد الفسيولوجي الذي يتوفر في إدمان المخدرات دون غيره من الأمور التي أدخلت ضمن فئة الإدمان في الآونة الأخيرة (ياسرة،2016، ص.118).

وتعرف يونس (2016، ص. 24) الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي على "أنها الرغبة التي لا يمكن السيطرة عليها في تقليل استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، والإفراط في استخدام هذا العالم الافتراضي وعدم الشعور بهدر الوقت أمام هذه المواقع مع التجاهل والاستغناء عن أداء أعمال أخرى في حياة الفرد".

وتتعدد الخصائص الشخصية لدى مدمني مواقع التواصل الاجتماعي حيث تشير الشيمي (2009) إليها على أنها شخصية لديها وقت فراغ غير مستغل، وليس لديها القدرة أو الفرصة لإقامة علاقات على أرض الواقع وبالتالي تستبدلها بنوع من العلاقات الافتراضية، كما أنها قد تعاني من قصور في مهارات التواصل، إما لتكوينٍ في الشخصية أو التنشئة الاجتماعية أو نتيجة لصدمة تعرضت لها مرارا من الآخرين في علاقتها بهم، فأصبحت تميل إلى التفاعل عن بعد، وهي شخصية تتميز بعدم قدرتها على تحقيق أهدافها فتلوذ بالفرار إلى العالم الافتراضي لتحقيق ما تتمنى، أو ما يحقق لها حالة من السعادة الزائفة (ياسرة، 2016، ص. 118).

ويترتب عن إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي العديد الآثار السلبية منها نقص مهارات التفاعل الاجتماعي ومحدوديتها، إضاعة الوقت؛ إضعاف مهارات التواصل؛ ضياع الهوية الثقافية واستبدالها بالهوية العالمية لمواقع التواصل الاجتماعي؛ انعدام الخصوصية وانتهاك الحقوق الخاصة والعامة؛ انتحال شخصيات عامة؛ تراجع في استخدام اللغة العربية الفصحى

لصالح العالمية (اللغة الجديدة بين الشباب)؛ التشهير والفضيحة والمضايقة، التحايل والابتزاز والتزوير والتعرض للجرائم الالكترونية والإساءة للآخرين؛ العزلة الاجتماعية؛ تدني المستوى الأكاديمي والتدخل في السياسة والتحريض (بوشنافة، وناصري، 2011).

وقد أشارت نتائج دراسة أجراها محمود وفاروق (MAHMOOD & FAROOQ, 2014) على عينة من الطلاب قوامها (150) طالب، أن إدمان الفايسبوك ارتبط إيجابا بعامل الانبساط والعصابية والانفتاح على الخبرات، في حين ارتبط سلبا مع الأداء الأكاديمي.

كما كشفت دراسة استقصائية أجراها نصر وسعيد بن راشد NASR &SAID EN) (RACHED,2015 على عينة من مستخدمي الشبكات التواصل الاجتماعي (الفايسبوك) قوامها (252) مستخدم، أن هناك علاقة ضعيفة بين إدمان الشبكات الاجتماعية (الفيسبوك) وثلاث متغيرات شخصية هي الانفتاح على الخبرات والقبول والعصابية، إضافة إلى ذلك ارتبط كل من متغيري العمر وعدد الأصدقاء عبر الفايسبوك بدرجة الإدمان على هذه الشبكة الاجتماعية. وفي دراسة كلير وآخرون (2018) أظهرت النتائج أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يحقق إشباعات متفاوتة للشباب الجامعي العربي حسب الخصائص البيئية لكل بلد، كما يعزز استخدام هذه المواقع الحضور الاجتماعي لديهم، في حين ارتبط المعدل اليومي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي إيجابا بكل من الإدمان والغيرة والإحباط، كما بينت النتائج أن بعض الممارسات السلبية للأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي كالخداع والكذب والشتيمة والتشهير هي التي تدفع الشباب إلى الشعور بالإحباط.

6-1-3- التو افق الشخصي والأسري: يعد التوافق من أكثر المصطلحات استخداما في العلوم النفسية والاجتماعية وقد استخدم بمعاني مختلفة مثل التكيف والتأقلم والانسجام كما يعد مظهرا من مظاهر الصحة النفسية. ولقد استعير مفهوم التوافق من العلوم الطبيعية حيث جرى استخدامه أصلا في مجال علم الأحياء، وهو يشير إلى العمليات الفسيولوجية التي يقوم بها الجسم للتكيف في مقابلة الأخطار البيئية المحيطة به، وقد قام علماء النفس باستخدام هذا المفهوم فيما أسموه بعميات التوافق، ويشير المعنى الوظيفي لهذا المفهوم إلى مجموع العمليات التي يقوم بها الفرد للسيطرة على المطالب البيئية المفروضة عليه، فكما يقوم بعمليات التوافق لمقابلة المتطلبات المادية للبيئة، فإنه يسعى أيضا للتوافق مع المتطلبات النفسية (القذافي، 1998، ص.107).

ويمكن التدليل على المفهوم من خلال عمليات التفاعل المتبادل بين الفرد وبيئته المحيطة به وفقا لقدراته وإمكانياته لإشباع حاجاته ورغباته من جهة، وفقا للظروف الخارجية التي تمليها عليه تلك البيئة من جهة أخرى. وعموما يعرف التوافق النفسي بأنه "العملية التي من خلالها يعدل

الفرد بناءه النفسي أو سلوكه ليستجيب لشروط المحيط الطبيعي والاجتماعي ويحقق لنفسه الشعور بالتوازن والرضا" (الخالدي والعلمي،2009، ص.19).

ويقصد به أيضا قدرة الفرد على حل صراعاته وتوتراته الداخلية حلا ملائما، حتى تحدث حالة من التوازن بين الوظائف المختلفة للشخصية، وتتضمن اشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير المجتمع وقيمه، فيشعر الفرد بالأمن والأمان والسعادة مع النفس والثقة بها (النعيمي، 2017، ص.47)، لتتعزز بذلك كفاءته ويرتفع مستوى تقديره لذاته.

وتختلف نظرة الباحثين في تعريفهم للتوافق فمنهم من يرى فيه عملية فردية تبدأ وتنتهي بالفرد، ومنهم من يعتبره عملية اجتماعية تقوم على الانصياع للمجتمع بصرف النطر عن رضا الفرد عن هذا الانصياع، في حين نجد منهم من يوفق بين ما هو فردي وما هو اجتماعي؛ ومع ذلك فهم يتفقون في اعتبار التوافق العملية التي عن طريقها يصل الفرد أو الجماعة إلى حالة التوازن والانسجام بين حاجاتهم وبين مطالب البيئة بجميع أبعادها، وأن التوافق ليست حالة ثابتة وذلك تماشيا مع طبيعة التغير الذي تعريفه البيئة مما يؤثر في مستويات التوافق وهو ما يستدعي سعيا دائما لإعادة التكيف مع متطلبات هذا التغيير (دوسة وأبكر، 2018،ص. 9).

ومن مؤشرات التوافق النفسي أن تكون لدى الفرد نظرة واقعية إلى الحياة، أن تكون طموحات الشخص بمستوى الإمكانيات، الإحساس بإشباع الحاجات والرغبات النفسية، تطابق مفهوم الشخص لذاته مع واقعه المعاش ووفق ما يدركه الآخرون، إضافة إلى توافر جميع الاتجاهات الإيجابية المرغوب فيها في المجتمع (حسين وعبد اليمة، 2011، ص.181). ومضمون التوافق النفسي عند الأفراد لا يتحقق بشكل مطلق في مختلف جوانب الحياة بل يتجسد في عدة مجالات منها (التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي، التوافق الأسري، التوافق المهني، التوافق الصحي، التوافق المعرفي) وقد صنفها البعض الآخر إلى أربعة أصناف وآخرون إلى ثلاثة أصناف والملاحظ أن جميع الآراء تتفق على مجالان أساسيان للتوافق النفسي هما التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي (حسين وعبد اليمة، 2011، ص.181)، وهو ما ذهب إليه الخالدي والعلمي (2009) حيث أوضحا أن هناك إجماعا من قبل العلماء في اعتبار التوافق النفسي عملية تفاعل ديناميكي مستمر بين قطبين أساسين أحدهما الفرد والثاني بيئته المادية والاجتماعية. ويعد التوافق الشخصي بمثابة شعور بالسعادة مع الذات ومع الآخرين وإشباع معظم الحاجات والدوافع والرغبات والقدرة على مواجهة متطلبات الحياة، ويتأثر التوافق الشخصي بعدة أبعاد منها الصحة النفسية، تحقيق الذات، القدرة على مواجهة متطلبات الحياة، اشباع الدوافع والرغبات والميول، القدرة على المواجهة الشجاعة للواقع وعدم اليأس (حسين وعبد اليمة، 2011، ص.181).

أما التوافق الأسري فقد عرف بأنه تمتع الفرد بحياة سعيدة داخل أسرة تقدره وتحبه وتحنو عليه مع الشعور بدوره الحيوي داخل الأسرة واحترامها له، وأسلوب التفاهم فيها هو السائد، وما توفره له من إشباع لحاجاته وحل لمشكلاته الخاصة وتحقيق أكبر قدر من الثقة بالنفس وفهم الذات، وتقبله ومساعدته على إقامة علاقات تواد ومحبة (سعودي، 2014، ص. 45).

ويعرفه النعيمي (2017) بأنه تمتع الفرد بعلاقات سوية ومشبعة مبنية على التفاهم والمشاركة، ويتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك والثقة والاحترام المتبادل بين أفراد الأسرة، والمساواة في المعاملة الوالدية بين الإخوة.

ويتأثر التوافق الأسري للفرد بعدة عوامل منها الاجتماعية وما تتضمنه من أحداث محيطة بالأسرة والفرد المنتمي إليها، ومثال ذلك تأثير العادات والتقاليد السائدة؛ العوامل الشخصية وهي تتعلق بالأفراد كالسمات المزاجية والصفات المرتبطة بالوراثة التي تحدد ردود الفعل الانفعالية وأيضا الصراع الداخلي الناتج اختلاف السمات المزاجية، كما تشمل الاستجابات المكتسبة من الفرد في وضع اجتماعي خاص؛ العوامل المادية والتي تتحدد من خلال المعاملات الواقعية واليومية بين أفراد الأسرة.

2-6- الدراسات السابقة:

- دراسة الشهري (2013): هدفت هذه الدراسة إلى تقصي الأسباب التي دفعت الطلبة إلى الاشتراك في موقع الفيسبوك وتويتر والتعرف على طبيعة العلاقات الاجتماعية عبر هذه المواقع. شملت عينة الدراسة 150 طالب وطالبة من جامعة الملك عبد العزيز وقد أظهرت النتائج أن استخدام المواقع الفيسبوك والتويتر لديها العديد من الآثار الإيجابية أهمها الانفتاح الفكري والتبادل الثقافي كما لها آثار سلبية أهمها قلة التفاعل الأسري.

- دراسة الخواجة (2014): هدفت الدراسة إلى معرفة علاقة إدمان الإنترنيت بالتوافق النفسي لدى عينة قوامها290 طالبا وطالبة من طلبة البكالوريوس في كلية التربية في جامعة السلطان قابوس، طبق عليهم مقياس إدمان الأنترنيت من إعداد الباحث ومقياس التوافق النفسي من إعداد الخواجة (2011). وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية ما بين الادمان على الأنترنيت والتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة، وأن أدنى درجات التوافق النفسي كانت لدى مجموعة مدمني الإنترنيت مقارنة بمجموعة غير المدمنين، كما أظهرت النتائج أيضا وجود فروق دالة احصائيا في إدمان الأنترنيت تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وعدم دلالة الفروق بين الجنسين في التوافق النفسي.

- دراسة شناوي وعباس (2014): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين، شملت عينة الدراسة 466 طالبا وطالبة من القرى التابعة لسهل بوطوف في الجليل ممن يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية حيث طبق عليهم مقياس مطور من قبل الباحثين بأربعة مجالات الشخصي، الاجتماعي، الأسري، والأكاديمي. وقد أظهرت النتائج أن الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيسبوك، هي الفترة الأقل من ساعتين حيث حصلت على أعلى تكرار، وأن مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة الذين يستخدمون الفيسبوك جاءت مرتفعة، ووجود علاقة ارتباطية سلبية دالة احصائيا بين الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة في استخدام الفيسبوك ومستوى التوافق النفسي. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا تعزى لأثر الجنس على فترة استخدام الفيسبوك لدى الطلبة، ووجود فروق دالة على مقياس التوافق النفسي تعزى لأثر الجنس، لصالح الذكور في مجال التوافق الشخصي، بينما كانت لصالح الاناث في مجال التوافق الأسري والتوافق الاجتماعي والتوافق الأكاديمي وفي درجة المقياس الكلية.

- دراسة سعودي (2014): هدفت الدراسة إلى معرفة كيف يؤثر إدمان الفيسبوك على التوافق الأسري للطالب الجامعي، وذلك من خلال تطبيق أداتين هما مقياس إدمان الفيسبوك من إعداد الباحث ومقياس التوافق الأسري من إعداد محمد عبد الحميد (1986) على عينة قوامها 180 طالبا وطالبة من جامعة بشار. وقد بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية بين إدمان الفيسبوك والتوافق الأسري لدى الطالب الجامعي، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق كبيرة بين الذكور والإناث فيما يخص إدمان الفايسبوك وعلاقته بالتوافق الأسري.

- دراسة يونس (2016): هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والاضطرابات النفسية وأبعادها لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة. تكونت عينة الدراسة من 619 طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية طبق عليهم مقياس إدمان شبكات التواصل الاجتماعي من إعداد الباحثة وقائمة الاضطرابات النفسية من إعداد ليونارد ديروجيتش وآخرون ترجمة البحيري (1984). وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وبين الدرجة الكلية للاضطرابات النفسية، كما توصلت النتائج أيضا إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة تعزى لنوع الجنس (ذكور، إناث) ونوع التخصص (أدبي، علمي).

- دراسة بن خليوي (2017): هدفت الدراسة إلى رصد العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي وبعض الاضطرابات النفسية (الاكتئاب، القلق، الانطواء) لدى عينة من الطلاب بأربع كليات

بمحافظة شقراء قوامها 210. استخدمت الدراسة عدد من الأدوات منها مقياس التواصل الاجتماعي من إعداد الباحثة ومقياس الشعور بالوحدة النفسية إعداد راسل وكوترون (1980) ومقياس بيك للاكتئاب ومقياس تايلور للقلق الصريح والظاهر. وقد أظهرت النتائج أنه يوجد سوء استخدام لمواقع التواصل الاجتماعي، وأنه يوجد علاقة ارتباطية طردية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وبين اضطرابات الاكتئاب والقلق والانطواء، كما بينت النتائج أيضا وجود فروق بين الجنسين في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وفي إصابتهم بالقلق والاكتئاب لصالح الذكور.

- دراسة النعيمي (2017): هدفت الدراسة إلى تقصي علاقة التوافق النفسي والاجتماعي بالإدمان على الأنترنيت، شملت عينة الدراسة 274 طالبا من طلاب المرحلة الرابعة بكلية التربية البدنية جامعة ديالي طبق عليهم مقياس التوافق النفسي والاجتماعي من إعداد سهير ابراهيم ومقياس الإدمان على الأنترنيت، وقد بينت النتائج أن 41% من إجمالي عينة الدراسة لديهم مستويات مرتفعة من إدمان الأنترنيت وهي أعلى نسبة، كما تبين وجود علاقة ارتباطية عكسية بين إدمان الأنترنيت والتوافق الشخصي والاجتماعي لدى الطلاب.

- دراسة شكر (2017): هدفت الدراسة إلى بحث طبيعة العلاقات الاجتماعية بين الطلبة ومدى أثر استخدام الفايسبوك على طبيعة هذه العلاقات، ومعرفة كيفية زيادة وعي الطلبة فيما بينهم للتقليل والانتباه إلى الاستخدام المفرط والصحيح للفايسبوك لتقوية الأواصر الاجتماعية بينهم. شملت عينة البحث 100 طالبا وطالبة من جامعة جيهان، وقد أظهرت النتائج أن العدد الكلي تقريبا للمبحوثين يستخدمون الفيسبوك وكان عددهم 98 طالبا، وأن 36% من المبحوثين يستخدمون الفيسبوك يوميا بمعدل أربعة إلى خمس ساعات يوميا و25% من المبحوثين يستخدمون الفيسبوك بمعدل ثلاث إلى أربع ساعات يوميا، وقد أظهرت النتائج أيضا أن هنالك تأثيرا واضحا للاستخدام الفيسبوك على العلاقة الاجتماعية بين الطالب وزملائه.

- دراسة ساهرة (2018): هدفت الدراسة إلى معرفة مشكلات التوافق (النفسي والاجتماعي) عند الطلبة والطالبات القسم الداخلي بمدينة البيضاء لجميع مراحل الدراسة الجامعية. تكونت عينة البحث من 2641 طالب، طبق عليها استبيان لقياس التوافق النفسي الاجتماعي من إعداد الباحثة، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات أظهرت النتائج أن طلبة الأقسام الداخلية (ذكور وإناث) يتمتعون بنسبة أعلى من التوافق النفسي والاجتماعي.

- دراسة دوسة وأبكر (2018): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي وبعض سمات الشخصية بين الطلاب (بنين، بنات) النازحين، شملت عينة الدراسة (200) طالب وطالبة تم اختيارهم عشوائيا، طبق عليهم مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لهيو. م. بل المقنن

على البيئة السودانية ومقياس ايزنك لسمات الشخصية. وقد كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الدرجة الكلية للتوافق النفسي والدرجة الكلية لسمات الشخصية، ووجود فروق في التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

إن استعراضنا لهذه المجموعة من الدراسات السابقة والتي اعتبرناها بشكل أو بآخر ذات صلة بالدراسة الحالية قد مكنت من إعطاء فكرة عن أشكال الإدمان المرتبطة بفضاء النت وبعض العوامل المرتبطة به، كما ساهمت في تكوين تصور عن طبيعة متغيرات الدراسة ومسار تناولها ضمن سياق هذا البحث، وقد اعتبرنا هذه الدراسات موجهة للبحث الحالي بالنظر لما استهدفته من عينات مماثلة من فئة طلبة الجامعة، والمنهج المعتمد في تقصي أهدافها، وهو في الأساس منهج البحوث الاستكشافية الذي يسعى إلى تقصي الظواهر كما هي وبحث حيثياتها. كما ساهمت هذه الدراسات بشكل كبير في بلورة التوجهات والأفكار حول طبيعة وأشكال الأدوات المناسبة للدراسة الحالية وما يجب أن تتضمنه من معلومات وبيانات.

7- الإجراءات المنهجية للدراسة:

7-1- منهج الدراسة:

اقتضت طبيعة هذه الدراسة استخدام المنهج الوصفي حيث قامت الباحثتين بجمع معلومات ودراسات سابقة عن ظاهرة إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعن التوافق الشخصي والأسري ثم لجأتا إلى إعداد استبيان صيغت بنوده لتحقق أهداف البحث وسنتطرق إلى مراحل إعداده في عناصر لاحقة .

7-2- عينة الدراسة:

اشتملت عينة الدراسة على (174) طالبا وطالبة من جامعة وهران وبالتحديد مجمع الاستاذ مراد سليم طالب خلال السنة الجامعية: 2017-2018، حيث تم اختيارهم بطريقة العينة العرضية(الميسرة) ممن قبلوا الإجابة على بنود المقياس، حيث بلغ متوسط العمر لديهم 22.16 سنة بانحراف معياري قدره 2.423 وفيما يلي توضيح لتوزيع أفراد العينة حسب متغيرات مدة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والجنس والتخصص.

الجدول 1. خصائص عينة الدراسة حسب مدة استخدام مو اقع التواصل الاجتماعي والجنس والتخصص

المتغير		التكرار	النسبة المئوية
مدة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	أقل من ساعتين	42	%24.14
	من 2 إلى 4ساعات	71	%40.80
	أكثر من 4 ساعات	61	%35.06

المجموع		174	%100
الجنس	ذكر	72	%41.38
	أنثى	102	%58.62
المجموع		174	%100
التخصص	علمي	75	%43.10
	أدبي	99	%56.90
المجموع		174	%100

يتضح من خلال نتائج الجدول (1) أن مدة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة تراوحت بين ساعتين إلى أربع ساعات يوميا والتي جاءت بأعلى تكرار بلغ (71) ما يعادل نسبة (40.80%)، تلتها المدة الزمنية أكثر من أربع ساعات يوميا بتكرار بلغ (61) ما يعادل نسبة (35.06%)، بينما جاءت مدة أقل من ساعتين في المرتبة الأخيرة بتكرار بلغ (42) ونسبة مئوية قدرها (24.14%). ويتضح من نتائج الجدول أيضا أن أغلب أفراد العينة كانوا إناثا حيث بلغ عددهم (102) ما يعادل نسبة (58.62%)، وهذا مقارنة بالذكور الذين بلغت نسبتهم المئوية (41.38%). كما أن الطلاب من التخصص الأدبي كانوا أعلى نسبة حيث قدرت بـ(56.90%) في مقابل الطلاب من التخصص العلمي والذين بلغت نسبتهم المئوية (43.10%).

7-3- أدوات الدراسة:

أولاً- مقياس الإدمان على مو اقع التواصل الاجتماعي:

لأغراض الدراسة تم بناء مقياس خاص بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي ليكون مناسبا لبيئة الدراسة من طلبة الجامعة وذلك بعد الاطلاع على الأدب التربوي والنفسي المتعلق بالموضوع، خاصة ما تعلق منها بالإدمان السلوكي على فضاء النت مثل مقياس برغن لإدمان الفيسبوك (2012) ودراسة معيجل وبرسيم (2016) التي اعتمدت على مقياس (Young,1996) لإدمان الانترنيت.

تكون المقياس من 14 بندا، تقيس درجة تعلق الفرد بتصفح مواقع التواصل الاجتماعي واعتماده السلوكي عليها، تكون الاستجابة على هذه البنود من خلال أسلوب ليكرت ذي التدرج الثلاثي بحيث تمثل الدرجة1 عبارة "نعم"، وتمثل الدرجة 2 عبارة "إلى حد ما"، بينما تمثل الدرجة 3 عبارة "لا"، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين 14و42 درجة.

تم التأكد من دلالات صدق المقياس بإتباع طريقتين أولها صدق المحكمين (صدق المحتوى)، حيث تم عرض المقياس على عدد من المحكمين وهم أساتذة في علم النفس وعلوم

التربية ليبين كل منهم رأيه في عبارات المقياس من حيث مدى وضوح الصياغة، ومدى ملاءمة كل عبارة لقياس ما أعدت لأجله، إضافة لتقديم تعديلات أو مقترحات يرونها مناسبة وتثري المقياس، وبناءا على رأي المحكمين تم تعديل بعض العبارات لتتلاءم مع الدراسة الحالية، أما الطريقة الثانية فكانت صدق البناء وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات بنود مقياس الإدمان على موقع التواصل الاجتماعي والدرجة الكلية له، وذلك بعد تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من 44 طالبا، ويبين الجدول التالي النتائج المتحصل عليها.

الجدول 2. قيم معامل الارتباط بين بنود مقياس إدمان مو اقع التواصل الاجتماعي والدرجة الكلية له

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
01	**0.80	08	**0.65
02	**0.71	09	**0.43
03	0.19	10	**0.39
04	**0.66	11	**0.65
05	**0.50	12	**0.57
06	**0.74	13	**0.79
07	**0.61	14	**0.69
**دال عند 0.01			

يتضح من خلال نتائج الجدول (2) ارتباط جميع البنود مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي مع الدرجة الكلية له ارتباطا موجبا وذي دلالة إحصائية عند 0.01، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين 0.39 و0.80، باستثناء البند رقم (03) الذي لم يرتبط بدلالة إحصائية مع الدرجة الكلية للمقياس وبالتالي تم استبعاده، وعلى العموم تدل هذه النتيجة على صدق المقياس.

أما دلالات ثبات المقياس فقد تم التأكد منها في هذه الدراسة بطريقتين أولها الثبات بطريقة التناسق الداخلي وذلك بحساب معامل ألفا كرونباخ (α)، وقد بلغت قيمته 0.87، أما الطريقة الثانية فهي الثبات بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغت قيمته بعد تطبيق معادلة التصحيح 0.91، وتدل هذه النتيجة على ثبات المقياس.

ثانياً- مقياس التو افق الشخصي:

تم بناء مقياس للتوافق الشخصي بعد الاطلاع على الأدب التربوي والنفسي المتعلق بالموضوع خاصة لدى طلبة الجامعة، وقد تكون المقياس من 17 بندا، حيث تكون الاستجابة على

هذه البنود من خلال أسلوب ليكرت ذي التدرج الخماسي بحيث تمثل الدرجة 1 الاختيار "أبدا"، وتمثل الدرجة 2 عبارة "نادرا"، بينما تمثل الدرجة 3 عبارة "أحيانا"، وتمثل الدرجة 4 عبارة "كثيرا"، وتمثل الدرجة 5 عبارة "كثيرا جدا". احتوى المقياس على سبع بنود ذات اتجاه سلبي تنقط من خمس درجات للاختيار "أبدا" إلى درجة واحدة بالنسبة للاختيار "كثيرا جدا"، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين 17 و85 درجة.

تم التأكد من دلالات صدق المقياس بإتباع طريقتين أولها صدق المحكمين(صدق المحتوى)، حيث تم عرض المقياس على عدد من المحكمين وهم أساتذة في علم النفس وعلوم التربية ليبين كل منهم رأيه في عبارات المقياس من حيث مدى وضوح الصياغة، ومدى ملاءمة كل عبارة لقياس ما أعدت لأجله، إضافة لتقديم تعديلات أو مقترحات يرونها مناسبة وتثري المقياس، وبناءا على رأي المحكمين تم تعديل بعض العبارات لتتلاءم مع الدراسة الحالية، أما الطريقة الثانية فكانت صدق البناء وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات بنود مقياس التوافق الشخصي والدرجة الكلية له، وذلك بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية السالفة الذكر، ويبين الجدول التالي النتائج المتحصل عليها.

الجدول 3. قيم معامل الارتباط بين بنود مقياس التو افق الشخصي والدرجة الكلية له

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
01	**0.39	10	**0.65
02	*0.35	11	*0.32
03	**0.50	12	**0.56
04	*0.33	13	**0.76
05	*0.34	14	**0.39
06	*0.31	15	**0.61
07	*0.48	16	**0.52
08	**0.58	17	**0.46
09	*0.35	**دال عند 0.01	*دال عند 0.05

يتضح من خلال نتائج الجدول (3) ارتباط جميع البنود مقياس التوافق الشخصي مع الدرجة الكلية له ارتباطا موجبا وذي دلالة إحصائية، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين0.31 و0.76، وتدل هذه النتيجة على صدق المقياس.

أما دلالات ثبات المقياس فقد تم التأكد منها في هذه الدراسة بطريقتين أولها الثبات بطريقة التناسق الداخلي وذلك بحساب معامل ألفا كرونباخ (α)، وقد بلغت قيمته 0.81، أما الطريقة الثانية فهي الثبات بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغت قيمته بعد تطبيق معادلة التصحيح 0.87، وتدل هذه النتيجة على ثبات المقياس.

ثالثاً- مقياس التو افق الأسري:

تم بناء مقياس التوافق الأسري بعد الاطلاع على الأدب التربوي والنفسي المتعلق بالموضوع خاصة لدى طلبة الجامعة، وقد تكون المقياس من 16 بندا، حيث تكون الاستجابة على هذه البنود من خلال أسلوب ليكرت ذي التدرج الخماسي بحيث تمثل الدرجة 1 الاختيار "أبدا"، وتمثل الدرجة 2 عبارة "نادرا"، بينما تمثل الدرجة 3 عبارة "أحيانا"، وتمثل الدرجة 4 عبارة "كثيرا"، وتمثل الدرجة 5 عبارة "كثيرا جدا". احتوى المقياس على عشر بنود ذات اتجاه سلبي تنقط من خمس درجات للاختيار "أبدا" إلى درجة واحدة بالنسبة للاختيار "كثيرا جدا"، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين 16 و80 درجة.

تم التأكد من دلالات صدق المقياس بإتباع طريقتين أولها صدق المحكمين (صدق المحتوى)، حيث تم عرض المقياس على عدد من المحكمين وهم أساتذة في علم النفس وعلوم التربية ليبين كل منهم رأيه في عبارات المقياس من حيث مدى وضوح الصياغة، ومدى ملاءمة كل عبارة لقياس ما أعدت لأجله، إضافة لتقديم تعديلات أو مقترحات يرونها مناسبة وتثري المقياس، وبناء على رأي المحكمين تم تعديل بعض العبارات لتتلاءم مع الدراسة الحالية، أما الطريقة الثانية فكانت صدق البناء وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات بنود مقياس التوافق الأسري والدرجة الكلية له، وذلك بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية السالفة الذكر، ويبين الجدول التالي النتائج المتحصل عليها.

الجدول 4. قيم معامل الارتباط بين بنود مقياس التو افق الأسري والدرجة الكلية له

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
01	**0.55	09	**0.41
02	**0.55	10	**0.55
03	**0.71	11	**0.55
04	**0.40	12	**0.62
05	**0.71	13	**0.68
06	**0.76	14	**0.54

07	**0.44	15	*0.32
08	**0.62	16	**0.46
**دال عند 0.01		*دال عند 0.05	

يتضح من خلال نتائج الجدول (4) ارتباط جميع البنود مقياس التوافق الأسري مع الدرجة الكلية له ارتباطا موجبا وذي دلالة إحصائية، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين 0.32 و0.76، وتدل هذه النتيجة على صدق المقياس.

أما دلالات ثبات المقياس فقد تم التأكد منها في هذه الدراسة بطريقتين أولا الثبات بطريقة التناسق الداخلي وذلك بحساب معامل ألفا كرونباخ (α)، وقد بلغت قيمته 0.86، أما الطريقة الثانية فهي الثبات بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغت قيمته بعد تطبيق معادلة التصحيح 0.92، وتدل هذه النتيجة على ثبات المقياس.

7-4- عرض ومناقشة النتائج:

- عرض ومناقشة التساؤل الأول: وقد نص على ما يلي: "هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الشخصي لدى طلبة الجامعة؟"

وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب معامل الارتباط (ر) بين درجات مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى أفراد عينة البحث ودرجاتهم في مقياس التوافق الشخصي، ويبين الجدول (5) النتائج المتحصل عليها.

الجدول5. معامل الارتباط بين درجات إدمان مو اقع التواصل الاجتماعي ودرجات التو افق الشخصي(ن=174)

المتغيرات	التوافق الشخصي	مستوى الدلالة
إدمان مواقع التواصل الاجتماعي	-0.609	0.000

يتبين من خلال نتائج الجدول (5) وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0,01 بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الشخصي لدي الطالب الجامعي، وهذا يدل على أنه كلما ارتفع مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي عند الطالب انخفض مستوى توافقه الشخصي، وهذه النتيجة تلقي الضوء على أثر سلبي جديد لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى فئة الطلبة الجامعيين، حيث أن الإدمان على استخدام الشبكات الاجتماعية يتسبب في انخفاض مستوى التوافق النفسي وهذا بدوره يتسبب في الكثير من المعاناة لدى الطالب الجامعي نتيجة استنزاف الكثير من الوقت في تصفح هذه المواقع على حساب أمور أخرى قد تنمي ذاته وتحقق طموحه وتشبع حاجاته، وما قد يصاحب تلك الوضعية من قلق وعزلة وتدن في

الدافعية وتراكم للمهام المطلوب إنجازها، فيصبح الفرد هنا غير قادر على تنظيم وقته وترتيب أعماله ويميل أكثر فأكثر إلى الخمول وتأجيل المهام إلى وقت لاحق. كما يمكن اعتبار اللجوء إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عند بعض الطلبة كنوع من التكيف السلبي، والهروب من مواجهة ضغوط الحياة، وربما يعود الأمر لافتقارهم إلى مهارات وسلوكيات أكثر فاعلية في حياتهم الجامعية. والحقيقة التي لا يمكن إغفالها هي أن الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي غالبا ما يصاحبه فقدان القدرة على النوم الناجم عن البقاء ساعات طويلة من الليل في تصفح هذه المواقع والدردشة بها ومن ثم التأثير سلبا على أهم أوقات الراحة الضرورية لأي فرد، وهذا سيكون له عواقب سلبية على مستوى الطاقة والانتاجية وعلى مستوى الحالة المزاجية والانفعالية والصحية، وقد ينعكس هذا الواقع سلبا على آليات توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته.

وتتفق نتيجة هذا البحث مع نتائج دراسة شناوي وعباس (2014) ودراسة النعيمي (2017)، كما تتماشى أيضا مع سياق دراسة بن خليوي (2017) التي أبرزت نتائجها العلاقة الطردية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وبعض الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والانطواء.

- **عرض ومناقشة التساؤل الثاني:** وقد نص على ما يلي: "هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الأسري لدى طلبة الجامعة؟"

وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب معامل الارتباط (ر) بين درجات مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى أفراد عينة البحث ودرجاتهم في مقياس التوافق الأسري، ويبين الجدول (6) النتائج المتحصل عليها.

الجدول 6. معامل الارتباط بين درجات إدمان مو اقع التواصل الاجتماعي ودرجات التو افق الأسري (ن=174)

المتغيرات	التوافق الأسري	مستوى الدلالة
إدمان مواقع التواصل الاجتماعي	-0.537	0.000

يتبين من خلال نتائج الجدول (6) وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0,01 بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الأسري للطالب الجامعي، وهذا يدل على أنه كلما ارتفع مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي عند الطالب انخفض مستوى توافقه الأسري. فبرغم الإيجابيات التي قد تحملها مواقع التواصل الاجتماعي بتقريب المسافات وزرع الألفة والمحبة بين الأفراد عن طريق التواصل المستمر في أي زمان ومكان إلا أن هذا الوضع يفتقر إلى الاتصال الشخصي المباشر وجها لوجه في التفاعل مع أفراد الأسرة، إذ يعد هذا الأخير محكا أساسيا في تقييم مستوى التوافق الأسري لدى الفرد، وبالتالي فإن الاستخدام المفرط

لمواقع التواصل الاجتماعي من شأنه أن يتسبب في تقليل العلاقات داخل الأسرة وينقص من مستويات التفاعل الحقيقي بين أعضائها مما قد يخلق نوعا من الاضطراب الاجتماعي بين أعضائها. وإذا كانت الأسرة هي الدرع الواقي للفرد حيث يجد فيها الأمن والحماية والاستقرار والمرجعية، فأن أي خلل في ديناميكية سيرها يجعل أفرادها لا يندمجون مع هذه البيئة الواقعية والمتكاملة، فتجدهم يبحثون عن بديل قد يتجسد من خلال الولوج إلى العالم الافتراضي حيث تأخذ العلاقات والاتصالات صفة السهلة ولا محدودة، وبالتالي تعوض العلاقات الأسرية الحقيقة بعلاقات افتراضية عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا حتما سيؤثر في درجة التوافق الأسري للأفراد. وإذا أخذنا بفكرة أن إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يولد لدى الفرد سلوكيات غير سوية وغير اجتماعية وطباعا سيئة فإن ذلك سيؤثر حتما في درجة توافقه الأسري، وتتفق النتيجة المتوصل إليها مع نتائج دراسة سعودي (2014) ودراسة الشهري (2013).

- **عرض ومناقشة التساؤل الثالث:** وقد نص على ما يلي: "هل توجد فروق دالة إحصائيا في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري تعزى لمتغير الجنس؟"

وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب قيم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين وذلك لبيان دلالة الفروق بين الجنسين (ذكور- إناث) في إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري، ويبين الجدول (7) النتائج المتحصل عليها.

الجدول 7. الفروق بين الذكوروالإناث في إدمان مو اقع التواصل الاجتماعي وفي التو افق الشخصي والأسري باستخدام دلالات اختبار(ت).

م	المجموعات	الذكور ن=72		الإناث ن=102		قيمة (ت)	الدلالة	التقييم
	المؤشر الاحصائي المتغيرات	م	ع	م	ع			
1	إدمان مواقع التواصل الاجتماعي	27.88	7.56	26.29	4.16	1.41	0.159	غير دالة
2	التوافق الشخصي	50.45	8.09	53.81	7.24	-2.86	0.005	دالة
3	التوافق الأسري	47.30	6.05	48.02	5.47	-0.82	0.412	غير دالة

يتبين من خلال نتائج الجدول (7) عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، حيث جاءت قيم (ت) غير دالة إحصائيا؛ وتدل هذه النتيجة على تقارب مستويات الاعتماد والتعلق المرضي بمواقع التواصل الاجتماعي بين طلبة عينة الدراسة من الجنسين، وقد يرجع ذلك إلى طبيعة الخدمات والميزات المقدمة من قبل هذه المواقع

لمستخدميها سواء كانوا ذكورا أم إناثا وذلك من خلال حرية فتح حساب أو صفحة على هذه المواقع وما يترتب عنها من خيارات واستخدامات كالتواصل والتعارف والدردشة والتعليق ونشر المعلومات وتبادل الأفكار وغيرها الكثير، وهذا بغض النظر عن جنس المستخدم. كما أن الإقبال على استخدام هذه المواقع قد يعكس سمات شخصية وثقافة رائجة للمرحلة العمرية التي يعيشها أفراد عينة الدراسة وهي المرحلة الجامعية بكل تداعياتها السلوكية والنفسية والمعرفية وما تفرضه من انفتاح اجتماعي وثقافي ومن ثم توظيف الطلبة لكل هذه المعطيات ذكورا وإناثا واستغلالها في سبيل إثبات ذواتهم وابراز شخصيتهم ومسايرة واقعهم عبر الولوج إلى العالم الافتراضي لمواقع التواصل الاجتماعي واستغلاله كل حسب اهتماماته وميوله. وتتوافق النتيجة المتوصل إليها مع نتائج دراسة شناوي وعباس (2014) ودراسة سعودي (2014) ودراسة يونس (2016).

ويتضح من خلال نتائج الجدول أيضا وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التوافق الشخصي، حيث جاءت قيم (ت) دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01)، وقد كانت الفروق لصالح الإناث. وتظهر هذه النتيجة جليا أن الإناث أكثر توافقا في الجانب الشخصي مقارنة بالذكور، ويمكن إرجاع ذلك إلى المكانة التي يحتلها كل من الذكر والأنثى ضمن المجتمع الذي ينتمي إليه وحيثيات التكيف معها بين الجنسين، ففي المجتمعات العربية غالبا ما يتم تنشئة الأنثى على الانضباط والخضوع والتمسك بالعادات، في المقابل يشجع الذكر على المبادأة والتنافس والاستقلالية، وفي إطار الحياة الجامعية غالبا ما يمنح للطلبة من الجنسين قدرا من الاستقلالية وجانبا من المسؤولية وهذه الوضعية قد تتقبلها الأنثى بإيجابية وتسعى من خلالها إلى إيجاد مقاربة بين ذاتها وبين أهدافها وطموحها وبالتالي تكون أكثر رضا وتوافقا، أما الذكر قد لا يجد في هذه الوضعية المستوى المناسب لما يسعى إلى بلوغه خاصة إذا تعلق الأمر بالجانب الاقتصادي، وفرص العمل المحبطة مستقبلا وهو ما قد يجعله أقل توافقا من الناحية الشخصية. كما يمكن أن نفسر هذه النتيجة وفق التصور القائل بأن الأنثى تظهر ما يسمى بالتوافق الظاهري والذي تتصف به طالبات الجامعة، وهو في الحقيقة عبارة عن أسلوب دفاعي يخفي وراءه التمرد على الذكر (ساهرة، 2018، ص.430)، في المقابل قد يكون التوافق الشخصي لدى الذكور نابعا عن أسلوب تفكيرهم الواقعي والذي يجعلهم يقدرون الأوضاع والمواقف بطريقة أكثر واقعية وعقلانية، وبالتالي يكون مستوى توافقهم الشخصي أقل مقارنة بالإناث. وتختلف النتيجة المتوصل إليها مع دراسة شناوي وعباس (2014) التي توصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائيا في التوافق الشخصي تعزى لمتغير الجنس، لصالح الذكور، ودراسة الخواجة (2014) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائيا في التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

وتظهر نتائج الجدول أيضا عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التوافق الأسري، حيث جاءت قيم (ت) غير دالة إحصائيا؛ وتدل هذه النتيجة على تقارب طلبة عينة الدراسة من ذكور وإناث في قدرتهم على التوافق مع بيئتهم الأسرية وفي درجة رضاهم وسعادتهم مع أفراد عائلتهم، وفي قدرتهم على إقامة علاقات أكثر انسجاما وإشباعا لحاجاتهم. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى الدور التي تلعبه الأسرة في تدعيم أسس التوافق من حب وتفاهم ومشاركة فعالة بين أفرادها ذكورا وإناثا، وبالتالي فإن العدالة في المعاملة والمناخ الأسري الجيد من شأنه يدعم التوافق الأسري لأبنائها ويجعلهم أكثر رضا وانسجاما مع أعضائها بغض النظر عن جنسهم، فلكل دوره ومكانته ضمن هذا النسق الذي إذا تم بناءه بشكل سليم فإنه قد يفعل العلاقات الإيجابية بين أفرادها ويمنحهم فرصا أفضل لإشباع حاجاتهم وتحقيق أهدافهم ذكورا وإناثا. وتختلف النتيجة المتوصل إليها مع دراسة شناوي وعباس (2014) والتي توصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائيا في التوافق الأسري تعزى لمتغير الجنس، لصالح الإناث.

- **عرض ومناقشة التساؤل الرابع:** وقد نص على ما يلي: "هل توجد فروق دالة إحصائيا في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري تعزى لمتغير التخصص؟"

وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب قيم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين وذلك لبيان دلالة الفروق بين التخصصات (علمي- أدبي) في الإدمان على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري، ويبين الجدول (8) النتائج المتحصل عليها.

الجدول 8. الفروق بين طلبة من التخصصين العلمي والأدبي في إدمان مو اقع التواصل الاجتماعي وفي التو افق الشخصي والأسري باستخدام دلالات اختبار(ت)

م	المجموعات	علمي/ ن= 75		أدبي/ ن= 99		قيمة (ت)	الدلالة	التقييم
	المؤشر الاحصائي المتغيرات	م	ع	م	ع			
1	إدمان مواقع التواصل الاجتماعي	25.81	7.77	27.81	6.930	-1.79	0.075	غير دالة
2	التوافق الشخصي	52.89	8.07	52.07	7.53	0.69	0.490	غير دالة
3	التوافق الأسري	47.05	6.10	48.24	5.37	-1.36	0.175	غير دالة

يتبين من خلال نتائج الجدول (8) عدم وجود فروق دالة إحصائيا في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير التخصص(علمي وأدبي)، حيث جاءت قيم (ت) غير دالة

إحصائيا؛ وتدل هذه النتيجة على أن مستوى السلوك الإدماني نحو تصفح مواقع التواصل الاجتماعي لا يتأثر بمتغير التخصص الجامعي، ويمكن تفسير هذه النتيجة بالنظر إلى تماثل المعطيات والظروف والأوضاع الخاصة بالطلبة من التخصصات العلمية والأدبية، سواء ضمن الإطار الجامعي أو خارجه، فالأنظمة التي يسير عليها الطلبة واحدة، والخدمات الممنوحة للطلبة من الفئتين هي نفسها، فلا تمييز بين طالب من تخصص علمي وطالب من تخصص أدبي، وبالتالي فإن التسهيلات والفرص التي قد تمنح إلى الطلبة لتصفح الأنترنيت وثم الولوج إلى مواقع التواصل الاجتماعي ستكون مماثلة وهو ما قد ينتج عنه تقاربا بين الطلبة في مستويات الاعتماد النفسي عليها والتعلق المرضي بها، وتتفق النتيجة المتوصل إليها مع دراسة يونس (2016) والتي توصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائيا في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير التخصص.

ويتضح من خلال نتائج الجدول أيضا عدم وجود فروق دالة إحصائيا في التوافق الشخصي والأسري تعزى لمتغير التخصص، حيث جاءت قيم (ت) غير دالة إحصائيا، وتدل هذه النتيجة على أن مستوى الاتزان الداخلي للطالب ودرجة تواؤمه مع ذاته ومع بيئته الأسرية لا يتأثر بمتغير التخصص الجامعي سواء كان علمي أم أدبي، فلكل مجال من مجالات الدراسة الجامعية مكانته ودوره للمساهمة في بناء المجتمع وتأثير فيه والتأثر به، وهو ما ينتج قدرا من رضا الطالب عن ذاته في سياق توافقه مع مطالب بيئته المادية والأسرية والانسجام معها بشكل مرضي. والحقيقة أن التحاق الطالب بالجامعة قد يكون من العوامل المؤثرة في توافقه النفسي وذلك بحكم ما تفرضه الجامعة من معطيات جديدة في حياة الطالب، لكن هذا التغير الحادث على الأرجح لن يجعل الطلبة من تخصص علمي أحسن أو أقل توافقا من نظرائهم في التخصص الأدبي، فالحياة الجامعية غالبا ما تخلق لطلبتها بيئة اجتماعية ومادية جديدة ومتماثلة لكل الطلبة، وهو ما يستدعي تطويرا وتغييرا في اتجاهاتهم النفسية وأنماطهم السلوكية لمجاراة هذا التغير والانسجام بغض النظر عن تخصصاتهم. كما أن النتيجة المتوصل إليها إنما تظهر أن معطيات التفاعل مع البيئة الأسرية للطلبة من التخصصات العلمية والأدبية متقاربة في منطلقاتها وطبيعتها وسيرورة تفاعلها لذا وجدنا تشابها في الاستجابات وثم تقاربا في درجات التوافق الأسري.

- خاتمة:

في نهاية هذه الدراسة، توجب علينا التأكيد على أهمية ومكانة مواقع التواصل الاجتماعي، فهي لم تعد مجرد مواقع على الأنترنيت فقط، بل أضحت جزءا لا يتجزأ من الحياة اليومية والاجتماعية للأفراد المستخدمين لها، بالنظر لما تقدمه من اشباع لحاجاتهم ودوافعهم وتسهيل لعمليات الاتصال والتواصل فيما بينهم وتبادل للأفكار والمعلومات بكل سهولة ويسر. وقد لا يقف الأمر عند هذا الحد، بل نجده يأخذ مسارات سلبية ترتبط أساسا بارتفاع مستويات الاعتماد

النفسي عليها، وصولا إلى حد الإدمان وما يصاحب ذلك من مشاكل على مختلف الأصعدة الشخصية منها والاجتماعية.

وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة ارتباطية سلبية بين درجة إدمان الطالب على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق الشخصي والأسري له. وهو ما يؤكد أن استخدام الطلبة لمثل هذه المواقع بصورة متواصلة ودون ضوابط أو حدود من شأنه أن يزيد من عزلتهم الاجتماعية ويضعف مستويات تواصلهم المباشر مع الآخرين. كما بينت النتائج أيضا عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الأسري، أما متغير التوافق الشخصي فكانت الفروق فيه بين الجنسين دالة إحصائيا ولصالح الإناث، إضافة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الطلبة من التخصصات العلمية والأدبية في كل من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفي التوافق الشخصي والأسري لدى أفراد عينة الدراسة، وهذا يعني أن أغلب متغيرات الدراسة لا تتأثر بمتغيري جنس الطالب وتخصصه.

وبالاستناد لما سبق توضيحه، يمكن أن نقدم بعض التوصيات والاقتراحات، نوردها فيما يلي:

- نشر الوعي بين طلاب الجامعة حول خطر الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، بالنظر لما يحمله من أضرار نفسية واجتماعية على المستويين الشخصي والأسري.
- إجراء مزيد من الدراسات والبحوث حول الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والأسباب المؤدية إليه على عينات أخرى من طلبة الجامعات، حتى نتوصل إلى بناء أفضل البرامج التي من شأنها مساعدة المستخدمين في التصدي لسلبياتها وجعلهم أكثر كفاءة وتوافقا.

- قائمة المراجع:

- بن جديدي سعاد. (2015). علاقة مستوى النرجسية بالإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي الفيسبوك لدى المراهق الجزائري. أطروحة دكتوراه، جامعة محمد خيضر. بسكرة، الجزائر.

- بن خليوي أسماء بنت فراح. (2017). الاضطرابات النفسية المرتبطة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، مجلة العلوم التربوية والنفسية. المجلد25، العدد4، ص ص61-101.

- بوشنافة أحمد، وناصري نفيسة. (2012). الشبكات الاجتماعية أداة للتسويق الافتراضي في المجال السياحي، ورقة عمل مقدمة إلى الملتقى العلمي الدولي الخامس الاقتصاد الافتراضي وانعكاساته على الاقتصادية الدولية، المركز الجامعي خميس مليانة، 12 و14 مارس2012.

- حسين علي عبد الحسن وعبد اليمة حسين عبد الزهرة. (2011). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية. المجلد11 العدد3، ص ص: 117-218.

- الخالدي عطا الله فؤاد والعلمي دلال سعد الدين. (2009). الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

- الخواجه عبد الفتاح محمد سعيد. (2014). الإدمان على الأنترنيت وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة جامعة السلطان قابوس/ عمان، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية. المجلد2، العدد8، ص ص: 79-102.

- درويش نور علي سعد. (2016). قيم وخصائص مدمني الأنترنيت. الإسكندرية: دار الوفاء.

- دوسة مدينة حسن، أبكر موسى حسن صالح. (2018). دراسة عن التوافق النفسي وعلاقته بسمات الشخصية (الانبساط والعصاب) لدى طلاب وطالبات بالمرحلة الثانوية النازحين. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، العدد3، ص ص: 1-41.

- عوض رشا أديب محمد. (2014). آثار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التحصيل الدراسي للأبناء في محافظة طولكرم من وجهة نظر ربات البيوت، رسالة ماجستير، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

- عيساني الطيب رحيمة. (2015). مستخدمو الشبكات الاجتماعية في الوطن العربي: قراءة في الأرقام والمؤشرات. المجلة الجزائرية للاتصال. العدد23، ص ص: 166-212.

- ساهرة يحي مصطفى. (2018). التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة وطالبات القسم الداخلي في جامعة عمر المختار. مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد57، ص ص: 424-451.

- سعودي عبد الكريم. (2014). إدمان الفيسبوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار، دراسات نفسية وتربوية-مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية. العدد13، ص ص: 41-52.

- شكر عمر عبد المناف. (2017). أثر استخدام Face Book على العلاقات الاجتماعية بين طلبة الجامعات دراسة مسحية لعينة من طلبة جامعة جيهان، مجلة جامعة جيهان-أربيل العلمية. المجلد1، العدد2، ص ص66-85.

- شناوي سامي أحمد، عباس خليل محمد. (2014). استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق، مجلة الجامعة. المجلد 18، العدد2، ص ص: 75-118.

- الشهري حنان بنت شعشوع. (2013). أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية الفيسبوك والتويتر نموذجا دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة الملك عبد العزيز، رسالة ماجستير، كلية الآداب والعلوم الانسانية، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية.

- كلير الحلو وطوني جريج وجوزيف قرقماج واليان يوسف. (2018). مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطالب الجامعي، المجلة الدولية للدراسات النفسية والتربوية. المجلد3، العدد2، ص ص235-268.

-القذافي محمد رمضان. (1998). الصحة النفسية والتوافق. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

- النعيمي يسار صباح جاسم. (2017). إدمان الأنترنيت وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالي، مجلة علوم الرياضة. المجلد التاسع، العدد29، ص ص 42-53.

- معيجل سهام مطشر وبرسيم علي عبد الحسن. (2016). الإدمان على الأنترنيت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. مجلة أبحاث ميسان، المجلد 12، العدد24.

- ياسرة أبو هدروس محمد. (2016). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في علاج الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي "الفيس بوك" لدى عينة من المراهقات، مجلة الزرقاء للبحوث والدراسات الانسانية. المجلد16، العدد3، ص ص: 155-130.

- يونس بسمة حسين عيد. (2016). إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة، رسالة ماجستير منشورة، جامعة الأزهر، فلسطين.

- Boumarafi, Bahdja. (2015). Social media use in Algerian universities: University of Constantine2 case study. IAFOR Journal of Education. 3(Special Edition), pp31-41.
- Mahmood, Shanayyara & Farooq, Umer. (2014). Facebook addiction: a study of big-five factors and academic performance amongst students of IUB. Global Journal of Management and Business Research(E), vol14, issue5, pp54-71.
- Nasr, Hossem Edine & Saied Ben Rached, Kaouther. (2017). La Cyberdépendance : Cas de l'addiction au réseau