

الخصائص السيکومترية لمقياس فرط استخدام الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية

أ.د / جمال الدين محمد الشامي

أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ

بكلية التربية جامعة دمياط

أ.د / إبراهيم رفعت إبراهيم

أستاذ المناهج وطرق تدريس الرياضيات

ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب

بكلية التربية جامعة بورسعيد

أشرف زكريا محمد عبد السلام عيسى

باحث ماجستير قسم الصحة النفسية

تاريخ استلام البحث : ٢٢ / ٩ / ٢٠٢١م

تاريخ قبول البحث : ١٣ / ١٠ / ٢٠٢١م

البريد الالكتروني للباحث : ashraf.zkarya@edu.psu.edu.eg

DOI: JFTP-2202-1193

المخلص

أصبح للانترنت دور هام جدا في حياتنا فلا يستطيع أحد أن ينكر هذا الدور وسواء كان هذا الدور يُنظر إليه من المنظور الايجابي أو السلبي فإن وجود الانترنت أصبح من ضروريات الحياة واستخدام الانترنت بأي شكل سواء كان إستخداما مفرطا أو مقتصدا يهدف البحث إلى تصميم مقياس سيكومتري في قياس فرط استخدام الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية ، حيث تكتسب هذه الدراسة أهميتها من المفاهيم التي تتناولها ، سواء من حيث أهميتها أو جودة البحث فيها إذ يعد مفهوم فرط استخدام الانترنت من المفاهيم ذات الأولوية التي تلاقى اهتماما متزايدا سواء علي المستوي النظري أو التطبيقي ، ويشغل بال المجتمعات والعلماء والباحثين علي حد سواء ، فضلا علي كونه من المفاهيم التي يصعب تحديدها نظريا لتعدد أبعاده وتداخلها ، ونظرا لأهمية المفهوم في المجال النفسي ، فلقد لجأ العديد من الباحثين دراسات حول هذا المفهوم ضمن المجال النفسي ، وهو نفس الهدف الذي نسعى إليه من خلال هذه الدراسة ، وتمثلت اسئلة الدراسة في سوالين هما :ما صورة مقياس فرط استخدام الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية؟، ما الخصائص السيکومترية لمقياس فرط استخدام الانترنت؟ وتمثلت عينة الدراسة في طلاب المرحلة الثانوية وكانت نتائج الدراسة أن هذا المقياس يتميز بقدرته على تحديد درجة وشدة أبعاد فرط استخدام الإنترنت وبناء على ما أسفرت عنه النتائج يمكن الإشارة أن المقياس صالح لأغراض التشخيص النفسي ولأغراض البحث العلمي

الكلمات المفتاحية:

الخصائص السيکومترية – فرط استخدام الانترنت – طلاب المرحلة الثانوية

ABSTRACT

The Internet has a very important role in our lives. No one can deny this role. Whether this role is viewed from a positive or negative perspective, the presence of the Internet has become one of the necessities of life and the use of the Internet in any form, whether it is excessive or frugal use. The research aims to design a psychometric scale in measuring Excessive Internet use among secondary school students, where this study gains its importance from the concepts it deals with, both in terms of its importance or the novelty of research in it. And scientists and researchers alike, as well as being one of the concepts that are difficult to define theoretically due to the multiplicity of its dimensions and their overlap, and given the importance of the concept in the psychological field, many researchers have resorted to studies about this concept within the psychological field, which is the same goal that we seek through this study, The study questions consisted of two questions: What is the picture of the Internet overuse scale among secondary school students? What are the psychometric properties of the Internet overuse scale? The sample of the study was high school students, and the results of the study were that this scale is characterized by its ability to determine the degree and severity of the dimensions of excessive Internet use, and based on the results of the results, it can be noted that the scale is valid for purposes of psychological diagnosis and for the purposes of scientific research.

KEYWORDS:

Psychometric characteristics - excessive use of the Internet - secondary school students

المقدمة:

مما لا شك فيه أن الانترنت أصبحت لها دور هام جدا في حياتنا فلا يستطيع أحد أن ينكر هذا الدور وسواء كان هذا الدور يُنظر إليه من المنظور الايجابي أو السلبي فإن وجود الانترنت أصبح من ضروريات الحياة واستخدام الانترنت بأي شكل سواء كان إستخداما مفرطا أو مقتصدا على الرغم من أن استخدام التكنولوجيا يعتبر ظاهرة إيجابية ، إلا أن الأدلة التجريبية الحديثة تكشف أن إدمان التكنولوجيا يزيد من تصورات المستخدم الجوهرية والخارجية لها ، مما يؤدي إلى الإفراط في استخدامها بمستوى مرتفع غير صحي حيث يمكن أن تسبب أعراض الإدمان السائدة بين مدمني التكنولوجيا إلى تداعيات سلبية شخصية ومجتمعية وكذلك في أماكن العمل، مما يدعو إلى السؤال عن كيفية تعديل استخدام التكنولوجيا إلى مستويات صحية (Mihajlov &Vejmekla,2017,p.260).

ويُنظر إلى الاستخدام المفرط للإنترنت على أنه شكل من أشكال الإدمان التقني الذي يلمس نطاقاً واسعاً من الاستجابات السلوكية من خلال منظور الإدمان ، يعتبر إدمان الانترنت ظاهرة عيادية حديثة سريعة النمو نظراً لنموه السريع ، فإن موقف العديد من البلدان تجاه إدمان الإنترنت يشكل تهديداً محتملاً للعموم (Mihajlov &Vejmekla,2017,p.260-261).

ففي الدليل الأمريكي التشخيصي للأمراض العقلية (الطبعة الرابعة) DSM-IV حددت الاعتمادية على العقاقير أو النشاط الذي يتميز بالإفراط ، وزيادة مستويات الاحتمال ، وأعراض الانسحاب وانققاد الضبط والتحكم بأنها أعراض للإدمان (العصيمي ، ٢٠١٠ ، ص.٦) .

معني ذلك أنه ليس هناك حتى الآن اتفاق على قبول إطلاق لفظ إدمان على الاستخدام المفرط للإنترنت ففي حين اقتنع بعض العلماء بصلاحية مفهوم الإدمان لوصف الحالة واعتبروه نوعاً جديداً يدخل ضمن دائرة الإدمان . اعترض آخرون واعتبروا استخدام بعض الناس للإنترنت استخداماً زائداً عن الحد نوعاً من أنواع الرغبات التي لا تقاوم أو الاندفاعية وبصرف النظر عن التعريف واختلاف العلماء في التسمية فإنه لا خلاف على أن هناك عدداً كبيراً من مستخدمي الإنترنت يسرفون في استخدام الانترنت حتى يؤثر ذلك على حياتهم الشخصية (خطاب ، ٢٠١٨ ، ص.٥٣) .

وبالتالي اقتنع بعض العلماء أن هناك من يسمون بمدمني الإنترنت في حين اعترض آخرون وتعرضوا لاستخدام بعض الناس للإنترنت استخداماً زائداً عن الحد على أنه نوع من أنواع الرغبات التي لا تقاوم (Compulsion) وبصرف النظر عن التعريف واختلاف العلماء في التسمية ، فإنه لا خلاف على أن هناك عدداً كبيراً من مستخدمي الإنترنت يسرفون في استخدام الإنترنت حتى يؤثر ذلك على حياتهم الشخصية (الألفي ، ٢٠٠٨ ، ص.٣٥) .

مشكلة الدراسة :

قد أفاد تقرير عالمي نُشر باسم وزارة الصحة الألمانية أن معدلات الانتشار الدولية لمفرطي استخدام الانترنت يتراوح ما بين ١.٥٪ إلى ٨.٢٪ وأظهر مسح آخر مستعرض لطلاب المدارس الثانوية في ١١ بلداً أوروبياً ، بمتوسط عمر يبلغ ١٤.٩ سنة ، وجود معدل انتشار عام بلغ ٤.٤٪ (Mihajlov &Vejmekla,2017,p.263)

وبالتالي فإن المفرطين في استخدام الانترنت بات أمرا واقعيا لا مجال لتجاهله من قبل الباحثين ، وفي إطار الإحساس بخطورة هذا الأمر نجد اهتمام الدراسات الإنسانية والاجتماعية بالوقوف على الآثار السلبية لفرط استخدام الانترنت للمراهقين الذين هم قادة المستقبل والقوة الإنتاجية لأي مجتمع . (على ، ٢٠١٠، ص.٥٠)

ان عدد مستخدمي الانترنت يتزايد عاما بعد عام ، وبعد دخول الانترنت الكثير من الدول العربية وانتشاره في البيوت والمقاهي في الكثير من تلك الدول مثل : مصر والإمارات العربية وتونس والجزائر والمغرب وفلسطين ، فقد لزم علينا أن ننظر إلى الأمر نظرة موضوعية لبحث جوانبه الإيجابية والسلبية ، ونتعرض هنا لمشكلة تطرح نفسها على الساحة العالمية يسميها البعض إدمان الانترنت وحسب ما جاء في دراسة لـ "كيمبرلي يونج " أستاذة علم النفس بجامعة بيتسبرج في برادفورد بالولايات المتحدة الأمريكية ، فإن ٦٪ من مستخدمي الانترنت في العالم في عداد المدمنين !! (الألفي ، ٢٠٠٨، ص. ٣٤)

وفي الوقت الراهن ، فقد كانت هناك صعوبات في تحديد مدى انتشار هذه الظاهرة . ففي دراسة أجريت في عيادة اضطراب ضبط الاندفاعية Impulses control clinic في مدرسة الطب بجامعة ستانفورد اتضح أن واحدا من كل ثمانية أمريكيين يعانون من وجود مؤشرات مشكلة الاستخدام المكثف للإنترنت . وفي بعض البلدان الأخرى كالصين وكوريا ، تاوان فقد أوضحت التقارير الإعلامية أن إدمان الانترنت وصل لمستوى الانتشار الوبائي . ومنذ عام ١٩٩٩ نمت الأبحاث عن إدمان الانترنت حيث بدأت المراكز الصحية في استقبال الحالات التي تعاني من مشكلات إكلينيكية ذات علاقة باستخدام الانترنت حتى أنه هناك مراكز متخصصة مثل مركز Pioneer المتخصص في علاج إدمان الانترنت ، والموجود في مستشفى Maclean في بوسطن . (هلال ، أبو حمزة ، ٢٠١٤، ص. ١٠)

أن الاستخدام الزائد عن الحد للإنترنت يسبب إدمانا نفسيا ، يشبه نوعا ما في طبيعته الإدمان الذي يسبب تعاطي المخدرات والكحوليات (العبودية ، التعلق وعدم السيطرة) ويتميز بفترة الإبحار في الإنترنت (على ، ٢٠١٠، ص ١٩).

يعاني طلاب المرحلة الثانوية من بعض المشكلات التي تفقدهم الشعور بالسعادة وعدم التمتع بحياة جيدة وقد عدد المتخصصون بعض منها وكان من أهمها (الأرق ، الاكتئاب ، القلق ، التوتر ، وعدم الرضا عن الحياة وعدم القدرة على التعامل مع المجتمع بقيمة ومتطلباته وعدم القدرة على التفاعل مع البيئة الاجتماعية أو الطبيعية بكل معطياتها. (عبد الحميد ، و سليمان ، ٢٠١٤، ص. ٢٦٥)

ومن خلال اطلاع الباحث على الدراسات السابقة تبين للباحث ندرة الدراسات العربية والاجنبية التي تناولت مقياس فرط استخدام الانترنت من حيث الدراسة - في حدود علم الباحث - لذا سوف نقوم بعمل مقياس للمفرطين في استخدام الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية من خلال مشكلة الدراسة يمكن صياغة اسئلة الدراسة كما يلي:

١. ما صورة مقياس فرط استخدام الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

٢. ما الخصائص السيكومترية لمقياس فرط استخدام الانترنت؟

أهداف الدراسة:

تتمثل أهداف الدراسة في تصميم مقياس سيكومتري في قياس فرط استخدام الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية

أهمية الدراسة :

تكتسب هذه الدراسة أهميتها من المفاهيم التي تتناولها ، سواء من حيث أهميتها أو جودة البحث فيها إذ يعد مفهوم فرط استخدام الانترنت من المفاهيم ذات الأولوية التي تلاقى اهتماما متزايدا سواء علي المستوي النظري أو التطبيقي ، ويشغل بال المجتمعات والعلماء والباحثين علي حد سواء ، فضلا علي كونه من المفاهيم التي يصعب تحديدها نظريا لتعدد أبعاده وتداخلها ، ونظرا لأهمية المفهوم في المجال النفسي ، فلقد لجأ العديد من الباحثين دراسات حول هذا المفهوم ضمن المجال النفسي ، وهو نفس الهدف الذي نسعى إليه من خلال هذه الدراسة .

مصطلحات الدراسة:

يري عصام زيدان الاستخدام المفرط للانترنت من حيث الزمن والأغراض ، حيث يكون الفرد مدفوعا إليه ومنشغلا به عما سواه رغم إرادته ، ولا يستطيع مقاومته أو الابتعاد عنه أو التخلص منه ، ولا يستطيع أن يتحكم فيه بل يخضع له ، فيصبح عادة ثابتة ، ويترتب عليه الكثير من الآثار السلبية ، وتظهر أعراضه في مختلف جوانب حياة الفرد النفسية والاجتماعية والجسمية والأسرية والمهنية . (زيدان ، ٢٠٠٨ ، ص ٣٧٨)

ويعرفها (Adiele, & Olatokun, 2014,p. 101) أنها ظاهرة حديثة وأحد المشكلات التي نشأت من الاستعمال الزائد المفرط والقهري للانترنت وهو يعد شكلا من أشكال الإدمان التكنولوجي وقد عرف الافراط في استخدام الانترنت على أنه اضطراب عدم القدرة على التحكم في الدافع Impulse control disorder وعادة ما يستخدم مصطلح استعمال الانترنت المرضى ، أو الاستعمال المشكل أو استخدام الانترنت القهري .

ويعرف الباحث إجرائيا فرط استخدام الإنترنت بأنها " هو الدخول لشبكة الانترنت بشكل زائد عن الحد الطبيعي لفترات طويلة نسبيا ومصاحبة ذلك لأعراض مرضية إنسحابية لزيادة مدة الاستخدام القهري والتلف الشديد ووجود متعة غامرة طوال مدة الاستخدام والتغيير في السلوك الشخصي والمزاج

العام والانتكاسة عند انقطاع الانترنت وسوء الاستخدام الذي لا يتناسب مع قيم المجتمع وتعاليم الدين السمحة"

الدراسات السابقة:

١ - اختبار إدمان الانترنت ليونج (١٩٩٨)

وهو يتكون من ٢٠ عبارة بصيغة الاستفهام وأمام كل عبارة خمسة بدائل للإجابة وهي تبدأ بدرجة كبيرة جدا حتى بدرجة قليلة جدا ويتكون من ستة أبعاد الاستخدام الزائد للانترنت والبعد الثاني المظاهر السلبية للانترنت والبعد الثالث الأنشطة التي يمارسها الشخص علي الانترنت والبعد الرابع المظهر الأدائي المدرسي والبعد الخامس المظهر الانفعالي لاستخدام الانترنت والبعد السادس وهو الاكتئاب والانشغال بالانترنت وتصحيح المقياس وصمم الاختبار في ضوء مقياس ليكرت خماسي التدرج والدرجة علي الاختبار تقع في المدى من ٢٠ حتي ١٠٠ والدرجة في المدى من ٢٠ حتى ٣٩ تدل الفرد يستخدم الانترنت بصورة عادية والدرجة من ٤٠ حتى ٦٩ يعاني من مشاكل في استخدامه للانترنت ولكنه لم يصل لمرحلة الإدمان والدرجة من ٧٠ إلى ١٠٠ يدل على انه يصل لمرحلة الإدمان (عامر، ٢٠١١).

٢ - مقياس إدمان الانترنت

وهو يتكون من ٦٠ مفردة موزعة بالتساوي على ستة أبعاد وهي السيطرة أو البروز ، تغيير المزاج ، التحمل ، الأعراض الانسحابية ، الصراع ، الانتكاس ويصحح المقياس باختيار أحد البدائل الثلاثة (تنطبق تماما يحصل علي درجتان ، تنطبق إلي حد ما درجة واحدة ، ولا تنطبق تأخذ صفر، ولا توجد عبارات عكسية وسقف الاختبار ١٢٠ درجة وهي أكبر درجة يمكن أن يحصل عليها الفرد ، وصفر هي أقل درجة وهي أرضية المقياس وتعتبر الدرجة المتوسطة هي ٦٠ درجة ، ومن ثم تعتبر الدرجة المرتفعة (أكبر من ٦٠ درجة) تشير إلى إدمان الانترنت، أما الدرجة المنخفضة (أقل من ٦٠ درجة) لا تشير إلى إدمان الانترنت (أرنوط ، ٢٠٠٧).

٣ - مقياس إدمان الانترنت لدى طلبة الجامعة الموهوبين

وهو يتكون من ٢٧ سؤال ، وتم وضع خمسة استجابات متدرجة بحيث تحصل تلك الاستجابات أرقام (١-٢-٣-٤-٥) على الدرجات التالية (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي، ويكون الحد الأدنى لدرجات المقياس (٢٧) درجة ، والحد الأقصى (١٣٥) درجة ، وتعد الدرجة من ٩٠ فأكثر دالة على إدمان الانترنت ، ويندرج منخفضي إدمان الانترنت بدء من الدرجة ٢٧ إلى أقل من ٤٥ ، ومتوسطي إدمان الانترنت من ٤٥ إلى أقل من ٩٠ ، ومرتفعي إدمان من ٩٠ إلى ١٣٥ . (علي ، ٢٠١٠ ب).

٤ - مقياس إدمان الانترنت لطلبة المرحلة الثانوية

يتكون المقياس من ٧٩ مفردة موزعة علي ثمانية أبعاد ، هي البروز ، تعديل المزاج ، التحمل ، الأعراض الانسحابية ، الصراع ، الانتكاس ، الاعتمادية ، سوء الاستخدام ، ويتم اختيار استجابة واحدة من

الاستجابات الخمسة (كبيرة جدا - كبيرة - متوسطة - قليلة - قليلة جدا) لكل مفردة من مفردات المقياس وتصحح العبارات (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي لكل استجابة وتصحح الدرجة الدنيا للمقياس ٧٩ درجة، وتمثل أرضية المقياس، والدرجة القصوى للمقياس ٣٩٥ درجة وتمثل سقف المقياس، مع الاعتبار أن جميع عبارات المقياس تصحح في اتجاه واحد ولا توجد عبارات عكسية . (العصيمي، ٢٠١٠)

خطوات إعداد المقياس

وقد اتبع الباحث في بناء المقياس الخطوات التالية:

الخطوة الأولى: قام الباحث بتحديد أبعاد فرط استخدام الانترنت كما يتضمنها المقياس الحالي بالرجوع والإطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة في هذا المجال وفي ضوء المصادر السابقة قام الباحث بإعداد الصورة الأولية للمقياس والتي اشتملت على ستة أبعاد وهي كالتالي:

البعد الأول السيطرة: ويقصد به أن يكون السلوك سمة بارزة، وهذا يعني أن يكون الانترنت أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الشخص وتسيطر على كل مشاعره وحواسه مصاحب ذلك لاضطراب في السلوك الاجتماعي

م	المفردة	انتماء المفردة		عينة الدراسة		صياغة المفردة	
		لا تنتمي	تنتمي	مناسبة	مناسبة	مناسبة	مناسبة
١	أقوم بفتح الانترنت بعد أن استيقظ من النوم مباشرة						
٢	أفضل استخدام الانترنت علي الخروج مع أصدقائي						
٣	أشعر بالمتعة عند استخدام الانترنت .						
٤	أقوم بواجباتي المنزلية أمام شبكة الانترنت .						
٥	انشغل بالانترنت لدرجة أنني أنسي النوم .						
٦	أشعر باللهفة من اجل الاتصال بالانترنت عندما أعود لمنزلي .						
٧	لا أفكر في شيء غير الإنترنت عندما أكون متصلا به .						
٨	تعتبر شبكة الانترنت ملاذاً آمناً لي إذا ضاقت بي الحياة .						
٩	أجد أن أفضل الأوقات التي أقضيها عندما أكون متصلا بالانترنت .						
١٠	أكون أكثر سعادة وسرور عندما اتصل بالانترنت						
١١	يسهل عليّ الاستغناء عن شبكة الإنترنت .						
ملاحظات أخرى.....							

البعد الثاني تغيير المزاج: ويقصد بها الإحساس الذي يشعر به الطالب نتيجة لاستخدام الإنترنت بصفة مستمرة ويمكن أن يكون هذا الإحساس إستراتيجية للمواجهة لكي يتجنب الآثار المترتبة على افتقاده لاستخدام الإنترنت وقد يصاحب هذا الشعور تحمل لزيادة مدة استخدام الانترنت أو لا يصاحبه.

م	المفردة	انتماء المفردة		عينة الدراسة		صياغة المفردة	
		نعم	لا	مناسبة	مناسبة	مناسبة	مناسبة
١	أقضي وقتاً أطول مما كنت أعتزم قضاؤه أمام الانترنت .						
٢	ألجأ للكذب على أسرتي في كثير من الأحيان لاستخدام شبكة الانترنت						
٣	أشعر بالعصبية عندما استخدم الانترنت في جو من الضوضاء .						
٤	أكون أكثر راحة عندما أكون متصلاً بالانترنت .						
٥	استخدم الانترنت عندما أتجنب أداء بعض الأمور التي لا أحبها						
٦	يساعدني الانترنت على نسيان مشكلاتي وتقليل الضغوط على						
٧	أتجاوز الوقت الذي أحدهه لاستخدام الإنترنت على الرغم من تدمير الآخرين المحيطين بي .						
٨	استغرق وقتاً طويلاً أمام الإنترنت رغم تأثر أدائي ونتائجي في المدرسة بسبب استخدامي له .						
٩	أستطيع أن أقلل من الفترة التي أقضيها أمام الإنترنت						
١٠	استغرق وقتاً طويلاً على الإنترنت بالرغم من المشكلات التي يسببها لي مع أسرتي .						
١١	أهتم بالبرامج والمواقع التي تجعلني استخدم الإنترنت لأطول فترة ممكنة .						
١٢	أتوقف عن استخدام الإنترنت بمجرد شعوري بالإرهاق من استخدامه .						
ملاحظات أخرى.....							

البعد الثالث الأعراض الانسحابية : وهي مشاعر عدم الراحة التي تحدث للشخص عندما يتوقف عن الانترنت أو تقليل مدة الاستخدام مما يترتب عليها مشاعر بالكآبة وسرعة الهياج وتغيير في الطبع .

البعد الرابع الصراع: وتشير إلى الصراع بين الشخص وبين إصراره على استخدام الإنترنت مما يترتب

م	المفردة	انتماء المفردة		عينة الدراسة		صياغة المفردة	
		لا تتلبي	تتلمبي	مناسبة	غير مناسبة	مناسبة	غير مناسبة
١	كثير ما أقوم بفرقة الأصابع أو هززة الأرجل بسبب شعوري بالضيق من عدم استخدام الانترنت.						
٢	قمت بمحاولات عديدة لتقليل عدد الساعات التي أقضيها في استخدام الانترنت .						
٣	استمر في استخدام الانترنت رغم ما يسببه لي من مشكلات جسمية بسبب الحرمان من النوم .						
٤	أشعر بالضيق عندما تكون سرعة الانترنت بطيئة .						
٥	يصيبني القلق عندما أفكر في التوقف عن استخدام الانترنت .						
٦	إذا أنقطع الانترنت أبحث عن نشاط آخر بكل هدوء						
٧	أزيد من الاتصال بالإنترنت للحصول على السعادة والسرور والرضا						
٨	أشعر بالسعادة عندما انقطع عن استخدام الانترنت						
٩	أحلم أثناء نومي بأنني أقوم باستخدام الإنترنت .						
١٠	أشعر بالضيق عندما أمتنع عن استخدام الانترنت .						
١١	أكون متشوقا للمرة القادمة التي سوف أجلس فيها أمام الانترنت .						
ملاحظات أخرى.....							

عليها تدهور في نشاطه اليومي مثل الحياة الاجتماعية والدراسة

صياغة المفردة	عينة الدراسة	انتماء المفردة		
---------------	--------------	----------------	--	--

م	المفردة	نعم	لا	مناسبة	مناسبة	مناسبة	مناسبة
١	أخسر الكثير من أصدقائي بسبب استخدامي الطويل للإنترنت .						
٢	فشلت في محاولات كثيرة للتقليل من فترات استخدامي للإنترنت .						
٣	استخدامي للإنترنت غير من عاداتي وهواياتي .						
٤	يغضب مني أصدقائي بسبب تفضيلي للإنترنت عليهم .						
٥	يلومني الكثير من المعلمين بسبب انخفاض مستواي الدراسي بسبب استخدامي للإنترنت .						
٦	استخدامي للإنترنت مدة طويلة جعلني لا أقوم بالزيارات العائلية المهمة .						
٧	استخدامي للإنترنت قلل من تواصلتي مع الناس في الحياة الواقعية.						
٨	استمر في استخدام الانترنت على الرغم من المشكلات الجسمية التي يسببها لي .						
٩	أشعر بالندم بعد قضاء وقت طويل متصلا بالانترنت						
١٠	أجلس مع أسرتي أكثر مما أجلس أمام الإنترنت						
١١	أذهب لاستخدام الانترنت في أحد النوادي بسبب تحريم والدي عليّ بعدم استخدام الانترنت						
ملاحظات أخرى.....							

البعد الخامس الانتكاس: ويقصد بها الميل إلى العودة مرة أخرى بشكل مفرط لاستخدام الانترنت و لأنواع الأنشطة التي يدمنها الشخص على الإنترنت ويمارسها من قبل لتفادي الآثار الناتجة عن الانقطاع عن استخدام الانترنت لفترة.

م	المفردة	انتماء المفردة		عينة الدراسة		صياغة المفردة	
		لي	لا	مناسبة	غير مناسبة	مناسبة	غير مناسبة
١	عندما حاولت التوقف عن استخدام الانترنت لمدة من الزمن فشلت في ذلك وعدت أكثر استخداما له .						
٢	رغم تعرضي للعقاب من والدي كي أتوقف عن استخدام الانترنت إلا أنني أعود أكثر رغبة في الاستمرار في استخدامه .						
٣	عندما أفكر في التوقف عن استخدام الانترنت أصاب بحالة فزع وخوف شديد						
٤	عندما جلست مع نفسي وحاولت التفكير في الابتعاد عن استخدام الإنترنت شعرت بأنني لا أملك الإرادة لفعل ذلك .						
٥	أتخيل أنني أرى صفحة الانترنت في كل الأوقات .						
٦	يمنعني الإرهاق والمرض الذي سببه لي استخدام الانترنت من العودة بشغف لاستخدام الانترنت .						
٧	أجد في شبكة الانترنت المتعة التي لا أجدها في أي شيء آخر .						
٨	أشعر وكأن الانترنت ملكت علي حياتي من كثرة استخدامي لها .						
٩	استخدامي للانترنت جعلني أشعر بأنني إنسان مرغوب من الآخرين.						
١٠	استمر باستخدام شبكة الانترنت رغم شعوري بالإرهاق بشكل كبير.						
ملاحظات أخرى.....							

البعد السادس سوء الاستخدام : ويقصد بها فقدان الإحساس بالجانب الأخلاقي عند استخدامه للانترنت و البحث على ما يشبع الغرائز ومشاهدة المواقع الغير أخلاقيه والشاذة .

م	المفردة	انتماء المفردة		عينة الدراسة		صياغة المفردة	
		لا تنتمي	تنتمي	مناسبة	غير مناسبة	مناسبة	غير مناسبة
١	أحاول البحث علي المواقع الجنسية .						
٢	أقترض بعض الأموال لكي أغطي مصاريف خدمات الإنترنت.						
٣	أهتم كثيرا بالدخول على المواقع الجنسية نظرا لما توفره من متعة عند مشاهدتها .						
٤	أهتم بمواقع الهاكر والتدريب على طرقهم في اختراق أجهزته ومواقع الآخرين						
٥	أحاول نشر أخبار كاذبة عن الأشخاص الذين لا أحبهم عن طريق استخدام تقنيات الإنترنت .						
٦	أقضي ساعات طويلة في اللعب مع أشخاص آخرين متصلين بالانترنت.						
٧	أقوم بتحميل الصور الجنسية من شبكة الانترنت على جهاز الكمبيوتر الخاص بي .						
٨	أحاول من خلال غرفة الدردشة إقامة علاقات مع الجنس الآخر دون علم الأهل .						
ملاحظات أخرى.....							

الخطوة الثانية : تم عرض الصورة الأولية للمقياس على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم إحدى عشرة محكما ، وهم من الأساتذة المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة ، وقد اشتملت على التعريف الإجرائي ، وتعريف كل بعد من أبعاد المقياس وما يقيسه كل بعد

الخطوة الثالثة :وفي ضوء توجيهات السادة المحكمين قام الباحث بما يلي :

أ- أجريت التعديلات التي أوصي بها المحكمون ، وأبقيت على العبارات التي اتفق ٨٠% من المحكمين على اتفاقها مع التعريف الإجرائي الموضوع لكل بعد من أبعاد المقياس .

ب- إعادة صياغة بعض العبارات

ويتكون المقياس في صورته النهائية من ٦٣ عبارة موزعة على الستة أبعاد السابقة وهي البعد الأول السيطرة ويأخذ العبارات من رقم ١ إلى ١١ ، البعد الثاني تغيير المزاج ويأخذ العبارات من ١٢ إلى ٢٣ ، البعد الثالث الأعراض الانسحابية ويأخذ العبارات من ٢٤ إلى ٣٤ ، البعد الرابع الصراع ويأخذ العبارات من ٣٥ إلى ٤٥ ، البعد الخامس الانتكاس ويأخذ العبارات من ٤٦ إلى ٥٥ ، البعد السادس سوء الاستخدام ويأخذ العبارات من ٥٦ إلى ٦٣ .

ولكل عبارة من عبارات المقياس ثلاثة استجابات هي تنطبق تماما عليّ، تنطبق عليّ إلى حد ما، لا تنطبق عليّ إطلاقاً

طريقة التصحيح: يعطى كل مفحوص درجة من صفر إلى ٢ ، بمعنى إذا كانت الإجابة (تنطبق تماماً عليّ تأخذ ٢، تنطبق عليّ إلى حد ما تأخذ ١، لا تنطبق عليّ إطلاقاً تأخذ صفر) ، مع مراعاة وجود بعض العبارات العكسية وهي العبارات ١١-٢٠-٢٣-٢٥-٢٩-٣١-٤٣-٤٤-٥١ فيتم تصحيحها في الاتجاه العكسي كالتالي (تنطبق تماماً عليّ تأخذ ٠، تنطبق عليّ إلى حد ما تأخذ ١، لا تنطبق عليّ إطلاقاً تأخذ ٢) ثم تجمع درجات كل بعد من الأبعاد الستة كل على حدة وبعدها يتم جمع أبعاد المقياس لتعطى الدرجة الكلية لفرط استخدام الانترنت

الخطوة الرابعة تقنين المقياس:

قام الباحث بتقنين المقياس باستخدام الصدق والثبات كما يلي :

١- صدق المحكمين :

قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة .

وفي ضوء توجيهات السادة المحكمين قام الباحث بما يلي:

أ- أجريت التعديلات التي أوصى بها المحكمون ، وأبقت على العبارات التي اتفق ٨٠% من المحكمين علي اتفاقها مع التعريف الإجرائي الموضوع لكل بعد من أبعاد المقياس .

ب- إعادة صياغة بعض العبارات

٢- صدق الاتساق الداخلي للمقياس

وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين درجات كل

عبارة من عبارات المقياس والدرجات الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، وجاءت النتائج كما هي مبينة في الجدول (١):

جدول (١): يوضح معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة من عبارات المقياس والدرجات الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة.

الأبعاد	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
السيطرة	١	٠.٥٩	٠.٠١
	٢	٠.٦٣	٠.٠١
	٣	٠.٥٩	٠.٠١
	٤	٠.٤٦	٠.٠١١
	٥	٠.٦١	٠.٠١
	٦	٠.٦٤	٠.٠١
	٧	٠.٥٩	٠.٠١
	٨	٠.٥٧	٠.٠١
	٩	٠.٤٦	٠.٠١
	١٠	٠.٥٣	٠.٠١
	١١	٠.٤٩	٠.٠١
تغيير المزاج	١	٠.٥٠	٠.٠١
	٢	٠.٤٩	٠.٠١
	٣	٠.٤٨	٠.٠١
	٤	٠.٥٠	٠.٠١
	٥	٠.٥٤	٠.٠١
	٦	٠.٤٧	٠.٠١
	٧	٠.٤٤	٠.٠١٥
	٨	٠.٦٣	٠.٠١
	٩	٠.٦٣	٠.٠١
	١٠	٠.٧٢	٠.٠١
	١١	٠.٦٢	٠.٠١
	١٢	٠.٥٦	٠.٠١
الأعراض الانسحابية	١	٠.٧٦	٠.٠١
	٢	٠.٥٦	٠.٠١
	٣	٠.٥٤	٠.٠١
	٤	٠.٥٣	٠.٠١
	٥	٠.٧٣	٠.٠١
	٦	٠.٤٦	٠.٠١٢
	٧	٠.٧٠	٠.٠١
	٨	٠.٤٨	٠.٠١
	٩	٠.٤٣	٠.٠١٨
	١٠	٠.٦٨	٠.٠١
	١١	٠.٥٣	٠.٠١
	١	٠.٦٧	٠.٠١

الأبعاد	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
	٢	٠.٧١	٠.٠١
	٣	٠.٤٨	٠.٠١
	٤	٠.٥٤	٠.٠١
	٥	٠.٦٦	٠.٠١
	٦	٠.٥٦	٠.٠١
	٧	٠.٥٠	٠.٠١
	٨	٠.٦١	٠.٠١
	٩	٠.٥٦	٠.٠١
	١٠	٠.٤٥	٠.٠١٢
	١١	٠.٤٦	٠.٠١١
الانتكاس	١	٠.٧٣	٠.٠١
	٢	٠.٦٩	٠.٠١
	٣	٠.٦٨	٠.٠١
	٤	٠.٧٧	٠.٠١
	٥	٠.٦٥	٠.٠١
	٦	٠.٥٦	٠.٠١
	٧	٠.٥٨	٠.٠١
	٨	٠.٥٩	٠.٠١
	٩	٠.٥٤	٠.٠١
	١٠	٠.٦٣	٠.٠١
سوء الاستخدام	١	٠.٧٧	٠.٠١
	٢	٠.٨١	٠.٠١
	٣	٠.٧٥	٠.٠١
	٤	٠.٨٢	٠.٠١
	٥	٠.٨٢	٠.٠١
	٦	٠.٤٦	٠.٠١
	٧	٠.٦٦	٠.٠١
	٨	٠.٤٧	٠.٠١

يبين الجدول (١) معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة من عبارات المقياس والدرجات الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، حيث تراوحت ما بين (٠.٤٤ - ٠.٦٤) وجميعها دالة إحصائية، وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

٣- الصدق البنائي للمقياس

وللتحقق من الصدق البنائي للمقياس قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين الدرجات الكلية لكل بُعد من أبعاد المقياس والدرجات الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما هي مبينة في الجدول (٢):

جدول (٢): يوضح معاملات الارتباط بين الدرجات الكلية لكل بُعد من أبعاد المقياس والدرجات الكلية للمقياس.

الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
السيطرة	٠.٨٧	٠.٠١
تغيير المزاج	٠.٩٣	٠.٠١
الأعراض الانسحابية	٠.٩٣	٠.٠١
الصراع	٠.٩٢	٠.٠١
الانتكاس	٠.٨٨	٠.٠١
سوء الاستخدام	٠.٦٧	٠.٠١

يبين الجدول (٢) معاملات الارتباط بين الدرجات الكلية لكل بُعد من أبعاد المقياس والدرجات الكلية للمقياس، حيث تراوحت ما بين (٠.٦٧ - ٠.٩٣)، وجميعها دالة إحصائية، ويدل ذلك على صدق وتجانس أبعاد المقياس، وأنها صادقة لما وضعت لقياسه.

٣- ثبات المقياس.

وقد تحققت الباحث من ثبات المقياس من خلال طريقة معامل ألفا كرونباخ وجاءت النتائج كما هي مبينة في الجدول (٣).

جدول (٣): يوضح معاملات ألفا كرونباخ للمقياس وأبعاده.

الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
السيطرة	١١	٠.٧٨
تغيير المزاج	١٢	٠.٧٩
الأعراض الانسحابية	١١	٠.٨١
الصراع	١١	٠.٧٨
الانتكاس	١٠	٠.٨٤
سوء الاستخدام	٨	٠.٨٧
مقياس فرط استخدام الانترنت	٦٣	٠.٩٦

يبين الجدول (٣) معاملات الثبات للمقياس وأبعاده، حيث تراوحت ما بين (٠.٧٨ - ٠.٨٧) للأبعاد، وبلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠.٩٦)، وهى نسبة ثبات مرتفعة، مما يطمئن الباحث لنتائج تطبيق المقياس.

الخطوة الخامسة : بعد التأكد من كفاءة المقياس ، تم إعداد الصورة النهائية له

تفسير النتائج ومناقشتها

تأكد هذه النتائج أن كل العبارات التي اشتمل عليها المقياس عبارات موضوعية وممثلة لكل بعد من الأبعاد في ضوء التعريف الإجرائي الموضوع له . كما كشفت النتائج أن هذا المقياس يتميز بقدرته على التمييز بين أداء الأفراد على المستويات المختلفة للمقياس ، وكذلك تحديد درجة وشدة أبعاد فرط استخدام الانترنت وتضمنين ودمج بنود تمثل الجوانب المختلفة لفرط استخدام الانترنت. وفي ضوء المضامين والمصاحبات النفسية للمقياس ، وبناء على ما أسفرت عنه النتائج السابقة يمكن الإشارة أن المقياس صالح لأغراض التشخيص النفسي ولأغراض البحث العلمي .

ملحق (١)

قائمة بأسماء السادة المحكمين لمقياس فرط استخدام الانترنت

م	الاسم	الوظيفة	الكلية	الجامعة
١	أ.د. / السيد محمد عبد المجيد	أستاذ الصحة النفسية	كلية التربية	دمياط
٢	د/أشرف إبراهيم الغراز	مدرس علم النفس التربوي	كلية التربية	بورسعيد
٣	أ.د. / آمال إبراهيم عبد العزيز الفقي	أستاذ الصحة النفسية	كلية التربية	بنها
٤	د/رشا محمد علي مبروك	مدرس الصحة النفسية	كلية التربية	بورسعيد
٥	أ.د.م. / سناء حامد زهران	أستاذ الصحة النفسية المساعد	كلية التربية	دمياط
٦	أ.د. / شرين محمد أحمد دسوقي	أستاذ علم النفس التربوي	كلية التربية	بورسعيد
٧	أ.د. / عادل سعد يوسف خضر	أستاذ علم النفس التربوي	كلية التربية	الزقازيق
٨	أ.د. / عبد الصبور منصور محمد	أستاذ التربية الخاصة	كلية التربية	بورسعيد
٩	أ.د. / عصام محمد زيدان	أستاذ الصحة النفسية	كلية التربية	المنصورة
١٠	أ.د. / محمد أحمد دسوقي	أستاذ علم النفس التربوي	كلية التربية	الزقازيق
١١	أ.د. / هشام إبراهيم النرش	أستاذ علم النفس التربوي	كلية التربية	بورسعيد

ملحوظة تم ترتيب أسماء السادة المحكمين حسب الترتيب الأبجدي

ملحق (٢)

الصورة النهائية لمقياس فرط الاستخدام الانترنت

عزيزي الطالب أرجو منك أن تقرأ كل عبارة قراءة جيدة ثم تعبر عن رأيك فيها بأن تضع علامة (√) أمام الخانة المناسبة بحيث تكون إجابة واحدة فقط .
لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ، فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن رأيك بصدق .
مثال :

م	العبارة	تنطبق تماما علي	تنطبق علي إلي حد ما	لا تنطبق علي إطلاقا
١	أقوم بفتح الانترنت بعد أن استيقظ من النوم مباشرة .	√		

فالإجابة السابقة تدل على أن الإجابة تنطبق عليك كثيرا وضعت علامة (√) تحت الإجابة تنطبق تماما علي وإليك باقي العبارات

الاسم (اختياري).....
الصف

م	العبارة	تنطبق تماما علي	تنطبق علي إلي حد ما	لا تنطبق علي إطلاقا
١	أقوم بفتح الانترنت بعد أن استيقظ من النوم مباشرة .			
٢	أفضل استخدام الانترنت علي الخروج مع أصدقائي			
٣	أشعر بالمتعة عند استخدام الانترنت .			
٤	أقوم بعمل الواجبات المنزلية أثناء وجودي أمام شبكة الانترنت			
٥	انشغل بالانترنت لدرجة أنني أنسي النوم .			
٦	أتلغف من اجل الاتصال بالانترنت عندما أعود لمنزلي			
٧	أنسي أي شئ عندما أكون متصلا بالانترنت .			

م	العبارة	تنطبق تماما عليّ	تنطبق عليّ إلى حد ما	لا تنطبق عليّ إطلاقا
٨	تعتبر شبكة الانترنت ملاذا آمنا لي إذا ضاقت بي الحياة			
٩	أقضي أفضل الأوقات عندما أكون متصلا بالإنترنت.			
١٠	أكون أكثر سعادة وسرور عندما اتصل بالانترنت .			
١١	يسهل عليّ الاستغناء عن شبكة الإنترنت .			
١٢	أقضي وقتا أطول مما كنت أعتزم قضائه أمام الانترنت			
١٣	أجأ للكذب على أسرتي في كثير من الأحيان لاستخدام شبكة الانترنت			
١٤	أشعر بالعصبية عندما استخدم الانترنت في جو من الضوضاء			
١٥	أكون أكثر راحة عندما أكون متصلا بالانترنت .			
١٦	استخدم الانترنت عندما أتجنب أداء بعض الأمور التي لا أحبها			
١٧	يساعدني الانترنت على نسيان مشكلاتي وتقليل الضغوط عليّ			
١٨	أتجاوز الوقت المحدد لاستخدام الإنترنت على الرغم من تذمر الآخرين المحيطين بي .			
١٩	استغرق وقتا طويلا أمام الإنترنت رغم تأثر أدائي ونتائجي في المدرسة بسبب استخدامي له .			
٢٠	أستطيع أن أقلل من الفترة التي أقضيها أمام الإنترنت .			
٢١	استغرق وقتا طويلا على الإنترنت بالرغم من المشكلات التي يسببها لي مع أسرتي .			
٢٢	أهتم بالبرامج والمواقع التي تجعلني استخدم الإنترنت لأطول فترة ممكنة .			

م	العبارة	تنطبق تماما عليّ	تنطبق عليّ إلى حد ما	لا تنطبق عليّ إطلاقا
٢٣	أتوقف عن استخدام الإنترنت بمجرد شعوري بالإرهاق من استخدامه .			
٢٤	كثير ما أقوم بفرقة الأصابع أو هززة الأرجل بسبب شعوري بالضيق من عدم استخدام الانترنت.			
٢٥	قمت بمحاولات عديدة لتقليل عدد الساعات التي أقضيها في استخدام الانترنت .			
٢٦	أستمر في استخدام الانترنت رغم ما يسببه لي من مشكلات جسمية بسبب الحرمان من النوم .			
٢٧	أشعر بالضيق عندما تكون سرعة الانترنت بطيئة			
٢٨	يصيبني القلق عندما أفكر في التوقف عن استخدام الانترنت .			
٢٩	إذا أنقطع الانترنت أبحث عن نشاط آخر بكل هدوء .			
٣٠	أزيد من الاتصال بالإنترنت للحصول على السعادة والسرور والرضا			
٣١	أشعر بالسعادة عندما انقطع عن استخدام الانترنت			
٣٢	أحلم أثناء نومي بأنني أقوم باستخدام الإنترنت .			
٣٣	أتضايق عندما أمتنع عن استخدام الانترنت .			
٣٤	أكون متشوقا للمرة القادمة التي سوف أجلس فيها أمام الانترنت			
٣٥	أخسر الكثير من أصدقائي بسبب استخدامي الطويل للإنترنت .			
٣٦	فشلت في محاولات كثيرة للتقليل من فترات استخدامي للإنترنت .			
٣٧	استخدامي للإنترنت غير من عاداتي وهواياتي .			
٣٨	يغضب مني أصدقائي بسبب تفضيلي للإنترنت عليهم .			

م	العبارة	تنطبق تماما عليّ	تنطبق عليّ إلى حد ما	لا تنطبق عليّ إطلاقاً
٣٩	يلومني الكثير من المعلمين بسبب انخفاض مستواي الدراسي بسبب استخدامي للإنترنت.			
٤٠	استخدامي للإنترنت مدة طويلة جعلني لا أقوم بالزيارات العائلية المهمة .			
٤١	استخدامي للإنترنت قلل من تواصلني مع الناس في الحياة الواقعية.			
٤٢	أستمر في استخدام الانترنت على الرغم من المشكلات الجسمية التي يسببها لي .			
٤٣	أشعر بالندم بعد قضاء وقت طويل متصلاً بالانترنت			
٤٤	أجلس مع أسرتي أكثر مما أجلس أمام الإنترنت .			
٤٥	أذهب لاستخدام الانترنت في أحد النوادي بسبب تحريم والديّ عليّ بعدم استخدام الانترنت			
٤٦	عندما حاولت التوقف عن استخدام الانترنت لمدة من الزمن فشلت في ذلك وعدت أكثر استخداماً له			
٤٧	أتوقف عن استخدام الانترنت إلا أنني أعود أكثر رغبة في الاستمرار في استخدامه رغم تعرضي للعقاب من والدي .			
٤٨	عندما أفكر في التوقف عن استخدام الانترنت أصاب بحالة فزع وخوف شديد			
٤٩	عندما جلست مع نفسي وحاولت التفكير في الابتعاد عن استخدام الإنترنت شعرت بأنني لا أملك الإرادة لفعل ذلك .			
٥٠	أتخيل أنني أرى صفحة الانترنت في كل الأوقات.			
٥١	يمنعني الإرهاق والمرض الذي سببه لي استخدام الانترنت من العودة بشغف لاستخدام الانترنت .			
٥٢	أجد في شبكة الانترنت المتعة التي لا أجدها في			

م	العبارة	تنطبق تماما عليّ	تنطبق عليّ إلى حد ما	لا تنطبق عليّ إطلاقا
	أي شيء آخر .			
٥٣	أشعر وكأن الانترنت ملكت عليّ حياتي من كثرة استخدامي لها .			
٥٤	استخدامي للانترنت جعلني أشعر بأنني إنسان مرغوب من الآخرين.			
٥٥	أستمر باستخدام شبكة الانترنت رغم شعوري بالإرهاق بشكل كبير.			
٥٦	أحاول البحث علي المواقع الجنسية .			
٥٧	أقترض بعض الأموال لكي أغطي مصاريف خدمات الإنترنت.			
٥٨	أهتم كثيرا بالدخول على المواقع الجنسية نظرا لما توفره من متعة عند مشاهدتها .			
٥٩	أهتم بمواقع الهاكر والتدريب على طرقهم في اختراق أجهزهم ومواقع الآخرين			
٦٠	أحاول نشر أخبار كاذبة عن الأشخاص الذين لا أحبهم عن طريق استخدام تقنيات الإنترنت .			
٦١	أقضي ساعات طويلة في اللعب مع أشخاص آخرين متصلين بالانترنت.			
٦٢	أقوم بتحميل الصور الجنسية من شبكة الانترنت على جهاز الكمبيوتر الخاص بي .			
٦٣	أحاول من خلال غرفة الدردشة إقامة علاقات مع الجنس الآخر دون علم الأهل .			

انتهى المقياس ونرجو التأكد من الإجابة عن جميع الأسئلة

المراجع

- الألفي، محمد (٢٠٠٨). إدمان الانترنت . القاهرة : المكتب المصري الحديث.
- العصيمي، سلطان (٢٠١٠). إدمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، (رسالة الماجستير). تم الاسترجاع من موقع
<https://www.psycodz.info/2018/03/internet-addiction-relationship-to-psychosocial-social.html>
- أرنوط، بشري (٢٠٠٧). إدمان الانترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين ، مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق ، (٥٥)، ٣٣-٩٦.
- خطاب، محمد (٢٠١٨). إدمان الإنترنت. الهيئة المصرية العامة للكتاب ، (٣١)، (١١٧)، ٤٩-٥٥.
- زيدان، عصام (٢٠٠٨). إدمان الإنترنت وعلاقته بالقلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس. مجلة دراسات عربية ، (٧)، (٢)، ٣٧١-٤٥٢ .
- عامر، عبد الناصر (٢٠١١). إدمان الانترنت : المصادقية والتمايز العاملية والنسبة بين طلبة المراحل التعليمية المختلفة في المجتمع المصري ، مجلة كلية التربية جامعة بنها ، (٢٢)، (٨٥)، ٩٦-١٤٧.
- عبد الحميد، خميس؛ سليمان، سليم (٢٠١٤). تصور مقترح لمنهج الجغرافيا ومنهج الفلسفة في المرحلة الثانوية في ضوء أبعاد جودة الحياة : دراسة مقارنة. مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، (٥٨)، ٢٩٢-٢٥٣.
- على، محمد (٢٠١٠). إدمان الإنترنت في عصر العولمة . عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- دراسات عربية ، (٧)، (٢)، ٣٧١-٤٥٢ .
- على، محمد (٢٠١٠ ب). مقياس إدمان الانترنت لدى طلاب الجامعة الموهوبين، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع .
- هلال، أحمد؛ أبو حمزة، عيد (٢٠١٤). إدمان الإنترنت المفهوم - النظرية - العلاج. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- Adiele, I. & Olatokun, W. (2014). *Prevalence and Determinants of Internet Addiction Among adolescents. Computers in Human Behavior*, 31, 100 - 110.
- Mihajlov, M & Vejmek, L (2017). *Internet addiction: A review of the first twenty years, Psychiatria Danubina*, 29, 3, 260-272.