الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام الإنترنت من وجهة نظر المعلمين

د.محمد خليفة مفلح
قسم العلوم الإنسانية- كلية العلوم والآداب
جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية

أ.د. عايد حمدان الهرش
قسم المناهج والتدريس - كلية التربية
جامعة اليرموك

زياد وليد عبابنه
منطقة أبوظبي التعليمية
وزارة التربية والتعليم بالإمارات العربية المتحدة

أسامة محمد الدلالعة
كلية التربية
جامعة العلوم الماليزية (USM)

الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام الإنترنت من وجهة نظر المعلمين

د.محمد خليفة مفلح
قسم العلوم الإنسانية- كلية العلوم والآداب
جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية

أ.د. عايد حمدان الهرش
قسم المناهج والتدريس- كلية التربية
جامعة اليرموك

زياد وليد عبابنه
منطقة أبوظبي التعليمية
وزارة التربية والتعليم بالإمارات العربية المتحدة

أسامة محمد الدلالعة
كلية التربية
جامعة العلوم الماليزية (USM)

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الآثار النفسية، والصحية، والاجتماعية لاستخدام المعلمين للإنترنت ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٦٠) معلماً ومعلمة (٢١٠) معلماً و (١٥٠) معلمةً، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة من منطقة أبوظبي التعليمية للعام الدراسي ٢٠٠٧/ ٢٠٠٨ م. وقد قام الباحثون بتصميم أداة لغرض جمع البيانات والإجابة عن التساؤلات بعد التحقق من صدقها وثباتها. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لأثر الجنس في المجالين الاجتماعي والنفسي ولصالح الذكور، في حين أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في مجال الآثار الصحية، في حين أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لأثر الجنس في درجة الاستخدام اليومي والأسبوعي للإنترنت لصالح المعلمين والاستخدام الشهري للإنترنت لصالح المعلمات. وقد خلصت الدراسة إلى عدد من التوصيات ذات الصلة بالبحث.

الكلمات المفتاحية: الآثار النفسية، الآثار الصحية، الآثار الاجتماعية، الإنترنت.

* تاريخ تسلم البحث: ٢٠٠٨/١٢/١٨م
* تاريخ قبوله للنشر: ٢٠٠٩/٥/١٦م

The Effect of Psychological, Healthy and Social of Using the Internet from Teachers Perspectives

Dr. Mohammad K. Muflah
Faculty of Science & Arts
Jordan University of Science &Technology

Prof. Ayed H. El-Hersh
Faculty of Education
Yarmouk University

Zyad W. Ababneh
Abu Dhabi Education Zone
Ministry of Education-UAE

Osamah M. Aldalalah
Faculty of Education
University Science Malaysia (USM)

Abstract

This study aimed at investigating the psychological, healthy and social effects of using the Internet from Teachers. The sample of the study consisted of (360) teachers (210 males and 150 females) selected randomly from Abu Dhabi Educational district for the academic year 2007/ 2008 A.D.

The researchers used a questionnaire to collect data after examined its validity and reliability.

The results revealed that there were statistically significant differences due to gender in both social and psychological domains and in favor of males. Whereas; there was no statistically significant differences related to health field. Also, there were statistically significant differences due to gender in using the Internet daily and weekly (in favor of males) and monthly (in favor of males).

There was a number of recommendations related to this study.

Key words: psychological effects, healthy effects, social effects, internet.

الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام الإنترنت من وجهة نظر المعلمين

د.محمد خليفة مفلح
قسم العلوم الإنسانية- كلية العلوم والآداب
جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية

أ.د. عايد حمدان الهرش
قسم المناهج والتدريس- كلية التربية
جامعة اليرموك

زياد وليد عبابنه
منطقة أبوظبي التعليمية
وزارة التربية والتعليم بالإمارات العربية المتحدة

أسامة محمد الدلالعة
كلية التربية
جامعة العلوم الماليزية (USM)

مقدمة

ساهمت الإنترنت بإحداث تقدم علمي كبير، وثورة معلوماتية هائلة، وذلك لتعدد الخدمات التي تقدمها للمستخدمين متمثلةً بالبريد الإلكتروني، والقوائم البريدية، والمحادثة، والشبكة العنكبوتية، ومجموعات الأخبار، وبروتوكول نقل الملفات، والاتصالات عن بعد (عبابنة، ٢٠٠٣). مما جعل استخداماتها ضرورة حياتية تخدم جميع جوانب الحياة: الزراعية، والصحية، والهندسية، والصناعية، والسياحية، والتجارية، والتعليمية. وغيرها من المجالات (Aldalalah & Foug, 2008).

ويشير عتيق (٢٠٠٠) إلى أن الإنترنت تخدم المجال الاجتماعي لأنها توفر مجالاً للتواصل بين الأشخاص بطرق مختلفة منها: الكتابية (النصية)، والصوتية، والصوتية المرئية. وما توفره الإنترنت من وسائل الراحة والترفيه والتسلية والترويح عن النفس (Stella & Leung, 2003).

كما أشارت القاعود (٢٠٠٦) إلى أن الإنترنت تعطي مجالا للأفراد للتعبير عن آرائهم واتجاهاتهم وبكل حرية وديمقراطية بعيدا عن الضغوط الاجتماعية والسياسية. وفي المجال الاقتصادي قدمت الإنترنت للأفراد القدرة على التسوق من مناطق مختلفة من العالم، وفي نفس الوقت أعطت أصحاب الشركات القدرة على الإعلان عن منتجاتهم من خلالها، حيث حققت ما يعرف بالتجارة الإلكترونية، بالإضافة لتجارة الأسهم والبورصة (الصرن وعبد اللطيف، ٢٠٠٦). وتعدّ الإنترنت تربة خصبة لنشر القيم الدينية والأخلاقية وذلك من خلال إنشاء المواقع الدينية والأخلاقية والتواصل مع الأشخاص لتعزيز هذه القيم (أبوعطية والمشهداني، ٢٠٠٤).

وعلى الرغم من كل ما يميز الإنترنت مصدرًا للمعرفة والتعلم إلا أن لها العديد من السلبيات التي تزيد من تحفظ بعض المؤسسات التعليمية في إدخالها لمؤسساتها، حيث تعد المعلومات المتوافرة على شبكة الإنترنت ليست ذات مصداقية عالية كونها لا تخضع للرقابة (Keltner, 1998). كما ينعكس الإفراط في استخدام الإنترنت على الجوانب السلوكية الاجتماعية للمستخدمين فتجعلهم في عزلة اجتماعية، وتحول دون مشاركتهم في تبادل الآراء وحل المشكلات الأسرية والاجتماعية فيصبح المستخدم منعزلا أسريا واجتماعياً (Fenglin,Linyan, Tieqiao & Xueping, 2007). كما يحدث الإفراط في استخدام الإنترنت متاعب جسمية وإرهاقا نفسياً كبيراً مما ينعكس على الأداء الوظيفي والتعليمي (باكوش، ٢٠٠٧).

وأكد أبو جدي (٢٠٠٤) أن الإنترنت قد تستغل في نشر الرذيلة والفساد الأخلاقي بين الشباب من خلال دخولهم إلى مواقع مشبوهة وغير مرغوب فيها اجتماعياً ودينياً، والمتمثل في ارتياد منتديات الحوار والدردشة، والارتباطات العاطفية بغرض التسلية والتلاعب بعواطف الآخرين حيث يخفون الاسم، والعمر، والحالة الاجتماعية، والجنسية. فالغالبية منهم يعيش في عالم الخيال وما يصحبه من إرهاق، وتشويش في الأفكار، والنرفزة السريعة، وفقدان مهارات الاتصال، والانطواء، واللامبالاة ، والقلق النفسي، وضعف التركيز، والكبت النفسي، وتظهر حالة من الأرق والانفصال النفسي، والعيش وسط الأوهام وبناء العلاقات الخيالية.

ويشعر مستخدم الإنترنت بأنه في حالة قلق وتوتر حين يفصل الكمبيوتر عن الإنترنت، في حين يشعر بسعادة بالغة وراحة نفسية حين يعود إلى استخدامه، كما أنه في حالة ترقب دائم لفترة الاستخدام القادمة، ولا يشعر المستخدم بالوقت حين يكون على الشبكة، وقد تسبب الكثير من المشاكل الاجتماعية والاقتصادية والعملية. ويحتاج مستخدم الإنترنت إلى فترات أطول وأطول من الاستخدام؛ ليشبع رغبته كما أن جميع محاولاته للإقلاع عن الاستخدام المفرط تبوء بالفشل، وكثيرًا ما تستخدم الإنترنت وسيلة للهروب من مشكلاته الخاصة، (فرح، ٢٠٠٤) .

ويشير جاردنر (Gardner, 2000) إلى أن الاستخدام المفرط للإنترنت والمتكرر لفترة طويلة، يؤثر في الصحة، والعلاقات الاجتماعية، والنفقات المادية، وقد يتعرض البعض للفصل من الوظيفة، أو الطرد من الجامعة، أو حدوث الخلافات بين الأزواج. ويشير دانفورث (Denforth, 2003) إلى أن هناك عددا كبيرا من مستخدمي الانترنت يسرفون في استخدامها مما يؤثر ذلك في حياتهم الشخصية بمجالاتها المختلفة.

ويعد الإنترنت سلاحا ذا حدين، فكما للإنترنت من إيجابيات كثيرة ومتعددة إلا أن الاستخدام المفرط للإنترنت محفوف بالسلبيات .(Tsai & Lin, 2001)، فقد لوحظ تزايد الآثار السلبية الصحية على مستخدمي الإنترنت، وخاصة من فئة الشباب الذين يقضون اغلب أوقاتهم في مقاهي الإنترنت أو منازلهم خلف شاشات الحاسوب، (عبد الحكيم، ٢٠٠٦)، إذ يعانون من الآم في أسفل الظهر تعود غالباً للاستعمال السيئ للفقرات القطنية ومفصلي الحوض، والجلوس خلف المكتب أو خلف شاشة الحاسوب لفترات طويلة بشكل يومي أو شبه يومي؛ مما يؤدي إلى زيادة الجهد العضلي لمختلف عضلات الظهر، وأربطة الحوض وضعف وإرهاق عضلات الأطراف العليا وانحناء او تقوس الظهر، مما يقلل من نشاط الإنسان، وقد يصاب بعاهة مستديمة، كالإصابة بالدسك أو تصلب الساقين أو تقرحات في الأصابع والأيدي. كما أنه يُحْدث ضغطًا على الجذور العصبية، ومعظم المفاصل تتأثر بطريقة الجلوس أمام الحاسوب، ويَعدّ الورك ومفصل الركبة من أكثر المفاصل تأثراً جرّاء الجلوس لفترات طويلة أمام الحاسوب (Scherer, 1997).

ومن الآثار السلبية الصحية على مستخدمي الإنترنت إرهاق العين وما يعرف بالإجهاد البصري وذلك بسبب الإشعاعات المنبعثة من الكمبيوتر(مساعدة، ٢٠٠٦)، كما أن الأشخاص الذين يقضون ساعتين فأكثر على الحاسوب يوميا هم من المعرضين لأمراض العين، التي منها مرض (متلازمة الحاسوب البصرية)، أو البعض من أعراضه، علماً أنهم لا يعلمون ذلك. يعد مرض متلازمة الحاسوب البصرية من الأمراض التي يعاني منها غالبية الأشخاص الذين يستخدمون الحاسوب يوميا لساعات طويلة، ومن أعراض المرض الشعور بجفاف وتهيج العينين، وقد يكون الجفاف مصحوباً بحكة ودموع، وصعوبة في التركيز والرؤية بوضوح أثناء ممارسة القراءة، بحيث يتم رؤية الحروف أكبر أو أصغر مما هي عليه فعلاً في بعض الأحيان بالإضافة الى الصداع، والإرهاق، والشعور بثقل بالجفون وارتخائها,Solorzano) .Bommarito & Burastero, 2000)

وأجرت الدركزلي (١٩٩٧) دراسة هدفت إلى الكشف عن إيجابيات وسلبيات استخدام الإنترنت، وقد قسمت السلبيات إلى قسمين: سلبيات صحية: حيث أشارت إلى أنه نتيجة لقرب المستخدم من الشاشة فهو يتعرض للإشعاعات من شاشة الحاسوب التي تتسبب في إجهاد العينين، كما أن الجلوس لفترات طويلة أمام جهاز الحاسوب يسبب على المدى البعيد الكثير من المشكلات الصحية وأهمها ألم الظهر والعمود الفقري وما له من مضاعفات.

أما السلبيات الاجتماعية: فمنها استخدام الانترنت في نشر الرذيلة والفساد الأخلاقي

وبخاصة لدى المراهقين والشباب، ممّا يؤثر سلبا في مستقبلهم الأخلاقي والدراسي والوظيفي، كما أن قضاء وقت طويل على الإنترنت له آثار سلبية في العلاقات الاجتماعية والإنسانية مع الآخرين.

وتؤكد دراسة قام بإجرائها كل من: كراوت وباترسون ولندمارك وكيسلر وموكوفاضيا وسهورليس (Kraut, Patterson, Lundmark, Kiesler, Mukophadhyay & Scherlis, 1998) الكشف عن الآثار السلبية الناتجة عن الاستخدام الكثيف للإنترنت على البناء العاطفي السوي وعلى المشاركة الاجتماعية للذين يستخدمون الإنترنت. تكونت عينة الدراسة من (١٦٩) فرداً من (٧٣) عائلة أمريكية ممن لم يمض على اشتراكهم في الإنترنت أكثر من سنتين، إذ أشارت نتائج الدراسة إلى أن الاستخدام الكثيف للإنترنت يقلل قنوات الحوار بين أعضاء الأسرة الواحدة، ويقلص عدد الأصدقاء، ويرفع حالة الاكتئاب والوحدة لدى المستخدمين.

كما أجرت رو (Row, 2000) دراسة حول استخدام الإنترنت بوصفها ظاهرة اجتماعية متطورة على عينة مؤلفة من (٤١١٣) شخصاً بالغاً بعمر (١٨) سنة فما فوق. ووجدت أن ٥٥٪ من المشاركين يستخدمون الإنترنت وأن ٣٦٪ منهم كانوا يقضون (٥) ساعات أو أكثر أسبوعياً على الإنترنت. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هؤلاء الأشخاص أصبحوا يقضون وقتاً أقل في الحديث على الهاتف ومع الأسرة والأصدقاء. وأنهم غالباً ما كانوا يشعرون بالإحباط والقلق والاكتئاب، وأن أكثر من ٢٥٪ منهم قد أشاروا إلى نقص في الأنشطة الاجتماعية؛ وذلك لانشغالهم بالاتصالات والتفاعلات التي يقومون بها على الإنترنت.

حاولت دراسة الكندري والقشعان (٢٠٠١) إبراز الجوانب والتأثيرات الاجتماعية المترتبة على استخدام الإنترنت، كما هدفت إلى الكشف عن أثر استخدام هذه التكنولوجيا في العزلة الاجتماعية التي تعتبر بعدا من أبعاد الاقتراب الاجتماعي، حيث تمثلت عينة الدراسة بطلبة من جامعة الكويت، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في متوسط عدد ساعات استخدام الإنترنت لصالح الذكور، وكذلك إلى وجود علاقة طردية بين المدة الزمنية لاستخدام الإنترنت وبين العزلة الاجتماعية.

وأجرت النمرات (٢٠٠٢) دراسة هدفت لفحص العلاقة بين مدة استخدام الإنترنت ودرجة الاكتئاب لدى طلبة الجامعة. استخدمت الباحثة صورة معربة لقائمة (Beck) للاكتئاب بعد أن استخرجت لها دلالات صدق وثبات ملائمة. وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) طالبٍ وطالبةً (٢٧٦) طالباً (٢٢٤) طالبة من مختلف التخصصات في جامعتي

اليرموك والعلوم والتكنولوجيا الأردنية ممن اعتادوا استخدام الإنترنت، وقد أظهرت النتائج أن هناك مستوى مرتفعا من الاكتئاب لدى عينة الدراسة، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاكتئاب تعزى لمدة استخدام الإنترنت وللجنس إذ كانت الإناث أكثر اكتئابا من الذكور، والطلبة الذين استخدموا الإنترنت بشكل كبير أو متوسط كانوا أكثر اكتئاباً ممن كان استخدامهم للإنترنت قليل، وأوصت الباحثة بضرورة التوعية بالآثار السلبية للإنترنت.

وقام أمين (٢٠٠٣) بدراسة على عينة شملت (٤٠٠) طالب وطالبة من جامعات القاهرة، والمنصورة، والأزهر، والجامعة الأمريكية بالقاهرة. ومما كشفت عنه الدراسة أن حوالي (٧٤٪) من الشباب يعتقدون أن هناك مخاطر أخلاقية للإنترنت، وأن استخدام الشباب هذه التقنية سلبي إلى حد كبير، يساعد على الإباحية والمحادثة والانضمام إلى جماعات عالمية مشبوهة.

قام منصور (٢٠٠٤) بدراسة هدفت إلى الكشف عن واقع استخدام الإنترنت لدى عينة من طلبة جامعة البحرين مكونة من (٣٣٠) طالبا وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها أن الدافع الأول لاستخدام الإنترنت كان طلب المعرفة، يلي ذلك المتعة والترويح ، ثم تكوين علاقات اجتماعية. كما كشفت الدراسة عن عدم وجود فروق في دوافع الاستخدام تعزى لمتغير الجنس، في حين كانت هناك فروق دالة إحصائيا في مجال المعلومات تعزى لمتغير الكلية لصالح طلبة كلية التربية، في حين كانت هناك فروق دالة إحصائيا في مجال الاندماج الاجتماعي تعزى لمتغير مدة الاستخدام، ولصالح مستخدمي الإنترنت أكثر من ثلاث سنوات، كما كشفت الدراسة أن (٨٥٪) من مستخدمي الإنترنت راضون عن نتائج استخدامهم للإنترنت.

وسعت دراسة شفرد وإدلمان (Shepherd & Edelmann, 2005) إلى الكشف عن العلاقة بين استعمال الإنترنت والقلق الاجتماعي، والقلق العام والاكتئاب، وقد تم استخدام أربعة مقاييس هي: مقياس الرهاب الاجتماعي، ومقياس اختبار قوة الأنا، ومقياس القلق والاكتئاب الخاص بأحد المستشفيات، والاستبيانة المتعلقة بأسباب استعمال الإنترنت. تكونت عينة الدراسة من (١٦٩) طالبا جامعيا (١٢٤) من الإناث و(٤٥) من الذكور وأعمارهم بين (١٨–٦٢).بمتوسط ٢٦ سنة. حيث أشارت نتائج الدراسة إلى أن الطلبة الذين يعانون من القلق الاجتماعي يندمجون في التفاعل عن طريق الإنترنت وذلك بديلاً للتفاعل وجها لوجه، كما كشفت النتائج عن وجود علاقة بين القلق الاجتماعي وانخفاض قوة الأنا

والاكتئاب وبين استعمال الإنترنت لغرض الهروب الاجتماعي، كما وجدت علاقات مهمة بين انخفاض قوة الأنا والقلق والاكتئاب والخوف الاجتماعي.

مشكلة الدراسة

تنبع مشكله الدراسة من أن الاستخدام المتزايد للإنترنت والأدوات الإلكترونية قد يؤثر بشكل أو بآخر في المعلم صحيا ونفسيا واجتماعيا، حيث أشارت الزيد (٢٠٠١) إلى أن دولة الإمارات العربية تحتل المركز الأول عربيا في استخدام الإنترنت الذي بلغ في سنه ٢٠٠١ أكثر من ٢,٤١ مليون مستخدم بنسبة تزيد على ٥٠ بالمائة من إجمالي سكان الدولة، ونظرا لقلة الدراسات التي تناولت الآثار الصحية والنفسية والاجتماعية التي قد تحدث على صحة المستخدم في دولة الإمارات العربية المتحدة وبخاصة المعلمون –حسب علم الباحثين – رغب الباحثون بإجراء هذه الدراسة للوقوف على الآثار الصحية والنفسية والاجتماعية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت.

أهداف الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت في منطقة أبوظبي التعليمية، كما هدفت إلى التعرف إلى الفروق في الاستخدام بين المعلمين والمعلمات.

أسئلة الدراسة

جاءت الدراسة للإجابة عن الأسئلة الآتية:

١– ما مدى استخدام عينة الدراسة (المعلمين والمعلمات) للإنترنت ؟

٢– ما الآثار النفسية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت؟

٣– ما الآثار الصحية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت ؟

٤– ما الآثار الاجتماعية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت ؟

٥– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) في الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام الإنترنت باختلاف الجنس؟.

٦– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) في الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام الإنترنت تعزى إلى مدة الاستخدام؟

أهمية الدراسة

تأتي أهمية هذه الدراسة من أنها دراسة علمية ضرورية فرضتها الحاجات الملحة لإبراز الجوانب السلبية للإنترنت وكيفية الحد منها والتنبيه عليها قبل استفحالها سيما وأن المعلمين يمثلون شريحة فعالة مهمة في تربية أجيال الأمة، وقد تسهم هذه الدراسة في مساعدة المختصين بوضع خطط وقائية وعلاجية مناسبة تقوم على التوعية والتثقيف للاستخدام المناسب والإيجابي للانترنت، كما ستساعد في وضع استراتيجيات تعمل على الحد من الوقوع في هذه الآثار السلبية ومن ثمّ ستساهم في تحسين وتطوير العملية التعليمية.

محددات الدراسة

– اقتصرت هذه الدراسة على عينة من المعلمين والمعلمات المستخدمين للإنترنت في منطقة أبو ظبي التعليمية للعام الدراسي (٢٠٠٧/٢٠٠٨).

– اقتصرت الدراسة على تقديرات المعلمين و المعلمات للآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدامهم الإنترنت.

التعريفات الإجرائية

مدى استخدام الإنترنت: هي المدة الزمنية التي يستخدم فيها المعلمون والمعلمات الإنترنت للحصول على المعرفة التي يحتاجونها، وتقاس بدرجة تقدير أفراد عينة الدراسة على الاستبانة، وحسب المدة الزمنية التي يستخدم فيها المعلم أو المعلمة الإنترنت يوميا أو أسبوعيا أو شهريا.

الآثار النفسية والصحية والاجتماعية: هي الأضرار التي قد تلحق بأفراد عينة الدراسة، وتؤثر فيهم نفسياً وصحياً واجتماعياً نتيجة استخدامهم المتواصل للإنترنت والذي ينتج عنه بعض الآلام في الظهر والعينين والأطراف والانعزال الاجتماعي وقلة مشاركة الآخرين ممّا يؤدي إلى اضطرابات نفسية كالأرق والاكتئاب لدى المستخدم نتيجة للاستخدام الزائد والمفرط للإنترنت والجلوس مدّة طويلة أمام شاشة الحاسوب والتي تقاس بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة لكل فقرة من فقرات أداة الدراسة (الاستبانة)، والمتمثلة بالتدريج الخماسي (١ – ٥)، حيث يمثل (١) درجة قليلة جداً، و (٥) درجة كبيرة جداً.

المعلمون: هم جميع العاملين في وزارة التربية والتعليم في دولة الإمارات العربية المتحدة، بمنطقة أبوظبي التعليمية بوظيفة معلم وتشمل (الذكور والإناث) للعام الدراسي ٢٠٠٧/٢٠٠٨.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من المعلمين والمعلمات التابعين لمنطقة أبوظبي التعليمية للعام الدراسي (٢٠٠٧/ ٢٠٠٨)، وقد بلغ مجتمع الدراسة (١٩٠٦) معلم و (٢٨٣٦) معلمةً. وقد تم اختيار مجتمع الدراسة بالطريقة المتيسرة كون أحد الباحثين يعمل مدرسا ضمن منطقة أبو ظبي التعليمية. تكونت عينة الدراسة من (١٥٠) معلمة و (٢١٠) معلم، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة، الجدول رقم (١) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١)
التكرارات والنسب المئوية لأفراد عينة الدراسة

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	٢١٠	٥٨,٣٪
	إناث	١٥٠	٤١,٧٪
المجموع		٣٦٠	١٠٠٪

أداة الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثون ببناء وتطوير استبانة مستنيرين بآراء المختصين ومستندين إلى خبرتهم واطلاعهم على الأدب النظري المرتبط بموضوع الدراسة. وتكونت أداة الدراسة من قسمين، هما:

القسم الأول: المعلومات العامة، وتضمنت:

– مدة الاستخدام (يومي، أسبوعي، شهري)

–عدد ساعات الاستخدام اليومي للإنترنت.

–سؤال هل أنت مستخدم للإنترنت في المنزل؟.

القسم الثاني: أداة الدراسة التي اشتملت على ثلاثة مجالات، هي:

المجال الأول: الآثار النفسية لاستخدام الإنترنت: يشمل هذا القسم على (١٠) فقرات تناولت الآثار النفسية لاستخدام المعلمين للإنترنت.

المجال الثاني: الآثار الصحية لاستخدام الإنترنت: ويشمل هذا القسم (١٩) فقرة تناولت الآثار الصحية لاستخدام المعلمين للإنترنت.

المجال الثالث: الآثار الاجتماعية لاستخدام الإنترنت: يشمل هذا القسم (١٤) فقرة تناولت الآثار الاجتماعية لاستخدام المعلمين للإنترنت.

وكانت الإجابة عن فقرات الاستبانة في كل مجالات الدراسة النفسية، والصحية

والاجتماعية، متدرجة على كل فقرة من فقرات المقياس وفقا لتدريج ليكرت الخماسي (١–٥)، وقد أعطيت الفقرات الدرجات الآتية: كبيرة جدا (٥)، كبيرة (٤)، متوسطة (٣)، قليلة (٢)، قليلة جدا (١)، واعتمد الباحثون للكشف عن مدى الاستخدام، الفقرة التي تكشف عن الاستخدام اليومي، والأسبوعي، والشهري للإنترنت.

صدق الأداة

وللتأكد من صدق محتوى الأداة قام الباحثون بعرض الأداة على أربعة محكمين من المتخصصين في تكنولوجيا التعليم، وواحد في المناهج وطرق التدريس، ومحكمين في علوم الحاسوب، ومحكمين قي القياس والتقويم، وأربعة محكمين في علم النفس، في جامعة اليرموك. كما عرضت الاستبانة على من أطباء جراحة العظام وأطباء أمراض العيون في مستشفى الملك المؤسس عبدا لله الجامعي وهو مستشفى تعليمي وتم الأخذ بآراء الأطباء الذين هم أساتذة أكاديميون يعملون في كلية الطب في جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية. وتم الأخذ بالاقتراحات التي أجمع عليها (٨٠٪) من المحكمين، فحذف الباحثون عدداً من الفقرات التي أجمع المحكمون على أنها مكررة، وبلغت فقرتين، فقرة رقم (٦) في المجال النفسي وفقرة رقم (١٢) في المجال الاجتماعي، وحذفت الفقرات التي أجمع المحكمون على عدم علاقتها بأهداف الدراسة وقد بلغت (٣) فقرات. كما أجمع المحكمون على إضافة (٤) فقرات، فقرة رقم (٣) في المجال النفسي وفقرة رقم (٨) في المجال الاجتماعي والفقرتين رقم (٧،٩) في المجال الصحي بالإضافة لتعديل بعضها لغويا وبلغت (٥) فقرات، وإعادة صياغة الفقرتين (٢،٥) في المجال النفسي وفقرة رقم (٤) في المجال الاجتماعي، والفقرتين رقم (١٣، ١٧) في المجال الصحي بحيث أصبح عدد فقرات الاستبانة (٤٣) فقرة.

ثبات الأداة

وللتأكد من ثبات الأداة، قام الباحثون بحساب معامل ثبات الأداة بطريقتين: الطريقة الأولى، وهي طريقة الإعادة (Test- Retest) إذ طبقت الأداة على عينة استطلاعية من خارج أفراد عينة الدراسة، وعددها (٣٠) معلماً ومعلمة، وكان ذلك على فترتين زمنيتين يفصل بينهما أسبوعان، وكان معامل الثبات لمجال الآثار النفسية (٨٢٪) كما بلغ معامل ثبات مجال الآثار الاجتماعية (٨٢٪) ومجال الآثار الصحية (٨٤٪)، وللأداة ككل (٨٦٪). الطريقة الثانية تم فيها حساب معامل ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وكان

معامل الثبات لمجال الآثار النفسية (٧٧٪) كما بلغ معامل ثبات مجال الآثار الاجتماعية (٧٧٪)، ولمجال الآثار الصحية (٨٣٪)، وللأداة ككل (٨٥٪) وتعد هذه القيم مقبولة لأغراض تطبيق هذه الدراسة.

متغيرات الدراسة

اشتملت هذه الدراسة على المتغيرات التالية:

المتغيرات المستقلة

١- استخدام الإنترنت، وله ثلاثة مستويات: (يومياً، أسبوعياً، شهريا).

٢- الجنس، وله فئتان: (ذكر، أنثى).

المتغير التابع: درجة تقدير أفراد العينة لأداة الدراسة المتمثلة في:

١- الآثار النفسية.

٢- الآثار الصحية.

٣- الآثار الاجتماعية.

إجراءات التنفيذ

لتسهيل مهمة الباحثين في توزيع الاستبانات على عينة الدراسة في مدارس أبو ظبي الحكومية، والحصول على أعداد المعلمين والمعلمات تم أخذ كتاب (تسهيل مهمة) من إدارة مدرسة التفوق للتعليم الأساسي.

وبعد ذلك وزعت الاستبانات على أفراد عينة الدراسة من خلال المقابلة الشخصية لهم في المدارس، وبعدها جمعت الاستبانات بالتعاون مع كل مدرسة من المدارس المعنية في هذه الدراسة، واستغرقت عملية توزيع الاستبانات وجمعها ثلاثة أسابيع تقريبا، أخيراً تم تفريغ البيانات وإدخالها إلى الحاسوب وانتقاء المعالجات والتحليلات والاختبارات الإحصائية اللازمة للإجابة عن أسئلة الدراسة، والخروج بعد ذلك بالنتائج وتقديمها بشكل يسهل على القارئ فهمها، وصولاً إلى الاستنتاجات والتوصيات بالاعتماد على النتائج.

المعالجات الإحصائية

استخدم الباحثون رزمة التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) في معالجة البيانات التي فرغت من الاستبانات للإجابة عن أسئلة الدراسة، كما قام الباحثون باستخراج

التكرارات والنسب المئوية لمعرفة مدى استخدام عينة الدراسة للإنترنت، كما تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام الإنترنت على عينة الدراسة. ولكشف الفروق بين المتوسطات الحسابية تم استخدام اختبار «ت».

ولتفسير استجابات أفراد الدراسة تم استخدام التدرج الإحصائي التالي:

- ١,٠٥ – اقل من ١,٥ بدرجة قليلة جدا
- ١,٥ – اقل من ٢,٥ بدرجة قليلة
- ٢,٥ – اقل من ٣,٥ بدرجة متوسطة
- ٣,٥ – اقل من ٤,٥ بدرجة كبيرة
- ٤,٥ – ٥ درجة كبيرة جدا

نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: عرض نتائج السؤال الأول ومناقشتها

نص هذا السؤال على: ما مدى استخدام عينة الدراسة (المعلمين والمعلمات) للإنترنت؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب التكرارات والنسب المئوية لمدى استخدام الإنترنت من قبل عينة الدراسة والجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٢)
التكرارات والنسب المئوية لعينة الدراسة حسب استخدام الإنترنت

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة المئوية	متوسط الاستخدام بالساعات
استخدم الإنترنت	يوميا	١٤٠	٪٣٨,٩	٣,٤٠
	أسبوعيا	١٠٠	٪٢٧,٨	٣,٢٠
	شهريا	١٢٠	٪٣٣,٣	٢
	المجموع	٣٦٠	٪١٠٠	

يلاحظ من الجدول رقم (٢) أن أكبر نسبة من المعلمين والمعلمات يستخدمون الإنترنت يوميا، إذ بلغت نسبة الاستخدام (٣٨,٩٪) يوميا، وبمعدل ساعات (٣,٤٠) ساعة يومياً، ثم جاء استخدام الإنترنت شهرياً بنسبة مئوية بلغت (٣٣,٣٪)، وبمعدل ساعتين شهرياً، في حين حصل استخدام الإنترنت أسبوعيا على نسبة مئوية بلغت (٢٧,٨٪)، وبمعدل (٣,٢٠) ساعات أسبوعيا.

يعزو الباحثون هذه النتيجة إلى اهتمام المعلمين والمعلمات المتزايد بالإنترنت وتوظيفها في

العملية التعليمية التعلمية التي يمارسونها داخل الغرفة الصفية وخارجها نتيجة لتوجيهات وزارة التربية والتعليم في الإمارات العربية المتحدة وتشجيعها المعلمين والمعلمات على توظيف الإنترنت في العملية التعليمية كمصادر تعليمية متنوعة تساعد على تحسين أساليب التدريس مما سينعكس إيجابا على تحصيل الطلبة، كما تسهم في توفير بيئة تعليمية غنية تساعد على ملء وقت الفراغ لدى المعلمين والمعلمات خارج أوقات الدوام الرسمي خاصة لتوافر الإنترنت في المنازل في دولة الإمارات العربية المتحدة مقابل مبلغ زهيد.

ثانياً: عرض نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

نص هذا السؤال على: ما الآثار النفسية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار النفسية المترتبة على استخدام المعلمين للإنترنت، والجدول رقم (٣) يوضح ذلك

الجدول رقم (٣)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار النفسية لاستخدام المعلمين للإنترنت مرتبة تنازليا

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التقدير
١	٥	الأرق وقلة النوم	٤,٥٧	٠,٩٠٠	كبيرة جدا
٢	٦	الانعزال والاكتئاب	٤,٤٤	٠,٩٥٠	كبيرة
٣	٧	العيش وسط الأوهام والعلاقات الخيالية	٣,٥٦	١,١٩	=
٤	٢	عدم مجاملة الناس ومشاركتهم في مناسباتهم	٣,٠٤	١,٣٧	متوسطة
٥	٨	مضيعة الوقت	٢,٣٩	١,١٨	قليلة
٦	٣	قلة النشاط والميل إلى الكسل	٢,٣٣	١,١٦	=
٧	٤	القلق وعدم الراحة	٢,٢٢	١,٢٢	=
٨	٩	أفكار غير منضمة و مشوشة	٢,٠٩	١,٣٠	=
٩	١	النرفزة السريعة	١,٨٣	١,٠٧	=
١٠	١٠	تعلم الكذب عند التخاطب وحوار الآخرين	١,٥٦	٠,٩٦٠	=
		الكلي	٢,٨٠	٠,٤١٠	متوسطة

يبين الجدول رقم (٣) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار النفسية لاستخدام المعلمين للإنترنت، فقد جاءت الفقرة رقم (٥) التي تنص على الأرق وقلة النوم في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (٤,٥٧)، وانحراف معياري (٠,٩٠)، تلتها في المرتبة الثانية الفقرة رقم (٦) التي تنص على الانعزال والاكتئاب بمتوسط حسابي بلغ (٤,٤٤)، وبانحراف معياري (٠,٩٥)، في حين جاءت الفقرة رقم (١٠) ونصها تعلم الكذب عند التخاطب وحوار الآخرين في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (١,٥٦)، وانحراف

معياري (٠,٩٦)، وبلغ المتوسط الحسابي للآثار النفسية ككل (٢,٨٠)، وبانحراف معياري (٠,٤١). أظهرت نتائج الدراسة أن درجة الآثار النفسية لاستخدام المعلمين للإنترنت في منطقة أبوظبي التعليمية متوسطة، وتعزى هذه النتائج كما هو مبين في الجدول رقم (٣) إلى أن طبيعة الجو الحار والرطب ، يفرض على المعلمين العيش في أماكن مكيفة، يتوفر فيها الإنترنت (٢٤) ساعة وبخاصة في المنازل وباشتراكات شهرية غير مكلفة ماديا، لذا يعد الاستخدام للإنترنت من قبل المُعلمين في مجالات عديدة ومنها التخاطب والدردشة والتصفح، مما يؤثر سلبا في حالاتهم النفسية لطول الوقت المنقضي في استخدام الإنترنت، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من (Row, 2000؛ الكندي والقشعان، ٢٠٠١).

أما فيما يتعلق بالاثار النفسية لاستخدام المعلمات للإنترنت فقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والجدول رقم (٤) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٤)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار النفسية لاستخدام المعلمات للإنترنت مرتبة تنازليا

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التقدير
١	٥	الأرق وقلة النوم	٤,٣٣	١,١٧	كبيرة
٢	٤	القلق وعدم الراحة	٣,٠٥	١,٣٩	متوسطة
٣	١٠	تعلم الكذب عند التخاطب وحوار الآخرين	٣,٠٣	١,٦٧	=
٤	٣	قلة النشاط والميل إلى الكسل	٢,٧٩	١,٢٩	=
٥	٢	عدم مجاملة الناس ومشاركتهم في مناسباتهم	٢,٤٦	١,١٦	قليلة
٦	٦	الانعزال والاكتئاب	٢,٢٩	١,٣١	=
٧	٨	مضيعة للوقت	٢,٢٤	٠,٩٩	=
٨	١	النرفزة السريعة	٢,١٧	١,٢٢	=
٩	٩	أفكار غير منظمة ومشوشة	١,٧٨	١,١٥	=
١٠	٧	العيش وسط الأوهام والعلاقات الخيالية	١,٦٥	١,٠٠	=
		الكلي	٢,٥٨	٠,٣٩	متوسطة

يبين الجدول رقم (٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار النفسية لاستخدام المعلمات للإنترنت، فقد جاءت الفقرة رقم (٥) التي تنص على الأرق وقلة النوم في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (٤,٣٣)، وانحراف معياري (١,١٧)، تلتها في المرتبة الثانية الفقرة رقم (٤) التي تنص على القلق وعدم الراحة بمتوسط حسابي بلغ (٣,٠٥)، وبانحراف معياري (١,٣٩)، في حين جاءت الفقرة رقم (٧) ونصها العيش وسط الأوهام والعلاقات الخيالية في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (١,٦٥)، وانحراف معياري (١,٠٠)، وبلغ المتوسط الحسابي للآثار النفسية ككل (٢,٥٨)، وبانحراف معياري (٠,٣٩). كما أظهرت

نتائج الدراسة أن درجة الآثار النفسية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت في منطقة أبو ظبي التعليمية هي بدرجة متوسطة، وتعزى هذه النتائج كما هو مبين في الجدول رقم (٤) بأن الأعباء المنزلية المطلوبة من المعلمات بالإضافة للعمل في المدرسة، ومتابعة الأولاد دراسياً وأسرياً يجعل تقدير درجة الآثار النفسية لاستخدام المعلمات للإنترنت بدرجة متوسطة، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من (Row, 2000؛ الكندي والقشعان، ٢٠٠١). التي أظهرت دراسة كل منهم أن الاستخدام الكثير للإنترنت يظهر حالة من الأرق. وتختلف مع دراسة النمرات (٢٠٠٢) التي أظهرت نتائج دراسته بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاكتئاب تعزى لمدة استخدام الإنترنت إذ كانت الإناث أكثر اكتئابا من الذكور.

ثالثاً: عرض نتائج السؤال الثالث ومناقشتها

نص هذا السؤال على: ما الآثار الصحية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الصحية المترتبة على استخدام المعلمين للإنترنت، والجدول رقم (٥) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٥)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الصحية لاستخدام المعلمين للإنترنت مرتبة تنازليا

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التقدير
١	١٨	تعب في العيون	٤,٦٥	٠,٩٣	كبيرة جدا
٢	١٧	توتر وإجهاد عضلات العين نتيجة التركيز الطويل	٤,٥٦	١,٠٧	=
٣	١٦	صداع في الرأس	٤,٤٤	١,١٦	كبيرة
٤	٢	آلام في أسفل الظهر	٤,٢٠	١,١٢	=
٥	١٢	إرهاق في عضلات الذراعين	٤,٠٤	١,٥٣	=
٦	٥	إرهاق في عضلات الأطراف السفلى	٣,٩٢	١,٤١	=
٧	٦	آلام في الرقبة	٣,٥٠	١,٦٩	=
٨	٣	آلام في العمود الفقري	٣,٢٨	١,٠٥	متوسطة
٩	١٩	ضعف في التركيز	٣,٠٤	١,٤٧	=
١٠	٤	شد في الأكتاف	٢,٧٨	١,١١	=
١١	١١	زيادة الجهد العضلي في أربطة الحوض	٢,٧٥	١,٢٠	=
١٢	١٣	زيادة في الوزن	٢,٦٤	١,٢٥	=
١٣	١	زيادة الجهد لعضلات الظهر	٢,٥٥	١,٢١	=
١٤	٩	آلام في الورك	٢,٣١	١,٠١	قليلة
١٥	١٠	آلام في مفصل الركبة	٢,٢١	١,٢٦	=
١٦	١٥	تشنج بالعضلات	١,٩٧	١,٤٣	=
١٧	١٤	التعرض للإصابة بالدسك	١,٨٢	١,٣٨	=

تابع الجدول رقم (٥)

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التقدير
١٨	٨	آلام في الرسغ العظمي	١,٥٧	١,١٠	=
١٩	٧	الوخز الخفيف في أصابع الأيدي	١,٥٤	٠,٩٨	=
		الكلي	٣,٠٣	٠,٣٤	متوسطة

يبين الجدول رقم (٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الصحية لاستخدام المعلمين للإنترنت، حيث جاءت الفقرة رقم (١٨) التي تنص على تعب في العيون في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (٤,٦٥)، وانحراف معياري (٠,٩٣)، تلتها في المرتبة الثانية الفقرة رقم (١٧) التي تنص على توتر وإجهاد عضلات العين نتيجة التركيز الطويل بمتوسط حسابي بلغ (٤,٥٦)، وبانحراف معياري (١,٠٧٥)، تلتها في المرتبة الثالثة الفقرة رقم (١٦) والتي تنص على صداع في الرأس وبمتوسط حسابي (٤,٤٤) وبانحراف معياري (١,١٦)، في حين جاءت الفقرة رقم (٧) ونصها الوخز الخفيف في أصابع الأيدي في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (١,٥٤)، وانحراف معياري (٠,٩٨)، وبلغ المتوسط الحسابي للآثار النفسية ككل (٣,٠٣)، وبانحراف معياري (٠,٣٤).

أما فيما يتعلق بالاثار الصحية لاستخدام المعلمات للإنترنت فقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ، والجدول رقم (٦) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٦)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الصحية لاستخدام المعلمات للإنترنت مرتبة تنازليا

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التقدير
١	١٨	تعب في العيون	٤,٦٣	٠,٩٢	كبيرة جدا
٢	١٧	توتر وإجهاد عضلات العين نتيجة التركيز الطويل	٤,٥٥	١,٠٤	=
٣	١٦	صداع في الرأس	٤,٥١	١,٠٦	=
٤	٢	آلام في أسفل الظهر	٤,٠٣	١,٢٨	كبيرة
٥	١٢	إرهاق في عضلات الذراعين	٤,٠٣	١,٤٨	=
٦	١٩	ضعف في التركيز	٣,٢٧	١,٤٤	متوسطة
٧	٣	آلام في العمود الفقري	٣,٢٣	١,١٥	=
٨	٥	إرهاق في عضلات الأطراف السفلى	٢,٩٩	١,٢٥	=
٩	٤	شد في الأكتاف	٢,٩٣	٨٠.	=
١٠	١٥	تشنج بالعضلات	٢,٦٩	١,٧٧	=
١١	١١	زيادة الجهد العضلي في أربطة الحوض	٢,٦٥	١,٣٠	=
١٢	١٣	زيادة في الوزن	٢,٥٨	١,٣٢	=

تابع الجدول رقم (٦)

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التقدير
١٣	١٠	آلام في مفصل الركبة	٢,٥٦	١,٦٤	=
١٤	٦	آلام في الرقبة	٢,٤٩	١,٧١	قليلة
١٥	١	زيادة الجهد لعضلات الظهر	٢,٤٧	١,٢١	=
١٦	٩	آلام في الورك	٢,١٤	١,٣٧	=
١٧	٨	آلام في الرسغ العظمي	١,٦٥	١,٣٠	=
١٨	١٤	التعرض للإصابة بالدسك	١,٥٥	١,٢١	=
١٩	٧	الوخز الخفيف في أصابع الأيادي	١,٤٦	٠,٩٦	=
		الكلي	٣,٠٢	٠,٣٠	متوسطة

يبين الجدول رقم (٦) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الصحية لاستخدام المعلمات للإنترنت، إذ جاءت الفقرة رقم (١٨) التي تنص على تعب في العيون في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (٤,٦٣)، وانحراف معياري (٢٩,٠)، تلتها في المرتبة الثانية الفقرة رقم (١٧) التي تنص على توتر وإجهاد عضلات العين نتيجة التركيز الطويل بمتوسط حسابي بلغ (٤,٥٥)، وبانحراف معياري (١,٠٤)، تلتها في المرتبة الثالثة الفقرة رقم (١٦) التي تنص على صداع في الرأس وبمتوسط حسابي (٤,٥١) وبانحراف معياري (١,٠٦)، في حين جاءت الفقرة رقم (٧) ونصها الوخز الخفيف في أصابع الأيدي في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (١,٤٦)، وانحراف معياري (٠,٩٦)، وبلغ المتوسط الحسابي للآثار النفسية ككل (٣,٠٢)، وبانحراف معياري (٠,٣٠). كما أظهرت نتائج الدراسة أن الآثار الصحية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت بلغت درجة متوسطة، كما هو مبين في الجدول رقم (٥) والجدول رقم (٦)، وأن أبرز هذه الآثار تعب في العيون، وإجهاد في عضلات العين، وصداع في الرأس وآلام في أسفل الظهر، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (المساعدة، ٢٠٠٦) و(الدركزلي، ١٩٩٧)، التي أظهرت أنه نتيجة قرب المستخدم من شاشة الحاسوب يتعرض للإشعاعات التي تتسبب بإجهاد العينين، بالإضافة إلى مشكلات صحية أخرى (ألم الظهر والعمود الفقري)، وتعزى هذه النتائج إلى الاستخدام المطول من قبل المعلمات للإنترنت خاصة أن ذلك يتطلب من المستخدم قلة رمش العينين؛ مما يسبب جفافها واحمرارها وإجهادها.

رابعاً: عرض نتائج السؤال الرابع ومناقشتها

نص هذا السؤال على: ما الآثار الاجتماعية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الاجتماعية المترتبة على استخدام المعلمين للإنترنت، والجدول رقم (٧) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٧)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الاجتماعية لاستخدام المعلمين للإنترنت مرتبة تنازليا

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التقدير
١	٨	ضعف في العلاقات الاجتماعية وقلة مشاركة الآخرين	٤,٦٥	٠,٩٣	كبيرة جدا
٢	٩	خلافات مع الزوج (الزوجة)	٤,٢٣	١,٢١	كبيرة
٣	١	التهرب من زيارة الأصدقاء	٤,١٦	١,٤٤	=
٤	١٣	الوقت غير متاح لزيارة الأصدقاء	٤,١٠	١,١٢	=
٥	١٤	خلافات مع الزملاء والأقران	٣,٩٦	١,٣٧	=
٦	٣	الميل نحو الانعزال والوحدوية	٣,٥٢	١,٣٩	=
٧	٢	عدم تحمل الأصوات والضوضاء	٣,٣٠	١,٤٢	متوسطة
٨	٥	عدم متابعة الأخبار المحلية والعالمية	٣,٢٣	١,٣٠	=
٩	١٢	عدم الرعاية الكافية للأولاد ومتابعة وضعهم الدراسي	٣,١١	١,٧٩	=
١٠	٤	استخدامات الـ Internet السلبية تؤدي للانحراف	٣,٠٠	١,٣٥	=
١١	٦	تكوين صداقات غير واقعية من خلال المنتديات وبرامج الحوار	٢,٣٣	١,٣١	قليلة
١٢	٧	ضعف في مهارات الاتصال الاجتماعية	٢,٢٣	١,٠٥	=
١٣	١١	ألاحظ بأن أولادي يفضلون Chatting عن الدراسة.	١,٩٦	١,٥٠	=
١٤	١٠	عدم توافر الوقت اللازم لتوفير الحاجات الأساسية للبيت	١,٥٤	٠,٩٨	=
		الكلي	٣,١١	٠,٣٣	متوسطة

يبين الجدول رقم (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الاجتماعية لاستخدام المعلمين للإنترنت، إذ جاءت الفقرة رقم (٨) التي تنص على ضعف في العلاقات الاجتماعية وقلة مشاركة الآخرين في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (٤,٦٥)، وانحراف معياري (٠,٩٣)، تلتها في المرتبة الثانية الفقرة رقم (٩) التي تنص على خلافات مع الزوج (الزوجة) بمتوسط حسابي بلغ (٤,٢٣)، وبانحراف معياري (١,٢١)، في حين جاءت الفقرة رقم (١٠) ونصها عدم توافر الوقت اللازم لتوفير الحاجات الأساسية للبيت في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (١,٥٤)، وانحراف معياري (٠,٩٨)، وبلغ المتوسط الحسابي للآثار الاجتماعية ككل (٣,١١)، وبانحراف معياري (٠,٣٣).

أما فيما يتعلق بالآثار الاجتماعية لاستخدام المعلمات للانترنت تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٨)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الاجتماعية لاستخدام المعلمات للانترنت مرتبة تنازليا

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التقدير
١	٨	ضعف في العلاقات الاجتماعية وقلة مشاركة الآخرين	٤,١٩	١,٣٨	كبيرة
٢	١	التهرب من زيارات الأصدقاء	٣,٢٥	٩٣.	متوسطة
٣	١٣	الوقت غير متاح لزيارة الأصدقاء	٣,٢٢	١,٦٦	=
٤	٥	عدم متابعة الأخبار المحلية والعالمية	٣,٢١	١,٣٧	=
٥	٩	خلافات مع الزوج (الزوجة)	٣,١٩	١,٩٤	=
٦	٤	استخدامات الـ Internet السلبية تؤدي للانحراف	٣,١٣	١,٨٨	=
٧	٣	الميل نحو الانعزال والوحدوية	٣,١١	١,٤٩	=
٨	١١	ألاحظ بأن أولادي يفضلون Chatting عن الدراسة.	٢,٩٤	١,٤٥	=
٩	٧	ضعف في مهارات الاتصال الاجتماعية	٢,٥٤	١,١٨	=
١٠	٦	تكوين صداقات غير واقعية من خلال المنتديات وبرامج الحوار	٢,٣٣	١,٧٨	قليلة
١١	٢	عدم تحمل الأصوات والضوضاء	٢,٣٣	١,٣٣	=
١٢	١٤	خلافات مع الزملاء والأقران	٢,٣٠	١,٤٢	=
١٣	١٢	عدم الرعاية الكافية للأولاد ومتابعة وضعهم الدراسي	٢,٢١	١,١٥	=
١٤	١٠	عدم توافر الوقت اللازم لتوفير الحاجات الأساسية للبيت	١,٩٥	١,٥٩	=
		الكلي	٢,٨١	٠,٤٠	متوسطة

يبين الجدول رقم (٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار الاجتماعية لاستخدام الإنترنت من وجهة نظر المعلمات، إذ جاءت الفقرة (٨) التي تنص على "ضعف في العلاقات الاجتماعية وقلة مشاركة الآخرين" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (٤,١٩) وانحراف معياري (١,٣٨)، تليها الفقرة (١) التي تنص على "التهرب من زيارات الأصدقاء" وبمتوسط حسابي بلغ (٣,٢٥) وانحراف معياري (٠,٩٣) في حين جاءت الفقرة (١٥) التي نصها "عدم توافر الوقت اللازم لتوفير الحاجات الأساسية للبيت" في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (١,٩٥) وانحراف معياري (١,٥٩)، وبلغ المتوسط الحسابي للآثار الاجتماعية ككل (٢,٨١) وبانحراف معياري (٠,٤٠).

أظهرت نتائج الدراسة أن درجة الآثار الاجتماعية لاستخدام المعلمين والمعلمات للإنترنت في منطقة أبوظبي التعليمية متوسطة. وتعزى هذه النتيجة لما في الإنترنت من إمكانات تجعل المستخدمين يندمجون في استخدامه، فتمضي الساعات كأنها دقائق، وذلك لما توفره الإنترنت من مواقع ثقافية، سياسية، دينية، تجارية، صحية، ومتنوعة، واستخدام برامج المحادثة مع الأهل والأصدقاء في بلادهم وغير ذلك، ومن الدراسات التي أيدت

نتائج هذه الدراسة دراسة (الدركزلي، ١٩٩٧) التي كشفت عن سلبيات استخدام الإنترنت وما له من مضاعفات سلبية على العلاقات الاجتماعية والإنسانية مع الآخرين.ودراسة (Row, 2000) التي أظهرت أن أكثر من٢٥ ٪ من الذين يستخدمون الإنترنت (٥) ساعات وأكثر أسبوعيا لديهم نقص في الأنشطة الاجتماعية لانشغالهم بالاتصالات والتفاعلات التي يقومون بها على الإنترنت، واختلفت مع دراسة (الكندري والقشعان، ٢٠٠١) التي أظهرت وجود فروق بين الجنسين في متوسط عدد ساعات الاستخدام ولصالح الذكور، مما يؤثر في علاقاتهم الاجتماعية.

ولمعرفة درجة التقدير الكلية لمتغيرات الدراسة (الآثار النفسية، الصحية، الاجتماعية)، تم احتساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل متغير من متغيرات الدراسة حسب متغير الجنس كما هو موضح في الجدول رقم (٩).

الجدول رقم (٩)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات أداة الدراسة

المجال	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التقدير
الآثار النفسية	ذكور	٢,٨٠	٤١.	متوسط
	إناث	٢,٥٨	٣٩.	
الآثار الصحية	ذكور	٣,٠٣	٣٤.	متوسط
	إناث	٣,٠٢	٣٠.	
الآثار الاجتماعية	ذكور	٣,١١	٣٣.	متوسط
	إناث	٢,٨١	٤٠.	

يبين الجدول رقم (٩) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الكلي للآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدامات المعلمين والمعلمات للإنترنت، فقد كانت درجة التقدير متوسطة للآثار النفسية والصحية والاجتماعية لكل من المعلمين والمعلمات على حد سواء، وتعزى هذه النتيجة إلى أن استخدام الإنترنت من قبل المعلمين والمعلمات استخداما معقولا ومتوازنا لانشغالهم بمهام التدريس ومتطلبات الحياة والتزاماتها، بحيث لا يوجد هناك متسع من الوقت لقضائه في الاستخدام الكثير للإنترنت ليؤثر في العلاقات الاجتماعية والصحة النفسية و الصحة البدنية لكل من المعلمين والمعلمات إلا بشكل متوسط.

خامساً: عرض نتائج السؤال الخامس ومناقشتها

نص هذا السؤال على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α =

٠,٠٥) في الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام الإنترنت باختلاف الجنس؟.

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجة الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام الرنترنت حسب متغير الجنس، والجدول رقم (١٠) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١٠)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار «ت» لتقدير المعلمين لمجالات أداة الدراسة (النفسية والصحية والاجتماعية) حسب متغير الجنس

		العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة «ت»	الدلالة الإحصائية
الآثار النفسية	ذكور	٢١٠	٢,٨٠	٠,٤١	٥,١٧٣	٠,٠٠٠
	إناث	١٥٠	٢,٥٨	٠,٣٩		
الآثار الصحية	ذكور	٢١٠	٣,٠٣	٠,٣٤	١٣٧.	٠,٨٩١
	إناث	١٥٠	٣,٠٢	٠,٣٠		
الآثار الاجتماعية	ذكور	٢١٠	٣,١١	٠,٣٣	٧,٩٩٤	٠,٠٠٠
	إناث	١٥٠	٢,٨١	٠,٤٠		

يتبين من الجدول رقم (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية (a = ٠,٠٥) تعزى إلى أثر الجنس في المجالين الاجتماعي، والنفسي لصالح فئة الذكور، في حين لم تظهر فروق في مجال الآثار الصحية. وهذه النتيجة تتفق مع دراسة الكندري والقشعان (٢٠٠١). التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في العزلة الاجتماعية ولصاح الذكور ومن أعراض الاستخدام الكثير الشعور بالأرق، إذ يستخدم الذكور الانترنت لزيارة مواقع متعددة منها الحوار والدردشة وغيرها ، في حين تستخدمها الإناث لتبادل البريد الإلكتروني وكتابة الأبحاث. وتعزى هذه النتيجة للأعباء الملقاة على المعلم في كثير من الجوانب، وللضغوطات الحياتية من حوله إذ يعدّ المعلم هو المسؤول الأول عن البيت وحاجات الأولاد، وغيرها من الالتزامات المنزلية والاجتماعية.

سادساً: عرض نتائج السؤال السادس ومناقشتها

نص هذا السؤال على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) في الآثار النفسية والصحية والاجتماعية لاستخدام الإنترنت تعزى إلى مدة الاستخدام؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب التكرارات والنسب المئوية حسب متغير مدة الاستخدام، والجدول رقم (١١) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١١)
التكرارات والنسب المئوية لاستخدام عينة الدراسة للإنترنت حسب متغير مدة الاستخدام

الجنس	مستخدم الإنترنت			مستخدم	غير مستخدم في المنزل	المجموع
	يومياً	أسبوعيا	شهرياً			
ذكور	٨٩	٣٨	٢٥	١٥٢	٥٨	٢١٠
	٪٤٢	٪١٨	٪١٢	٪٧٢	٪٢٨	٪١٠٠
إناث	٢٣	١٩	١٨	٦٠	٩٠	١٥٠
	٪١١	٪٩	٪٨	٪٢٨	٪٧٢	٪١٠٠
ذكور وإناث	١١٢	٥٧	٤٣	٢١٢	١٤٨	٣٦٠
	٪٢٦،٣٥	٪١٣،٤١	٪١٠،١٢	٪٤٩،٨٨	٪٥٠،١٢	٪١٠٠

يتبين من الجدول رقم (١١) أن الاستخدام يومياً وأسبوعياً للإنترنت لصالح المعلمين، واستخدام الإنترنت شهريا لصالح المعلمات، وتعزى هذه النتيجة إلى وقت الفراغ المتاح للمعلمين على العكس منه عند المعلمات اللواتي يتطلب منهن الكثير من الأعمال المنزلية التي تؤدي الى عدم استخدام الإنترنت في المنزل للمعلمات بشكل أكبر من المعلمين. ومن الدراسات التي أيدت نتائج هذه الدراسة دراسة الكندري والقشعان (٢٠٠١) إذ كشفت دراستهما عن وجود فروق بين الجنسين في متوسط عدد ساعات استخدام الإنترنت ولصالح الذكور.

الاستنتاجات

بعد أن عرضت النتائج، وتمت مناقشتها توصل الباحثون إلى الاستنتاجات التالية:

– هناك مدة استخدام طويلة من قبل المعلمين والمعلمات في منطقة أبوظبي التعليمية ولكن ليس لدرجة الإفراط في الاستخدام.

– إن استخدام الإنترنت لفترات طويلة قد يؤثر سلبا في الحالة النفسية للمعلمين والمعلمات مثل: (الأرق وقلة النوم) مع اختلاف الأثر النفسي بينهم.

– إن استخدام الإنترنت لفترات طويلة قد يؤثر سلبا في الحالة الصحية للمعلمين والمعلمات مثل: (تعب في العيون، وتوتر وإجهاد عضلات العين نتيجة التركيز الطويل).

– إن استخدام الانترنت لفترات طويلة قد يؤثر سلبا في الحالة الاجتماعية للمعلمين والمعلمات مثل: (ضعف في العلاقات الاجتماعية وقلة مشاركة الآخرين) مع اختلاف الأثر الاجتماعي بينهم.

– توجد فروق في أثر الجنس في المجالين النفسي والاجتماعي، في حين لم تظهر هناك فروق في المجال الصحي.

– دلت النتائج إلى أن هناك فروقًا في الاستخدام اليومي والأسبوعي ولصالح المعلمين في حين دلت النتائج على أن الاستخدام الشهري كان لصالح المعلمات.

التوصيات

في ضوء نتائج هذه الدراسة يوصي الباحثون بما يلي:

– تشجيع المعلمين والمعلمات على استخدام الإنترنت في المجالات التعليمية.

– عدم الإفراط في استخدام الإنترنت الذي قد يكون له بالغ الأثر في المجالات النفسية والصحية والاجتماعية.

– استخدام بعض الأساليب لمعالجة الاستخدام المفرط للإنترنت مثل:

* ممارسة العكس وذلك من خلال كسر الروتين أو العادة في قضاء أوقات طويلة في استخدام الانترنت.

*وضع خطة مسبقة تتضمن عدد الساعات المخصصة لاستخدام الانترنت مع مراعاة الأنشطة اليومية التي يجب أن يقوم بها المعلمين و المعلمات.

* المشاركة في ورشات عمل حول أضرار الاستخدام المفرط للانترنت.

* استخدام أجهزة خاصة تذكر المعلمين والمعلمات بالمدة الزمنية أثناء استخدام الانترنت.

المراجع

أبو جدي، امجد (٢٠٠٤). **أثر القلق الاجتماعي والشعور الوحدة وكشف الذات على إدمان الانترنت**. رسالة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

ابوعطية، سهام والمشهداني، سكرين (٢٠٠٤). علاقة الانترنت بالقيم والاتجاهات العلمية لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الهاشمية. **مجلة مركز البحو ث التربوية**، جامعة قطر، **٢٦**، ١٦٥–٢٠٠.

أمين سعيد (٢٠٠٣). **تأثير استخدام الانترنت على القيم والاتجاهات الأخلاقية للشباب الجامعي**. المؤتمر العلمي التاسع لكلية الإعلام: أخلاقيات الإعلام بين النظرية والتطبيق، ص١٢١٩–١٢٦٧، الجيزة مصر: جامعة القاهرة.

باكوش، عزيز (٢٠٠٧). **آثار الاستخدام الخاطئ للانترنت**. الحوار المتمدن، ١٨٢١–٩/٢/٢٠٠٧.

الدركزلي، شذى سليمان (١٩٩٧). الإنترنت: ثروة المعلومات والثقافة والتعليم. **آفاق الثقافة والتراث، ٤**(١٦)، ٣٣–٤٢.

الزيد، حنان (٢٠٠١). السعودية تحتل المركز الثلني عربيًا بعد الإماراتفي عدد مستخدمي الإنترنت. **جريدة الشرق الأوسط**، الخميس، ٢٦ أبريل (٨١٨٥)، ١٤.

الصرن، رعد وعبد اللطيف، عبد اللطيف (٢٠٠٦). العوامل المؤثرة في عولمة جودة الخدمة المصرفية عبر شبكة الانترنت. **دراسات، العلوم الإدارية، ٣٣**(٢)، ٣٤٠-٣٥٤.

عبد الحكيم، عبدالمنعم (٢٠٠٦). الانعكاسات الصحية والنفسية والاجتماعية لطفرة المعلومات، **مجلة نبض الحياة**، ٢ أكتوبر ٢٠٠٤. تم الرجوع إليه بتاريخ ٢٠٠٧/١٢/١٢ من خلال: www.hmcorg.aq/nh/page7.htm.

عبابنه، زياد وليد. (٢٠٠٣). **استخدام الانترنت كمصدر للتعلم لدى طلبة الدراسات العليا وعوائق استخدامها**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

عتيق، السيد (٢٠٠٠). **جرائم الانترنت** .القاهرة: دار النهضة العربية.

فرح، عدنان (٢٠٠٤). الإدمان على الانترنت لدى مرتادي مقاهي الانترنت في الأردن. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، جامعة البحرين، **٥**(٣)، ١٨١- ٢١٢

القاعود، مجدلوين (٢٠٠٦). **تصميم موقع الكتروني لتعليم اللغة العربية لتلاميذ الصف الثالث الأساسي وقياس فاعليته في تعلم القراءة والكتابة**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

الكندري، يعقوب والقشتان، حمود (٢٠٠١). علاقة استخدام شبكة الانترنت بالعزلة الاجتماعية لدى طلاب جامعة الكويت. **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٧**(١)، ١-٤٥.

مساعده، ليالي (٢٠٠٦). إدمان الانترنت. **مجلة النبع**، (٩)، ١٥-١٧.

منصور، تحسين بشير (٢٠٠٤). استخدام الانترنت ودوافعها لدى طلبة جامعة البحرين، **المجلة العربية للعلوم الإنسانية**، جامعة الكويت، **٨٦**(٢٢)، ١٧٦-١٩٦.

النمرات، عروب محمد (٢٠٠٢). **العلاقة بين استخدام الانترنت والاكتئاب لدى عينة طلبة جامعتي اليرموك والعلوم والتكنولوجيا الأردنية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

Aldalalah, O. & Fook, F. (2008) . **The employment of the internet as a source of information among graduate Jordanian students in university of science Malaysia.** Paper presented at 1st International Conference on Social Sciences and Humanities. Malaysia, Penang.

Denforth.W. (2003). Addiction to online games: classification correlates. **Journal of Computers in Human Behaviour. 32**(1), 26-150

Fenglin, C, Linyan, S, Tieqiao, L & Xueping G. (2007). The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chineseadolescents. **European Psychiatry, 22**(7), 466-471.

Gardner, H. (2000).Technology remarks the school. **The Futurist, 34,** 30-32.

Keltner, K. (1998). Networked health information: assuring quality control on the internet. **Fedral Communication Law Journal, 50**(2), 417-439.

Kraut, R., Patterson, M., lundmark, V., kiesler, S., Mukophadhyay, T. & scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?. **American Psychologist, 53**(9), 1017- 1031.

Row, M. (2000). Internet use stunts social growth. **The Stanford Daily.** Retrieved March, 16, 2008 from http://www.studentadvantage.com.

Scherer, K. (1997). College life on-line: Healthy and unhealthy internet use. **Journal of College Student Development, 38**(6), 655-665.

Shepherd, K. & Edelmann, M. (2005) Reasons for internet use and anxiety, **Journal of Personality and Individual Differences, 39**(5), 949-958.

Solorzano, S., Bommarito, P. & Burastero, S. (2000). Effects of vertical viewing angle on eye blink rate during computer work. Human Factors and Ergonomics Society Annual Meeting. **Proceedings 3-Visual Performance, 3,** 498- 498.

Stella L. Y. H, Louis, L. (2003). Effects of expectancy-value, attitudes, and use of the Internet on psychological empowerment experienced by Chinese women at the workplace. **Telematics and Informatics, 20**(4), 365-382

Tsai, C., & Lin, S. (2001). Analysis of attitudes toward computer networks and internet addiction of Taiwanese adolescents. **Cyberpsychology and Behavior, 4**(3), 211-218.