



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد البشير الإبراهيمي - برج بوعريريج -

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس

شعبة: علم النفس

تخصص: علم النفس المدرسي



ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمستوى الاكتئاب لدى
طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس

(دراسة ميدانية بجامعة محمد البشير الإبراهيمي برج بوعريريج)

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي

إشراف الأستاذة:

د. بن بردي مليكة

إعداد الطالبتين:

• سيدي صالح ليديا

• لكحل اميرة

السنة الجامعية

2025-2024



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد البشير الإبراهيمي - برج بوعريرج

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس

شعبة: علم النفس

تخصص: علم النفس المدرسي



ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمستوى الاكتئاب لدى
طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس

(دراسة ميدانية بجامعة محمد البشير الإبراهيمي برج بوعريرج)

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي

إشراف الأستاذة:

د. بن بردي مليكة

إعداد الطالبتين:

• سيدي صالح ليديا

• لكحل اميرة

السنة الجامعية

2025-2024

الحمد لله الذي
خلقنا من
الحمى
الحمد لله الذي
خلقنا من
الحمى
الحمد لله الذي
خلقنا من
الحمى

الإمام
عبدالله
١٤٣٩

شكر وتقدير

بكل فخر وامتنان، أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى كل من كان له دور في إنجاز هذا العمل.

أخص بالشكر أستاذتي المشرفة الدكتورة بن بردي مليكة على توجيهاتها السديدة، وصبرها ودعمها المستمر طيلة فترة البحث .

كما أتوجه بالشكر إلى كافة أساتذة القسم والطاقم الإداري لما قدموه لنا من علم ومعرفة وظروف ملائمة للدراسة .

ولا أنسى أن أعبر عن امتناني العميق لعائلتي وأصدقائي، الذين كانوا سنداً ودعمًا لي في كل المراحل، مادياً ومعنوياً.

فلكم جميعاً كل الاحترام والتقدير

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم ،الحمد لله الذي وفقني في دراستي وبلوغ غايتي لإنجاز هذا العمل المتواضع .

"اللهم لك الحمد حتى ترضي ولك الحمد اذا رضيت، ولك الحمد بعد الرضى "

إلى ملاكي في الحياة أهدي ثمرة جهدي هذا الي التي أنارت دعواتها دربي وأغرق حنانها فؤادي إلى من

قال الرحمن بأن الجنة تحب اقدامها ،"امي "حفظها الله ورعاها وأطال في عمرها .

" أُمي الحبيبة "

إلى من علمني العطاء بدون انتظارإلى من أحمل اسمه بكل افتخارارجو من الله ان يمد في

عمرى لترى ثمارا قد حان قطافها بعد طول انتظار وستبقى كلماتك نجوم اهتدي بها اليوم وفي الغد وإلى

الأبد .

"والدي العزيز"

إلى رفقاء دربي في هذه الحياة بدونكم لا شيء ومعكم أكون انا ولدونكم أكون مثل كل شيءفي

نهاية مشواري اريد أن اشكركم على مرافقتكم النبيلة إلى من تطلعت لنجاحي بنظرات الامل اخي الكبير

"سفيان " و"بوعلام "واخي الصغير "إلياس "

"إخوتي الاعزاء "

أهدي إلى اخواتي التي لم تلدهم أُمي إلى من تحلو بلائع وتميز والوفاء والعطاء إلى من سعدت برفقتهم

في دروب الحياة الحلوة والحزينة سرت إلى من كانوا معي على طريق النجاح والخير صديقاتي "ليديا

_نسيمة _خولة _إيمان "

" اخواتي الاعزاء "

واهدي الشكر الجزيل للأستاذة المشرفة بن بردي مليكة على المجهودات التي بذلتها معنا في اتمام هذا

العمل ،فكان لي نعمة الموجهة والمرشدة في مجال البحث وطلب العلم وأدعو الله ان يطيل في عمرها

وأن يمدّه بالصحة والعافية .

"الاستاذة الفاضلة "

أميرة لكحل

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي وهبني القوة والصبر والتوفيق، الذي بفضلته وحده تيسرت الأمور

وبنوره اضيء لي الطريق ، فله الحمد كثيرا

اهدي تخرجي وثمره تعبى إلى اعلی الناس عائلتي الصغيرة "أمي وأبي " أخي

وأختي حفظهم الله واطال في اعمارهم

إلى جميع من كان لي سند وقوة بعد الله في مشواري إلى كل القلوب التي ذكرتني

ودعت لي وتمنت لي الخير

اتمنى الا تكون هذه الخطوة الا بداية لطريق طويل مليء بالتوفيق

والنجاح بإذن الله

ليديا

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن وجود علاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس، باستخدام المنهج الوصفي التحليلي وبتطبيق ادوات لجمع البيانات المتمثلة في مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي من اعداد الباحثة بسمة حسين عيد يونس 2016، ومقياس الاكتئاب ل آرون بيك على عينة قوامها 120 طالب من طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس المدرسي وعلم النفس العيادي بجامعة محمد البشير الابراهيمي _برج بوعريرج .

وبعد تقرير البيانات ومعالجتها احصائيا باستخدام الحزمة الاحصائية Spss توصلنا للنتائج التالية :

1- انه توجد علاقة ارتباطية بين مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى

طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي. - برج بوعريرج-

2- ان مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة

محمد البشير الابراهيمي_ برج بوعريرج _مستوى منخفض.

3- ان مستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي

_برج بوعريرج _مستوى اكتئاب منخفض.

4- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد

البشير الابراهيمي_ برج بوعريرج _في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير

الجنس.(ذكر-انثى)

5- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد

البشير الابراهيمي_ برج بوعريرج _في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير الجنس(ذكر-انثى).

6- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد

البشير الابراهيمي_ برج بوعريرج _في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير

التخصص (علم النفس المدرسي -علم النفس العيادي).

7- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد

البشير الابراهيمي_ برج بوعريرج _في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير التخصص (علم النفس

المدرسي -علم النفس العيادي).

الكلمات المفتاحية: ادمان مواقع التواصل الاجتماعي_ مستوى الاكتئاب_ طلاب السنة الثالثة ليسانس .

Abstract:

The present study aimed to investigate the relationship between social media addiction and the level of depression among third-year undergraduate students majoring in psychology. The study employed a descriptive-analytical approach and used data collection tools including the Social Media Addiction Scale developed by researcher Basma Hussein Eid Younes (2016), and the Beck Depression Inventory (BDI) by Aaron Beck. The sample consisted of 120 third-year students in School Psychology and Clinical Psychology at Mohamed El Bachir El Ibrahimi University – Bordj Bou Arréridj.

After data entry and statistical analysis using the SPSS software package, the following results were obtained:

1. There is a correlation between the level of social media addiction and the level of depression among third-year psychology students at Mohamed El Bachir El Ibrahimi University – Bordj Bou Arréridj.
2. The level of social media addiction among the students is low.
3. The level of depression among the students is also low.
4. There are no statistically significant differences in the level of social media addiction attributable to the gender variable (male - female).
5. There are no statistically significant differences in the level of depression attributable to the gender variable (male - female).
6. There are no statistically significant differences in the level of social media addiction attributable to the specialization variable (School Psychology - Clinical Psychology).
7. There are no statistically significant differences in the level of depression attributable to the specialization variable (School Psychology - Clinical Psychology).

Keywords: Social Media Addiction – Depression Level – Third-Year Undergraduate Students.

فهرس المحتويات	
الصفحة	المحتوى
	شكر وعرفان
	الإهداء
	ملخص الدراسة
	فهرس المحتويات
أ	مقدمة
الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
05	1- الإشكالية
06	2- الفرضيات
07	3- أهمية الدراسة
08	4- أهداف الدراسة
08	5- المفاهيم الأساسية للدراسة
11	6-الخلفية النظرية
15	7- الدراسات السابقة
الفصل الثاني: الطريقة والأدوات	
23	- تمهيد
23	1- الدراسة الإستطلاعية
23	1-1- أهداف الدراسة الإستطلاعية
23	1-2- إجراءات الدراسة الإستطلاعية
24	1-3-عينة الدراسة الإستطلاعية
24	1-4- أدوات الدراسة الإستطلاعية وخصائصها السيكمترية
24	1-5-نتائج الدراسة الإستطلاعية
30	2- الدراسة الأساسية
30	2-1- مجالات الدراسة

30	2-2- منهجية الدراسة
30	2-3- مجتمع وعينة الدراسة
33	2-4- أدوات جمع البيانات
33	2-5- الأساليب الإحصائية المستخدمة
34	- خلاصة
	الفصل الثالث: النتائج والمناقشة
36	- تمهيد
36	1- عرض وتحليل عينة الدراسة
36	2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات والتراث النظري
42	3- استنتاج عام
43	4- مقترحات الدراسة
46	- خاتمة
48	- قائمة المراجع
52	- الملاحق

قائمة الجداول:

الرقم	عنوان الجداول	الصفحة
1	معامل صدق مقياس الاكتئاب باستخدام طريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية) .	25
2	معامل الارتباط كل بند بالدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب .	25
3	معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الاكتئاب .	26
4	معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس الاكتئاب .	26
5	معامل صدق مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي باستخدام طريقة التمييز (صدق مقارنة الطريقة) .	27
6	معامل ارتباط كل بند بالدرجة الكلية لمقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي .	28
7	معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي .	29
8	يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير الجنس	31
9	يمثل توزيع افراد العينة حسب التخصص	32
10	اختبار T لعينة واحدة للفروق بين المتوسط الحسابي الفرضي والمتوسط الحسابي لمقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي .	37
11	المتوسط الحسابي لمقياس الاكتئاب .	38
12	اختبار T للفروق بين طلبة الجامعة في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لمتغير الجنس .	39
13	اختبار T للفروق بين طلبة الجامعة في مستوى درجة الاكتئاب تبعا لمتغير الجنس .	40
14	اختبار T للفروق بين طلبة جامعة في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تبعا لمتغير التخصص .	40
15	اختبار T للفروق بين طلبة الجامعة في مستوى درجة الاكتئاب تبعا لمتغير التخصص .	41

قائمة الأشكال:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	تمثيل بياني يمثل توزيع مفردات العينة حسب متغير الجنس	32
02	تمثيل بياني يمثل توزيع مفردات العينة من حيث التخصص	32

قائمة الملاحق:

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
01	الخصائص السيكومترية	52
02	مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي	56
03	مقياس الإكتئاب	66

مقدمة

مقدمة

شهد العالم في العقود الأخيرة تطوراً هائلاً في التكنولوجيا المعلومات والاتصالات، مما أدى إلى انتشار واسع لمواقع التواصل الاجتماعي التي أصبحت فرداً لا يتجزأ من الحياة اليومية لملايين الأشخاص حول العالم. حيث أصبحت هذه المواقع تتيح الأفراد التواصل الفوري وتبادل الأفكار ومتابعة الأخبار والتعبير عن الذات بطرق لم تكن متاحة من قبل إلا أن هذا التطور المستمر في العالم قد تجاوز في الكثير من الأحيان حدود الاستخدام الطبيعي ليصل إلى مرحلة الإدمان وهي حالة سلوكية تتم بالاعتماد المفرط على هذه المنصات لدرجة تأثر سلباً من جوانب الحياة المختلفة كالصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية .

وهذا ما تناولته هذه الدراسة التي تهدف إلى كشف العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى الطالب الجامعي. فطلاب الجامعة من أكثر الفئات تعاملًا مع مواقع التواصل الاجتماعي وبالتالي الأكثر انبهاراً وتأثراً بالأفكار الباردة، ومما لاشك فيه أن استغراق الطالب الجامعي ساعات طويلة لمواقع الدردشة والتحاور يؤدي إلى جهد ووقت أقل تكلفة كما يعرضهم لإضطرابات نفسية واجتماعية .

حيث يتم عرض بعض الدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع كدراسة (مشاعل الحسين 2019) ودراسة (صبا منير 2018) ودراسة (مريم مراكشي 2014) ودراسة (هديل رشيد 2016)، وصيل نتائجها بالإضافة إلى إجراء استبيانات مع عينة من طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس المدرسي وعلم النفس العيادي بجامعة محمد البشير الإبراهيمي - برج بوعريريج- للوصول إلى نتائج تثبت العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب .

ومن المتوقع أن تساهم نتائج هذه الأطروحة إلى معرفة العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب حيث نجد إيجابيات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في مجال الاتصال والتفاعل الإنساني، وكذا سلبياتها على الجانب النفسي والاجتماعي ويمكن أن تعزز لدى الفرد الشعور بالاكتئاب، ومن أجل الوصول إلى ما تم طرحه تم استخدام الخطة المنهجية التالية :

الفصل الأول من الجانب النظري للدراسة : تم تناول إشكالية الدراسة وتساؤلاتها وصياغة الفروض، وأهمية الدراسة وأهدافها إضافة إلى المفاهيم الأساسية، الخلفية النظرية والدراسات السابقة.

أما بالنسبة للجانب التطبيقي: فقد اشتمل على فصلين:

الفصل الثاني: ويتضمن الاجراءات المنهجية لدراسة وأدواتها من حيث منهج البحث ومجتمع الدراسة، وعينة الدراسة وطريقة إختيارها، ادوات جمع البيانات وخصائصها السيكمترية، وأخيرا الأساليب الإحصائية المستخدمة.

الفصل الثالث: وفي هذا الفصل تطرقنا إلى عرض وتفسير وتحليل نتائج الفرضيات الجزئية والفرضية العامة الجزئية والإستنتاج العام وأنهيت الدراسة بخاتمة ومجموعة من المراجع والملاحق.

الفصل الأول:

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

1. إشكالية الدراسة.
2. فرضيات الدراسة.
3. أهمية الدراسة.
4. أهداف الدراسة.
5. المفاهيم الأساسية للدراسة
6. الخلفية النظرية
7. الدراسات السابقة
8. التعليق على الدراسات السابقة

1-الإشكالية:

ادى تطور في تكنولوجيا الاتصال إلى عدد من التأثيرات التي غيرت حياتنا اليومية، ومن هذه التأثيرات ظهور ما يعرف بمواقع التواصل الاجتماعي على شبكة الإنترنت، حيث اتاحت عصرا جديدا من الاتصالات التفاعلية بين الافراد، ومنذ بدء العمل بها جذبت مواقع التواصل الاجتماعي الملايين من المستخدمين وكثيرا منهم دمجوا هذه المواقع في ممارساتهم اليومية .

وكما نعلم ان لكل تكنولوجيا جديدة ايجابيات فإن مواقع التواصل الاجتماعي لها سلبيات ايضا، فقد اسهم دخولها في السنوات الاخيرة بخلق جيل جديد من المدمنين على استخدامها في جميع دول العالم، وعلى الرغم من الفوائد العديدة التي توفرها وتقدمها للملايين من الناس حول العالم الا انها تمثل خطرا حقيقيا اذا ما تم استخدامها بإفراط خاصة من قبل الطلاب الجامعيين (جيهان سنباطي 2012)، فقد تشير احداث الاحصائيات إلى ان 93% من الطلبة والمراهقين حول العالم يستخدمون الانترنت اليوم (مسعودة هتهات 2013)، وهذا العدد الهائل من المستخدمين يضم طلاب وطالبات الجامعات حيث تشير غالبية البحوث إلى ان اكبر نسبة من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي هم اصحاب الدرجة الجامعية الاولى والثانوية تقدر ب (34%) .

فبالاستخدام المتزايد لهذه المواقع يجد الطلاب الجامعيين بصفة خاصة، أنفسهم مرغمون على تناولها وتزداد ساعات استخدامهم لها وتصبح من نشاطاتهم اليومية لانهم الاكثر انبهارا وتأثيرا بالأفكار الواردة، حسب ما ذكره حسن عبد السلام محمد الشيخ 2011، ومما لاشك فيه انه مع مرور فترة من الزمن يواجهون صعوبة في الابتعاد عنها ويزداد التعلق الشديد بها ويظهر عليهم ما يسمى بأعراض "ادمان مواقع التواصل الاجتماعي" .

فحتما تؤثر على حياتهم الاجتماعية والاسرية والعملية، بشكل سلبي وخاصة نموهم المعرفي والتربوي فتقل علاقاتهم الاجتماعية المباشرة فتبدأ على شكل الانسحاب الاجتماعي عن الآخرين وقلة التفاعل والمشاركة المباشرة معهم والشروء، وتزداد علاقاتهم الصورية غير المباشرة، ومن هنا تظهر عليهم علامات ومظاهر نفسية واجتماعية مثل : الوحدة النفسية والاكتئاب .

فما يوجب على المجتمع ان لا يقف وقفة المتفرج امام هدر الثروة الشبابية وعاقبة نموها المعرفي والتربوي مما يتطلب التغلب على هذه الظاهرة .

وعليه تمحورت اشكالية الدراسة فيما يلي :

- هل توجد علاقة ارتباطية بين مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى لاعتتاب لى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي- برج بوعريرج.
- ما مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي- برج بوعريرج.
- ما مستوى الاعتتاب لى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي- برج بوعريرج.
- هل توجد دالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي يعزى لمتغير الجنس (ذكر -انثى)
- هل توجد دالة احصائية في مستوى الاعتتاب لى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي يعزى لمتغير الجنس (ذكر - انثى).
- هل توجد فروق دالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي يعزى لمتغير التخصص (علم النفس المدرسي_علم النفس العيادي)
- هل توجد فروق دالة احصائية في مستوى الاعتتاب لى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي يعزى لمتغير التخصص (علم النفس المدرسي_علم النفس العيادي)

2-فرضيات الدراسة :

- لا توجد علاقة ارتباطية بين مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاعتتاب لى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريرج.
- مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي مرتفع لى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريرج.

- مستوى الاكتئاب مرتفع لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريرج
- توجد فروق دالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريرج تعزى لمتغير الجنس (ذكر _ انثى) .
- توجد فروق دالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريرج تعزى لمتغير التخصص (علم النفس المدرسي _ علم النفس العيادي) .
- توجد فروق دالة احصائية في مستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريرج تعزى لمتغير الجنس (ذكر_ انثى) .
- توجد فروق دالة احصائية في مستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريرج تعزى لمتغير التخصص (علم النفس المدرسي _ علم النفس العيادي) .

3-أهمية الدراسة :

3-1 الأهمية النظرية : تأتي أهمية الدراسة الحالية في كونها من الأبحاث التي تناولت موضوع من المواضيع الهامة في حياة الطالب وعلاقته بالتكنولوجيا والتي تسلط الضوء على علاقة ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بمستوى الاكتئاب .

3-2 الأهمية التطبيقية : تم الاعتماد في الدراسة الحالية على مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس الاكتئاب ل آرون بيك للتعرف على إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعريرج - .

4-أهداف الدراسة:

4-1 الهدف العام:

- الكشف على طبيعة العلاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعريرج- .
- ابراز اضرار ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعريرج- .
- معرفة ان كانت توجد فروق في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعريرج- .
- معرفة ان كانت توجد فروق في مستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعريرج- .
- التعرف على مدى تأثير عامل الجنس) ذكر- انثى (على كل من مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعريرج- .

5- المفاهيم الأساسية للدراسة :

5-1 تعريف مواقع التواصل الاجتماعي:

لغة : حسب قاموس اكسفورد : هو موقع متخصص لتطبيقات التي تمكن المستخدمين من التواصل مع بعضهم البعض عن طريق نشر المعلومات والتعليقات والوسائل والصور. (قدوري وبلعربي، 2021، ص8) .

اصطلاحا : هي منظومة من الشبكات الالكترونية التي تسمح لمشارك فيها بإنشاء حساب خاص به ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي الكتروني مع اعضاء آخرين لديهم نفس الاهتمامات والهوايات أو جمعه مع اصدقاء الجامعة أو الثانوية (قدوري وبلعربي، 2021، ص8)

كما يرى فتحي شمس الدين : ان مواقع التواصل الاجتماعي مصطلح يطلق على مجموعة من المواقع على شبكة الانترنت العالمية، تتيح التواصل بين الافراد في بيئة مجتمعات افتراضية يجمعهم الاهتمام أو الانتماء لبلد أو مدرسة أو فئة معينة في نظام عالمي لنقل المعلومات (فتحي، 2013، ص48_49) .

يعرفه رافي غوبتا وبروكس على انه : كل الاجهزة والمواقع التي تسمح لمستخدميها بمشاركة المعلومات عالميا وتستخدم المواقع التي تسمح لمستخدميها بمشاركة المعلومات عالميا وتستخدم في إزالة المسافات الافتراضية بين المشاركين للتجمع وطرح ومشاركة المعلومات اما الاجهزة فهي التكنولوجيا التي تستخدم للدخول لتلك المواقع (بروكس وغوبتا، 2017، ص 56).

اجرائيا : يمكن تعريف مواقع التواصل الاجتماعي على انها مواقع على شبكة الانترنت تسمح لمستخدميها بالتفاعل والتواصل والحوار فيما بينهم وكذا مشاركة وتبادل المعلومات والآراء وكل ذلك يتم بواسطة الوسائل التكنولوجية التي تسمح بذلك .

5-2 تعريف ادمان مواقع التواصل الاجتماعي:

تعريف الادمان لغة : هو المداومة على الشيء أو الاعتماد عليه (خليل، 2002، ص 163).

اصطلاحا: عرفت منظمة الصحة العالمية الادمان على أنه حالة نفسية أو أحيانا عضوية تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة ومن خصائصها استجابات وانماط سلوك تشمل دائما الرغبة الملحة على التعاطي أو الممارسة بصورة متصلة أو دورية للشعور بآثاره النفسية أو لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توفره (عبد المعطى، 2006، ص 146) .

5-3 تعريف ادمان مواقع التواصل الاجتماعي:

هو سلوك نمطي سلبي يتمثل في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لفترات طويلة يقضيها الفرد مع مواقع ذات جاذبية خاصة دون ضرورة مهنية أو أكاديمية، وبشكل يضر به وبعلاقاته الاجتماعية، ليصبح معتمدا عليها في تلبية حاجاته النفسية وغير قادر على الاستغناء عنها، مع الشعور بالضيق والتوتر في حين عدم القدرة على متابعتها ويلحق ذلك تأثيرات على حياته النفسية والاجتماعية (الصبان والحربي، 2019، ص 269).

الادمان على مواقع التواصل الاجتماعي هو القلق المفرط المصاحب لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ويكون الفرد فيه مدفوعا بدافع قوي لتسجيل الدخول اليه أو استخدام تلك المواقع، وتكريس الكثير من الوقت والجهد لها، بشكل يعرقل انشطته الاجتماعية الاخرى، كالدراسة أو العمل وعلاقته الشخصية وصحته النفسية، والبدنية (البراشدية والظفري، 2019، ص 306_307) .

عرفه " بارتير " و"قورست" بأنه فشل التحكم في دوافع الفرد ولكن بدون وجود ظاهرة التسمم وهو يشبه إلى حد كبير المقامرة المرضية (محمد، 2007، ص22) .

يعرفها زاهر راضي على انها منظومة من الشبكات الالكترونية الطى تسمح للمشارك فيها بإنشاء موقع خاص به ومن ثم ربطه من خلال موقع اجتماعي الكتروني مع اعضاء آخرين لديهم اهتمامات وهوايات نفسها أو جمعه مع اصدقاء الجامعة أو الثانوية (زاهر، 2004، ص 24) .

5-4. ادمان مواقع التواصل الاجتماعي إجرائيا:

هي الافراط الشديد والمتكرر لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي دون وجود أي ضرورة اليها من الناحية المهنية أو الاكاديمية، وهي اللجوء إلى استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بشكل يومي ودائم بغرض ملء الفراغ وتلبية حاجة الفرد بدون جهد فكري أو عقلي .

5-5.تعريف الاكتئاب:

لغة : المصطلح مستمد من كلمة الكآبة؛ سوء الحال، الانكسار والحزن، تغير النفس، من شدة الهم والحزن. ورماد مكتئب اللون اذا ضرب إلى السواد كما يكون وجه المكتئب .

اما في اللغة الفرنسية فكلمة épressiond مستمدة من الفعل Déprimer الكلمة اللاتينية التي تعني السقوط من الاعلى إلى الأسفل، لتتطور إلى كلمة Enfonceement والتي تعني الهدم والتحطيم.(بن أحمد، 2018، ص 53) .

اصطلاحا : عرف قاموس الطب النفسي (Campell.1981) الاكتئاب بأنه زملة اكلينيكية تشتمل على انخفاض الايقاع المزاجي ومشاعر الامتعاض المؤلم وصعوبة التفكير وتأخر حركي نفسي.(بشير معمره، 2000، ص127).

ويعرفه ابراهيم عبد الستار في كتابه على انه مجموعة من الاعراض المركبة التى يطلق عليها عليها العلماء مفهوم _الزملة الاكلينيكية_ ومن المعروف ان اعراض الاكتئاب قد تختلف من فرد لآخر، فالبعض قد يتخذ لديهم الاكتئاب شكل احاسيس قاسية من اللوم وتأنيب النفس، ويأتي عند البعض الآخر مختلطا مع شكاوي جسمانية، وامراض بدنية، ويعبر البعض عنه في شكل مشاعر باليأس والتشاؤم والملل

السريع من الحياة والناس، وربما تجتمع هذه الاعراض في شكل واحد. (ابراهيم عبد الستار، 1998، ص 16).

ويعرفه الخطيب بأنه حالة من الحزن الشديد تنتاب الفرد نتيجة الاحساس بالذنب والعجز، وانخفاض مستوى الانتباه والتركيز والانسحاب الاجتماعي والتفوق حول الذات. (الخطيب، 2000، ص568).

ويعرفه بيك على انه اضطراب معرفي يعزى لافتقار التعزيز الايجابي، ومرد ذلك المعارف السلبية علاوة على وجود عطب بيولوجي للتاريخ الشخصي للفرد، وكذا المنبهات القادرة على توليد الافكار.(وليد سرجان، 2001، ص 189).

اجراءيا : يمكن تعريف الاكتئاب على انه حالة نفسية واضطراب انفعالي يتمثل في الشعور بالحزن الشديد واليأس المستمر، وتظهر على الفرد حالة من العجز والشعور بالنقص وانخفاض تقدير الذات.

6-الخلفية النظرية للنظريات المفسرة لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب :

6-1.النظريات المفسرة لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي. :

تعددت الاتجاهات المفسرة لإدمان الإنترنت ومواقعها ما بين الاتجاه المعرفي والاتجاه السلوكي والاتجاه السيكودينامي والاتجاه الثقافي الاجتماعي والاتجاه الطبي، ومن هذه الاتجاهات ما يلي:

6-2. النظرية السلوكية:

يوفر الإنترنت مكافآت عديدة كالترفيه والمرح وإشباع حاجات الفرد ويعد فرصة لتواصل الفرد الخجول مع الآخرين تجعله يشعر بالرضا والارتياح بما يعزز إشباع الحاجة إلى الاهتمام والتقدير والحب الذي قد لا يتحقق على أرض الواقع. (علي وآخرون، 2019، ص25) .

ومن تم وفقا للاتجاه السلوكي فإن الممارسة والتكرار هي التي أوجدت إدمان الانترنت وهكذا فإن أي فرد يصبح عرضة لإدمان الإنترنت في أي عمر وفي أي وقت وأيا كانت الطبقة الاجتماعية أو الثقافية للفرد. فحسب الاتجاه السلوكي ليس فقط مجرد وجود الدافع أو الهدف في حد ذاته، ولكن أيضا لابد من ممارسة هذه السلوك لمرات عديدة، ثم يتم تدعيمه وتعزيزه بالشعور الداخلي الذي يتحقق للفرد بعد دخوله على الإنترنت في كل مرة، والأدهى والأمر من ذلك أن هذا الشعور لا يتغير في نوعه ولكنه يتغير

في شدته ويصبح أشد وأشد، مما يوقع الفرد في العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية. (العصيمي، 2010، ص 40).

حيث أشار سكينر للاشتراط الإجرائي إلى أن الفرد يقوم بالسلوك ويحصل إما على ثواب أو عقاب تبعاً لنوعية السلوك، وهكذا فإن الإدمان يعطي عدة مكافآت مثل: المرح والتسلية، الحب والإثارة الراحة النفسية والجسدية والمادية والهروب من مشكلات الواقع وغير ذلك مما يمكن اعتباره أنواعاً من المكافآت أو النعززات لسلوك الإدمان فكل ما يشعر الفرد بالحاجة أو الضيق أو التوتر، فإنه يرجع إلى الإنترنت وهكذا تتكون العادة وتتحوّل إلى إدمان. (غانمي، 2017، ص 66).

3-6 النظرية المعرفية:

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن إدمان الشبكة المعلوماتية يرجع إلى الأفكار والبنى المعرفية الخاطئة التي تجعل من الشبكة محور حياتها وتستعيز بها عن الواقع. (بشيش، 2018، ص 20) وتشمل هذه التشوهات المعرفية حول الذات الشك الذاتي، وانخفاض كفاءة الفرد وتقدير الذات مثل: "لا أشعر بالاحترام حينما لا أكون على الإنترنت، ولكن عندما أكون على الإنترنت فأني أفخر بنفسي"، "والإنترنت هو المكان الذي أشعر فيه بالاحترام"، فهذه التشوهات المعرفية التي يدركها الأفراد والذين يعانون من مشكلات نفسية مختلفة، يحملون مدركات سلبية عن ذواتهم وشخصياتهم، يجعلهم يفضلون الاندماج والتفاعل في الأنشطة المختلفة التي يقدمها الإنترنت لأنه يعد أقل تهديداً من التفاعل المباشر في الواقع. (القاضي، 2020، ص 123).

4-6 النظرية الطبية الحيوية:

تفترض أن هناك أنواع من الشخصية الإدمانية تسببها تغييرات في العوامل الوراثية والخلقية معينة، وتؤدي إلى اختلالات في النواقل العصبية والهرمونية وتحدث هذه التغييرات في أغلب الأحيان في حالات الاضطراب العاطفي، والتي بحكم طبيعتها تنشط النظام الكيميائي العصبي للشخص، فعلى سبيل المثال أظهرت بعض الدراسات أن اللعب على الإنترنت يؤدي إلى إطلاق الدوبامين في الأنوية العصبية، كما أشارت دراسة سولر (Suler, 1999) أن هناك بعض العقاقير التي تؤدي إلى زيادة واستثارة النشاط لدى الفرد، مما يؤدي به إلى الاستمتاع بالجلوس على شبكة الإنترنت لفترة زمنية طويلة. (قدورة، 2018، ص 37).

6-5. نظرية البحث عن الإثارة:

يرى شافيز 1996 Shaffer أن استخدام الإنترنت يرتبط بسلوك البحث عن الإثارة والذي يعد سمة فرعية من الاندفاعية التي ينظر إليها على أنها عامل مخاطرة لتطوير الإدمان على الإنترنت أو على غيره، فالأفراد الإندفاعيون يميلون لاستخدام الإنترنت كونه وسيلة لتحصيل الإثارة وربما يصبحون مدمنين على هذه الوسيلة (بن عمارة، 2014، ص94) .

6-6. النظريات المفسرة للاكتئاب :

نظرا لانتشار هذا المرض في كل فئات العمر وامتداده عبر العصور فقد نال حظه من التفسير بهدف الوقوف على أسباب حدوثه، كميّات حدوثه، أشكاله، انتشاره تشخيصه وتطوره وعلاجه. ونجد مختلف النظريات التي فسرت المرض تركز على الجانب البيولوجي العضوي أو النفسي أو البيئي (المحيط) .

6-7. النظرية العضوية، الطب العقلية:

تعتقد هذه النظرية منذ القدم أن سبب المرض، هو زيادة في الأخلط التي ذكرها هيبوقراط منذ القدم حيث كان يعتقد أنها سبب الأمراض كلها، وأنها مرض جسمي كباقي الأمراض الجسمية الأخرى وبعده جريزنجر وكر ابلان . (قويدر، 2018، ص80) .

6-8. النظريات السيكلوجية في تفسير الاكتئاب:

يعتبر فرويد سيغمون S.Freud أن هناك ارتباطا بين الحداد والسوداوية والهوس إلى حد أنهما يمكن تسجيلها في نسق ..واحد يحدد فرويد هذا المعنى في كتابه الذي ألفه سنة 1917 La metapsychologie " ما وراء النفس والذي ضمنه تحليلا عميقا لتلك العلاقة التي تربط وتفرق بين مفهوم الحداد والسوداوية، أين يعتقد ان " هناك تقاربا بين الحالتين السوداوية وعمل الحداد لان كلاهما يخضع لشروط وعوامل تساعد في ظهوره الحداد" هو رد فعل نتيجة فقدان شخص عزيز أو موضوع له علاقة بفكرة أو حرية فكرة شيء مثالي. الفعل ذاته يثير لدى العديد من الأشخاص هذا الشعور. وهذا يجعلنا نشك في وجود استعداد مرضي لحالة سوداوية بدل عمل الحداد [...] السوداوية تتميز من وجهة نظر نفسية باكتئاب وبمعاناة عميقة، إقصاء الاهتمام بالعالم الخارجي، فقدان القدرة على الحب، كف لكل

نشاط وانخفاض في مشاعر تقدير الذات والتي تظهر في تأنيب الذات واحتقار الذات وتذهب إلى التوقع الهذيانى للعقاب . (قويدر، 2018، ص 82) .

6-9 النظرية المعرفية:

تقوم النظرية المعرفية على العمليات المعرفية وتحليل المعلومات التي تصل إلى الدماغ ومن ثم فالسلوك هو نتاج هذه العمليات وقد ظهرت بعد النظرية السلوكية سنة 1960 وأسس بذلك تخصصا يدعى علم النفس المعرفي والذي يقوم على تيارين :

الأول: يهتم بمحتويات الأفكار المرضية خاصة الاكتئاب وقد أعطى مكانة للعلاج المعرفي، باعتباره يستثمر الوظائف المعرفية في عمليات العلاج .

الثاني: له هدف تحليلي للسيرورات المعرفية واختلالات وظائفها في علم النفس المرضي في الميادين الأساسية التالية: الإدراك، الانتباه الذاكرة، اللغة، والاتصال خاصة في الدراسات عن الفصام التي أخذت نصيبا كبيرا منها" حسب Bayle-dyHar 1994 هناك ثلاث أهداف أساسية تميز التيار الثاني :

- معرفة الاختلال الوظيفي المعرفي الخاص بالاضطراب العقلي.

- شرح الإصابات المعرفية للاضطرابات العقلية محل التساؤل أو بعض المجموعات العرضية.

- ربط الإصابات المعرفية بالوظائف العصبية .

المقاربات المعرفية لاضطرابات المزاج لها دائما مرجعية نظرية للصلاحيات التي تم إيجادها في شكلها الكامل من طرف سولغمان Seligman ووينر Wiener حول مفهوم "تعلم" العجز" في تفسير اعراض الاكتئاب، حيث تقوم هذه النظريات بشرح الوظيفة المعرفية للفرد على أساس وظائف نوعية تمنحها أصلا تهتم بالاتجاهات المنسوبة للفرد تجاه الأحداث. مبدئيا، هذه النظريات هي الفشل أو النجاح . (قويدر، 2018، ص 90_91) .

6-10 نظرية البيئة الاجتماعية:

وهي تركز على بعد سيكولوجي يتمثل في رد الفعل تجاه موقف ما أو حادث ما وكيف للمحيط أن يحدد له معنى إيجابيا أو سلبيا وعليه تتم الاستجابة إما بالقبول أو بالرفض أو البقاء في موقف لم يحدد من خلاله إلا في الطب العقلي الأمريكي والمرضي الناتج عن نمط رد الفعل ناتجة عن أسباب عديدة

للمحيط. في سنة 1909 استعمل مفهوم علم النفس البيولوجي psychobiologies خاصة عند الاعتماد على الأدوية في عملية العلاج لأنه سبب الإحباط والاهتمام بحياة الشخص أين تكمن الأهمية في جمع المعطيات حول معاش الحالة. وقد تم استحداث مفهوم "حدث حياتي" المترجمة من الكلمة الانجليزية life events" ويركز Daniel widlocher على أن كل أحداث الحياة مهمة مثل الحوادث الوجودية سلبية وإيجابية والسلوكات اليومية في الحياة والتي تشكل هي بدورها خطرا للإصابة ببعض الاكتئابيات فهذه الحوادث عندما تكون متكررة ومستديمة، مما يحدث شعورا سلبيا في نفسية المريض ويعتقد انه مركز هذه الاحداث تتمثل في (فقدان شخص، فقدان حرية، حق معين، عمل، مشروع) ايجابية (زواج، ميلاد، مشروع مالي). (قويدر، 2018، ص94_ 95) .

7- الدراسات السابقة:

الدراسات السابقة المتعلقة بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

7-1.دراسة اسامة حسن جابر عبد الرزاق،(2020) بعنوان علاقة ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بالشعور بالالمستخد القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة

هدفت الدراسة لمعرفة علاقة ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بكل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي، كما هدفت الدراسة لمعرفة الفروق بين الطلاب والطالبات في كل من ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية بالاضافة إلى معرفة منبهات ادمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي، حيث تم اختيار عينة دراسة تقدر ب (118) طالبة وطالب من جامعة نجران، بتطبيق مقياس ادمان وسائل التواصل الاجتماعي ومقياس شعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي بالاعتماد على المنهج الوصفي توصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة ذات دلالة احصائية بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية، كما اشارت نتائج البحث إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في كل من ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي، بالاضافة إلى انه لم توجد فروق ذات دلالة احصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في الشعور بالوحدة النفسية.

7-2 دراسة مريم مراكشي (2018) بعنوان استخدام شبكات مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة لدى الطلبة الجامعيين

هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية حيث تم اختيار عينة دراسة تقدر ب (240) طالبا من طلبة جامعة محمد خيضر بالجزائر بالاعتماد على المنهج الوصفي، حيث توصلت دراسة إلى انه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، كما لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغير النوع، في حين وجدت فروق ذات دلالة احصائية في درجات الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغير السن.

7-3 دراسة آرين كار بنسكي (2014) :

هدفت الدراسة لمعرفة اثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التحصيل الدراسي لطلبة الجامعات حيث طبقت الدراسة على (290) طالبا جامعيًا و(79) من الطلاب الجامعيين الذين شملتهم الدراسة اعترفوا بأن ادمانهم على مواقع التواصل الاجتماعي اثر سلبيا على تحصيلهم الدراسي، وقد تم استخدام الاستبيان كأداة دراسة للحصول على المعدلات العامة لطلبة افراد العينة واستخدام برنامج الاحصاء للعلوم الاجتماعية (spss) من اجل معالجة البيانات، ومن اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسة إلى انه كلما زاد الوقت الذي يمضيه الطالب الجامعي في تصفح هذه المواقع كلما تدنت درجاته في الامتحانات اضافة إلى ان الاشخاص الذين يقضون وقتا اطول على الانترنت يخصصون وقتا اقصر للدراسة .

7-4 دراسة العوادة : (2010) بعنوان اثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بمستوى الاغتراب النفسي لدى الطالب الجامعي،

هدفت الدراسة إلى التعرف على استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بمستوى الاغتراب النفسي لدى الطالب الجامعي حيث طبقت الدراسة على (150) طالبا من جامعة الكويت، تم استخدام المنهج الوصفي للدراسات المسحية و (50) طالب العينة الاستطلاعية وتم تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين احدهما من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي والاخرى غير مستخدمة، حيث توصلت نتائج الدراسة بأن الطلاب غير المستخدمين لشبكات التواصل الاجتماعي يتميزون بمستوى اغتراب نفسي اعلى من مجموعة الطلاب مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي من الطلاب الكويتيين، ووجود علاقة عكسية بين استخدام شبكة التواصل الاجتماعي ومستوى الاغتراب النفسي لدى الطلاب الكويتيين.

الدراسات السابقة المتعلقة بالاكنتاب :

5-7 دراسة (Aidan Schmitt 2020): بعنوان التعلق العاطفي وشبكات التواصل الاجتماعي والشعور بالاكنتاب لدى المراهقات.

هدفت الدراسة إلى البحث في انماط التعلق العاطفي واستخدامات شبكات التواصل الاجتماعي واعراض الاكنتاب بين المراهقات في الولايات المتحدة الامريكية، حيث تتصف الفتيات المراهقات بكونهن اكثر عرضة للإصابة بالاكنتاب حيث استخدمت الدراسة اداة الاستبيان بالتطبيق على عينة من المراهقات يصل عددهن إلى (102)، واكدت الدراسة في نتائجها الارتباط بين ملكية الفتيات لحسابات عبر مواقع التواصل الاجتماعي وارتفاع قلقهن بشأن التعلق العاطفي واصابتهن بأعراض الاكنتاب، وان المبحوثات المنعزلات اللاتي لديهن حساب واحد فقط عبر مواقع التواصل الاجتماعي كن اقل شعورا بالاكنتاب، حيث ظهرت الفتيات المنعزلات عن وسائل التواصل الاجتماعي اكثر وقاية من اعراض الاكنتاب مقارنة بالفتيات اللاتي يرتفع لديهن مستوى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالقلق.

6-7 دراسة: (Ana-maria Bucur & Liviu P. Dinu (2020) بعنوان الكشف عن البدايات المبكرة للاكنتاب من خلال نصوص شبكات التواصل الاجتماعي

هدفت الدراسة إلى البحث عن حالات الاكنتاب عبر شبكات التواصل الاجتماعي، من خلال ما يقدمه المستخدمون من منشورا وتتبع اهمية الدراسة من محاولة الحد من التأثيرات السلبية النفسية لشبكات التواصل الاجتماعي، وتم تطبيق الدراسة على 125 مستخدما مكتئبا و 752 مستخدما غير مكتئب، واكدت النتائج ارتفاع عدد الموضوعات والتعليقات التي يكتبها المستخدمون الذين لا يشعرون بالاكنتاب مقارنة بالمستخدمين المكتئبين، مع وجود فروق ذات دلالة احصائية في كتابة الموضوعات اعتمادا على الصحة النفسية للمستخدمين، حيث يقدم المستخدمون الذين لا يشعرون بالاكنتاب موضوعات تختلف عما يقدمه المستخدمون المكتئبون؛ فيرتفع تركيز المستخدم المصابين بالاكنتاب في كتاباتهم على مشاعرهم وأحداث حياتهم، ويستخدمون كلمات مثل يقتل سيئ، لا يستطيع أبدا، أنا حزين ما زلت لا أستطيع أتمنى ذات يوم"، في حين يهتم المستخدمون الذين لا يشعرون بالاكنتاب بالكتابة عن موضوعات مختلفة، مثل هواياتهم، ويستخدمون كلمات تدل على أسماء الفنانين ووسائل لكسب المال .

7-7 دراسة مهدي (2020): بعنوان: " الآثار النفسية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة

هدفت الدراسة في مجملها إلى التعرف على الآثار النفسية والاجتماعية التي يسببها إدمان الانترنت ومواقع التواصل الاجتماعي لطلاب الجامعة، حيث تكونت عينة الدراسة من (240) طالب وطالبة في جامعة القاهرة، وقد اختيرت هذه العينة بالطريقة العشوائية، ولجمع البيانات استخدم الباحث الاستبانة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الآثار النفسية، ووجود علاقة ارتباطية بين سوء استخدام المواقع والشعور بالاغتراب النفسي.

7-8 دراسة Tov-Mazuz, Elad Yom Keren (2019) بعنوان "رصد الاتجاه نحو الشعور بالوحدة من خلال تحليل شامل لمنشورات شبكات التواصل الاجتماعي

هدفت الدراسة إلى البحث في العلاقة بين الشعور بالوحدة واستخدام منتديات التواصل الاجتماعي، من خلال إجراء دراسة تحليلية للمضامين المنشورة عبر منتديات التواصل للتعرف على اتجاه المستخدمين نحو الشعور بالوحدة حيث تم جمع بيانات الدراسة باستخدام أداة تحليل المضمون بالتطبيق على 19668 منشوراً تم نشرها خلال مدة تصل إلى أربع سنوات منذ الأول من يناير 2015 حتى 31 ديسمبر 2018)، وانتهت الدراسة في نتائجها إلى أن درجة الشعور بالوحدة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بنشر مضامين حول الانتحار وغير ذلك من السلوكيات السلبية، مثل الاكتئاب وتعاطي المخدرات، في حين يرتبط الانخفاض في درجات الشعور بالوحدة بانخفاض نشر هذه المضامين. وأكدت النتائج أيضاً أن الأشخاص الذين ينشرون مضامين حول الوحدة، تكون لديهم اهتمامات وخلفيات فكرية متنوعة وأن هذه المضامين تكون أكثر ارتباطاً بالاضطرابات النفسية الخطيرة بدرجات متفاوتة.

- الدراسات السابقة المتعلقة بالمتغيرين معا:

7-9 دراسة عبد الله الصباني (2018): بعنوان العلاقة بين الافراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والاكتئاب بين طلاب كلية الطب وجامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية،

هدفت الدراسة التي تقيم العلاقة بين الافراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالاكتئاب لدى طلاب الجامعات، حيث تم اجراء الدراسة على عينة عشوائية من طلاب وطالبات كلية الطب في جامعة "الملك خالد" بالسعودية باستخدام مقياس الاكتئاب اضافة إلى الاستبيان الالكتروني عبر مجموعات الواتس آب الخاصة بالطلاب، وبلغ حجم العينة (239) طالب حيث توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط ضعيف بين مدة استخدام الانترنت والشعور بالاكتئاب واوضحت ان طلاب الطب اكثر

عرضة للإصابة بالاكنتاب نتيجة الاجهاد، وازافت النتائج ارتفاع نسبة انتشار الاكنتاب بين الطلاب وان الطالبات اكثر عرضة للشعور بالاكنتاب مقارنة بالطلاب .

7-10 دراسة صبا منير (2018) : بعنوان امان الانترنت وعلاقته بالاكنتاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة

وقد هذفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين امان الانترنت وبين الاكنتاب والوحدة النفسية، والكشف عن الفروق في مستوى امان الانترنت تبعا لمتغير النوع والعمر حيث تم اختيار عينة دراسة تقدر ب (500) طالب وطالبة من الجامعات الفلسطينية، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة طردية ذات دلالة احصائية بين امان الانترنت والاكنتاب لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة، ووجود علاقة طردية ذات دلالة احصائية بين امان الانترنت والوحدة النفسية لدى طلبة في جامعات .

7-11 دراسة الحوسيني بعنوان علاقة امان الانترنت بالاعزلة الاجتماعية والاكنتاب لدى طلبة جامعة عمان : (2011)

حيث هذفت الدراسة إلى بحث عن علاقة امان الانترنت بالاعزلة الاجتماعية والاكنتاب لدى طلبة الجامعة، تم اختيار عينة دراسة (346) طالب من جامعة نزوى في سلطنة عمان، بالاعتماد على المنهج الوصفي توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة احصائية في امان الانترنت لدى افراد عينة الدراسة تعزى للنوع الاجتماعي والتخصص الدراسي لصالح الطالبات وتخصص العلوم والادب اضافة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائية بين امان الانترنت والاعزلة الاجتماعية ايضا وجود فروق دالة احصائية بين المتوسطات الحسابية للاعزلة الاجتماعية لدى افراد عينة الدراسة تعزى إلى اختلاف درجات امانهم على الانترنت.

7-12 دراسة هذيل رشيد (2016) : بعنوان مستوى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بظهور اعراض القلق والاكنتاب لدى طالبات كلية التربية في جامعة المجمعة في المملكة العربية السعودية.

هذفت الدراسة إلى التعرف على مستوى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية في جامعة المجمعة وكذلك التعرف على ابرز اعراض القلق والاكنتاب التي تظهر على طالبات كلية التربية تبعا لمستوى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، كما هذفت الدراسة إلى التعرف ما اذا كان هناك علاقة ارتباطية بين مستوى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي واعراض القلق والاكنتاب لدى

الطالبات، حيث تم اختيار عينة دراسة تقدر ب (200) طالبة، توصلت نتائج الدراسة إلى ان افراد عينة الدراسة سجلوا درجات يمكن اعتبارها متوسطة الشدة على ثلاثة اعراض من اعراض القلق العام وهي : الشعور بالتوتر، الشعور بالضيق، والشعور بالارهاق ولم يكن هناك ارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس التواصل الاجتماعي مع اي من مقياس سمة وحالة القلق، ولم يكن هناك ارتباط بين الدرجة الكلية على مقياس التواصل الاجتماعي والدرجة الكلية على مقياس الاكتئاب .

8-التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال الدراسات السابقة يمكن القول ان استفادتنا تمثلت في النقاط التالية :

- الجانب النظري الخاص بكل من متغير ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومتغير الاكتئاب .
- كما افادتنا في ضبط وصياغة فرضيات الدراسة .
- اختيار المنهج المناسب الذي سنقوم بتباعه لإجراء الدراسة .
- افادتنا ايضا في طريقة اختيار العينة التي سيتم اجراء الدراسة عليها.

معرفة مدى اهمية علاقة ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب اللذان يؤثران في حياة الفرد، أما بالنسبة للمنهج المستخدم تناولت المنهج الوصفي فهو اما مسحي أو وصفي تحليلي أو مقارنة، أما بالنسبة للمعالجة الاحصائية للبيانات فقد تنوعت وهذا راجع إلى هدف كل دراسة وطبيعة موضوعها، أما بالنسبة للمعالجة الاحصائية للبيانات فقد تنوعت وهذا راجع لطبيعة الموضوع والمنهج المستخدم في كل دراسة، كما لخصت معظم الدراسات المقدمة إلى وجود علاقات دالة احصائية، بين المتغيرين أو الجنسين وجميعها يمكن الاستفادة منها في دراستنا هذه، في ما يخص. تحليل النتائج المتحصل عليها لاحقا .

8-1 مميزات الدراسة الحالية :

تعتبر هذه الدراسة المتواضعة امتدادا للدراسات السابقة التي ساعدتنا في انجاز هذه المذكرة الا ان ما يميزها هو التطرق بالتفصيل لموضوع ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمستوى الاكتئاب لدى الطالب الجامعي.

الفصل الثاني:

الطريقة والأدوات

تمهيد

1_ الدراسة الإستطلاعية

1-1- أهداف الدراسة الإستطلاعية

1-2- إجراءات الدراسة الإستطلاعية

1-3- عينة الدراسة الإستطلاعية

1-4- أدوات الدراسة الإستطلاعية وخصائصها السيكمترية

1-5- نتائج الدراسة الإستطلاعية

2- الدراسة الأساسية

2-1- مجالات الدراسة

2-2- منهجية الدراسة

2-3- مجتمع وعينة الدراسة

2-4- أدوات جمع البيانات

2-5- الأساليب الإحصائية

تمهيد:

يمتاز البحث العلمي بخطوات علمية منهجية يجب مراعاتها وذلك باختيار الإجراءات المناسبة، التي يجب إتباعها للوصول إلى نتائج دقيقة وقابلة للتعميم. وسنتطرق في هذا الفصل إلى عرض الإجراءات المنهجية المعتمدة في دراستنا الحالية والتي تتضمن المنهج المتبع وعينة الدراسة ومواصفاتها ومعرفة مدى كفاءة أدوات القياس والخصائص السيكمترية عن طريق الدراسة الاستطلاعية.

1- الدراسة الإستطلاعية:

هي عبارة عن بحث يساعد الباحث للوصول إلى الاختيارات والفرضية النهائية، وهي خطوة مهمة في البحث العلمي باعتبارها وسيلة ربط بين الباحث والميدان، وتساعده على ملاحظة عينته بطريقة مباشرة. والتأكد من مدى صحة اختبار المنهجية المتبعة وتطبيق الأدوات والخطوات وتجنب أي صعوبات متوقعة.

1-1-أهداف الدراسة الإستطلاعية:

- تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى تعميق المعرفة بالموضوع المقترح للبحث سواء من الناحية النظرية أو من الناحية التطبيقية، وتمثلت أهداف دراستنا الحالية فيما يلي:
- التعرف المبدئي على ميدان ومجتمع الدراسة من أجل ضبط العينة واختيارها.
 - معرفة العراقيل التي يمكن أن تواجه الباحث وتقاديرها من أجل العمل في بيئة ملائمة وظروف جيدة.
 - الحصول على التراخيص اللازمة من الجهات المعنية للقيام بالدراسة.
 - التعرف على أفراد مجتمع الدراسة وعينتها وتحديد بدقتها.
 - إجراء مقابلات مع أفراد من العينة.
 - الصياغة النهائية لفرضيات الدراسة، حيث تعطينا النتائج الأولية للدراسة الإستطلاعية مؤشرات لمدى ملائمة الفرضيات ومعرفة التعديلات الواجب إدخالها في حالة عدم ملائمتها.

1-2- إجراءات الدراسة الإستطلاعية:

قمنا بإجراء الدراسة في جامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعرييج- في 8ماي 2025، بعد ان تم اقتناء مقاييس الدراسة المتمثلة في مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ل الباحثة بسمة حسين عيد يونس، ومقياس الاكتئاب ل آرون بيك، قمنا كخطوة اولى بتطبيق على عينة استطلاعية مكونة من 15طالب وطالبة من طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس المدرسي والعيادي وللإشارة لم نجد اي

صعوبة في تطبيق المقاييس فقد كانت عباراته واضحة ومفهومة، بعد الوقوف على نتائج الدراسة الاستطلاعية وصلاحيه المقياسين للدراسة، شرعنا في توزيع المقاييس على افراد العينة الاساسية المتمثلة في 120 طالب وطالبة في فترة مدتها خمسة ايام .

1-3 عينة الدراسة الإستطلاعية :

تم اختيار عينة الدراسة المتكونة من 120 طالب وطالبة بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعرييج- وشملت الدراسة طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس المدرسي وعلم النفس العيادي.

1-4-أدوات الدراسة الاستطلاعية وخصائصها السيكمترية :

في هذا الفصل يتم عرض نتائج الدراسة الاستطلاعية وخصائصها السيكمترية، مع ذكر المقاييس المطبقة في هذه الدراسة .

1-5-نتائج الدراسة الإستطلاعية :

1-5-1 الخصائص السيكمترية لمقياس الاكتئاب في الدراسة الحالية:

1-5-1-1- الصدق: هو أن تقيس أداة جمع البيانات المطبقة فعلا السمة والخاصية المقاسة.

✓ حساب الصدق بطريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

لحساب هذا النوع من الصدق اتبعت الباحثة مجموعة من الاجراءات تمثلت فيما يلي:

- إيجاد الدرجة الكلية لكل فرد.

- ترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها أفراد العينة البالغ عددهم 30 فرد تصاعديا من الأدنى إلى

الأعلى.

- اعتماد المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية، بمعنى تقسيمهم إلى قسمين بناءا على درجاتهم

الكلية في الاختبارات فقسمت الدرجات إلى 27 % (الثلاث الأعلى) و 27 % (الثلاث الأدنى)، فأصبح بذلك

عدد أفراد كل مجموعة 8 أفراد واستبعدت نسبة 64 % المتحصليين على درجات وسطى، وبعدها طبقنا

اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين كما يلي:

جدول 01: معامل صدق مقياس الاكتئاب باستخدام طريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة المعمو ية sig	قيمة T	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المجموعة الدنيا	8	4.87	1.45	0.00	- 13.39	14	0.05
المجموعة العليا	8	17.62	2.26				

المصدر: اعداد الباحثين

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا بلغ (4.87)، والانحراف المعياري بلغ (1.45)، أما المتوسط الحسابي للمجموعة العليا بلغ (17.62) والانحراف المعياري بلغ (2.26)، أما قيمة "ت" لعينتين مستقلتين قدرت ب (-13.39) وهي دالة عند 0.05 وهذا يدل على أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين وهو مؤشر من مؤشرات الصدق.

حساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي:

وقد تم ذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب كما يلي:

جدول (2) يوضح معامل الارتباط كل بند بالدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب

بنود	الارتباط الدرجة الكلية	بنود	الارتباط الدرجة الكلية	بنود	الارتباط الدرجة الكلية
1	0.36**	9	0.35**	17	0.61**
2	0.31**	10	0.30**	18	0.43**
3	0.26**	11	0.48**	19	0.36**
4	0.45**	12	0.26**	20	0.37**
5	0.41**	13	0.50**	21	0.27**
6	0.29**	14	0.37**		
7	0.32**	15	0.53**		
8	0.53**	16	0.34**		

المصدر: اعداد الباحثين

من خلال هذا الجدول نلاحظ أن كل العبارات المقياس دالة عند 0.01 بمعامل ارتباط محصور بين (0.26^{**}) و (0.61^{**}) وهذا يدل على أن بنود المقياس متناسقة فيما بينها ومع الدرجة الكلية وهو مؤشر من مؤشرات الدالة على صدق المقياس.

1-4-2- الثبات: يقصد به مدى والاتساق عبرة الزمن في نتائج الأداء لدى نفس الأفراد إن أعيد تطبيق الاختبار.

✓ **حساب الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ**

تم حساب معامل الثبات بهذه الطريقة بعد تطبيق مقياس الاكتئاب على عينة الدراسة وكانت النتائج كالتالي:

- **جدول رقم (03):** يبين معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الاكتئاب

معامل ألفا كرونباخ	عدد بنود المقياس	عينة الدراسة
0.74	21	30

المصدر: من اعداد الباحثين

تم حساب ثبات المقياس باستعمال معادلة ألفا لكرونباخ للاتساق الداخلي، لأننا نريد معرفة مدى اتساق البنود لمقياس الاكتئاب، كما أن عدد البدائل هو أكثر من بديلين، وعليه نستطيع تطبيق معادلة ألفا لكرونباخ وقد بلغت قيمتها لكل بنود المقياس (0.74) وهي تشير إلى درجة عالية من الاتساق الداخلي للمقياس، وعليه المقياس يتمتع بمعامل ثبات عالي.

✓ **حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية (معامل سبيرمان براون):**

تم حساب معامل الثبات بهذه الطريقة، بعد تطبيق مقياس الاكتئاب على عينة الاستطلاعية للدراسة وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (04): يبين معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس الاكتئاب

العينة	عدد بنود المقياس	معامل الارتباط قبل التصحيح	تصحيح معامل بمعادلة سبيرمان براون
30	21	0.70	0.80

المصدر: اعداد الباحثين

قمنا بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وهي تقسيم الاختبار إلى بنود فردية وبنود زوجية وحساب الثبات عن طريق حزمة الإحصائية spss بطريقة التجزئة النصفية لاستبيان لنتحصل حسب هذا الجدول على معامل الارتباط قبل التصحيح الذي قدر ب (0.70) وبعد تصحيحه عن طريق معادلة سبيرمان براون تحصلنا على معامل ثبات قدر ب (0.80) وهي قيمة تشير إلى درجة عالية لثبات هذا الاستبيان.

1-4-2- الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الدراسة الحالية:

1-4-2-1- الصدق

✓ حساب الصدق بطريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

لحساب هذا النوع من الصدق اتبعت الباحثة مجموعة من الاجراءات تمثلت فيما يلي:

- إيجاد الدرجة الكلية لكل فرد.
- ترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها أفراد العينة البالغ عددهم 30 فرد تصاعديا من الأدنى إلى الأعلى.

- اعتماد المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية، بمعنى تقسيمهم إلى قسمين بناءا على درجاتهم الكلية في الاختبارات فقسمت الدرجات إلى 27 % (الثالث الأعلى) و 27 % (الثالث الأدنى)، فأصبح بذلك عدد أفراد كل مجموعة 8 أفراد واستبعدت نسبة 64 % المتحصلين على درجات وسطى، وبعدها طبقنا اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين كما يلي:

جدول 05: معامل صدق مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي باستخدام طريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة المعنوية sig	قيمة T	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المجموعة الدنيا	8	13.87	2.79	0.00	- 17.96	14	0.05
المجموعة العليا	8	37.50	2.44				

المصدر: اعداد الباحثين

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا بلغ (13.87)، والانحراف المعياري بلغ (2.79)، أما المتوسط الحسابي للمجموعة العليا بلغ (37.50) والانحراف المعياري بلغ (2.44)، أما

قيمة "ت" لعينتين مستقلتين قدرت ب (-17.96) وهي دالة عند 0.05 وهذا يدل على أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين وهو مؤشر من مؤشرات الصدق.

✓ حساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي:

وقد تم ذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لمقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي كما يلي:

جدول (6) يوضح معامل الارتباط كل بند بالدرجة الكلية لمقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي

الارتباط بالدرجة الكلية	بنود	الارتباط بالدرجة الكلية	بنود	الارتباط بالدرجة الكلية	بنود
0.42**	21	0.26**	11	0.50**	1
0.55**	22	0.60**	12	0.40**	2
0.62**	23	0.41**	13	0.33**	3
0.46**	24	0.47**	14	0.53**	4
0.59**	25	0.54**	15	0.52**	5
0.48**	26	0.64**	16	0.59**	6
0.47**	27	0.58**	17	0.36**	7
0.48**	28	0.54**	18	0.63**	8
0.47**	29	0.39**	19	0.43**	9
0.67**	30	0.44**	20	0.42**	10

المصدر: اعداد الباحثين

من خلال هذا الجدول نلاحظ أن كل العبارات المقياس دالة عند 0.01 بمعامل ارتباط محصور بين (0.26**) و(0.67**) وهذا يدل على أن بنود المقياس متناسقة فيما بينها ومع الدرجة الكلية وهو مؤشر من مؤشرات الدالة على صدق المقياس.

1-4-2-2- الثبات:

حساب الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ

تم حساب معامل الثبات بهذه الطريقة بعد تطبيق مقياس ادمان مواقع اتواصل الاجتماعي على عينة الدراسة وكانت النتائج كالتالي:

- جدول رقم (03): يبين معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس ادمان مواقع اتواصل الاجتماعي

عينة الدراسة	عدد بنود المقياس	معامل ألفا كرونباخ
30	30	0.82

المصدر: من اعداد الباحثين

تم حساب ثبات المقياس باستعمال معادلة ألفا لكرونباخ للاتساق الداخلي، لأننا نريد معرفة مدى اتساق البنود لمقياس ادمان مواقع اتواصل الاجتماعي، كما أن عدد البدائل هو أكثر من بديلين، وعليه نستطيع تطبيق معادلة ألفا لكرونباخ وقد بلغت قيمتها لكل بنود المقياس (0.82) وهي تشير إلى درجة عالية من الاتساق الداخلي للمقياس، وعليه المقياس يتمتع بمعامل ثبات عالي.

✓ حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية (معامل سبيرمان براون):

تم حساب معامل الثبات بهذه الطريقة، بعد تطبيق مقياس ادمان مواقع اتواصل الاجتماعي على عينة الاستطلاعية للدراسة وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (04): يبين معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس ادمان مواقع اتواصل الاجتماعي

العينة	عدد بنود المقياس	معامل الارتباط قبل التصحيح	تصحيح معامل بمعادلة سبيرمان براون
30	30	0.73	0.84

المصدر: اعداد الباحثين

قمنا بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وهي تقسيم الاختبار إلى بنود فردية وبنود زوجية وحساب الثبات عن طريق حزمة الإحصائية spss بطريقة التجزئة النصفية لاستبيان لنتحصل حسب هذا الجدول على معامل الارتباط قبل التصحيح الذي قدر ب (0.74) وبعد تصحيحه عن طريق معادلة سبيرمان براون تحصلنا على معامل ثبات قدر ب (0.84) وهي قيمة تشير إلى درجة عالية لثبات هذا الاستبيان.

2-الدراسة الأساسية :

2-1 مجالات الدراسة:

ان تحديد مجالات الدراسة يسهل القارئ الاطلاع على مكان وزمان إجراء الدراسة .

المجال المكاني : اقتصرت الدراسة على علم النفس المدرسي وعلم النفس العيادي في مستوى جامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريريج .

-المجال البشري: تناولت الدراسة الحالية عينة قدرها (120) طالب وطالبة من الجامعة .

-المجال الزمني: طبقت الدراسة 8 ماي 2025 . 2026

2_2 منهجية الدراسة:

يعتبر منهج الدراسة من الطرق التي تساعد في البحث والوصول إلى الحقيقة العلمية، ولا يمكن الاستغناء عنه لأنه الطريقة التي يصل بها الباحث إلى ما يجهله أو من أجل البرهنة والتأكيد عما يعرفه، فبدون المنهج يكون البحث عبارة عن تجميع للمعلومات فقط، وتختلف المناهج الدراسية المستخدمة باختلاف مواضيع البحث وتنوع المتغيرات المدروسة ويتوقف اختيار نوع المنهج الذي يمكن استخدامه في معالجة متغيرات أي بحث على طبيعة وأهداف المشكلة التي يعالجها والإمكانيات المتاحة في جمع المعلومات.

من خلال هذه الدراسة التي تهدف إلى كشف العلاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس ووفقا لطبيعة الموضوع والمشكلة التي نحن بصدد دراستها فإننا نعتمد على المنهج الوصفي التحليلي الاستكشافي للوصول إلى إجابات على تساؤلات مشكلة البحث. فالمنهج الوصفي يعرف على انه منهج مستقل بذاته له أعراض محددة وتقنيات خاصة مع إمكانية وصف إطارا عاما تتدرج تحته الأساليب البحثية الأخرى.

3-2- مجتمع وعينة الدراسة:

بعد تحديد مشكلة الدراسة وفرضياتها لابد من تحديد مجتمع الدراسة وهو الذي يسحب منه الباحث عينته، وهو مجموعة من المفردات التي تشترك في صفات وخصائص محددة ومعينة.

مجتمع الدراسة :

يعرف مجتمع الدراسة بأنه مجموعة من المفردات التي تشترك في صفات وخصائص محددة من طرف الباحث، والذي يشمل جميع مفردات الدراسة، هو المجتمع الذي يسحب منه الباحث عينة بحثه، انه الكل الذي يرغب في دراسته، لكن تم جمع البيانات من جزء فقط من مفرداته ويسمى العينة.

اجريت هذه الدراسة على طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس المدرسي وعلم النفس العيادي بجامعة محمد البشير الابراهيمي ولاية _ برج بوعريريج_ لذلك فإن مجتمع الدراسة الحالية يتضمن كافة طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس خلال السنة الدراسية (2025_2026)، منهم (طلاب) و(طالبات) .

عينة الدراسة:

تعتبر العينة نموذجاً يشمل جزء أو جانب من وحدات المجتمع الأصلي المعني بالبحث، وتكون ممثلة له، تحمل صفاته المشتركة وهذا النموذج أو الجزء يغني الباحث عن دراسة كل وحدات مفردات المجتمع الأصلي، وفي الدراسة الحالية اعتمدنا على العينة القصدية البسيطة.

تمثلت عينة الدراسة في مجموعة من الطلاب (ذكور، إناث) سنة ثالثة ليسانس علم النفس المدرسي وعلم النفس العيادي وذلك بجامعة محمد البشير الابراهيمي ولاية برج بوعريريج، وبلغت عينة الدراسة (120) طالب وطالبة .

عرض خصائص العينة وفقاً للمتغيرات الدراسية :

نقوم في هذا العنصر بعرض السمات العامة لعينة الدراسة في جداول والتعليق عليها، (بإستنتاج أرقامها) وتمثيلها بأشكال بيانية وفقاً لكل من متغير الجنس والتخصص .

1- وفقاً لمتغير الجنس :

الجدول رقم (8) يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس :

النسبة	التكرار	الجنس
22.5%	27	ذكور
77.5%	95	الاناث

يظهر من خلال الجدول رقم (8) ان الذكور يمثلون نسبة 27% من عينة الدراسة، بينما تمثل

نسبة الاناث 95% من العينة، حيث ان نسبة الاناث اعلى مقارنة بنسبة الذكور كما هو ممثل في

الشكل :

الشكل رقم (1) تمثيل بياني يمثل توزيع مفردات العينة حسب متغير الجنس .



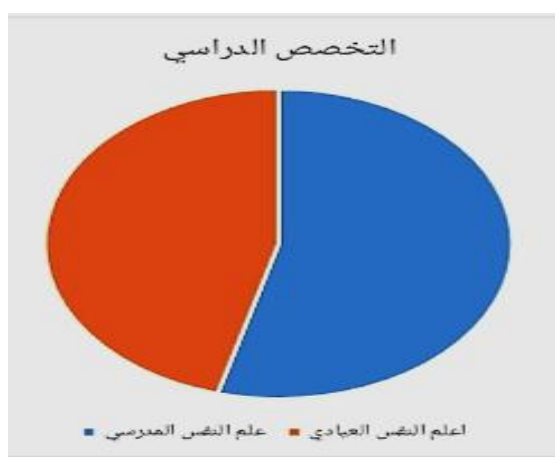
2- وفقا للمتغيرات التخصص:

الجدول رقم (9) يمثل توزيع افراد العينة حسب التخصص .

النسبة	تكرار	تخصص
45,8 %	55	عيادي
54,2 %	65	مدرسي

يظهر من خلال الجدول رقم (2) ان التخصص المدرسي يمثل نسبة 54% من التخصص الدراسي، بينما العيادي يمثل نسبة 45% وهذا يعني ان تخصص علم النفس المدرسي اعلى قليلا من علم النفس العيادي كما هو ممثل في الشكل :

الشكل رقم (2) تمثيل بياني يمثل توزيع مفردات العينة من حيث التخصص.



4- أدوات جمع البيانات :

يركز الباحث على تقنيات وأدوات لجمع المعطيات والبيانات الخاصة بالظاهرة المراد دراستها، واختيار للتقنيات والوسائل المتعددة علميا يتوقف أساسا على طبيعة موضوع الدراسة والهدف المراد الوصول إليه.

وبما اننا بصدد معرفة العلاقة الارتباطية بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس، وتماشيا مع طبيعة الموضوع للتحقق من فرضيات الدراسة تم استخدام في الدراسة الحالية مقياسين هما :

- مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي .
- مقياس الاكتئاب .

5- الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- تضمن هذا الفصل المنهج المتبع في دراستنا والأساليب الإحصائية المستخدمة حيث استخدمنا في دراستنا مجموعة من الأساليب الإحصائية في تحليل البيانات، وذلك بغرض معرفة العلاقة بين متغيرات الدراسة حيث تم الاعتماد على :

- برنامج SPSS في التعامل إحصائيا مع بيانات الدراسة.

معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة الارتباطية بين متغيري الدراسة .

إختبار (TTEST) لحساب الفروق بين الجنسين على مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلى مستوى الاكتئاب

اختبار (T.TEST) لعينتين مستقلتين للتعرف على الفروق بين التخصصين علم النفس المدرسي والعيادي

- إختبار (TT.TES) لعينة واحدة من أجل التعرف على مستوى كل من ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات الأدوات.

خلاصة الفصل :

من خلال إجراءات الدراسة الاستطلاعية لميدان الدراسة، تم التعرف على إمكانية تطبيق الدراسة الأساسية مع التأكد من وجود العينة المراد تطبيق أدوات الدراسة عليها بالخصائص المناسبة، والتحقق من الخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة الصدق "الثبات ومن ثم تطبيق الأدوات على العينة الأساسية.

الفصل الثالث:

نتائج الدراسة

تمهيد .

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها في ضوء الفرضيات والتراث النظري.

1-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرئيسية الاولى وتفسيرها.

2-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها.

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها.

4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة وتفسيرها.

5-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة وتفسيرها.

6-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة وتفسيرها.

7-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السابعة وتفسيرها.

2- استنتاج عام.

3- مقترحات الدراسة

تمهيد:

يتناول هذا الفصل عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج التي تم التوصل إليها من تطبيق الدراسة الميدانية على طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعرييج- (2025)، وذلك من خلال الكشف عن وجود علاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس المدرسي والعيادي، بعد معالجة هذه النتائج بهدف الاجابة عن اسئلة الدراسة واختبار الفرضيات المتعلقة بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب تبعاً لمتغير الجنس ومتغير التخصص، ومن ثم مناقشتها من خلال ما توصلت اليه الدراسات السابقة والتراث النظري في هذا الشأن.

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها في ضوء الفرضيات والتراث النظري.

1-1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى وتفسيرها:

تنص على أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعرييج- .

*جدول رقم (17) يبين معامل بيرسون للعلاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس

القرار الإحصائي	معامل الارتباط بين المتغيرين	متغيرات الدراسة
دالة إحصائية	0.39**	ادمان مواقع التواصل الاجتماعي
		مستوى الاكتئاب

مصدر: من اعداد الباحثان

من خلال الجدول يتضح أن معامل الارتباط بين مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب قدر ب (0.39**) هي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يعني وجود العلاقة دالة إحصائية بين مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل

الفرضية البديلة، التي تنص على: وجود علاقة ارتباطية بين مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي.

التفسير 1: يمكن تفسير هذه النتيجة الى وجود علاقة ارتباطية بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي و مستوى الاكتئاب ما يعكس لدى الطلاب الذين يقضون وقتا مفرطا على هذه المنصات اكثر عرضة للشعور بالحزن و العزلة و تدني تقدير الذات و اتفقت نتيجة الدراسة مع دراسة مريم مراكشي " 2014 على انه توجد علاقة بين مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي و درجة الاكتئاب .

1-2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص على أن مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعرييج- مستوى مرتفع.

لمعرفة مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي، نقوم بحساب المتوسط الحسابي الفرضي للدراجات الكلية في مقياس مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لعينة الدراسة ونقوم بتطبيق اختبار (T) لعينة واحدة لدرجات مقياس مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لهذه الدراسة .

جدول(10) يوضح اختبار T لعينة واحدة للفروق بين المتوسط الحسابي الفرضي والمتوسط الحسابي لمقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي.

و يمكن تفسير هذه النتيجة بأن مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي مستوى منخفض ،اي انه لا يصل الى حد الادمان المرضي او المؤثر سلبا على مجالات الحياة المختلفة (الأكاديمية _النفسية _الاجتماعية) وهذا الانخفاض يمكن تفسيره بعدة عوامل منها ارتفاع وعي الطلاب بأضرار الاستخدام المفرط لهذه الوسائل أو انشغالهم بالتحصيل العلمي في المرحلة الجامعية واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة نواف شتيوي الزبون 2018 على أن مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي منخفض ،ودراسة مشاغل الحسين 2019 تؤكد على ان مستوى الادمان مرتفع .

المتغير	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى المعنوية sig	اختبار T	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي	120	30	23.83	10.89	0.00	-6.19	119	دالة

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي الفرضي يقدر ب (30) والمتوسط الحسابي يقدر ب (23.83) والانحراف المعياري قدر ب (10.89)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (-6.19) عند درجة حرية (119)، وهي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ومنه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، أي أنو توجد فروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي.

وبمقارنة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة الذي قدر ب (23.83) مع المتوسط الحسابي الفرضي الذي قدر ب (30) نرى أنه اصغر منه وأن اختبار T " دال احصائيا فهذا يدل على أن مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعرييج- هو مستوى منخفض.

1-3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

تنص على أن مستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعرييج- هو مستوى مرتفع.

لمعرفة مستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعرييج-، نقوم بحساب المتوسط الحسابي للدراجات الكلية في مقياس مستوى الاكتئاب لعينة الدراسة ونقوم بمقارنتها مع مستويات مقياس الاكتئاب لهذه الدراسة .

جدول (19) يوضح المتوسط الحسابي لمقياس الاكتئاب هذه الدراسة

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستويات الاكتئاب	
مستوى الاكتئاب	120	11	6.68	من 0 - 9	لا يوجد اكتئاب
				من 10 - 15	اكتئاب بسيط
				من 16 - 23	اكتئاب متوسط
				من 24 - 36	اكتئاب شديد
				37 فما فوق	اكتئاب شديد جدا

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي يقدر ب (11) والانحراف المعياري قدر ب (6.68)، أما.

وبمقارنة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة الذي قدر ب(11) مع مستويات الاكتئاب نرى أنه يقع في المجال (10- 15) وهذا يدل على أن مستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي -برج بوعرييج- هو ذو مستوى اكتئاب منخفض. ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن درجة الاكتئاب لدى الطلاب مستوى بسيط، قد تكون ناتجة عن ضغوط الدراسة أو الحياة اليومية، لكنها لا تصل إلى مرحلة الاكتئاب، ويمكن تفسير ذلك بوجود دعم اجتماعي كافا من الأسرة أو الزملاء، واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة عبد الكريم (2018) على أنه مستوى الاكتئاب بسيط وخفيف. ودراسة مشاعل الحسين (2019) تؤكد أن مستوى درجة الاكتئاب مرتفعة .

1-4- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

تتص على وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس.

جدول(20): يبين اختبار (T) للفروق بين طلبة الجامعة في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تبعا لمغير الجنس.

الجنس	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى دلالة
ذكور	27	25.25	10.54	0.51	0.44	0.77	118	غير دالة
اناث	93	23.41	11.01					

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي للجنس الذكور يقدر ب (25.25) والانحراف المعياري قدر ب (10.54)، أما المتوسط الحسابي لجنس إناث فكان (23.41) بينما الانحراف المعياري كان (11.01)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (0.77) عند درجة حرية (118)، وهي غير دالة إحصائية ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين

طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس.

و يمكن تفسير هذه النتيجة بأن لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس اي ان الذكور والاناث في عينة الدراسة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي بمستوى ادمان متقارب ولا توجد فروق جوهريّة بين الجنس ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن مواقع التواصل الاجتماعي اصبحت جزءا يوميا من حياة جميع الشباب ذكورا واناثا ويستخدم لأغراض متشابهة كالترفيه والتواصل ومتابعة الاخبار وهذا ما أكدته دراسة صديقي (2021) على انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس. ودراسة أسماء فراح (2017) أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس .

1-5- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

تتص على وجود فروق دالة إحصائية بين بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير الجنس.

جدول(21): يبين اختبار (T) للفروق بين طلبة الجامعة في مستوى الاكتئاب تبعا لمتغير الجنس.

الجنس	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى دلالة
ذكور	27	13.07	6.50	0.13	0.06	1.85	118	غير دالة
اناث	93	10.39	6.64					

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي للجنس الذكور يقدر ب (13.07) والانحراف المعياري قدر ب (6.50)، أما المتوسط الحسابي لجنس إناث فكان (10.39) بينما الانحراف المعياري كان (6.64)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (1.85) عند درجة حرية (118)، وهي غير دالة إحصائية ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير الجنس.

يمكن تفسير هذه النتيجة انه لا توجد فروق دالة احصائية في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير الجنس، اي ان الطلبة بغض النظر عن جنسهم يخضعون لنفس الضغوط الاكاديمية ، و مخاوف المستقبل و تحديات الحياة الانتقالية من المراهقة الى الرشد ، هذا ما يؤدي الى تقارب في مستوى الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب، اضافة الى تغير الادوار الاجتماعية و الثقافية

في المجتمعات الجامعية الحديثة، قد تتقلص الفروقات التقليدية بين الذكور والإناث من حيث التعبير عن المشاعر أو التعامل مع الضغوط النفسية، وهو ما قد يفسر تشابه مستويات الاكتئاب بين الجنسين. و هذا ما اكدته دراسة الغامدي 2012 على انه لا توجد فروق دالة احصائية في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير الجنس ، و دراسة ابراهيم 2014..انه توجد فروق دالة احصائية في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير الجنس .

1-6- عرض ومناقشة نتائج الفرضية السادسة:

تنص على وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير التخصص

جدول(22): يبين اختبار (T) للفروق بين طلبة الجامعة في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تبعا لمغير التخصص.

التخصص	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى دلالة
علم النفس المدرسي	65	24.86	10.21	1.42	0.26	1.12	118	غير دالة
علم النفس العيادي	55	22.61	11.63					

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لتخصص علم النفس المدرسي يقدر ب (24.86) والانحراف المعياري قدر ب (10.21)، أما المتوسط الحسابي لتخصص علم النفس العيادي فكان (22.61) بينما الانحراف المعياري كان (11.63)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (1.12) عند درجة حرية (118)، وهي غير دالة إحصائية ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير التخصص.

يمكن تفسير هذه النتيجة انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير التخصص ، اي ان مواقع التواصل الاجتماعي اصبحت جزءا اساسيا من الحياة اليومية ، لجميع الفئات سواء في تخصصات العلمية او الادبية ، ما يقلل من تأثير التخصص كمحدد للاستخدام ، حيث ان الطلاب من جميع التخصصات يستخدمون هذه المواقع لاغراض متشابهة مثل : ترفيهه، التواصل الاجتماعي ، متابعة الاخبار ، او حتى لاغراض اكااديمية ما يجعل الفروق في الاستخدام غير ملحوظ ، ايضا قد نرى ان وجود الطلبة ضمن نفس المرحلة العمرية و البيئة الجامعية قد يسهم في تقارب انماط السلوك الرقمي لديهم، بغض النظر عن تخصصاتهم و هذا ما اكدته دراسة العتيبي 2020 انه لا توجد فروق دالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير التخصص ، و دراسة امل عبد الرحمان و ولاء عبد المنعم 2019. انه توجد فروق دالة احصائية في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير التخصص

1-7- عرض ومناقشة نتائج الفرضية السابعة:

تنص على وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير التخصص

جدول(23): يبين اختبار (T) للفروق بين طلبة الجامعة في مستوى الاكتئاب تبعا لمغير التخصص.

التخصص	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى دلالة
علم النفس المدرسي	65	11.47	6.29	0.77	0.39	0.84	118	غير دالة
علم النفس العيادي	55	10.43	7.12					

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لتخصص علم النفس المدرسي يقدر ب (11.47) والانحراف المعياري قدر ب (6.29)، أما المتوسط الحسابي لتخصص علم النفس العيادي فكان (10.43) بينما الانحراف المعياري كان (7.12)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (0.84) عند درجة حرية (118)، وهي غير دالة إحصائية ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمي في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير التخصص.

7 يمكن تفسير هذه النتيجة انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير التخصص اي انه يمكن تفسير ذلك بأن المشكلات النفسية كالاكتئاب تتأثر غالباً بعوامل شخصية و بيئية أكثر من تأثرها بطبيعة التخصص الدراسي ، فالعوامل مثل الضغوط الاجتماعية ، القلق من المستقبل و العلاقات شخصية و الصعوبات الاقتصادية فقد تكون مشتركة بين جميع الطلبة ، بغض النظر عن تخصصهم الأكاديمي، كما ان البيئة و الظروف العمرية المتقاربة و متطلبات الدراسة العامة قد تؤدي الى تشابه الخبرات النفسية التي يمر بها الطلبة ، مما يؤدي الى تقارب في مستويات الاكتئاب بينهم ، و بذلك فإن التخصص لا يشكل عاملاً حاسماً او مميزاً في هذا الجانب ، و هذا ما اكدته دراسة محمود نسرین 2016، انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاكتئاب، تعزى لمتغير التخصص ، و دراسة صادق و آخرون 2017 انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير التخصص .

2_إستنتاج العام:

بعد اجراء الدراسة الميدانية التي هدفت للكشف عن وجود علاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب، اضافة إلى وجود فروق في ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس المدرسي والعيادي في ضوء متغير الجنس ومتغير التخصص . وكذا التعرف على مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب، وقد اجريت هذه الدراسة على عينة عشوائية بسيطة قدرت ب 120 طالب سنة الثالثة ليسانس علم النفس بجامعة محمد البشير الابراهيمی - برج بوعريريج .

بعد تطبيقنا لادوات البحث المتمثلة في مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ل الباحثة بسمة حسين عيد يونس (2016)، ومقياس الاكتئاب ل آرون بيك، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى :

الفرضية الرئيسية الاولى : تحققت اي وجود علاقة ارتباطية بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس، وان معامل الارتباط بين الادمان والاكتئاب قدر ب(0.39) .

الفرضية الفرعية الثانية لم تتحقق اي ان مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس منخفض بمتوسط حسابي بلغ (23,83) والانحراف المعياري قدر ب (10,89) .

الفرضية الفرعية الثالثة لم تتحقق اي ان مستوى الاكتئاب لدى طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس منخفض بمتوسط حسابي بلغ (11) وانحراف معياري قدر ب(6,68) .

الفرضي الفرعية الرابعة لم تتحقق اي انه لا توجد فروق دالة احصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تبعا لمتغير الجنس، حيث قيمة (T) لمستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي قدرت ب (0,77) عند درجة حرية قدرت ب (118) وبلغت قيمة (sig) ب (44,0) .

الفرضية الفرعية الخامسة لم تتحقق اي انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير الجنس حيث قيمة (T) لمستوى الاكتئاب قدرت ب (1,85) عند درجة حرية قدرت ب (118) وبلغت قيمة (sig) ب (06,0) .

الفرضية الفرعية السادسة لم تتحقق اي انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس في مستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير التخصص حيث قيمة (T) لمستوى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي قدرت ب (1,12) عند درجة حرية قدرت ب (118) وبلغت قيمة (sig) ب (26,0) .

الفرضية الفرعية السابعة لم تتحقق اي انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب السنة الثالثة ليسانس علم النفس في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغير التخصص حيث قيمة (T) لمستوى الاكتئاب قدرت ب (0,84) عند درجة حرية قدرت ب (118) وبلغت قيمة (gsi) ب (39,0)

2- مقترحات الدراسة :

في ضوء النتائج السابقة التي توصلنا إليها في دراستنا يمكن تقديم المقترحات التالية :

- ضرورة تقديم توجيهات إرشادية للطلبة الجامعيين وخاصة مدمني مواقع التواصل الاجتماعي بتعليم كيفية إستبدال تصفح مواقع التواصل الاجتماعي بألعاب الذكاء والأنشطة الرياضية ذات الطابع التنافسي والعمل الجماعي .
- تهيئة المناخ الجامعي الذي يشبع احتياجات الطالب الجامعي ويبعدهم عن الشعور بالاكتئاب .
- وجوب وضع قواعد وضوابط ووسائل تكنولوجية حديثة لمراقبة المواقع الهدامة والممنوعة بحيث لا تمكن المستخدمين للشبكة الدخول إليها.
- تفعيل وتكثيف الحملات التوعية وغرس السلوك الديني والتنشئة الاجتماعية في نفوس الشباب بحيث تمنعهم من الإستخدامات الضارة لمواقع التواصل الاجتماعي.

- تنظيم ورشات تدريبية لصالح الطلبة الجامعيين لتدريبهم على إستراتيجيات إدارة الوقت خاصة وقت الفراغ .
- تفعيل دور الخدمات النفسية والإرشادية لمساعدة الطلبة الجامعيين على مواجهة مشكلاته النفسية التي قد تؤدي إلى الإغتراب.
- تحديد وقت معين لإستخدام الإنترنت بحيث لا يتجاوز 3 ساعات متواصلة في اليوم الواحد على الأنترنت.
- تقديم الأولويات الإجتماعية وتحمل المسؤولية وعدم إهمال مشاكل الحياة اليومية .



خاتمة

خاتمة :

في ختام هذه المذكرة التي تناولت "إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمستوى الاكتئاب لدى الطالب الجامعي"، تبين من خلال الدراسة النظرية والميدانية أن هناك علاقة واضحة بين الاستخدام المفرط لهذه المنصات وظهور أعراض الاكتئاب لدى الطلبة. فقد أثر الانغماس الزائد في العالم الرقمي على العلاقات الاجتماعية، والراحة النفسية، والقدرة على التركيز، ما انعكس سلباً على الصحة النفسية للطالب الجامعي. وتشير هذه النتائج إلى ضرورة التوعية بمخاطر الإدمان الرقمي، وتشجيع الاستخدام المعتدل والمتوازن، إلى جانب تعزيز برامج الدعم النفسي داخل الجامعات. ونأمل أن تسهم هذه المذكرة في فتح آفاق جديدة للبحث والاهتمام بهذا الموضوع الحيوي، بما يخدم فئة الشباب الجامعي ويعزز صحتهم النفسية.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المراجع:

- مراجع باللغة العربية:

إبراهيم، عبد الستار. (1990) الاكتئاب اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه. الكويت: عالم المعرفة.

أرين، كار بنسكي. (2010) أثر استخدام موقع فيسبوك على التحصيل الدراسي لطلبة الجامعات: دراسة ميدانية.

بروكس هيو، غويتا رافي (2017)، وسائل التواصل الاجتماعي، الاستخدامات والآثار النفسية والاجتماعية، بيروت دار الهدى .

بشيش، صبا حسين. (2018) إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة. رسالة ماجستير في الصحة النفسية والمجتمعية بكلية التربية في الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين .

بشير، معمريه. (2000) مدى انتشار الاكتئاب النفسي بين طلبة الجامعة من الجنسين. مجلة علم النفس، مجلة فصلية، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

بن أحمد، قويدر. (2018) الاكتئاب والتمثيلات الثقافية في المسار العلاجي في الجزائر. عمان: أدرار، مكتبة الحامد للنشر والتوزيع.

بن عمارة، سمة. (2014) الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الشباب المدمن على الإنترنت: دراسة استكشافية تحليلية لدى عينة من الشباب بمناطق الجنوب الجزائري. أطروحة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

حاج، قدوري بلعزي، أحمد نور الدين. (2021) راهن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وظاهرة الاغتراب الاجتماعي لدى المراهقين. مجلة البحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد(04)13 ، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر.

- حسن، عبد السلام محمد الشيخ .إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض أشكال السلوك التوافقي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
- حسن، مصطفى عبد المعطى، علم النفس الاكلينيكي، (2003)، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، مصر .
- حفيظة، سليمان البراشدية، وسعيد سليمان الظفري .(2019) إدمان طلبة جامعة السلطان قابوس على مواقع التواصل الاجتماعي .المرصد الاجتماعي، مجلس البحث العلمي، سلطنة عمان، جامعة السلطان قابوس، المجلد13 ، العدد.2
- الحوسيني، (2011)، علاقة ادمان الانترنت بالعزلة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب جامعة عمان، رسالة ماجستير، جامعة نزوى سلطنة عمان .
- خليل، جمال، (2002)، الصحة النفسية اسسها ومفاهيمها، القاهرة دار الفكر العربي .
- شمس الدين، فتحي .(2013) شبكات التواصل الاجتماعي والتحول الديمقراطي في مصر .ط1، دار النهضة العربية، القاهرة.
- صبا، منير حسين .(2018) إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة .رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الصبان، عبير محمد، وسماح عبد الحربي .(2019) إدمان الطلاب على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالأمن النفسي والتورط في الجرائم السيبرانية .المجلة الدولية للدراسات التربوية، المجلد 6، العدد3
- عبد الرزاق، اسامة حسن جابر، (2020)، علاقة ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بالشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، جامعة نجران، المملكة العربية السعودية .

العصيمي، سلطان عائض مفلح. (2010) إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض .رسالة ماجستير في الرعاية والصحة النفسية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض المملكة العربية السعودية .

علي، أسماء صالح؛ عبد الرزاق، زينب سمير؛ إبراهيم، إكثار خليل. (2019) إدمان الإنترنت وعلاقته بالتسويق الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة .مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، المجلد44 ، العدد.04 العوادة،

نايف محمد. (2018) شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمستوى الاغتراب النفسي لدى طلاب جامعة الكويت .مجلة كلية التربية، المجلد34 ، العدد 08

غالبي، عديلة. (2017) إدمان الإنترنت وعلاقته بسمات الشخصية) العوامل الستة عشر (وظهور بعض الاضطرابات السلوكية المرتبطة بالصحة النفسية .أطروحة دكتوراه، جامعة باتنة 1 ، الجزائر.

القاضي، عدنان محمد عبده. (2020) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بإدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية، جامعة تعز .مجلة العلوم النفسية والتربوية، جامعة الشهيد حمة لخضر، الوادي، المجلد06 ، العدد3

قدورة، سوسن حسن علي. (2018) استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالصحة النفسية وبعض سمات الشخصية لدى طلاب جامعة الجزيرة، السودان .رسالة دكتوراه في علم النفس التربوي، جامعة الجزيرة السودان .

محمد، عبد الرحمان الفارس،(2007) ، الخصائص والحاجات الاجتماعية لمستخدمي الانترنت، رسالة ماجستير، قسم الدراسات الاجتماعية، جامعة الملك سعود، كلية الاداب،الرياض.

محمد،الخطيب(200) ،التوجيه والإرشاد النفسي26 ،غزة،مطبعة مقداد .

مراكش، مريم. (2014) استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقة بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين .رسالة ماجستير، جامعة محمد خيضر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.وليد، سرحان وآخرون. (2001) الاكتئاب .دار مجدلاوي للنشر والتوزيع

- باللغة الأجنبية:

- Bucur, Ana Maria, Dinu, L. P. (2020). Detecting Early Onset of Depression from Social Media Text using Learned Confidence Scores. arXiv preprint arXiv:2011.01695. Retrieve from: <https://arxiv.org/abs/2011.01695>.
- Mazuz, Kerem Yom-Tov, Elad. (2020). Analyzing trends of loneliness through large-scale analysis of social media postings: observational study. JMIR mental health, 7(4), e17188. Retrieve from doi:-
- Schmitt, Aidan, (2020). Striving to Be Liked: Attachment, Social Media, and Depression in Adolescent Girls (Doctoral dissertation, Eastern Michigan University. <https://www.proquest.com/openview>



الملاحق

الملاحق:

الملحق رقم 01: الخصائص السيكومترية

1- مقياس الاكتئاب:

1-1- حساب الثبات بطريقة ألفا لكرنباخ

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,747	21

1-2- حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,620
		N of Items	11 ^a
	Part 2	Value	,618
		N of Items	10 ^b
	Total N of Items		21
Correlation Between Forms			,701
Spearman–Brown Coefficient	Equal Length		,805
	Unequal Length		,805
Guttman Split–Half Coefficient			,805

a. The items are: ع1, ع3, ع5, ع7, ع9, ع11, ع13, ع15, ع17, ع19, ع21.

b. The items are: ع2, ع4, ع6, ع8, ع10, ع12, ع14, ع16, ع18, ع20.

1-3- حساب الصدق بطريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

Group Statistics

	المجموعات	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاكتئاب	الدنيا	8	4,8750	1,45774	,51539
	العليا	8	17,6250	2,26385	,80039

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
					Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference	
	F	Sig.	t	Df	)	e	e	Lower	Upper
الاكتئاب Equal variance assumed	,650	,434	-13,393	14	,000	-12,7500	,95197	-14,79178	-10,70822

Equal		-	11,95	,000	-	,95197	-	-
variance		13,39	3		12,7500		14,8250	10,6749
s not		3			0		7	3
assume								
d								

2- حساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي:

Correlations

الاكتئاب								
الاكتئاب	Pearson	1	الاكتئاب	Pearson	1	الاكتئاب	Pearson	1
	Correlation			Correlation			Correlation	
	Sig. (2-tailed)			Sig. (2-tailed)			Sig. (2-tailed)	
	N	30		N	30		N	30
ع1	Pearson	,367**	ع9	Pearson	,350**	ع17	Pearson	,617**
	Correlation			Correlation			Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,001		Sig. (2-tailed)	,001		Sig. (2-tailed)	,000
	N	30		N	30		N	30

2ع	Pearson Correlation	,310**	10ع	Pearson Correlation	,308**	18ع	Pearson Correlation	,437**
	Sig. (2- tailed)	,004		Sig. (2- tailed)	,005		Sig. (2- tailed)	,000
	N	30		N	30		N	30
3ع	Pearson Correlation	,260*	11ع	Pearson Correlation	,485**	19ع	Pearson Correlation	,361**
	Sig. (2- tailed)	,018		Sig. (2- tailed)	,000		Sig. (2- tailed)	,001
	N	30		N	30		N	30
4ع	Pearson Correlation	,454**	12ع	Pearson Correlation	,261**	20ع	Pearson Correlation	,374**
	Sig. (2- tailed)	,000		Sig. (2- tailed)	,017		Sig. (2- tailed)	,000
	N	30		N	30		N	30
5ع	Pearson Correlation	,419**	13ع	Pearson Correlation	,508**	21ع	Pearson Correlation	,271**
	Sig. (2- tailed)	,000		Sig. (2- tailed)	,000		Sig. (2- tailed)	,013
	N	30		N	30		N	30
6ع	Pearson Correlation	,295**	14ع	Pearson Correlation	,378**			
	Sig. (2- tailed)	,007		Sig. (2- tailed)	,000			
	N	30		N	30			

7ع	Pearson Correlation	,322**	15ع	Pearson Correlation	,536**			
	Sig. (2-tailed)	,003		Sig. (2-tailed)	,000			
	N	30		N	30			
8ع	Pearson Correlation	,537**	16ع	Pearson Correlation	,345**			
	Sig. (2-tailed)	,000		Sig. (2-tailed)	,001			
	N	30		N	30			

الخصائص السيكومترية لمقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي:

1- حساب الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,822	30

2- حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,674
		N of Items	15 ^a
	Part 2	Value	,745
		N of Items	15 ^b
	Total N of Items		30

Correlation Between Forms		,731
Spearman–Brown Coefficient	Equal Length	,844
	Unequal Length	,844
Guttman Split–Half Coefficient		,842

a. The items are: ع1, ع3, ع5, ع7, ع9, ع11, ع13, ع15, ع17, ع19, ع21, ع23,

ع25, ع27, ع29.

b. The items are: ع2, ع4, ع6, ع8, ع10, ع12, ع14, ع16, ع18, ع20, ع22, ع24,

ع26, ع28, ع30.

1-حساب الصدق بطريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

Group Statistics

	المجموعات	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
ادمان.مواقع.التواصل.الاجتماعي	الدنيا	8	13,8750	2,79987	,98990
	العليا	8	37,5000	2,44949	,86603

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
									Lower Upper

Equal variances assumed	,032	,862	- 17,962	14	,000	- 23,62500	1,31526	- 26,44595	- 20,80405
ادمان.مواقع.التواصل. الاجتماعي Equal variances not assumed			- 17,962	13,757	,000	- 23,62500	1,31526	- 26,45064	- 20,79936

2- حساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي:

Correlations

		ادمان.مواقع.ا. لتواصل. الاجتماعي		ادمان.م. واقع. التواصل . الاجتما عي		ادمان.م. واقع. التواصل . الاجتما عي	
ادمان.مواقع.ا. لتواصل. الاجتماعي	Pearso n Correl ation	1	ادمان.م. واقع. التواصل . الاجتما عي	Pearso n Correl ation	1	ادمان.م. واقع. التواصل . الاجتما عي	
	Sig. (2- tailed)			Sig. (2- tailed)		Sig. (2- tailed)	
	N	30		N	30	N	
ع1	Pearso n Correl	,508**	ع11	Pearso n Correl	,260*	ع21	Pearso n Correl

ation		ation		ation	
Sig. (2- tailed)	0,000	Sig. (2- tailed)	0,013	Sig. (2- tailed)	0,000
N	30	N	30	N	30
2ع Pearson Correlation	,407**	12ع Pearson Correlation	,603**	22ع Pearson Correlation	,550**
Sig. (2- tailed)	0,000	Sig. (2- tailed)	0,000	Sig. (2- tailed)	0,000
N	30	N	30	N	30
3ع Pearson Correlation	,330**	13ع Pearson Correlation	,417**	23ع Pearson Correlation	,629**
Sig. (2- tailed)	0,002	Sig. (2- tailed)	0,000	Sig. (2- tailed)	0,000
N	30	N	30	N	30
4ع Pearson Correlation	,535**	14ع Pearson Correlation	,470**	24ع Pearson Correlation	,469**
Sig. (2- tailed)	0,000	Sig. (2- tailed)	0,000	Sig. (2- tailed)	0,000
N	30	N	30	N	30

5ع	Pearson Correlation	,526**	15ع	Pearson Correlation	,546**	25ع	Pearson Correlation	,592**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	30		N	30		N	30
6ع	Pearson Correlation	,596**	16ع	Pearson Correlation	,642**	26ع	Pearson Correlation	,485**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	30		N	30		N	30
7ع	Pearson Correlation	,368**	17ع	Pearson Correlation	,583**	27ع	Pearson Correlation	,473**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	30		N	30		N	30
8ع	Pearson Correlation	,634**	18ع	Pearson Correlation	,544**	28ع	Pearson Correlation	,489**
	Sig.	0,000		Sig.	0,000		Sig.	0,000

(2-tailed)			(2-tailed)			(2-tailed)		
N			N			N		
9ع	Pearson Correlation	,434**	19ع	Pearson Correlation	,392**	29ع	Pearson Correlation	,473**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
N			N			N		
10ع	Pearson Correlation	,423**	20ع	Pearson Correlation	,442**	30ع	Pearson Correlation	,678**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
N			N			N		

الملحق 02: مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد البشير الابراهيمي

برج بوعريريج

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية

قسم علم النفس

أعزائي الطلبة السلام عليكم:

في اطار انجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في تخصص علم النفس المدرسي قمنا بدراسة ميدانية بجامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريريج-

نأمل تعاونكم معنا بالإجابة الواضحة على هذا المقياس الموجود بين ايديكم بما يحقق اهداف البحث العلمي.

والمطلوب منكم وضع علامة (X) امام الاجابة التي ترى انها مناسبة لك، مع العلم انه لا يوجد عبارة صحيحة أو اخرى خاطئة المعلومات تستخدم لغرض البحث العلمي فقط.

نشكركم على حسن تعاونكم وتقبلوا منا اسمى عبارات التقدير والاحترام

لبيانات الشخصية:

الجنس :

1 -ذكر

2 -أنثى

التخصص:

1- علم النفس المدرسي

1- علم النفس العيادي

العبارة	نعم	الى حد ما	لا
1 أعمل دراستي بسبب إهتمامي الزائد بشبكات التواصل الاجتماعي			
2 شغلتي صداقتي التي كونتها عبر مواقع التواصل الاجتماعي على علاقتي الاجتماعية المباشرة			
3 عندما أجلس على مواقع التواصل الاجتماعي لا أشعر بمضي الوقت			
4 أتناول طعامي وأنا أمام شاشة الجوال لمتابعة مواقع التواصل الاجتماعي			
5 يفاجئني من حولي بتبنيهم إلى أنني أضيق وقتاً طويلاً أمام الأنترنت			
6 يشكو أفراد أسرتي من انشغالي بالجوال لفترات طويلة بسبب إستخدامي لمواقع التواصل الاجتماعي			
7 إقتدت الكثير من الأصدقاء القدامى إلا من يرسلوني عبر مواقع التواصل الاجتماعي			
8 حياتي مستحيلة بدون مواقع التواصل الاجتماعي			
9 أستخدم مواقع التواصل الاجتماعي لهتة أصنقني بجميع المناسبات العامة والخاصة			
10 أحاول الإقلاع من فترات بقائي أمام مواقع التواصل الاجتماعي ولكن دون جدوى			

11	استثمر مواقع التواصل الاجتماعي غالباً في التواصل مع الأصدقاء		
12	أعجب كيف يعيش الناس بدون مواقع التواصل الاجتماعي		
13	إن انشغالي بمواقع التواصل الاجتماعي ترك أثرًا إيجابيًا على أنشطة حياتي		
14	أتمنى أن يتم تحول التعليم من الجامعات إلى شبكات التواصل الاجتماعي		
15	أفضل قضاء أوقات فراغي على شبكات التواصل الاجتماعي على أفراد لسرتي		
16	أشعر بالضييق والكآبة والملل عندما أهرم نفسي من الاستمتاع بالجلوس أمام شبكات التواصل الاجتماعي		
17	أشعر بأنني أصبحت أسير لشبكات التواصل الاجتماعي		
18	المرض وهذه هو الذي يمنعني من إستخدام شبكات التواصل الاجتماعي		
19	بدأت حاسة البصر لدي تضعف نظراً للجلوس أمام شبكات التواصل الاجتماعي		
20	عندما يزورني بعض أصدقائي في البيت أشعر بأنني حرمت من متعتي الوحيدة وهي التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي		
21	أفضل مواقع التواصل الاجتماعي على التلفزيون حتى بقنواته الفضائية		

22	أنسى الجوع والعطش حينما أجلس ساعات طويلة أمام مواقع التواصل الاجتماعي		
23	منذ أن بدأ انشغالي بمواقع التواصل الاجتماعي لم تعد حياتي الاجتماعية كما كانت من قبل		
24	أتناول طعامي وأنا أمام شاشة الكمبيوتر لمتابعة مواقع التواصل الاجتماعي		
25	أغفل عن حاجتي إلى النوم لانشغالي بمواقع التواصل الاجتماعي		
26	أجد نفسي مجبرا بأن أجلس بضع ساعات أخرى على مواقع التواصل الاجتماعي		
27	شركات التواصل الاجتماعي تسهل على كل المهام التي أقوم به		
28	لو أصبحت الكهرباء متواجدة دائما لما توقفت عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ليلا أو نهارا		
29	أستمر كل لحظة من حياتي في الاستفادة من مواقع التواصل الاجتماعي		
30	عند انقضاء دراستي بالجامعة أتجه مباشرة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي		

الملحق رقم 03: مقياس الإكتئاب

هذه الكراسة احدى وعشرون مجموعة من العبارات، الرجاء ان تقرأ كل مجموعة على حده، وستجد ان كل اربعة منها تتناول موضوعا معيناً اختر عبارة واحدة ترى انها تصف حالتك ومشاعرك خلال هذا الاسبوع، ثم ضع دائرة حول رقم العبارة التي تختارها (٠ أو ١ أو ٢ أو ٣)

تأكد من قراءة عبارات كل مجموعة قراءة جيدة قبل ان تختار واحدة منها، وتأكد انك اجبت على كل مجموعة .

أولاً

- لا أشعر بالحزن.
- ١ - أشعر بالحزن.
- ٢ - أشعر بالحزن طوال الوقت، ولا أستطيع أن أتخلص منه.
- ٣ -أنني حزين بدرجة لا أستطيع تحملها.

ثانياً

- لست متشائماً بالنسبة للمستقبل.
- ١ - أشعر بتشاؤم بالنسبة للمستقبل.
- ٢ - أشعر بأنه ليس هناك شيء يشدني للمستقبل.
- ٣ -أشعر بأن المستقبل لا أمل فيه وأن الأمور لن تتحسن.

ثالثاً

- ٠ -لا أشعر بأني فاشل.
- ١ - أشعر أنني فشلت أكثر من المعتاد.
- ٢ -عندما انظر إلى ما مضى من سنوات عمري فأنا لا أرى سوى الفشل الذريع.
- ٣ -أشعر بأنني شخص فاشل تماماً.

رابعاً

- ٠ -استمتع بدرجة كافية بجوانب الحياة كما اعتدت من قبل.
- ١ - لا استمتع بجوانب الحياة على النحو الذي تعودت عليه.
- ٢ - لم أعد احصل على استمتاع حقيقي في أي شيء في الحياة.

٣ - لا استمتع إطلاقاً بأي شيء في الحياة.

خامسا

- لا أشعر بالذنب.

١ - أشعر بأنني قد أكون مذنباً.

٢ - أشعر بشعور عميق بالذنب في أغلب الأوقات.

٣ - أشعر بالذنب بصفة عامة.

سادسا

- لا أشعر بأنني أتلقى عقاباً.

١ - أشعر بأنني قد أتعرض للعقاب.

٢ - أتوقع أن أعاقب.

٣ - أشعر بأنني أتلقى عقاباً.

سابعا

- لا أشعر بعدم الرضا عن نفسي.

١ - أنا غير راضي عن نفسي.

٢ - أنا ممتعض من نفسي.

٣ - أكره نفسي.

ثامنا

- لا أشعر بأنني أسوأ من الآخرين.

١ - أنقد نفسي بسبب ضعفي وأخطائي.

٢ - ألوم نفسي معظم الوقت على أخطائي.

٣ - ألوم نفسي على كل شيء سيء يحدث.

تاسعا

- أشعر بضيق من الحياة.

١ - ليس لي رغبة في الحياة.

٢ - أصبحت أكره الحياة

٣ - أتمنى الموت إذا وجدت فرصة لذلك.

عاشرا

- لا أبكي أكثر من المعتاد.
- ١ - أبكي الآن أكثر من ذي قبل.
- ٢ - أبكي طوال الوقت.
- ٣ - لقد كنت قادراً على البكاء فيما مضى ولكنني الآن لا أستطيع البكاء حتى لو كانت لي رغبة في ذلك.

الحادي عشر

- لست متوتراً أكثر من ذي قبل.
- ١ أتضايق أو أتوتر بسرعة أكثر من ذي قبل.
- ٢ - أشعر بالتوتر كل الوقت.
- ٣ - لا أتوتر أبداً من الأشياء التي كانت توترني فيما مضى.

الثاني عشر

- لم أفقد الاهتمام بالناس الآخرين.
- ١ - إنني أقل اهتماماً بالآخرين مما اعتدت أن أكون.
- ٢ - لقد فقدت معظم اهتمامي بالناس الآخرين.
- ٣ - لقد فقدت كل اهتمامي بالناس الآخرين.

الثالث عشر

- اتخذ قرارات على نفس المستوى الذي اعتدت عليه.
- ١ - لقد توقفت عن اتخاذ القرارات بصورة أكبر مما مضى.
- ٢ - أجد صعوبة أكبر في اتخاذ القرارات عما كنت أقوم به.
- ٣ - لم أعد أستطيع اتخاذ القرارات على الإطلاق.

الرابع عشر

- لا أشعر أنني أبدو في حالة أسوأ عما اعتدت أن أكون.
- ١ - يقلقني أن أبدو أكبر سناً وأقل حيوية.
- ٢ - أشعر بأن هناك تغيرات مستديمة في مظهري تجعلني أبدو أقل حيوية.
- ٣ - أعتقد أنني أبدو قبيحاً.

الخامس عشر

- ٠ - أستطيع أن أقوم بعملي كما تعودت.
- ١ - أحتاج لجهد كبير لكي أبدأ في عمل شيء ما.
- ٢ - إن علي أن اضغط على نفسي بشدة لعمل أي شيء.
- ٣ - لا أستطيع أن أقوم بعمل أي شيء على الإطلاق.

السادس عشر

- .أستطيع أن أنام كالمعتاد.
- ١ - لا أنام كالمعتاد.
- ٢ - استيقظ قبل موعدي بساعة أو ساعتين وأجد صعوبة في النوم مرة أخرى.
- ٣ - استيقظ قبل بضعة ساعات من موعدي المعتاد ولا أستطيع العودة للنوم مرة أخرى.

السابع عشر

- .لا أشعر بتعب أكثر من المعتاد.
- ١ - أتعب بسرعة عن المعتاد.
- ٢ - أتعب من القيام بأي جهد في عمل أي شيء.
- ٣ - إنني أتعب لدرجة أنني لا أستطيع أن أقوم بأي عمل.

الثامن عشر

- ٠ - إن شهيتي للطعام ليست أقل من المعتاد.
- ١ - إن شهيتي للطعام ليست جيدة كالمعتاد.
- ٢ - إن شهيتي للطعام أسوأ كثيراً الآن.
- ٣ - ليس لدي شهية على الإطلاق في الوقت الحاضر.

التاسع عشر

- .لم ينقص وزني في الآونة الأخيرة.
- ١ - فقدت أكثر من كيلو جرامات من وزني.
- ٢ - فقدت أربعة كيلو جرامات من وزني.
- ٣ - فقدت ستة كيلو جرامات من وزني.

العشرون

- لست مشغولاً على صحتي أكثر من السابق.

١ - أني مشغول جداً ببعض المشكلات البدنية مثل الأوجاع واضطرابات المعدة والإمساك.

٢ - أني مشغول جداً ببعض المشكلات اليومية ومن الصعب أن أفكر في أي شيء آخر.

٣ - أني مشغول جداً ببعض المشكلات البدنية لدرجة أني لا أستطيع أن أفكر في أي شيء آ

الواحد والعشرون

لم ألاحظ أي تغيرات حديثة في اهتمامي الجنسية.

١ - أنني أقل اهتماماً بالجنس عن المعتاد.

٢ - لقد قل الآن اهتمامي بالجنس كثيراً.

٣ - لقد فقدت اهتمامي بالجنس تماماً.