البحث الخامس

إدمان الإنترنت وعلاقته بالقلق المعمم والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة اللبنانية.

د. نبال عباس الحاج محمد *

الملخص

هدف البحث إلى دراسة العلاقة بين الإدمان على الإنترنت، والقلق المعمم والإكتئاب من جهة، ودراسة علاقته بمتغيرات معينة مثل الجنس، والكلية، والاختصاص الدقيق لدى طلاب الجامعة اللبنانية من جهة أخرى تألفت العينة من (504) طالباً لبنانياً في كليتي الآداب والعلوم (تحديداً في الفروع الأولى من الجامعة اللبنانية) في السنة الجامعية الثانية، تراوحت أعمارهم ما بين (18 و20) سنة.

توصلت النتائج إلى ارتفاع معدلات الإدمان على الإنترنت لدى طلاب كلية الآداب مقارنة مع طلاب كلية العلوم، كما أشارت النتائج إلى وجود ارتباط ذي دلالة إحصائية بين الإدمان على الإنترنت والقلق، وإلى وجود ارتباط ذي دلالة إحصائية بين الإدمان على الإنترنت والإكتئاب، كما دلت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الإدمان على الإنترنت؛ لصالح الإناث، كما سجلت أيضاً فروق دالة إحصائياً في إدمان الطلاب على الإنترنت تبعاً لمتغير الاختصاص الدقيق فقط في كلية العلوم.

الكلمات المفتاحية: الإدمان على الإنترنت، القلق المعمم، الإكتئاب.

* أستاذ مساعد في قسم علم النفس –كلية الآداب والعلوم الإنسانية – الجامعة اللبنانية – لبنان.

1. مقدمة الدراسة:

يشكل الإنترنت شبكة إتّصالات عالمية يمكن من خلالها تبادل المعلومات والرّسائل تبعاً لوحدات متّفق عليها، وقد حولت شبكة الإنترنت العالم الى قرية صغيرة، حيث يمكن لأي شخص من أي مكان التّواصل مع الآخرين في أي مكان من خلال جهاز الحاسب الآلي، وبذلك فتحت شبكة الإنترنت عصرًا جديدًا من عصور الإتصال والتفاعل بين الناس، وباتت مصدراً وفيراً للمعلومات والمعارف التي تقدّمها لمستخدميها في بقاع الأرض كافة، ومع ذلك؛ توجد مخاوف من الآثار السلبية النفسية والإجتماعية والثقافية التي قد يحدثها الاستخدام المستمر والطويل للإنترنت، في الحقيقة؛ يشكل الإنترنت بحد ذاته وسيلة تسهل تبادل المعلومات والمعارف كما ذكر سابقاً، إلّا أن كيفية استخدامه من قبل الأفراد لجهة الوقت الذي يقضونه أمام شاشات الحواسيب الآلية شكّل مادة دسمة للنقاش بين أخصائيي الصحة العقلية، الذين أشاروا إلى إحتمال إدمان الأفراد على استخدام الإنترنت، إضافة إلى ظهور أعراض قلق وإكتئاب لدى مستخدمي الإنترنت بصورة كبيرة (Greenfield, 1999)، وبما أن الشباب هم أكثر الفئات استخداماً لهذه التقنية، لأنهم يتابعون كل ما هو جديد على صعيد التكنولوجيا، كان لابدّ من دراسة ظاهرة استخدام الإنترنت لديهم، وتحديداً لدى عينة من طلاب الجامعة اللبنانية باختصاصاتها العلمية والأدبية كافة (الفروع الأولى)، ومحاولة معرفة ما إذا كانت معاناتهم من سوء استخدام الإنترنت تصل إلى حدّ الإدمان عليه، أم أن الأمر لا يتعدى كونه استخداماً عادياً لهذه التقنية، أيضاً يهدف البحث الحالي إلى معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين الإدمان على الإنترنت ومستويات القلق والإكتئاب لدى أفراد العينة، إضافة إلى التحقق من وجود فروق ما بين الذكور والإناث، والكلية، ونوع الاختصاص الدقيق على هذا الصعيد.

2. مشكلة البحث:

يسعى هذا البحث إلى الإجابة عن التساؤلات التالية:

2. 1. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الإنترنت والقلق العام لدى طلاب الجامعة اللبنانية؟

2. 2. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الإنترنت والاكتئاب لدى طلاب الجامعة اللبنانية؟

2. 3. هل توجد فروق دالة إحصائياً في إدمان الطلاب على الإنترنت تبعاً لمتغير الكلية؟

2. 4. هل توجد فروق دالة إحصائياً في إدمان الطلاب على الإنترنت تبعاً لمتغير الجنس؟

2. 5. هل توجد فروق دالة إحصائياً في إدمان الطلاب على الإنترنت تبعاً للاختصاص الدقيق؟

3. أهمية البحث:

تنبع أهمية البحث الحالي من كونه يلقي الضوء على ظاهرة استخدام الإنترنت لدى طلاب الجامعة بشكل كبير قد يصل إلى حدّ الإدمان، وبالتالي من المهم وجود مثل هذا النوع من الأبحاث في لبنان وعالمنا العربي عموماً؛ لأن مجتمعاتنا بمعظمها فتية يغلب عليها عنصر الشباب (Lancaster, 2009)، وتُعدّ فئة الشباب أهم الفئات التي تعمل على بناء وتنمية المجتمع؛ فهي عموده الفقري الذي لا يمكن الاستغناء عنه، وبالتالي قد يفيد هذا البحث الأختصاصيين النفسيين والمرشدين التربويين من خلال إعداد البرامج النفسية الإرشادية لهؤلاء الطلاب، أيضاً يزود البحث الحالي المتخصصين في مجال الدراسات النفسية بنتائج دراسة علمية عن إدمان الإنترنت وعلاقته بالقلق والإكتئاب، لذلك فإنّ دراسة الإدمان على الإنترنت لدى فئة الشباب وتحديداً طلاب الجامعة أمر ضروري، ولا يوجد على حدّ علمنا بحث مشابه في البيئة المحلية، كما يشكلّ هذا البحث إضافة علمية هامة في مجال البحث العيادي العلمي.

4. أهداف البحث:

تهدف البحث الحالي إلى التعرف على واقع استخدام الطلاب الجامعيين، وتحديداً طلاب الجامعة اللبنانية في الفروع الأولى بإختصاصاتها العلمية والأدبية لوسيلة الإنترنت، ومعرفة ما إذا كان استخدامهم للإنترنت يعدّ استخداماً عادياً أم يبلغ حدّ الإضطراب، بمعنى إضطراب الإدمان على الإنترنت، أيضاً يهدف العمل الحالي إلى دراسة العلاقة بين الإدمان على الإنترنت وكل من القلق المعمم والإكتئاب، إضافة إلى تبيان الفروق (إن وجدت) بين طلاب الإختصاصات العلمية والأدبية من جهة، والإناث والذكور، إضافة إلى التحقق من وجود فروق تبعاً للإختصاص الدقيق في كل من الكليتين (الآداب والعلوم).

5. فرضيات البحث:

5. 1. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الإنترنت والإكتئاب لدى طلاب الجامعة اللبنانية.

5. 2. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الإنترنت والقلق لدى طلاب الجامعة اللبنانية.

5. 3. توجد فروق دالة إحصائياً في إدمان الطلاب على الإنترنت تبعا لمتغير الكلية (علمي، أدبي).

5. 4. توجد فروق دالة إحصائياً في إدمان الطلاب على الإنترنت تبعا لمتغير الجنس.

5. 5. توجد فروق دالة إحصائياً في إدمان الطلاب على الإنترنت تبعا للإختصاص الدقيق (آداب، علوم).

6. مصطلحات البحث:

6. 1. إدمان الإنترنت:

عرّفت "منظمة الصحة العالمية عام 1973" الإدمان على أنه:" حالة نفسية، وأحياناً عضوية تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة، ومن خصائصها استجابات وأنماط سلوك مختلفة، تشمل الرغبة الملحّة والدائمة للتعاطي والشعور بآثاره النفسية أو لتجنّب الآثار المزعجة (عوارض الإنقطاع) التي تنتج عن عدم توافره، وقد يدمن الشخص على أكثر من مادة (عبد المعطي، 2004).

اختلف العلماء حول استخدام مفهوم الإدمان على الإنترنت، فرأى بعضهم أن الشخص يدمن على الإنترنت في حال زاد استخدامه له عن الحّد المعقول لأن شبكة الإنترنت هي وسيلة تقنية ومظهر من مظاهر الحياة الحديثة التي لا يمكن الإستغناء عنها، وبالتالي لا يمكن الإدمان على تقنية، غير أن الدراسات الحديثة أكّدت أن الإدمان على الإنترنت يحاكي في أعراضه الإدمان على لعب القمار المعتمد في الدليل التشخيصي والإحصائي للإضطرابات العقلية، في الواقع تمت دراسة مفاهيم الإدمان على التكنولوجيا (Grifliths, 1996)، والإدمان على استخدام الكومبيوتر في بريطانيا في السابق (Shotton, 1991)، وعندما ظهر مصطلح إدمان الإنترنت للمرّة الأولى في العام 1996 في الإجتماع السنوي لمنظمة APA (Young, 1996)، أحدث جدالاً واسعاً بين الأكاديميين والعياديين، فعلى النقيض من حالة الإعتماد على المواد الكيميائية (الأدوية أو العقاقير)، فإن الإنترنت يوفّر مجموعة من الفوائد العلمية التي تتراوح ما بين استخدامات عملية؛ مثل: القيام بأبحاث، والولوج إلى المكتبات الإلكترونية، وإجراء تحويلات مالية إلى التواصل مع الأصدقاء في شتى الأمور (Rheingold, 1993; Tarkle, 1991).

وبدوره عرف "توري" (Torry, 2000) سلوك الإدمان على الإنترنت بأنه حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي للإنترنت يؤدي إلى اضطراب في السلوك، ويستدلّ عليها بظواهر عدة منها زيادة عدد الساعات أمام الكمبيوتر بشكل مضطرد تتجاوز الفترات التي حدّدها الفرد لنفسه في البداية.

أما العالمان "هول وبيرسونز" فقد عرّفا سلوك الإدمان على الإنترنت بأنه "عملية تصحيحية وتعويضية للثقة بالنفس في مجالات الحياة المختلفة (Hall & Parsons, 2001).

وسيتم قياس الإدمان على الإنترنت من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس الإدمان على الإنترنت المستخدم في هذا البحث.

6. 2. القلق المعمم:

إضطراب القلق المعمم "GAD" هو حالة مزمنة من القلق والتوتّر، عادةً ما تكون دون أي مثيرات خارجية، يستبق المصابون بهذا الاضطراب الحوادث، وكثيراً ما يقلقون بشكل مفرط على صحتهم أو مالهم أو عائلاتهم أو عملهم، يعاني المصابون بهذا الإضطراب من قلق حاد بشكل مستمر، ويترافق عادة بأعراض جسدية وقد يعانون من الاكتئاب (Teresa, 2015).

وعرّف "بيك وستانلي" (Beck and Stanley, 1997) القلق المعمّم بأنه اضطراب يشمل مجموعتين من العوارض الفيزيولوجية والسيكولوجية، وتتمثّل العوارض السيكولوجية بشعور الفرد بعدم الإستقرار النفسي وضعف التركيز وعدم الإرتياح، أما العوارض الفيزيولوجية فتشمل الشعور بالوهن وجفاف الحلق وتشنج عضلات الصدر وتسارع ضربات القلب.

وعرّفه (شعيب، 1998) بأنه اضطراب يشعر خلاله الفرد بالذعر والتوتّر والضيق، إضافة إلى مجموعة من الأعراض الفيزيولوجية مثل تسارع في ضربات القلب وإنقباض شديد في العضلات وجفاف الحلق.

ورأى "كورسيني" (Corsini, 1999) أن القلق العام هو شعور غير سار بالتوتّر والخوف وتوقع حدوث مصيبة ما، بحيث يدوم لمدة ستة أشهر على الأقل، ويظهر من خلال أعراض عدة؛ منها: التوتر العضلي والنشاط الحركي الزائد والأرق والصعوبة في التركيز والإستغراق في النوم.

وسيتم قياس القلق المعمم من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس القلق المستخدم في هذا البحث.

6. 3. الإكتئاب:

عرّف "بيك" (Beck, 1976) الإكتئاب على أنه اضطراب في التفكير تنجم أعراضه عن تنشيط الجهاز النفسي الداخلي، ويتضمن أسلوب التفكير لدى المكتئب تمثلات سلبية عن العالم تعدّ مسؤولة عن إنفعالات غير مرغوبة وإضطرابات سلوكية.

كما عرّفه (عبد الخالق، 1999) بأنه حالة إنفعالية دائمة أو مؤقتة تنتاب الشخص فيها مشاعر الضيق والحزن والإنقباض، ويسيطر عليه الشعور بالتشاؤم إضافة إلى الشعور بالعجز واليأس والقنوط، وترافق حالة الإكتئاب أعراض معينة تتصل بالنواحي المعرفية والمزاجية والسلوكية والجسدية كإنخفاض الإهتمام بمسرّات الحياة، واضطراب الشهية والوزن والنوم وسرعة الإجهاد وعدم القدرة على التركيز والإحساس بإنخفاض الكفاءة و الجدارة إضافة إلى الأفكار الإنتحارية.

ورأى "ستور" (Storr, 1991) أن الإكتئاب هو حالة إنفعالية تتجسد في تأخر الإستجابة لدى الشخصوالحزن الشديد، والميول التشاؤمية التي قد تدفعه إلى التفكير في الإنتحار.

وسيتم قياس الإكتئاب من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس الإكتئاب المستخدم في هذا البحث.

7. الدراسات السابقة:

أجرى "كروت، ولاندمارك، وباترسون، وكيسلير، وماكوبادهوي، وشارليس" (Lund mark, Patterson, Kiesler, Mukopadhyoy, and ScherlisKraut, 1998) دراسة طولية على مدى عامين في ولاية بنسلفانيا الأميركية التي هدفت إلى معرفة آثار استخدام الإنترنت على عينة تألفت من (169) أميركيا مستخدماً له، وحيث طبقت عليهم استمارات من إعداد الباحثين، أظهرت النتائج وجود آثار نفسية واجتماعية سلبية لاستخدام الإنترنت، كما أظهرت النتائج أنه كلّما زاد استخدام الإنترنت، إنخفض مستوى النشاط الاجتماعي وزاد مستوى الشعور بالعزلة والإكتئاب لدى مستخدميه.

وهدفت دراسة "ساندرز، وفيلد، وديغو، وكابلان" (Sanders, Field, Diego & Kaplan, 2000) إلى تعرّف على العلاقة بين استخدام شبكة الإنترنت، وكل من الإكتئاب والعزلة الإجتماعية لدى عينة من المراهقين الأميركيين، وتكوّنت العينة من (89) طالباً بالمرحلة الثانوية؛ منهم (37 ذكور، 52 إناث)، وطبق عليهم إستبيان استخدام إدمان الإنترنت من إعداد "يونج" (Young, 1998)، وقائمة "بيك" للإكتئاب، وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين مدمني استخدام شبكة الإنترنت والشعور بالعزلة الإجتماعية والإكتئاب لدى المراهقين، وهذا يعني أن منخفضي استخدام شبكة الإنترنت كانت لديهم علاقات اجتماعية أكثر إيجابية على النقيض من مدمني استخدام شبكة الإنترنت الذين كانوا أكثر معاناة من الشعور بالوحدة النفسية وأكثر شعوراً بالإكتئاب وأقل شعوراً بالمساندة الإجتماعية.

وهدفت دراسة "لاروز، وماسترو، وإيستين" (LaRose, Mastro & Eastin, 2001) إلى تعرّف العلاقة بين استخدام الإنترنت وكل من الإكتئاب لدى طلاب الجامعة في أميركا، فضلاً عن علاقة استخدام الإنترنت بفعالية الذات، والمساندة الاجتماعية، وتكوّنت العينة من (171) أميركياً من طلاب الجامعة (60%) من الذكور و(40%) من الإناث، وبلغ متوسط أعمارهم 21 عاماً، وطبّق عليهم مقياس "بيك" للإكتئاب ومقياس فعالية الذات للإنترنت ومقياس الضغط النفسي العام

(كالمشاحنات)، ومقياس المساندة الاجتماعية، وقد أشارت النتائج إلى أن مدّة الخبرة السابقة بالإنترنت تزيد من فعالية الذات للإنترنت، كما أشارت النتائج إلى أن استخدام الإنترنت يخفض من الإكتئاب من خلال استخدام البريد الإلكتروني "E-Mail" للحصول على المساندة الإجتماعية، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في فعالية الذات للإنترنت بين ذوي الخبرة السابقة لاستخدام الإنترنت من أقل من عامين وأكثر من عامين؛ لصالح ذوي الخبرة الأقل من عامين، وبذلك يشعرون أكثر بالضغط النفسي للإنترنت.

وقامت (الدندراوي، 2005) بدراسة حول العلاقة بين الإفراط في استخدام الكومبيوتر والإنترنت وبين بعض المشكلات النفسية (كالأعراض الإكتئابية، والعزلة الإجتماعية، واللامبالاة لدى المراهقين)، وتكونت عينة الدراسة من 150 طالباً من الذكور، و150 من الإناث، وتم استخدام مقياس (الأعراض الإكتئابية، والعزلة الإجتماعية، واللامبالاة)، وكشفت الدراسة عن وجود علاقة إرتباطية دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الإنترنت وبين الأعراض الإكتئابية، واللامبالاة والعزلة الإجتماعية لديهم، وتبيّن أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مستوى الأعراض الإكتئابية واللامبالاة.

أما دراسة "وانغ، ولي، وشانغ" (Whang, Lee and Chang, 2007) فقد هدفت إلى فحص الخصائص النفسية لمفرطي استخدام الإنترنت لدى عينة مؤلفة من (13588) فرداً (7878 ذكوراً) و(5710 إناثاً) من فئة المراهقين الكوريين في كوريا، استخدمت إستمارات من إعداد الباحثين، وتوصّلت نتائج الدراسة إلى أنه توجد علاقة قوية بين إدمان الإنترنت والخلل الوظيفي في العلاقات الإجتماعية، تبيّن أيضاً أن مدمني الإنترنت يصبحون أكثر رغبة في استخدام الإنترنت عندما كانت تظهر لديهم أعراض القلق والإكتئاب، كما أشارت تقارير مدمني الإنترنت أنهم يعانون من مستويات مرتفعة من الوحدة النفسية والمزاج الإكتئابي والإندفاعية مقارنة بالمجموعات الأخرى الأقل استخداماً للإنترنت.

وأجرى (العصيمي، 2010) دراسة حول إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الإجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، تألفت العينة من (350) تلميذاً سعودياً، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، من جهة أخرى استخدم في البحث مقياس الإدمان على الإنترنت (وهو من إعداد الباحث)، كما استخدم أيضاً مقياس التوافق النفسي الإجتماعي (إعداد سهير إبراهيم)، أظهرت النتائج وجود علاقة إرتباطية سلبية بين الدرجة الكلية لمقياس الإدمان على الإنترنت والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الإجتماعي، وأظهرت النتائج أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات

التلاميذ مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من تلامذة المرحلة الثانوية في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي لصالح غير مدمني الإنترنت.

وقام (العمار، 2014) بدراسة للتعرّف على إدمان الإنترنت لدى طلاب جامعة دمشق – فرع درعا في ضوء متغيّرات الجنس، والتخصص، ومستوى التحصيل، والوضع الإقتصادي، وعدد ساعات الجلوس على الشبكة المعلوماتية، والمواقع المفضلة، وتكونت العينة من (674) طالباً وطالبة من جميع الكليات والمعاهد، واستخدم مقياس إدمان الشبكة المعلوماتية من إعداد الباحث، وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة إيجابية دالة بين الإدمان على الإنترنت والمعدّل الدراسي، في حين وجدت علاقة إيجابية دالة بين الإدمان على الإنترنت والوضع الإقتصادي، كما تبيّن عدم وجود فروق دالة في إدمان الإنترنت تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، ولم تظهر فروق دالة في إدمان الإنترنت تعزى للتخصص الدراسي سوى بعض الفروقات بين طلاب الآداب من جهة والتربية والحقوق والعلوم والإقتصاد من جهة أخرى لصالح طلاب كلية الآداب.

وقام كل من "هاشميان، وديركفاند مخدم، ودلبيشه" (Hashemian, Direkvand-Moghadam & Delpisheh, 2014) بدراسة ظاهرة إنتشار إدمان الإنترنت لدى طلاب الجامعة الإيرانيين، وقد تألفت العينة العشوائية من (1066) طالباً وطالبة من جامعات خاصة ورسمية في منطقة غرب إيران مسجلين في إختصاصات طبية وأخرى غير طبية، واستخدمت في الدراسة إستمارة بيانات شخصية ومقياس يونغ للإدمان على الإنترنت "IAT"، وأظهرت النتائج أن (43.7%) من الطلاب يعانون من الإدمان على الإنترنت، وارتفعت النسبة لدى طلاب الإختصاصات الطبية مقارنة بالإختصاصات غير الطبية ($p<0.0001$).

وقام أيضاً كل من "ربادي، والجوني، ومسنات، وبطاينة، وبطارسح، وياسين، وحداد، ونازر، والحمود، وربادي" (Rabadi, Ajlouni, Msannat, Bataineh, Batarseh, Yessin, Haddad, Nazer, aL Hamoud & Rabadi, 2017) بدراسة حول آثار الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالإكتئاب، والضغوط، والقلق، والأعراض النفسية لدى طلاب جامعيين أردنيين في جامعة العلوم والتكنولوجيا بإختصاصاتها المتنوعة، وتوزّعت أعداد أفراد العينة بحسب إختصاصاتهم على الشكل التالي: كلية العلوم الطبية التطبيقية (189) طالباً وطالبة، وكلية التمريض (130) طالباً وطالبة، وكلية الطب (415) طالباً وطالبة، وكلية الهندسة (594) طالباً وطالبة، وكلية طب الأسنان (910) طالباً وطالبة، وكلية التكنولوجيا (1095) طالباً وطالبة، وتراوحت أعمارهم ما بين 17 و22 سنة،

واستخدمت في الدراسة المقاييس التالية: مقياس "يونغ" للإدمان على الإنترنت (IAT)، ومقياس الوحدة (UCLA)، ومقياس الإكتئاب من وحدة العناية الصحية (Depression Test from Health Promotion Agency)، وأظهرت النتائج إرتباط إدمان الإنترنت بالإكتئاب، والضغوط، والقلق، ولم تظهر فروق ما بين الإناث والذكور على صعيد متغيرات الدراسة.

من جهة أخرى؛ أشارت دراسة كل من "وينشتاين، ودوراني، والهاديف، وبوكوفزا، ويارمولنيك، ودانون" (Weinstein, Dorani, Elhadif, Bukovza,Yarmulnik & Dannon, 2015) التي أجريت على عينة مؤلفة من (120) فرداً (60 ذكوراً، و(60) إناثاً) من طلاب الجامعة في أميركا، بلغ معدّل متوسط أعمارهم 29 سنة، واستخدم فيها مقياس "يونغ" للإدمان على الإنترنت "IAT"، ومقياس "ليبويتز" للقلق الإجتماعي "Liebowitz Social Anxiety Scale" إلى وجود علاقة إرتباط ما بين الإدمان على الإنترنت والقلق الإجتماعي،في حين لم تظهر أية فروقات على أساس الجندر.

أجرى كل من "كانداسامي، وبحاري، وجاناكي" (Kandasamy, Buhari & Janaki, 2019) دراسة حول إضطراب القلق والإدمان على الإنترنت على عينة من طلاب الجامعة في الهند، وتألفت العينة من (200) طالباً وطالبة تراوحت أعمارهم ما بين 19-21 عاماً، استخدم مقياس "يونغ" للإدمان على الإنترنت، ومقياس "هاميلتون" للقلق، وأظهرت النتائج أن (52%) من الطلاب يعانون من الإدمان المتوسط على الإنترنت، وأن (6%) منهم مدمنون على استخدام الإنترنت بصورة قوية، وأظهرت النتائج أيضاً أن (22.4%) من الطلاب يعانون من القلق المتوسط، في حين يعاني (17.9%) منهم من القلق الشديد.

وفي المقابل؛ قام كل من "فنج، ما، وزونغ" (Feng, Ma & Zhong, 2019) بدراسة حول العلاقة بين الضغوط والإدمان على الإنترنت لدى المراهقين، وتكونت العينة من (1634) تلميذاً مدرسياً (70.5% من الذكور، و29.5% من الإناث)، وتراوحت أعمارهم ما بين 11 و18 عاماً، واستخدم الباحثون مقياس الضغوط المدركة "CPSS"، ومقياس القلق الإجتماعي للمراهقين "SAS-A"، ومقياس الإدمان على الإنترنت الصيني"CIAS"، وأظهرت النتائج أن (12%) من المراهقين يعانون من الإدمان على الإنترنت، وتبين أيضاً وجود إرتباط إيجابي بين الإدمان على الإنترنت والمعاناة من الضغوط والقلق الإجتماعي.

أشارت الدراسات السابقة إلى الآثار النفسية السلبية التي قد يتسبّب بها سلوك الإدمان على الإنترنت، لدى طلاب المدارس والجامعات، فقد تبيّن إرتفاع معدلات القلق والإكتئاب وكذلك الضغوط لدى الأفراد الذين يفرطون في استخدام الإنترنت إلى حدّ الإدمان عليه، وفي حين أشارت بعض الدراسات إلى وجود فروقات بين الإناث و الذكور في الإدمان على الإنترنت، لم تشر أخرى إلى وجود مثل تلك الفروق بين الجنسين.

8. منهج البحث:

اعتمد المنهج الوصفي التحليلي في البحث الحالي، وهو منهج يعتمد على دراسة الظاهرة في الواقع ووصفها بدقة والتعبير عنها كمياً وكيفياً في تصنيف المعلومات،وتنظيمها والسعي لفهم علاقات الظاهرة المدروسة مع غيرها من المتغيرات والوصول لإستنتاجات تسهم في تطوير الواقع المدروس.

9. حدود البحث المكانية والزمنية:

شملت الدراسة الحالية عينة من طلاب الجامعة اللبنانية بإختصاصاتها العلمية والأدبية في فروعها الأولى في العاصمة بيروت (في كلية الآداب، والعلوم الإنسانية، وكلية العلوم)، وعددهم 504 طالباً (إناثاً وذكوراً)، وجرت الدراسة في الفترة الممتدة من شهر نيسان في العام 2018 إلى شهر تشرين الثاني في العام 2019.

10. مجتمع البحث:

يتألف مجتمع البحث من طلاب كليتي العلوم،والآداب والعلوم الإنسانية في الجامعة اللبنانية في العاصمة بيروت، يتوزع طلاب كلية العلوم على الإختصاصات العلمية التالية: علوم الحياة، والكيمياء الحياتية، والرياضيات، والفيزياء، والكيمياء؛ وعددهم (6862) طالباً، أما طلاب كلية الآداب والعلوم الإنسانية فيتوزعون على الإختصاصات التالية: الجغرافيا، والتاريخ، والأدب الإنكليزي، والأدب العربي، والفلسفة، والأدب الفرنسي؛ وعددهم (3176) طالباً.

11. العينة:

تم اختيار العينة بطريقة عشوائية من طلاب السنة الثانية في الفروع الأولى من كلية الآداب والعلوم الإنسانية وكلية العلوم من الجامعة اللبنانية في بيروت، ومن المعلوم أن الجامعة اللبنانية تضم حوالي 60% من عدد طلاب لبنان، كما أن الفروع الأولى تضم أكبر عدد من الطلاب في الجامعة بمختلف مستوياتهم الإقتصادية والإجتماعية، بلغ عدد أفراد العينة (504) طالباً وطالبة من الإختصاصات العلمية والأدبية المختلفة، الذين لا يعانون من أي إضطراب نفسي (وهو أمر تمّ التحقق منه من خلال توقيع كل طالب

على نموذج للموافقة المسبقة (informed consent) الذي يتضمن إشارة إلى أن الطالب لا يمانع في المشاركة بالبحث، وبأنه لا يعاني من أي اضطراب نفسي)، ولا يستخدمون الإنترنت لأغراض البحث العلمي أو المهني، (تراوحت أعمارهم ما بين 18 و20 عاماً) توزعوا ما بين (251) طالباً وطالبة من كلية العلوم من أصل (6862) طالباً، أي ما نسبته (3.7%، و253) طالباً وطالبة من كلية الآداب من أصل (3176)؛ أي ما نسبته (8%) من مجموع الطلاب، ويوضح الجدول رقم (1) خصائص عينة الدراسة:

جدول 1

خصائص عينة البحث

	التكرار	النسبة
الجنس		
الذكور	223	%44.2
الإناث	281	%55.8
المجموع	504	%100
العمر		
18 سنة	122	%24.2
19 سنة	267	%53.0
20 سنة	115	%22.8
المجموع	504	%100
الكلية		
كلية العلوم	251	%49.8
كلية الآداب	253	%50.2
المجموع:	504	%100
إختصاصات كلية العلوم		
علوم الحياة	88	%35.1
كيمياء حياتية	52	%20.7
رياضيات	48	%19.1
فيزياء	34	%13.5
كيمياء	29	%11.6
المجموع	251	%100.0

إختصاصات كلية الآداب		
جغرافيا	52	%20.6
تاريخ	45	%17.8
أدب إنكليزي	45	%17.8
أدب عربي	44	%17.4
فلسفة	38	%15.0
أدب فرنسي	29	%11.5
المجموع	253	%100.0

يشير الجدول (1) إلى أن نسبة الذكور تساوي تقريباً نسبة الإناث في الدراسة، وتساوي عدد الطلاب في كليتي العلوم والآداب، حيث انقسمت نسبة المستطلعين مناصفةً بينهما.

12. الأدوات:

تم إعداد قائمة من الأسئلة حول المعلومات الشخصية لطلاب الجامعة (الجندر، السنة الدراسية، الإختصاص الدقيق، الكلية)، من جهة أخرى؛ ولقياس الإدمان على الإنترنت تم استخدام مقياس "International Addiction Test- IAT" الذي وضعته "يونغ" (Young, 1998) بالإعتماد على معايير الدليل التشخيصي والإحصائي للإضطرابات العقلية لسلوك الإدمان على القمار، وهو بمثابة نسخة معدلة لإستمارة سبق أن أعدتّها الباحثة (IADQ)، ويستخدم هذا المقياس عالمياً باللغات الإنكليزية والإسبانية والفرنسية والتركية والصينية والكورية والإيطالية، وأشارت دراسات عديدة إلى أن هذا المقياس يغطي الخصائص الأساسية للاستخدام المرضي للإنترنت حيث يشير إلى مدى إنشغال الفرد باستخدام الإنترنت، ويصنّف السلوك الإدماني بمستويات: بسيط، متوسط، شديد، وبالإمكان استخدامه مع عينات مرضيّة وغير مرضية، ويطبق على المراهقين والراشدين على حد سواء (أحمد، 2013).

وقد صيغت فقرات الرائز إنطلاقاً من أبحاث مبكرة و دراسات عيادية سابقة تناولت المظاهر العديدة لسلوك استخدام الإنترنت والخصائص التي تميّز ما بين المستخدمين العاديين للإنترنت وأولئك المدمنين على استخدامه بطريقة قهرية وقسرية (Griffiths, 1996; Morahan-Martin, 1997)، تضمّنت خصائص الاستخدام المرضي القسري للإنترنت ما يلي: الإنشغال بالإنترنت، والكذب حيال الوقت الحقيقي المستهلك باستخدام الإنترنت، فقدان الإهتمام بأمور الحياة الأخرى أو الأشخاص لصالح الإنشغال باستخدام الإنترنت، واستخدام الإنترنت كوسيلة للهرب، وعدم القدرة على السيطرة على

السلوك، وسوء التوافق المهني، كما يشير المدمنون على استخدام الإنترنت إلى أمور أخرى من مثل: مشاكل في النوم وانعدامه كلياً في حالات كثيرة، والعزلة الإجتماعية، والسرية التامة حيال الأنشطة المتعلقة بالإنترنت، وقد تناولت هذه الدراسات تقييم نشاطات الإنترنت غير الضرورية (أي التي لا تمت إلى الأكاديميا والحياة المهنية بأية صلة) طوال فترة ستة أشهر.

يتألف المقياس من (20) فقرة تقيس الخصائص والسلوكات المرتبطة بالاستخدام القسري للإنترنت والتي تتضمّن: القهرية، والهروب، والإعتمادية، ويجاب عن كل فقرة على أساس مقياس تقدير خماسي النقط (نموذج ليكرت) (مرقمة من 0 "سلوك خفيف" إلى 5 "سلوك شديد")، ويستغرق تطبيقه من 5 إلى 10 دقائق من قبل الأفراد ذاتهم بعد قراءة تعليمات تطبيقه، وأشارت الباحثة إلى مستويات معدلات الإجابة على المقياس كما يلي: (0 – 30) استخدام عادي للإنترنت، (31 – 49) إدمان خفيف على استخدام الإنترنت، (50 – 79) إدمان متوسط، (80 – 100) إدمان قوي على استخدام الإنترنت، ويتمتع المقياس بخواص سيكومترية جيدة حيث طبّق على عينة مؤلفة من (215) من طلاب الجامعة في الولايات المتحدة الأميركية، وبلغ معدل الإتساق الداخلي لبنود المقياس (α= 0.90)، وبلغ معامل ثبات الإختبار ثم إعادة الاختبار (0.85) (Widyanto & McMurran, 2004).

من جهة أخرى؛ تم تقنين المقياس على عينة مؤلفة من (550) طالباً من الجامعة اللبنانية (300 إناث و250 ذكور) تراوحت أعمارهم ما بين 19 و21 سنة، وبلغ معامل ثبات الاختبار ثم إعادة الاختبار (0.89)، في حين بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ (0.92)، وتمّ التحقق من صدق لمقياس من خلال تطبيق تقنية الصدق المرتبط بالمحك حيث تم تطبيق مقياس إدمان الإنترنت (إسماعيل، 2013)، وهو مقياس يتألف من (60) فقرة موزعة على (6) أبعاد لإدمان الإنترنت، بلغ معامل الإرتباط ما بين المقياسين (0.88)، الأمر الذي يشير إلى تمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة.

في المقابل؛ ولقياس القلق تم استخدام مقياس جامعة الكويت للقلق؛ إعداد (عبد الخالق، 2000)، ويتألف هذا المقياس من عشرين عبارة قصيرة، يجاب عن كل منها على أساس مقياس رباعي: (1= نادراً، 2= أحياناً، 3= كثيراً، 4= دائماً)، وتبلغ الدرجة الدنيا على المقياس (20) في حين تبلغ الدرجة العليا (80)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع القلق.

ولحساب الصدق طبّق مقياس جامعة الكويت للقلق، والصيغة العربية من مقياس سمة القلق من تأليف "سبيلبرجر وزملائه" (Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983) إعداد (عبد الخالق)، ومقياس "هوبكنز" للقلق من تأليف "ديروجاتيس وآخرون"

(Derogatis, Covi, LipmanRickels and Uhlenhuth, 1983) في صيغته العربية التي أعدها (الخواجة)، وتتسم القائمتان الأخيرتان بخواص سيكومترية جيدة، وطبقت المقاييس الثلاثة على طلاب المدارس الثانوية من الجنسين (ن= 105)، وحسبت معاملات الإرتباط المتبادلة، وحلّلت عاملياً بطريقة المكونات الأساسية، وبلغت معاملات الإرتباط المتبادلة بين المقاييس الثلاثة (0.82) لدى عينة الذكور، و(0.91) لدى عينة الإناث.

ومن جهة أخرى؛ تمّ تقنين هذا المقياس في لبنان من قبل (عبد الخالق ويحفوفي، 2004) على عينة من تلامذة المدارس الثانوية وطلاب الجامعات، وبلغت معاملات ثبات ألفا كرونباخ لدى تطبيق الاختبار على عينة من التلامذة الثانويين (0.86)، في حين بلغ معامل ثبات الاختبار ثمّ إعادة الاختبار (0.87)، وبلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ لدى تطبيق الاختبار على عينة من الطلاب الجامعيين (0.92)، في حين بلغ معامل ثبات الاختبار ثم إعادة الاختبار (0.77)، وتعد جميعها معاملات ثبات مرتفعة.

ولقياس الإكتئاب استخدم في البحث قائمة "بيك" للإكتئاب؛ إعداد وتعريب (عبد الخالق، 1996)، بصيغتها المعدلة عام 1978، ويعتبر هذا المقياس من أكثر مقاييس الإكتئاب استخداماً في العالم، فمنذ العام 1961 وحتى العام 1988 استخدم هذا المقياس فيما يربو عن ألف دراسة في مختلف أنحاء العالم، ولا يزال الأكثر استخداماً، ويتألف المقياس من (21) بنداً يمكن تقديرها على أساس مقياس تقدير رباعي يتراوح بين (0 و3)، وتمثل أدنى وأقصى درجات الإكتئاب، وتشمل البنود الأعراض والإتجاهات الآتية: مشاعر الذنب، والمزاج السيء، والتشاؤم، والشعور بالفشل، والأفكار الإنتحارية، ولوم الذات، والبكاء، والإنسحاب الإجتماعي، وعدم القدرة على اتخاذ القرارات، وصعوبات العمل، والأرق، والتعب، وفقدان الشهية، وكراهية الذات، وضعف اللبيدو، والتهيج، وتغيّر صورة الجسد، والإنشغال بالجسد، وفقدان الوزن، وعدم الرضا عن الذات.

وللتأكد من ثبات المقياس؛ طبقت القائمة على عينة من (55) فرداً من طلاب الجامعة اللبنانية، وأعيد تطبيقها بعد أسبوعين، وبلغت قيمة الثبات (0.69)؛ وهو معدل مقبول، أما بالنسبة لثبات الإتساق الداخلي، فقد قام (عبد الخالق) بحسابه على عينة من (380) فرداً من طلاب الجامعة في أربع دول عربية هي: مصر، والسعودية، والكويت، ولبنان، تراوحت قيمة ألفاكرونباخ على التوالي: (0.67؛ 0.82؛ 0.89؛ 0.78) (Abdelkhalek, 1998).

ولحساب الصدق؛ تم استخدام تقنية الصدق المرتبط بالمحك، وذلك بحساب معامل إرتباط بيرسون بين مقياس "بيك" للإكتئاب، ومقياس التفاؤل والتشاؤم؛ تأليف (عبد الخالق، 1996)، ضمت العينة (310) طالباً وطالبة، من الجامعتين اللبنانية والأميركية في بيروت، وأشارت النتائج إلى أن معامل إرتباط الإكتئاب بالتشاؤم قد بلغ (0.62)، في حين بلغ معامل إرتباط الإكتئاب بالتفاؤل (0.49)، كما دلّت النتائج على وجود معامل إرتباط موجب بين مقياسي الإكتئاب والتشاؤم، عند مستوى دلالة (0.01)، وإرتباط سالب بين مقياسي الإكتئاب والتفاؤل عند مستوى دلالة (0.01).

13. إجراءات التطبيق:

تم جمع بيانات البحث الميدانية في شكل مقابلات جماعية مع أفراد عينة البحث (الطلاب)، داخل قاعات التدريس في الجامعة.وأعطي كل طالب من أفراد العينة صورة عن المقاييس الثلاثة المعتمدة في الدراسة: الأول؛ مقياس جامعة الكويت للقلق؛ ويتضمن (20) عبارة على كل طالب أن يقرأ كل منها وأن يحدد مدى إنطباقها عليه بوجه عام، وذلك بوضع دائرة حول كلمة خيار واحدة: نادراً، أحياناً، كثيراً، دائماً، كذلك الأمر بالنسبة لمقياس الإكتئاب؛ الذي يتألف من (21) عبارة على الطالب أن يقرأ كل منها بعناية ثم يضع دائرة حول أحد الأرقام (0-1-2-3) التي تسبق العبارة التي تصف تماماً الحالة التي كان يشعر بها خلال السنة الأخيرة، بما في ذلك اليوم الحالي، وأخيراً؛ مقياس الإدمان على الإنترنت؛ الذي يتألف من (20) عبارة، يتوجب على الطالب أن يقرأها ومن ثم يضع دائرة حول أحد الأرقام (0-1-2-3-4-5) المرادفة لخيارات الإجابة التي تتراوح ما بين: لاينطبق- نادراً– أحياناً– كثيراً– غالباً– دائماً.

14. الأساليب الإحصائية:

لإستخراج النتائج الإحصائية تمّ استخدام نظام SPSS الإحصائي في البحث الحالي؛ وهو النظام المعتمد في الأبحاث والدراسات النفسية والإجتماعية، وبالتالي تمّ حساب المتوسطات والإنحرافات المعيارية، واختبار "ت" للمجموعات المستقلة لتحديد دلالة الفروق بين المتوسطات، ولدى حساب أوجه الإرتباط لمتغيرين اثنين؛ اعتمد معامل ارتباط بيرسون، وتجدر الإشارة إلى أنّ نظام SPSS يتيح للباحث إمكانية انجاز مثل هذه الاختبارات والمقاييس.

15. النتائج:

لإستخراج النتائج تم حساب المتوسطات، الإنحرافات المعيارية، ختبار(ت) للمجموعات المستقلة، معامل الإرتباط بيرسون، وتحليل التباين ANOVA.

جدول 2

معدلات الطلاب على مقياس الإدمان على الإنترنت

	التكرار	النسبة
مستوى طبيعي 30- 0	145	%28.8
مستوى معتدل 49-31	57	%11.3
مستوى متوسط 79- 51	221	%43.8
مستوى شديد 100- 80	81	%16.1
المجموع	504	%100.0

يشير جدول (2) إلى أن نسبة مرتفعة من الطلاب والطالبات يدمنون على استخدام الإنترنت.

جدول 3

معدلات إجابات الطلاب على مقياس القلق العام

	التكرار	النسبة
قلق متدني 34-20	121	%24.0
قلق طفيف 35-49	135	%26.8
قلق متوسط50-64	185	%36.7
قلق عالي65-80	63	%12.5
المجموع	504	%100.0

يشير جدول (3) إلى انقسام العينة إلى قسمين متساويين تقريبا بين من يعانون من قلق طفيف إلى قلق متدن، وبين الطلاب الذين يعانون من قلق متوسط وقلق مرتفع.

جدول 4

معدلات إجابات الطلاب على مقياس الإكتئاب

	التكرار	النسبة
إكتئاب متدني 9-0	68	%13.5
إكتئاب طفيف 18-10	76	%15.1
إكتئاب معتدل 29-19	124	%24.6
إكتئاب حاد 63-30	236	%46.8
المجموع	504	%100.0

يشير جدول (4) إلى أن النسبة العالية من الطلاب يعانون من الإكتئاب الذي يتراوح ما بين معتدل وحاد.

جدول 5

معامل إرتباط سبيرمان بين الإدمان على الإنترنت والقلق

معامل إرتباط سبيرمان ما بين الإدمان على الإنترنت والقلق	العدد	الدلالة الإحصائية	قيمة سبيرمان
	504 (مجمل العينة)	0.000	0.866
الذكور	223	0.000	0.836
الإناث	281	0.000	0.901

يشير الجدول (5) إلى أن الإدمان على الإنترنت لدى الطلاب يرتبط ارتباطاً قوياً بالقلق، ويسجل ارتباطاً أقوى لدى الإناث منه لدى الذكور.

جدول 6

معامل إرتباط سبيرمان بين الإدمان على الإنترنت والإكتئاب

معامل إرتباط سبيرمان ما بين الإدمان على الإنترنت والإكتئاب	العدد	الدلالة الإحصائية	قيمة سبيرمان
	504 (مجمل العينة)	0.000	0.818
الذكور	223	0.000	0.759
الإناث	281	0.000	0.828

يشير الجدول (6) أن إدمان الطلاب على الإنترنت يرتبط بالإكتئاب ارتباطا قوياً، ويسجّل ارتباطاً أقوى لدى الإناث منه عند الذكور.

جدول 7

اختبار"ت" للمجموعات المستقلة لمتغيري الإدمان على الإنترنت والكلية

الكلية		العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
مقياس الإدمان على الإنترنت	كلية العلوم	251	33.66	26.74	17.985	0.000
	كلية الآداب	253	69.53	16.91		

يشير الجدول (7) إلى وجود فروق دالة إحصائياً في إدمان الطلاب على استخدام الإنترنت تبعاً لمتغيّر الكليّة، حيث أنّ طلاب كلية الآداب مدمنون على الإنترنت أكثر من طلاب كلية العلوم.

جدول 8

اختبار "ت" للمجموعات المستقلة لمتغيري الإدمان على الإنترنت والجنس

الجنس		العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
مقياس الإدمان على الإنترنت	ذكر	223	46.92	27.84	3.360	0.001
	أنثى	281	55.43	28.77		

يشير الجدول (8) إلى أنّ الطالبات الإناث مدمنات على الإنترنت أكثر من الذكور.

جدول 9

تحليل تباين الإدمان على الإنترنت تبعاً لمتغير الإختصاص الدقيق في كلية العلوم-اختبارanova

	الإختصاصات العلمية	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
مقياس الإدمان على الإنترنت	علوم الحياة	88	42.51	24.01	8.514	0.000
	فيزياء	34	19.88	24.40		
	كيمياء	29	19.31	26.02		
	رياضيات	48	29.73	28.57		
	كيمياء حياتية	52	39.33	24.20		
	المجموع	251	33.66	26.736		

يشير الجدول (9) إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغيّر الاختصاص الدقيق لطلاب كلية العلوم والإدمان على الإنترنت، ويلاحظ أنّ المتوسط الحسابي لطلاب اختصاص علوم الحياة والكيمياء الحياتية هو الأعلى مقارنةً مع الاختصاصات الأخرى، وهذا ما يدُلّ على أن هذين الاختصاصين هما الأكثر استخداماً للإنترنت من باقي الإختصاصات الدقيقة الأخرى في كلية العلوم.

جدول 10

تحليل تباين الإدمان على الإنترنت تبعا لمتغير الإختصاص الدقيق في كلية الآداب – اختبار anova

	الإختصاصات الأدبية والعلوم الإنسانية	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
مقياس الإدمان على الإنترنت	أدب انكليزي	45	71.69	14.482	0.496	0.779
	تاريخ	45	68.56	18.233		
	جغرافيا	52	70.52	20.813		
	أدب فرنسي	29	71.24	18.371		
	فلسفة	38	68.37	13.070		
	أدب عربي	44	67.02	14.932		
	المجموع	253	69.53	16.906		

يشير الجدول (10) إلى أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغيّر الاختصاص الدقيق لطلاب كلية الآداب والإدمان على الإنترنت، وعليه؛ لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين إختصاصات طلاب كلية الآداب وإدمانهم على الإنترنت.

16. مناقشة النتائج:

هدف البحث الحالي إلى دراسة الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالقلق العام والإكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة اللبنانية، وتحديداً طلاب كلية الآداب وطلاب كلية العلوم في الفروع الأولى، وهدف أيضاً إلى دراسة الفروق بين طلاب الجامعة في مستويات الإدمان تبعا للمتغيرات الآتية: نوع الكلية (آداب، علوم)، والجنس، والإختصاص الدقيق.

وقد أظهرت نتائج البحث انقسام عينة الطلاب إلى قسمين متساويين تقريباً بين من يعانون من قلق طفيف إلى متدن بنسبة (50%)، وبين الطلاب الذين يعانون من قلق متوسط إلى عال بنسبة (49.2%)، كما دلت النتائج أيضاً على أن (71.4%) من الطلاب يعانون من إكتئاب معتدل إلى حاد، وهو يعد مؤشراً قوياً على وجود الإكتئاب لديهم، كما أظهرت النتائج أن نسبة الطلاب ذوي المستوى الطبيعي في استخدام الإنترنت قد بلغت (28.8%)، في حين بلغت نسبة ذوي المستوى المعتدل (11.3%)، ولكن الغالبية العظمى من الطلاب وجدت في خانة الإدمان المتوسط على الإنترنت بنسبة (43.8% و16.1%) وصلوا لمرحلة الإدمان الشديد على الإنترنت.

وبالمقابل؛ أظهرت نتائج البحث أن طلاب كلية الآداب أكثر إدماناً على الإنترنت مقارنة بطلاب كلية العلوم، وقد تقاطعت هذه النتائج نوعاً ما مع نتائج دراسة (العمار، 2014) التي أشارت إلى بعض الفروقات بين طلاب الآداب من جهة والتربية كل من "هاشميان، وديركفاند مخدم، ودلبيشه" التي أظهرت ارتفاع نسبة الإدمان على الإنترنت لدى طلاب الإختصاصات الطبية مقارنة بالإختصاصات غير الطبية (Hashemian, Direkvand- Moghadam & Delpisheh, 2014).

من جهة أخرى؛ أظهرت نتائج البحث أن إدمان الطلاب على الإنترنت يرتبط إرتباطا دالاً إحصائياً بكل من القلق والإكتئاب، ويسجّل ارتباطاً أقوى لدى الإناث مقارنة بالذكور بالنسبة لكل من المتغيرين، وتتقاطع هذه النتائج مع نتائج دراسات أخرى كشفت عن وجود علاقة إرتباط دالة إحصائياً ما بين الإدمان على الإنترنت من جهة، وبعض الإضطرابات النفسية مثل: الإكتئاب، والقلق، والوسواس القهري (Koc, 2011)، وبدورهم أشار كل من "كروت، وباترسون، ولاندمارك، وكيسلر، وماكوبادي، وشارليس" (Patterson landmark, kiesler, mukopadhay & scherlis kraut, 1998) إلى أن الإفراط في استخدام الإنترنت يرتبط بإنخفاض الفعالية النفسية وازدياد الشعور بالوحدة النفسية والإكتئاب، كما أشار كل من "كو، وين شن، وشن، وين" (ko, yen, chen, chen & yen, 2008) إلى أن المدمنين على الإنترنت يعانون من إنخفاض تقدير الذات وارتفاع معدلات الإكتئاب والخجل، وأشارت دراسة "ها، وكيم، وباي، وكيم، وسيم" (ha, kim, bae, kim & sim, 2007) إلى إرتباط الإدمان على الإنترنت بالإكتئاب لدى المراهقين الكوريين، وأشار كل من "بلايزر، وكيسلر، وماكجونال، وسويرتز" (blazer, kesseler, mcgonagle & swertz, 1994) إلى وجود أعراض الإكتئاب والقلق لدى الإناث المدمنات على الإنترنت بصورة أكبر من الذكور، وقد أكّد على مثل هذه النتائج علماء آخرون (Regier, Farmer, Rae, Myers, Kramer & Robins, 1993) إلا أن دراسات أخرى أظهرت عكس هذه النتائج، حيث ارتفعت معدلات إدمان الذكور على الإنترنت إضافة إلى القلق والإكتئاب (Young, 2004).

وكشفت نتائج البحث عن عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الإختصاصات الدقيقة في كلية الآداب والإدمان على الإنترنت،معنى ذلك أن طلاب كلية الآداب يدمنون على الإنترنت بقطع النظر عن نوع الإختصاص الدقيق، في حين تبيّن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغيّر الإختصاص الدقيق لطلاب كلية العلوم والإدمان على الإنترنت، حيث سجل طلاب اختصاصي علوم الحياة والكيمياء الحياتية أعلى المعدلات على مقياس الإدمان على الإنترنت، مقارنةً مع الإختصاصات الأخرى في كلية العلوم، وقد

يعزى هذا الأمر إلى أن الوقت المستغرق في الدراسة في هذين الإختصاصين هو أقل نسبياً مقارنة مع الإختصاصات الأخرى، أيضاً إن نسبة الإناث في هذين الإختصاصين تفوق نسبة الذكور المنتسبين إلى كل منهما، ومن المعلوم أن الذكور يقضون أوقاتاً أطول خارج منازلهم (في ممارسة الرياضة والقيام بالرحلات...)، ممّا يرجح أن الإناث (المنتسبات بصورة أكبر إلى هذين الإختصاصين) يستخدمن الإنترنت بصورة أكبر من الذكور وهذا ما أدى إلى إرتفاع معدلات الإدمان على الإنترنت لدى الطلاب في هذين الإختصاصين.

في الواقع تشهد أيامنا الحالية تغييرات حياتية عديدة، إذ يواكب العالم تقدماً تقنياً ضخماً، ويوجد إجماع بين العديد من الباحثين على أن تكنولوجيا الإتصال الحديثة وفي مقدمتها شبكة الانترنت، قد فتحت عصراً جديداً من عصور الاتصال والتفاعل بين البشر وفي وفرة المعلومات والمعارف التي تقدّمها لمستخدميها، ولكن في الجانب الآخر توجد مخاوف من الآثار السلبية النفسية التي قد تحدثها هذه التقنية (الإنترنت)، إضافة إلى الآثار الإجتماعية والجسدية الأخرى، وبما أن الشريحة الأكبر التي تستخدم هذه التقنية هي من فئة الشباب، كان لابدّ من دراسة ظاهرة الإدمان على الانترنت لدى عينة من طلاب الجامعة ومعرفة آثارها المختلفة ولاسيّما النفسية منها، وتحديداً الإكتئاب والقلق العام لدى هذه الفئة المهمة من فئات المجتمع، لعلنا نتمكن من تحويلها من تقنية تستخدم بشكل سلبي لدى بعضهم، إلى تقنية إيجابية وبناءة، لذلك هدف هذا البحث إلى معرفة علاقة الإدمان بالإكتئاب والقلق العام لدى عينة من طلاب وطالبات كلية الآداب والعلوم الإنسانية وكلية العلوم في الجامعة اللبنانية.

17. مقترحات وتوصيات البحث:

17. 1. القيام بأبحاث أخرى مشابهة تشمل كل الإختصاصات الحيوية الأخرى في الجامعة دون إغفال مسألة هامة ألا وهي ضرورة إجراء بحث مشابه يضم تلامذة المرحلة الثانوية لأن النتائج الكاملة تفسر فروقات ومستويات الإدمان في مرحلة الشباب ككل، الأمر الذي يسهل الحديث عن حلول مستقبلية أكثر وضوحاً ودقة في ظل تصاعد ظاهرة الإدمان على الإنترنت.

17. 2. اهتمام المؤسسات التربوية ووسائل الإعلام بظاهرة إدمان الانترنت، وإعداد برامج توعية للطلاب وللأهل تساعد في حلّ مشاكل هذه الظاهرة.

17. 3. أهمية وجود إستشاريين نفسيين للطلاب في الجامعات أسوة بالإستشاريين النفسيين المعتمدين في المدارس، وذلك من أجل تقديم النصح والإرشاد للطلاب الذين يعانون من الإضطرابات النفسية؛ ومنها: إضطراب الإدمان على الإنترنت، والتي تؤثّر في مستواهم العلمي والدراسي.

المراجع العربية

أحمد، بشرى إسماعيل. (2013). *مقياس إدمان الإنترنت*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

الدندراوي، سامية صابر. (2005). *الإفراط في إستخدام كل من الكومبيوتر والإنترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى المراهقين* (رسالة ماجستير غير منشورة).كلية التربية، جامعة قناة السويس، الإسماعيلية، مصر.

شعيب، علي. (1988). قائمة قلق الإختبار لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية. *رسالة الخليج العربي*، (8)، 95-118.

عبد الخالق، أحمد. (1999). القائمة العربية لاكتئاب الأطفال: عرض للدراسات على ثمانية مجتمعات. *مجلة العلوم الاجتماعية*، (8)، 103-123.

عبد الخالق، أحمد، واليحفوفي، نجوى. (2004). معدلات إنتشار القلق وارتباطاته ومنبئاته لدى عينات من الطلبة اللبنانيين. *المجلة التربوية، 18*، 71.

عبد الخالق، أحمد. (2005). المقياس العربي للتفاؤل والتشاؤم. *دراسات نفسية*، (2)، 307-318.

عبد المعطي، حسن. (2004). *الأسرة ومشكلات الأبناء*. القاهرة: دار رحاب للنشر والتوزيع.

العصيمي، سلطان عائض. (2010). *إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الإجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض* (رسالة ماجستير منشورة). كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، السعودية.

العمار، خالد. (2014). إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة دمشق فرع درعا. *مجلة جامعة دمشق*، (1)، 395-438.

محمد، عادل. (2000). *العلاج المعرفي السلوكي*. جامعة الزقازيق، مصر: دار الرشد.

المراجع الأجنبية

Abdel-Khalek, A. (2000). The Kuwait University Anxiety Scale: psychometric properties. *Psychol Rep, 87*(2), 478 – 92.

Blazer D. G., Kessler R. C., McGonagle K. A., & Swartz M. S. (1994). The prevalence and distribution of major depression in a national community sample: the National Comorbidity Survey. *A.m. J. Psychiatry, 151*(7), 979-86.

Dinsmoor, Robert Scot, Odle, Teresa G. (2015). Generalized Anxiety Disorder. *The Gale Encyclopedia of Medicine, 4*(5), 2149–2150.

Feng, Y., Ma, Y. & Zhong, Q. (2019). *The Relationship between Adolescents' Stress and Internet Addiction: A Mediated Moderation Model.* Front, Psychol, Doi: 10.3389/fpsyg.

Greenfield, D. N. (1999). Virtual Addiction: Sometimes New Technology Can Create New Problems. *Psychological HealthAssociates, 2*(5), 403-12.

Ha, J. H., Kim, S. Y., Bae, S. C., Bae, S., Kim, H. & Sim, M. (2007). Depression and internet addiction in adolescents. *Psychopathology, 40*(6), 424-30.

Hall, AS, Parsons, J. (2001). Internet addiction: College student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of Mental Health Couns, 23*(4), 327-312.

Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology Behav, 3*(2), 11-17.

Hashemian, A., Direkvand-Moghadam, A. & Delpisheh A. (2014). Prevalence of internet addiction among university students in Ilam: a cross- sectional study. *International Journal of Epidemiologic Research, 1*(3), 15-9.

Ko, CH, Yen, JY, Chen, CS, Chen, CC, Yen, CF. (2008). Psychiatric comorbidity of Internet addiction in college students:An interview study. *CNS Spectr; 13*(2), 153- 147.

Koc, M. (2011). Internet Addiction and Psychopathology. *Turkish Online Journal of Educational Technology–TOJET, 10*(1),148-143.

Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W.(1998). *Internet paradox. A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?.* Am Psychol, 53(9), 1017-31.

La, Rose, R., Mastro, D. A. & Eastin, M. A. (2001). Understanding internet usage: A social cognitive approach to uses and gratifications. *Social Science Computer Review, 19*(4), 395-413.

Lancaster, P. (2009). Youth: the great 21st- century challenge. *Middle East,* (402), 12.

Lui, X. & LaRose, R. (2008). Does using the internet make people more satisfied with their lives? The effects of the internet on college students' school life satisfaction. *CyberPsychology & Behavior, 11*(3), 320-310.

Pempek, T. A., Yermolayeva, Y. A., & Calvert, S. L. (2009). College students' social networking experiences on facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology, 30*(3), 238-227.

Rabadi, L., Ajlouni, M., Msannat, S., Bataineh, S., Batarseh, G., Yessin, A., Haddad, K., Nazer, M., AL Hamoud, S. & Rabadi, G. (2017). The Relationship between Depression and Internet Addiction among University Students in Jordan. *Journal of Addiction Research & Therapy, 8*(6), 349.

Regier, D. A., Farmer, M. E., Rae, D. S., Myers, J. K., Kramer, M. & Robins, L. N. (1993). One-month prevalence of mental disorders in the United States and sociodemographic characteristics: the Epidemiologic Catchment Area study. *Acta Psychiatr Scand, 88*(1), 47- 35.

Rheingold, H. (1993). *The Virtual Community: Homesteading on the Electronic Frontier.* Reading, MA: Addison-Wesley, 103–109.

Sanders, C. E., Field, T. M., Diego, M. & Kaplan, M. (2000). The relationship of internet use to depression and social isolation among adolescents. *Adolescence, 35*(138), 23-13.

Shotton, M. (1991). The costs and benefits of computer addiction. *Behavior and Information Technology, 10*(12), 230-219.

Weinstein, A, Dorani, D, Elhadif, R, Bukovza, Y, Yarmulnik, A. & Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Ann Clin Psychiatry, 27*(1), 9-4.

Whang, L., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: A behavior sampling analysis on internet addiction. *Cyberpsychol Behav, 6*(2), 143-150.

Widyanto, L, McMurran, M. (2004).The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & Behavior, 7*(4), 450-443.

Young, KS. (1996). *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder.* 104th annual meeting of the American Psychological Association, Toronto, Canada.

Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior, 1*(3), 237-244.

Young, K. S. (2004). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist, 48*(4), 415-408.

<< وصل هذا البحث إلى المجلة بتاريخ 2019/7/14، وصدرت الموافقة على نشره بتاريخ 2019/11/12 >>