

The Effect of Digital Addiction on Psychological Well Being among Secondary School Students in Karak Governorate

Dr. Fatimah Abd Almajed Alqaisi*

Received 4/12/2021

Accepted 15/1/2022

Abstract:

The study aimed to identify the effect of digital addiction on the psychological Well Being of secondary school students in Karak. The descriptive survey methodology was used. The study sample consisted of (150) male and female students who were randomly selected. The questionnaire was used as a study tool as a digital addiction scale and another scale was developed for psychological Well Being.

The results of the study concluded that there WAS a statistically significant effect of digital addiction on the psychological well being of secondary school students in Karak. And there were no statistically significant differences towards digital addiction and psychological well being due to the interaction between the variables of gender and scientific specialization.

Keywords: digital addiction, psychological well-being, secondary school students, Karak Governorate.

أثر الإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك

د. فاطمة عبد المجيد القيسي*

ملخص:

هدفت الدراسة التعرف إلى أثر الإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في قسبة الكرك، وقد تم استخدام المنهج الوصفي المسحي، وتكونت عينة الدراسة من (150) طالبا وطالبة تم اختيارهم عشوائيا، واستخدمت الإستبانة كأداة للدراسة إذ تم تطوير مقياس للإدمان الرقمي ومقياس آخر للعافية النفسية.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود أثر دال إحصائيا للإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في قسبة الكرك، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا في الإدمان الرقمي تعزى لمتغير التخصص ولصالح الفرع الأدبي، ووجود فروق دالة إحصائيا في العافية النفسية تعزى للتخصص ولصالح الفرع العلمي، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا نحو الإدمان الرقمي والعافية النفسية تعزى للتفاعل بين متغيري الجنس والتخصص العلمي.

الكلمات المفتاحية: الإدمان الرقمي، العافية النفسية، طلبة المرحلة الثانوية، قسبة الكرك.

* وزارة التربية والتعليم /الأردن/ alqaisfatema@gmail.com

المقدمة:

أصبح استخدام شبكة الإنترنت في الوقت الحاضر ضرورة ملحة في أنحاء العالم كافة، فقد وفرت عديداً من الفوائد وسهلت كثير من الأمور، إذ أحدثت نقلة نوعية في المجالات كافة سواء كانت اقتصادية أم سياسية أم اجتماعية أم تربوية نتيجة لتوفيرها للمعلومات والمعارف المختلفة بسهولة ووقت قصير.

وعلى الرغم من الفوائد التي يوفرها الاستخدام الجيد والسليم للإنترنت إلا أن هناك عديداً من الأضرار السلبية التي تنعكس على أفراد المجتمع بشكل عام والطلبة بشكل خاص نتيجة لسوء استخدامها، كانهخفاض الأداء الدراسي والتعب والوحدة والعزلة والقلق، فعندما يسيء الطلبة استخدام هذه الشبكة ويعتمدون عليها بشكل كلي فإنه يؤثر فيهم ويفقدون استقلاليتهم ويتحكم بكل أنشطة حياتهم المختلفة، إذ أن زيادة استخدام الإنترنت بشكل مفرط أدى إلى ظهور ظاهرة جديدة تسمى بالإدمان الرقمي (Cardak, 2013).

فالإدمان الرقمي متلازمة لممارسة التعامل مع الإنترنت والاعتماد النفسي والمداومة عليه لفترات طويلة ومتزايدة، ودون ضرورة ملحة، وترى الجمعية الأمريكية أن الإدمان الرقمي هو استخدامه لفترات تتجاوز (38) ساعة أسبوعياً دون الحاجة إليه مهنيًا أو أكاديميًا لإشباع الرغبات النفسية مع المعاناة من كثير من الأعراض النفسية كالقلق والتوتر والجسمية كقلة الحركة، وتركيز التفكير بشكل إجباري بالإنترنت فقط (Alsroji, 2021).

أي أن هناك عديداً من الآثار السلبية التي تظهر بسبب لإدمان الرقمي منها ما يمكن عدّ أثره قصير المدى كعدم إتمام المهمات والواجبات المطلوبة، وعدم تحمل المسؤوليات، وزيادة متسارعة في الوزن؛ ومنها ما يمكن عدّ أثره طويل المدى ويظهر على شكل أعراض جسدية كآلام الظهر والرقبة والكتفين، ومشكلات في الرؤية تنتج عن التحديق لفترات طويلة في شاشة الحاسوب والهواتف النقالة وغيرها؛ وعلى شكل أعراض غير جسدية مادية نتيجة الإدمان على مواقع التسوق والمقامرة والألعاب، أو قد تؤثر في العلاقات الاجتماعية إذ يميل للانعزال والانسحاب الاجتماعي، والاكتفاء فقط بالتواصل مع الآخرين عبر الإنترنت (Aldeljawe, 2016).

وقد تناول عدد من المختصين في مجال العلوم الاجتماعية تحليل عملية التفاعل بين التكنولوجيا الرقمية والسلوك الاجتماعي للأفراد، فهناك علاقة تبادلية بين ثقافة المجتمع وبين السلوك الاجتماعي والذي يتأثر بشكل كبير ومباشر بالوسائل التكنولوجية المختلفة، وهذا بدوره

ينعكس على العافية النفسية للطلبة والتي من خلالها يقيس الفرد استجاباته الانفعالية ومدى رضاه عن مجالات الحياة، كما وتتضمن تقيماً لمشاعره من حيث المعرفة والانفعال والتي من خلالها يحدد الفرد أهمية حياته (Wheatley, Hardhill & Bickerton, 2017).

فالعافية النفسية أحد العوامل المهمة في تحقيق الذات للفرد وسمه من السمات الشخصية السوية بما تحتويه من إيجابيات تزيد من كفاءته الذاتية، فهي تزيد من مقدرته على النجاح والنمو والإزدهار، كما أنها تساعد الفرد على تحقيق الرضا عن الذات ومنحه الأمل والتفاؤل (Aljonde & Talahmeh, 2017).

وللوصول للعافية النفسية لا بد للفرد أن يتولد لديه شعور بالإيجابية والاستقلالية والمقدرة على اتخاذ القرارات، والمقدرة على تنظيم شؤون حياته، والتفاعل بفاعلية مع جميع الظروف البيئية المحيطة التي يمر بها، والمقدرة على تحمل المسؤولية والصعاب، وترتبط العافية النفسية بمدى مقدرة الفرد على بناء وتكوين العلاقات الاجتماعية، ومقدرته على تحقيق أهدافه ضمن خطة استراتيجية يضعها ويسعى لتحقيقها (Abu halawah, 2014).

أي أن العافية النفسية تشير إلى أن يكون الفرد سوياً اجتماعياً ونفسياً، وهذا بدوره يختلف عما يسببه الإدمان الرقمي لدى الطلبة من مشكلات متنوعة ومتعددة من عزلة ومضيعة للوقت واكتئاب وغيرها من المشكلات التي تسهم في التأثير في صحته النفسية، ولأن المرحلة الثانوية تعد مرحلة حاسمة في حياتهم، كان لا بد من دراسة أثر الإدمان الرقمي في العافية النفسية، لما يترتب على الطالب في هذه المرحلة من الالتزام بواجباته المتعلقة بتحصيله العلمي، والتي تتمثل في التقييم النوعي والكمي لتحصيله الدراسي، ولا شك أن ذلك الدور يتأثر بكل ما يؤثر في شخصيته ويؤثر بأمور حياته على أساس أن مركبات هذه الشخصية هي كل متكامل يتفاعل فيما بينه في الوقت ذاته. ويبقى الشغل الشاغل لأهل الاختصاص من علماء الاجتماع وعلماء النفس وكل من يهتم بهذه المرحلة العمرية، هو التساؤل حول مدى تأثير الإدمان الرقمي على العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟

مشكلة الدراسة وأسئلتها

تعد فئات الطلبة من أبرز الفئات التي تستخدم الإنترنت وهذا بدوره يؤثر في تحصيلهم الدراسي، ولعل الإدمان الرقمي من المشكلات التي يعاني منها كثير من أفراد المجتمع.

وقد أجريت عديد من الدراسات في سياق الإدمان الرقمي، والتي عالجت المفهوم باختلاف

أبعاده وفي بيانات مختلفة كدراسة السعدي (AlSaadi,2019) وقد حفز هذا القيام بهذه الدراسة وقياس أثر الإدمان الرقمي في العافية النفسية، فمن خلال عمل الباحثة كمرشدة نفسية فقد رأت أن طلبة المرحلة الثانوية يعانون من إدمان على الإنترنت وخاصة في ظل جائحة كورونا والتحول نحو التعليم الإلكتروني، مما أدى إلى مشكلات نفسية لديهم ترتب بناء عليها ضياع وقتهم، وتشنت انتباههم خاصة أن هذه المرحلة هي مرحلة مصيرية في حياتهم. ولذا جاءت هذه الدراسة للإجابة عن الأسئلة الثلاثة الآتية:

1. هل هناك أثر دال احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) للإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية قسبة الكرك؟
2. هل هناك فروق دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في الإدمان الرقمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية قسبة الكرك تعزى لمتغيري الجنس، والتخصص؟
3. هل هناك فروق دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية قسبة الكرك تعزى لمتغيري الجنس، والتخصص؟

أهداف الدراسة

تسعى الدراسة لتحقيق الأهداف الآتية:

- التعرف إلى أثر الإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك
- التعرف إلى دلالة الفروق في استجابات طلبة المرحلة الثانوية لأثر الإدمان الرقمي في العافية النفسية تعزى لمتغيري الجنس، الفرع التخصص (علمي، أدبي).
- التعرف إلى دلالة الفروق في الإدمان الرقمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية قسبة الكرك تعزى لمتغيري الجنس، التخصص.
- التعرف إلى دلالة الفروق في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية قسبة الكرك تعزى لمتغيري الجنس، التخصص.

أهمية الدراسة

يؤمل أن تُفيد هذه الدراسة الجهات الآتية:

الأهمية النظرية:

تعد هذه الدراسة من الدراسات الحديثة في مجال الإدمان الرقمي والعافية النفسية، وبهذا فهي

تثري المكتبة العربية، وتفتح آفاقاً للباحثين لتناول هذا الموضوع من جوانب عديدة بهدف الوصول إلى دراسات أعم وذات شمولية مما سيسهم في دعم الأدب النظري بشكل عام، وقد تفيد طلبة الدراسات العليا ومراكز البحوث من خلال ما ستقدمه من منهجية للبحث العلمي.

الأهمية العملية:

قد تفيد هذه الدراسة في التعرف إلى أثر الإدمان الرقمي على العافية النفسية، ومعرفة مواطن القوة والضعف في عملية التعليم الإلكتروني لتكون تغذية راجعة لمحاولة النهوض بمستوى التعليم لطلبة الثانوية العامة لمواكبة التطور والارتقاء بسلم العلم والتسلح به من خلال صناع القرارات بمجلس التعليم العام كصاحب قرار في تطوير التعليم.

مصطلحات الدراسة

- تشمل هذه الدراسة بعض المصطلحات الأساسية وفيما يأتي تعريفها مفاهيمياً وإجراءياً:
- **الإدمان الرقمي:** الاستخدام المفرط والمتزايد للإنترنت بشكل لا يمكن مقاومته، وتترتب عليه آثار سلبية من الناحية الجسدية والنفسية (Al-Shahre & Alashre, 2020). ويعرف إجراءً بالدرجة الكلية التي سيحصل عليها المفحوص على مقياس الإدمان الرقمي الذي قامت الباحثة بتطويره.
 - **العافية النفسية:** المقدرة على موازنة الانفعالات والأفكار وحل المشكلات في المواقف المتعددة، والاستجابة للشعور بالقلق بطريقة صحيحة (Kajbafnezhad & Keshi, 2015). وتعرف إجراءً بالدرجة الكلية التي سيحصل عليها المفحوص على مقياس العافية النفسية الذي قامت الباحثة بتطويره.

حدود الدراسة:

تمثلت حدود الدراسة بالآتي:

- **الحدود المكانية:** اقتصرَت الدراسة على مدارس قصبة الكرك.
- **الحدود الزمانية:** تم تطبيق أداة الدراسة في الفصل الأول من العام الدراسي 2022/2021.
- **الحدود البشرية:** اقتصرَت هذه الدراسة على طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك.

الدراسات السابقة

يتضمن هذا الجزء عرضاً للدراسات السابقة التي تم الإطلاع عليها وفقاً للترتيب من الأحدث للأقدم، العربية منه والأجنبية.

هدفت دراسة الفرعان (AlQuran, 2021) للتعرف إلى مدى وعي معلمي المرحلة الثانوية بمخاطر الإدمان الرقمي والتكنولوجي على طلبتهم، وتم اتباع المنهج الوصفي التحليلي، تكونت عينة الدراسة من (150) معلماً ومعلمة في المدارس الثانوية الحكومية التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة الزرقاء الثانية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن هناك درجة متوسطة من الوعي لدى معلمي المرحلة الثانوية في الأردن بمخاطر الإدمان الرقمي والتكنولوجي على طلبتهم، كما وأظهرت النتائج عدم وجود فروق إحصائية حول مدى وعي معلمي المرحلة الثانوية في الأردن بمخاطر الإدمان الرقمي والتكنولوجي على طلبتهم تبعاً لمتغيرات الدراسة.

هدفت دراسة الجندي والطنطول (Aljonde & Altantol 2020) إلى استكشاف طبيعة العلاقة بين التسويق الأكاديمي والعافية النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظة الخليل، وقد أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها (502) من طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة الخليل، وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين التسويق الأكاديمي والعافية النفسية، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدرجات التسويق الأكاديمي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية تعزى للجنس لصالح الذكور، وفروق لمتغير المعدل التراكمي لصالح الطلبة الذين معدلاتهم التراكمية أقل من (74) درجة، بينما لم تظهر فروق لمتغير السنة الدراسية.

وأجرى السعدي (AlSaadi, 2019) دراسة هدفت للتعرف إلى العلاقة بين أنماط إدمان الإنترنت وبعض المظاهر المتعلقة بالاغتراب لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (360) طالباً وطالبة من طلبة الصف الأول الثانوي، إذ تم تقسيمهم إلى (180 ذكورا و 180 إناثاً) في لواء قسبة اربد، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أنماط إدمان الإنترنت والاغتراب، كما خلص البحث إلى أن أكثر أبعاد الاغتراب تنبؤاً بإدمان الإنترنت هي (العزلة، والعجز، واللامعنى).

هدفت دراسة الجندي وتلاحمه (Aljonde & Talahmeh, 2017) إلى استقصاء درجات الشعور بالعافية النفسية لدى الطلبة الجامعيين في محافظة الخليل، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظة الخليل تم اختيارهم عشوائياً، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن درجات الشعور بالعافية النفسية جاءت متوسطة، كما أشارت إلى وجود فروق في درجات الشعور بالعافية النفسية وفقاً للجنس ولصالح الإناث، ووجود فروق وفقاً لنوع التخصص ولصالح الطلبة في الكليات الإنسانية، ووجود فروق وفقاً للمستوى الاقتصادي

ولصالح الطلبة ذوي الدخول المرتفعة، ووجود فروق وفقا لمكان السكن ولصالح الطلبة القرويين، كما توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق في متوسطات الشعور بالعافية النفسية تعزى لمتغير الجامعة.

وقام كالديرون وآخرون (Calderón et al. 2017) بإجراء دراسة تهدف لتحليل أبعاد النسخة الأسبانية من مقياس التوجه نحو الحياة وعلاقته بالعافية النفسية لدى عينة من طلبة جامعات ريفيستا بأمريكا اللاتينية الذين بلغ عددهم (291) طالباً وطالبة، وأشارت النتائج إلى أن هناك علاقة إيجابية بين التفاؤل والعافية والصحة النفسية، وأن التشاؤم والتوجه السلبي نحو الحياة يرتبط أيضاً بعلاقة إيجابية بالقلق المفرط وتدهور الحالة النفسية والأكاديمية لدى الطلبة ولصالح الذكور، في حين أن التفاؤل له تأثيرات إيجابية في التقدم الأكاديمي والعافية النفسية لدى الطالبات.

دراسة أوكرجي وآخرون (Okwaraji et al, 2015) التي هدفت لمعرفة الفروق بين الجنسين في إدمان الإنترنت والضغط النفسية وأجريت على عينة تكونت من (480) من المراهقين الذكور والإناث في مدينة أنوجو جنوب شرق نيجيريا. وقد أشارت النتائج إلى معاناة نسبة كبيرة من المراهقين من إدمان الإنترنت ووجود فروق تعزى لمتغير النوع ولصالح الذكور.

دراسة هاشماين وآخرون (Hashemian et al, 2014) والتي هدفت لمعرفة معدلات انتشار إدمان الإنترنت لدى الطالب. وأجريت الدراسة على (1066) طالبا من طلبة الجامعة في مدينة إيالم بغرب إيران؛ وتشير نتائج الدراسة إلى أن انتشار الإدمان ما بين النسب البسيطة والمتوسطة، إذ بلغت نسبة الإدمان البسيط 96.3 % والمتوسطة 1.4 % وتشير النتائج كذلك إلى ارتفاع معدلات إدمان الإنترنت بين طلاب كليات الطب أكثر من غيرهم.

التعليق على الدراسات السابقة

أكدت نتائج الدراسات السابقة أن الإدمان الرقمي ومستوى العافية النفسية تختلف بين مرتفعة ومتوسطة ومنخفضة كما في نتائج دراسة الجندي والطنطول (Aljonde & Altantol, 2020) ودراسة (Hashemian et al, 2014).

كما بينت النتائج أن هناك علاقة بين أنماط إدمان الإنترنت وبعض المظاهر المتعلقة بالاغتراب كدراسة (Alsaedy, 2019)، وهناك علاقة بين التسويف الأكاديمي والعافية النفسية كدراسة (Aljonde & Altantol 2020).

وتتميز هذه الدراسة عن الدراسات السابقة في عنوانها الذي تناول أثر الإدمان الرقمي في العافية النفسية. وفي مجتمعها وعينتها طلبة المرحلة الثانوية في قسبة الكرك. وفي متغيراتها التي شملت الإدمان الرقمي والعافية النفسية والتي لم تتناولها الدراسات السابقة بشكل شامل.

منهجية الدراسة وإجراءاتها

يتضمن هذا الجزء وصفاً لمجتمع الدراسة، وعينتها، ومنهجية الدراسة، وأداتها، وطرق التحقق من صدقها، وثباتها، والأساليب الإحصائية المستخدمة
منهج الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة، استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المرحلة الثانوية في مديرية تربية وتعليم قسبة الكرك لعام 2021 والبالغ عددهم (2663)، منهم (1077) طالبا، و(1586) طالبة، موزعين على تخصصين (1212) علمي و(1451) ادبي.

عينة الدراسة:

تم اختيار عينة عشوائية، بلغ حجمها (150) طالبا وطالبة، وتم توزيع الاستبانة إلكترونياً، والجدول (1) يبين توزيع عينة الدراسة على متغيراتها الديمغرافية:

الجدول (1) توزيع خصائص عينة الدراسة وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص

المتغير	فئات المتغير	العدد	النسبة المئوية (%)
الجنس	ذكر	66	44.0
	انثى	84	56.0
	المجموع	150	100.0
التخصص	علمي	46	30.7
	ادبي	104	69.3
	المجموع	150	100.0

أداتا الدراسة:

1. مقياس الإدمان الرقمي: تم تطويره، استناداً إلى الأدب النظري، والدراسات السابقة كدراسة (Al-Mushaqabah, 2018) ودراسة (Al-Shahre & Al-Shre, 2020)، وقد تألف من الأقسام الآتية:

أ. القسم الأول: ويتضمن المتغيرات الديمغرافية الآتية (الجنس، والتخصص).

ب. القسم الثاني: ويتضمن الفقرات التي تقيس الإدمان الرقمي وفقاً لمقياس ليكرت

الخماسي، وقد وزعت على المجالات الآتية:

- أولاً: مجال السيطرة وتم قياسه بالفقرات (1-8).
- ثانياً: مجال الأعراض الانسحابية، وتم قياسه بالفقرات (9-16)
- ثالثاً: مجال: الصراع وتم قياسه بالفقرات (17-22).

صدق المقياس:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الطريقتين الآتيتين:

صدق المحكمين:

تم عرض المقياس على سبعة محكمين من هيئة التدريس في الجامعات الأردنية لبيان مدى دقة العبارات وانتمائها للمجال الذي تقيسه، ومناسبتها لقياس ما بنيت لقياسه، وسلامة الصياغة اللغوية، وتم إجراء التعديلات المقترحة من قبل المحكمين وبنسبة اتفاق (80%).

صدق البناء الداخلي:

تم التأكد من صدق البناء الداخلي للمقياس من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة وخارج عينتها، بلغ حجمها (30) طالباً وطالبة، وتم حساب معاملات ارتباط الفقرات مع المجالات والدرجة الكلية، والمجالات مع الدرجة الكلية، والجدول (2) يعرض نتائج التحليل.

الجدول (2) نتائج معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Coefficients) بين الفقرة المجال والدرجة الكلية وبين المجال والدرجة الكلية لمقياس الادمان الرقمي

ارتباط المجال مع الدرجة الكلية		ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية		ارتباط الفقرة مع المجال		رقم الفقرة
A	R	A	R	A	R	
0.000	**0.824	مجال السيطرة				
		0.006	**0.491	0.00	**0.702	1
		0.000	**0.793	0.000	**0.896	2
		0.000	**0.735	0.000	**0.801	3
		0.000	**0.711	0.000	**0.826	4
		0.000	**0.899	0.000	**0.938	5
		0.000	**0.616	0.000	**0.793	6
		0.000	**0.634	0.000	*0.735	7
		0.000	**0.661	0.000	**0.815	8
0.000	**0.889	مجال الأعراض الانسحابية				
		0.000	**0.656	0.000	**0.663	9
		0.000	**0.814	0.000	**0.790	10

ارتباط الفقرة مع المجال مع الدرجة الكلية		ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية		ارتباط الفقرة مع المجال		رقم الفقرة
A	R	A	R	A	R	
		0.001	**0.592	0.000	**0.742	11
		0.000	**0.744	0.000	**0.844	12
		0.000	**0.577	0.000	**0.698	13
		0.015	*0.440	0.000	**0.564	14
		0.023	*0.413	0.010	*0.465	15
		0.040	*0.378	0.000	**0.697	16
0.000	0.893	مجال: الصراع				
		0.000	**0.556	0.00	**0.627	17
		0.000	**0.804	0.000	**0.867	18
		0.000	**0.712	0.000	**0.798	19
		0.000	**0.765	0.000	**0.893	20
		0.000	**0.618	0.000	**0.710	21
		0.000	**0.743	0.000	**0.827	22

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$). **دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$).

يتضح من البيانات الواردة في الجدول (2)، أن معاملات الارتباط بين الفقرة والمجال تراوحت ما بين (0.465 - 0.938)، وبين الفقرات والدرجة الكلية تراوحت ما بين (0.378 - 0.899)، أما بين المجالات والدرجة الكلية فقد تراوحت ما بين (0.824 - 0.893)؛ جميعها دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، وهذا يشير إلى صدق الأداة ومناسبتها لإجراء الدراسة.

ثبات المقياس: تم التأكد من ثبات المقياس بمفهوم الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وذلك من خلال تطبيق الأداة (الإستبانة) على عينة استطلاعية بلغ حجمها (30) طالبا وطالبة، وبين الجدول (3) معاملات الثبات.

الجدول (3) نتائج قيم معاملات الثبات بمفهوم الاتساق الداخلي لمقياس الإدمان الرقمي

الرقم	المجالات	عدد الفقرات	معامل كرونباخ ألفا
1	السيطرة	8	0.918
2	الأعراض الانسيابية	8	0.776
3	الصراع	6	0.878

يتضح من البيانات الواردة في الجدول (3) بأن قيم معاملات الثبات للمجالات باستخدام معامل الاتساق الداخلي واستخدام معادلة كرونباخ ألفا تراوحت ما بين (0.776 - 0.918)، وهي قيم تدل على ثبات اداة الدراسة.

2. **مقياس العافية النفسية:** تم تطويره، اعتمادا على الأدب النظري، والدراسات السابقة كدراسة (Al-Mushaqabah, 2018)، ووفقا لمقياس ليكرت الخماسي، وقد وزعت فقراته على

المجالات الآتية:

- أولاً: مجال السعادة ويقاس بالفقرات (1-7).
- ثانياً: مجال العلاقات الاجتماعية، وتم قياسه بالفقرات (8-14)
- ثالثاً: مجال: الطمأنينة وتم قياسه بالفقرات (15-19).
- رابعاً: مجال التقدير الاجتماعي وتم قياسه بالفقرات (20-25).

صدق المقياس:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الطريقتين الآتيتين:

أولاً: صدق المحكمين: تم عرض المقياس على سبعة محكمين من هيئة التدريس في الجامعات الأردنية لبيان مدى دقة العبارات وانتمائها للمجال الذي تقيسه، ومناسبتها لقياس ما بنيت لقياسه، وسلامة الصياغة اللغوية، وتم إجراء التعديلات المقترحة من قبل المحكمين، وبنسبة اتفاق (80%).

صدق البناء الداخلي:

تم التأكد من صدق البناء الداخلي للمقياس من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة وخارج عينتها، بلغ حجمها (30) طالباً وطالبة، وتم حساب معاملات ارتباط الفقرات مع المجالات والدرجة الكلية، والمجالات مع الدرجة الكلية، والجدول (4) يعرض نتائج التحليل.

الجدول (4) نتائج معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Coefficients) بين الفقرة والمجال والدرجة

الكلية وبين المجال والدرجة الكلية لمقياس العافية النفسية

ارتباط المجال مع الدرجة الكلية		ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية		ارتباط الفقرة مع المجال		رقم الفقرة
A	R	A	R	A	R	
0.000	**0.855	مجال السعادة				
		0.000	**0.578	0.000	**0.691	1
		0.000	**0.592	0.000	**0.569	2
		0.002	**0.542	0.000	**0.750	3
		0.006	**0.419	0.009	**0.471	4
		0.000	**0.756	0.000	**0.655	5
		0.000	**0.697	0.000	**0.645.	6
		0.000	**0.676	0.000	**0.657	7
0.000	**0.873	مجال العلاقات الاجتماعية				
		0.000	**0.878	0.000	**0.896	8

ارتباط المجال مع الدرجة الكلية		ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية		ارتباط الفقرة مع المجال		رقم الفقرة
A	R	A	R	A	R	
		0.000	**0.657	0.000	**0.661	9
		0.000	**0.602	0.000	**0.730	10
		0.000	**0.629	0.000	**0.720	11
		0.000	**0.602	0.000	**0.780	12
		0.000	**0.821	0.000	**0.842	13
		0.000	**0.525	0.000	**0.708	14
0.000	**0.840	مجال: الطمأنينة				
		0.000	**0.846	0.000	**0.700	15
		0.000	**0.562	0.000	**0.780	16
		0.011	*0.459	0.000	**0.739	17
		0.038	*0.381	0.002	**0.551	18
		0.000	**0.859	0.000	**0.774	19
0.000	**0.906	مجال التقدير لاجتماعي				
		0.002	**0.546	0.000	**0.627	20
		0.000	**0.793	0.000	**0.867	21
		0.000	**0.737	0.000	**0.798	22
		0.000	**0.762	0.000	**0.893	23
		0.000	**0.669	0.000	**0.710	24
		0.000	**0.763	0.000	**0.827	25

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$). **دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$).

يتضح من البيانات الواردة في الجدول (4)، ان معاملات الارتباط بين الفقرة والمجال تراوحت ما بين (0.471 - 0.893)، وبين المجالات والدرجة الكلية تراوحت ما بين (0.381 - 0.878)، اما بين المجالات والدرجة الكلية فقد تراوحت ما بين (0.840 - 0.906)؛ جميعها دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، وهذا يشير إلى صدق الأداة ومناسبتها لإجراء الدراسة. **ثبات المقياس:** تم التأكد من ثبات المقياس بمفهوم الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وذلك من خلال تطبيق الأداة (الإستبانة) على عينة استطلاعية بلغ حجمها (30) طالبا وطالبة، ويبين الجدول (5) قيم معاملات الثبات:

الجدول (5) نتائج قيم معاملات الثبات بمفهوم الاتساق الداخلي لمقياس العافية النفسية

الرقم	المجالات	عدد الفقرات	معامل كرونباخ ألفا
1	السعادة	7	0.745
2	العلاقات الاجتماعية	7	0.857
3	الطمأنينة	5	0.738
4	التقدير الاجتماعي	6	0.878

يتضح من البيانات الواردة في الجدول (5) بأن قيم معاملات الثبات للإتساق الداخلي للمجالات باستخدام معادلة كرونباخ الفا تراوحت ما بين (0.745-0.878)، وهي قيم تدل على ثبات اداة الدراسة.

الوزن النسبي: تم توزيع استجابة افراد العينة على مقاييس الدراسة، وفقا لتدرج ليكرت الخماسي، إذ اعطيت الاستجابة دائما (5) درجات، وغالبا (4) درجات، وأحيانا (3) درجات، نادرا (2) درجتين، ولا يحدث ابدا (1) درجة، وتم استخدام المتوسطات الحسابية لتفسير تقديرات افراد العينة على الدرجة الكلية والمجالات والفقرات، والجدول (6) يوضح ذلك:

الجدول (6) الوزن النسبي لتفسير تقديرات أفراد عينة الدراسة على كل من الدرجة الكلية والمجالات وكل

فقرة من الفقرات

المتوسط الحسابي	المستوى
2.33 -1	منخفض
3.67 -2.34	متوسط
5- 3.68	مرتفع

الأساليب الإحصائية لهذه الدراسة: تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية لتحليل بيانات الدراسة، إذ تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (pearson coefficient) ومعادلة كرونباخ الفا (Alpha Cronbach) للتحقق من صدق اداة الدراسة وثباتها، ومعامل الانحدار المتعدد (Multiple Regression) للإجابة عن سؤال الدراسة الأول، تحليل التباين الاحادي الثنائي الاتجاه (2 Way ANOVA) للإجابة عن سؤالي الدراسة الثاني والثالث.

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول: ونصه: هل يوجد أثر دال احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) للإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية قصبة الكرك؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد تم استخدام، تحليل الانحدار المتعدد (Multiple Rrgression)، وتم التأكد من عدم وجود ارتباط عالٍ (Multicollinarity) بين المتغيرات المستقلة باستخدام اختبار معامل تضخم التباين (VIF) (Variance Inflation Factor) واختبار التباين المسموح (Tolerance) لكل متغير من المتغيرات المستقلة مع مراعاة عدم تجاوز معامل تضخم التباين (VIF) للقيمة (3) وقيمة اختبار التباين المسموح (Tolerance) أكبر من

(0.05) وتم التأكد من التوزيع الطبيعي (Normal Distribution) باحتساب معامل الالتواء (Skewness)، مراعين في ذلك أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي إذا كانت قيمة معامل الالتواء والنقطة تقل عن (1)، والجدول (7) يبين نتائج هذه الاختبارات:

الجدول (7) اختبار معامل تضخم التباين والتباين المسموح ومعامل الالتواء

أبعاد المتغير المستقل	معامل التباين VIF	التباين المسموح Tolerance	الالتواء Skewness
السيطرة	1.551	0.645	0.205
الأعراض الانسحابية	2.414	0.414	0.375
الصراع	2.415	0.414	0.381

وبالرجوع إلى معطيات الجدول (7) فإن قيم الاختبار معامل تضخم التباين (VIF) لجميع أبعاد المتغير المستقل تقل عن (3) وتتراوح ما بين (1.551 - 2.415)، وأن قيم اختبار التباين المسموح به (Tolerance) تراوحت ما بين (0.414 - 0.645). ويعد هذا مؤشراً على عدم وجود ارتباط عال (Multicollinarity) بين أبعاد المتغير المستقل (الإدمان الرقمي) وقد تم التأكد من أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي باحتساب معامل الالتواء (Skewness) وقد تراوحت ما بين (0.205 - 0.381) وهي قيم أقرب من الصفر.

الجدول (8) نتائج تحليل تباين الانحدار (ANOVA Analysis) صلاحية النموذج لذي يقيس أثر

الإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الاحصائية
الانحدار	16.235	3	5.412	28.645**	0.000
الخطأ	27.583	146	0.189		
الكل	43.819	149			

*دالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$). **دالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$).

قيمة معامل الارتباط = (-0.609).

معامل التحديد (التباين المفسر) = (0.371).

تظهر نتائج الجدول (8) وجود أثر دال احصائياً للإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك، اعتماداً على قيمة (ف) المحسوبة الظاهرة في الجدول (8) والبالغة (28.645) ومستوى الدلالة المرافق لها ($\alpha = 0.000$) وهي دالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، وإن الإدمان الرقمي يفسر ما مقداره (37.1%) من التباين في العافية النفسية، كما يظهر الجدول (9) أثر أبعاد الإدمان الرقمي في العافية النفسية:

الجدول (9) نتائج تحليل الانحدار المتعدد (Multiple Regression) بطريقة (Enter) لبيان أثر ابعاد الادمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك

الدالة الاحصائية	قيمة (ت)	معاملات الانحدار المقدر		البعد
		Beta	الخطأ المعياري	
	23.048	-	0.177	الثابت
0.000	6.423*-	0.525-	0.049	السيطرة
0.744	0.357	0.036	0.067	الأعراض الانسحابية
0.108	1.616-	0.165-	0.065	الصراع

تظهر نتائج الجدول (9) ان هناك أثراً دالاً احصائياً للسيطرة كأحد ابعاد الادمان الرقمي في العافية النفسية، اعتماداً على قيمة (ت) المحسوبة الظاهرة في الجدول (9) والبالغة (6.423) عند مستوى دلالة ($\alpha=0.000$) وهي دالة عند مستوى ($\alpha\leq 0.05$)، وعدم وجود أثر لبعد الأعراض الانسحابية والصراع في العافية النفسية، بناءً على قيم (ت) المحسوبة الظاهرة في الجدول (9) ومستوى الدلالة المناظر لها وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha\leq 0.05$). ولبيان مقدار ما يفسره السيطرة كأحد ابعاد الادمان الرقمي من العافية النفسية فقد تم تطبيق تحليل الانحدار المتدرج (stepwise regression) والجدول (10) يبين ذلك:

الجدول (10) نتائج تحليل الانحدار المتدرج (stepwise regression) لبيان أثر السيطرة في العافية النفسية

البعد	معامل الارتباط	التباين المفسر	مقدار مساهمة السيطرة	قيمة (ف)	الدالة الاحصائية
السيطرة	0.597-	0.356	0.356	81.841**	0.000

تظهر نتائج الجدول (10) ان مجال السيطرة كأحد أبعاد الادمان الرقمي يفسر ما مقداره (35.6%) من التغير في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك. فالباحثة تعتقد أن الادمان الرقمي يقلل من مستوى العافية النفسية إذ إنه يزيد من مستوى الضغوط النفسية لدى الطالب، كما انه يقلل من مستوى العلاقات الاجتماعية وخاصة مع الأسرة الذي يقلل من مساحة التفاعل الاجتماعي مع المحيط الأسري ويؤدي إلى العزلة الاجتماعية وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة السعدي (2019) التي اظهرت نتائجها "وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين أنماط إدمان الإنترنت والاعترا ب النفسي".

النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني: ونصه: هل هناك فروق دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha\leq 0.05$) في الإدمان الرقمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية قسبة الكرك تعزى لمتغيري الجنس، والتخصص؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين الأحادي الثنائي الاتجاه (2 Way ANOVA) ويبين الجدولان (11) و(12) النتائج:

الجدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في استجابات طلبة المرحلة الثانوية للإدمان الرقمي تعزى لمتغيري: الجنس والتخصص والتفاعل بينهما

المقياس	الجنس	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الإدمان الرقمي	ذكر	علمي	23	3.25	0.585
		ادبي	43	3.89	0.730
		الكلّي	66	3.67	0.743
	انثى	علمي	23	3.38	0.426
		ادبي	61	3.60	0.821
		الكلّي	84	3.54	0.738
	الكلّي	علمي	46	3.32	0.510
		ادبي	104	3.72	0.794
		الكلّي	150	3.60	0.740

تظهر نتائج الجدول (11) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة الدراسة في الإدمان الرقمي تعزى للجنس والتخصص، وللتأكد فيما إذا كانت الفروق دالة إحصائياً حقيقة، تم تطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي الثنائي الاتجاه (2way ANOVA) والجدول (12) يعرض النتائج:

الجدول (12) نتائج تحليل التباين الأحادي الثنائي الاتجاه (2WAY ANOVA) لبيان دلالة الفروق في استجابات أفراد العينة في مقياس الإدمان الرقمي تعزى لمتغيري: الجنس والتخصص

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	الدلالة الإحصائية
الجنس	0.190	1	0.190	0.374	0.542
التخصص	5.673	1	5.673	11.142**	0.001
الجنس*التخصص	1.368	1	1.368	2.686	0.103
الخطأ	74.341	146	0.509		
الكلّي	2020.114	150			
الكلّي المصحح	81.673	149			

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$). ** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$).

تظهر نتائج الجدول (12) الآتي:

1. عدم وجود فروق دالة إحصائية في استجابات أفراد العينة نحو الإدمان الرقمي تعزى لمتغير الجنس، اعتماداً على قيم (ف) المحسوبة الظاهرة في الجدول السابق والبالغة (0.374) عند

- مستوى الدلالة ($\alpha=0.542$) وغير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).
2. وجود فروق دالة احصائيا في استجابات أفراد العينة نحو الإدمان الرقمي تعزى لمتغير التخصص، اعتمادا على قيم (ف) المحسوبة الظاهرة في الجدول (12) والبالغة (11.142) عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.001$) وهي دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) وكانت الفروق لصالح التخصص الأدبي إذ بلغ متوسطهم الحسابي (3.72) وهو أكبر متوسط تخصص العلمي والبالغ (3.32).
3. عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في استجابات أفراد العينة في الإدمان الرقمي تعزى للتفاعل بين متغيري الجنس والتخصص، اعتمادا على قيم (ف) المحسوبة الظاهرة في الجدول (12) والبالغة ($F=2.656$) عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.103$) وهي غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).
- وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الهواتف الخلوية متوفرة وبأن اشتراكات الإنترنت رخيصة، فضلاً عن التوسع في التعلم عن بعد خلال جائحة كورونا مما أدى إلى تعود الطلبة على استخدامها، وبالتالي زاد من مستوى الإدمان الرقمي لديهم، كما أن سهولة مواد الفرع الأدبي إذ أن ساعات الدراسة لديهم أقل، قد يفسر ارتفاع مستوى الإدمان الرقمي مقارنة بطلبة التخصص العلمي الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي والهواتف بشكل أقل لضيق الوقت لديهم، كما أن طلبة التخصص العلمي أكثر إدراكاً للآثار السلبية للإدمان الرقمي، واتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Okwarai al et, 2015) التي أظهرت معاناة نسبة كبيرة من المراهقين من إدمان الإنترنت".

النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث وألذ نصه: هل هناك فروق دالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية قصبة الكرك تعزى لمتغيري الجنس، والتخصص؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين الاحادي الثنائي الاتجاه (2 Way ANOVA) والجدولان (13) و(14) يبيان النتائج:

الجدول (13) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في استجابات طلبة المرحلة الثانوية على

مقياس العافية النفسية تعزى لمتغيري: الجنس والتخصص والتفاعل بينهما

المقياس	الجنس	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العافية	ذكر	علمي	23	3.61	0.415

المقياس	الجنس	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
النفسية		ادبي	43	2.46	0.494
		الكلّي	66	2.67	0.548
		علمي	23	3.20	0.270
	انثى	ادبي	61	2.54	0.505
		الكلّي	84	2.72	0.540
		علمي	46	3.13	0.353
	الكلّي	ادبي	104	2.51	0.450
		الكلّي	150	2.70	0.542

تظهر نتائج الجدول (13) وجود فروق ظاهره بين المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس العافية النفسية تعزى للجنس والتخصص، وللتأكد فيما إذا كانت الفروق حقيقية، تم تطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي الثنائي الاتجاه ((2way ANOVA والجدول (14) يعرض النتائج:

الجدول (14) نتائج تحليل التباين الثنائي الأحادي الثنائي الاتجاه (2Way ANOVA) لبيان دلالة الفروق في استجابات أفراد العينة على مقياس العافية النفسية تعزى لمتغيري: الجنس والتخصص

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	الدلالة الإحصائية
الجنس	0.401	1	0.401	1.890	0.171
التخصص	12.639	1	12.639	59.626**	0.000
الجنس*التخصص	0.022	1	0.022	0.105	0.747
الخطأ	30.949	146	0.212		
الكلّي	1134.944	150			
الكلّي المصحح	43.819	149			

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$). ** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$).

تظهر نتائج الجدول (14) الآتي:

1. عدم وجود فروق دالة إحصائية في استجابات أفراد العينة على مقياس العافية النفسية تعزى للجنس، اعتماداً على قيم (ف) المحسوبة الظاهرة في الجدول (14) والبالغة (1.890) عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.171$) وغير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).
2. وجود فروق دالة إحصائية في استجابات أفراد العينة على مقياس العافية النفسية تعزى لمتغير التخصص، اعتماداً على قيم (ف) المحسوبة الظاهرة في الجدول (14) والبالغة (59.626) عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.000$) وهي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) وكانت الفروق لصالح التخصص العلمي إذ بلغ متوسطهم الحسابي (3.13) وهو أكبر من متوسط التخصص الأدبي والبالغ (2.51).

3. عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في استجابات أفراد العينة على مقياس العافية النفسية يعزى للتفاعل بين متغيري الجنس والتخصص، اعتماداً على قيم (ف) المحسوبة الظاهرة في الجدول (14) والبالغة ($F=0.105$) عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.747$) وهي غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

ويمكن أن تفسر الباحثة عدم وجود فروق دالة إحصائية للعافية النفسية تعزى لمتغير الجنس وذلك لتوفر الوعي لدى الطرفين في أهمية توفر الصحة النفسية لديهم، وقد اختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة الجندي والطنطول (Aljonde & Altantol 2020)، والتي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية للعافية النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية تعزى للجنس ولصالح الذكور، كما ويمكن تفسير نتيجة وجود فروق دالة إحصائية للعافية النفسية تعزى لمتغير التخصص ولصالح الفرع العلمي، وتعزى هذه النتيجة إلى أن طلبة التخصص العلمي يتحملون عبئاً دراسياً أكثر من طلبة الفرع الأدبي لذا يتوجب عليهم مضاعفة أوقات دراستهم والانشغال بأخذ المعلومات التي تهمهم والمراد معرفتها من الإنترنت.

التوصيات والمقترحات:

- في ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة، فإن الباحثة توصي بالآتي:
1. ضرورة تفعيل دور الإرشاد النفسي والتربوي لطلبة المرحلة الثانوية وخاصة للتخصص الأدبي إذ بينت نتائج الدراسة بأنهم أكثر إدماناً رقمياً وأقل عافية نفسية.
 2. ضرورة عقد المحاضرات التوعوية من قبل المتخصصين في مجال الإرشاد النفسي والطب النفسي لتحسين وعي طلبة المرحلة الثانوية بالآثار النفسية السلبية للإدمان الرقمي وخاصة على التحصيل والعافية النفسية (الصحة النفسية) لوجود علاقة سلبية دالة إحصائية بين الإدمان الرقمي والعافية النفسية.
 3. إجراء مزيد من الدراسات والأبحاث على المتغيرات التي تناولتها الدراسة على عينات أخرى للاستفادة من نتائج الدراسة الحالية.

References

- Abu Halawa, Mohammed. (2014). Positive psychology: Its theoretical perspectives and future prospects. **ArabPsyNet Publications**, 1(34), 10- 95.
- AlDelgawi, Ahmed (2016). The electronic challenge and the danger of digital addiction, **The Egyptian Journal of Legal and Economic**

- Studies**, 8(1).
- Aljonde, Nabel, Altantol, Montaser (2020). Academic procrastination and its relationship to psychological well-being among Palestinian students in Hebron Governorate. **Hebron University Journal of Research**, 15(1), 149-179.
- Aljonde, Nabel, talahmeh, jbarah (2017). Degrees of feelings of psychological well-being among Palestinian university students in Hebron governorate. **Journal of Educational and Psychological Studies**, 11(1), 227-251.
- Al-Mushaqabah, Alaa (2018). **The effect of a group counseling program for cognitive therapy based on mental alertness in improving optimism and psychological well-being among students of the Hashemite University**. Unpublished Master's Thesis, The Hashemite University, Al-Zarqa, Jordan.
- AlQuran, Reham (2021). The extent of awareness of secondary school teachers in Jordan about the dangers of digital and technology addiction on their students. **Middle East Journal of Humanities and Cultural Sciences**, 1(1), 107-135.
- AlSaadi, Sahar (2019). Internet addiction patterns and its relationship to some aspects of alienation among secondary school students. **Diyala Journal of Humanitarian Research**, 81(1), 1-56.
- Alshhre, Amal, Alashre, walaa(2020). Internet addiction and its relationship to psychological loneliness and anxiety among university students. **Journal of the Islamic University of Educational and Psychological Studies**, 28(2), 444-472.
- Al-Srouji, Fatima (2021). Internet addiction and its relationship to social adjustment among young people: A field study. **Ain Shams University Research Journal**, 3(1), 175-228.
- Calderón, Caterina; Santacana , Maria Forn (2017) . Psychometric properties of the Life Orientation Test (LOT - R) and its relationship with psychological and academic progress in college students. **RevistaLatinoamericana de Psicología**, 49(1), 19-27.
- Çardak, Mehmet.(2013).Psychological well-being and internet addiction among university students. **TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology**,12(3),134-141.
- Hashemian, A., Direkvand-Moghadam, A., Delpisheh, A., & Direkvand-Moghadam, A., (2014). Prevalence of internet addiction among

- university students in Ilam: a cross-sectional study. **International Journal of Epidemiologic Research**, 1(1), 9-15.
- Kajbafnezhad, H. & Keshi, A (2015). Predicting personality resiliency by psychological well-being and its components in girl students of Islamic Azad University. **Journal on Educational Psychology**, 8 (4): 11-15
- Okwaraji, F., Aguwa, E., Onyebueke, G., Arinze-Onyia, S., & Shiweobi-Eze, C. (2015). Gender, age and class in school differences in internet addiction and psychological distress among Adolescents in a Nigerian Urban City. **International Neuropsychiatric Disease Journal**, 4(3), 123-131.
- Wheatly, D, Hardhill, I & Bickerton, C. (2017). **Subjective well-being & the organization of time**. London: Rowman & Littlefield International.