الإدمان على الانترنيت وعلاقته بالخوف من ضياع الأشياء لدى طلبة الجامعة

أ.م.د. عدي نعمت بطرس عجاج

مديرية تربية نينوى

البريد الإلكتروني Email : ouday.ehp1@student.uomosul.edu.iq

الكلمات المفتاحية: الإدمان على الانترنيت، الخوف من ضياع الاشياء .

كيفية اقتباس البحث

عجاج ، عدي نعمت بطرس ، الإدمان على الانترنيت وعلاقته بالخوف من ضياع الأشياء لدى طلبة الجامعة، مجلة مركز بابل للدراسات الانسانية، تشرين الثاني ٢٠٢٥،المجلد:١٥ ،العدد:٦.

هذا البحث من نوع الوصول المفتوح مرخص بموجب رخصة المشاع الإبداعي لحقوق التأليف والنشر (Creative Commons Attribution) تتيح فقط للآخرين تحميل البحث ومشاركته مع الآخرين بشرط نَسب العمل الأصلي للمؤلف، ودون القيام بأي تعديل أو استخدامه لأغراض تجارية.

مفهرسة في Indexed
IASJ

مسجلة في Registered
ROAD

Addiction to the Internet and its relationship to the fear of losing things among university students

Asst. Prof Dr. Oday Neamat Butrus Ajaj
Nineveh Education Directorate

Keywords : Internet addiction , Fear of losing things.

How To Cite This Article
Ajaj, Oday Neamat Butrus , Addiction to the Internet and its relationship to the fear of losing things among university students,Journal Of Babylon Center For Humanities Studies, November 2025,Volume:15,Issue 6.

This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

Abstract

The research aimed to identify the level of addiction to the Internet and the fear of losing things among university students. What is the relationship between them and revealing differences in addition to the Internet according to the variables (gender - specialization), The basic sample was (420) male and female students, with (220) males and (200) females. The scale (Al-Astal, 2011) was adopted, and the fear of losing things scale was prepared by the researcher, and their validity and reliability were verified. A one-sample t-test, analysis of variance by interaction, Scheffé test, and Pearson correlation coefficient were used. The results showed that the research sample had a higher level than the hypothesized average for both Internet addiction and fear of losing things. The researcher has developed a set of (recommendations and proposals) in light of the results that the research has led to.

The Ministry of Higher Education and Community Police should focus on holding awareness sessions on the proper use of social media, how to avoid internet addiction, and how to avoid the FOMO (Fear of Overwhelming Motivation) among university students. A therapeutic, counseling, and cognitive program should be designed to address

psychological and social issues and their impact on students' social media addiction.

الملخص

استهدف البحث للتعرف على المستوى لكل من الإدمان على الانترنيت والخوف من ضياع الاشياء لدى طلبة الجامعة، وماهي العلاقة بينهما والكشف عن الفروق في الإدمان على الانترنيت وفقاً لمتغيري (الجنس – التخصص – المرحلة)، وكذلك الفروق في الخوف من ضياع الاشياء وفقاً لمتغيري (الجنس – التخصص – المرحلة)، وبلغت العينة الاساسية (٤٢٠) طالبا وطالبة بواقع (٢٢٠) ذكور و(٢٠٠) من الإناث، وتم تبني مقياس (الاسطل، ٢٠١١) لقياس الإدمان للانترنيت، واعداد مقياس الخوف من ضياع الاشياء من قبل الباحث، وتم التحقق من صدقهما بأنواعه وثباتهما، وتم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة وتحليل التباين الثلاثي العاملي بتفاعل واختبار، ومعامل الارتباط بيرسون، وتوصلت النتائج في امتلاك عينة البحث مستوى اعلى من المتوسط الفرضي لكل من الإدمان على الانترنيت والخوف من ضياع الأشياء، وقد وضع الباحث مجموعة من (التوصيات – والمقترحات) في ضوء النتائج التي قد اسفر اليها البحث.

ضرورة الاهتمام من قبل وزارة التعليم العالي والشرطة المجتمعية في إقامة دورات توعوية حول استعمال مواقع التواصل الاجتماعي في شكل صحيح وكيفية الابتعاد وتجنب حدوث الإدمان على الانترنيت وتجنب الوقع ب(الفومو) لدى طلبة الجامعة. تصميم برنامج علاجية ارشادية ومعرفية يهدف التغلّب على المشكلات النفسية والاجتماعية واثارها على إدمان الطلبة على مواقع التواصل الاجتماعي.

مشكلة البحث:

تعد الجامعة قمة المؤسسات التعليمية والتربوية في المجتمعات، لاتها مطالبة بان تقوم بمسؤوليتها وبرسالتها، وهذه الرسالة لاتقف بمجرد تلقين الكم الهائل من المعلومات لطلبتها وتسهم في اعدادهم للوظائف التي يحتاجها منهم المجتمع في تطوره وتقدمه، بل تتعدى رسالتها هذا المعنى الضيق والمحدود الى وظائف مهمة اخرى اكثر في التنوع والشمول (عمرو وتيسير، ٢٠١٠: ٣٥)، والتي تظهر مع التحولات والتغيرات العالمية تبذل المؤسسات الجامعية عدة محاولات لربط الدراسات والبحث العلمي لمعالجة قضايا المجتمع في اعتبارها من أبرز المؤسسات الحكومية التي تساعد في صنع القرار وتكوين الاتجاهات لدى الطلبة والأساتذة والباحثين نحوا القدرة في حل المشكلات المجتمعية والجامعية والتحديات والتهديدات التي

تمخضت عن هذه التغيرات التي غيرت معالم وشكل العالم واوجدت نظام رقمياً عالمياً جديداً يعتمد على التكنولوجي المتسارعة اساساً والتقنيات العالية في التقدم والتفوق (التميمي ومريم، ٢٠٠٥: ١٧).

ومع السنوات الاخيرة ظهرت مشكلة لبعض الطلبة في التحكم بفرط الاستخدام المبالغ به للأنترنيت، وضعف السيطرة على أنفسهم، ومما ولد مشكلات شديدة في حياتهم اليومية، وفيما يتعلق بعلاقاتهم الاجتماعية والدراسية والاعمال والواجبات الاكاديمية المطلوبة منهم والمسائل المالية ومتطلبات الراحة النفسية والجسدية (Pawlikowski , 2013: 77)، ونظراً لاتساع عدد الطلبة مستخدمي الانترنيت سنة بعد سنة، ومن ثم دخول الانترنيت الدول العربية بشكل متسع، وانتشاره في الدور والمقاهي، والخدمات التي تقدمها شبكات الجوال (الهاتف المحمول) لذا بدأت تظهر الكثير المخاوف من استخدامه، ووجب علينا ان ننظر اليه نظرة جدية وموضوعية للبحث في جوانبه واستخداماته الايجابية والسلبية، وطفو مشكلة على الساحة العالمية تطرح نفسها بصفة وباء يخشى منه ان يستفحل في عقول الشباب ويدمرهم (العمري، ٢٠٠٨: ٢١)، في مشهد نراه يوميا واصبح مألوفاً لدينا بان الطلبة يظهرون منغمسين في هواتفهم الذكية (الموبايل)، وحواسيبهم الشخصية (الابتوب – الايباد)، واصبحوا يدمنون على العيش في واقعهم الافتراضي عبر (الشبكات التواصل الاجتماعي)، فأصبحوا منذ ساعات الصباح الباكرة من الاستيقاظ حتى النوم، يوثقون جميع تحركاتهم في هذه الشبكات، ويبدون منفصلين عن واقعهم الحقيقي، ومنشغلين في عالمهم الافتراضي، لذلك وجب علينا بان نعترف بأنه اصبحنا في عالم مغاير تماماً عما كنا نعيشه لأنه أدهشنا واذهلنا حتى أصبح الكثير منا مهووس به بشكل واضح ولافت للنظر فلانكاد ان نجد شاباً وشابة إلا غارقاً في ذلك العالم العجيب الافتراضي (أبو عاذرة، ٢٠١٧: ١٠).

وان خطورة هذه الظاهرة في الاستخدام المفرط للأنترنيت يمكننا تصورها في افضل صورة لها في اقتراح التصنيف الامريكي الجديد للأمراض العقلية والنفسية (الدليل الاحصائي والتشخيصي للاضطرابات العقلية – طبعة خامسة)، والذي يشكل الفئة في الاضطراب التشخيصي والذي يتألف جزءً منها من الانترنيت، وكذلك يتضمن كل الاشكل للإساءة في استخدام المنجزات التقنية الحديثة، مثل (الهواتف المحمولة واجهزة الكمبيوتر والعاب الفيديو)، والذي يمكن اعتبار الادمان للأنترنيت نوعاً من الادمان السلوكي او العادة، وليس ادمان التعاطي لمادة ما كيميائية او عقاقير او سوائل او غير كيميائية (Young , 1999 : 20)، وان أغلب الطلبة يمتلكون قابلية للتعرض لإدمان الانترنيت هم الذين يتميزون بالخجل والانطواء والكبت لانه من السهل لهم

تكوين العلاقات والصداقات على الانترنيت بسبب ان لديهم شخصيات واسماء غير واقعية وقد تختلف عن شخصيتهم الواقعية ويعد الانترنيت وسيلة للتفريغ (أرنوط، ٢٠٠٧: ٧)، والذين لديهم احتياجات نفسية وعاطفية غير متحققة في الواقع، او قد يكون لديهم ارتباط عاطفي مع اصدقاء بواسطة الانترنيت، وكذلك من يكون لديهم مجال عملهم او يمارسون تخصصاتهم في الحاسوب والانترنيت وتطبيقاته (الاسطل، ٢٠١١ : ٢٣)، او من يعانون من الملل والشعور بالوحدة، ويمكن إضافة الافراد الذين تكون لديهم القدرة على التفكير المجرد لأنهم عرضة للإدمان بسبب انجذابهم الشديد والكبير للإثارة العقلية التي توفرها المعلومات الهائلة الموجودة على شبكة الانترنيت (العوضي، ٢٠٠٦: ٩٣).

وقد أصبح عامل التقليد من الاسباب المهمة للإدمان على الانترنيت اذ ان اغلب الشباب مقلدين للسلوك وان نسبة كبيرة منهم يقلدون ذلك في اعتباره صرعة العصر ومودة منتشرة (الطائي، ٢٠١١: ١١٤)، واضافة الى عامل البطالة فجيوش الشباب العاطلين عن العمل في تزايد مستمر مما يحتم عليهم اللجوء والبحث عن وسائل ترفيه تشغل وقت الفراغ لديهم فيلجؤون الى أسهل وسيلة وهي الانترنيت (المصري، ٢٠٠٦: ٢٥)، وان عدم وجود الرقابة اللازمة والضرورية وخاصةً في المقاهي او الغرف المنعزلة في المنزل التي توفر لهم الأجواء المغرية وتسمح لهم في التعامل مع شبكة الانترنيت بحرية (الطائي، ٢٠١١: ١١٣).

وان كثرة استعمال الطلبة لهذه المواقع يؤدي بهم إلى نوع من أنواع الإدمان والذي يقودهم إلى مشكلات نفسية واجتماعية، إذا تكسب مستخدمين هذه المواقع فرصة للهروب من مجتمعهم الواقعي والعيش في عالم الاحلام والتخيلات (عيدة، ٢٠١٦: ٣١)، وقد يرتبط أغلب الطلبة بما يقرأون في مواقع التواصل الاجتماعي بحياتهم الجامعية والاجتماعية وهذا قد يشكل خطراً على قراراتهم الشخصية وسلوكهم بشكل عام، وقد يدفعهم الى متابعة الأحداث واخبار الزملاء والأصدقاء على مواقع التواصل الاجتماعي بشكل كبير يشير الى القلق والخوف من ضياع الأشياء والاحداث وفواتها عنهم، أي يتولد لديهم الشعور بعدم الارتياح وتطفو مشاعر من الفقدان لما قد يفعله الآخرين، وهذا الشعور يسمى في الفومو (Fomo) بمعنى الخوف من ضياع الأشياء، والذي يتصورون بأن الآخرين لديهم تجربة ومعرفة اكثر منهم. (Yan, 2013: 2)

وإن الطلبة الذين يمتلكون مشاعر الفومو (Fomo Fear of Missing) يظهر عليهم علامات من المشاعر الغير مستقرة، وكذلك القلق اتجاه ما يمر بهم من أحداث، مما قد يؤدي الى الشعور بالفقدان أو الضياع وعدم الكفاية والاستياء وانعدام الأمن ومشاعر الإجهاد، وكلما

ازدادت مشاعر القلق يصبحون الطلبة اندفاعية ويميلون للانفجار في المشاعر السلبية مع مشاعر النبذ والانعزال والخوف من الآخرين (Wortham, 2011, P.2)، وقد ارتبط الإدمان على المواقع للتواصل الاجتماعي بالخوف من الضياع للأشياء (الفومو)، والذي يبدو واضحاً في تجربة تتميز برغبة الافراد في البقاء باتصال مستمر ودائم بالإنترنت ليتابعوا ما قد يفعلهُ الآخرون على هذه الوسائط الاجتماعية (Przybylski, at، ٢٠١٣).

ويرى الباحث بان مشكلة البحث تتضح في الاغراءات المتتالية التي تقدمها التكنولوجية الحديثة لمستخدمي الانترنيت ووسائله المتعددة للأفراد في كافة الفئات العمرية، وما ينجم عنها من مخاطر ادمانية وصحية ونفسية واجتماعية بسبب سوء التصرف والتعامل مع هذه التقنيات، والتي تسهم في انتشار العنف نتيجة تقليد الشخصيات الافتراضية، والسلوكيات المضادة للمجتمع، والانحرافات الجنسية، والاغتراب النفسي والشعور بالعزلة، ويصبح الفرد اسيراً يتابع بلهفة وشوق جميع الاحداث والاشياء التي تنشر في هذه المواقع ويمتلكه الخوف من ضياع بعض هذه الاحداث عنه اذا غفل عن مصدرها، فتتضح المشكلة **بالإجابة** عن التساؤلات الأتية: ما مستوى الإدمان على الانترنيت لدى طلبة الجامعة؟ وما مستوى الخوف من ضياع الأشياء؟ وما هي العلاقة بينهما؟ مع تأكيد الباحث على مجموعة مهمة من الأمور التي تشكل مشكلات يجب علينا النظر اليها بجدية وهي: (الهدر للوقت، والعزلة عن العالم والأخرين، وتدمير العلاقات الاجتماعية المباشرة، والنشر الفعال لأفكار السلبية، والاشاعات المدمرة لأحداث مبالغ فيها).

اهمية البحث:

تقع على المؤسسة الجامعية مسؤوليات عديدة، لأنها تعدُ المنار الفكري للأمة في المحافظة على التراث العلمي وتطور العلم، والبحث عن المستجدات والحقائق، والسعي المستمر والمتواصل للأبداع في تقديم النظريات والمبادئ والاسس والاصول التربوية والتعليمية للمجتمع، وان هذه المسؤولية تحتم عليها كمؤسسة علمية ومن يعمل فيها من كوادر التفاعل مع مشكلاتها ومسؤوليتها وتحدياتها وتطلعاتها لتعطي جل اهتمامها للوصول الى التطور الرقي والتقدم والازدهار (الحكمي، ٢٠٢٣: ١٠٥).

وتعتبر التقنيات والتطورات التكنولوجية من سمات العصر الحاضر، التي لا تنسلخ عنه في اي حال من الأحوال، وشريان مهم يعتمد عليه المجتمع في اغلب مجالاتهِ (مقدادي وقاسم، ٢٠٠٨: ١٦)، وان هذا التقدم المثير للانتباه في تكنولوجيا الاتصالات أدى الى انتاج وسائل واجهزة الكترونيا كان لها تأثير مهم وبالغ في الحياة الانسانية وفي مقدمة هذه الوسائل هي

الشبكة الدولية للمعلومات (انترنيت)، والتي ادت إحداث التغيرات في بنية العلاقات المجتمعية وبالتالي التنظيم الاجتماعي للأفراد بسبب العصر الرقمي، فالإنترنيت يستخدمه الصغار والكبار في السن، أي كافة الفئات في المجتمع (الطائي، ٢٠١١: ٣).

وان استخدام شبكة المعلومات من قبل الشباب في مختلف الدول العالمية، واذ اصبح جزءاً من الحياة اليومية الانترنيت في عصرنا هذا قوة تكنولوجية وتقنية لها من الأهمية الكبيرة في مختلف المجالات بما يوفره من طرائق وامكانات حديثة للاطلاع على المستجدات ولتبادل المعلومات لم تعرف سابقاً (الرفاعي وعبير، ٢٠١١: ٧٧٢)، فالأنترنيت في كل خصائصه ومميزاته كان ولازال يعد في مقدمة جميع الوسائل والتقنيات وتكنولوجيا الاتصال التي استقطبت اهتمام مستخدميها (المرسل – المتلقي) اكثر من غيرها من التقنيات لما لها من تأثيرات على طبيعة الافراد في كسر الحواجز الزمانية والمكانية (خذري وحمزة، ٢٠١٢: ١٣٧).

ولقد فتحت شبكات الانترنيت الباب امام التدفق الشاسع للمعلومات وتحويل العالم الكبير الى غرفة مدرسية يتعلم فيها كل ابناء الكرة الارضية، فبدأ عشاق الانترنيت ينعزلون عن المحيط الاجتماعي، وأصبح لكل منهم علاقات وصداقات تنحصر وراء شاشة الحاسوب (الطراونة ولمياء، ٢٠١٠: ٢٩٠)، وقد اجمع العديد من الباحثين بانه تبرز أهمية وسائل الاتصال واستخدام الانترنيت بانهما يمكن ان يكونان لهما (عواقب مفيدة – عواقب سلبية) فعندما تكون وسيلة للاتصال والتفاعل بين الافراد وتقديم المعلومات سوف تكون مفيدة، ولكن تزداد المخاوف من اثارها السلبية عند الاستخدام المفرط للأنترنيت الذي يسبب مشاكل شديدة في حياة الافراد اليومية وفي العلاقات الاجتماعية والتحضيرات الاكاديمية والأمور المالية (Pawlikowski , 2013). وعادةً يكون الادمان مرتبطاً في استخدام مواد تدخل الى جوف الافراد مثل المسكرات أو المخدرات ولكن في الحقيقة هناك العديد من الدراسات الاكلينيكية والنفسية في مجال الإدمان توصلت الى ان الادمان مرض جراء الاستخدام المتزايد للأنترنيت وفي طريقة غير صحيحة (Alavi & et.al,2011: 796)، وان التفاعل لفترات طويلة سوف يترك رواسب كثيرة ومنها النفسية التي تتمثل في ادمان استخدام الانترنيت والذي يؤدي الى الاغتراب النفسي، والقلق وعدم الاتزان النفسي، والانحراف عن الشخصية السوية والانحرافات الجنسية والعاطفية والسلوك المضادة للمجتمع وبالإضافة الى تدهور الصحة (الاسطل، ٢٠١١: ٢٦)، وان المدمنين على الانترنيت يعملون على إخفاء ادمانهم في طريقة الانكار والكذب بمدة الوقت الذي يقضونه امام جهاز الحاسوب او (الهاتف النقال) ضمن فضاء المجتمع الافتراضي ومما تسبب عدم الثقة، وتدمير نوعية العلاقات وتفكيكها بين الافراد (نومار،٢٠١٢: ٥)، كما اظهرت الدراسات النفسية

بان الزيادة في التفاعل الافتراضي على الانترنيت سوف يقلل من كمية التفاعل الحقيقي بين الافراد (وجهاً لوجه) وهذا بدوره قد يؤدي الى والعزلة الاجتماعية والاكتئاب (الحنتوشي، ٢٠١٠: ٣)، ومما قد يجعل او يسبب تكوين ارتباط عاطفي مع أصدقاء الانترنيت وما يقومون به من الانشطة داخل الشاشات الالكترونية ويكون سيلة للهروب من الواقع الحقيقي والبحث عن طريقه في تحقيق الاحتياجات النفسية والعاطفية التي لا يمكن تحقيقها في الواقع كما من خلالهُ يخبئ الفرد اسمه ومهنته وشكله وفي التالي يستغل الافراد مستخدمي الانترنيت وخاصة من الذين يشعرون بعدم الأمان والوحدة (العمري،٢٠٠٨: ٦)، ولان الادمان ليس موضوعا نفسي او عضوي، بل هو يشكل أزمة ناجمة وناتجة عن رغبة وحب جامح للموضوع الذي ادمن عليه، وله بالتأكيد نتائج نفسية وجسدية خطيرة على الافراد (فطاير، ٢٠٠١: ٣٤)، لان الادمان على الشيء يتحقق في الاتيان به تحت تأثير رغبة الافراد الداخلية ودوافعهم النفسية وتكون المرة الاولى في اختيار الشخص المدمن وقد تكون ايضاً عن غير اختياره، لان الشخص الذي يفعل الشي لأول مرة لا يسمى مدمناً، وذلك لعدم وجود رغبة داخلية متولدة لديه عن تجربة، أما إذا تم تكرار فعل الشيء نفسه تحت تأثير النشوة لأول مرة والتي دفعت الافراد للتكرار فإنهم يسمون مدمنين (كوردي، ٢٠٠٩: ١٣٤)، ومع ظهور إدمان الانترنيت الذي هو ليس من النوع الكيميائي ولكن انه ادمان سلوكي يتضمن تفاعل بين الافراد والالة مثل (الإدمان على التلفزيون والالعاب والكمبيوتر) وجميعها تتضمن على نفس المكونات للإدمان الاخرى (Griffiths, 2000: 430)، وان ادمان الانترنيت مصطلح واسع ويشمل مختلف السلوكيات لمستخدمي الانترنيت مثل حجرات الشادت التي تستحوذ على (٣٥%) من وقت الافراد على الانترنيت، ويليها جماعات الاخبار المتنوعة (١٥%) من الوقت، ومن ثم جماعة البحث في شبكات الويب وتستغرق (٧%)، بينما الذين يبحثون عن المعلومات وجمعها فيستغرقون فقط (٢%) من الوقت المنقضية على شبكات الانترنيت (ارنوط، ٢٠٠٧: ١٢).

وجعل التطور في مجال الالكترونيات والانترنيت من الادمان على هذه الوسائل أسهل من كل وقت وجعل منها ذات ضرر كبير، في السابق كنا نتلقى الأخبار من الصحف اليومية والمجلات الأسبوعية، وكذلك سماعها من خلال الإذاعة، ولم تلقي المعلومات بصورة الكترونية وبمكن الحصول عليها على الفور من خلال (الهاتف الذكي) أو اجهزة الكومبيوتر، وبهذا يمكن أن تصلنا المعلومات بسهولة عبر التكنولوجيا الحديثة وهذا ما يحفز الطلبة إلى البحث عن المستجدات ومقارنة حياتهم الدراسية والاجتماعية مع الآخرين عبر الانترنت ووسائلهُ مما يجرهم إلى الشعور بالتوتر عند انفصالهم بعض الوقت عن متابعة هذه المواقع، ومما يتولد لديهم

مشاعر الفومو (Fomo) الخوف من ضياع الاحداث والاشياء، وهذا ضاعف من مشاعر الرغبة في معرفة ما يفعلهُ الآخرون، ومن ثم الإدمان على البحث عن المعلومات المتاحة والمتعة والترفيه واثبات الذات والتعبير عنها (Lee & deong, kim, 2010 :432).

وان الطلبة يمتلكون دوافع متعددة لاستخدام هذه المواقع والبرامج، وتشجيعهم على الكشف عن المعلومات الشخصية ومن ثم مشاركتها مع الآخرين، وان هذه البرامج والمواقع يتم استخدامها من قبل (٧٠%) من البالغين الذين يستخدمون (Facebook –Twitter)، و(٢٩%) منهم يستخدمون المواقع والبرامج الاجتماعية والانستاجرام من الذين تتراوح أعمارهم ما بين (١٥-٣٤) سنة (Smith, 2017: ١٠٤)، لقد دفعت الحاجات الانسانية إلى البحث عن الاتصال السريع والمتعدد الاشكال بواسطة الانترنت الذي حول العالم إلى قرية صغيرة (عصر الانترنت) وإن النمو السريع للمجتمعات أدى الى خلق بيئة لا تستغني عن استعمال الانترنت والكومبيوتر لان العديد من مستخدميه بذؤا في قضاء الاوقات الطويلة فيه مما يقود ذلك إلى الإدمان الذي بدأ ينتشر بين المراهقين والطلبة والموظفين وربات البيوت في مجالات وأماكن العمل المختلفة وقد أصبح الانترنت جزءاً مهماً وأساسياً لاغنى عنهُ لدى شرائح المجتمع في حياتهم اليومية وفي الصعيدين المهني والشخصي (غريري، ٢٠١٧: ١٤).

واضاف ورثان (Worthan٢٠١١) بان الخوف من ضياع الاحداث او الأشياء (FOMO) ليس من المفاهيم الحديثة وإنما ظهر بصورة شاسعة مع التطور في وسائل التواصل الاجتماعي يسمح للأفراد في اكتساب التعرف بأصدقائهم وزملائهم واقربائهم حتى الغرباء منهم، وتشمل قنوات الاتصال والرسائل والصور والصحف والنشرات الإخبارية والبوسترات ورسائل البريد الإلكتروني (Wortham , 2011 :32)

ويرى الباحث بان التطورات العلمية والتكنولوجية في مجالات الاتصالات أحدثت تغير في نقل واستقبال المعلومات في مجتمعات افتراضية انجذب اليها العديد من الفئات وتأثروا وتفاعلوا بصورة مباشرة بها، وان أهمية البحث تتبلور عند مواقع التواصل الاجتماعي واثارها السلبية او الإيجابية الكبيرة على المجتمع وافراده في جميع الجوانب الحياتية بفضل استقطابها لجميع الشرائح والاعمار ومن كلا الجنسين من خلال ممارساتها الشائعة والشاسعة بما لها القدرة على الجذب على برامجها ومضامينها المتعددة التي تشمل التسلية والترفيه وقضاء الأوقات والاطلاع على المعلومات بما يتم نشره من صور وصوت ومقاطع الفديوهات والرسائل والمكالمات، وإمكانية التعبير عن الذات ، ونجد ان الشباب يكون أماكن تواجدهم (البيت – الجامعة او

المدرسة او العمل – النافذة الالكترونية – الاطلاع على اخر المستجدات في أي مجال من المجالات – التعبير عن الآراء).

الأهمية النظرية:

–أهمية موضوع البحث في وقتنا الحاضر في اثراء الادبيات التربوية والعلمية والثقافية حول الانترنيت والادمان على برامجه ومواقعه وما تتركه من سلبيات وايجابيات على الفئات العمرية المختلفة.

–رسالة للطلبة المدمنين على الانترنيت في مواجهة صراعاتهم والضغوط التي تفرضها عليهم الأجهزة الرقمية وحلها والتخلص منها بدلاً من الهروب منها.

–الاطلاع الإيجابي لكونهُ وسيلة من وسائل الانفتاح وتغير المجتمعات، والاطلاع على تنوع الأفكار، وتعزيز الهوية الثقافية والتماسك الاجتماعي.

الأهمية التطبيقية:

–تقديم صورة واضحة عن استعمالات الانترنيت والادمان عليه والخوف من ضياع الأشياء عن الشباب الجامعي وتكوين ثقافتهم التربوية والتعليمية، من خلال النتائج التي سيتوصل اليه البحث.

–الإفادة من سهولة الاستخدام لهذه المواقع والبرامج والتي تتوفر في لغات متعددة للتعبير عن الرأي، مما يسهل على مستخدميها انتقال المعلومات والاطلاع على الاحداث وتشكيل المجتمع الذي يرغبون بالانتماء اليه.

–تحفيز التفكير الإبداعي في الحصول على المعلومات وتقريب المسافات.

اهداف البحث: يستهدف البحث التعرف: –

١.مستوى الإدمان على الانترنيت لدى طلبة الجامعة.

٢.الفروق المعنوية في مستوى الإدمان على الانترنيت لدى طلبة المرحلة الجامعية تبعاً لمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة).

٣.مستوى الخوف من ضياع الأشياء لدى طلبة الجامعة.

٤.الفروق المعنوية في مستوى الخوف من ضياع الاشياء لدى طلبة المرحلة الجامعية على وفق متغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة).

٥.العلاقة بين الإدمان على الانترنيت والخوف من ضياع الاشياء لدى طلبة المرحلة الجامعية بشكل عام وفقاً للمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة).

حدود البحث: اقتصرت حدود البحث على:

الحدود الزمانية: العام دراسي (٢٠٢٤– ٢٠٢٥).

الحدود المكانية: جامعة الموصل في الدراسة الصباحية.

الحدود البشرية: طلبة جامعة الموصل من الجنسين (الذكور – الاناث).

الحدود المعرفية: الإدمان على الانترنيت وعلاقته بالخوف من ضياع الأشياء.

تحديد المصطلحات:

اولاً: الإدمان على الانترنيت: عرفهُ:

•جاد وعبد الرؤف (٢٠٠٣):

"استجابات لمستخدمي الانترنيت والتي تعكس هيمنة استخدامه على عقولهم وسلوكهم وزيادة تحملهم الاستخدام، والصراع النفسي ومع الاخرين المحيطين بهم، والارتداد القهري مرة اخرى كلما حاولوا التحكم بمقدار الوقت المستخدم". (جاد وعبد الرؤف، ٢٠٠٣: ١٢)

•عبد الهادي واخرون (٢٠٠٥):

"جملة من اعراض الاعتماد النفسي المستمرة في التعامل مع شبكة الانترنيت لفترات طويلة بقصد دخول الفرد في حالة من النشوة دون وجود ضرورة اكاديمية وظهور الكثير من المعاير المصحوبة في الاعراض الانسحابية النفسية والجسمية مثل فقدان المساندة الاجتماعية والشعور في الاعراض الكتائبية". (عبد الهدي واخرون، ٢٠٠٥: ١٠)

•حسن (٢٠٠٨):

"نوع من الاضطراب النفسي الجسدي الذي يصيب الفرد مثله في ذلك مثل كافة انواع الادمان الأخرى". (حسن، ٢٠٠٨: ٢١٧)

•الصباطي واخرون (٢٠١٠):

"ادمان الافراد في الجلوس لفترات أطول عند تصفح الانترنيت وعدم القدرة على تقليل تلك الفترة مما يفقدهم التفاعل الاجتماعي مع الاخرين المحيطين بهم ويعطل مصالحهم الضرورية وواجباتهم". (الصباطي واخرون، ٢٠١٠: ١١٢)

•الشيخ (٢٠١١):

"السلوك الاعتمادي على الانترنيت يدفع الافراد الى المداومة على ممارسة التعامل مع شبكة الانترنيت لفترات طويلة يقضوها مع مواقف ذات جاذبية خاصة لهم مما يؤدي الى الاضرار بهم وبعلاقاتهم الاجتماعية". (الشيخ، ٢٠١١: ١٠٣٦)

•التعريف النظري:

"الرغبة الملحة والمتزايدة في قضاء أكبر مدة ممكنة امام الانترنيت اذ لا يستطيع الافراد مقاومته او حتى التحكم في استخدامه فيصبح عادة ثابتة ومترسخة مما يفقدهم التفاعل الاجتماعي مع الاخرين وتظهر عليهم نتيجة لذلك الاضطرابات النفسية والجسمية والسلوكية".

•التعريف الاجرائي:

"الدرجة الكلية التي يحصل عليها (الطالب / الطالبة) المستجيب عند الاجابة على فقرات مقياس الادمان على الانترنيت".

ثانيا: الخوف من ضياع الأشياء: عرفهً:

١- ووثام (Wortham، ٢٠١١):

"شعور في عدم الاستقرار والقلق ومشاعر من عدم الكفاية ويتفاقم هذا الشعور عند دخول الفراد إلى مواقع التواصل الاجتماعي وكذلك عند الغياب عنها لفترة من الزمن" (Wortham: 2011, 1)

٢- هادكنسون (Hodkinson، ٢٠١٢):

"شعور في عدم الارتياح بأن تفقد متابعة ما يفعله الآخرون في مجالات العمل أو في حوزتهم أشياء وامور أفضل من الذي يمتلكه الفرد على مواقع التواصل الاجتماعي". (Hodkinson: 2012, 58)

٣-بيريزبيلسگى (Przybylski، ٢٠١٣):

"الشعور في التخوف الكبير من أن يكون لدى الافراد تجارب مجزية على مواقع التواصل الاجتماعي". (Przybylski: 2013, 39)

٤-التعريف الإجرائي:

"الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (الطالب) من خلال الاجابة على فقرات مقياس الخوف من ضياع الأشياء الذي أعدهُ الباحث".

الاطار النظري:

أولاً: أبرز الآراء النظرية للإدمان على الانترنيت:

يرى **الاتجاه السيكودينامي** ان ادمان الافراد على الانترنيت يعدُ استجابة هروبيه من الاحباط والتوتر ورغبة الافراد في حصولهم على لذة بديلة مباشرة تساعد في تحقيق الاشباع لديهم، وكذلك رغبة منهم في النسيان واستخدام ميكانزم الانكار الذي يعدُ مؤشر على الادمان للأنترنيت، وهذا ما اكدهُ **ديوران (Duran, ٢٠٠٣)** بان المجهولية في التعاملات الإلكترونية والغير معروفة الاسم مع قبل الاخرين تعدُ من العوامل الاساسية للإدمان على الانترنيت،

ومحيطاُ افتراضي يغرس التهرب الذاتي من الصعوبات الانفعالية والشخصية والمشكلات، ويخفف من الضغوط النفسية ويعزز من الخداع الانحراف والغش والاجرام والعدوان (ارنوط ،٢٠٠٧: ٤٦)، وينظر أصحاب **الاتجاه الاجتماعي الثقافي** الى الإدمان للانترنيت بانه يختلف وفقاُ للجنس (ذكور–اناث)، وكذلك وفقاً للعمر (أطفال– شباب– راشدين–مسنين)، وأيضا يدخل المستوى التعليمي (متعلم– غير متعلم)، وبيئة السكن (الريف– الحضر)، وبين الطبقات الاجتماعية ولكن من المؤكد يوجد تفاوتاً كبيراً بين مستخدميه (زيدان، ٢٠٠٨: ٣٨٩)، وان المجتمع يعدُ السبب في السلوك اللاسوي، وان ما يحدث في المجتمعات اليوم من الاضطرابات والمشكلات يجبر افراده الى الانغماس في السلوك الشاذ للتكيف مع معايره وعاداته، ولهذا العادات تختلف من مجتمع الاخر ومن الثقافة لأخرى (العصيمي، ٢٠١٠: ٢٤)، ويفسره **علماء النظرية السلوكية** الاشتراط الاجرائي للأفراد الذين يقومون في سلوك ويحصلون اما على ثواب أم عقاب تبعاً لنوع السلوك، وهكذا فان الادمان يعطي مجموعة مكافأت كالاستمتاع والتسلية والحب والمرح والاثارة والراحة الجسدية والنفسية والمادية، ومن ثم الهروب من مشكلات الواقع مما يمكن اعتباره انواعاً من المعززات لسلوك الإدمان، فكلما يشعرون في الحاجة او بالتوتر او الضيق او الرغبة، يرجعون الى الانترنيت وهكذا تتكون لديهم العادة ومن ثم تتحول الى ادمان(زيدان، ٢٠٠٨: ٣٩٠)، أي ان التكرار والممارسة هي التي اوجدت الادمان للأنترنيت، فيتضمن مصطلحات السلوكية ليست فقط مجرد الوجود للدافع او الهدف ولكن لابد ايضا من ممارسة هذا السلوك ومن ثم يتم تعزيزهُ وتدعيمهُ بالشعور الداخلي للافراد الذين يتحقق لديهم بعد استعمال الانترنيت في كل مرة، أي ان الشعور لا يتغير بنوعيته ولكنه يتغير في شدته وقوته، ويصبح اشد واقوى مما يوقع الافراد في العديد من الاضطرابات النفسية والانفعالية والسلوكية (ارنوط، ٢٠٠٧: ٤٦)، ويرى ذوي **التوجه المعرفي** بان السلوك اللاسوي يعدُ استجابة للطرق التي يدرك فيها المثير، لان هذا الاتجاه يركز بصورة مباشرة على العمليات المعرفية كالانتباه والتذكر والادراك وحل المشكلات، التي تعد محدداتُ ومؤثرات مهمة للسلوك الافراد وكأسباب محتملة لسلوكهم المعرفي، وان المعارف سيئة التوافق والتكييف كافية للتسبب بظهور عدد من الامراض المرتبطة في اضطرابات الإدمان على الانترنيت (Davis, 2001: 195)، وان التشوهات المعرفية التي تكون حول الذات (تشمل الشك الذاتي، وانخفاض كفاءة الذات، وتقدير الذات السلبية)، وهذه التشوهات التي يدركها الفرد الذي يعاني من المشكلات النفسية المتعددة، سوف يحمل ادراكات بصورة سلبية عن ذاته وشخصيته، مما يجعله يفضل التفاعل المباشر مع الأنشطة والموضوعات المختلفة والمتعددة التي يقدمها الانترنيت، لأنه يعد

بالنسبة لـه أقل تهديداً عليه من التفاعل المباشر مع البيئة (العصيمي، ٢٠١٠: ٤٠)، ويؤكد أصحاب **الاتجاه التكاملي** بأن ادمان الافراد على الانترنيت يكون بسبب مجموعة عوامل مهيأة وهي (شخصية – اجتماعية – انفعالية – بيئية) تجعل لديهم القدرة على الاستعداد للاستجابة لهذا الاضطراب، فالسمات الشخصية تجعل الافراد ينزلقون في مصيدة الانترنيت بسبب الخجل وعدم قدرتهم للمواجهة، وكذلك يؤكدون بان الانطوائية تجعل من الافراد لا يستطيعون تكوين صداقات حقيقية مع الاخرين في العالم الواقعي فيهربون الى العالم الافتراضي (الانترنيت) الذي يجعلهم يعيشون بأرض الخيال، فيستعيرون اسماءً غير اسماءهم الحقيقية ويتقمصون شخصية غير شخصيتهم الحقيقة ويتصرفون كما يشاؤون بدون رقيب عليهم في علاقات وهمية افتراضية مما يشعرون بذواتهم ومكانتهم واهميتهم بين الناس، فيكون الانترنيت بمثابة ضالتهم التي يبحثون عنها(الرفاعي ،٢٠٠١١: ٣٤٢)، واخير يرى أصحاب **التفسير الطبي** التي تركز تفسيراتهم على عامل الوراثة والعوامل الحيوية او الجينية والوصلات العصبية في المخ، وكذلك الخلل في الكروموسومات والهرمونات وادائها لوظائفها من زيادة ونقصان، والذي بدوره يؤثر على الجهاز العصبي(Jennifer & Ferris , 1999: 126)،

واظهرت الدراسات بانه توجد عقاقير تحدث نوع من الخلل في التواصل العصبي، ومما قد يترتب عليه يقوم المخ بأرسال معلومات غير صحيحة ودقيقة كان يتوهم الشخص في اعتدال مزاجه ويشعر بالمتعة، وينطبق مثل هذا التفسير الطبي على حالة الاعتماد على الأنترنيت، اذ يتيح الانترنيت للأفراد شعوراً في المتعة وبالأثارة (Ferris , 2001: 7).

ثانياً: الخوف من ضياع الأشياء (الفومو، FOMO):

في ظل **الانفتاح التكنولوجي** وعصر المعلومات الالكترونية أصبح هنالك فرص كثيرة للتلوث الثقافي والانفتاح على ثقافات أخرى (إيجابية_ سلبية) واصبح الشباب من اكثر الفئات عرضة لهذه الأمور التي يسود فيها أفكار وعادات وتيارات قد تكون منافية لعاداتنا وتقاليدنا (خليفة، ٢٠١٦: ٣٨)، ويعد الخوف من فوات الأشياء من أهم الموضوعات النفسية لأنها تحاكي التكنولوجية في وقتنا الحاضر، ومع ذلك فإن الأسس النظرية لهُ لم يتم تطويرها والتوسع بها، وما زالت في بداية مهدها (Zhang, 2020: 163)، ظهر هذا المفهوم في اعتباره سلوكاً استهلاكياً ونشاطا في سياقات التسويق عبر الشبكات الالكترونية الاجتماعية، وقد أشار **عالم النفس (برزيبيلسكي Przybylski)** بأن القلق لدى الافراد مستخدمي المنصات الاجتماعية يتزايد عندما يرون أقرانهم (يفعلون _ يختبرون _ يملكون) شيئا مجزيا واموراً جذابة ليس لديهم منها (Przybylski, 2013,137)، وقد تم تقديم هذا المفهوم لأول مرة بواسطة الخبير في

التسويق (دان هارمان Dan Herman) في العام (١٩٩٦) كتفسير منه بصورة محتملة لنجاح العلامات التجارية ذات الإصدارات النادرة والمجدودة (٢٠١١ ، Fake)، وثم ظهر هذا المصطلح لأول مرة عام (٢٠١٠) عبر الوسائل الإعلامية تزامنا مع مصطلح المواقع للشبكات الاجتماعية ليطفو بعدها على نطاق واسع في العديد من أنحاء العالم ،(Hitlin 2018)، وفي المجال النفسي فكان **للعالم بيزبيلسكي(Przybylski)** السبق في هذا المفهوم وذلك في أول دراسة تجريبية مع زملائه في العام (٢٠١٣)، ومن ثم اضاف المصطلح (فومو) في (قاموس إكسفورد)، ليصبح الخوف من فوات الفرص الذي اصبح أكثر انتشارا مع ظهور الشبكات التواصل الاجتماعية، وذلك بسبب الهواتف الذكية التي سهلت سرعة الوصول إلى منصات التواصل الاجتماعية والقدرة على متابعة حياة الاخرين ومقارنتها في حياتهم، واستعراض ابرز المشاهير لإنجازاتهم والتفاخر فيها ليبدؤوا بعدها في تصاعد العواقب الاجتماعية والنفسية المظلمة للاستخدام المفرط لهذه الشبكات الاجتماعية(Alotaibi & Ali, 2020)، وبالصورة النفسية ارتبط هذا المفهوم بالقلق في المقام الأول، وفي الخوف من الشعور بالندم من نفاذ الفرصة المتاحة وضياع النتيجة المرتقبة وهذا الأمر الذي يدفع السلوك الانساني في اتجاه الحدث في قوة وشغف، كذلك اثبتت الدراسات النفسية علاقته بالقلق الاجتماعي على عينات من المراهقين والراشدين وجاءت النتائج بصورة إيجابية بينه وبين الفومو (Casale, 2020) ، واثبت علماء النفس بارتباط (الفومو) بصورة مباشرة في المزاج والوجدان السلبي، والحاجة الى تعزيز الذات والانتماء والشعور بالملل وكذلك ضعف الانتباه والجودة المدركة للحياة والرضا عنها (Eastwood& Smilek، ٢٠١٢) وأن شعور الافراد بأن هناك شيئا ما يعيق تواصلهم بالمنصات الاجتماعية ازداد خوفهم وشعرهم بالأسف والندم عندا فقدان أخبار الأصدقاء والمعارف في العالم الافتراضي (عبدالكافي، ٢٠١٦: ٢٣)، واكد **ليتل (Laietal 2012)** بالإمكان فهم الفومو (Fomo) على شكل قلق للتغلب على تجارب الافراد الناتجة من علاقاتهم الاجتماعية وارتباطاتهم الشخصية، وهذه الرغبة تأتي من حاجتهم إلى الانتماء للآخرين، ويرى بأنه واقع اساسي وفطري لديهم، وانهم يتبعون هذه الحاجة من خلال الانتماء بواسطة الانترنيت ووسائل التواصل الاجتماعي والتطبيقات المتاحة الأخرى والمنتشرة التي تساعد على تبادل الآراء والأفكار بينهم، ويلعب الخوف في الابتعاد الاجتماعي دوراً أساسياً في مشاعر القلق الذي ينتج من فقدان الانتماء والاستبعاد الاجتماعي، وان هذه المشاعر تدفع الافراد إلى مقارنة أنفسهم بالآخرين بواسطة وسائل التواصل الاجتماعي وتجعل منهم أكثر مواكبة في الاطلاع عما يفعله الآخرين ومقارنة انفسهم بأقرانهم على المواقع الالكترونية، وهذا يساعدهم في خفض مشاعر

(الخوف من الضياع الفومو) وتقليل قلقهم والمزاج السلبي الذي يظهر في سبب الانقطاع والمتابعة والمقارنة الاجتماعية (Miller, 2012: 253). اما **بريزبيلسكي (Przybyski، ٢٠١٣)** في نظريته عن الفومو (Fomo) يرى بأن الافراد لديهم الميل إلى الاهتمام بما قد يفعله الآخرون في أي زمان وكل مكان وأغلبهم يرغبون في البقاء على اتصال مباشر مع ما يفعله الآخرون، ولهذا السبب يتولد لديهم مشاعر الفومو (Fomo) التي أعتبره بأنه تخوف واسع المدى من تجارب مجزية للأفراد الاخرين أكثر من الفرد نفسه، ولان معظم مشاعر الفومو تحدث مع الأصدقاء والزملاء الذين يفتقدون الاندماج الاجتماعي ويفضلون الواقعي الإلكتروني ولهذا قد تظهر لديهم مشاعر الفومو (Fomo) وفقاً للموقف (Przybyiski, 2013: 712)، وهذا ما أكد عليه **مدروفا (Hamdro 2002)** عندما اجرى دراساته على الافراد الذين يدرسون في الخارج، اذ وجد أن الفومو قد يكون له "جذور عصبية في الدماغ" لان الخوف من الفقدان والضياع للأشياء يكون له علاقة بالحاجة إلى ا(لانتماء – أنماط النشاط في الدماغ) وذلك في ارتباط الخوف من الضياع في الحاجة الى الانتماء لما وجده من التقاطع للنشاط في "الفص الصدفي الجداري الأيسر للدماغ" وهذا ما يؤكد ان الافراد في حاجتهم إلى البقاء على الاتصال مع الآخرين، وان نقص هذا الاتصال قد يؤدي إلى الخوف من الضياع وهذا في دوره بالتالي يشير الى ان لهم الحاجة أساسية للتواصل (Przybyiski Hamro, 2013: 710)، بينما أكد العالم **وورثام (Wortham 2011)**أن الخوف من ضياع الأشياء مرتبط بصورة مباشرة مع زيادة الضغوط وعامل الوقت اللذان يؤثران على الحالة العاطفية للأفراد ويعانون من عدم الاستقرار الذي يزداد ويتفاقم عندما يقومون بتسجيل الدخول للمواقع الالكترونية والتواصل الاجتماعي (Wortham, 2011: 3).

الدراسات السابقة:

اولا: دراسات التي تناولت الإدمان على الانترنيت:

-دراسة عبد الهادي واخرون (٢٠٠٥)

"ادمان الانترنيت وعلاقته بكل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة"

هدفت الدراسة التعرف على الدرجة لإدمان طلبة الجامعة للأنترنيت، ومعرفة درجة المساندة الاجتماعية، والتعرف على علاقة ادمان انترنيت وكل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية، والتأثيرات المحتملة بين المتغيرات، ولكي تتحقق اهداف البحث بدأ الباحثون في اعداد المقياس لاضطراب الادمان الانترنيت والمساندة الاجتماعية، وثم استخدموا قائمة (بيك) للاكتئاب، واستخرجوا صدق المحك والتمييزي والعاملي والتلازمي، وحساب الثبات في معامل الفا

كرونباخ وإعادة الاختبار، وتألفت العينة الدراسة (٣٠٠) من طلبة المرحلتين الثالثة والرابعة، وتمت معالجة البيانات بصورة احصائياً في استخدام (معامل ارتباط بيرسون–الاختبار التائي– معادلة الانحراف)، واظهرت النتائج وجود العلاقة الارتباطية الموجبة الدالة بين الادمان الانترنيت والاكتئاب، وهناك علاقة ارتباطية سالبة دالة بصورة احصائياً بين ادمان الانترنيت مع المساندة الاجتماعية، ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة الذكور والاناث في الادمان الانترنيت ولصالح الطالبات الاناث. (عبد الهادي واخرون، ٢٠٠٥)

–دراسة الحمصي (٢٠٠٩):

"ادمان الانترنيت عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعية دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق"

هدفت الدراسة التعرف على علاقة ادمان الانترنيت والمهارات التواصل الاجتماعي لدى الشباب الجامعي، ومعرفة فروق ادمان الانترنيت تبعاً للمتغيرات (الجنس– الوضع الاقتصادي– التخصص العلمي)، ولتحقيق الاهداف البحث استخدمت الباحثة المقياس ادمان الانترنيت الذي اعده يونك (young)، ومقياس علاقات الاجتماعية اعداد الحاج، وشملت العينة (١٥٠) طالباً وطالبة، من طلبة الجامعة دمشق، وتمت المعالجة البيانات إحصائياً في استخدام (معامل ارتباط بيرسون– الاختبار التائي– اختبار انوفا)، واظهرت النتائج وجود علاقة ذات الدلالة الاحصائية بين ادمان الانترنيت ومهارات التواصل الاجتماعي، وان وجود فروق ذات دلالة بصورة إحصائية للادمان على الانترنيت تبعاً لمتغير (الجنس) ولصالح الاناث ولا توجد الفروق ذات دلالة الاحصائية في ادمان الانترنيت تبعاً للمتغير (الوضع الاقتصادي – التخصص العلمي). (الحمصي، ٢٠٠٩: ٣٩٩)

–دراسة القرني (٢٠١١):

"ادمان الانترنيت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز"

هدفت الدراسة التعرف على الادمان الانترنيت وعلاقته في بعض الاضطرابات النفسية (الاكتئاب–القلق الاجتماعي–الوحدة النفسية)، ولتحقيق الاهداف في البحث قام الباحث في إعداد المقياس للإدمان على الانترنيت، ومقياس الاضطرابات النفسية(القلق الاجتماعية–الاكتئاب– الوحدة النفسية)، وتم استخراج الصدق الظاهري الصدق التلازمي وصدق الاتساق الداخلي، والثبات بطريقة (إعادة الاختبار والفاكرونباخ)، تكونت العينة الدراسة (٢٩٠) طالباً من طلاب الجامعة الذين تراوحت اعمارهم (١٩ – ٢٤) عاماً واظهرت النتائج وجود العلاقة ارتباطية

(موجبة) دالة احصائية بين ادمان الانترنيت مع الاكتئاب وتوجد علاقة ارتباطية (موجبة) دالة إحصائية بين ادمان الانترنيت مع القلق الاجتماعي والوحدة النفسية، وعدم وجود الفروق دالة إحصائية بين متوسط الدرجات التخصصات العلمية والادبية في ادمان الانترنيت.(القرني، ٢٠١١: ١٠١)

-دراسة معيجل (٢٠١٦):

"الإدمان على الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة"

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى إدمان الانترنت لدى طلبة الجامعة، والمقارنة في إدمان الانترنت وفقا لمتغيرات (الجنس – التخصص)، وقد تألفت العينة من (٢٠٠) طالبا وطالبة من التخصصين في جامعة بغداد، واستعمال اختبار إدمان الانترنت الذي وضعته عالمة النفس (كيمبرلي يونغ ١٩٩٦)، والذي ترجم إلى اللغة العربية وتمت استخرج له خصائص السيكومترية التي تمثلت في القوة التمييزية والصدق الظاهر والبنائي والثبات في طريقتي التجزئة النصفية وبلغت (٠.٩١)، وبطريقة معامل إلفا وبلغت (٠.٩٥)، وباستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة توصلت إلى النتائج إن مستوى الإدمان للأنترنت بمستوى متوسط، وليس هنالك فرق ذو دلالة إحصائية على وفق متغير الجنس (ذكور، إناث)، هناك فرق دلالة إحصائية لدى طلبة الجامعة على وفق متغير التخصص (علمي– أنساني) ولصالح الإنساني. (معيجل، ٢٠١٦)

-كامل (٢٠١٦):

"إدمان الإنترنت وعلاقته بالدافعية نحو التحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة ديالى"

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين الإدمان على الإنترنت والدافعية نحو التحصيل الدراسي لطلبة جامعة ديالى، وقد ضمت العينة (٢٠٠) طالبا توزعوا على كليات العلمية والإنسانية في جامعة ديالى، وقامت الباحثة في تطبيق المقياس إدمان الإنترنت الذي تم أعداده من قبل (بشرى إسماعيل أرنؤط:٢٠٠٧) على العينة الأساسية البحث، واستعملت الباحثة للتوصل الى النتائج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ال (SPSS)، وتحليل نتائج البحث التي قد أظهرت وجود العلاقة الموجبة بين إدمان الإنترنيت وبين التدني في مستوى الدافعية لدى طلبة جامعة ديالى ونحو التحصيل الدراسي، ثم تمت وضع مجموعة من التوصيات والمقترحات. (كامل، ٢٠١٦: ٢٦٩)

ثانيا: دراسات تناولت الخوف من فوات الاشياء:

-دراسة الداغستاني وياسمين (٢٠٢١):

"**الخوف من ضياع الأشياء وعلاقته بالتفسير الذاتي**"

هدفت الدراسة التعرف على المستوى الخوف من ضياع الأشياء والتفسير الذاتي والعلاقة بينهما، وثم إيجاد الفروق وفقا لمتغير الجنس لدى طلبة الجامعة، وشملت العينة (٢٠٤) طالباً وطالبة من جامعة بغداد، وقامت الباحثتان في بناء مقياس الفومو (الخوف من ضياع الأشياء)، وتبني مقياس النقشبندي (٢٠٠٥) للتفسير الذاتي، وتمت التحقق من صدقهما وثباتهما، واستخدم الوسائل الإحصائية لاستخراج النتائج بالاعتماد على الحقيبة الإحصائية (spss)، وتوصلت النتائج الى انخفاض مستوى الفومو (الخوف من ضياع الأشياء)، وارتفاع مستوى التفسير الذاتي لدى افراد العينة، وان هنالك علاقة عكسية بين المتغيرين، ويوجد فروق لصالح الطلبة الذكور. (الدغستاني وياسمين، ٢٠٢١)

-دراسة خالد (٢٠٢٢):

"**متعة التخيل كمتغير معدل للعلاقة بين الخوف من فوات الفرص وادمان الشبكات الاجتماعية لدى عينة من طلاب الجامعة**".

هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الخوف من فوات الفرص وادمان الشبكات الاجتماعية ومتعة التخيل، وتكونت العينة من (٤١٧) طالب وطالبة من جامعة الإسكندرية، وجمعت البيانات الدراسة من خلال ثلاثة مقايس، واستخدم الوسائل الإحصائية لاستخراج النتائج بالاعتماد على الحقيبة الإحصائية (spss)، وتوصلت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية (موجبة) بين الخوف من فوات الفرص وادمان الشبكات الاجتماعية، وعدم وجود فرق بين الذكور والاناث. (خالد، ٢٠٢٢).

❖مدى الافادة من دراسات السابقة:

يكمن مدى الافادة من الدراسات السابقة التي عرضت واهميتها من خلال النقاط التالية:

-صياغة المشكلة ووضوحها والاهمية والحاجة للبحث.

-تحديد الأهداف البحث الرئيسية.

-المساهمة في الاضافة والتطوير للموضوعات التي لم تتطرق اليها الدراسات السابقة فيما يخص المتغيرات في البحث الحالي.

-التعرف على مجموعة العينات المتعددة من المراحل والاعمار التي استفاد منها الباحث في تحديد العينة البحث.

-الاطلاع على الإجراءات السيكوسوماتية التي استعملتها الدراسات السابقة من ومقاييس وادوات وكيفية تطبيقها.

-استعمال الوسائل الاحصائية المناسبة في الدراسات السابقة وتحليل بياناتها التي تنسجم مع الاهداف التي تمت وضعها.

-المقارنة في النتائج التي سيتوصل اليها الباحث في فصل الرابع مع ما تمت طرحهُ في نتائج الدراسات السابقة للتعرف على المدى في الاتفاق والاختلاف بينهما.

-الإفادة للباحث من التوصيات والمقترحات التي تم عرضتها الدراسات السابقة.

إجراءات البحث

ويشمل المنهج الذي اعتمده الباحث والمجتمع وعيناته والادوات التي استخدمت، ومؤشرات صدقها وثباتها والوسائل الاحصائية لمعالجة البيانات وهي على النحو الاتي:

أولا: منهجية البحث:

استخدام المنهج الوصفي العلائقي والذي يعرف "بأنه اجراء مسحي من اجل الحصول على حقائق وبيانات تتعلق بمشكلة الدراسة" (ابراهيم، ٢٠٠٠: ١٢٥)، وهذا النوع من البحوث الوصفية يهتم في الكشف عن العلاقة بين المتغيرين او أكثر لمعرفة المدى في الارتباط بينهم وثم التعبير عنها بصورة كمية من خلال معاملات الارتباط بين المتغيرات التي تظهر في البيانات (نوفل وفريال، ٢٠١٠: ٢٢١).

ثانيا: مجتمع البحث

تم تحديد المجتمع للبحث المتمثل بطلبة جامعة الموصل في كليتي التربية للعلوم الصرفة والإنسانية للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) إذ بلغ مجتمع البحث (١٣٥٨٧) طالب وطالبة بواقع (٥٨٢٤) طالب وطالبة في العلوم الصرفة و(٧٧٦٣) طالب وطالبة في العلوم الانسانية.

ثالثا: عينات البحث:

أ.عينة تطبيق الاستطلاعي:

يرجع الهدف الاساسي من اعتماد الباحث على العينة الاستطلاعية هو للتعرف على الصعوبات التي تعترضه اثناء تطبيق أدوات (المقياسان) بحثه ومعرفة الوقت الذي قد يستغرقه الطلبة في الإجابة، ومن ثم الكشف عن الغموض وغير الواضح في فقرات الأداة، والتأكد من الطلبة بوضوح التعليمات الخاصة في كيفية اجابتهم، فضلا عن استفادة الباحث منها في جمع

بعض الفقرات لمقياس الخوف من ضياع الأشياء (الفومو) فقد اختيرت العينة عشوائية من قسمي (علوم القران والتربية الإسلامية وعلوم الحياة) التي بلغ مجموعها (٥٠) طالباً وطالبة.

ب.عينة الثبات:

لغرض استخراج الثبات لأداتي البحث في طريقة التطبيق واعادة التطبيق، تم سحب عينة الثبات والتي بلغت (٦٠) طالب وطالبة، من قسمي (الجغرافية والفيزياء)، اختارهم الباحث بالطريقة العشوائية.

ج. عينة التمييز: تم سحب عينة عشوائية من المجتمع الكلي وبلغت (٢٦٠) من قسمي (العلوم التربوية والنفسية والكيمياء).

د. عينة البحث الأساسية:

بعد ان حدد الباحث مجتمع البحث أخذ منهُ عينة عشوائية طبقية لان مجتمع البحث غير متجانس "أي انه متكون من عدة طبقات تتصف كل منها ببعض الخواص والصفات والتي تميزها بعضها عن البعض الأخر" (حمودي،٢٠٠٩ :٨٢)، وقد سحبت العينة من اقسام (اللغة العربية والتاريخ والرياضيات والحاسبات) ثم سحبت عينة عشوائية طبقية والتي بلغت (٤٢٠) بواقع (٢٢٠) ذكور و(٢٠٠) إناث.

رابعا: أداتا البحث:

وليتمكن الباحث من تحقيق أهداف البحث تطلبت منهُ الحاجة إلى استعمال أداة لقياس الإدمان على الانترنيت، واداة لقياس (الفومو) الخوف من ضياع الاشياء لدى طلبة الجامعة.

اولا: الإدمان على الانترنيت:

أ- وصف أداة الإدمان على الانترنيت:

استخدم الباحث المقياس الجاهز والمعدَّ من قبل (الاسطل، ٢٠١١) لقياس الإدمان على الانترنيت والذي تكون من (٢١) فقرة ذو البدائل الخمس (دائما، كثيراً، أحيانا، نادرا، ابداً)، والمتمثلة في الدرجات (٤، ٣، ٢، ١، ٠).

ب – الصدق: تحقق الباحث لنوعين من الصدق.

١.الصدق الظاهري:

ان الصدق الظاهري للأداة في عرض فقرات الاداة على مجموعة من (الخبراء والمحكمين) من الأساتذة المتخصصين في مجالات العلوم التربوية والنفسية، والذين بالغ عددهم (١٦) خبيراً ومحكماً، وذلك للتأكد من الفقرات والبدائل ومدى صلاحيتها، وبعد ان تم الأخذ بآرائهم

وملاحظاتهم قبلت فقط الفقرات التي حصلت على نسبة من الاتفاق (٨٠%) فأكثر، ويعتبر صدق الاداة عالٍ إذا تراوحت درجته بين (٨٠-٩٩) (النمر، ٢٠٠٨: ٧١).

٢.الصدق الذاتي:

"يعدُ هذا النوع صدق الدرجات التجريبية للمقياس بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس وبذلك تصبح الدرجات الحقيقية هي الميزان الذي تنسب إليه صدق المقياس والثبات يقوم بجوهره على معامل ارتباط الدرجات الحقيقية للمقياس نفسه إذا أعيد إجراء المقياس على نفس مجموعة الأفراد مرة أخرى". (كوافحة،٢٠١٠ :١١٧).

ويتم حساب الصدق الذاتي في القانون الاتي:

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل ثبات المقياس}}$$

إذا أن معامل ثبات المقياس = (٠,٨٤)

فالصدق الذاتي = $\sqrt{0.84} = 0.916$

ج- القوة التمييزية لأداة الإدمان على الانترنيت:

واستعمل الباحث الاختبار (t) لعينتين مستقلتين، وتم التحقق من دلالة الفروق بين درجات المجموعتين (العليا – الدنيا) البالغة كل منهم (٧٠) طالب وطالبة، وتبين ان القيمة (t) المحسوبة تتراوح (٣،١١٦-٦،٨٢٩) وعند المقارنة في القيمة (t) الجدولية وبالغت (١,٩٦)، عند مستوى (٠,٠٥) للدلالة، ودرجة الحرية (١٣٨) تبين ان جميع فقرات الأداة كانت مميزة.

د - الثبات

وتحقق الباحث من الثبات للمقياس بطريقة اعادة الاختبار:

إذ طبق الأداة على عينة مؤلفة من (٦٠) طالب وطالبة، سحبت بصورة عشوائية، اذ تم اختيارهم من قسمي (الجغرافية والفيزياء)، ثم أعيد تطبيق عليهم الاختيار بعد مضي (١٥) يوماً بعد التطبيق الأول، اذ بدأ التطبيق في يوم الاحد بتاريخ (١١/٣ /٢٠٢٤) ثم أعيد التطبيق في يوم الاثنين المصادف (٢٠٢٤/١١/١٨)، وتم إيجاد القيمة لمعامل الثبات من بتطبيق معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات في التطبيق الأول والدرجات في التطبيق الثاني، إذ بلغت (٠,٨٤)، وتعد قيمة جيدة على استجابات الطلبة في المقياس فإذا كانت درجة الثبات (٠,٧٥) وأكثر يعدُّ ثباتاً عالْ (سماره، ١٩٨٩ : ١٢١).

ثانيا: الخوف من ضياع الأشياء (الفومو):

١. اعداد الاداة:

اتبع الباحث عدة خطوات في لأعداد الاداة وكما يأتي:

أ- الاطلاع على مجموعة من الدراسات والادبيات السابقة وتبني نظرية بريزيبلسكي (Przybyski، ٢٠١٣) في نظريته عن الفومو (Fomo).

ب- وكانت الآراء للجنة الخبراء والمحكمين مفيدة بإعداد الأداة فعمد الباحث إلى إعداد الأداة، والتي تكونت بصورتها الأولية من (٣٠) فقرة ذات بدائل أربع (دائما، غالبا، احيانا، نادرا).

٢. الصدق: ويشيرُ المفهوم الى "الاستدلات الخاصة التي نخرج بها من درجات المقياس من حيث مناسبتها ومعناها وفائدتها" (ابو علام، ٢٠٠٥ :٣٥٤)، وقد تحقق الباحث من نوعان للصدق وكالاتي:

أ - **الصدق الظاهري:**

وهو أن "المقياس يبدو صادقا بالنسبة للمفحوصين أو لمن ينظر إليه إذا بدا أن الأسئلة والأمثلة المستخدمة ذات علاقة بالوظيفة التي يرغب في قياسها" (الظاهر وآخرون،٢٠٠٢ :١٣٨)، واستخراج الصدق الظاهري للمقياس وذلك في عرضه على مجموعة من الاساتذة الخبراء والمحكمين من المتخصصين في قسم علوم التربوية والنفسية والبالغ (١٦) خبيراً ومحكما، للتأكد من صلاحية فقرات المقياس وبدائله، وبعد الأخذ في أرائهم قبلت جميع الفقرات التي حصلت بنسبة الاتفاق (٨٠%) فأكثر، فتم حذف الفقرتين (٨، ١٧)، "واشار بلوم أن المقياس إذا حصل على نسبة اتفاق (٧٥%) أو أكثر يمكن للباحث الشعور في الارتياح" (بلوم، ١٩٨٣ :١٢٥).

ب - **الصدق الذاتي:**

يعد من أنواع الصدق وهو "صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائب أخطاء الصدفة وبذلك تصبح الدرجات الحقيقية للمقياس هي الميزان أو المحك الذي ينسب اليه صدق المقياس" ويحسب بالقانون الاتي:

معامل صدق الذاتي = $\sqrt{\text{معامل الثبات المقياس}}$

اذ معامل ثبات المقياس = ٠.٨٢ = $\sqrt{0.82} = 0.905$

وبما الثبات للمقياس "يؤسس على ارتباط الدرجات الحقيقية للمقياس نفسه إذا أعيد تطبيقه على المجموعة نفسها لذا فإن الصلة وثيقة بين الثبات والصدق الذاتي". (أبو حويج والآخرون،٢٠٠٢ :١٣٨).

٣- القوة التمييزية

ولحساب القوة تمييز الفقرات لمقياس الخوف من ضياع الأشياء (الفومو) تم إجراء خطوات الآتية:

-تم سحب العينة عشوائية من خارج عينة البحث الأساسية من قسمي (العلوم التربوية والنفسية والكيمياء)، وبلغت عددها (٢٦٠) طالبا وطالبة وترى (Nunnally, 1978) "أن حجم العينة التمييز يمكن ان يكون خمسة أمثال عدد الفقرات" (عودة وخليل، ١٩٨٨ :١٧٩).

-وبعد ذلك قام الباحث في تطبيق الاداة ومن ثم التصحيح وحساب الدرجة الكلية لكل مجيب.

-ثم رتبت الاستمارات بصورة تنازليا من (أعلى درجة إلى ادني درجة)، وقد "أوضح كيلي (Kelley) أنه في التوزيع ألاعتدالي تكون النسبة الفاصلة المثلى لكل من المجموعتين هي (٢٧%)" (علام،٢٠٠٦ :١١٦).

وبذلك اعتمد الباحث على نسبة (٢٧%) من الدرجات العليا والتي كان عددها (٧٠) طالب وطالبة، (٢٧ %) من الدرجات الدنيا وتمثل (٧٠) طالب وطالبة، وباستعمال الاختبار (t) لعينتين مستقلتين تحقق الباحث من دلالة الفرق بين الدرجات المجموعتين (الدنيا – العليا) وتبين بأن قيمة (t) المحسوبة تتراوح بين (١،٠٤-١١،١٥٨)، وعند مقارنتها مع قيمة (t) الجدولية والتي كانت (١,٩٦) عند مستوى (٠,٠٥) للدلالة، ودرجة حرية (١٣٨)، اتضح بان جميع الفقرات كانت مميزة ما عدا الفقرات (٤، ١٢، ١٩، ٢٢، ٢٧، ٢٩) لذا قام الباحث بحذفها من المقياس وتكون المقياس بصيغته النهائية من (٢٢) فقرة.

٤- الثبات:

وتحقق الباحث من الثبات للمقياس بطريقة اعادة الاختبار:

إذ طبق الأداة على عينة مؤلفة من (٦٠) طالب وطالبة، سحبت بصورة عشوائية، اذ تم اختيارهم من قسمي (الجغرافية والفيزياء)، ثم أعيد تطبيق عليهم الاختيار بعد مضي (١٥) يوماً بعد التطبيق الأول، اذ بدأ التطبيق في يوم الاحد بتاريخ (٣/ ١١ /٢٠٢٤) ثم أعيد التطبيق في يوم الاثنين المصادف (٢٠٢٤/١١/١٨)، وتم إيجاد القيمة لمعامل الثبات من بتطبيق معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات في التطبيق الأول والدرجات في التطبيق الثاني، آذ بلغ الثبات (٠,٨٢) ويعد المقياس ثابتاً "إذا تراوح قيمة معامل الارتباط تقع ما بين (٠,٧٠ – ٠,٩٠)" (ابو حويج،٢٠٠٢ : ١٣٩)، ولذلك ان قيمة معامل الارتباط كانت جيدة.

٥: التطبيق النهائي:

بعد تحديد حجم العينة الأساسية للبحث البالغة (٤٢٠) طالباً وطالبة، وبعد ان تحقق الباحث من الصدق بنوعيه (الظاهري والذاتي) والقوة التمييزية للفقرات والثبات للمقياسين، طبق الباحث الاداتين على العينة الأساسية وقد استمرت المدة في التطبيق من يوم الاحد (٢٠٢٤/١١/٢٤) الى يوم الاثنين (٢٠٢٤/١٢/٢)، وقد حرص الباحث في توضيح الهدف الأساسي والعلمي من البحث وما هي الضرورة من ان تكون الإجابة كاملة وصادقة لجميع الفقرات، علماً بان إجابة جميع الطلبة سوف تبقى سرية ولا تستخدم إلا في أغراض البحث العلمي، وبدون ذكر اسم المجيب، وأنه لا توجد أي إجابة صحيحة او خاطئة بل ان كل الإجابات هي صحيحة ما دامت تصف وتعبر عن وجهة النظر للطلبة انفسهم.

٦: تصحيح مقياسي البحث:

أ-أداة الإدمان على الانترنيت:

تم تصحيح المقياس في إعطاء الأوزان (٤، ٣، ٢، ١، ٠)، وأعلى درجة للمقياس هي (٨٤) وأقل درجة للمقياس (٠)، والوسط الفرضي (٤٢)، وبعدها عولجت البيانات بصورة إحصائيا في استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) للعلوم الاجتماعية.

ب-اداة الخوف من ضياع الأشياء (الفومو):

صحح المقياس في إعطاء الأوزان (٤، ٣، ٢، ١)، وان أعلى درجة للمقياس (٨٨) وأقل درجة للمقياس(٢٢)، وكان المتوسط الفرضي (٥٥) وبعدها عولجت البيانات بصورة إحصائيا في استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) للعلوم الاجتماعية.

٧: الوسائل الإحصائية:

لاستخراج النتائج استعان الباحث في "الحقيبة الإحصائية للعلوم التربوية (SPSS)" (التميمي، ٢٠١٣: ١٣٧)

عرض النتائج ومناقشتها:

-الهدف الأول: مستوى الإدمان على الانترنيت لدى طلبة الجامعة.

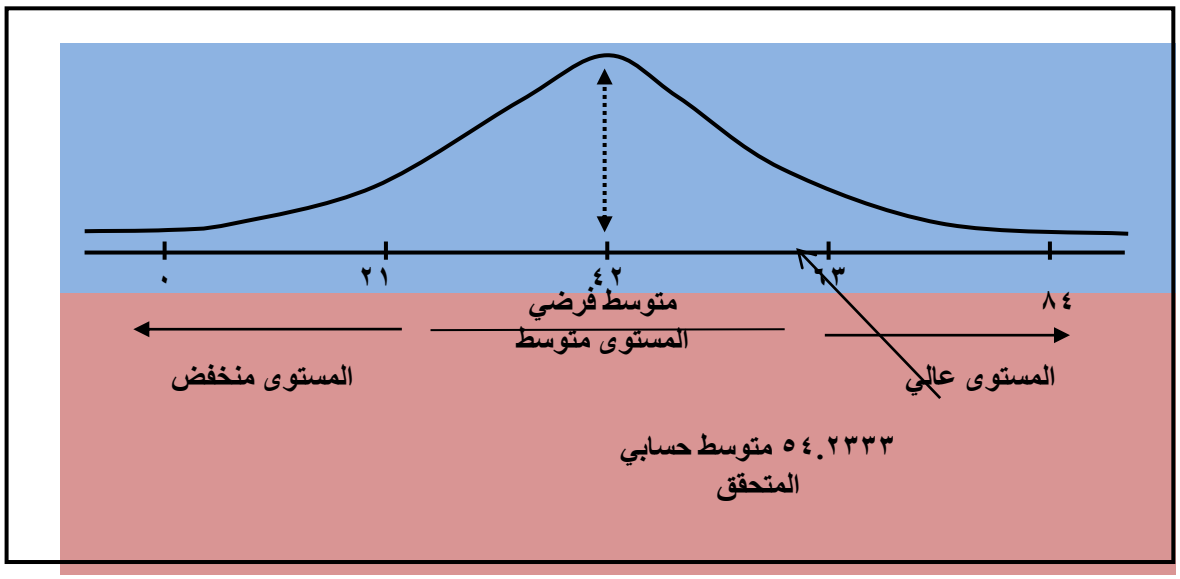
ولتحقيق الهدف استخرج المتوسط الحسابي وكذلك الانحراف المعياري لعينة البحث الاساسية ككل، ثم طبق الباحث اختبار(t-test) لعينة واحدة وللمقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق مع الوسط الفرضي والجدول (١) يبين ذلك.

Journal Of Babylon Center For Humanities Studies 2025 Volume :15 Issue : 6
(ISSN): 2227-2895 (Print) (E-ISSN):2313-0059 (Online)

الجدول (١) نتيجة اختبار(t-test)لعينة واحدة بين المتوسط متحقق والوسط الفرضي لدى عينة البحث

العدد	متوسط الحسابي	متوسط الفرضي	انحراف المعياري	قيمة التائية		الدلالة
				محسوبة	جدولية	
٤٢٠	٥٤.٢٣٣٣	٤٢	١٢.٦٧٢٢٢	١٩.٧٨٤	(١.٩٦) (٠.٠٥) (٤١٩)	يوجد فرق دال

يتضح من الجدول اعلاه بأن قيمة(t)المحسوبة بلغت (١٩.٧٨٤) وهي بصورة أكبر من قيمة(t)الجدولية البالغة (١.٩٦)، ومستوى دلالة (٠.٠٥)، والدرجة حرية (٤١٩)، وهذا يعني وجود الفروق ذات دلالة احصائياً بين المتوسط متحقق والمتوسط الفرضي، في مستوى الإدمان على الانترنيت ولصالح متوسط العينة، ولأجل وضع مستوى لهذا (المتوسط المتحقق) قسم الباحث المدى لثلاث فئات متساوية بالطول لتعبر عن كل من المستوى (العالي – المتوسط- المنخفض) على التوالي (٨٤- ٦٣) فئة عالية، (٦٣- ٢١) فئة متوسطة، (٢١- ٠) فئة منخفضة، والشكل (١) ادناه يوضح ذلك.



الشكل (١) يوضح المستوى الرتبي للمتغير الإدمان على الانترنيت لدى افراد العينة

ويعزو الباحث النتيجة التي اتضحت في الشكل اعلاه بأن طلبة المرحلة الجامعية لديهم مستوى متوسط من الإدمان على الانترنيت ويرجع السبب لذلك بان شبكات الانترنيت أصبحت ميسرة ومتاحة لجميع الطلبة وفي أسعار مناسبة ومخفضة وإمكانية الحصول عليها وسهولة اقتنائها، وكذلك انعدام الرقابة الوالدية، وكذلك الانبهار من قبل الطلبة بالمعلومات المتوفرة على الشبكات وانصرافهم الى البحث في هذه المعلومات والتي تسهل لهم الحصول على معلوماتهم الدراسية او الابتعاد عنها، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (معيجل، ٢٠١٦) ودراسة (كامل، ٢٠١٦).

-الهدف الثاني: "التعرف الفروق المعنوية في مستوى الإدمان على الانترنيت لدى طلبة المرحلة الجامعية تبعاً لمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)".

وللتحقق الباحث من هذا الهدف تم استخرج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغير الإدمان على الانترنيت لدى الطلبة أفراد عينة البحث تبعاً للمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة) والجدول (٢) يبين ذلك.

الجدول (٢)المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير الإدمان على الانترنيت لدى الطلبة أفراد عينة البحث تبعاً لمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)

جنس	التخصص	الصف الدراسي	العدد	الوسط الحسابي	الانجراف المعياري
ذكور	علمي	الأول	40	53.1500	11.71795
		الثاني	6	62.3333	16.65733
		الثالث	17	54.8824	16.19754
		الرابع	29	54.1379	13.94050
		كلي	92	54.3804	13.59852
	أنساني	الأول	38	56.1579	12.80736
		الثاني	19	52.7368	11.21429
		الثالث	59	55.4068	13.64339
		الرابع	12	65.2500	14.39144
		كلي	128	56.1563	13.35608
	كلي	الأول	78	54.6154	12.27417
		الثاني	25	55.0400	13.02395
		الثالث	76	55.2895	14.14102

		الرابع	41	57.3902	14.80520
		كلي	220	55.4136	13.45572
اناث	علمي	الأول	11	56.0000	13.66748
		الثاني	41	50.6341	12.26735
		الثالث	9	50.0000	13.96424
		الرابع	37	53.4595	10.43390
		كلي	98	52.2449	11.89651
	أنساني	الأول	6	49.0000	12.31260
		الثاني	44	54.4318	11.95612
		الثالث	30	52.7667	10.51332
		الرابع	22	54.3182	11.69203
		كلي	102	53.5980	11.41933
	كلي	الأول	17	53.5294	13.26705
		الثاني	85	52.6000	12.18528
		الثالث	39	52.1282	11.26050
		الرابع	59	53.7797	10.82791
		كلي	200	52.9350	11.64598
كلي	علمي	الأول	51	53.7647	12.07740
		الثاني	47	52.1277	13.28879
		الثالث	26	53.1923	15.35974
		الرابع	66	53.7576	12.00520
		كلي	190	53.2789	12.75994
	انساني	الأول	44	55.1818	12.84301
		الثاني	63	53.9206	11.67338
		الثالث	89	54.5169	12.67613
		الرابع	34	58.1765	13.57018
		كلي	230	55.0217	12.57239
	كلي	الأول	95	54.4211	12.39130
		الثاني	110	53.1545	12.36241
		الثالث	115	54.2174	13.26966
		الرابع	100	55.2600	12.66636
		كلي	420	54.2333	12.67222

ومن أجل كشف الفروق المعنوية بين الطلبة أفراد عينة البحث بمستوى الإدمان على الانترنيت تبعاً للمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)، طبق الباحث الاختبار التحليل التباين الثلاثي العاملي، الجدول (٣) يبين ذلك.

الجدول (٣)

نتائج الاختبار لتحليل التباين العاملي الثلاثي للطلبة أفراد عينة البحث بمستوى الإدمان على الانترنيت تبعاً للمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)

مصادر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط مجموع المربعات	القيمة الفائية		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الجنس	1	134.646	134.646	٠,٨٣٥	٣,٨٤	غير دالة
التخصص	1	30.362	30.362	0.191	٣,٨٤	غير دالة
المرحلة	3	585.464	195.155	1.205	٢,٦٠	غير دالة
الجنس × التخصص	1	21.697	21.697	0.134	٣,٨٤	غير دالة
الجنس × المرحلة	3	119.617	39.872	0.246	٢,٦٠	غير دالة
التخصص × المرحلة	3	869.057	289.686	1.788	٢,٦٠	غير دالة
الجنس × التخصص × المرحلة	3	1233.211	411.070	2.538	٢,٦٠	غير دالة
داخل المجموعات	404	65436.698	161.972			
الكلي	419	68430.560				

ويعزو الباحث هذه النتيجة بإن الذكور والاناث لديهم فرص للتفاعل مع شبكات الانترنيت داخل المنزل وخارجه، وفي اي وقت يرغبون به، وكذلك من جهة أخرى توفر فرصة الوقت مع وجود الدافعية لديهم في استعمال شبكة الانترنيت وقضاء ساعات طويلة بالجلوس في تصفح شبكة الانترنيت والذي يؤدي الى الإدمان، وكذلك وجود دافع قوي لحب الاستطلاع والاستكشاف والتشويق لدى الطلبة بما توفرهُ لهم الأجهزة الحديثة والتقنيات المتطورة وطبيعة المواقع المتوفرة مما أدى الى عدم وجود فرق بين الجنسين، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (عبد الهادي واخرون ، ٢٠٠٥). ويتبين لنا من الجدول عدم وجود الفروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في الأقسام العلمية والإنسانية في الكليات بالإدمان على شبكات الانترنيت ويمكننا تفسيرها بان

مدمني الانترنيت سواء من الاقسام العلمية او الانسانية لديهم نفس التطلعات والمستويات الثقافية والاجتماعية متماثلة في البيئة الجامعية وكذلك المؤثرات الثقافية التي اصبحت دخيلة عليهم والتي نمت لديهم الرغبة في التعلق بالأنترنيت لساعات طويلة من الوقت بغض النظر الى نوع الاختصاص واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (الحمصي، ٢٠٠٩)، ودراسة (القرني، ٢٠١١). ويتضح كذلك بان طلبة كليتي التربية الإنسانية والصرفة في المراحل الدراسية لايوجد لديهم فرق دال احصائي وفق المرحلة الدراسية بسبب ان الخصائص النفسية تعد ان تكون مشتركة بين المرحل كافة، ويعد من الأسباب المؤدية لذلك هي اساليب التنشئة الاجتماعية والاسرية، وان جميع المراحل معرضين لنفس المؤثرات الثقافية التي قد تكون دخيلة عليهم.

-الهدف الثالث: التعرف على المستوى الخوف من ضياع الأشياء لدى طلبة الجامعة.

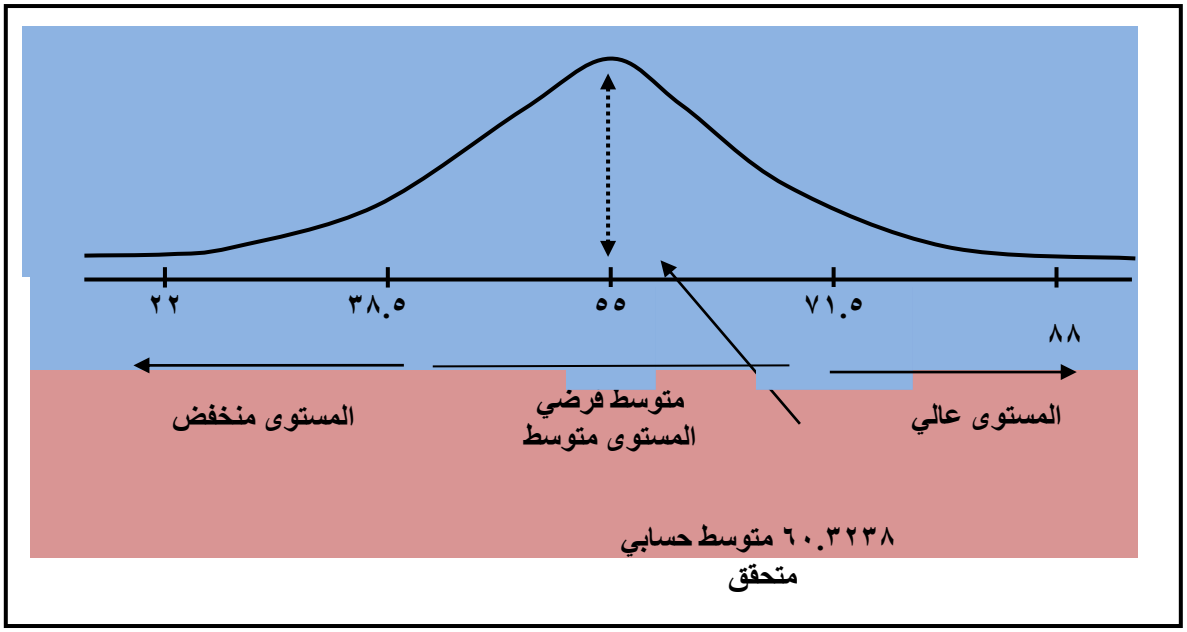
للتحقق الباحث من هذا الهدف استخرج متوسط الحسابي وانحراف المعياري للخوف من ضياع الأشياء، ثم طبق اختبار(t–test) للعينة واحدة للمقارنة بين متوسط المتحقق مع متوسط الفرضي (٥٥)، والجدول (٥) يبين ذلك.

الجدول (٥)

نتيجة الاختبار تائي للعينة واحدة لمقارنة بين متوسط الكلي للخوف من ضياع الاشياء ومتوسط الفرضي لدى الطلبة أفراد عينة البحث ككل

العدد	متوسط الحسابي	متوسط الفرضي	انحراف المعياري	قيمة التائية		الدلالة
				محسوبة	جدولية	
٤٢٠	٦٠.٣٢٣٨	٥٥	١١.٠٠١٨٤	٩.٩١٧	(١.٩٦) (٠.٠٥) (٤١٩)	يوجد فرق دال

يتضح من الجدول بأن قيمة(t) المحسوبة قد كانت (٩.٩١٧)، وهي طبعاً أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (١.٩٦)، عند المستوى للدلالة (٠.٠٥)، وهذا يدل بوجد فرق دالاً بين متوسطي درجات الخوف من ضياع الاشياء المتحقق والفرضي ولصالح المتوسط المتحققة، ومن أجل بيان مستوى الخوف من ضياع الأشياء للطلبة لأفراد العينة جميعهم وفق درجاتهم على المنحنى للتوزيع الطبيعي وقسم الباحث المدى بصورة (أكبر درجة – أقل درجة) لثلاث فئات متساوية من (٢٢ – ٣٨.٥) كفئة منخفضة، ومن (٣٨.٥ – ٧١.٥) كفئة متوسطة، ومن (٧١.٥– ٨٨) كفئة عاليا، والشكل (٢) يوضح ذلك.



الشكل (٢) يوضح المستوى الرتبي للمتغير الخوف من ضياع الأشياء لدى افراد العينة

ويعزو الباحث النتيجة التي اتضحت في الشكل اعلاه بأن طلبة المرحلة الجامعية لديهم مستوى متوسط من الخوف من ضياع الأشياء والمواضيع المنشورة والفرص المتاحة في شبكات الانترنيت التي تجعل من الطلبة على اتصال مستمر بهذه الشبكات لمتابعة ما يفعله الاخرون، وانشغال تفكيرهم الطلبة وشعورهم بالرضا عند البقاء في اتصال مستمر ودائم بشبكات الانترنيت والتفاعل مع الزملاء والأصدقاء، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (خالد، ٢٠٢٢).

الهدف الرابع: "الفروق المعنوية في مستوى الخوف من ضياع الاشياء لدى طلبة المرحلة الجامعية على وفق متغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)".

وللتحقق الباحث من هذا الهدف تم استخرج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغير الإدمان على الانترنيت لدى الطلبة أفراد عينة البحث تبعاً للمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة) والجدول (٦) يبين ذلك.

الجدول (٦)

المتوسطات حسابية والانحرافات معيارية لمتغير الخوف من ضياع الأشياء (الفومو) لدى الطلبة أفراد عينة البحث تبعاً لمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)

جنس	التخصص	الصف الدراسي	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكور	علمي	الأول	40	57.7750	11.09051
		الثاني	6	62.6667	11.84342
		الثالث	17	60.6471	11.14081
		الرابع	29	60.9655	11.75489
		كلي	92	59.6304	11.29788
	أنساني	الأول	38	60.1842	10.97874
		الثاني	19	62.0000	9.60902
		الثالث	59	61.2034	11.67340
		الرابع	12	62.0833	13.13883
		كلي	128	61.1016	11.21854
	كلي	الأول	78	58.9487	11.03112
		الثاني	25	62.1600	9.92757
		الثالث	76	61.0789	11.48537
		الرابع	41	61.2927	12.01924
		كلي	220	60.4864	11.24955
اناث	علمي	الأول	11	66.2727	10.16947
		الثاني	41	61.1220	11.37584
		الثالث	9	59.6667	10.16120
		الرابع	37	61.0811	9.63898
		كلي	98	61.5510	10.49017
	أنساني	الأول	6	59.6667	8.06639
		الثاني	44	58.5227	11.16575
		الثالث	30	60.7333	10.31548
		الرابع	22	56.4545	11.79478
		كلي	102	58.7941	10.87038
	كلي	الأول	17	63.9412	9.77542

		الثاني	85	59.7765	11.27616
		الثالث	39	60.4872	10.15634
		الرابع	59	59.3559	10.63625
		كلي	200	60.1450	10.74810
كلي	علمي	الأول	51	59.6078	11.36148
		الثاني	47	61.3191	11.31583
		الثالث	26	60.3077	10.61610
		الرابع	66	61.0303	10.53488
		كلي	190	60.6211	10.90234
	انساني	الأول	44	60.1136	10.55047
		الثاني	63	59.5714	10.76391
		الثالث	89	61.0449	11.17720
		الرابع	34	58.4412	12.39059
		كلي	230	60.0783	11.10108
	كلي	الأول	95	59.8421	10.93824
		الثاني	110	60.3182	10.98617
		الثالث	115	60.8783	11.01128
		الرابع	100	60.1500	11.20550
		كلي	420	60.3238	11.00184

ومن أجل الكشف عن الفروق المعنوية بين الطلبة أفراد عينة البحث بمستوى الخوف من ضياع الأشياء (الفومو) تبعاً للمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)، طبق الباحث الاختبار التحليل التباين الثلاثي العاملي، الجدول (٧) يبين ذلك.

الجدول (٧)

نتائج الاختبار لتحليل التباين العاملي الثلاثي للطلبة أفراد عينة البحث بمستوى الخوف من ضياع الأشياء (الفومو) تبعاً للمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)

مصادر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط مجموع المربعات	القيمة الفائية		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الجنس	1	16.275	16.275	0.133	٣.٨٤	غير دالة
التخصص	1	88.651	88.651	0.726	٣.٨٤	غير دالة
المرحلة	3	38.211	12.737	0.104	٢.٦٠	غير دالة
الجنس × التخصص	1	265.618	265.618	2.174	٣.٨٤	غير دالة
الجنس × المرحلة	3	421.477	140.492	1.150	٢.٦٠	غير دالة
التخصص × المرحلة	3	92.541	30.847	0.253	٢.٦٠	غير دالة
الجنس × التخصص × المرحلة	3	205.361	68.454	0.560	٢.٦٠	غير دالة
داخل المجموعات	404	49352.303	122.159			
الكلي	419	50480.437				

ويعزو الباحث هذه النتيجة بإن النمو المتسارع في المجتمعات والتجدد المستمر بما يحمله من اغراءات شديدة قد خلق بيئة لا تستغني عن استخدام الحاسوب والأجهزة الذكية والانترنت والرجوع لها في الوصول لإيجاد الحلول والاجابة عن التساؤلات، ويقضي الطلبة اوقاتاً طويلة في التصفح والبحث والتعرف على المستجدات، وقد سيطرت هذه الشبكات بمادتها الادمانية عليهم، واصبحت مثل الوسواس تبقيهم تحت سيطرتها، وتدفعهم للبحث والحصول على المخدرات الالكترونية للشعور بالارتياح، وان سبب انتشار الهواتف الذكية التي سهلت السرعة في الوصول إلى المنصات الاجتماعية والمتابعة لحياة الغير، ومقارنتها بحياتهم، وكذلك استعراض لحياة المشاهير وإنجازاتهم وشعورهم بالأسف في حالة فقدان أخبار الزملاء والأصدقاء من خلال العالم الافتراضي، والحصول على المعلومات بصورة مباشرة بدل من البحث عنها في الصحف والمجلات ووسائل الإذاعة والتلفزيون، ويمكن للطلبة من مقارنة حياتهم مع الاخرين وهذا انطبق

على جميع عينة الدراسة من الجنسين (الذكور – والاناث)، والتخصصين (العلمي – الإنساني)، وكذلك جميع المراحل الدراسية، الذين امتلكوا مشاعر الرغبة في التعرف بما يفعله الاخرون وماذا يحدث من تغيرات ومستجدات واحدث والحصول عليها من مواقع الشبكات الالكترونية ومن خلال التكنولوجية المتطورة.

-الهدف الخامس: التعرف على العلاقة بين الإدمان على الانترنيت والخوف من ضياع الاشياء لدى طلبة المرحلة الجامعية بشكل عام وفقاً للمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة).

تم التحقق من الهدف بتطبيق معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين الإدمان على الانترنيت والخوف من ضياع الأشياء (الفومو) لدى الطلبة أفراد العينة تبعاً للمتغيرات الثلاثة (الجنس، التخصص، المرحلة)، وطبق بعدها الاختبار (t) الخاص في معامل الارتباط، الجدول (٨) يبين ذلك.

الجدول (٩) معاملات الارتباط وقيمة (t) المحسوبة بين المتغيرين الإدمان على الانترنيت والخوف من ضياع الأشياء(الفومو) لدى الطلبة افراد العينة في شكل عام وفق المتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)

يتضح من الجدول أن جميع القيم التائية المحسوبة بين معاملي الارتباط كانت دالة وان هنالك

نوع العينة		العدد	معامل الارتباط	الاختبار التائي		الدلالة ٠.٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
العينة الكلية		٤٢٠	٠.٤١٩	٩.٤٣٥	١.٩٦٠	علاقة دالة
الجنس	ذكور	٢٢٠	٠.٤٢١	٦.٨٥٣	١.٩٦٠	علاقة دالة
	اناث	٢٠٠	٠.٥٠٩	٨.٣٢١	١.٩٦٠	علاقة دالة
التخصص	علمي	١٩٠	٠.٤٣٢	٦.٥٦٨	١.٩٦٠	علاقة دالة
	انساني	٢٣٠	٠.٥٢٤	٩.٢٩٠	١.٩٦٠	علاقة دالة
الصف الدراسي	الأول	٩٥	٠.٤٧١	٥.١٤٩	١.٩٧٨	علاقة دالة
	الثاني	١١٠	٠.٤٤٥	٥.١٦٤	١.٩٨٤	علاقة دالة
	الثالث	١١٥	٠.٥١١	٦.٣١٩	١.٩٨٢	علاقة دالة
	الرابع	١٠٠	٠.٥١٢	٥.٩٠١	١.٩٨٧	علاقة دالة

علاقة بين متغيري البحث ويمكن للباحث ان يعزو هذه النتيجة الى ان الطلبة يمتلكون دوافع مختلفة وامكانيات وعروض تشجعهم على استخدام هذه المواقع والشبكات وان الإدمان عليها اصبح مرتبطاً بمشاعر الخوف من ضياع الأشياء ومواكبة مايفعله الاقران والزملاء وما ينشرون

من تجاربهم وان عدم المتابعة قد يولد القلق من فوات الأحداث، وان هذا البحث يؤكد في هذه النتيجة من ارتباط الإدمان على الأنترنيت لدى الطلبة الجامعين بالخوف من ضياع الأشياء.

❖التوصيات:

في ضوء النتائج للبحث يتقدم الباحث التوصيات التالية:

١-ضرورة الترشيد والاستعمال المعتدل لشبكة الانترنيت، وذلك لتحقيق أغراض مفيدة واهداف محددة وواضحة.

٢-تكاتف الجهود والرقابة الاسرية والجهات الرسمية لصد هذا الخطر إذا اسئ استعماله من قبل ابناء مجتمعنا، وضرورة التوعية المستمرة للاستفادة الفعالة والموجهة.

٣-تفعيل دور وسائل الاعلام للتوعية والاستفادة منها في غرس حرص الطلبة على التمسك في العادات والتقاليد الحميدة، والاستعمال العقلاني والايجابي لشبكات الانترنيت لكي تصبح وسيلة للبناء والتثقيف وليس لمضيعة الوقت والهدم للمبادئ.

٤- تفعيل دور اقسام الارشاد الجامعي لتوجيه الطلبة وتحفيزهم على فهم ان الانترنيت وشبكاته سلاح ذو حدين.

٥-ضرورة الاهتمام من قبل وزارة التعليم العالي والشرطة المجتمعية في إقامة دورات توعوية حول استعمال مواقع التواصل الاجتماعي في شكل صحيح وكيفية الابتعاد وتجنب حدوث الإدمان على الانترنيت وتجنب الوقع ب(الفومو) لدى طلبة الجامعة.

٦-تصميم برنامج علاجية ارشادية ومعرفية يهدف التغلّب على المشكلات النفسية والاجتماعية واثارها على إدمان الطلبة على مواقع التواصل الاجتماعي.

❖المقترحات:

استكمالاً لاهم الجوانب ذات العلاقة بالبحث، فأن الباحث يقترح إجراء بعض الدراسات المستقبلية:

١-اجراء دراسة مماثلة للمتغيرات البحث للتعرف فيها على علاقة ادمان الانترنيت بالخوف من ضياع الأشياء لدى عينات مختلفة مثل (طلبة المرحلة الإعدادية، طلبة الدراسات العليا).

٢-اجراء دراسة مماثلة للمتغيرات البحث للتعرف على علاقة ادمان الانترنيت والخوف من ضياع الاشياء في متغيرات اخرى مثل (الأفكار اللاعقلانية، الاغتراب النفسي، الشعور بالوحدة النفسية، الحرمان العاطفي، التحصيل الدراسي).

٣-دراسة تجريبية تهدف الى تقليل أثر الادمان على الانترنيت والخوف من ضياع الأشياء.

مصادر العربية:

١-ابراهيم، مروان عبد المجيد (٢٠٠٠): **أسس في البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية**، الطبعة ١، مؤسسة الوراق للتوزيع والنشر، الاردن.

٢-أبو حويج، مروان والآخرون (٢٠٠٢): **القياس والتقويم بالتربية وعلم النفس**، الطبعة الاولى، دار الثقافة للتوزيع والنشر، عمان، **الأردن**.

٣-أبو عاذرة أسماء عودة (٢٠١٧): **المهارات الاجتماعية وتفكير ايجابي وعلاقتها في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى الطلبة الجامعة**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

٤-ابو علام، محمد (٢٠٠٥): **تقويم التعلم**، الطبعة الاولى، دار المسيرة للتوزيع والنشر، عمان، الأردن.

٥-ارنوط، بشرى اسماعيل (٢٠٠٧): أدمان الانترنيت وعلاقته بأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى مراهقين، **مجلة كلية التربية**، العدد ٥٥، جامعة الزقازيق، مصر.

٦-الاسطل، يعقوب يونس (٢٠١١): **مشكلات النفس اجتماعية والانحراف السلوكي لدى المترددين على مراكز الانترنيت في محافظة خان يونس**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الاسلامية في غزة، فلسطين.

٧-بلوم، بنيامين والآخرون (١٩٨٣): **التقييم التجميعي والتكويني**، في جامعة شيكاغو، دار ماكجودجيل للتوزيع والنشر.

٨-التميمي، محمود كاظم (٢٠١٣): **منهجية الكتابة البحوث والرسائل بالعلوم التربوية والنفسية**، دار صفاء للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، عمان، الأردن.

٩-التميمي، محمود كاظم ومريم محمد الطائي (٢٠٠٥): جودة اتخاذ القرارات لدى التدريسي الجامعي، **مجلة العلوم النفسية**، العدد ٩، العراق.

١٠-جاد، محمد عبد المطلب وعبد الرؤف السواح (٢٠٠٣): الإدمان على الانترنيت حقيقته وفروق تأثيره في الاكتئاب لدى العينة من مختلف المستويات التعليمية، **المؤتمر العلمي الثاني**، م ١، ع ١، كلية التربية، مصر.

١١-حسن، علي صلاح (٢٠٠٨): ادمان الانترنيت لدى طلبة الجامعة، **المؤتمر العلمي الاول للشباب الباحثين**، جامعة اسيوط، مصر.

١٢-الحكمي، أبراهيم الحسن (٢٠٠٣): الكفاءات المهنية للأستاذ الجامعي من وجهة النظر طلابهُ وعلاقتها في بعض المتغيرات، **مجلة رسالة الخليج**، جامعة أم القرى، العدد ٩٠.

١٣-الحمصي، رولا (٢٠٠٩): **ادمان انترنيت عند الشباب وعلاقته في مهارات التواصل الاجتماعي**، دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق، سوريا.

١٤-حمودي، سعدي شاكر (٢٠٠٩): **المبادئ في علم الإحصاء وتطبيقاته**، الطبعة الاولى، دار الثقافة للنشر، عمان، الأردن.

١٥-الحنتوشي، مشهور ناصر (٢٠١٠): الإدمان على **الانترنيت بين طلاب المدارس الثانوية في مدينة الرياض ومدى انتشاره ومحدداته وعلاقته في الاكتئاب**، (رسالة ماجستير غير منشورة) في طب الأسرة والمجتمع، السعودية.

١٦-خالد، جيهان شفيق (٢٠٢٢): متعة التخيل متغير معدل للعلاقة بين الخوف من فوات الفرص والادمان الشبكات الاجتماعية لدى عينة من طلبة الجامعة، **مجلة دراسات نفسية**، ع (١)، جامعة الإسكندرية، مصر.

١٧-خذري، حمدي وحمزة هريدي (٢٠١٢): شبكات تواصل اجتماعي وتأثير استخدامها على اللغة العربية عند الشباب، **المؤتمر الدولي الثاني للغة العربية**، الجزائر.

١٨-خليفة، إيهاب (٢٠١٦): **حروب المواقع التواصل الاجتماعية**، دار المنهل للنشر وتوزيع، عمان، الأردن.

١٩-الداغستاني، سناء عيسى محمد، وياسمين جرجيس الربيعي (٢٠٢١): الخوف من ضياء الأشياء وعلاقته بالتفسير الذاتي، **مجلة مركز البحوث النفسية**، ع (٤)، م (٣٢)، العراق.

٢٠-الدفاعي، محمد ماجد وعبير احسان الخزرجي (٢٠١١): دافعية استخدام الشبكة مصادر المعلومات لدى الطلبة الجامعة المستنصرية، **مجلة كلية التربية الاساسية**، م ١٨، ع ٧٤، العراق.

٢١-الرفاعي، الصباح قاسم (٢٠١١): فاعلية البرنامج الارشادي في تعديل سلوك استخدام الانترنيت لدى الطالبات بجامعة الملك عبد العزيز في جده المدمنات للأنترنيت، **مجلة كلية التربية**، م ٢١، ع ٤، الجامعة الإسكندرية.

٢٢-زيدان، عصام محمد (٢٠٠٨): الادمان على الانترنيت وعلاقته في القلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة في النفس، **مجلة دراسات عربيه في علم النفس**، م ٧، ع٢، كلية التربية، المنصورة، مصر.

٢٣-سماره، عزيز والآخرون (١٩٨٩): **مبادئ قياس والتقويم في التربية**، الطبعة الثانية، دار الفكر للتوزيع والنشر، عمان، الأردن.
٢٤-الشيخ، حسن عبد السلام (٢٠١١): **ادمان الانترنيت وعلاقته في بعض اشكال السلوك اللاتوافقي لدى طلاب المرحلة الثانوية**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حلوان، مصر.
٢٥-الصباطي، ابراهيم بن سالم واخرون (٢٠١٠): ادمان الانترنيت ودوافعه استخدامه وعلاقتهما في التفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، **مجلة علمية لجامعة الملك فيصل**، م ١١، ع ١.
٢٦-الطائي، ايناس محمود (٢٠١١): **مدمنو الانترنيت (دراسة ميدانية) في العزل والاندماج الاجتماعي في مدينة الموصل**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الموصل، العراق.
٢٧-الطراونة، نايف سالم ولمياء سليمان (٢٠١٢): استخدام الانترنيت علاقتها بالتحصيل الأكاديمي التكيف الاجتماعي والاكتئاب والمهارات الاتصال لدى طلبة جامعة القصيم، **المجلة في جامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية**، مج ٢٠، ع ١.
٢٨-الظاهر، زكريا وآخرون (٢٠٠٢)، **مبادئ في القياس والتقويم في التربية**، دار الثقافة للتوزيع والنشر، عمان، الأردن.
٢٩-عبد الكافي إسماعيل عبد فتاح (٢٠١٦): **شبكات تواصل الاجتماعي وتأثيرها على الأمن القومي والاجتماعي**، دار المكتب العربي للمعارف، مصر.
٣٠-عبد الهادي، محمد واخرون (٢٠٠٥): الادمان الانترنيت وعلاقته في كل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، **مجلة كلية التربية، بني سويف**، ع ٤، جامعة القاهرة، مصر.
٣١-العصيمي، سلطان عايض (٢٠١٠): الإدمان على **الانترنيت وعلاقته في التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الرياض**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

٣٢-علام، صلاح الدين (٢٠٠٦): **الاختبارات ومقاييس تربوية والنفسية**، الطبعة الاولى، دار الفكر للتوزيع والنشر، عمان، الأردن.
٣٣-عمرو، نعمان عاطف وتيسير عبد الحميد ابو سأكور (٢٠١٠): **دور الجامعة القدس المفتوحة بتنمية قيم المجتمع المدني في محافظة الخليل من وجهة نظر طلبتها**، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
٣٤-العمري، علي بن حنفان (٢٠٠٨): الإدمان **على الانترنيت وبعض الاثار النفسية والاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الملك خالد، السعودية.
٣٥-عودة، احمد سليمان وخليل يوسف (١٩٨٨): **الإحصاء للباحث بالتربية والعلوم الإنسانية**، الطبعة الاولى، دار الفكر للتوزيع والنشر، عمان، الأردن.
٣٦-العوضي، نادية (٢٠٠٦): مرض العصر إدمان الانترنيت، **مجلة الحاسوب العربية**، العدد ٢٣، الكويت.
٣٧- عيدة يونس حسين (٢٠١٦): **إدمان الشبكات للتواصل الاجتماعي وعلاقتها في الاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة**، رسالة الماجستير، كلية التربية جامعة غزة، فلسطين.
٣٨-غريري، علي بن حمد بن احمد (٢٠١٧): إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها في الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين، **المجلة العربية للعلوم**، م ٢، ع ١، المملكة العربية السعودية.
٣٩-فطاير، جواد (٢٠٠١): **الادمان انواعه ومراحله وعلاجه**، دار شروق، مصر.
٤٠-القرني، محمد بن سالم (٢٠١١): **ادمان الانترنيت وعلاقته في بعض الاضطرابات النفسية لدى عينه من طلبة جامعة الملك عبد العزيز**، جامعة المنصورة، مصر.
٤١-كامل سلمى حسن (٢٠١٦): إدمان الإنترنت والعلاقة في الدافعية نحو التحصيل الدراسي عند طلبة جامعة ديالى، **مجلة الفتح**، ع (٦٨)، العراق.
٤٢-كوافحة، تيسر مفلح (٢٠١٠): **القياس والتقويم**، الطبعة الثالثة، دار المسيرة للتوزيع والنشر، عمان، الأردن.
٤٣-كوردي، سميرة عبد الله (٢٠٠٩): الاكتئاب والذكاء انفعالي لدى عينة من المدمنات على الانترنيت، **مجلة الدراسات النفسية**، م ١٩، ع ١، جامعة الطائف، السعودية.
٤٤-المصري، وليد أحمد (٢٠٠٦): الاسرة العربية والهوس الانترنيت، **مجلة العربي**، وزارة الاعلام، الكويت.
٤٥-معيجل، سهام مطشر (٢٠١٦): إدمان على الانترنت وعلاقته في بعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، **مجلة أبحاث ميسان**، ع (٢٤)، م (١٢)، كلية التربية ميسان، العراق.

٤٦-مقدادي، مؤيد، وقاسم سمور (٢٠٠٨): الادمان على الانترنيت وعلاقتها في الاستجابات العصابية لدى العينة من مرتادي مقاهي انترنيت في ضوء بعض المتغيرات، **مجلة الأردنية للعلوم التربوية**، م ٤، ع ١، الأردن.
٤٧-النمر، عصام (٢٠٠٨): **القياس والتقويم بالتربية الخاصة**، الطبعة الاولى، دار ألبازوري للنشر والطباعة، عمان، الأردن.
٤٨-نوفل، محمد وفريال ابو عواد (٢٠١٠): **التفكير والبحث العلمي**، الطبعة ١، دار المسيرة للتوزيع والنشر، الاردن.
٤٩-نومار، مريم نريمان (٢٠١٢): **استخدام المواقع في شبكات الاجتماعية وتأثيره في العلاقات الاجتماعية**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة باتنة، الجزائر.

المصادر الأجنبية:

1.Alavi. S, et al (2011): **The effect of Psychiatric Symptoms on the Internet Addiction disorder**, JRMS**,** Vol. 16, No. 6.
2.Alotaibi, A ،Al-Thani, D, McAloney, J, & Ali, R. (2020): Combating Fear of Missing Out (FOMO) on social media: The FOMO-R Method**. Int J Environ Res Public Health**, 17, 6128, 1-28. Doi: 10.3390/ijerph17176.
3.Casale, S, &Fioravanti (2020): Factor structure and psychometric properties of the Italian version of fear of missing out **scale in emerging adults and adolescents, Addiction behavior**, 102, 106-179. DOI: 10, 1016/j.addbeh.2019.106179.
4.Davis, R. A (2001): A cognitive Behavioral Model of Pathological Internet use **Computers in Human Behavior**, Vol. 17, No 2.
5.Eastwood, J, Freshen, A, Fenske & Smilek, D (2012): **The Unengaged Mind: Defining Boredom in Terms of Attention** PMID: Perspect Psychol Sci, 7(5), 482-495.
6.Fake, C, (2011): FOMO and social media Internet, Mar 15 (cited 2020 Mar 19), **www. Caterina. Net/2011/03/15/ fomo-and-social-media/.**
7.Ferris, J, (2001): **Internet Addiction Disorder Causes**, symptoms and cones quinces.
8.Griffiths, M (2000): **Does Internet and Computer Addiction Exist? Some Case Study Evidence**, Cyber Psychology & Behavior.
9.Hitlin, P, (2018): Internet, social media use and device ownership in US have plateaued after years of growth, **www. Pew research, Org/fact-tank/2018/09/28/ Internet- social –media-use-and-device-ownership-in-u-s-have-plateaued–after-years-of-growth/.**
10.Hodikinson, C. (2012): Fear of Missing Out (FOMO) Marketing Appeals: A Conceptual Model**, Journal of Marketing Communications**, V.(54).
11.Jennifer, R, & Ferr is, S. (1999): **I internet Addiction Disorder: Causes, Symptoms and consequences**. New York. times.
12.Lee, S. W. & Kimi W, Jeong O, R (2010): **On Social Web Sites, information Systems**, V. (35).
13.Miller, S, (2012): Fear of Missing Out Are You a slave to FOMO, From Retrieved ABC News: **Http://abcnews.go.com/haath/wellnwss/dear-missing-slave -fomo /story.**
14.Pawlikowski, M., Altstadt, C, Brand, M. (20١٣): Validation and Psychometric Properties of a Short Version of Youngs Internet Addiction Test, **Journal of Computers in Human Behavior**, NO. 29.
15.Przybylski, A.K. Murayama, K, Dehaan, C.R. & Gladwell, V, (2013): **Motivational, Emotional and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out,** Computers in Human Behavior, N. (29).
16.Smith R.H, & Kim, S, H, (20١٧): **Comprehending Envy Psychological Bulletin**, V (13٤), N. (٢).
17.Wortham, J. (2011): Feel Like a Wall Flower? Maybe it's Your Facebook Wall, The New York Times, Retrieve from: http://www.nytime.com/2011/04/10/html.

18.Wortham:(2011): Feel Like a Wall Flower: Maybe it's Your Facebook Wall, The New York Times, Retrieve from: **http:// www.nytime.com** /2011/04/10/ html.
19. Yen, C.H, Hsu, M. H., & Chang C.M (2013**): Exploring the Online Bidder's Repurchase intention:** A cost and Benefit Perspective Information Systems and E-Business Management V.II, N. (2).
20.Young, K (1999): Internet Addiction: Symptoms Evaluation and Treatment, Sarasota, **Professional Resource Press**, Vol. 17.
21.Zhang, Jimenez, F., & Cicala J. (2020): **Fear of missing out scale, A self-concept perspective. Psychology Marketing**, 37, 16٢9 - 16٤4. Doi: 10.1002 / mar. 2140٥.