الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محند أولحاج
-البويرة-
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ - Tubirett -
Faculté des Sciences Sociales et Humaines

ادمان الانترنت و علاقتها بالاغتراب النفسي لدى الطالب الجامعي

مذكرة مكملة و مقدمة لنيل شهادة ليسانس

تخصص: علم النفس العيادي

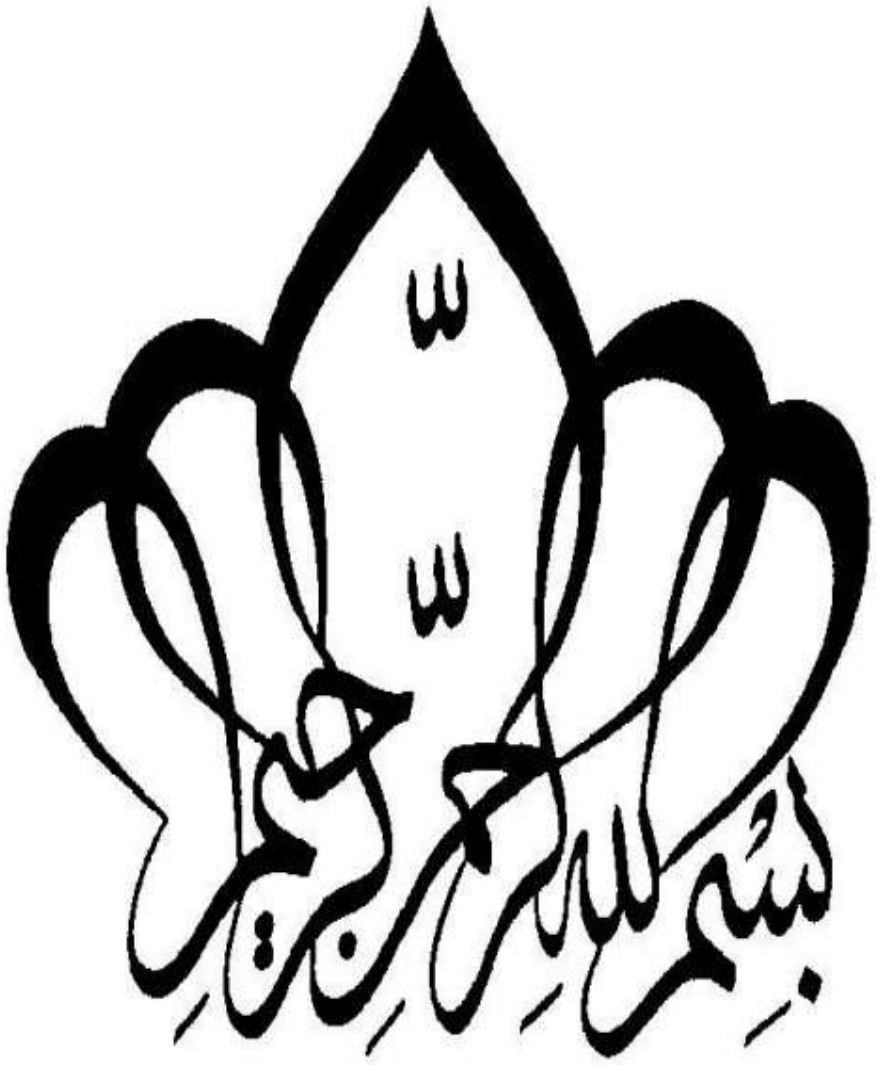
اعداد:

بوطوبة مسعودة

اشراف الدكتور:

أ.صديق بلحاج

2020/2021


بسم الله الرحمن الرحيم

التشكرات:

يقول الله تعالى في محكم تنزيله " :إن ربك لذو فضل على الناس ولكن أكثركم لا يشكرون"، الآية 73 سورةالنمل.

فالحمد الله أولا وأخيرا أن وفقنا لإتمام هذاالبحث المتواضع ولسنا ندعي فيها الكمال؛

فكل شيء إنما تم نقصان وإنما هوالاجتهاد وما التوفيق إلا من عنده سبحانه وتعالى؛ ولأنه من لم يشكر الناس لا يشكرالله فإننا نود أن نثني على جهود شخصيات كثيرة كان لها الفضل في أن يظهر هذا العمل على ما هو عليه الآن؛

ونخص بالذكر في المقام الأول أستاذنا االمشرف " صديق بلحاج " الذي كان لبحثنا منه التوجيه والتصويب منذأن كان فكرة إلى أن صار واقعا ملموسا ولم يبخل علينا بشيء يمكن أن يقدم في هذاالمجال فله منا جزيل الشكر وفائق التقدير والاحترام عرفانا له بجميله؛

كما أشكر القائمين على المكتبة التياستسقي منها البحث معلومات وما أبدوه لنا من تسهيلات في إجراءات الوصول والإعارةللكتب الموجودة

وكلاالأساتذة وطلبة الكلية.

اهداء**:01:**

منذ وقت طويل كنت أعرف جيدا أنّه سيأتي هذا اليوم الذي سأنجح فيه وأحقق فيه هدفي ليس الأمر أنني تنبأت بالغيب أو غرورا، بل كنت أعرف منذ البداية أنّ الله عز وجل زودني بإرادة هائلة تفوق بحجمها كل الصعاب المتوقعة.

فبعد عناء طويل وشوق انتظرته خلف مقاعد الدراسة أقف على عتبات التخرج وأهدي هذا العمل إلى ابي الذي حلمت أن أكحل عيني برؤيته في يوم تخرجي وهو فرح بوصولي إلى هذه المرحلة،

إلى منبع الحنان والحب والدعاء الفياض أمّي الغالية.

إلى من حطم أسطورة الفشل في نفسي وكانوا لي العون والسند

الى كل افراد عائلتي

الى كل من عرفتني بهم الحياة

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

البسملة

شكر وتقدير

اهداء

مقدمة أ

الفصل الاول الاطار العام للدراسة

الاشكالية 01

فرضيات الدراسة 02

أسباب اختيار الموضوع 02

أهداف الدراسة 03

اهمية الدراسة 03

حدود الدراسة 04

صعوبات الدراسة 04

المفاهيم الاجرائية 04

الدراسات السابقة 05

التعقيب عن الدراسات السابقة 06

الجانب النظري

الفصل الثاني :ادمان الانترنت

تمهيد	07
مفهوم الإدمان	08
مفهوم الإدمان على الانترنت	08
أسباب إدمان الانترنت	08
أعراض الانترنت	09
خلاصة الفصل	10
الفصل الثالث : الاغتراب النفسي	
تمهيد	11
مفهوم الاغتراب النفسي	12
أبعاد ظاهرة الاغتراب	
أسباب الاغتراب النفسي	14
خلاصة الفصل	16
الفصل الرابع:الاجراءات المنهجية للدراسة	
الدراسة الاستطلاعية	18
المنهج المتبع	20
مجموعة البحث	20
عينة الدراسة	20
ادوات البحث	21

مكان و زمان إجراء البحث 21

خلاصة الفصل 22

خاتمة 23

المراجع

مقدمة

مقدمة:

تعتبر شبكة الانترنت من أكثر الوسائل التكنولوجية هذه الأيام لما لها من خدمات واسعة يمكن الاستفادة منها ، إذ تتيح فرصا كثيرة للحصول على العديد من المعلومات المطلوبة خلال أوقات قصيرة ، وهذا ما جعل الاتجاهات العالمية تتجه نحو الاهتمام الكبير بالأنترنت وما فيها من مواقع التواصل الاجتماعي كالفايسبوك والانستغرام تساعد الطلاب في التواصل مع بعضهم البعض ومشاركة يومياتهم ومناسباتهم على صفحاتهم الفايسبوكية ،وتكوين علاقات صداقة افتراضية مع مختلف الأقطار الأخرى والثقافات المختلفة.(نجم الدين علي مردان،6:2006 .) وقد شكلت هذه الخدمات تزايد اعداد مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي حول العالم لتصل إلى مئات الملايين، "حيث تشير احصائيات إلى أنه نهاية عام (2007) تضاعف عدد مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي سبعة عشر مرة ليصل إلى حوالي مليار مستخدم في مدة عشر سنوات فقط، حيث لم يكن يتجاوز (70 مليون شخص في عام 1997، (وهي زيادة لم تشهدها أي وسيلةاعلامية أخرى على مدار التاريخ فضلا عن استمرار انتشارها إلى غاية يومنا هذا".(محمد علي،16:2010،)وكما أن لكل تكنولوجيا جديدة ايجابياتها فان مواقع التواصل الاجتماعي لها سلبياتها أيضا فقد أسهم دخولها في السنوات الأخيرة بخلق جيل جديد من المدمنين على استخدامها في جميع دول العالم، وعلى الرغم من الفوائد العديدة التي توفرها وتقدمها لالملايين الناس حول العالم إلا أنها تمثل خطرا حقيقيا، اذا ما تم استخدامها بإفراط خاصة من قبل الطلاب الجامعيين. (جيهان سنباطي،2012 :web)فتشير أحدث الإحصائيات إلى أن (93%) من الطلبة والمراهقين حول العالم يستخدمون الأنترنت اليوم(مسعودة هتهات ،6:2013 (، وهذا العدد الهائل من المستخدمين يضم طلاب وطالبات الجامعات حيث تشير غالبية البحوث إلى أن أكبر نسبة من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي هم أصحاب الدرجة الجامعية الأولى والثانوية تقدر ب(34) % (يعقوبيونس الأسطيل،20:2011) فطلاب الجامعات من أكثر الفئات تعاملا مع مواقع التواصل الاجتماعي و بالتالي الأكثر انبهارا وتأثرا بالأفكار الواردة ، حسب ما ذكره حسن عبد السلام محمد الشيخ 2011، ومما لاشك فيه أن استغراق الطالب الجامعي في التصفح لساعات طويلة لمواقع الدردشة والتحاور يؤدي الى استنزاف الوقت والجهد كما يعرضهم لاضطرابات نفسية واجتماعية، (حسن عبد السلام محمد 2011:1022)الشيخ ويمكن تفسير الأرقام والإحصاءات المرتفعة المتعلقة باستعمال مواقع التواصل الاجتماعي.

الفصل الاول الاطار العام للدراسة

1-إشكالية الدراسة:

لكي نقدر من قيمة الشيء النافع يجب أن نتبصر في نتائج الشيء وهذا ما ينطبق على الإرشاد والتوجيه المدرسي، بحيث إذ كان الإرشاد والتوجيه المدرسي سليم يخدم المجتمع فنعتبره ضروريا من ضروريات الحياة، أما إذ كان يؤثر سلبا يؤدي إلى ما يحمد عقباه ويكون عبئاً، وهنا تقع المسؤولية على المرشد ودوره الذي يقدمه للمجتمع الإنساني والتربوي من معالجة بعض الظواهر الخطيرة من أبرزها ظاهرة الإدمان على الانترنت التي أصبحت تشكل عائقا على الفرد والأسرة والمجتمع، بجلب الأمراض النفسية كالاغتراب النفسي وظهور بعض الظواهر الاجتماعية غريبة المنشأ في مجتمعنا، وذلك ناشئ بسبب الاستخدام المفرط لشبكة الانترنت من خلال جلوس التلاميذ لساعات طويلة أمام الشاشة الكمبيوتر منعزلين روحيا وجسديا عن العالم الواقعي، وبتالي تواجدهم لوقت طويل أمام الانترنت الذي يصل بهم إلى درجة إدمان الانترنت، وبتالي نقول هذا المصطلح (إدمان الانترنت) الذي ظهر بصفة رسمية مع عالمة النفس الأمريكية كمبرلي يونغ في دراسة أجنبية بعنوان إدمان الانترنت ظهور إضطراب إكلينيكي جديد سنة 1998 ،حول عينة قوامها 396 حالة من المستخدمين السابقين الانترنت و100 حالة من المستخدمين الجدد للانترنت اعتمدت على استبانة من فقرات عن استخدام الانترنت وتوصلت النتائج أن إدمان الانترنت إدمان سلوكي وأن المستخدمون السابقون يقضون حوالي 8 مرات أكثر من المستخدمون الجدد أسبوعيا وظهور مشكلات كبيرة في حياة المستخدمون الجدد للانترنت.

أما الدراسة العربية التي قامت بهاالشمالية (2006 (بالأردن هدفت إلى بناء مقياس الآثار الاجتماعية لاستعمال طلبة الجامعات الأردنية لشبكة الانترنت، وقد تكونت عينة الدراسة 2355 طالب وطالبة وقد بينت النتائج أن إدمان الانترنت له تأثير سلبي على المجال النفسي والمجال الأخلاقي.

وبتالي نقول أن ظاهرة إدمان الانترنت تتمثل في الاستخدام المرضي للانترنت، الاستخدام القهري للانترنت، اعتمادية الانترنت، هوس الانترنت وعلى ضوء ما سبق تبلورت الإشكالية الحالية لدراستنا كالأتي:

-هل هناك تأثير للإدمان على الأنترنت على الإغتراب النفسي؟

2-الفرضيات:

2-1-الفرضية العامة:

هل هناك تأثير فعال للأنترنت على الاغتراب النفسي؟

2-2-الفرضيات الجزئية:

-توجد علاقة إرتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الانترنت والاغتراب النفسي ؟

3-أسباب اختيار الموضوع:

3-1-الأسباب الذاتية:

-تمثل ظاهرة الإدمان على الانترنت جانبا إنسانيا هاما يجب معالجتها من جميع جوانب الاجتماعية – النفسية – الأخلاقية.

-يعود سبب اختيار ظاهرة إدمان الانترنت نظرا لقلة الأبحاث والدراسات التي تناولتها، وكذلك نظرا لحداثتها.

-تفادي تكرار المواضيع المتداولة ومحاولة ابتكار وتقديم الجديد.

-اعجابنا الشخصي وتعلقنا بهذا الموضوع كان الدافع الرئيسي للإرتقاء بباكورة هذا العمل ليصبح مرجعا أساسيا يضاف للرصيد العلمي لمكتبة الجامعة.

3-2-الأسباب الموضوعية:

-الانعكاسات السلبية على فئة المراهقة نتيجة الاستخدام المفرط لشبكة الانترنت.

-تقصي عن ظاهرة إدمان الانترنت وعلاقتها بالاغتراب النفسي.

-الحاجة إلى القيام بدراسة موضوعية حول الموضوع لتوضيح الحلول والإجراءات التي تحد من هذه الظاهرة التي أصبحت تشكل ناقوس الخطر باتت تهدد كل تلميذ في ومدرسته وأسرته ومجتمعه.

4-أهداف الدراسة:

-مساعدة فئة الشباب خاصة المراهقين على التعامل الايجابي والفعال مع تقنية الانترنت بطريقة موضوعية.

-المساهمة ولو بقدر متواضع في البحث العملي من حيث فهم السلوك المراهق أكثر وفهم علاقات مع الآخرين وتأثيرهم فيه ايجابيا وسلبيا.

-العمل على توعية الأسر والقائمين على العملية التربوية على مدى أهمية الأساليب الصحيحة والمقيدة للأفراد وكذلك إبراز أخطار الأساليب الخاطئة التي تؤدي إلى الإدمان على الانترنت الذي يؤثر على المراهق من الناحية النفسية والسلوكية والدراسة.

-إشعار الأولياء وإشراكهم في فهم واقع أبنائهم المدمنين على الانترنت ومشاكل التي قد يكون بإمكانهم التغلّب عليها، إذ ما حاولوا فهمهم وفهم المشاكل أبنائهم النفسية والعائلية والمدرسية.

-إثراء البحوث الجامعية والعلمية والاكادمية.

-توفير إطار علمي نظري معلوماتي حول ظاهرة إدمان الانترنت وعلاقتها بالاغتراب النفسي.

5-أهمية الدراسة:

5-1-الأهمية النظرية:

-تكمن أهمية الدراسة في الكشف عن دور الإرشاد والتوجيه المدرسي في حد من ظاهرة الإدمان على الانترنت وعلاقتها بالاغتراب النفسي التي تزايدت بشكل مطرد في العصر الحالي، كما تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الفئة التي تناولتها وهي مرحلة المراهقة التي تتسم بكثير من المشكلات النفسية.

-أن ظاهرة إدمان الانترنت تعد من الموضوعات الجديدة في البيئة العربية يوجه عام وفي الجزائر على وجه الخصوص وبتالي تقتضي الضرورة رصد كافة التغيرات والمشكلات الناجمة عنها.

-سد الثغرات في البحوث العلمية المحلية يسبب ندرة الدراسات التي تناولت ظاهرة إدمان الانترنت.

5-2-الأهمية التطبيقية:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

-توفير إطار معلوماتي حول ظاهرة إدمان الانترنت وعلاقتها بالاغتراب النفسي.

-ساعدة فئة المراهقة على التعامل الايجابي الفعال والسليم مع تلك التقنية (شبكة الانترنت) الهامة والضرورية.

6-حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة الحالية على الحدود التالية:

6-1-الحدود الموضوعية: تمثلت في التركيز على إدمان الإنترنت وعلاقتها بالاغتراب النفسي.

6-2-الحدود البشرية: تمثلت في التركيز على االفئة المتأثرة بالإدمان على الانترنت.

7-صعوبات الدراسة:

مما لا شك فيه أن لكل بحث صعوبات وعوائق تعترضه ومن بين الصعوبات التي واجهتنا في إنجاز هذه الدراسة جملة من العثرات تتعلق بالجانب النظري والتطبيقي.

7-1-الجانب النظري:

-تميزت الدراسة بصعوبات جمة من أجل تحضير وجمع البيانات النظرية خصوصا بسبب قلة وحدات موضوع الدراسة.

-قلة المراجع التي تقدم الموضوع.

8-المفاهيم الاجرائية:

8-1- الإدمان على الانترنت: هو عدم القدرة الفرد على الاستغناء عن استخدام شبكة الانترنت وقضاء حوالي 15 ساعة على أقل في اليوم، وبتالي يمكن القول إن المدمنين هم أفراد يعانون من الاغتراب النفسي والفشل في إقامة علاقات إنسانية طبيعية مع الآخرين.

8-2- الاغتراب النفسي: هو حالة يشعر فيها الفرد بأن ذاته غير حقيقة وحالة يفقد فيها الفرد الوعي بالعمليات النفسية الداخلية، واغتراب الإنسان يرجع إلى فشله في إيجاد معنى وهدف لحياته بالشعور بالفراغ النفسي من خلال فقدان الثقة بالذات والإحساس بالملل والضياع.

8-3-الطالب الجامعي:

يعد الطالب أحد مدخالت إدارة البيئة للتعليم والتعلم بل أهم التدخالت العلمية التَبوية فبدون الطالب لن يكون هناك فضل أو تعلم ويعرف أيضا أبنو الشخص الذي مسحت لو كفاءتو العلمية ابالنتقال من ادلرحلة الثانوية أو مرحلة التكوين ادلهٍت التقٍت العارل إذل جامعة تبعا لتخصصو الفرعي بواسطة شهادة أو دبلوم يؤهله لذلك.

8-الدراسات السابقة

فيما يلي عرض لمجموعة من الدراسة السابقة التي تناولت موضوع الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي بالبحث والتحليل

1 -دراسة أحمد خيري حافظ (1980 :) دراسة بعنوان "ظاهرة الاغتراب لدى طلاب الجامعة

تألفت عينة الدراسة التي أجريت في جامعة عين الشمس من (250 (طالب وطالبة من أربع كليات هي:(الآداب التجارة، الطب والعلوم (. وهدفت الدراسة للكشف عن علاقة الاغتراب بكل من متغيرات السن، الجنس. وقد استخدم المنهج المقارن بالإضافة إلى استخدام أدوات الدراسة التالية والمتمثلة في: المقابلة والاستمارة . وبعد استخدامه لهذه المقاييس توصل إلى مجموعة من النتائج مفادها أن الإناث أكثر إحساسا بالاغتراب من الذكور، وكذلك طلبة السنوات الأولى بالمقارنة مع الكليات العلمية .

2 -دراسة زينب النجار (1988 :)بعنوان: " الاغتراب في محيط الشباب الجامعي

".هدفت الدراسة إلى معرفة ما مدى وجود ظاهرة الاغتراب بين الشباب الجامعي، تكونت العينة من (200) طالبا وطالبة وقد اختيرت هذه بطريقة السحب المنظم، استخدمت الباحثة أداة المقابلة من أهم النتائج التي خلصت إليها الدراسة ما يلي و جود فروق ذات رسالة إحصائية بين الذكور والإناث في الإحساس بمظاهر الاغتراب لصالح الإناث (النجار، 1988 ،ص).55

3-دراسة فايز الحديدي (1991 :) بعنوان: " حجم الاغتراب النفسي لدى طلاب وطالبات جامعة الأردن

".هدفت الدراسة في مجملها إلي قياس حجم الاغتراب النفسي لدى طلاب وطالبات جامعة الأردن.استخدم الباحث المنهج المقارن، وتكونت عينة الدراسة من (975 (طالب وطالبة، ولجمع البيانات استخدم الباحث الاستبانة المغلقة

.ومن أهم النتائج التي خلصت إليها الدراسة ما يلي:

• استجابة الإناث للاغتراب أكثر من الذكور.

• استجابة طلبة الكليات العملية أكثر من طلبة العلوم الإنسانية

• . عدم وجود فروق دالة إحصائيا للاغتراب بين الذكور والإناث.

-4 دراسة اكسايوس (لي 2006 :)بعنوان: " المشكلات الناتجة عن إدمان الانترنت والأسباب المؤدية للإدمان

". تكونت عينة الدراسة من (1999 (طالب، وقد اختيرت هذه العينة بالطريقة العشوائية، ولجمع البيانات استخدم الباحث الإ أداة ستبانة

ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي

•معدل الإدمان عند الذكور أعلى من الإناث

• .إدمان الانترنت في الضواحي أكثر من المدن • . الإدمان يكون أعلى لدى من يمتلكون أجهزة الكمبيوتر، أي لديهم مستوى معيشي مرتفع. (محمد الشيخ، 2006 ،ص 1033.)

-9 تعقيب على الدراسات السابقة

بعد استعراض الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة والاطلاع على نتائجها ظهر بشكل جلي أهمية البحث "إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلاب جامعة ".

استعرضنا 4 دراسات مقسمة مناصفة بين إدمان الانترنت والاغتراب النفسي، لضمان نوع من التوازن في عرض الدراسات، وقد تم حصر فترة انجاز الدراسات من السنة 1980م إلى 2010. م

الفصل الثاني :ادمان الانترنت

تمهيد

لقد ساهم التطور المعاصر في تبادل الأفكار والمعلومات بصورة رسخت لنشأة شبكات الانترنت، التي ازدادت أهميتها بعد ظهور الجيل الثاني من الانترنت، وقد تعددت هذه المواقع كالفايس بوك والإنستغرام مثلا، والتي قد تحدث سلوكات مقبولة وغير مقبولة في جميع المجالات التي تتعلق بالفرد والمجتمع، والاستخدام المفرط لهذه المواقع قد يفزر الكثير من المشكلات النفسية والاجتماعية وأخطرها الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي . وفي ضوء هذا سنتطرق في هذا الفصل إلى ماهية الإدمان على الانترنت ، وأسباب وأعراض الإدمان عليها وطرق الوقاية منها.

أولا: مفهوم الإدمان

1-1 **لغة:** المداومة على الشيء أو الاعتماد عليه (بيوسي خليل، 2002 ،ص 163.)

1- 2 - **اصطلاحا:** عرفت منظمة الصحة العالمية الإدمان على انه حالة نفسية وأحيانا عضوية تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة، ومن خصائصها استجابات وأنماط سلوك تشمل دائما الرغبة الملحة على التعاطي أو الممارسة بصورة متصلة أو دورية للشعور بآثاره النفسية أو لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم تو (.فره عبد المعطى، 2006 ،ص 146)

ثانيا - مفهوم الإدمان على الانترنت

عرفه " بارتير "و" قورست" بأنه فشل التحكم في دوافع الفرد، ولكن بدون وجود ظاهرة التسمم، وهو يشبه إلى حد كبير المقامرة المرضية (محمد سراج، 2007 ،ص).22

كما يعرفه " بيرد "و" ولف" بأنه حالة انعدام السيطرة والاستخدام المدمر لهذه المواقع والوسائل التقنية دون الحاجة إليها، والتي تؤدي بالفرد إلى الغولة الاجتماعية. (بشير منصور، 2004 ،ص).50

ثالثا: أسباب إدمان الانترنت

توجد مجموعة من الأسباب التي تؤدي إلى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وأهمها ما يلي

- :فقدان الثقة بالنفس واللجوء إلى الاختفاء خلف الشاشة
- .الفراغ الاجتماعي وعدم الحصول على أي تقدير أو اهتمام

-فقدان السيطرة على النفس والانحراف بشكل لا إداري والغرق في الإدمان

- .رفض الواقع ومحاو لة نسيانه والعيش في الواقع الافتراضي .

-السرية لتحقيق أي رغبة يريد الإنسان أن يهدف إليها

-تعتبر هذه المواقع أداة لإيصال الأفكار الغير أخلاقية

-الفشل والملل من الحياة الواقعية

رابعا: أعراض الانترنت

-إنكار المستخدم قضاءه وقتا طويلا على الشبكة.

- التقليل من التحرك خارج المنزل

-عدم إمكانية السيطرة على الزمن الذي يقضيه المستخدم

- .إهمال نظامه الغذائي، بحيث يتناول طعامه وهو يتصفح الفايس بوك على سبيل المثال .

-إهمال الحياة الاجتماعية الواقعية والانغماس في مواقع التواصل الاجتماعي

-حدوث بعض أعراض الانسحاب النفسي، وذلك عند التقليل من استخدام فايسبوك وانستغرام مثلا لمدة طويلة

-إنفاق مبالغ مالية للاشتراك في خدمة تفعيل الانترنت للدخول لمواقع التواصل الاجتماعي.

- تخيل وتوهم وصول إشعارات على الفايس بوك.

- الانزعاج من تعليقات من حولك على طول الوقت الذي تقضيه أمام الهاتف.

- الشعور بالغضب والإحباط عند الحاجة لتركها مثلا.(حمص، 2009 ،406).

خلاصة الفصل:

يمكننا أن نستنتج من خلال هذا الفصل بعد التعرف على مشكلة الإدمان على الانترنت والتي هي بانت بلا شك مشكلة تمس كل الأعمار في المجتمع بصفة عامة وعلى الطالب الجامعي بصفة خاصة، لما لها من آثار على الحالة النفسية والعقلية والجسمية والاجتماعية، وكذا على مردوده وتحصيله الأكاديمي، وقد تبنى تعريفها مجموعة من الباحثين والدارسين، لذا وجب توجيه الجهود وتكثيفها للبحث عن حلول مناسبة للوقاية من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ورشيد الطلاب على الطرق الملائمة لاستخدام الانترنت لتجنب مختلف الأعراض التي يسببها الإفراط في استخدامها وآثارها السلبية على الطالب

الفصل الثالث : الاغتراب النفسي

تمهيد

:لفتت ظاهرة الاغتراب اهتمام الباحثين والدارسين في كل المجالات وفي مجال علم النفس خاصة .ذلك أن الاغتراب تتعدد أسبابه وقد يكون المسبب الأساسي لظهور مشكلات متنوعة نفسية واجتماعية باعتباره ظاهرة متعددة الجوانب . وسنحاول في هذا الفصل التعرف على مشكلة الاغتراب النفسي من مختلف مظاهره وأبعاده ومعرفة كيف يفسره علماء النفس، من خلال التطرق إلى مفهومه وأسبابه وكيفية مواجهته.

أولا: مفهوم الاغتراب النفسي:

– 1: **لغة** يعنَ رَ غ غرب أي ذهب وتنحى من الناس والت ي البعد والغربة، والغرب يعني النزوح عن الوطن، والغريب هو البيد عن وطنه . وكلمة اغتراب هي ترجمة للكلمة الانجليزية alienation :والكلمة الفرنسية aliénation المشتقتان من الأصل اليوناني alienatio والتي تشير إلى انتقال ملكية شيء لآخر أو انتزاعه أو إزالته، وهي مشتقة من الفعل alienur بمعنى الانتماء إلى شخص آخر.

2 – **اصطلاحا:** لقد تعددت مفاهيم الاغتراب النفسي بتعدد واختلاف وجهات نظر الباحثين من جهة وأبعاده من جهة أخرى، ومن أهم التعاريف نذكر ما يلي :

*يعتبر أن الاغتراب يعني انفصال الذات الإنسانية ككيان روحي تنفصل عن وجوده ككائن اجتماعي كما اعتبره في طرح آخر بأنه تنازل الإنسان عن استقلاله الذاتي.

* إجلال سرى (1993 :(يعرف الاغتراب على انه اضطراب نفسي يعبر عن اغتراب الذات عن هويتها وبعدها عن الواقع وانفصالها عن المجتمع، وهو غربة عن النفس وغربة بين البشر.

* أبو بكر مرسي (2002)يعرفه بأنه شعور الفرد انه غريب عن ذاته لا يجد نفسه كمركز لعالمه، وانه خارج عن الاتصال بنفسه، كما انه خارج عن الاتصال بالآخرين

.ثانيا: أبعاد ظاهرة الاغتراب :

1 –اللامعيارية: وهي حالة انهيار المعايير التي تنظم وتوجه سلوك الفرد، ومن تم رفض الفرد للقيم والمعايير والقواعد السائدة في المجتمع، نظرا لعدم ثقته في المجتمع ومؤسساته.

2 – العزلة الاجتماعية: ويقصد بها شعور الفرد بالوحدة والفراغ النفسي، والإفتقاد إلى الأمن والعلاقات الاجتماعية الحميمة وبالبعد عن الآخرين حتى وان وجد بينهم، كما قد يصاحب العزلة الشعور بالرفض الاجتماعي والانعزال عن الأهداف الثقافية للمجتمع والانفصال بين أهداف الفرد وقيم المجتمع ومعاييره (خليفة، 2003 ،ص)39

3التمرد:

ويعني الرغبة في البعد عن الواقع والخروج عن المألوف والشائع، وعدم الالتزام بالعادات والقيم والمعايير السائدة والإحساس بضرورة التغيير، وقد يكون التمرد على النفس أو على المجتمع بما يحتويه من أنظمة (مرجع سابق، ص).42

4 –التشيؤ

ويعني إدراك العالم على انه مجموعة من الأشياء الخالية من البعد الإنساني وسيطرة الجوانب المادية على مجريات الحياة، كما يشير التشيؤ إلى أن الفرد قد تحول إلى موضوع وفقد إحساسه بهويته . (أبو العينين، 1997).

5 اللاهدف:

شعور الفرد بالافتقار إلى وجود هدف واضح ومحدد لحياته، وليست لديه أية طموحات نما يعيش لحظته الراهنة فقط ٍ مستقبلية وا

6 – .العجز:

ويقصد به شعور الفرد بأنه لا يستطيع التأثير في المواقف التي يواجهها، كما انه لا يستطيع أن يتخذ قراراته أو يقرر مصيره، فإرادته ومصيره ليسا بيديه بل تحددهما قوى خارجة عن إرادته الذاتية مثل القدر والحظ ثم يشعر بالإحباط والعجز عن تحقيق ذاته، ويدل هذا البعد على أن الشخص يضع قيما عليا لأهدافه، في الوقت نفسه لديه توقعات منخفضة لتحقيقها، والذين يشعرون بالعز تتسم تصرفاتهم بالتمرد. (النارس، 2004 ،ص).3

7 –الاغتراب عن الذات:

يعني عدم قدر ة الفرد على التواصل مع نفسه وشعوره بالانفصال عما يرغب في أن يكون عليه، وبين إحساسه بنفسه في الواقع، وقد أشار "كينت كينشون" إلى غربة الذات بفقدان الاتصال بين الذات الواعية والذات الحقيقية، ويتجلى ذلك في صورة السلوك اللاواقعي والإحساس بالفراغ والفتور والملل فالفرد الذي ينفصل عن ذاته الحقيقية وعن مشاعره يشعر أن وجوده أمر غير حقيقي، أي أنه لم يعد له وجود.(النكلاوي، 1989 ،ص).8

ثالثا أسباب الاغتراب النفسي

يذكر أحمد الزعبي (1996، 138–139) أن أسباب الاغتراب النفسي ترجع في أساسها إلى عديد من العوامل منها:

- غياب القيم الدينية والإنسانية في حياة الطلاب الشباب
- الفجوة بين ثقافة الطلاب الشباب وثقافة الراشدين من حولهم
- عدم وجود معنى أو أهداف للحياة وعدم تحقيق ذواتهم وبالتالي عدم قدرتهم على تقبل ذواتهم
- التناقضات الموجودة داخل مجتمع الراشدين من حولهم مما يجعل الطلاب يفتقدون المثل الأعلى التي يمكنهم أن يحتذوا بها
- افتقاد الطلاب معنى وجودهم لافتقارهم أهداف الحياة التي يحيونها.

وترى إجلال سري (2003، 126–129) أن للاغتراب أسباب عديدة، قامت بتصنيفها على النحو التالي:

أ) أسباب نفسية: ومن أهمها:

- الصراع: بين الدوافع والرغبات المتعارضة، والحاجات التي لا يمكن إشباعها في وقت واحد مما يؤدي إلى التوتر الانفعالي والقلق واضطراب الشخصية
- الإحباط: حيث تعاق الرغبات الأساسية أو الحوافز أو المصالح الخاصة بالفرد أو يصبح تحقق هذه الرغبات أمرا مستحيلاً ويرتبط الإحباط بالشعور بخيبة الأمل والفشل والشعور بالعجز التام وتحقير الذات
- الحرمان: حيث تنعدم الفرصة لتحقيق الدوافع أو إشباع الحاجات كما في حالة الحرمان من الرعاية الوالدية والاجتماعية، وعدم إشباع الحاجات الأساسية الحيوية والنفسية والاجتماعية
- الخبرات الصادمة: والخبرات السيئة أو الصادمة تحرك العوامل الأخرى المسببة للاغتراب، والخبرات الصادمة الأليمة والعنيفة تؤدي إلى الحساسية النفسية

ب) أسباب اجتماعية: ومن أهمها

- ضغوط البيئة الاجتماعية: والفشل في مواجهة تلك الضغوط وتلك المطالب: وسيادة التفرقة واللامساواة، والقهر والاستبداد والأوتوقراطية
- الثقافة المريضة: والتي تسود فيها عوامل الهدم والتعقيد، وعدم التوافق بين الفرد والثقافة التي يعيش فيها، وعدم تطابق شخصية الفرد مع النمط الثقافي وعدم تطابق سلوكه مع الأوضاع الثقافية المتغيرة
- التغيير الاجتماعي والتطور الحضاري السريع: وعدم توافر القدرة النفسية على التوافق معه، وهيمنة التكنولوجيا
- اضطراب التنشئة الاجتماعية: حيث تسود الاضطرابات في الأسرة ويسوء التوافق الأسري، وتسود الاضطرابات في المدرسة وفي المجتمع ويسوء التوافق الاجتماعي
- المشكلات الاجتماعية: مثل مشكلة نقص التفاعل الاجتماعي، والاتجاهات الاجتماعية السالبة، والشعور بالنقص وانعدام الأمن، ....وغيرها
- الفجوة بين الأجيال والفرد والمجتمع: وخاصة إذا كانت هذه الفجوة واسعة، مع اختفاء القيم التي كانت موجودة في الماضي مثل التعاطف والتراحم
- سوء التوافق المهني: حيث يسود اختيار العمل على أساس الصدفة وفرض العمل على الفرد، وعدم مناسبة العمل للقدرات والميول
- سوء الأحوال الاقتصادية: وصعوبة الحصول على ضرورات الحياة كما في حالات الفقر والعجز
- تدهور نظام القيم: تصارع القيم بين الأجيال والفروق بين القيم الخلقية المتعلمة والفعلية، والفروق بين القيم المثالية والواقع الفعلي
- الضلال: والبعد عن الدين، والضعف الأخلاقي، وضعف الضمير وانتشار الشر وتفشي الرزيلة.

خلاصة الفصل:

تناولنا في هذا الفصل أحد الاضطرابات النفسية والاجتماعية التي قد يتعرض لها الفرد الاغتراب النفسي، فهو من الاضطرابات الأكثر انتشارا لدى الأفراد بعد التعرف عليه بأنه انفصال عن الذات والواقع الذي يعيش فيه ثم التعرف على أهم أبعاده التي تطرقنا لها سابقا وقد تكونت من أربعة أبعاد رتبها المختصون لتأتي بعدها الأسباب التي كانت نفسية واجتماعية وثقافية ودينية لتتشكل أنواع الاغتراب النفسي، ويعتبر من أهم أشكال الاغتراب ثم تعرفنا في هذا الفصل ما ميزات وخصائص الشخصية المغتربة وأهم النظريات المفسرة له كل حسب رؤيته لهن وفي الأخير كيفية مواجهة الاغتراب النفسي حسب "إجلال يسرى" مشكلة في نقاط أساسية

الفصل الرابع: الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد:

بعد القيام بجمع المعلومات المتعلقة بالجانب النظري في الفصول السابقة، والتي تعد كقاعدة أو أساسا يعتمد عليه لبناء عمل منهجي ميداني. سنحاول في هذا الفصل التطرق إلى الجانب الميداني والذي يتطلب بدوره تحديد الإجراءات التقنية للدراسة والتي تسمح لنا بالحصول على مختلف البيانات وتمكننا من إختبار فرضيات الدراسة، كما أن الإجراءات المنهجية تضم الدراسة الإستطلاعية الدراسة الأساسية التي تضم حدود الدراسة ، ومنهجها ، مجتمعها، عينتها، وكذلك أساليب المعالجة الإحصائية وأخيرا تنفيذ الدراسة، وهذا ما سنحاول عرضه في هذا الفصل.

1-الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية في البحث العلمي هي أحد أنواع البحوث العلمية التي يقوم الباحث العلمي باستخدامها لكي يعمل على تنفيذ الدارسة الميدانية، وعادةً ما يستعين بها الباحث العلمي إذا كان لا يملك معرفة كاملة عن الموضوع، لذا تساعده في تزويد معرفته وتجعله أكثر تعمقاً في موضوع دراسته، وبالتالي يصبح ملماً بجميع جوانبها، كما يمكن اعتبار الدراسة الاستطلاعية بمثابة نقطة الانطلاق للبحث العلمي بجميع أجزائه النظرية والتطبيقية (العملية)، فهي تعتبر اللبنة الأولي للدراسة الميدانية، والتي تعمل على تعزيز ثقة الباحث العلمي واستمراره في دراسته، لذا سنتعرف في هذا المقال عن الدراسة الاستطلاعية في البحث العلمي وأهدافها ومزاياها وعيوبها.

تعد الدراسة الاستطلاعية محلة مهمة في البحث العلمي، فبناء على التجربة الاستطلاعية أو على ضوء ما يواجهه الباحث من صعوبات أو ما يظهر من النواحي التي تستوجب التغيير فإنه يقوم بالمراجعة النهائية كخطوة مهمة في البحث حتى يكون الباحث مطمئنا بسلامة التنفيذ.

أولا: الدراسة الإستطلاعية

تهتم الدراسة الإستطلاعية بجمع المعلومات لمساعدتنا في بناء الإستبيان والمقياس وهي كما يلي : لقد قامت الطالبتين الباحثتين بإجراءات الدراسة لتكييف وبناء الإستبانة والمقياس:

إستبيان إدمان الانترنتومقياس الإغتراب النفسي :

(أ إستبيان إدمان الانترنت :تعد الإستبانة من أكثر الأدوات إستخداما وشيوعا في البحوث وذلك راجع للمزايا التي يحققها هذه الأدوات من إختصار الجهد والتكلفة وسهولة المعالجة الإحصائية، والنتائج المتحصل عليها تحدد حسب محتواها من أسئلة وهي نموذج يضم مجموعة من الأسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على معلومات حول مشكلة الدراسة ويتم تنفيذها إما عن طريق المقابلة الشخصية أو عن طريق وسائل الإتصال الأخرى

.وقد تم الإعتماد في هذه الدراسة على إستبيان إدمان الانترنت باعتباره أداة أساسية وملائمة لطبيعة موضوع الدراسة واعتمدت الباحثتين في إعدادهما للإستمارة على مراجعة الدراسات السابقة والرسائل والأبحاث الجامعية وكذا نتائج الدراسة الإستطلاعية التي أجريت على 20 طالب وطالبة تخصص علوم

التربية، وجاءت كل الأسئلة مغلقة حتى يستطيع المبحوث الإجابة عنها وتشمل على ثلاثة بدائل (موافق، محايد، غير موافق) وذلك بغرض ثبات المعلومات الميدانية وتحويلها إلى أرقام وتحليلها مع متطلبات الدراسة الميدانية

ب مقياس الإغتراب النفسي

يهدف تصميم هذا المقياس إلى التعرف على مدى شعور طلبة بالإغتراب النفسي

في إعداد هذا المقياس تم الإطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الإغتراب النفسي والتي سبق الإشارة إليها في الإطار النظري والإعتماد على إختبار الإغتراب النفسي خيري حافظ يتكون من (35 (فقرة يجيب الطلبة على منها بـ موافق، محايد، غير موافق

تكييف مقياس الإغتراب النفسي

:لقد تم في هذه الدراسة إعتماد أربعة أبعاد والمتمثلة في العزلة الاجتماعية، اللاهدف ، التمرد و العجز، وقد لاحظت الطالبتين الباحثتين أن هذه الأبعاد الأربعة تضم بعض العبارات المكررة كما لوحظ كثرة العبارات المركبة والطويلة أيضا، وهذه العبارة يمكن أن تؤثر في طريقة الإجابة مما ينعكس على الدرجة التي يحصل عليها الطلبة في هذه الأداة لذلك أجريت بعض تعديلات على مقياس الإتراب النفس

ج الخصائص السيكومترية لمقياس الإغتراب النفسي :صدق المحكمين:

للتحقق من صدق الأداة تم التحقق من الصدق الظاهري لها وذلك بعرضها على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والإختصاص وقد اجمع المحكمون ملحق3 على صلاحية أداة لقياس ما وضعت لقياسه وتم اعتماد الفقرات التي أجمع عليها المحكمين، إضافة ألا أنه تم تعديل بعض الفقرات وكذلك الصياغة اللغوية وفق آراء المحكمين، صغت الإستمارة النهائية 4 محاور هي:

- المحور الأول: خاص ببعد العزلة الإجتماعية
- المحور الثاني: خاص ببعد اللاهدف
- المحور الثالث: خاص ببعد التمرد
- البعد الرابع: خاص ببعد العجز

منهج الدراسة:

إن استخدام الطالبتين الباحثتين لمنهج دون آخر ، يعتمد أساسا على طبيعة موضوع دراسته ونظرا لموضوع الدراسة الحالية يتناول "إدمان الانترنت وعلاقته بالإغتراب النفسي لدى طلبة تخصص علوم التربية"، فإن المنهج الوصفي الإرتباطي هو الملائم للكشف عن الطبيعة بين متغيرات الدراسة لأنه يمكن بواسطته معرفة ما إذا كان ثمة هناك علاقة بين متغيرين أو أكثر و من ثمة معرفة العلاقة ومن أجل ذلك يعتبر المنهج الذي يعتمد دراسة الواقع، وظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها لنا ويوضح لنا خصائص الظاهرة أما التعبير الكمي فيعطينا وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجة ارتباطها مع الظواهر المختلفة.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة التالية من طلبة تخصص علوم التربية مختلف المستويات بجامعة البوييرة من العام الدراسي (2020/2021)تم تحديد هذا المجتمع من خلال المعلومات المتحصل عليها من الدراسة الإستطلاعية

.عينة الدراسة :

كيفية إختيار العينة : تعرف العينة على أنها مجموعة من الوحدات المختارة من مجتمع الدراسة، وذلك لتوفير البيانات التي تستخدم خصائص المجتمع، وأنها عملية المعاينة أو إخراج العينة تتم عن طريق إختيار جزء من المجتمع الأصلي بحيث يمثله الذي يختاره ويستخدمه في الحكم على الكل نسميه العينة لذلك يجب إختيار الطريق المناسب لكل مجتمع لكي تكون ممثلة له أصدق تمثيل حتى غن كل خواص المجتمع بما فيها الإختلاف بين وحداته تنعكس في العينة بأحسن ما يسمع به حجمه

مكان و زمان إجراء البحث:

نظرا للاوصاع الصحية التي الت اليها الجزائرية خلال السنة الدراسية 2021/2020 تعذر اجراء اجانب التطبيقي من الدراسة بسبب الجائحة –كوفيد 19–

اساليب المعالجة الإحصائية

تعتبر الأساليب الإحصائية ذات الأهمية البالغة إذ يمكن لأي باحث إنهاء بحثه والتأكيد على فرضيات بحثه دون الإستعانة بها، وفي دراستنا هذه بعد جمع البيانات وتفريغها في جداول قصد معالجتها باستعمال برنامج الحزمة الإحصائية SPSS المتضمن للعديد من الإجراءا ت الإحصائية الشائعة

. وقد تم تحليل بيانات الدراسة بالإعتماد على :

-التكرارات والنسبة المئوية.

- معامل الإرتباط سبيرمان وبراون للتجزئة النصفية لحساب ثبات الإستمارة والمقياس

- .معادلة جوثمان لحساب ثبات الإستمارة والمقياس .

-معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات الإستمارة والمقياس.

- معامل الإرتباط بيرسون

خلاصة الفصل :

تناولنا في هذا الفصل الإجراءات التنفيذية للدراسة، حيث تم تحديد مجالات الدراسة وبعدها المنهج ثم أدوات جمع البيانات وخصائصها السيكومترية بالإضافة إلى مجتمع وعينة الدراسة ثم أساليب المعالجة الإحصائية وأخيرا تنفيذ الدراسة ومنه الجانب التنفيذي للدراس

خاتمة

خاتمة:

طلاب الجامعات من أكثر الفئات تعاملا مع مواقع التواصل الاجتماعي و بالتالي الأكثر انبهارا وتأثرا بالأفكار الواردة ،

ومما لاشك فيه أن استغراق الطالب الجامعي في التصفح لساعات طويلة لمواقع الدردشة والتحاور يؤدي الى استنزاف الوقت والجهد كما يعرضهم لاضطرابات نفسية واجتماعية،ويمكن تفسير الأرقام والإحصاءات المرتفعة المتعلقة باستعمال مواقع التواصل الاجتماعي على انها صبحت أكثر جاذبية للطالب الجامعي، فلم يعد الأمر يقتصر على الجلوس أمام الكومبيوتر أو هاتفه النقال في أوقات الفراغ ، بل أصبح الجلوس أمام الكومبيوتر لفترات طويلة سمة أساسية في حياة الطلاب الجامعيين وجزء لا يتجزأ من نشاطاتهم اليومية ضافة وا إلى أن هناك العديد من مستخدمي مواقع الانترنت يسرفون في استخدامها مما يؤثر على حياتهم الشخصية والاجتماعية ويظهر عليهم ما يسمى بأعراض "إدمان مواقع التواصل الاجتماعي و قد أثبتت الدارسات أن الطالب الذي يقع في إدمان الانترنت يتأثر نموه المعرفي والتربوي مما يوجب على المجتمع أن إعاقة نموها المعرفي والتربوي وذلك بالتأثير السلبي لايقف وقفة المتفرج أمام هدر هذه الثروة الشبابية على مستوى الطالب التحصيلي في المدرسة مما يتطلب التغلب على هذه الظاهرة (ناصر الدينالعبيدي ، (فالإدمان على الانترنت يؤدي إلى حدوث مشكلات نفسية لدى الطالب المدمن ألا وهي الشعور بالاغتراب النفسي وهذا ما توصلت إليه دارسة على أن الاغتراب يؤثر على تحصيل الطالب الجامعي كما أكدت العديد من الدراسات مثل دراسة الشافعي، فالإغتراب النفسي ظاهرة نفسية شديدة الخطورة تؤثر على الفرد والمجتمع ككل، ففيها يشعر الفرد بالعزلة واللامعنى من حياته، وذلك نتيجة الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ومن هذا المنطلق يتضح أن إدمان الانترنت قد يؤدي إلى مشكلة الإغتراب النفسي

المراجع

❖ **المراجع**:

1. الحويج صالح المهدي، مظاهر الإغتراب واضطراب الهوية وعلاقتها بالسلوك العدواني، د ط، مصر، 2008 .
2. النشتى علي السيد نظرية الإغتراب وهموم الإنسان المعاصر دون طبعة، المكتبة المصرية للنشر والتوزيع القاهرة 1997 .
3. جلال محمد السري، الأمراض النفسية والإجتماعية، طبعة 1،دار الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة 1997.
4. حسن مصطفى عبد المعطي علم النفس الإكلينيكي دون طبعة، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، مصر 2003 .
5. زينب الشقير مقياس الإغتراب النفسي مكوناته، مظاهره، دار المكتبة "النهضة المصرية" دون طبعة، مصر، 2002 .
6. عبد اللطيف خليفية، دراسات في سيكولوجية الإغتراب، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع مصر 2003.
7. عصام منصور، إدمان الأنترنت وآثاره الإجتماعية السلبية.
8. محمد النوي محمد علي، إدمان الأنترنت في عصر العولمة، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان،2010.
9. إبراهيم الشافعي إبراهيم، إدمان الأنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب جامعة الملك خالد، القاهرة، 2010.
10. أحمد محمد الزعبي (1996) . سيكولوجية المراهقة ، صنعاء : دار الآفاق للطباعة والنشر ، الجمهورية اليمنية
11. الكيلاني عبد الله، الشريفين نضال، مدخل إلى البحث في العلوم التربوية، دار المسيرة للنشر، عمان، الأردن، 2008 .