



جامعة قاصدي مرباح ورقلة
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس وعلوم التربية



مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي علم النفس العيادي

الموضوع :

تقدير الذات الاجتماعي لدى مراهق مدمن الألعاب الالكترونية

دراسة عيادية لخمسة حالات مراهقين مدمنين للألعاب الإلكترونية بولاية
ورقلة

من إعداد الطالبتين:

أسماء صندوق
وسيمة بن عريف

لجنة مناقشة الموضوع:

الأستاذة: . بضيف نادية . بروفيسور جامعة ورقلة رئيسا .
الأستاذة: بن مجاهد فاطمة الزهراء أستاذ محاضر جامعة ورقلة مشرفا ومقررا .
الأستاذة: بريشي مريامة أستاذ محاضر جامعة ورقلة مناقشا .

السنة الجامعية 2019 / 2020



جامعة قاصدي مرباح ، ورقلة

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية



مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي علم النفس العيادي

الموضوع :

تقدير الذات الاجتماعي

لدى مراهق مدمن الألعاب الإلكترونية

دراسة عيادية لخمسة حالات مراهقين مدمنين للألعاب الإلكترونية بولاية ورقلة

من إعداد الطالبتين:

أسماء صندوق

وسيمة بن عريف

لجنة مناقشة الموضوع:

رئيسا.

بروفيسور جامعة ورقلة

الأستاذة: . بضياف نادية

مشرفا ومقررا.

أستاذ محاضر جامعة ورقلة

الأستاذة: بن مجاهد فاطمة الزهراء

مناقشا.

أستاذ محاضر جامعة ورقلة

الأستاذة: بريشي مريامة

السنة الجامعية 2020 /2019

اهداء

إلى الأسرة الغالية والوالدين العزيزين
إلى الاقارب كل باسمه من صغير في
المهد إلى كبير قار،
إلى كل من شاركنا السراء والضراء
من الألف إلى الياء، إلى من شاركنا
وتحمل معنا عبء إنجاز هذا العمل،
إلى طلبة وطالبات قسم العلوم الاجتماعية،
إلى كل من عرفنا أخوا، صديقا، زميلا،
إلى كل هؤلاء نهدي ثمرة هذا الجهد
والعمل المتواضع.

أسماء و وسيمة

كلمة شكر

إن الحمد والشكر لله تعالى
على توفيقه لنا لإتمام هذا العمل،
كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى

الأستاذة الفاضلة بن مجاهد فاطمة الزهراء

التي لم تبخل علينا بتوجيهاتها
وإرشاداتها ونصائحها القيمة .

وبالغ الشرف والتقدير

والشكر والعرفان الى اللجنة المناقشة

على قبولهم مناقشة

هذا العمل وجهد قراءة وتتبع حيثياته

كل من الأستاذة:

البروفيسور بضياف نادية رئيسا

والاستاذة بريشي مريامة مناقشا

الشكر موصول أيضا الى جميع

أساتذة دفعة ماستر

علم النفس العيادي 2020

و كل من ساعدنا

من قريب أو بعيد

أسماء و وسيمة

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن مستوى تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق مدمن الألعاب الالكترونية. وذلك بالاعتماد على المنهج العيادي الذي يناسب طبيعة الموضوع .وقد تم تطبيق الأدوات التالية: المقابلة العيادية بنوعها الموجهة بهدف البحث والملاحظة ومقياس تقدير الذات الاجتماعي لإبراهيم بلكيلاني 2008 ومقياس ادمان استخدام الأجهزة الالكترونية للباحثة شذى السويلمي 2014.

اشتملت الدراسة على خمس حالات مراهقين مدمنين العاب الكترونية تراوحت أعمارهم بين 11 و15 سنة. بولاية ورقلة. خلال فترة ممتدة من شهر مارس الى سبتمبر 2020 وتماشيا مع طبيعة الموضوع من أجل جمع البيانات والمعطيات الضرورية لهذه الدراسة .

وقد أسفرت النتائج أن المدة الزمنية التي يقضيها المراهقين الخمسة يوميا أمام الأجهزة واللعب في اقل تقدير ب4 ساعات وبمعدل يومي متوسط 6ساعات وتصل أحيانا الى 10ساعات وأظهروا تعلق شديد في اللعب بالدرجة الأولى و جاءت مشاهدات الفيديو عبر الانترنت في الدرجة الثانية لدى كل الحالات الخمسة مع ظهور أعراض العنف والانفعال الشديد والامتناع عن الأكل والتواصل عند حدوث المنع أو وقف الأجهزة الالكترونية .وظهور أعراض جسدية.

و ظهر لدى الحالات فقر في التواصل الواقعي وادراك بعض المهارات الاجتماعية و العلاقات الإنسانية والمشاعر المألوفة كالإحساس بالآخرين وظهر في الجهة المقابلة تبدل وانعزال وحب الوحدة وعدم تقبل للمعايير الأسرية والاجتماعية ونقص في مستوى تقدير الذات الاجتماعي .

الكلمات المفتاحية :

مراهق ،تقدير الذات الاجتماعي ،ادمان الألعاب الالكترونية .

Study summary :

The current studies aim to evaluate the level of the self socialisme for video games addicted adulte with the use of clinical approach and method , which has the ability to deal with this subject. This study is based on the use of certain Tools: face to face practice interviews, Ibrahim belkilani's 2008 standard of self-appreciation, and the addiction of Electronic devices Standard for searcher Chadha Souilmi. for the aim of collecting Data and Datarss, this study is based on five cases of adults that have Video Games addiction of the age between 11 and 15 in ouargla for the period from March to September 2020. As results of this study, the period of the daily use of Electronic devices for the five adults measured as the following: the minimum duration is 4 hours ,while the medium reschedule is 6 hours and up to 10

hours in some cases. This data collection method spell out for the five cases that the keen affection of playing games , comes first and watching internet videos comes as second. While forbidding and shopping the five cases from playing games or using electronic devices, the study shows that this process is accompanied with the appearance of violence syndrome, withhold of food and communication with others, and feverish. As facts, we can derive to the following results of lacunas : the lack of actual and virtual communication, the lack of social skills, the lack of humanity relations, and the lack of familiar sensations such as feelings toward others. At the same time, the cases shows many negative outcomes such as isolation , bleakness, and unsociableness.

Key words:

Adults, self socialisme, addiction, Video games.

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتويات
أ	الإهداء.....
ب	كلمة شكر.....
ج	ملخص الدراسة.....
و	فهرس المحتويات.....
ح	فهرس الجداول.....
1	مقدمة.....

الجانب النظري

الفصل الأول: الإشكالية و اعتباراتها

02	1-إشكالية الدراسة.....
04	2-فرضيات الدراسة.....
04	3- أهمية الدراسة.....
04	4- أهداف الدراسة.....
04	5- المفاهيم الإجرائية.....
05	6- الدراسات السابقة.....

الفصل الثاني: المراهقة و تقدير الذات

15	تمهيد.....
15	أولا /المراهقة -تعريف المراهقة.....
16	2-أنماط المراهقة.....
17	3- مراحل المراهقة.....
18	4-الحاجات الأساسية في مرحلة المراهقة.....

ثانيا /تقدير الذات الاجتماعي

- 181-تعريف تقدير الذات
- 192-أهمية دراسة تقدير الذات
- 203-نظريات مفسرة لتقدير الذات
- 214-تقدير الذات الاجتماعي
- 225- بعض العوامل التي تهدد تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق
- 226-أسباب ارتفاع وانخفاض تقدير الذات الاجتماعي

الفصل الثالث: الإدمان والألعاب الالكترونية

- 25 تمهيد
- 251-مفهوم ادمان الانترنت
- 272-ادمان الألعاب الالكترونية
- 283- اتجاهات تفسير ادمان الانترنت
- 304-محكات تشخيص ادمان الانترنت
- 335-المراهق والادمان

الجانب الميداني

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

- 36 تمهيد
- 36 1 - منهج الدراسة
- 362- حالات الدراسة
- 373- أدوات الدراسة
- 373- 1 مقياس تقدير الذات الاجتماعي
- 393- 2مقياس ادمان استخدام الأجهزة الالكترونية الحديثة
- 423-3المقابلة العيادية
- 444-خطوات اجراء الدراسة

44 خلاصة الفصل
	الفصل الخامس: عرض و مناقشة و تحليل النتائج
46 تمهيد
46 1- عرض الحالات
53 2 – عرض و مناقشة و تحليل الفرضية الأولى
53 3 – عرض و مناقشة و تحليل الفرضية الثانية
54 4- خلاصة نتائج الحالات
57 5- التوصيات
57 6- مقترحات الدراسة
58 7- قائمة المراجع
66 8- الملاحق

فهرس الجداول

رقم الصفحة	التعيين	الرقم
37	جدول عرض الحالات	01
38	جدول الفقرات السلبية والايجابية لمقياس تقدير الذات	02
40	جدول معامل ألفا كرونباخ لمقياس ادمان الأجهزة الالكترونية	03
41	جدول التحليل السيكومتری لمفردات مقياس ادمان الأجهزة الالكترونية	04
52	جدول عرض نتائج الاختبار لكل حالة	05

الجانب النظري

الفصل الأول: الإشكالية و اعتباراتها

1. إشكالية الدراسة.
2. فرضيات الدراسة.
3. أهمية الدراسة.
4. أهداف الدراسة .
5. المفاهيم الإجرائية .
6. الدراسات السابقة .
7. خلاصة .

مقدمة :

من العوامل التي ساعدت على وفرة الاجهزة الذكية الواسعة الاستعمال هي الثورة الكبيرة التي عرفها العالم في السنوات الأخيرة من التطور والانفجار المعرفي وتكنولوجي، تجلّى ذلك في انتشار شبكة الانترنت ووسائل الاتصالات. ووسائل تربية والالعاب الكترونية يسهل الحصول عليها وفي متناول جميع فئات المجتمع ، التي أحدثت تغيرات في مجالات مختلفة في حياة الفرد ومدركاته ومعارفه وطريقة تواصله، فالفرد اليوم أكثر قدرة على السفر والترحال وقد يكون أكثر علما ووعيا من الأجيال السابقة وما كان مستحيلا في الماضي أصبح جد هين اليوم . كل هذه التحديات تنعكس على الفرد ماديا وفكريا ونفسيا وأخلاقيا. (بمينة وبيعاية ،2016،ص6) .

ومن بين الوسائل التكنولوجية الحديثة الأكثر استعمالا الألعاب الالكترونية والتي تشهد انتشارا واسع بين الاطفال والمراهقين. والتي قد تكون لها اثار سلبية على حياة الفرد والتي من الممكن ان تؤدي الى تغيرات سلوكية واضطرابات ومن بينها الإدمان عليها .

إن موضوع الدراسة الحالية يتناول تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الالكترونية و قد احتوت الدراسة على جانبين الجانب النظري تمثل في ثلاثة فصول . الفصل الأول تحت عنوان الإشكالية وإعتباراتها و هو بمثابة مدخل للدراسة حيث تمّ التطرق فيه الى إشكالية الدراسة ثم أهمية الدراسة والأهداف من الدراسة ثم المفاهيم الإجرائية والدراسات السابقة . وفي الفصل الثاني و الذي تحت عنوان المراهق و تقدير الذات تطرقنا فيه أولا الى تعريف المراهقة وأنماطها ومراحلها والحاجات الأساسية في هذه المرحلة وثانيا تقدير الذات وأهمية دراسة تقدير الذات والنظريات المفسرة له والعوامل التي تهدد تقدير الذات في المراهقة وأسباب ارتفاع وانخفاض تقدير الذات . أما الفصل الثالث تحت عنوان الألعاب الالكترونية والادمان حيث تطرقنا في هذا الفصل الى

مفهوم ادمان الانترنت او دمان الألعاب الالكترونية واتجاهات تفسير ادمان الأنترنت و محكات تشخيص ادمان الانترنت و المراهق والادمان ثم خلاصة الفصل.

و الجانب الميداني تمثل في فصلين . الفصل الرابع تناولنا الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية حيث تمّ التطرق الى منهج الدراسة ثم حالات البحث ، ثم ادوات جمع البيانات الذي يحتوي على دراسة الأدوات المستعملة و خصائص كل أداة . وفي الفصل الخامس قمنا بعرض ومناقشة و تحليل نتائج الفرضيات. وانتهت الدراسة بإدراج قائمة المراجع و الملاحق .

التقارير العلمية الأخيرة بدأت في التركيز على الانشغال الذي يطره بعض الناس في جوانب معينة من الانترنت، وخاصة الألعاب عبر الانترنت .يلعب اللاعبون بشكل الزامي مع استبعاد الاهتمامات الأخرى ،وينتج عن نشاطهم المستمر والمتكرر عبر الانترنت ضعف أو ضائقة كبيرة . وجاء في تقرير شركة عنوان " العاب الفيديو في القرن الواحد والعشرين" قيمة مبيعات هذه الالعب 1،74 مليون دولار سنة 1996 لتصل الى 250 مليون دولار في سنة 2009 ، اما اليوم فأصبحت في زيادة مذهلة اذ أصبحت الألعاب الالكترونية مصدرا مهما للترفيه خاصة الألعاب التي تميل الى العنف والحرب والقتال وإذ نالت هذه الألعاب رواجاً كبيراً في السنوات الأخيرة (قويدر، 2012، ص:17).

هذا وقد صرح الرئيس والمدير التنفيذي لاتحاد البرمجيات الترفيهية ((Gallagher 2011 p4، بأن "صناعة الألعاب الالكترونية (ألعاب الفيديو، والحاسب، والانترنت، والأجهزة المحمولة) تعد واحدة من أهم القطاعات الاقتصادية، فهي تدر على أمريكا وحدها أكثر من 25 مليار دولار سنوياً، وتوظف أكثر من مائة وعشرون الف (120000) شخص بمتوسط راتب سنوي يقدر بتسعين الف دولار (90,000 \$) للموظف الواحد".

كما صرحت (McGonigal, 2011) بأن الاطفال الأمريكيون يمضون في ممارسة الألعاب الإلكترونية

أوقاتاً طويلة تتساوى مع الأوقات التي يمضونها في التعلم المدرسي . وانه بوصول الفرد الأمريكي سن الحادي

والعشرين (21 سنه) فإنه سيكون أمضى عشرة الاف (10000) ساعة على الأقل في ممارسة الألعاب الإلكترونية، وأن عدد الامريكيين الذين يمارسون الألعاب الإلكترونية يبلغ 170 مليون أمريكي. فضلاً عن أن الوظائف التفاعلية للإنترنت مثل : (غرف الدردشة ، و الألعاب على الشبكة) وجدا أنها أكثر إدماناً و تسبب مشكلات نفسية اجتماعية وأن الشعور بالوحدة و التحرر الاجتماعي يرتبطا بشكل دال مع الاستخدام المشكل للإنترنت.

(Widyanto et McMurrans, 2004)

في دراستي "ليري" (2009م) و " سهيل و بارجيز" (suhail et bargees;2006) اللتان أشارتا إلى أن الاستخدام المفرط للإنترنت يسهم في خلق أمراض اجتماعية و نفسية مختلفة و تزيد من المشكلات الاجتماعية و الأسرية و يمكن ارجاع هذه المشكلات إلى أن الوقت الذين يجلسون فيه حول الجهاز يكون على حساب ترك أسرهم لفترات ليست قصيرة مما يؤدي إلى المشاحنات و المشاكل. وفي دراسة "أوزكان و بزلو" التي خلصت إلى وجود ارتباط موجب بين إدمان الإنترنت و بين الشعور بالوحدة و الاكتئاب، و ارتباط سلبي بين إدمان الإنترنت و بين المساندة الاجتماعية المدركة.

(Ozcan et Buzlu , 2007)

و حتى الآن لم يعط البحث النفسي نتائج قاطعة في هذا الشأن ، حيث جاءت النتائج مختلطة شيء ما ، فمن ناحية وجد أن الاستخدام المفرط للإنترنت ينحى إلى التأثير سلبيا على الاندماج الاجتماعي و التوافق النفسي و الاجتماعي ، على الرغم من التحول إلى شبكة الإنترنت للتفاعل الاجتماعي و الانتساب لهذه الشبكة (Moody,2001 ; Weiser,2001) فإن هذا التفاعل الاجتماعي من خلال غرف الدردشة قد يزيد من الإحساس بالوحدة بسبب الاستخدام الذي يصبح مضيعة للوقت ، و يعوق التوظيف الطبيعي داخل المآل الاجتماعي و ذات الصلة بالعمل الاجتماعي.

(Kubey et al,2001).

عندما نتحدث على الألعاب الإلكترونية وأثارها السلبية والتغيرات المتجددة في بيئة الفرد الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته. وعلى أساسها مدى صحته وتواصله . فيتضح بأن الوسط المحيط بالمراهق والاقربان والاسرة له التأثير المباشر في بناء تقديره لذاته والدور الأساسي في المساهمة في تكوين شخصيته ، وحين يخضع لتغيير في بنيته وطبيعته مثل تغير اللعب والأصدقاء والعالم من حوله من واقعي الى افتراضي وتغير التواصل هل سيتغير ويتأثر تقدير الذات المكتسب بمساهمة العوامل الاجتماعية ولهذا جاءت أفاق هذه الدراسة وتم تحديد اشكاليته ب: ما مستوى تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية؟

01- / تساؤلات الدراسة:

ما مستوى الإدمان لدى المراهق المستعمل للألعاب الإلكترونية؟

ما مستوى تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق مدمن الألعاب الإلكترونية؟

02 / فرضيات الدراسة

- مستوى الإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى المراهق المستعمل لهذه الألعاب مرتفع.
- مستوى تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق مدمن على الألعاب الإلكترونية منخفضة.

03 / أهمية الدراسة :

يمكن إيجاز أهمية الدراسة أنها تساهم في تغطية جانب من الدراسات المتعلقة بظاهرة الإدمان على الألعاب الإلكترونية. من خلال دراسة مستوى الإدمان لدى المراهق المستعمل لهذه الألعاب. وتغطية جانب من الدراسات المتعلقة بمستوى تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية. كما أنها من المواضيع القابلة للتحديث والتطوير والتحسين، وفتح المجال لمزيد من الدراسات المستقبلية التي تهتم بدراسة الظواهر الاجتماعية التي تؤثر على المراهق وتكوين شخصيته وتواصله وتفاعله.

04 / أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تقييم مستوى الإدمان ومستوى تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المستعمل لهذه

الألعاب الإلكترونية. وللتعرف على الآثار الاجتماعية والنفسية لاستعمال الألعاب الإلكترونية على المراهق. تحديد العوامل الفعلية التي تتدخل في التأثيرات على مستوى تقدير الذات.

الوقوف على المهارات الاجتماعية للمراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية. تواصل المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية داخل أسرته وخارجها ومدى توافقه النفسي الاجتماعي. معرفة أسباب الاعتمادية المفرطة على الألعاب الإلكترونية لدى هذه الفئة.

05 / التعاريف الإجرائية:

01 / المراهق .: تشير المراهقة إلى فترة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة البلوغ، ولم تحدد الحدود

العمرية للمراهقة بوضوح ولكنها تمتد تقريبا من عمر 12 سنة إلى أواخر العقد الثاني حيث يكتمل النمو

الجسدي

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

تقريباً، وخلال هذه الفترة يتطور الفرد إلى إنسان ناضج جنسياً ويؤسس هوية كفرد مستقل عن العائلة و يواجه مهمة تحديد كيف يكسب معيشته .

(إبراهيم، 2010، ص.66).

ويعرفها (شحاتة والنجار، 2003، ص.268) (في معجم المصطلحات التربوية والنفسية بأنها: الفترة من البلوغ إلى سن الرشد، والمراهق هو الفرد في فترة المراهقة).

يعرفها الباحث اجرائياً : هو التلميذ في المرحلة المتوسطة والثانوية بين سن 11 و15 سنة .

02/- إدمان الألعاب الإلكترونية :

1. عرفه توري (tory,2000) بأنه:- حالة من الاستخدام غير التوافقي يؤدي الى اضطرابات في

السلوك، ويستدل عليه بعدد من المظاهر كزيادة عدد الساعات امام الكمبيوتر بشكل يتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه في البداية . (Tory,2002,p)

يعرفها الباحث اجرائياً : هي ممارسة العاب الإلكترونية بشكل يؤثر على سيرورة حياة المراهق ويقاس اجرائياً من خلال الكشف عنه بمقياس الإدمان والفحص العيادي.

03/- تقدير الذات الاجتماعي :

أحد أركان تقدير الذات القبول (الحب غير المشروط دون قيد أو شرط) من ثم يلعب الأصدقاء دوراً كبيراً في تعليم الفرد تقدير ذاته، خاصة أثناء مرحلة المراهقة، خوف المراهق من الرفض يجاهد للاندماج في جماعة الأقران، ويتضح هذا في طريقة لبسهم وكلامهم فقد يؤكد الأقران ما تعلمه الفرد في البيت، أو يرفضوه، وبالتالي يؤثر على تقدير ذاته (Toror-Morn, 2006).

تقدير الذات الاجتماعي اجرائياً: يعرفها الباحث على أنها تقييم الفرد لنفسه من حيث نظرة المجتمع وطبيعة العلاقات والحياة الاجتماعية التي يعيشها داخل المجتمع. وتقاس اجرائياً من خلال الاجابة على فقرات اختبار تقدير الذات ومن خلال دراسة الحالة والمقابلة مع المراهق.

06/ الدراسات السابقة :

دراسة أليس ، إيس جي (1999) : بعنوان مفهوم تقدير الذات عند المراهقين

دراسة نيوزيلندية ، و هدفت الدراسة إلى بحث أساليب تقدير الذات عند المراهقين و معرفة إلى أي مدى تتوافق آراءهم و تتعارض مع النظريات الحالية لعلماء النفس في تقدير الذات ، حيث اعتمدت الدراسة على أسلوب المقابلة من خلال حصول على الموافقة الأبوية في مشاركة الطلاب هذه المقابلة ،

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

- بحيث يعرف كل طالب نبذة مختصرة عن هدف هذه الدراسة ، و أن له الحق في الانسحاب في أي وقت يريد مع إمداده بالثقة اللازمة ، و عدم ذكر اسمه في المناقشة و إخباره أن هذه المقابلة سيتم تسجيلها في شريط كاسيت و أن مدة مقابلة كل طالب (30 دقيقة) وتم اختيار (24) طالب من مدرستين ثانويتين في مقاطعة ايكاتو بنيوزيلندا و ذلك لمعرفة مفهومهم عن تقدير الذات و توصلت للنتائج التالية :
- اقترح (19) طالب أن سلوك الفرد في المدرسة يتعلق بتقديره لذاته ، كما اقترح (8) طلاب إن الحصول على درجات مرتفعة أو النجاح في المدرسة يعطي للفرد تقدير ذات مرتفع.
 - أجمع أغلبية الطلاب أن العائلة و الرفاق لديهما تأثير كبير في تقدير الفرد لذاته كما تعتمد على الأسلوب الذي يتعامل به هؤلاء الأشخاص مع الطالب ، و ما هي فكرتهم عنه ، بينما أشار (18) طالب على أن التقليل من شأن الطالب أو إهانته يكون له تأثير سلبي على وتقدير الات ، كما أشاروا إلى أن المدح و الثناء أو الإعلاء من شأن الطالب له تأثير إيجابي في تقدير الذات.
 - اقترح (12) طالب أن تقدير الذات لا يعتمد على رأي الآخرين اتجاه الفرد ، لكن يعتمد على ما إذا كان الفرد يستقبل هذا الرأي أم يرفضه.
 - يرى (5) من الطلاب أن تقدير الذات يعتمد على العوامل الداخلية للفرد ، و بالتالي فتقدير الذات يعتبر بعيدا عن أي عوامل اجتماعية ، و بناء على ذلك فإن الطالب هو الذي يحدد مصيره ، بينما اقترح (2) من الطلاب أن تقدير الذات يختلف طبقا لإرادة الفرد و يرى ثلاثة آخرون أن تقدير الذات يرتبط بالمقارنة بالآخرين.
 - أثبتت الدراسة أن تقدير الذات يعتمد على العوامل الخارجية و ليست الداخلية ومن هذه العوامل : الانجازات الدراسية ، المدح و الثناء ، مساعدة الآخرين ، و ذلك عند أغلبية ، بينما رأي الأقلية أن تقدير الذات شيء ينقلب و يتغير طبقا لإرادة الفرد و الأحداث اليومية التي يتعرض لها.
- (الضيدان ، 2003 ص 77)

في دراسة سكرر وبوست (Bost ,2002&scherer)وقد شملت دراستهم 531 طالبا جامعيًا مستخدما للإنترنت تبين أن 31 بالمائة من العينة انطبقت عليهم معايير الإدمان وأن الإدمان أثر في أدائهم الأكاديمي ومهارتهم الاجتماعية وقد خلص الباحثان إلى مجموعتين من الآثار الاجتماعية والنفسية التي خلفها إدمان الحاسوب والانترنت فمن الآثار الاجتماعية تبني أنماط حياتية تتميز بالعزلة وضعف

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

التفاعل الاجتماعية وإضعاف قدرة الفرد على القيام بدوره الاجتماعي وظهور مصطلح (الزوج/الابن/الالكتروني) وتعميق الفجوة بين الآباء والأبناء.

وأما من الناحية النفسية فقد توصلت الدراسة إلى أن مدمن الحاسوب والانترنت يشعر بالذنب والتقصير في أدائه لواجباته وشعوره بالإحباط عند الانتقال من عالم الحاسوب الخيالي إلى العالم الحقيقي والإحساس بالوحدة نتيجة بعده عن بيئته الاجتماعية مما يؤثر في مجمله على انخفاض الأداء العام للشخص المدمن على استخدام الحاسوب والانترنت .

وفي دراسة باولاك (Pawlak,2002) بعنوان العلاقة بين الوحدة والدعم الاجتماعي وإدمان شبكة المعلومات بين طلاب المرحلة الثانوية، وهدفت إلى معرفة العلاقة بين الوحدة والدعم الاجتماعي وإدمان شبكة المعلومات بين طلاب المرحلة الثانوية وتكونت عينة الدراسة من (202) طالبا يمثلون الصفوف الدراسية من الصف التاسع إلى الثامن عشر من إحدى المدارس الثانوية بمنطقة حضرية بولاية نيويورك. واستخدم في هذه الدراسة استبيانات ذات نهايات مفتوحة، بالإضافة إلى مقياس فرعي للانطوائية/الانبساطية. وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها أن الوحدة النفسية والعم الاجتماعي ترتبط ارتباطا مباشرا بإدمان شبكة المعلومات ، وأيضا الطلاب الذين تعرضوا لمستويات مرتفعة من الوحدة ومستويات منخفضة من الدعم الاجتماعي قد لجأوا إلى شبكة الانترنت للتخفيف من حق هذه المشاعر.

وفي دراسة أجرتها أزارون (Azzarone.2003) بعنوان " مابين الشباب والتكنولوجيا : ما المهم الآن" وهدفت الدراسة إلى معرفة دور التقنية في حياة الشباب واهتمامهم بها. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالطريقة المسحية، وكانت أداة الدراسة المقابلة الهاتفية عبر الهاتف، وكان اختيار العينة بالطريقة العشوائية ، وبلغت عينة الدراسة 500 عائلة لديها أطفال من عمر 8-12 سنة، وشباب من عمر 13-17 سنة في مدينة نيويورك ، وكانت أهم النتائج أن أفضل أجهزة التقنية التي يمكن أن تكون في بيوتهم أو في حقائبهم كالتالي : التلفزيون 99 بالمائة، الفيديو 95 بالمائة، الكومبيوتر 88 بالمائة ، أجهزة ألعاب الكومبيوتر 75 بالمائة، الأسطوانات الممغنطة 75، ألعاب الكومبيوتر المحمولة 50 بالمائة. كما أظهرت النتائج أن الشباب الذين يستخدمون الانترنت مماثل تقريبا في الاستخدام للذين يستخدمون أجهزة العاب للكومبيوتر ، وأن للعب دور مهم في حياتهم عبر أجهزة التقنية ، وأن الأولاد تقدموا على البنات في استخدام كل أنواع ألعاب الكومبيوتر ، والتقنية أصبحت تستخدم لإنجاز أهداف متعلقة

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

بالشباب، كما أن التقنية التفاعلية أصبحت أهم تقنية في حياة الشباب من خلال أجهزة الألعاب الإلكترونية أو ألعاب الإنترنت.

وفي دراسة الدندراوي (2005) بعنوان " الإفراط في استخدام كل من الكمبيوتر والانترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى المراهقين " والتي هدفت إلى تحديد العلاقة بين الإفراط في استخدام

الكمبيوتر والانترنت ،وبين بعض المشكلات النفسية لدى المراهقين والإعراض الاكتئابية ، العزلة الاجتماعية ، اللامبالاة. وكذلك دراسة الفروق بين الذكور والإناث المراهقين في شيوخ المشكلات النفسية المرتبطة بالإفراط في استخدام الكمبيوتر والانترنت وكانت عينة الدراسة (150 ذكور ،150 إناث) وتم استخدام مقياس (الأعراض الاكتئابية .العزلة الاجتماعية .مقياس اللامبالاة) من إعداد الباحثة. وكانت من نتائج الدراسة : وجود علاقة ارتباطية دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الكمبيوتر والانترنت وبين مشكلة الأعراض الاكتئابية لديهم. وجود علاقة ارتباطية دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الكمبيوتر وبين مشكلة العزلة لديهم. عدم وجود علاقة دالة بين الإفراط في استخدام الكمبيوتر وبين مشكلة

اللامبالاة لدى المراهقين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مشكلة العزلة الاجتماعية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مشكلة الاكتئاب واللامبالاة.

أما دراسة الخواج (2005) والتي عنوانها " الآثار الاجتماعية لانتشار الانترنت على الشباب "

وتهدف الدراسة إلى معرفة مدى انتشار الانترنت بين الشباب والمترتبات الثقافية الاجتماعية تبعا لذلك الانتشار وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

أن العديد من المهارات فقدت الاستخدام الانترنت منها القراءة والاطلاع والتفاعل والزيارات وغيرها. حيث أن 26 بالمائة من العينة أظهروا أن التفاعل مع الآخرين قل بعد استخدامهم الانترنت.

وفي دراسة عبد الكريم (2006) بعنوان " الانترنت وأثاره الاجتماعية على المراهقين " دراسة ميدانية على عينة من المترددين على مقاهي الانترنت بمدينة طنطا ،وهدفت إلى التعرف على الآثار الاجتماعية

لشبكة الانترنت في المراهقين في مصر وخلصت الدراسة إلى عدة نتائج وتوصيات منها: أن أغلبية الباحثين يترددون على مقاهي الانترنت بشكل منتظم (بنسبة 61 بالمائة) كما يرتبط حجم هذا التردد بالدخل ارتباطا طرديا ملحوظا ، أن معظم الباحثين (94 بالمائة) يذهبون إلى مقاهي الانترنت برفقة أشخاص آخرين (خارج حدود من بأيديهم مسؤولية الرقابة الاجتماعية عليهم) وفي مقدمة هؤلاء الأشخاص الأصدقاء . وهنا يبرز دور الصحبة في توجيه الفرد المستخدم للانترنت بالسلب أو الإيجاب

، أن أغلبية المبحوثين 76.5 بالمائة يتناقشون ويتفاعلون مع آخرين بشأن ما يتعرضون له عبر الانترنت من موضوعات جادة أو عابثة .وبغض النظر عن الأصدقاء الذين يأتون في مقدمة الذين يتم التحدث معهم في هذا الإطار يمثل بعض أفراد الأسرة وأهل القدوة (المدرسين في المدارس) مرجعية أخرى في النقاش والتفاعل بشأن هذه الموضوعات وهنا تبدو أهمية هذه المرجعية في التوعية وتوجيه سلوك المراهقين لتلافي مخاطر هذه الوسيلة ، أن النسبة الكبرى (65 بالمائة) من المبحوثين اهتموا بأن يكون لديهم عنوان الكتروني إلا أن استفادتهم التعليمية والتثقيفية والإعلامية من استخدام هذه الخدمة ضعيفة للغاية. أما في دراسة الحمصي (2007) التي عنوانها "إدمان الانترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعية" دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق وتهدف الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين إدمان الانترنت ومهارات التواصل الاجتماعي لدى الشباب وكذلك معرفة الفروق تبعاً لعدد من المتغيرات وفقاً لمتغير الجنس والوضع الاقتصادي والتخصص العملي، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

وجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على الانترنت ومهارات التواصل الاجتماعي فالجلوس فترات طويلة لاستخدام الانترنت تجعل الفرد يخصص وقتاً أقل للنشاطات أيضاً دلت النتائج على أن الإناث يتعلقن باستخدام الانترنت أكثر من الذكور ويعود ذلك إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية للإناث في مجتمعاتنا . " فورتسون و آخرون " إلى أن الاكتئاب يرتبط بزيادة تكرار عدد مرات استخدام الانترنت لمقابلة الناس، و التجارب الاجتماعية، و في المشاركة في غرف الدردشة، بقلة تكرار التطبيع الاجتماعي وجها لوجه.

(Fortson et al, 2007)

وفي دراسة باولاك (Pawlak2003) بعنوان العلاقة بين الوحدة والدعم الاجتماعي وادمان شبكة المعلومات بين طلاب الثانوية وتكونت عينة الدراسة من 202 طالبا بثانوية حضرية بمنطقة نيويورك .توصلت الدراسة الى عدو نتائج أهمها أن الوحدة النفسية والدعم الاجتماعي ترتبط ارتباطاً مباشراً بإدمان الانترنت، وأن الطلاب الذين تعرضوا لمستويات مرتفعة من الوحدة ومستويات منخفضة من الدعم الاجتماعي قد لجأوا الى شبكة الانترنت للتخفيف من هذه المشاعر .

_____ تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الكترونية

خلاصة:

كان هذا الفصل بمثابة تمهيد للموضوع وطرح فيه الإشكالية وتساؤلاتها وفرضيات الدراسة وأهميتها وأهدافها وتم تناول التعاريف الإجرائية والدراسات السابقة التي تخدم الموضوع وتعتبر المنطلق له .

الفصل الاول: المراهق و تقدير الذات

تمهيد

أولا / المراهقة :

1. تعريف المراهقة.
2. أنماط المراهقة.
3. مراحل المراهقة.
4. الحاجات الأساسية في مرحلة المراهقة .

ثانيا / تقدير الذات الاجتماعي :

1. تعريف تقدير الذات .
 2. أهمية دراسة تقدير الذات .
 3. النظريات المفسرة لتقدير الذات .
 4. تقدير الذات الاجتماعي.
 5. بعض العوامل التي تهدد تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق .
 6. أسباب ارتفاع وانخفاض تقدير الذات الاجتماعي .
- خلاصة الفصل.

تهييد :

تعد مرحلة المراهقة من أهم مراحل النمو في حياة الإنسان، لأنها تمثل مرحلة الانتقال، ومرحلة الانتقال دائما حساسة وحرجة فهي انتقال من الطفولة إلى الرشد أو الرجولة وفيها يصبح المراهق طريد مجتمع الكبار والصغار على حد سواء تتنازعه كثير من الصراعات منها صراع الأجيال أو صراع الثقافات. يغلب على هذه المرحلة حب الاكتشاف والمغامرة والتجريب ومحاكاة الكبار لهذا وكذلك تنطرق في هذا الفصل مفهوم تقدير الذات، من عدة جوانب و التطرق الى بعض العناصر التي تخدم الموضوع و منها أهمية دراسة تقدير الذات. ثم بعض النظريات المفسرة لتقدير الذات.

أولا/ المراهقة :

(1) تعريف المراهقة:

إن كلمة المراهقة adolesconce مشتقة من الفعل اللاتيني adolescere ومنها التدرج نحو النضج الجسمي والجنسي والعقلي والانفعالي والاجتماعي .

المراهقة: هي مرحلة العمر التي تتوسط بين الطفولة واكمال الرجولة أو الأنوثة، وذلك بمعنى النمو الجسمي، وتحسب بدايتها عادة ببداية البلوغ الجنسي الذي يتفاوت الأفراد فيه تفاوتاً واسعاً، يصل في الأحوال العادية الى نحو خمسة سنوات بين أول المبكرين وآخر المتأخرين .

يقول أحمد زاكي صالح بأن "المراهقة هي المرحلة التي تبدأ من البلوغ الجنسي وهو القذف عند البنين والطمث عند البنات وتنتهي بمصطلح الرشد وهو الاقتراب من الاكتمال في النضج الجسمي والعقلي والانفعالي" (أبو جعفر، 2014، 111).

فالبلوغ هو نضوج الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى مراحل لإنسان الراشد (شاكر، 2015، 77).

(2) أنماط المراهقة:

المراهقة تأتي في أشكال وأساليب متعددة، لدى حاول علماء النفس المحدثين وضع تقسيم

للمراهقين حسب الأنماط السلوكية السائدة في كل جماعة منهم، يمكن تلخيصها كما يلي:

1- المراهقة المتكيفة: هي المراهقة هادئة نسبيا والتي تميل الى الاستقرار العاطفي وتكاد تخلو من

التوترات الانفعالية الحادة وغالبا ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة، كما يشعر المراهق

بتقدير المجتمع له وتوافقه معه ولا يسرف المراهق في هذا الشكل في أحلام اليقظة أو الخيال أو

الاتجاهات السلبية.

2- المراهقة الإنسحابية: هي صورة مكتئبة تميل إلى الانطواء والعزلة والسلبية والتردد والحجل والشعور

بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي، ومجالات المراهق الخارجية الاجتماعية ضيقة محدودة، وينصرف

جانبا . كبير من تفكير المراهق إلى نفسه، وحل مشكلات حياته أو التفكير الديني والتأمل في القيم

الروحية والأخلاقية، كما يسرف في الاستغراق في الهواجس وأحلام اليقظة، وتصل أحلام اليقظة في

بعض الحالات حد الأوهام والخيالات المرضية (زيدان، 1972، 155).

3- المراهقة العدوانية: السلوك العدواني عند هذه الفئة قد يكون مباشر كالإيذاء أو غير مباشر بالتخاذ

صورة العناد، وعدم الخضوع لأي سلطة، كما يتميز هذا النمط بالتأثر السريع بأبطال الروايات

والأفلام ونقص الحس الأخلاقي والاجتماعي والأسباب هنا تعود إلى التربية الضاغطة المتزامنة

والمتسلطة أو المتمادية في ضعفها ورخاوتها مما يعيق تكون الضمير الأخلاقي والكوابح الداخلية (

لزغد، 2016، 14).

4- المراهقة المنحرفة: تمثل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني، فإذا كانت صورتين السابقين

غير متوافقة أو غير متكيفة إلا أن مدى الانحراف لا يصل لخطورته إلى الصورة البادية في الشكل

الرابع حيث نجد الانحلال الأخلاقي والانهيار النفسي ، وحيث يقوم المراهق بتصرفات تروغ المجتمع

ويدخلها البعض أحيانا في عداء الجريمة أو المرض النفسي والمرض العقلي.

(زيدان، 1972، 156).

3) مراحل المراهقة: وتنقسم مرحلة المراهقة عادة إلى ثلاث مراحل وهي كما يلي:

1- المراهقة الأولى (12-14) سنة: ويطلق عليها أيضا أسم المراهقة المبكرة وهي تبدأ من سنة 12 إلى 14 سنة من العمر، وفيها حسب علماء النفس الطفل والمراهق يتضاءل السلوك الطفيلي ذلك لخروج الطفل من مرحلة الطفولة والدخول في مرحلة المراهقة التي تبدأ معها المظهر الجسمية والفسولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والدينية والأخلاقية الخاصة بالمراهق في الظهور وفي البروز. (الوافي، 2016، 162).

2- المراهقة الثانية (14-17) سنة: وتعرف أيضا بالمراهقة الوسطى، وهي تبدأ من سن 14 إلى 17 سنة من العمر، وفيها يشعر المراهق بالنضج الجسمي وبالاستقلال الذاتي نسبيا، كما تتضح له كل المظاهر المميزة والخاصة بمرحلة المراهقة الوسطى، لذلك نراه يهتم اهتماما كبيرا بنموه الجسمي. (نفس المرجع السابق، 165).

3- المراهقة الثالثة (17-21) سنة: وتسمى أيضا بالمراهقة المتأخرة، وقد تعتبر هذه المرحلة في بعض المجتمعات مراعاة الشباب التي يلتحق فيها المراهقون -ليس كلهم - بالجامعة وبعدها يتخذون القرار النهائي لحياتهم، أنهم يتخذون قرار التوجه إلى الحياة المهنية ثم الزواج، ومنهم من يتخذ قرار مواصلة الدراسات العليا، ومنهم من يغترب أما بالنسبة للنمو ففي هذه المرحلة يكتمل نموه بصفة عامة ويزداد صحة وقوة بدنية (الوافي، 2016، 167).

4) الحاجات الأساسية في مرحلة المراهقة:

- الحاجة إلى الأمن: وتشمل الحاجة إلى الأمن الجسمي والصحة الجسمية والحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة السعيدة.

- الحاجة إلى توكيد الذات: وتشمل الحاجة إلى الانتماء إلى حماية الرفاق والحاجة إلى المركز القيمة الاجتماعية والحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة والحاجة إلى المساواة مع رفاق السن أو الزملاء في المظهر وفي اللباس والمصرف. (الوافي، 2016، 172).

- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكاري: وتشمل الحاجة إلى التفكير وتوسيع الفكر والحاجة إلى الخبرات الجديدة والحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل والحاجة إلى النجاح والتقدم الدراسي والحاجة إلى التعبير عن النفس.

- الحاجة إلى التربية الجنسية والتثقيف: ويتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية السليمة. (نفس المرجع السابق، 192). وإلى التوعية الصحيحة وفهم متغيرات الجسم الهرمونية.

ثانياً / تقدير الذات :

1. تعريف تقدير الذات :

هو الميل إلى النظر إلى الذات على أنها قادرة على التغلب على تحديات الحياة، كما أنها مجموع المشاعر التي يكونها الفرد عن ذاته، بما في ذلك الشعور بالاحترام للذات وجدارتها وتستند هذه المشاعر إلى الاقتناع بالذات - :جديرة بالمحبة -جديرة بالأهمية (مريم سليم، 2003)

ويعرفها كوبر سميث بأنها : تقييم الفرد لنفسه و بنفسه ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الإيجابية و السلبية نحو ذاته، وهو مجموعة الاتجاهات و المعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العلم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح وال فشل و القبول و قوة الشخصي (مريم سليم، 2003)

وأما عماد الدين إسماعيل فيرى أن مفهوم الذات هو ذلك يكونه الفرد عن نفسه باعتباره كائناً بيولوجياً اجتماعياً، أي باعتباره مصدر التأثير و التأثير بالنسبة للآخرين .

(فيوليت وسليمان، 2002، 25)

حيث عرف جوزيف موتان Joseph mutin تقدير الذات بأنه الصورة الايجابية التي يكونها الفرد حول نفسه ، إذ يشعر بأنه انسان ناجح جدير بالتقدير و تنمو لديه الثقة بقدراته و ايجاد الحلول لمشكلاته ، و لا يخاف من المواقف التي يجدها حوله بل يواجهها بكل إرادة و افتراض أنه سينجح فيها. أما تقدير الذات عموماً فإنه يعد من أهم المفاهيم السيكولوجية التي لقيت اهتمام الباحثين ، حيث يعتبر من أهم المتغيرات التي تساعد على تحقيق الصحة النفسية و التوافق النفسي و الاجتماعي ، فشعور الفرد

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

بأنه ذو قيمة من حيث التقبل الاجتماعي من قبل الآخرين ينمي لديه الثقة بالذات مما يساعد في قدرته على مواجهة المشكلات و ضغوط الحياة بإيجاد حلول توافقية مناسبة. (أمزيان . 2007 ص 35)
و يتميز أفراد هذا الصنف باحترام أنفسهم و الشعور بالكفاءة و الانتماء و الاعتزاز و الثقة في ردود أفعالهم و استنتاجاتهم ، كما يتبعون أحكامهم حتى و ان اختلفت مع الآخرين ، إذ يتسمون بالتحدي و الشجاعة في التعبير عن أفكارهم ، هم مستقلون اجتماعيا ، يحبون المشاركة في النشاطات الاجتماعية ، و يكونون علاقات الصداقة و يتحدثون أكثر مما ينصتون . (الضيدان . 2003 . ص 32)
كما اعتبرت كل من مارجيت ميد وكولي **marguerite meed wkooley** ، أن الفرد يأتي إلى مرحلة تكوين مفهومه عن ذاته من خلال تعريفه للسلوك الذي ينبغي أن يقوم به ، و كذلك من خلال رد فعله تجاه الآخرين . (مغلاوي . 2010 . ص 6).

وأغلب الباحثين يؤكدون على أن تقدير الذات السوي أو السليم هو الذي يسمح للفرد أن يتكيف ، وبالتالي يجلب الإحساس بالأمن ويسمح له بتوظيف طاقته النفسية نحو معرفة حقائق الحياة .
(يونسي تونسية ، 2012)

يعتبر تقدير الذات من الدوافع السيكولوجية ويعرف أنه تقييم الفرد لنفسه ككل من حيث مظهره وقدراته ووسائله واتجاهاته وشعوره ، حتى يبلغ ذلك ذروته، ليصبح قوة مواجهة لسلوك الفرد.

2. أهمية دراسة تقدير الذات:

يحتل تقدير الذات مكانة مهمة في دراسات علم النفس الحديث إذ يعد إدراك الفرد لذاته محمدا لسلوكه في المستقبل فنجده يستمر في تنمية و تطوير قدراته و إمكانياته عندما يكون متقبلا لذاته أما اذا فقد هذا التقبل فانه يستخدم معظم طاقاته في الهدم أكثر من البناء، وفي الاتجاه نفسه يعكس تقدير الذات كما تشير بحوث العقد الماضي المتعلقة بالذات، ليس فقط السلوك الحالي ولكن يتعدى ذلك للعمل كمكون منظم وضابط لهذا السلوك وعلى هذا كان التعامل معه بوصفه مكونا ديناميكيا ونشطا وقادرا على التغيير (.مايسة جمعة، 2007)

ويندرج تقدير الذات بين أكثر سمات الشخصية التي تمت دراستها عبر العقود الماضية ويأتي جزء من الاهتمام به من الاعتقاد بأنه وسؤال عن عدد كبير من المشكلات الشخصية والاجتماعية وبالتالي

قد يؤدي ارتفاع تقدير الذات الى تحقيق تحسن في الحالة العامة للأفراد وفقا للبعض، لا يوجد حكم أو تقييم أكثر أهمية وقيمة بالنسبة للفرد من التقدير الذي يحمله هو لذاته . كما لا يوجد أيضا عامل أكثر حسما في الارتقاء النفسي وفي مستوى الدافعية، أكثر من التقدير الذي يحمله الفرد لذاته، ويشير علماء النفس الاجتماعي بصفة عامة والمنظرون المتخصصون في الهوية بصفة خاصة الى أهمية التركيز على العالقة بين الذات والبناء الاجتماعي عند تفسير كيفية تأثير الظروف الخارجية على الحالة الوجدانية للفرد (مايسة جمعة، 2007)

3. نظريات المفسرة لتقدير الذات :

تعددت النظريات التي تناولت مفهوم تقدير الذات، واختلفت باختلاف توجهات ومناهج الباحثين، كما اعتمد الباحثون في تصميم مفهوم تقدير الذات على بعض النماذج لتفسير مستويات تقدير الذات.

نظرية الذات لكارل روجرز " Carl Rogers "

ترى النظرية أن : الإنسان يولد ولديه دافعية قوية الاستغلال إمكانياته الكامنة لتحقيق ذاته و ليسلك بطريقة تتوافق مع هذه الذات، وقد يحتاج الإنسان إلى إنسان آخر يظهر تفهما ويدي تعاطفا كاملين لكي يساعده على استنباط هذه الإمكانيات الكامنة و استقلالها لكي يحقق ذاته.

(سائلة محمد آدم، 1973)

نظرية روزنبرج "Rosenberg"

تدور أعمال "روزنبرج" حول محاولته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته و ذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به .وقد اهتم بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم و أوضح أنه عندما نتحدث عن التقدير المرتفع للذات فنحن نعني أن الفرد يحترم ذاته و يقيمها بشكل مرتفع بينما تقدير الذات المنخفض أو المتدني يعني رفض الذات أو عدم الرضا عنها.

(عبد الرحمن سيد سليمان، 1992)

نظرية زيلر "Ziller"

تفترض نظرية زيلر أن تقدير الذات ينشأ و يتطور بلغة الواقع الاجتماعي الذي ينشأ داخل الإطار الاجتماعي للمحيط الذي يعيش فيه الفرد لذا ينظر إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية (الضيدان، 2003).

و يؤكد زيلر أن تقييم الذات لا يحدث - في معظم الحالات- إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي ، ويصف تقدير الذات بأنه تقدير لذاته و يلعب دور المتغير الوسيط أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي ،وعلى ذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العالم الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك (ابو جادة 1998).

4. تقدير الذات الاجتماعي :

يشير هذا المفهوم الى تصور الفرد لتقويم الآخرين له معتمداً في ذلك على تصرفاتهم وأقوالهم والتفاعل الاجتماعي معهم ،حيث كتب جارلس هوتون كولي وأظهر مصطلح "الذات الفردية في المرأة الاجتماعية " فرأى أن الفرد يحصل على صورة نفسه من خلال ما يصوره الآخرون به عنه أي من خلال رؤيتهم له ولسلوكياته وتفكيره وعلاقته ومواقفه .

من الناحية الاجتماعية يرى "روزنبرج ROSENBERG" و "تشوتز SHUTZ" أن الافراد ذوي التقدير المنخفض للذات يفضلون الابتعاد عن النشاطات الاجتماعية ولا يتقلدون مناصب ريادية ويظهرون أحيانا الميل إلى أن يكونوا خاضعين ومسيرين إلى جانب أنهم يمتازون بالخشيل والحساسية المفرطة والميل إلى العزلة والوحدة . وفي دراسة قام بها "كوبر سميث" على عدد من التلاميذ الذكور وجد أن التلميذ ذوي التقدير المنخفض يتميزون بالاكنتاب والقلق ، ال يستطيعون التعبير عن أنفسهم ، وليس لديهم أي ثقة نحو قدراتهم ، وبعد مقابلات مع أولياء هؤلاء التلاميذ تبين له أن لديهم اهتمامات أقل نحو الأبناء ، لا يستطيعون اتخاذ القرارات ، ومن ثم يؤثر ذلك على الأبناء فينخفض مستوى تقديرهم لذواتهم . (أمزيان زبيدة ، 2007 ، ص 36 ، 37).

وتذكر "نجوى بنيس" 1995 : أن تقدير الذات يتأثر بالظروف المحيطة بالفرد ، فإذا كانت مشيرات البيئة إيجابية تحترم الذات الإنسانية وتكشف عن قدرتها وطاقتها يصبح تقدير الذات إيجابيا ، أما

إذا كانت البيئة محبطة فإن الفرد يشعر بالدونية ، وبالتالي يسوء تقدير الفرد لذاته وقد ترجع الاختلافات بين الأفراد عند تقييمهم لأنفسهم إلى اختلافاتهم في تقدير انتباههم عند تمثلهم لأنفسهم ، فالأشخاص ذوو التقدير المرتفع لذواتهم هم من يؤكدون قد ارتحم أو جوانب قوتهم ، أما ذوو التقدير المنخفض فهم يركزون على عيوبهم وصفاتهم السيئة.

5. بعض العوامل التي تهدد تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق :

النقد، التفرقة و التمييز في المعاملة بين الأبناء، الاساءة الجسدية و العقلية، التسميات أو الألقاب غير المحببة، المتطلبات التي تفوق قدرات و امكانيات المراهق، الافراط في التسلط أو الاهمال في معاملة المراهق، عدم الاتساق في المعاملة، التدخل المباشر في شؤونه و التجسس على خصوصياته، عدم تقبل المراهق كما هو و بما لديه، اللغة المستخدمة لها دور كبير جدا في التشجيع أو الاحباط (رغدة شريم، 2009: 216).

و لتنمية الاحساس بالكفاية الذاتية لدى المراهق لابد من توفر ما يلي - : الاحترام و المعاملة الدافئة و العناية الواضحة باهتماماته الحياتية. توفير القدوة الحسنة - .الانتباه الى التغيرات النمائية لديه: الجسدية و المعرفية و الاجتماعية /الانفعالية - .تبني اتجاهها ديمقراطيا متفهما في التعامل مع مشاكله و صراعاته - . اتاحة قدر مناسب من الحرية لإشباع الرغبة في الاستقلالية لديه - .مسايرة التطورات المحيطة به و تفهمها. التغذية الراجعة الايجابية (رغدة شريم، 2009: 215).

ترى كاي kay أن فترة المراهقة مرحلة صعبة ، لأن تفاعلات الأقران تلعب دورا حاسما في نمو هوية الذات ، فالقبول الاجتماعي من الاقران والمظهر الجسمي لهما أهمية كبرى لإحساس المراهقين العام بالجدارة والقيمة والسعادة (kay,2003).

6. أسباب ارتفاع وانخفاض تقدير الذات الاجتماعي :

تذكر "كويليام" أنه إذا كان هناك شخص لديه احترام جيد لذاته يتضح أن سبب ذلك هو تأثير والديه أو معلميه أو أصدقائه عليه ومن تأثيراتهم عليه ما يلي - :

- كانوا يعلقون على الطفل الكثير من المآل والتوقعات لدرجة أنه كان يشعر بالفشل باستمرار.
- كانوا ال يعلقون على الطفل سوى القليل جدا من الآمال لدرجة أنه كان لا يشعر بأن أحدا

يؤمن به .

- أعطوه رسالة مفادها أنه ال جدوى منه ولا حاجة إليه.
 - كانوا ال يشعرون بالرضا عن أنفسهم لذلك حذا حذوهم في ضعف احترام الذات.
 - جعلوه يشعر بأنه غريب بينهم .
 - كانوا يشعرون بالتعاسة ويلقون باللوم عليه ويجعلونه هو المسئول.
 - كانوا يسيئون معاملته مما جعله يعتقد أنه يستحق سوء المعاملة.
 - كانوا يشعرون بالعجز وقلة الحيلة فتعلم منهم أنه عاجز عن تجاوز العقبات
- أشار بطرس إلى أن الأفراد ذوي التقدير المنخفض يركزون على عيوبهم ونقائصهم، وهم أكثر ميلا للتأثر بضغوط الجماعة والانصياع لآرائها وأحكامها ويصنعون لأنفسهم توقعات أدنى من الواقع، ويشعرون بالذنب دائما حتى ولو لم يكن هناك علاقة بالخطأ، ويعتذرون باستمرار عن كل شيء، ويشعرون بعدم الكفاءة. (489-490 ص، 2008، بطرس).
- ومن ناحية أخرى إذا كان هناك شخص آخر لديه تقدير عال من احترام الذات يتضح من ذلك أن سبب ذلك هو تأثير والديه أو معلميه أو أصدقائه عليه عندما كان طفلا ومن تأثيراتهم عليه ما يلي - :
- كانوا يعلقون عليه آمال متوازنة لذلك كان الطفل يشعر بالتحدي لكنه ينجح .
 - كانوا يخبرونه بما يجيده.
 - كانوا يظهرون له أنه محبوب .
 - كانوا يشعرون بالرضا عن أنفسهم فحذا حذوهم في قوة احترام الذات .
 - كانوا يشعرون بالانتماء إليه.
 - عندما يشعرون بعدم السعادة كانوا يوضحون له أنه ليس السبب.
 - كانوا يعاملونه بطريقة طيبة لذلك كان يعتقد أنه أهل لهذه المعاملة.
 - كانوا يظهرون له أن بإمكانه تجاوز الصعاب والعقبات.

خلاصة الفصل:

تكمن أهمية وحساسية مرحلة المراهقة لأنها تبلور نظرة المراهق لذاته وتشكل في تكوين هويته شخصيته، وتفاعله مع وسطه الاجتماعي بداية من الأسرة الى الرفاق والمدرسة والمحيط تساهم بشكل كبير في هذا التكوين، فموضوع المراهقة وتقدير الذات الاجتماعي يرتبطان بشكل وثيق وبالغ الأهمية.

الفصل الثاني: الادمان على الالعاب الالكترونية

تمهيد

1. مفهوم ادمان الانترنت .
2. ادمان الالعاب الالكترونية.
3. اتجاهات تفسير ادمان الانترنت .
4. محكات تشخيص ادمان الانترنت .
5. المراهق والادمان .
6. خلاصة الفصل

تمهيد :

تقول احدي الأمهات: "حالة ابني أصبحت تشعرني بالذعر وأخبرني مستشار ابني أن أغلق لوحه الالكتروني وأن لا أقلق . وهذا ليس بالسهل مطلقا ونحن نشعر بأنه لا يوجد شخص ما يأخذ الأمر محمل الجد وأن أبنائنا لديهم مشكلات واقعية".

وغالبا ما يشعر الآباء والأمهات وحدهم بالخوف على أبنائهم الذين أصبحوا مدمنين، الشيء ما لا يفهمه الآخرون؛ بأن ادمان الالكترونيات أمر خطير مثله مثل ادمان أي نوع من العقاقير السامة ومن الدلائل التي تشير إلى وجود إدمان اللعب على الإنترنت ، أن اللاعبون يظهرون علامات واضحة للإدمان . فمثل المخدرات، فإن اللاعبون يلعبون كل يوم تقريبا، ويلعبون لفترات طويلة من الزمن (أكثر من 4 ساعات) ، ويحدث لهم عدم الراحة وتعكر المزاج إذا لم يتمكنوا من اللعب ، ويضحون بالأنشطة الاجتماعية الأخرى. (شذى السويلمي، 2014)

1. مفهوم ادمان الانترنت :

يعد مفهوم إدمان الإنترنت من المفاهيم الجديدة نسبيا و مازال البحث في هذا المفهوم محدودا ، فقد ذكر العديد من الباحثين مشكل للإنترنت أو ما يسمى بإدمان الإنترنت ، و المشكلات السلوكية المرتبطة بهذا الاستخدام ، و السمات الشخصية للأفراد الذين لديهم هذا النوع من السلوك الإدماني . و قد كانت عالمة النفس "يونج" **Young** أول من استخدمت مصطلح "اضطراب إدمان الإنترنت" (Young, 1996) ثم عدلته إلى مصطلح أطلقت عليه " استخدام الإنترنت المرضي" **"Pathological Internet Use"** (Young, 1997).

و حديثا فقد حاز مصطلح الاستخدام المشكل للإنترنت **Pathological Internet Use**

شيوعا و قبولاً على الرغم من أن العديد من الباحثين مازالوا يفضلون مصطلح إدمان الإنترنت.

(Shapira, et al; 2000)

ففي الدليل الأمريكي التشخيصي للأمراض العقلية (الطبعة الرابعة) DSM-IV حددت الاعتمادية على العقاقير أو النشاط الذي يتميز بالإفراط ، و زيادة مستويات الاحتمال ، و أعراض الانسحاب و افتقاد الضبط و التحكم بأعراض الإدمان. و يبدو أن الفرق الوحيد الذي يمكن مواجهته في مصطلحات إدمان الإنترنت يرتبط بنقص كمية المادة الضارة على الأشخاص ، و بسبب هذا فإن الباحثون لا يقبلون تضمين ظاهرة الاستخدام المرضي للإنترنت في اضطرابات الإدمان ، و يقترحوا فئة أخرى يمكن استغلالها في تفسير هذه الظاهرة -عادة - اضطرابات الضبط الاندفاعي.

و من ثم فإن المعايير التشخيصية لظاهرة القمار المرضي يكمن تطبيقها في ظهور الاستخدام المرضي للإنترنت ، و قد سببت اقتراحات هذا النوع مواقف مختلفة و انقسام الباحثين حول هذه الظاهرة ، و لهذا فإن المحاولات في تعريف مصطلح الاستخدام المرضي للإنترنت يقدم في هذا العمل معا بمجادلات أساسية لتعريف حقيقي واقعي لهذه الناحية من الإدمان (Hinic et al ,2008.9.763). و على أية حال فإن الاضطرابات السلوكية الاندفاعية - التحكم و الضبط مثل اضطرابات الأكل (Lacey,1993) و إدمان الجنس (Goodman,1993) و إدمان التقيات (griffiths,1995) صارت هي الأكثر شيوعا ، وهناك رغم الاستخدام المفرط للإنترنت يمكن أن يوضع في فئة الاضطرابات السلوكية الاندفاعية - التحكم و الضبط و هناك تعبيرات عديدة يستخدم لنصف المشكلات المرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت.

للساعات المنقضية على الإنترنت كل أسبوع ، ففي دراسة "بيرنو" جددت الاستخدام المدمن بأنه 19 ساعة أسبوعيا ، و في دراسة "يونج" حددت الاستخدام المدمن بأنه 38.5 ساعة أسبوعيا و أشارت دراسة "مورهان-مارتن و شوماخر"

(morhan-martin et Schumacher,1997) التي اختبرت استخدام الإنترنت

المرضي (الباثولوجي) لدى طلاب الجامعة ، أشارت إلى أن متوسط عدد الساعات إذا زاد عن 8.48 ساعة كل أسبوع أدى ذلك إلى الاستخدام المرضي.

و هناك ثلاث متغيرات اقترحتها الأدبيات لتصف الاستخدام المفرط للإنترنت و هي :

كمية الاستخدام ، و الإدراك الذاتي للاستخدام ، و تصنيف الاستخدام (griffiths,1998)

وهناك عدد من الطرق المقبولة لتعريف مصطلح "الإدمان" بأنه : هاجس أو انشغال بالموضوع (مادة أو نشاط) الإدمان ، و الحاجة أو الرغبة لزيادة استخدام موضوع الادمان (التحمل) ، و فقدان السيطرة أو القدرة على ضبط الاستخدام ، و المشكلات في جميع جوانب حياة المستخدم بسبب الاستخدام المتزايد لموضوع الإدمان ، و الشعور بالأزمة في المواقف التي يكون الاستخدام فيها غير ممكن (الامتناع/الأزمة) (Hinic et al,2008.p.763).

2. ادمان الألعاب الالكترونية . :

تعرف منظمة الصحة العالمية اضطراب الألعاب، أنه "ضعف السيطرة على الألعاب، وإعطاء أولوية متزايدة للعب الألعاب على الأنشطة الأخرى إلى الحد الذي تنال فيه الألعاب الأسبقية على الاهتمامات الأخرى والأنشطة اليومية، واستمرار أو تصاعد اللعب رغم حدوث عواقب سلبية." كما يمكن لبعض ألعاب الفيديو أن تسبب إدمان اللعب، وفي حين قد يتردد كثيرون في اعتبار هذه مشكلة صحية عقلية. فإن منظمة الصحة العالمية ترى غير ذلك، حيث أعلنت أن اضطراب الألعاب مشكلة ذهنية حقيقية.

وتأتي هذه الخطوة بعدما تبنت المنظمة المراجعة 11 للتصنيف الدولي للأمراض (ICD) ، الذي يمثل قائمتها المعترف بها عالمياً للأمراض وتشخيصها.

وتقول منظمة الصحة العالمية إن المراجعة 11 (والاعتراف باضطراب الألعاب الذي

تضمنته) تدخل حيز التنفيذ في الأول من يناير/كانون الثاني 2022.

<https://www.aljazeera.net/news/scienceandtechnology/2019/5/28/>

يشكل تعريف مفهوم الاضطراب الناجم عن اللعب خطوة أولى مهمة نحو إعداد استجابة صحية عمومية لمشكلة جديدة. تقارير أعدّها غاري همفريز وقال الدكتور هيغوشي (2019) من بين مجموع 269 مريضاً نعالجهم حالياً ضد الإدمان على استخدام الإنترنت، فإن 241 منهم يعانون من الاضطراب الناجم عن اللعب، والذي يشكل مجال الإدمان الرئيسي لديهم. كما أن 215 من هؤلاء المرضى ذكور.

وتظهر على المرضى الذين يعالجهم الدكتور هيغوشي مجموعة متنوعة من الأعراض، وهم عاجزون عموماً عن الحد من الوقت الذي يقضونه في اللعب، كما أنهم يواصلون اللعب على الرغم من الآثار السلبية الناجمة عنه، مثل ترك المدرسة (حوالي ثلاثة أرباع المرضى طلاب) أو فقدانهم لعملهم. وفي سويسرا، أظهر تقرير صادر في عام 2018 أُعدّ بتكليف من المكتب الفيدرالي للصحة العمومية أن حوالي 1% من السكان (ما يقرب من 70 ألف شخص) يعتبرون من مستخدمي الإنترنت "المثيرين للإشكال". (مجلة منظمة الصحة العالمية، 2019).

3. اتجاهات تفسير ادمان الانترنت :

أ-الاتجاه السلوكي:

يعتمد الاتجاه السلوكي بشكل كبير على الاشراف الإجرائي وقانون الأثر، الذي يذكر أن تشكيل السلوك الذي يجلب المكافأة يتم تعزيزه، ومن ثم يصبح سلوك نموذجي لكل فرد نتيجة للإشباع النفسي الناجم عن هذه الأنشطة.

والمكافآت التي توفرها الانترنت مختلفة، فهي تتراوح ما بين الإشكال المختلفة للمرح إلى المعلومات العديدة، فعلى سبيل المثال بالنسبة للشخص الذي يشعر بالخجل من مقابلة أناس جدد وأقاربه فإنه يجد الإنترنت يمثل له خبرة السرور والرضا والارتياح دون الحاجة للتفاعل المباشر وجها لوجه، ومن ثم فهي خبرة معززة في حد ذاته. (Duran, 2003)

بالإضافة إلى الافتراضية، ولاستخدام كلمة مرور وبريد الكتروني وهمي مستعار وغير حقيقي يتمكن

الفرد من قول أو فعل ما يريد ويسمح له بالإفصاح عن رغباته وحاجاته وهوياته وشخصيته المختفية الدفينة، وبذلك يتدعم هذا السلوك ويتعزز بإشباع الحاجة للحب وللإهتمام وللتقدير وللارتياح الذي لا يتحقق في الحياة الحقيقية.

ومن ثم وفقاً للاتجاه السلوكي فإن الممارسة والتكرار هي التي أوجدت إدمان الانترنت، وهكذا فإن أي فرد يصبح عرضة لإدمان الانترنت في أي عمر وفي أي وقت وأي كانت الطبقة الاجتماعية أو الثقافية للفرد، فوفقاً للاتجاه السلوكي ليس فقط مجرد وجود الدفع أو الهدف في حد ذاته، ولكن أيضاً لا بد من ممارسة هذا السلوك لمرات عديدة، ثم يتم تدعيمه وتعزيزه بالشعور الداخلي الذي يتحقق للفرد بعد دخوله على الانترنت في كل مرة. والأدهى 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 (أرنوط، 2007)

ب-الاتجاه المعرفي:

يقترح الاتجاه المعرفي أن المعارف سيئة التكيف كافية للتسبب في ظهور مجموعة من الأعراض المرتبطة بهذا الاضطراب أو إدمان الانترنت، فالتشوهات المعرفية حول الذات تشمل الشك الذاتي، وانخفاض كفاءة الذات وتقدير الذات السلبي مثل: "لا أشعر بالاحترام حينما لا أكون على الانترنت، ولكن عندما أكون على الانترنت فإنني افتخر بنفسي" «و» الانترنت هو المكان الوحيد الذي اشعر فيه بالاحترام". (Davis, 2001)

هذه التشوهات المعرفية التي يدركها الأفراد والذين يعانون من مشكلات نفسية مختلفة يحملون إدراكات سلبية عن ذواتهم وعن شخصيتهم، يجعلهم يفضلون الاندماج والتفاعل في الأنشطة المختلفة التي يقدمها للانترنت لأنه بعد اقل تحديدا من التفاعل المباشر.

ج-الاتجاه السيكودينامي:

يركز الاتجاه السيكودينامي على خبرات الشخص، وتعتمد تلك الخبرات على الأحداث التي مر بها الطفل في مرحلة الطفولة وأثرت عليه وعلى سماته الشخصية، ومن ثم يصبح عرضة لإدمان الانترنت أو لأي إدمان آخر نتيجة هذه الاستعدادات والظروف الحياتية الضاغطة، وعليه فإننا نجد أن هذا الاتجاه يهتم بالشخص وبالنشاط أو السلوك الذي يمارسه بالإضافة إلى أساس إدمانه. (Stern, 1997)

ويرى "ديوران" 2003 أن مجهولية التعاملات الالكترونية أو التعاملات غير معروفة الاسم مع الآخرين، تعد عامل يبرز إدمان الانترنت ويقدم محيط افتراضي ويعرض التهرب الذاتي من الصعوبات الانفعالية أو المواقف المشكلة والصعوبات الشخصية، وحينئذ يستخدم ميكانيزم "الهروب" أو أنه يخفف أوقات التوتر والضغط النفسية ويعزز هذا السلوك في المستقبل، وتوضح الحالات الحديثة أن مثل هذه التعاملات المجهولة تستخدم لتشجيع الانحراف والغش والخداع والإجرام مثل نمو عدوان الانترنت أو تحميل صور غير مقبولة قانونيا. (Duran, 2003)

وهكذا يمكن القول أن الاتجاه السيكودينامي يرى أن إدمان الانترنت بمثابة استجابة هروبية من الاحباطات، وللرغبة في الحصول على لذة بديلة مباشرة لتحقيق الإشباع و أيضا للرغبة في النسيان، وكذلك فإن الإفراط في استخدام ميكانيزم الإنكار هو أيضا منبئ ومؤشر على إدمان هذا الفرد للانترنت.

د-الاتجاه الاجتماعي الثقافي:

يؤكد الاتجاه الاجتماعي الثقافي على الجوانب الاجتماعية لاستخدام الانترنت، فالناس يستخدمون الانترنت في المقام الأول من اجل التفاعل الاجتماعي والحاجة إلى التنشئة الاجتماعية، ويبحثون عن الأشخاص المشاركين لهم ليتواصلوا معهم كلما أرادوا ذلك.

وينظر هذا الاتجاه إلى المدمنين بناء على تباين واختلاف الجنس والمستوى الاقتصادي الاجتماعي والعمر فمثلا وجد الأفراد ذوي المستويات الاقتصادية الاجتماعية المتوسطة أكثر تعاطيا للكحوليات من الطبقات الأخرى وان معظم مدمني الانترنت من المتزوجين وذوي العلاقات. (Tsailin, 2001)

ويرى أنصار الاتجاه الثقافي الاجتماعي أنه لا يمكن فهم أي اضطراب نفسي إلا عندما ينظر إليه في إطار البيئة الثقافية، وقد تمسكوا بحقيقة أن انتشار العديد من الاضطرابات النفسية تختلف وفقا للعمر والطبقة الاجتماعية والخلفية الثقافية، وعلى ذلك يرون أن السبب في السلوك غير السوي ليس بمصطلحات النفس الإنسانية ولكن بمصطلحات المجتمع.

وطبقا لهذا الاتجاه فإن المجتمع هو السبب في السلوك غير السوي، فالذي يروج في المجتمعات اليوم من اضطرابات يجبر أفرادها على الانغماس في السلوك الشاذ والغريب للتكيف مع معايير وعادات هذا المجتمع الذي تختلف من مجتمع إلى آخر ومن ثقافة لأخرى.

كما يرى أصحاب الاتجاه الثقافي الاجتماعي أنه لا بد من أن نفحص وندرس المحيط الاجتماعي إذا أردنا أن نفهم سلوك الاسواء لدى الأفراد، ولذلك ركزت تفسيراً مهم على البناء الأسري والتفاعل الأسري والتواصل والضغوط الاجتماعية والطبقات الاجتماعية .

4. محكات تشخيص إدمان الإنترنت:

و خطورة ظاهرة الاستخدام المفرط للإنترنت يمكن تصورها في أفضل صورة باقتراح التصنيف الأمريكي الجديد للأمراض العقلية (الدليل التشخيصي و الاحصائي للاضطرابات العقلية - الطبعة الخامسة) و الذي يشكل فئة الاضطراب التشخيصي للسير Cyber ، و الذي يتألف جزء منه الإنترنت، و كذلك كل أشكال إساءة استخدام المنجزات التقنية الحديثة مثل الهواتف المحمولة ، و أجهزة الكمبيوتر ، و ألعاب الفيديو. (Nie et Erbring , 2000).

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

يعرف "وارد" (Ward,2000) إدمان الإنترنت بأنه سلوك مرتبط باستخدام الإنترنت مثل الإفراط في الوقت المنقضي على الإنترنت ، أو استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية إلى علاقات سطحية افتراضية ، و التي غالبا ما تخبر بأنها شخصية ، و هي حس افتقاد الوقت ، و تشكيل أنماط متكررة تزيد من مخاطر المشكلات الاجتماعية و الشخصية.

و هذه البنية تتألف من المحكات التالية :

أ- البروز **Salience** : و يقصد به ذلك الذي يحدث عندما يصبح استخدام الإنترنت أهم الأنشطة و أكثرها قيمة في حياة الفرد ، و يسيطر على تفكيره و مشاعره حيث يتضح الانشغال البارز أو الزائد و ينتابه الشعور باللهفة للقيام بهذا النشاط.

ب- تعديل المزاج **Mood Modification**: و يشير إلى الخبرة الذاتية المكتسبة التي يشعر بها كنتيجة لاستخدام الإنترنت بشكل متواصل و يمكن إدراكها كإستراتيجية يستخدمها في المواجهة لكي يتحاشى الآثار المترتبة على افتقاد استخدامه للإنترنت.

ج - التحمل **Tolerance** : و يشير إلى العملية التي يزداد فيها كمية أو مقدار استخدام الإنترنت بحيث يصل إلى المقدار أو الكمية التي يشعر فيها بتحقيق الانتعاش و السعادة و الرضا.

د - الأعراض الانسحابية **Withdrawal Symptoms** : و تشير إلى مشاعر عدم الراحة أو السعادة أو يترتب عليها آثار فسيولوجية تحدث عندما ينقطع عن استخدام الإنترنت أو تقل فترة استخدامه له مما يترتب عليه مشاعر بالكآبة وحدة الطبع و سرعة الهياج.

هـ - الصراع **Conflict** : و يشير إلى الصراعات التي تدور بين مدمن الإنترنت و المحيطين به كالصراع البين شخصي **Interpersonal conflict** ، و الصراعات و التضارب بين إصراره على استخدام الإنترنت و بين غيره من الأنشطة الأخرى (كالعمل ، و الحياة الاجتماعية ، و الأمنيات و الاهتمامات ، و الدراسة) أو الصراع الذي يدور داخل الفرد ذاته و هو الصراع البين نفسي **Intrapsycgic conflict** المتعلق باستخدام الإنترنت (و الذي يتمثل في الاستمرار أو التوقف و خاصة عندما تنشأ مشكلات عن استمراره في استخدام الإنترنت).

و - الانتكاس **Relapse**: و يقصد به الميل إلى العودة مرة أخرى و الاندفاع بشكل مفرط لاستخدام الإنترنت.

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

- ز - **الاعتمادية Dependence**: و يقصد بها الحاجة الملحة لاستخدام الإنترنت للحصول على الإحساس و المشاعر المصاحبة لاستخدام الإنترنت و التي تترتب على عدم استخدامها إحساسه بمشاعر مزعجة و كآبة و تسبب له حالة من التوتر و الانزعاج.
- ح - **سوء الاستخدام Abuse**: و يقصد به أن المدمن يفقد الإحساس بالجوانب الأخلاقية و الدينية عند استخدام الإنترنت ، حيث يربط إدمانه لهذا الاستخدام فقط بما يحققه من إشباع لغرائزه دون إدراك لما يسببه هذا الإدمان من ممارسات شاذة غير أخلاقية أو توقعه تحت طائلة القانون.
- و قدم جريفيش (Griffiths 1996) قائمة بالمحكات الشخصية لإدمان الانترنت، ويلمح إلى حدوثه فيما لا يقل عن خمسة محكات ، في إطار زمني لا يقل عن سنة واحدة ، وهذه القائمة هي:
- أ- **التحمل** : هناك قدر متزايد من الوقت المنقضي على الإنترنت من أجل تحقيق الشعور الأصلي للسعادة والمتعة وتلبية الحاجات التي تتطلب وقتاً أقل لئتم الوفاء ابي وقت سابق، ويتم الاتصال بالإنترنت لفترات أطول أكثر بكثير مما كان
- ب- **أعراض الانسحاب** : بعد التوقف ، أو محاولة تقليل استخدام الإنترنت . وهذه الأعراض تشير إلى : القلق ، والشعور الدائقي للقهر ، وأفكار الهوس والانشغال بالإنترنت ، والانفعالات النفس حركية ، والخوف .. الخ .
- ج- **الاعتمادية** : عند محاولة تقليل أو وقف استخدام الانترنت ، يصبح المستخدم أكثر عصبية وغضب ، ويحاول الهروب من مشاعر الازعاج بالإنترنت .
- د- **الصراع** : ويتجلى صورة في الرغبة المستمرة لتقليل الوقت الذي يقضونه على الانترنت ، ووجود مخاطرة فردية واقعية لفقد العلاقات المهمة ، والفرص المهنية والتعليمية؛ والتي تنشأ كنتيجة مترتبة للاستخدام المفرط للأنترنت ، واهمال الأنشطة الاجتماعية والمهنية والاسرية ذات الأهمية او تقليلها بسبب استخدام الانترنت .
- هـ - **الإدمان في عدم الاتصال** : وهو القدر الكبير من الوقت الذي يمضيه الفرد بروابط الانترنت حتى عند عدم اتصاله .
- و- يتم استخدام الانترنت على الرغم من ادراك المشكلات التي يسببها الاستخدام المفرط (الأرق ، والمشكلات الزوجية ، والمشكلات المهنية ، و الوصول مناخرة للعمل ، والتخلي عن الشعور بالآخرين .. الخ).

ز- يستخدم الإنترنت كوسيلة للفرار من بعض المشكلات والمشاعر: مثل اليأس ،
و الشعور بالذنب ، والقلق والاكتئاب ، والإنترنت يأخذ دور الضاغط الرئيس ؟
بجانب زيادة الوقت.

ح- الإحباط المصاحب بالشعور بالذنب : بسبب إهمال الواجبات أو المشكلات ،
ويخفي المستخدم الحقيقة عن أفراد أسرته حول الوقت الذي يقضيه على
الإنترنت.

5. المراهق و الإدمان:

وجدت الدراسات والإحصاءات التي أجريت على عدد من المراهقين أن نسبة 10 بالمئة من المراهقين
يدمنون الانترنت بشكل مرضي ووجد أن أغلبهم يواجهون مشاكل عائلية أو دراسية أو عاطفية

<https://www.balagh.com/article>

يسعى المراهق من خلال الإدمان إلى استبدال العلاقة العاطفية مع الموضوع و التي عاشها كتهديد
تقوي الاستقلالية و التي لا يهتملها، بإيجاد علاقة بالمادة الوسيطة كموضوع يستطيع التحكم فيه، و في
كل الأحوال فان المراهق يبحث عن تجارب اعتماد جديدة لتحقيق إشباع لم يحققه في واقع حاجاته
العاطفية . فالاضطرابات التي تحدث في هذه المرحلة من الحياة توضع في زاوية نظرة الفرد لنفسه، أين يقوم
برفض جزء من نفسه عاشه متعبا و بنفور من المواضيع الأولية التي استثمرها، هذا الرفض يعطيه هويته

(Mercelli, Braconnier, 2011, 382)

فتوجه المراهق الى الإدمان يرجع الى التفاعل بين ثنائية النرجسية /العلاقة الموضوعية .الاعتماد /
الاستقلالية ، و بسبب هشاشة العالم النفسي الداخلي و تغير العالم الخارجي، يلجأ المراهق الى السيطرة
على المواضيع، فالخوف الأكبر لدى المراهق يكون من فقدان السيطرة و مواجهة الرغبات المجهولة

(Ph. Jeammet, 2005, 9 .)

و نلاحظ أن هناك تطور خاص في إشكالية الاعتماد في مرحلة المراهقة، أين يظهر هنالك
مفهومين ضمن مسألة الاعتماد، المفهوم الأول يتجه نحو محاولة فهم سلوكيات الإدمانية بواسطة تطور
أعراض نفسية جسدية، فيما يتجه المفهوم الثاني إلى اعتبار اضطرابات السلوك في هذه المرحلة كتسوية
للاعتقاد النفسي المميز لهذه المرحلة من الحياة. (Mercelli, 1994 ,42)

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الكترونية

يكون التعامل مع هؤلاء المراهقين صعبا، فهم معارضين و أحيانا عنيفين، تتركز حياتهم الاجتماعية حول استثماراتهم، و تتميز علاقاتهم مع والديهم بانقطاعات متكررة .

يؤدي ثقل الاعتماد لديهم إلى الحفاظ على إدمانهم الكبير و اليومي، و يتجاوز الأمر في هذه

الحالة الوالدين الذين لا يعلمون كيفية التعامل مع ما يحدث , **Mercelli, Braconnier**, (2011, 380.

و تختلف مظاهر الإدمان لدى الذكور عنها لدى الإناث، أين يكون استعمال المخدرات لدى

المراهقين من أجل تأكيد الصورة الاجتماعية لجنسهم، ففي الوقت الذي يتجه الذكور نحو الاورة الاجتماعية للرجولة من خلال سلوكيات عدوانية، تتجه الإناث نحو أنوثة سلبية مركزة حول الجسد من خلال الشكاوى الجسدية، و ظهر الذكور أفعال جنائية ، فيما تظهر الإناث عنف جسدي أقل، و

يكون توجههن نحو أدوية نفسية ذات تأثير مهدئ و مزيل للقلق

(**Française Dolto 2013, 173**)

خلاصة الفصل :

يحتل مفهوم الاعتماد قيمة نظرية محورية في فهم ظاهرة الإدمان، أين يقوم بنسج علاقة بين الاعتماد على المادة و الاعتماد على الموضوع من وجهة نظر علائقية، و هو يشير إلى عدم القدرة على الامتناع عن الاستهلاك، و يترك تناول المادة على الفرد اعتماد نفسي و آخر جسدي .و تشير النظريات التفسيرية الحديثة حول هذا المفهوم إلى الخلل الذي يمس البنية العميقة لدى المدمن.

و الإدمان بالنسبة للمراهق هو محاولة هروب بحثا عن مشاعر وخبرات تشعره بالرضا عن ذاته ومن الصراعات ويظهر ذلك من خلال سعيه إلى استبدال العلاقة العاطفية مع الموضوع و التي عاشها كتهديد لاستقلاليتها، بإيجاد علاقة بالمادة الوسيطة كموضوع يستطيع التحكم فيه.وما زاد من تفشي واستفحال ادمان الألعاب الالكترونية هو صيغتها الترفيهية والتي أصبحت من مظاهر الرفاهية الاجتماعية.

الجانب الميداني

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد

1- منهج الدراسة

مجتمع البحث

أدوات جمع البيانات

خطوات إجراء الدراسة

أساليب المعالجة الإحصائية

خلاصة الفصل

تهيد

نحاول في هذا الجانب الميداني للدراسة تأكيد وتدعيم المعلومات النظرية، والتطبيق المقنن في الميدان ولمس الموضوع بقرب. من خلال تحديد المنهج المتبع الأدوات والتقنيات المستخدمة والحالات التي تم عليها الدراسة حيث سنقوم بعرض وتحميل معطيات الدراسة واستخلاص النتائج.

01 / منهج الدراسة:

وقد سلكنا في بحثنا هذا المنهج العيادي الذي يسمح بالوقوف على الواقع النفسي للفرد من خلال الجانب العلائقي مع نفسه ومع الآخر. (37 , Perron R,1997) ويتيح المنهج العيادي عرض حالة المبحوثين وأعراضهم بصورة متكاملة، مع الوقوف على ظروفهم وتحليلها بشكل أعمق، فهو يركز على الفرد في فردانيته وعمله النفسي، ويعتمد دراسة الحالة، فيتميز بالوصف الدقيق لخصوصية الحالة ويقوم على تصور دينامي، إذ ينطلق من اعتبار الشخصية بناء دينامي ويسعى الى فهم الصراعات التي يعيشها الفرد. وقد استخدمنا هذا المنهج، من حيث أنه تقنية عملية تطبيقية، يمكننا من دراسة تاريخ الحالة، تنظيم الشخصية، العلاقة مع الآخر والميكانيزمات الدفاعية، وتسهم في ربط علاقات بين الأحداث الماضية والوضعيات الحاضرة (126 , Bénony Hervé, 2003) إنها تتميز بالمرونة وتقرب أكثر من الحقيقة، تقوم باستخدام مجموعة من التقنيات لجمع المعلومات ثم تحليلها وتفسيرها فثري معارفنا حول المبحوث.و ذلك باعتماده على جمع الحقائق وتحليلها وتفسيرها و استخلاص الدلالات بشكل علمي.

02 / حالات الدراسة :

تزامن القيام بهذا البحث بعدد الاحداث التي غيرت سيرورته البحثية وطريقة العمل مع الحالات وجمع المعلومات وطريقة التواصل وجمع المعلومات. فقد تم تحديد المراهقين من خلال الشكاوي المقدمة من طرف الأهل في مصلحة الطب المدرسي بوحدة الكشف والمتابعة حي النصر ورقلة. وتم تسطير حالات مراهقين من الطور المتوسط والثانوي بغرض متابعتهم في العيادة ولكن نزول جائحة كوفيد 19 أوقفت البحث الميداني حيث أغلقت المؤسسات التربوية وأصبح التواصل مع التلاميذ وأسرهام أمر متعذر. وبعد جهد ومحاولات تم الوصول الى 05 حالات والعمل معهم وفق تقنيات التواصل عن بعد وهذا مما جعل البحث يأخذ خصائص جديدة ويفتح آفاق متنوعة للبحث والتساؤل.

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

فكانت عينة البحث تتكون من 05 مراهقين ذكور تتراوح أعمارهم من 11 إلى 15 سنة مستعملين للألعاب الإلكترونية بعد تقرير الأولياء وتحديد مدى ادمانهم عليها .

جدول عرض العينة رقم 01

اسم الحالة المستعار	السن	المستوى الدراسي	تاريخ الإدمان على الألعاب	الجنس
01 ع/خ	11 سنة	أولى متوسط	حوالي سنة ونصف	ذكر
02 م/ج	15 سنة	أولى ثانوي	حوالي 7 سنوات	ذكر
03 ا/ي	15 سنة	أولى ثانوي	حوالي سنتين	ذكر
04 م/س	14 سنة	رابعة متوسط	حوالي 4 سنوات	ذكر
05 ع/ت	13 سنة	ثالثة متوسط	حوالي سنتين	ذكر

03 / أدوات الدراسة :

3-1/ مقياس تقدير الذات الاجتماعي :

3- 1 -1/ وصف مقياس تقدير الذات الاجتماعي :

هو مقياس معد من قبل (إبراهيم بلكيلاني) بعد الاطلاع على عدد من المقاييس المستخدمة في قياس تقدير الذات في عدد من البحوث العربية والأجنبية لجأت الباحثة إلى الاعتماد على مقياس تقدير الذات (2008 إبراهيم بلكيلاني، 2008، ص 76- 77) .والذي اعتمد فيه على مجموعة من المقاييس هي:

- مقياس واتكنس (1978 -) .Watkins
- مقياس لورانس (1981 -) .Lowrence
- مقياس كوبر سميث (1978 -) .smith Cooper
- مقياس روزنبورغ (1965 -) .Rosenberg
- مقياس المظاهر السلوكية المستخدمة في تقدير الذات (1981 .Savin jaquish

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

وعددا من الدراسات التي تناولت تقدير الذات .

قام الباحث ببناء هذا المقياس في صورته الأولية المكونة من عددها فقرات 57 سلبية وحدة تدور حول -20- -23-25-تقدير : 1-4-5-6-14-16-17 وهي فقرة 14 منها، -28-29-30-31، أما باقي الفقرات فهي إيجابية : . المقياس تصحيح -1-2-3-2 يتكون المقياس في صورته النهائية من 33 فقرة وأمام كل منها ثلاث بدائل هي (غالبا، أحيانا، نادرا) وأعطيت لها الأوزان الآتية 1،2،3 على التوالي للفقرات الإيجابية والأوزان المعكوسة 3،2،1 للفقرات السلبية، والجدول رقم 04 يوضح الفقرات الإيجابية والسلبية للمقياس.

جدول رقم (02) يوضح الفقرات الإيجابية و السلبية لمقياس تقدير الذات

الفقرات الإيجابية	2-3-7-8-9-10-11-12-13-14-15-18-19-21-22-24-26-27-32-33
الفقرات السلبية	1-4-5-6-14-16-17-20-23-25-28-29-30-31

-3-1-2/ الخصائص السيكومترية :

استخرج الباحث دلالات الصدق و الثبات للمقياس كما يلي :

1- صدق المقياس :

اعتمد معد المقياس على عدة أنواع لإيجاد صدق المقياس و هي :

1-1- صدق الاتساق الداخلي :

قام الباحث باستخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات

المقياس و الدرجة الكلية ل (110) استمارة و قد كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند

مستوى دلالة (0+01)

1-2- صدق المقارنة الطرفية :

اتبع الباحث الخطوات التالية :

- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الكترونية

- ترتيب الدرجات تنازليا من أعلى درجة إلى أدناها في تقدير الذات.
- 27 % - تعيين 27 من الاستمارات الحاصلة على الدرجة العليا في تقدير الذات و من الاستمارات الحاصلة على الدرجة الدنيا.

و قد بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (30) ، ثم طبق الباحث الاختبار الثاني لعينيتين مستقلتين لاختبار الفروق بين المجموعتين العليا و الدنيا لكل فقرة ، و عدد القيمة الثانية مؤشرا لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية و قد كانت جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة (0+01) و درجة حرية (58).

و بهذا تم الإبقاء على الفقرات كلها لعلاقتها الدالة بالدرجة الكلية و عدا المقياس صادقا بذاتها.

2- ثبات المقياس :

استخرج الباحث الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ و كانت قيمة ثبات المقياس ككل (0+81) و هو معامل ثبات جيد و مرتفع.

3- 2 / مقياس إدمان استخدام الأجهزة الالكترونية الحديثة :

3-2-1/ بناء أداة الدراسة:

قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من التراث النظري والدراسات السابقة التي تناولت المفاهيم الخاصة بالإدمان و على بعض المقاييس الخاصة بإدمان الانترنت مثل " مقياس إدمان الانترنت للباحثة هند الحري " و " مقياس إدمان الانترنت للدكتور عصام زيدان " وكذلك "استمارة الألعاب الالكترونية للباحثة سلوى حمصاني".

وقد تم اقتباس وتعديل بعض الفقرات من المقاييس السابقة ومن ثم إدراجها ضمن المعلومات الأولية في استبانته، وكذلك إعادة صياغة العبارات في مقياس الدكتور عصام زيدان وذلك لتناسب مع عينة الدراسة.

تم صياغة الاستبانة لتألف من جزأين: الجزء الأول المعلومات الأولية والتي تتكون من 8 أسئلة وضع لكل سؤال منها عدد من الاختيارات يختار منها الفرد ما يتناسب معه، والجزء الثاني وهو المقياس وقد تمت صياغته في 24 فقرة تعكس معدل ومدى إدمان الفرد لاستخدام الأجهزة الالكترونية وقد عرض الأداة في صورتها الأولى على (5) محكمين بهدف الحكم على مناسبة عبارات المقياس لعينة الدراسة وقد طلب

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

من المحكمين الحكم على العبارات من حيث وضوحها وملائمتها لما ستقيسه وتقديم أي ملاحظات أخرى على المقياس.

وتم تعديل بعض العبارات وإعادة صياغتها وإضافة بعض العبارات العكسية حسب رأي المحكمين وإجماعهم ليظهر المقياس بالصورة النهائية لينتهي عدد الفقرات إلى 27 فقرة.

ويتم تطبيق المقياس على لمفحوص ويطلب منه الإجابة على فقرات المقياس بإعطاء تقدير صريح على سلم يتدرج من (نعم = 3، أحيانا = 2، لا = 1) تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (28-81) درجة وتدل الدرجة المرتفعة على معدل مرتفع من إدمان الاستخدام وتدل الدرجة المنخفضة على معدل منخفض من إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية.

3-2-2/ الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

أ- الصدق الظاهري للأداة:

للتعرف على مدى صدق أداة الدراسة في قياس ما وضعت لقياسه تم عرضها على عدد من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات وبلغ عدد المحكمين (5) محكمين (ملحق رقم 3)، وفي ضوء آراء المحكمين قامت الباحثة بإعداد أداة خذه الدراسة بصورتها النهائية.

ب- ثبات أداة الدراسة:

وللتحقق من الاتساق الداخلي والثبات لمفردات (مقياس إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة) تم استخدام معامل ألفا كرونباخ:

جدول رقم (03) يوضح معامل ألفا كرونباخ

المحور	ن	عدد العبارات	قيمة معامل ألفا كرونباخ
مقياس إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة	582	27	0.886

من خلال النتائج الموضحة أعلاه يتضح أن ثبات مقياس إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة جيد حيث بلغ (0.886) مما يدل على ثبات المحور وصلاحيته للتطبيق الميداني.

3-2-3/ التحليل السيكومتري للعناصر المكونة ل(مقياس إدمان استخدام الأجهزة

الإلكترونية الحديثة):

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

للتعرف على مدى إسهام العناصر المكونة للمقياس في معامل ثبات المحور وكذلك مدى ارتباط العناصر بالمجموع الكلي للمقياس تم استخدام معامل ألفا كرونباخ إذا حذف العنصر وكذلك معامل الارتباط بين درجة العنصر والمجموع الكلي للمقياس، ومعامل الارتباط المصحح.

جدول رقم (04)

التحليل السيكومتري لمفردات مقياس إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة

رقم العبارة	قيمة ألفا إذا حذف العنصر	معامل الارتباط المصحح	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	قيمة ألفا إذا حذف العنصر	معامل الارتباط المصحح	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة
1	0.883	0.436	0.516**	15	0.882	0.485	0.516**	561
2	0.887	0.265	0.505**	16	0.882	0.458	0.505**	563
3	0.884	0.404	0.625**	17	0.878	0.628	0.625**	561
4	0.883	0.442	0.625**	18	0.879	0.575	0.625**	562
5	0.884	0.373	0.325**	19	0.887	0.264	0.325**	562
6	0.887	0.292	0.481**	20	0.883	0.414	0.481**	561
7	0.887	0.243	0.566**	21	0.881	0.515	0.566**	561
8	0.881	0.495	0.633**	22	0.879	0.587	0.633**	562
9	0.882	0.475	0.488**	23	0.883	0.435	0.488**	562
10	0.881	0.517	0.594**	24	0.880	0.541	0.594**	562
11	0.881	0.520	0.506**	25	0.882	0.449	0.506**	562
12	0.880	0.530	0.440**	26	0.884	0.392	0.440**	562
13	0.880	0.570	0.440**	27	0.884	0.388	0.440**	562
14	0.883	0.403	-	-	-	-	-	-
				560	0.468**	0.403	0.468**	560

يلاحظ ** دال على مستوى الدلالة 0.01 فأقل

من الجدول السابق يتضح أن جميع المفردات المكونة ل (مقياس إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة) تساهم في زيادة الثبات لهذا المقياس فيما عدا العبارات رقم (2،6،7،19) والتي كان حذفها سيرفع من درجة الثبات إلى (0.887،0.887،0.887،0.887) بدلا عن (0.887) ولكن الباحثة رأت عدم حذفها خاصة وأنها تتمتع بدرجة عالية من صدق المحتوى من قبل المحكمين وصدق الاتساق الداخلي كذلك مما يدعم وجودها كما أن درجة الثبات في وجودها مرتفعة الأمر الذي يقلل من الحاجة لحذفها.

كما يتضح من الجدول رقم (2) أن كل المعاملات الارتباط بين المفردات المكونة (لمقياس إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة) وبين المجموع الكلي وكذلك المجموع الكلي محذوفا منه درجة المفردة دالة عند المستوى 0.01 وان قيم معاملات الارتباط المصححة تراوحت بين 0.243 و0.628.

3-3 / المقابلة العيادية :

تعتبر المقابلة العيادية أحد أهم وسائل جمع البيانات في علم النفس العيادي وأكثرها استعمالاً، من حيث أنها تتميز بالمرونة والدينامية وتقترب من المشكلات ما يجعل منها الأكثر نجاعة، وهي محاولة إدخال الموضوعية بين ذاتيتين، وتتم من خلال علاقة دينامية وتبادل لفظي بين باحث ومبحوث، الهدف منها الكشف عن ديناميات السلوك لدى الفرد. وحسب **Chiland** هي "علاقة دينامية بين الفاحص والمفحوص موجهة لهدف، وهي طريقة حوارية تقوم على النظر والسمع وليس فيها فحص جسدي، والهدف الأساسي منها هو إبراز ديناميات سلوك الفرد، حتى نقدر على فهم العوامل النفسية التي أدت الى الحالة الراهنة". (Chiland. C. 1983 , 10) وتنطوي المقابلة العيادية مع المراهق على خصوصية هامة، إذ على الفاحص أن يكون منتبها خلالها لكل تعبيره، فاللقاء الأول للمراهق مع النفساني يمثل له فرصة إظهار عالمه الداخلي لشخص راشد ليس له علاقة بالصور الوالدية، وأنه ليس في موضع للحكم على أفكاره. (D. Marcelli, 1999) وأن "العنف يلخص إشكالية المراهقة" (فان المقابلة مع المراهق قد تجعله يستعمل جسده في عاقلة التواصل مع الفاحص، وتضعه في وضعية تأرجح بين الثقة وعدم الثقة، لذلك على الفاحص أن يكون محيطا بإشكالية المراهقة والتغيرات الحاصلة فيها ليتمكن من فهم وتسير المقابلة بشكل جيد وكسب ثقة المراهق.

(Delion Pierre 2010 , 111)

وتتخذ المقابلة العيادية أشكال مختلفة: حرة، موجهة ونصف موجهة، وسوف نستخدم في هذا البحث المقابلة العيادية نصف الموجهة من حيث أنها تتناول بحرية أكبر سلسلة مواضيع انطلقنا من تعليمية واسعة تسمح بالوقوف على السيرورات النفسية لدى المبحوث، وتمنحه فرصة أكبر ليعبر عن نفسه وتنظيم حديثه بأريحية أكبر، واختيارنا لها يساعدنا على الوصول الى الإجابة عن أسئلة بحثنا، وتمنح المبحوث فرصة للاستطراد في حديثه مع ما يمكنه من إفادتنا بمعلومات ذات قيمة للبحث.

3-3-1 / المقابلة التمهيديّة:

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

بدأنا لقانا مع المبحوثين بمقابلة تمهيدية، من أجل التعريف بأنفسنا وتذكير بمبررات البحث، ثم انتقلنا الى تحديد مختصر لموضوع بحثنا، ثم طمأنة المبحوث على سرية المعلومات التي يدلي بها ليشعر بثقة وراحة أكبر في تعامله معنا. وعلى الطريقة التي ستكون بها المقابلة والمقاييس .

3-3-2/ دليل المقابلة :

يمثل دليل المقابلة يحتوي على كل ما نريد معرفته "الأداة التي تركز عليها مقابلة البحث، يتضمن كل الأسئلة التي يحتمل طرحها أثناء مقابلة الشخص المستجوب وتحديد مشكلة البحث (موريس أنجوس، 6112، 623)

قمنا ببناء دليل مقابلة من أجل أن نستند إليه في مقابلتنا مع الحالات، وهو يحتوي على الأسئلة التي تتعلق بموضوع البحث وبإشكاليته، وقد كانت محاوره كالاتي:

المحور الأول: الحياة النفسية للمراهق:

- يسمح بفهم نظرة المراهق لنفسه، وموقعة إزاء الآخر .مدى تواصله الصحيح مع الذات .

المحور الثاني: الحياة العلائقية:

- . الوقوف على الدينامية العلائقية، مدى مرونة أو هشاشتها نوعية علاقة المراهق مدمن الألعاب الالكترونية بالوالدين، وبالأقران والمحيط . مع الوالدين ومع المحيط الاجتماعي .
- نوعية علاقة المراهق بالرفاق؛ بوسطه الدراسي والاجتماعي .

المحور الثالث: العلاقة بالوسيط المسبب للاعتماد :

- علاقة المراهق بالألعاب الإلكترونية ونوعية استثمارها.

وتأثير الألعاب الالكترونية على حياته .

3-3-3/ تحليل محتوى المقابلة:

ركزنا في تحليل المعلومات المحصل عليها من خلال المقابلة العيادية على نقاط أساسية وهي :

- القدرة على التعبير عن الذات والتواصل الصحيح .
- مدى غنى / فقر التصورات لديه، سيولتها و شحنها بالوجدانيات.
- القدرة على بناء علاقات مع الآخر ومع العالم الموضوعي.
- نوعية استثمارات وعلاقة المبحوث مع الأجهزة الالكترونية.
- تحديد درجة الإدمان على الألعاب الالكترونية .

- القدرة على التكيف مع الذات ومع الآخر.
- قياس درجة تقدير الذات الاجتماعي .
- اكتشاف مدى المهارات الاجتماعية لدى المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية .
- مدى الإدراك الواقعي والاجتماعي .

04 / خطوات إجراء الدراسة :

تم التخطيط للبداية في الدراسة التطبيقية مع عطلة ربيع مارس 2020 ولكن بسبب الظروف الاستثنائية و تزامنا مع الجائحة التي غزت العالم جائحة كوفيد 2019 وجعلت البحث يأخذ شكلا مختلفا تعطلت جوانب البحث وتأخرت حتى تم القرار من جديد بمواصلتها تطبيقيا عن بعد وبطريقة خاصة جدا.

اجرينا تطبيق الدراسة في يوم 15 أوت الى غاية 07 سبتمبر سنة 2020 وذلك بمدينة ورقلة على مجموعة المراهقين مستعملين للألعاب الإلكترونية. حيث قمنا بالمقابلة الأولية مع الأم وجمع المعلومات عن الحالة وتقدير درجة الإدمان، وأجريت المقابلات مع المراهقين عن طريق اللقاء المباشر مع حالتين وتعذر ذلك مع 04 حالات بعن طريق وسائل التواصل الإلكترونية، فتم اجراء المقابلات مع الحالات وتطبيق الاختبارات وأدوات جمع البيانات ومواصلة تفاصيل البحث عن بعد.

خلاصة الفصل

هذا الفصل شمل على توضيح لسبب اختيار المنهج العيادي والأدوات المستعملة في الدراسة مع التطرق الى خصائص كل أداة وكذلك حالات الدراسة وخطوات تطبيقها ومراحلها النظرية والميدانية .

الفصل الخامس: عرض و مناقشة و تحليل النتائج

• تمهيد .

1) عرض الحالات .

2) عرض و مناقشة و تحليل نتائج الفرضية الأولى .

3) عرض و مناقشة و تحليل نتائج الفرضية الثانية .

4) خلاصة نتائج الحالات .

5) توصيات .

6) مقترحات الدراسة.

تمهيد

في هذا الفصل يتم عرض نص الفرضيات حسب ترتيبها ونتائج البحث عن صحتها ، ثم المتابعة التطبيقية العيادية للبحث عن مدى صدقها او رفضها ، وبعد ذلك نقوم بتفسير النتائج المتوصل اليها ، و مقارنتها بالدراسات السابقة .توصيات ومقترحات الدراسة .

1) عرض الحالات :

عرض الحالة رقم 01 :

السن 11 سنة

المستوى الدراسي :أولى متوسط

الطفل الأكبر والذكر الوحيد تصغره "أخوات

مستواه الدراسي متوسط

الحالة الاقتصادية للأسرة جيدة

الأب متساهل

تشكي والدته من سرعة استثارته وقلقه وادمانه على الهاتف والانترنت والألعاب الالكترونية ،لديه مخاوف ويضربه أقرانه والأطفال الأكبر منه سنا ،يعاني من تبول ثانوي قضي أوقات طويلة جدا باللعب ومشاهدة الفيديوهات .

شديد الانفعال . يجلس لأوقات طويلة بدون أكل ويعاني من فقد الشهية .

يملك نوع الجهاز هاتف OPOO A1K

امتلك الجهاز منذ سنتين و يقضي حوالي 10 ساعات يوميا في اللعب والهاتف خاصة في العام الأخير .

اضطراب في النوم .(الإدمان الفعلي بدأ تقريبا منذ سنة) .

ابدا تجاوب مع في المقابلة (كانت مباشرة وواقعية) حيث صرح بتعلقه الشديد بالألعاب وأنها متنفس جيد وتفتح فضاء للتواصل مع أقرانه عبر العالم الافتراضي والحديث عن المخاوف الاجتماعية والتردد المصاحب لبعض المواقف .

أبدى في اختبار تقدير الذات الاجتماعي درجة متوسطة 50 تقترب من المنخفضة وفي مقياس ادمان

استخدام الأجهزة الإلكترونية نسبة عالية من الإدمان بلغت 65 من 81.

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

المقابلة مع المفحوص تمت في جو مريح، ورغبة في المشاركة وفهم دوافع سلوكه وتوجهه نحو ادمان الألعاب الالكترونية، وقد كان متعاوناً معنا، يحاول الإجابة عن الأسئلة، غير أن إجاباته شهدت بعض الكف و القلق خاصة ما تعلق بالجانب العلائقي مع الوالدين، هناك تعنيف خاصة من الأم بشكل مستمر .وأظهر فقر في التواصل وسرعة في الكلام، تسارع في التنفس .

من خلال المقابلة العيادية التي أوضحت؛ ميكانيزم التجنب الذي يستعمله كدفاع في علاقاته مع العالم الخارجي، و وجود طابع سندي للعلاقة يجعله في حاجة دائمة إلى علاقة اعتمادية خلال حياته، أين يشكل سلوكه الإدمايني محاولة لطلب السند والمساعدة يبحث عنها الفرد في كسلوكيات تعويضية نظراً للخبرات السارة التي يعيشها من خلالها، ضف إلى ذلك فقر في التعبير العاطفي .

أظهره في الإجابات عن محور الخاص بالعلاقات الاجتماعية والمواقف الحياتية (نحشم ونخاف ندير بزاف حوايج ونندم ونولي متردد وليت نخاف ندير حاجة) .

عرض الحالة رقم 02 :

السن 15 سنة

السنة الدراسية :أولى ثانوي

الابن الأصغر .

المستوى الدراسي متوسط

نوع الجهاز الذي يمتلكه اكس بوكس بلاي

هاتف LG X P 3

وضع اقتصادي متوسط .

قبله 3 اخوة أكبرهم أخ ذكر ثم اختين .

كان لعبه حركي منذ طفولته .

الأب متساهل .

يقضي أوقات طويلة جدا في اللعب الالكتروني وعندما يتم منعه يرفض الطعام ويتصرف بردود فعل عنيفة

ويخاصم العائلة .

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

في المقابلة مع الأم أظهرت الأم عدة شكايات من خوفها عن ابنها وأنه بدأت تظهر عليه أعراض عنيفة وتبدل في المشاعر وتصرفات غريبة. كما يقضي أوقات كثيرة تفوق 5 ساعات يوميا على اللعب الإلكتروني ومع أجهزته الرقمية. لديه مخاوف من المواقف الاجتماعية ويعاني من الخوف في حياته اليومية. يلعب ألعاب أصغر منه سنا مذ كان في الابتدائي.

المقابلة كانت عبر وسائل التواصل وكانت موجهة تمحورت حول محور المعلومات العامة والأسئلة عن الحياة الأسرية والرفاق والمدرسة. أظهر فقر في المهارات الاجتماعية وكذلك انكار عند الإجابة عن مدى التبعية للأجهزة وخالف ما قالته الأم.

أظهر في مقياس ادمان استخدام الأجهزة الإلكترونية نسبة تقترب من المرتفعة 60 مع ظهور التجنب و الانكار لبعض العبارات مثل :

• أشعر أنني مقصر في دراستي بسبب أنني أقضي وقت كثير في استخدام جهازي الإلكتروني

• أجازف بترك أمر مهم لدي (مذاكرة ، اختبار ، زيارة صديق أو قريب) بسبب استخدام جهازي الإلكتروني

حيث أجاب بالنفي ووالدته اشتكت من اضعافته لدروسه ووقته بسبب تعلقه الشديد باللعب عبر الانترنت.

أظهر تقدير ذات بنسبة متوسطة 61 مع ادراك واقعي متدني و أوضحت المقابلة العيادية توظيف نفسي يميل نحو التمرکز على الذات، ضف إلى ذلك فقر في التعبير العاطفي والادراك الاجتماعي.

عرض الحالة رقم 03:

السن 15 سنة

السنة الدراسية : أولى ثانوي

المستوى الدراسي متوسط

نوع الجهاز الذي يمتلكه هاتف OPOO A5

الطفل الأكبر يصغره 3 ذكور وأخت أصغرهم .

علاقة قوية مع الأم وعلاقة خوف ورهبة من الأب .

المستوى الاقتصادي جيد .

خجول قليل الفاعل والكلام .

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الكترونية

لاحظت تغير في سلوكه خاصة منذ سنتين بعد جلوسه لفترات طويلة مع الأجهزة الالكترونية والهاتف الذكي ولعبه المستمر، أصبح عنيف وعصبي وكثير الصراخ والانفعال ، أصبح يرفض الألعاب الواقعية والجماعية مثل اللعب بالكرة بالرغم من أنه رياضي وكان يشارك في عدة دورات . كانت المقابلة معه عبر الهاتف وعبر الانترنت أظهر نوع من الخجل والتردد وتحصل على مستوى ادمان في استخدام الأجهزة الالكترونية مرتفع 60 درجة. وبالنسبة لتقدير الذات 50 بدرجة متوسطة من تقدير الذات أظهر بعض التجنب خاصة في عبارات

● **أجازف بترك أمر مهم لدي (مذاكرة ، اختبار ، زيارة صديق أو قريب) بسبب استخدام جهازي الالكتروني**

فأجاب بالنفي في حين والدته أخبرت في المقابلة التمهيديّة أخبرت عن تهريبه من النشاطات المعتادة وقضاء أغلب وقته في اللعب على الهاتف.

عرض الحالة رقم 04:

السن 14 سنة

السنة الدراسية : رابعة متوسط

الحالة الاقتصادية جيدة جدا

الجهاز هاتف LG

جهاز لعب اكس بوكس 1

ابن تم كفالاته عندما كان في الأشهر الأولى من حياته

الأم والأب كبار في السن ولم يتمكنوا من الانجاب

يعيش الابن المكفول في وسط من الرفاهية والتساهل وتوفير الوسائل الالكترونية منذ سن صغيرة ، ويجب أن تلبى له أي رغبة وتخاف الأم من أي ردة فعل من سلوكه في أبسط الأمور . فعند المتابعة لنفسية تطلب أشياء غريبة وتتدخل في صلاحيات المهام النفسية مثلا تشتت وقت محدد للجلسة ووقت قصير خوفا منها على تدمير الابن .

المقابلة تمت بجلسة مع المراهق . كان يهتم كثيرا لمظهره وشكله . يظهر عليه ملامح البلوغ من تغير في الصوت والطول . وحتى في طريقة الحديث والكلام . منذ الابتدائي بدأ ادمان اللعب والجلوس لساعات طويلة أمام الانترنت ، يطلب كل مرة جهاز متطور وأجدد ، يقضي على الأقل 6 ساعات يوميا في اللعب

ويضيف أحب كذلك مشاهدة الفيديو وبرامج في الانترنت ذات نوع خاص بالمراهقين مثل انمي وهو مسلسل كرتوني ياباني خاص بالمراهقين والكبار .يقول صعب أن ابتعد عن أجهزتي الالكترونية بالرغم من أنني كنت مدمن بشكل كبير جدا عن منذ السنة الخامسة ابتدائي وزاد معدل الإدمان بشكل كبير جدا جدا حتى وصلت للسنة الثالثة متوسط أصبحت أدرك أنه ادمان خطير وأصبحت أشعر بالملل ولم تعد تثيرني تلك الألعاب بشكل كبير بل لفترات فقط . (ماتنفع والو الألعاب غير متعة وتضيع الوقت بصح سليات تاعها بزاف تخسر صحتك وعينيك وراسك ولاو عينيا يوجعوني وراسي . وليت نتعب كي نبقي نلعب وكرهت من اللعب كيما قبل .صح كنت مدمن قبل بصح كرهتها خلاص وصح راني نعمر ونخلص كل شهر بصح نقصت في سوايع ووليت نكره من اللعب بالخف . وليت نحب نبقي نتفرج على برامج ونسمع أحسن.تاني لازم نحبسو قنوات رسوم كيما كارتون و mbc 3 وسبايس تون خاطر راهم يعلمو حوايج ماشي ملاح للأطفال وخطيرين بزاف لازم يمنعوهم)

ابدى نضج عن عمره من حيث الأفكار التي يطرحها ويتكلم عنها. أشار بشكل متكرر عن المثلية الجنسية أنها يتم الترويج لها في برامج الأطفال وفي الألعاب . كذلك أشار للموضوع حين تكلم عن العلاقات مع الرفاق وفي المدرسة وعن مرحلته الأولى في المتوسطة حيث قال (لازم تكون قوي باش مايستغلوكش ولي ضعيف راه هو سامح لروحو يكون ضعيف وكيما أن تعلمت وكاين بزاف لي حبو يستغلوني كي كنت سنة أولى ودرك راني وعيت مليح وأنا نولي ننتقم في سنة أولى خاطر وليت سنة رابعة) أبدى كذلك رفضه للقوانين وللمبادئ الاجتماعية بقوله (مانحبش قوانين لي يحطوهم البشر وأي قانون انساني نختاركو ومانختارموش كيما أستاذ يضربني بكف نضربو نورمال) .

أي عبارة فيها قوانين أو معايير اجتماعية يقابلها بالرفض والمعارضة . كذلك أظهر إجابات عنيفة ومستنكرة بقوله لا أرى في نفسي عيوب ولا أشعر بتأنيب الضمير . ولا أحتاج لتصحيح أي شيء فيا . المفحوص يحمل الكثير من الوجدانات السلبية، في حياة نفسية تتجه نحو الاستثمار النرجسي و تتمحور حول الاعتماد الكبير على الوسائل التكنولوجية، التي أثرت على حياته النفسية والعلائقية، فظهرت سلوكيات الإدمان ، هذا السلوك الإدماني لجأ إليه في علاقة تعويضية عن العلاقة الأمومية الأولية، فعلاقته مع الأم هي علاقة جد اعتمادية يشير إلى صعوبة في الانفصال والقيام بعمل حداد ناجح واستثمار مواضيع خارجية، مما أوضح الطابع السندي للعلاقات التي بينها، كما لحظنا حضور الأفكار الشك والوسواس وتصورات اضطهاديه ، ساهمت في عجزه عن بناء علاقة مستقرة مع العالم الخارجي، وتصورات

عنيفة وعدائية، أين عجز عن بناء أفكار أو مشاريع لتجاوز حالة الاعتماد التي يعيشها ، مما يجعلنا نقول بأن المفحوص يشهد صعوبات في التوافق مع الذات ومع الآخر. وهذا ما ظهر في نتيجته على اختبار تقدير الذات وخاصة مع المحاور التي تركز على المهارات الاجتماعية وادراك التفاعل الاجتماعي .

عرض الحالة رقم 05:

عمره 13 سنة. الابن الثاني وبعده اخوين ذكور واخت صغيرة . كان في طفولته الأولى مدلل من طرف جده ولا يعير والدته أي اعتبار. وبقي معه سلوك اللامبالاة ولا اعتبار.

الجهاز بلاي ستيشن وجهاز كومبيوتر وهاتف سامسونغ G4+.

أظهر عدم تركيز في المدرسة ويغلب عليه الحركة واللعب دائما .اشتكت المعلمة من بعض سلوكياته وعدم تركيزه .

عنيف جدا مع اخوته الصغار ، ولا يحب لأي شخص أن يشاركه أجهزته الالكترونية .

منذ 4 سنوات بدأ الاستخدام المفرط للأجهزة الالكترونية وزاد ذلك خاصة في السنتين الماضيتين . لا يحب الألعاب الجماعية سواء افتراضية أو في الواقع .

يعطي ردة فعل عنيفة وغريبة ويمتنع عن الأكل وعن أي تفاعل عند منع الوالدين للإنترنت أو لجهاز اللعب . ويدخل في حالة غريبة جدا من التعلق فيقول للأم (لا بغيتي ربي وربلي برك المانيطة غير نشوفها حتى مانلعبش مهم نشوفها) ويكثر البكاء والانفعال ويبقى في تلك الحالة حتى يتم ارجاع الجهاز له .

يعاني من مشاكل في العين والمعدة ولديه حالة غريبة من الدوار وتترامن مع نوع خاص من الألعاب فيشحب وجهه ويتحول الى اللون الأصفر .(كي يلعب ولدي ماين كرافت وجهو يصفار ويدوخ ونقولو وشبيك يقولي دخت) .

المقابلة مع الحالة ومع الأم تمت عبر وسائل التواصل وعبر الهاتف أظهر نسبة عالية جدا في مقياس ادمان استخدام الأجهزة الالكترونية بدرجة 75 . وفي مقياس تقدير الذات درجة متوسطة 50 بتقدير ذات متوسط .

من خلال المقابلة العيادية الي بينت؛ استجابات تميزت بالكف وشهدت صعوبة في الارتباط .لاحظنا حياة نفسية فقيرة تتجه نحو الاستثمار الذاتي و تتمحور حول المادة الاعتمادية، في حضور اعراض التحمل من خلال مضاعفة ساعات اللعب التي تمتد حتى 15 ساعة متواصلة والتي ألفت بآثار على الحياة النفسية والعلائقية أين أصبح يفضل البقاء وحيدا، وعلاقة اعتمادية مع الأم في تعلق طفولي بها،

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

وصعوبة في تجاوز مواضيع الحب الأولية واستثمار مواضيع حب خارجية، وصعوبة بناء تصورات مستقبلية بعيدا عن الألعاب الإلكترونية والعالم الافتراضي ، وعدم استقرار في علاقته مع العالم الخارجي .

جدول(05) عرض نتائج الاختبار لكل حالة

رقم الحالة	السن والسنة الدراسية	المستوى الدراسي	نوع الجهاز	مدة الإدمان	درجة مقياس الإدمان على استخدام الأجهزة الإلكترونية	درجة مقياس تقدير الذات
01	11 سنة أولى متوسط	متوسط	هاتف OPOO A1K	تقريبا سنة	75	50
02	15 سنة أولى ثانوي	متوسط	أكس بوكس بلاي هاتف LG X P 3	5 سنوات	60	61
03	15 سنة أولى ثانوي	فوق المتوسط	هاتف OPOO A5	سنتين ونصف	60	50
04	14 سنة رابعة متوسط	متوسط	هاتف LG وجهاز لعب أكس بوكس 1	4 سنوات	77	62
05	13 سنة ثالثة متوسط	متوسط	بلاي ستيشن وجهاز كومبيوتر وهاتف سامسونغ G4+	سنتين	75	50

2) عرض و مناقشة الفرضية الأولى :

التذكير بنص الفرضية الأولى :

- مستوى الإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى المراهق المستعمل لهذه للألعاب مرتفع.
- للإجابة عن هذا التساؤل تم قياس مستوى الإدمان وتبين من خلال المقابلة مع الأم والمقابلة مع الحالة ومن نتائج المقياس والمدة الزمنية التي يقضيها المراهقين الخمسة يوميا أمام الأجهزة واللعب في اقل تقدير ب4 ساعات وبمعدل يومي متوسط 6ساعات وتصل أحيانا الى 10ساعات وأظهروا تعلق شديد في اللعب ومشاهدة الفيديو عبر الانترنت حيث جاءت مشاهدات الفيديو في الدرجة الثانية بعد اللعب لدى كل الحالات الخمسة مع ظهور أعراض العنف والانفعال الشديد والامتناع عن الأكل والتواصل عند حدوث المنع أو وقف الأجهزة الإلكترونية. وظهر أعراض جسدية مثل ألم في الرأس والبطن والعين.
- وهذا ما وافق دراسة هيغوشي (2019) عن عدد ونسبة المدمنين للألعاب الإلكترونية بين المراهقين . وكذلك دراسة الدندراوي (2005) في الأعراض واثار هذا الإدمان.

3) عرض و مناقشة الفرضية الثانية :

التذكير بنص الفرضية الثانية :

- مستوى تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية منخفض.
- بعد المقابلات وجمع معلومات البحث وتطبيق مقياس تقدير الذات والتركيز على البعد الاجتماعي والتفاعل وموقع الذات والآخرين ومدى التواصل الجيد . حيث ظهر لدى الحالات الخمسة فقر في التواصل الواقعي وادراك بعض المهارات الاجتماعية و العلاقات الإنسانية والمشاعر المألوفة كالإحساس بالآخرين وظهر في الجهة المقابلة تبلد وانعزال وحب الوحدة وعدم تقبل للمعايير الأسرية والاجتماعية ونقص في مستوى تقدير الذات الاجتماعي .
- اتفقت النتائج مع دراسة الخوجا (2005) والحمصي (2007) على أثر ادمان الانترنت على التواصل والتبادل والادراك الاجتماعي ومن جهة أخرى أيضا مع الدراسات مثل : "صم و آخرون" (Sum et al , 2008) و "الشوريجي" (2005 م) و "باولاك" (Pawlak, 2002) و "المندرى و القشعان" (2001)، و"مودي" (Moody,

(2001) على وجود علاقة إيجابية بين المدة الزمنية لاستخدام الإنترنت و بين العزلة الاجتماعية ، و أن الطلاب الذين تعرضوا لمستويات مرتفعة من الوحدة ، و مستويات منخفضة من المساندة الاجتماعية قد لجئوا إلى الإنترنت للتخفيف من حدة هذه المشاعر.

4) خلاصة نتائج الحالات :

أظهرت النتائج على مجموعة البحث و حالات المراهقين الخمسة من سن 11 إلى 15 سنة أن مرحلة المراهقة التي يصاحبها الكثير من حب الاكتشاف والتجربة والبحث عن الاثارة ضمن مجموعة الرفاق وسلوك يظهر فيه نوع من التمرد على نماذج السلطة ، هذه الرغبة تخفي وراءها صراعات نفسية منذ الطفولة والواقع النفسي المعاش في تلك المرحلة يتسم بالاعتمادية مما يدفعهم الى التمسك بتلك التجارب الجديدة التي تسمح وتتيح الاعتماد والبحث عن سند وعالم افتراضي حيث يرى Jeammet بأن السلوكيات الإدمانية تهدف إلى البحث عن مضمون خارجي من طرف الشخص الذي هو في حاجة إلى التوازن، هذا التوازن لم يجده في عالمه الداخلي. (60 , 2006)

(Jeammet. Ph)

وهذا فعلا ما ظهر مع لغة المراهقين وتعبيرهم وفقر تواصلهم وتوجههم نحو العالم الواقعي و التوجه نحو ادمان الألعاب الالكترونية لدى الحالات الخمس ظهر في سن مبكرة تتراوح بين 9 و13 سنة، في مرحلة التعليم الابتدائي والمتوسط، أين يجد المراهق نفسه في توجه نحو العالم الخارجي ، ليأتي اكتشاف العالم الخارجي من خلال جماعة الرفاق، ومحاولات لفت الانتباه، هذا ما انعكس على المسار الدراسي، الذي شهد اهمال بسبب الوقت مع العالم الافتراضي ، ولاحظنا محاولة الى المرور الى مرحلة المراهقة والنضج بشكل مبكر (حرق للمراحل العمرية) حيث من المفترض أن تكون مرحلة الكمون وثبتت القيم الاجتماعية والمبادئ الأخلاقية، أين يفتح هذا التواصل المتاح عبر الانترنت والفضاءات الأخرى عالم أمام الطفل يجعله يحرق مرحلة عمرية كانت سابقا تسير بشكل هادئ ومختلف . فنجد في المراهقة بشكل مبكر .

كما لاحظنا ظهور التردد وأحيانا حتى أفكار اضطهاديه، وأيضاً تبين مدى الهشاشة النفسية لدى هؤلاء وصعوبة بناء أفكار مرنة تساعد على التكيف مع العالم، اذ يكتب Bergeret بأن المدمن ذو شخصية اتكالية لها صعوبة في التكيف الاجتماعي، كما تتميز بعدم النضج التام

(Bergeret. J 1984 ,30)

ومن هنا يمكننا القول أن التكيف الاجتماعي الهش يؤدي الى علاقة هشّة مع الذات ومع الآخر

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية

و من ناحية أخرى أشارت بعض الدراسات إلى أن مستخدمو الإنترنت يواجهون مشكلات نفسية مثل العزلة الاجتماعية و الاكتئاب، و الشعور بالوحدة ، و سوء إدارة الوقت جراء استخدامهم للإنترنت ، أيضا كان هناك تغيرات لدى الناس الذين يستخدمون شبكة الإنترنت أكثر من 12-24 شهر في مشاركتهم الاجتماعية و النفسية و اضطرابات نفسية أخرى بما في ذلك الاضطراب العاطفي

(Young,1998; Kruat et al,1998)

و إذا حدث و أن انقطع عن هذا النشاط أو تقلبه فجأة فإنه يعاني من مشاعر عدم الراحة أو السعادة . كما يدعم تلك المزاعم الاتجاه السيكودينامي الذي يرى أن إدمان الانترنت بمثابة استجابة هروبية من الاحباطات ، و للرغبة في الحصول على لذة بديلة مباشرة لتحقيق الإشباع و أيضا للرغبة في النسيان ، و كذلك فإن الإفراط في استخدام ميكانيزم الإنكار هو أيضا شيء منبئ و مؤشر على إدمان هذا الفرد للإنترنت ، فإتاحة الكمبيوتر و مجهولية التعاملات غير معروفة الاسم مع الآخرين ، تعد عامل يبرز إدمان الإنترنت و يقدم محيط افتراضي و يغرس التهرب الذاتي من الصعوبات الانفعالية أو المواقف المشكلة و الصعوبات الشخصية ، و حينئذ يستخدم ميكانيزم " الهروب " أو أنه يخفف أوقات التوتر و الضغوط النفسية و يعزز هذا السلوك في المستقبل . و الأشخاص المدمنون للإنترنت غالبا ما يعانون من الصراعات الداخلية الشعورية و اللاشعورية ، و يشعرون بعد إشباع حاجياتهم ، فضلا عن الصراعات الخارجية مع الآخرين ، و على الرغم من إدراكهم للأضرار التي يسببها الاستخدام المفرط للإنترنت ، فإنهم يميلون للعودة مرة أخرى لأنشطة الإنترنت بدرجة أشد و أعمق . وهذا ما خلص له في الدراسة .

(ارنوط 2008 م)

5) التوصيات:

وفقا لما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة فإن الباحث يوصي بما يلي :

- 1) تشجيع إنتاج برمجيات حاسوبية تعليمية وتربوية محلية ومن نفس البيئة الاجتماعية تشتمل على عناصر الجذب والإثارة والتشويق المتضمنة في الألعاب الإلكترونية شائعة الانتشار.
- 2) وضع رقابة متخصصة وطنية ذات سلطة عليا تمنع الاستعمال غير الصحي للأجهزة الالكترونية بدون سن قانونية وتصنيف حسب درجة العمر ونوع الألعاب.
- 3) ابتكار برامج تعليمية توافق تطور التقنيات من أجل فضاءات تعليمية بديلة للترفيهية الخطيرة .
- 4) ضرورة توعية الآباء وتفعيل برامج ارشادية لتقوية العلاقة مع المراهقين وفهم احتياجات المرحلة خاصة مع تسارع المتغيرات المحيطة .
- 5) تشجيع النشاطات البديلة في المدرسة والمراكز العلمية والترفيهية مثل النوادي ودور الشباب.
- 6) إقامة أنشطة تثقيفية ترفع مستوى الوعي عند المراهقين من خطر ادمان الأجهزة والألعاب الالكترونية وخطر البرامج التي تروج لها .

6) مقترحات الدراسة :

- 1) دراسة العوامل المساعدة على الادراك الاجتماعي الجيد والفعال .
- 2) دراسة الأساليب التربوية الوالدية التي تدفع الى ادمان استخدام الأجهزة الالكترونية.
- 3) برنامج ارشادي علاجي سلوكي يهدف لعلاج المشاكل النفسية الاجتماعية لدى المراهق مدمن الألعاب الالكترونية.
- 4) دراسة التغيرات المتجددة التي تحدثها التكنولوجيا المتطورة على مستوى الابعاد الإنسانية والاجتماعية .

قائمة المراجع

قائمة المراجع العربية :

1. إبراهيم الساطي 2010 إدمان الانترنت ودوافع استخداماته وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي لدى الطالبات الجامعة الملك فيصل العدد 17 الرياض.
2. أبو صعيلىك (2012) بدراسة هدفت إلى بحث أثر شبكات التواصل الاجتماعي الإلكترونية في اتجاهات طلبة الجامعات الأردنية.
3. الارنوط بشري إسماعيل 2005: إدمان الانترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية لدى المراهقين رسالة دكتورا جامعة الرقازيق .
4. إطميزي ، ج.أ. 2013 نظم التعليم الإلكتروني وأدواته .الدمام: مكتبة المتنبي شبكات التواصل الاجتماعي ودورها في العملية التعليمية.
5. تشناوي وعباس 2013: مستويات استخدام شبكة التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالتوافق النفسي طلبة المراهقين.
6. الجبيلة 2016: الكشف عن مستوى إدمان الانترنت لدى طالبات المرحلة الثانوية مدينة الرياض.
7. الحلية محمد محمود 2000: أثر الاستخدام المنزلي الانترنت في التحصيل الدراسي لمستخدميه المجلة العربية للتربية تونس .
8. حمدان، سارة محمود عبد الرحمن (2016) إيجابيات الألعاب الإلكترونية التي مارسها أطفال مرحلي الطفولة المتأخرة والمراهقة وسلبياتها من وجهة نظر المعلمين والأطفال، رسالة ماجستير منشورة، جامعة الشرق الأوسط، كلية العلوم التربوية/ عمان.
9. الحيلة، محمد محمود (2013) الألعاب التربوية وتقنيات إنتاجها سيكولوجيا وتعليم وعمليا، ط7، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان- الأردن.
10. -أرنوط ، بشري إسماعيل (2007)، إدمان الانترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين ،مجلة كلية التربية ، جامعة الرقازيق، العدد55.

11. خضر 2006 الآثار النفسية والاجتماعية لاستخدام الشباب المصري لمواقع الفيسبوك .
12. خضراء براك بوخريص 2014 – إدمان الانترنت التواصل عند الطلبة الجامعيين في تبسة إضافات مجلة عدد 25 (= الجزائر).
13. الخواجة 2014:الإدمان على الانترنت بالتوافق النفسي جامعة دمشق, Science de l' homme de la société 2011.
14. الدليمي، احسان عليوي والمهداوي، عدنان محمود (2005) ، القياس والتقويم، ط2، بغداد.
15. الزيدي أمل بنت علي بن ناصر 2014-إدمان الانترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي ،جامعة نزوي رسالة ماجستير كلية العلوم والآداب عمان.
16. الزيودي، ماجد محمد (2014) الانعكاسات التربوية للألعاب الالكترونية كما يراها معلمو واولياء أمور طلبة المدارس الابتدائية بالمدينة المنورة، مجلة جمعة طيبة للعلوم التربوية، المملكة العربية السعودية، المجلد (10) ص 15-31.
17. سايح زليخة، 2015: علاقة تقدير الذات ووجهة الضبط بالتحصيل الدراسي، مذكرة تخرج شهادة ماجستير علم نفس، كلية التربية للعلوم الانسانية و الاجتماعية، جامعة تلمسان. الجزائر.
18. سراج، اشرف (2009) التفكير الابتكاري للأطفال ومدى تأثره في الألعاب الالكترونية، مصر القاهرة، دار المناهل.
19. سلطان عائض مفرح العصيمي، 2010 إدمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدي طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.
20. سمية بويعاية (2017) الادمان على الانترنت وعلاقته بظهور اضطرابات النوم لدى عينة من الشباب الجامعي (2013) .

21. الشحروري، مها حسني (2007) اثر الألعاب الالكترونية على العمليات المعرفية والذكاء الانفعالي لدى أطفال مرحلة الطفولة المتوسطة في الأردن، أطروحة دكتوراه، عمان، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، كلية الدراسات التربوية العليا.
22. صحيفة الشرق 2013 العدد 1059 ص7 مقال بحثي.
23. الصوالحة، علي سلمان مفلح (2016) علاقة الألعاب الالكترونية العنيفة بالسلوك العدواني والسلوك الاجتماعي لدى أطفال المراهقة، بحث منشور مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، مج (4، العدد161) فلسطين.
24. صوالحة، محمد احمد (2014) علم نفس اللعب، ط6، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان- الأردن.
25. عائشة بوعزارة، 2016: مستوى الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، مذكرة تخرج من أجل نيل شهادة الدراسات الجامعية التطبيقية . جامعة التكوين المتواصل ورقلة.
26. عباس، محمد خليل نوفل ومحمد بكر والعيسي ، محمد مصطفى (2009) ، مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن.
27. عبد الهادي، نبيل (2004) سيكولوجية اللعب واثرها في تعلم الأطفال، عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
28. عدنان المهداوي وانسام اياد علي، 2018: الكشف عن مستوى إدمان أطفال الرياض على الألعاب الالكترونية في محافظة ديالى. جامعة ديالى، العراق.
29. عزب حسام الدين 2001 إدمان الانترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوي الوجه الآخر لثور الانفوميديا المؤتمر العلمي السنوي للطفل والبيئة 24 - 25 مارس.
30. علام، صلاح الدين محمود (2015) القياس النفسي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان- الأردن.

31. علي محمد البوي محمد 2008: إدمان الانترنت ودوافع إستخدامه وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي طلاب الجامعة مجلة كلية التربية ص 612-652.
32. العمري علي بن حتفا بن علي 2008 إدمان الانترنت وآثاره النفسية والاجتماعية لدى طلاب الثانوية محافظة متحایل التعليمية ماجستير جامعة الملك خالد المملكة العربية السعودية .
33. عودة
34. عيسى الشماس 2006 الشباب ومقاهي الانترنت. مجلة إنقاذ الجامعات العربية .
35. الغريب عبد الله 2010 تردد المراهقين على مقاهي الانترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة ثانوية مكة المكرمة.
36. فائق، ميلاد وسلوى شلش عبد الواحد (2017) تأثير استخدام الأجهزة والألعاب الالكترونية على صحة الأطفال، بحث منشور في المؤتمر الدولي لكلية الكتاب الجامعة بالتعاون مع جامعة لاند السويدية.
37. الفرح عدنان 2003: الإدمان على الانترنت لدى مرتادي مقاهي الانترنت في الاردن ،مجلة العلوم التربوية والنفسية.
38. فريال مهنا 2002، علوم الاتصال والمجتمعات الرقمية ،دمشق ،دار الفكر المعاصر ،ص144.
39. فلاق، احمد (2009) الطفل الجزائري وألعاب الفيديو، دراسة في القيم والمتغيرات ، أطروحة دكتوراه ، جامعة الجزائر ، كلية العلوم والسياسة والاعلام قسم علوم الاعلام والاتصال.
40. القرني 2011: الإدمان الانترنت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية جامعة الملك عبد العزيز.
41. قويدر، مريم (2011) . اثر الألعاب الالكترونية على السلوكيات لدى الأطفال، رسالة ماجستير، الجزائر، كلية العلوم السياسية والإعلام.
42. كامل، سلمى حسين (2016) الارشاد باللعب مفاهيم نظرية وتطبيقات عملية، جامعة ديالى: المكتبة الوطنية.

43. محمد أبو هدرس 2014 فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في علاج الإدمان على مواقع التواصل الفيسبوك لدى عينة من المراهقين - محمد أبو هدرس - جامعة غزة فلسطين 13- مجلة الزرقاء للبحوث والدراسات المجلد - 16-3-2016.
44. محمد، علي محمد (2012) *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*، ط1، دار أفكار للدراسات والنشر، دمشق - سوريا.
45. مصطفى السيد 2016: دليلك الشامل الى شبكة الانترنت ب، ط دار الكتب العالمية القاهرة .
46. معيجل سهام مطشر 2011 الإدمان الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، مجلة جامعة الأنهار للعلوم الإنسانية جامعة بغداد مركز الدراسات التربوية والأبحاث النفسية.
47. مقروض زين العابدين 2013: إدمان الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى تلاميذ المتوسط جامعة وهران 2 مقال : مركز جيل البحث العلمي.
48. ملحم، سامي محمد (2009) *القياس والتقويم في التربية وعلم النفس*، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان- الأردن.
49. منديز واخرون (2009) . الكشف عن العلاقة بين التواصل الاجتماعي للطلبة مع أعضاء الهيئة التدريسية عبر الفيسبوك والمؤشرات الأكاديمية.
50. منصور عصام والد بوبي عبد الله 2011: إدمان الانترنت آثاره الاجتماعية السلبية لدى طلبة الثانوية عمان، مجلة كلية التربية.
51. النمرود، بشير(2008) *العاب الفيديو واثرها في الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي الجماعي الترفيهي عند المراهقين ذكور(12-15سنة)* دراسة حالة على متوسطة البساتين الجديدة، الجزائر، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية.
52. وزارة التربية (1994) *نظام رياض الأطفال* (رقم 11 لسنة 1978 وتعديله، المديرية العامة للتعليم العام ، مديرية رياض الأطفال، بغداد، وزارة التربية.
53. يوسف، ليلى (1962) *سيكولوجيا اللعب والتربية الرياضية*، ط2، حنان عبد الحميد (2002) *اللعب عند الأطفال*، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان- الأردن.

54. فوليت ، فؤاد إبراهيم و عبد الرحمن سيد سليمان (2002) . دراسات في سيكولوجية النمو، القاهرة : مكتبة زهران.
55. حافظ بطرس (2008) ، التكيف والصحة النفسية، ط1، عمان الأردن : دار المسيرة.
56. شذى بنت علي محمد السويلمي (2014)، إدمان استخدام الأجهزة الالكترونية الحديثة وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي والثقة بالنفس :دراسة مقارنة بين طلاب وطالبات المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض .
57. عبد الكريم ،إبراهيم سعيد(2006) الانترنت وآثاره الاجتماعية على المراهقين :دراسة ميدانية على عينة من المتمردين على مقاهي الانترنت ممن تقع أعمارهم بين 12 - 18 سنة، جامعة طنطا.
58. الحمصي ،رولا (2007) إدمان الانترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعي :دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق ،رسالة ماجستير منشوره ،دمشق.
59. الخواج، ماجد عبد العزيز(2005) ، الآثار الاجتماعية لانتشار الانترنت، رسالة ماجستير منشورة، جدة ، جامعة الملك عبد العزيز.
60. الدندراوي ، سامية صابر (2005) الإفراط في استخدام كل من الكمبيوتر والانترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى المراهقين ،رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية ،قسم علم النفس ،جامعة قناة السويس.

قائمة المراجع الأجنبية:

61. Carangey, Nicholas L& Anderson, Craig A, (2005) *the Effects of Reward and punishment in violent video games Aggressive Affect, Cognition, and Behavior* , American psychological society, 16(11) 882-889.
- 62.- Davis,R(2001).”A cognitive-behavioral model of pathology internet use “**computers in Human Behavior**,17,pp.187-195.
63. - Duran ,M(2003).”**internet addiction disorder** “
- 64.
65. Kiln JD, Frei tag E. (1991) *Enhancing motivation using an instructional game Journal of instructional Psychology*,18(2):11-7.
66. Murali , Viaja & George , Sanju (2007) : *Advances in psychiatric treatment* , 13 : 24-30 .
67. Patton GC, Sawyer SM. (2000) *Media and Young minds The Medical Journal of Australia- MJA*:173:570-1
Availableform:URL:
://www.mja.com.au/public/issues/173_11_04.
68. -Pawlak,craig(2002) correlates of internets and addiction in adolescents.
69. Tory,D(2000) *Is internet addiction real* ? form
[http://www.APA.org/internet addiction.htm](http://www.APA.org/internet%20addiction.htm).
- 70.-Tsai,C.C,and Lin ,S.S.J.(2001).” Analysis of attitudes toward computer networks and internet addiction of Taiwanese adolescents”.*CyberPsychology*Behavior* , Volume4,No.3.

71.

72. young , Kimberly s. (1996) : *psychology of computer use : xl . Addictive use of the internet : A case that breaks the stereotype* :psychological Reports 79 , 899 – 202 .

73. Zamani. Eshrat, Chashmi. Maliheh, Hedayati. Maliheh(2009). *Effect of Addiction to Computer Games on Physical and Mental health of Female and Male Students of Guidance School in City of Infahan*. Journal Addiction and health, Volk 1, No 2, fall.

المواقع والمقالات عبر الانترنت :

<https://www.aljazeera.net/news/scienceandtechnology/2019/5/28/> .74

<https://www.who.int/bulletin/volumes/97/6/19-020619/ar/> .75

2019;97:382–383. مجلة منظمة الصحة العالمية .76
doi: <http://dx.doi.org/10.2471/BLT.19.020619>

<http://allpsychcom/journal/internet/addiction.htm> .77

الملاحق

الملحق رقم 01

مقياس إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة

التعليمات :

فيما يلي مجموعة من الأسئلة التي تعبر عما تشعر به نحو استخدامك لجهازك الإلكتروني ، و يوجد أمام كل عبارة ثلاث اختبارات (نعم ، أحيانا ، لا) أمل منك أن تقرأ كل سؤال بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (√) في الخيار الذي ينطبق عليك علما أنه لا يوجد إجابة صحيحة أو خاطئة.

م	العبارة	نعم	أحيانا	لا
1	أقضي وقت أكثر مما يجب في استخدام جهازي الإلكتروني			
2	أشعر بأن هناك مشكلة في تحديد الوقت الذي أقضيه في استخدام جهازي الإلكتروني			
3	هناك من أصدقائي وأفراد أسرتي يشكون من الوقت الذي أقضيه في استخدام جهازي الإلكتروني			
4	أجد أنه من الصعب الابتعاد عن جهازي الإلكتروني لأيام عديدة			
5	أشعر أنني مقصر في دراستي بسبب أنني أقضي وقت كثير في استخدام جهازي الإلكتروني			
6	هناك برامج معينة في جهازي الإلكتروني أجد أنه من الصعب مقاومتها			
7	أجد صعوبة في مقاومة دوافعي لشراء جهاز إلكتروني			
8	حاولت و لم أنجح في تقليل استخدامي لجهازي الإلكتروني			
9	أضحى بسعادتي من أجل أن أبقى على اتصال بالانترنت في جهازي الإلكتروني			
10	أشعر بتعلقى بجهازى الإلكتروني و أفكر فيه حتى حين لا استخدمه			
11	أشعر بحاجة إلى استخدام جهازى الإلكتروني فترات زمنية أطول لكي أشعر بالرضا			
12	أعتقد أنني غير قادر على أن أسيطر على رغبتى في استخدام جهازى الإلكتروني			
13	أشعر بالضيق و الانزعاج عندما أحاول وقف استخدام جهازى الإلكتروني			
14	استخدم جهازى الإلكتروني كوسيلة للهروب من المشكلات			
15	أكذب على أسرتى لإخفاء مدى انغماسى في استخدام جهازى الإلكتروني			
16	أجازف بترك أمر مهم لى (مذاكرة ، اختبار ، زيارة صديق أو قريب) بسبب استخدام جهازى الإلكتروني			
17	أشعر بلهفة و لا أستطيع تحمل الانتظار لاستخدام جهازى الإلكتروني			
18	أشعر برغبة لا تقاوم فى العودة إلى استخدام جهازى الإلكتروني			

تقدير الذات الاجتماعي لدى المراهق المدمن للألعاب الكترونية

			فور إغلاقه	
			أستمتع أكثر بالصحة التي أكونها من خلال برامج التواصل الاجتماعي أو الألعاب الالكترونية في جهازي الالكتروني	19
			أشعر أن جهازي الالكتروني يغنيني عن كافة الوسائل الأخرى	20
			أعتقد أن العالم الافتراضي الذي أكونه في جهازي الالكتروني أكثر متعة وإثارة من الحياة المعتادة	21
			أصر على استخدام جهازي الالكتروني مهما كانت العقبات التي تواجهني	22
			ألجأ إلى جهازي الالكتروني دائما إذا واجهتني بعض المشكلات أو الأزمات	23
			أتضايق إذا قطع أي شيء استخدامي لجهازي الالكتروني	24
			أستخدم جهازي الالكتروني كوسيلة للتخفيف من مزاجي السيئ	25
			أشعر أنني أعاني في علاقاتي بسبب أنني أقضي وقت كثير في استخدام جهازي الالكتروني	26
			أجد أنه من السهل الابتعاد عن جهازي الالكتروني لأيام عديدة	27

الملحق رقم 02

مقياس تقدير الذات الاجتماعي

الرقم	العبارات	غالبا	أحيانا	نادرا
1	تنقصني الثقة بالنفس			
2	أشعر بالرضي عن حياتي الحالية			
3	أشعر بالرضي إزاء مستقبلي المشرق			
4	إنني غير راض عن أصدقائي			
5	أشعر بعدم الرضي عن مظهري الخارجي			
6	لا أحظى باحترام الناس بالدرجة التي تليق بي			
7	لا أشعر أنني فردا مؤثرا في أسرتي			
8	أنا راض عن الأعمال التي أقوم بها			
9	أكره التواضع الذي يشعري بالدونية			
10	أفكاري تحظى بتقدير الآخرين			
11	دائما ما يفتقدني الآخرين			
12	أنا مطمئن لتحقيق طموحي			
13	إن زملائي ينجسوا إلى ما أقوله باهتمام			
14	أشعر بأن ليس لوجودي قيمة كبيرة في المجتمع			
15	أشعر بالقدرة على تحقيق أهدافي			
16	أشعر بأنني أقل من زملائي في القيمة الاجتماعية			
17	أنا أحتاج إلى من يساعدني فيما أقوم به من أعمال			
18	أنا أعتقد أن أفكاري في الحياة تقودني إلى النجاح			
19	أستمتع بوقت فراغي			
20	أشعر بالهوان و تأنيب الضمير			
21	أحترم نفسي			
22	أحمل نفسي على ما يليق بها من تقدير و احترام			
23	أشعر بالفشل قبل اقتحامي المواقف			
24	أنا أشعر بأنني جدير باحترام الآخرين			
25	ينتابني الغرور في بعض المواقف			
26	قدراتي و ثقتي تمكنني من اقتحام المواقف الجديدة			
27	أضع نفسي في المكان المناسب			
28	ينتابني الشعور بأنني لا أصلح لشيء			
29	أعاتب نفسي كلما تذكرت عيوبي			
30	أنا لست راضيا عن علاقاتي بوالدي لأنهما لا يقدراني			
31	أنا أبغض الآخرين من حولي			
32	يسعدني اكتساب الخبرات الجديدة			
33	أواجه فشلي بروح رياضية			