الالكسيثيميا كمنبئ لإدمان مراهقي المرحلة الثانوية للإنترنت وفقاً لبعض المتغيرات بمحافظة المنيا

إعداد الباحثة / أحلام رمضان محمد بخيت

إشراف

أد. إسهام أبو بكر عثمان
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة المنيا

د. أحمد عكاشة على
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة بني سويف

- **مستخلص البحث :**

هدف البحث الحالي إلى التعرف على العلاقة بين الألكسيثيميا وإدمان الانترنت ، ومعرفة الفروق بين استجابات الطلاب على مقياسي الألكسيثيميا وإدمان الانترنت تبعاً لمتغيرات (النوع – البيئة – نوع التعليم) بالإضافة إلى معرفة مدى التنبؤ بإدمان الانترنت من خلال الالكسيثيميا .

ولاختبار صحة الفروض تم تطبيق مقاييس (الألكسيثيميا وإدمان الإنترنت من إعداد الباحثة) وذلك بعد التأكد من خصائصها السيكومترية ، وطُبق الكترونياً على عينة مكونة من (ن = ٣٨٧) طالب وطالبة في الصف الأول والثاني والثالث للتعليم الثانوي العام والأزهر ، تراوحت أعمارهن بين (١٥– ١٧) عام وذلك بداية من ٢٠١٩/٥/٧ إلى ٢٠١٩/٩/٢٢ م للعام الدراسي ٢٠١٩/٢٠٢٠م.

وكشفت نتائج البحث عن وجود علاقة دالة احصائياً بين الالكسيثيميا بأبعادها وإدمان بأبعاده لدى عينة البحث ، ووجود فروق دالة بين الجنسين على مقياس الالكسيثيميا لصالح الإناث وعدم وجود فروق بينهم على مقياس إدمان الانترنت ؛ بالاضافة إلى ذلك عدم وجود فروق دالة بين استجابات الطلاب على مقياسي الالكسيثيميا وإدمان الانترنت تبعاً لمتغير البيئة (ريف–حضر) ومتغير نوع التعليم (عام – أزهر) ، كما أشارت النتائج على انه يمكن التنبؤ بإدمان الانترنت في ضوء الالكسيثيميا .

* **الكلمات المفتاحية :** الالكسيثيميا – إدمان الانترنت – المرحلة الثانوية .

Alexithymia as a predictor of high school adolescents addiction according to some variables in Minia Governorate

Researcher preparation
Ahlam Ramadan Mohammed Bakheet

- **Summary of the research" :**

The aim of the research is to identify the relationship between Alexithymia and internet addiction and to know the differences between students responses to the Alexithymia and internet addiction . Standard depending on the gender variable , the environment , education , in addition to knowing the extent of prediction of internet addiction through Alexithymia in order te-test the validity of the hypothese , the measures of Alexithymia and internet addiction were applied by the researcher's prepration after verifying their psychometric characteristics and applied electronically to a sample consisting of Alexithymia male and female students in the first , second and the third secondary school and Al-Azhar , their ages ranged between (15-17) and that starts from 7/ 5/2019 to 22/9/2019 for the academic year 2019/2020.

The results of the research revealed the excistance of a statistically significant relationship between Alexithymia its dimensions , and internet addiction , its dimensions among the research sample , the existence of differences between the sexes on the standard of Alexithymia in favour of femals , the absence of differences between them on the standard of internet addiction and the absence of significant , differences of students on the standard , but Alexithymia and internet addiction , depending on the environment variables in the countryside and urban , and the type of education , the General and Al-Azhar , the results also indicated that internet addiction can be predicted in light of Alexithymia.

* **Key words** : Alexithymia – internet addiction – secondary stage.

- **مقدمة البحث Introduction of the Research :**

تعتبر الانفعالات والمشاعر جزء مهم في حياتنا ولا نستطيع أن نغفل قيمتها وأهميتها ؛ إذ تضفي على حياة الفرد معنى خاص وتجعله يستمتع بها ، فهي التي تقود الإنسان وتتحكم في توجيه قراراته ، وتعد من المكونات الاساسية في شخصية الإنسان ، وأن امتلاكه لها وقدرته على التعبير عنها شيء مهم للغاية كي يستمر التوافق الحيوي النفسي الاجتماعي لديه ، إذ أنها تلعب دوراً مهماً في التكيف والتواصل بين الآخرين .

والإحساس بالمشاعر أو الوعي بالانفعالات والتعبير عنها من ضرورات التواصل البين شخصي ، وهو شكل من أشكال السلوك المميز للإنسان الذي يمكن من خلاله الحكم على شخصيته وقدرته على التواصل مع من حوله ، والتأثير بهم وجذب انتباههم والتعاطف معهم ، فالوعي بها ما هو إلا دليل على الكفاءة الوجدانية والاجتماعية والمهنية للفرد ويساعد في تحقيق الصحة النفسية ، فالأفراد الذين يفتقدون إلى القدرة على التعبير عن المشاعر ، يفتقدون إلى الوعي الانفعالي بالذات ، ويعانون من العجز عن إقامة علاقات قوية ودافئة ، ولا يستطيعون أن يفكروا في انفعالاتهم واستخدامها للتكيف مع المواقف الضاغطة ، وهذا يتسبب في جعل هؤلاء يعيشون في حالة من العجز الوجداني والذي أطلق عليها مصطلح الالكسيثيميا . **(Girod , 2017)**.

فعملية التعبير عن المشاعر ووصفها للآخرين من أهم العمليات التى تسهم إلى حد كبير في تيسير عملية الاتصال والتفاعل مع المحيطين وتبادل الأفكار وتكوين صداقات وعلاقات اجتماعية ، ومن منا لا يحتاج لهذا التواصل والتفاعل مهما اختلف النوع أو العمر أو البيئة (حضر/ ريف) ....، والافراد الذين يعانون من ضعف القدرة على التعبير عن مشاعرهم يعانون من صعوبات ذاتية واجتماعية من الممكن أن تؤثر في تعاملهم مع مواقف الحياة المختلفة وتواصلهم الفعال ؛ فعدم التعبير عن المشاعر أو كبتها أو الصراع حول التعبير عنها يرتبط بالعديد من المشكلات والاضطرابات النفسية والانفعالية ، ويعتبر مدمراً وخاصة عند تعرضه لبعض المواقف الحياتية المختلفة أو عند اتخاذه لبعض القرارات المصيرية في حياته مثل تحديد الوظيفة ، أو الزواج ، .... .

كما أنها مثلت عامل خطر ومهم في تنمية وتطوير السلوكيات المعادية للمجتمع ، وتؤثر أيضاً في تواصلهم الفعال مع الآخرين ؛ حيث تجعلهم شخصيات حادة في الطباع وغير محبوبين من قبل الآخرين ومنعزلين لأنهم يظهروا القليل من الدفء في العلاقات وغير مرنين ومفتقرين للكلمات التي تتناسب مع المواقف المختلفة للتعبير عن حالتهم الانفعالية ، مما يؤدي ذلك إلى محدودية العلاقات الاجتماعية والافتقار بالاستمتاع بالحياة بشكل عام ، فنجدهم أكثر قابلية للمعاناة من مشكلات معرفية وانفعالية ومشكلات تتصل بعلاقاتهم بأنفسهم وبالآخرين حيث يجدون صعوبة في التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم الايجابية والسلبية

ونجدهم ايضاً يعانون من بعض الاضطرابات والمشكلات الكثيرة منها : العلاقات المتصدعة ، الشكاوي الجسدية ، وتقدير الذات المنخفض ، الاكتئاب ، العزلة الاجتماعية ، وإدمان العقاقير ، واضطرابات الأكل ، إدمان الهاتف المحمول ... وغيرهم كدراسة (Hofman ,2014 ؛ Shishido . et al , la Brie . et al , 2014؛ Weiss . et al ,2012 ; Masoud ej . j . 2014 ، Michela , et . al ,2014;Gao,et . al , 2018 ; (هيام صابر صادق ، ٢٠١٣ : ٨٣).

- **مشكلة البحث : Problem of the Research**

يعيش العالم اليوم زمن الانترنت فدخلت شبكة الانترنت بشكل مذهل وسريع في البيوت والمقاهي وفي كل مكان وزاد عدد مستخدميها وعدد ساعات الاستخدام لدرجة أن الامر تحول إلى الإدمان بين بعض فئات المجتمع خاصة عند المراهقين وبات لدينا من يمكن أن نطلق عليه لقب " مدمن الانترنت" فأصبح الشباب اليوم يستخدمونه بشتى الطرق ولساعات طويلة ؛ فأصبح هناك بشر انقطعت عن عالمها الحقيقي وتركت الفرصة للانجراف في العالم الافتراضي بلا حدود ؛ ولا يقع في هذا النوع من الإدمان إلا من كان يعاني من مشكلة كأن تكون عائلية أو دراسية أو خاصة بالانفعالات والمشاعر وصعوبة التعبير عنها { الالكسيثيميا } ؛ فيجعل من الانترنت سبباً للتنفيس عن مشاعره المكبوتة . (أحمد عبد العزيز وآخرون ، ٢٠١٧.)

ولا شك أن مرحلة المراهقة وما يصاحبها من تغيرات فسيولوجية وسيكولوجية وجسمية تجعل المراهقين من أكثر الفئات عرضه للألكسيثيميا أو فقر التعبير الانفعالي { الامية الانفعالية } Emotional illiteracy ، والتي تتسبب في نقص مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي ؛ إذاً كأن هنا في وسط هذه المرحلة وما يصاحبها من تغيرات والتي يكون فيها المراهق ضعيفاً قابلاً للتغيير مع أي تيار يواجهه ؛ نجد وسائل الإعلام جميعها بما فيها الانترنت تدفع المراهقين نحوه وتجذبه إليه خاصة عندما يكون لديه مشكلة تقف أمامه وتعترضه وتجعله غير متكيف مع المحيطين به ، فيكون العالم الافتراضي الوهمي الزائف هو المهرب / المنقذ الوحيد له .

فأصبحت شبكة الانترنت الآن وبلا شك تتسبب في تحول كل شيء يمكن أن نقوم به في الواقع الحقيقي كالعلاقات والتفاعلات الاجتماعية الحقيقية وتبادل الأفكار والآراء مع الآخرين وجهاً لوجه بالتعبير عن المشاعر ، إلى عالم افتراضي وهمي يقوم على بناء علاقات وهمية سطحية من قبل افراد لا تعرف ما هي هويتهم ، وأعطت فرصة أكبر للمراهقين الذين يفتقرون للصداقة في الحياة الحقيقية بسبب فشلهم في التعبير عن المشاعر وتوصيلها للآخرين إلى البحث عن مهرب بالجلوس أمام الكمبيوتر واستخدام الإنترنت كوسيلة / أداة

تفاعلية بديلة وسهلة للتعرف على اصدقاء وهميين من أجل اشباع احتياجاتهم الغير ملباة ويعوض ما افتقده في عالم الواقع .

وفي ضوء ما سبق عرضه يتضح أن الالكسيثيميا من المشكلات التى قد يواجهها المراهقون في هذه المرحلة ولاتي لا يمكن أن نتجاهلها ، والافتقار لهذه القدرة تحد إلى درجة كبيرة من التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ، ويجعل الفرد حاد الطباع ومنعزل عنهم ، وعدم تكيفه مع المحيطين به وبالتالي يؤثر هذا في تعاملهم مع الآخرين ؛ مما قد يجعل الشاب / الفتاة يبحث عن مهرب بالجلوس امام الانترنت ويتخذونه سبباً للتنفيس عن مشاعرهم المكبوتة كوسيلة أسهل وأقل تهديداً للتعرف على اصدقاء وهميين هؤلاء هم الذين يفتقرون للصداقة في عالم الواقع ويفتقدون للاهتمام وعدم التكيف مع المحيطين ، فالأفراد الذين يعانون من هذه المشكلات أكثر الفئات وقوعاً في الخطر لتطور هذا الاضطراب ، فالقدرة على خلق هذا المجتمع الافتراضي تساعد الفرد على ترك عالمه الحقيقي خلف ظهره ، ومن خلال هذا التفاعل يعوض الفرد ما افتقده في عالم الواقع . (نادية محمود غنيم ،٢٠١٤ : ١١٨ ؛كيمبرلي يونج ، ٢٠١٤ :٤٣) .

وهذا ما أكدته دراسة (سيد عبد العظيم ، ٢٠٠٧) أن الفرد يدور في حلقة مفرغة من الشعور بالوحدة واليأس يقودانه إلى الاستغراق الزائد مع الانترنت للهروب مما يعانية من مشكلات وانفعالات سلبية ، ولكن ما يحققه من الإحساس بالمتعة والإثارة الوقتية يؤدي إلى مزيد من العزلة عن الآخرين واليأس من الحياة .

ومن خلال هذا يمكن تحديد مشكلة البحث في الأسئلة الآتية :-

١. ما العلاقة بين الألكسيثيميا وإدمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟ .
٢. هل توجد فروق بين طلاب المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير النوع (ذكور – اناث) في الالكسيثيميا وادمان الانترنت ؟
٣. هل توجد فروق بين طلاب المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير البيئة (ريف – حضر) في الألكسيثيميا وإدمان الانترنت ؟
٤. هل توجد فروق بين طلاب المرحلة الثانوية (ثانوي عام – ثانوي أزهر) في الألكسيثيميا وإدمان الانترنت ؟
٥. هل يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من خلال الالكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

- **أهداف البحث Aims of the research :**

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على :-

١. العلاقة بين الالكسيثيميا وإدمان الانترنت لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية .
٢. الفروق بين طلاب المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير النوع (ذكور / إناث) على مقياسي الالكسيثيميا وإدمان الانترنت .

٣. الفروق بين استجابات طلاب المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير البيئة (ريف / حضر) على مقياسي الألكسيثيميا وإدمان الانترنت .

٤. الفروق بين استجابات طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغير نوع التعليم (ثانوي عام / ثانوي أزهر) على مقياسي الالكسيثيميا وإدمان الانترنت .

٥. مدى مساهمة الالكسيثيميا في التنبؤ بإدمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية .

- **أهمية البحث Importance of the Research ;**

تتحدد أهمية البحث الحالي في النقاط التالية :-

أ- الأهمية النظرية : Theoretical importance :

١. يمثل البحث الحالي اضافة جديدة حول العلاقة بين الألكسيثيميا وإدمان الانترنت حيث على حد علم الباحثة لا توجد دراسات ربطت بين المتغيرين ربطاً مباشراً في البيئة العربية ، مما يؤكد أهمية الدراسة في الإطار النظري .

٢. تناول البحث متغيرين مهمين من خلال الإطار النظري وهما : الألكسيثيميا وإدمان الإنترنت لجذب انتباه الأسرة والمجتمع ككل لأهمية متغير الألكسيثيميا وأهمية الوجدان في حياة الفرد بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة من أجل تحقيق الصحة النفسية للتكيف مع المحيطين ولكي يحظى باهتمام كثير من الدراسات والبحوث من جهة ، ومن جهة أخرى متغير إدمان الانترنت الذي هو مرض العصر اليوم وأصبح رعب للأسر المصرية بصفة خاصة ولا تقل خطورته التدميرية عن باقي الإدمانات الاخرى فهو عالم افتراضي وهمي يختلف عن الواقع .

٣. الاهتمام بمرحلة عمرية من أخطر المراحل العمرية في حياة الفرد وهي مرحلة المراهقة والتي يكون فيها المراهق ضعيفاً قابل للتغيير مع أي تيار قادم إليه نظراً لطبيعة هذه المرحلة وما يصاحبها من التغيرات التى تطرأ عليه .

ب. الأهمية التطبيقية Practical Importance :

١. تكمن أهمية البحث في ضرورة توعية الأسرة والمعلمين في مختلف المراحل العمرية وخاصة مرحلة المراهقة بالاهتمام بانفعالات أبنائهم والتعبير عنها وفهمها من أجل تكوين شخصية ناضجة انفعالياً ومتزنة ولكي يتمتع بالتوافق النفسي والاجتماعي ، ويخفف من ظهور مثل هذه الاضطرابات .

٢. إعداد أداة لقياس متغير الألكسيثيميا وأداة لمتغير إدمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية كل على حدة في البيئة المصرية ؛ ويمكن الاستفادة بهما في مجال الدراسات النفسية.

٣. يمكن أن يفيد واضعي برامج الوقاية والعلاج في بناء برامجهم بناءً على ما يسهم به البحث من نتائج وتوصيات .

٤. معرفة مدى خطورة اضطراب الألكسيثيميا حيث أن هذا المتغير غير شائع ولم يحظى باهتمام الكثير من الدراسات والبحوث ، ولذلك تكمن أهمية دراسته في التعرف عليه ، وعلى اسبابه ، وأعراضه ، وكيفية الوقاية منه ؛ وكذلك أيضاً متغير إدمان الانترنت .

- **مصطلحات البحث : Terms of the Research :**

١. الألكسيثيميا Alexithymia :

اشار إليها (هشام الخولي ، ٢٠١٠) بإسم " التكتم " ويعرفها بأنها : " افتقاد لقدرة الإحساس بالمشاعر والتعرف عليها والتمييز بينها أو قصور وضعف هذه القدرة والتى تتمثل في معرفة وفهم وتمييز المشاعر والانفعالات هذا بالإضافة إلى عدم القدرة أو قصورها وضعفها على نقل هذه المشاعر لفظياً وغير لفظياً .

كما اشار إليها تايلور وباجبي (Taylor & Bagby, 2013 : 100) بأنها " مجموعة من السمات الاساسية وتتضمن صعوبة تحديد ووصف الاحاسيس الداخلية ، والحياة الخيالية الفقيرة ، واسلوب تفكير موجه للخارج" .

وعرفتها بيتكا وآخرون (Betka ,S., et al .,2018 :85) بأنها " بنية شخصية تتميز بعجز في الاسترجاع المعرفي ووصف المشاعر ، التى ارتبطت بها ".

وعرفها أيضاً هوفمان (Hofman, 2014) بأنها " شكل من عدم تنظيم المشاعر والعواطف ".

كما عرفتها (ياسمين جمال الدين ،٢٠١٣ :٢٨١) بأنها " عبارة عن اضطراب في المعالجة المعرفية للانفعالات واضطراب في تنظيم هذه الانفعالات يتمثل في عجز الفرد في التعرف على انفعالاته وأحاسيسه أو التعبير عنها مع صعوبة تمييزه بين الأحاسيس النفسية والإحساسات الجسدية الناتجين من الاستثارة الانفعالية".

واتفقت دراسة كلاً من(هشام الخولي،٢٠٠٦ :٢٢٢ ؛٢٠٠٨ :٢٢٦ ؛ ٢٠١٠ :٣٣٦ ، أبو زيد الشويقي ، ٢٠٠٨ :٦٢) ؛ (Oyefeso , et al .,2008 :228) على أن الألكسيثيميا هي "صعوبة وعجز في القدرة على التعرف على الأحاسيس والمشاعر ، ووصفها ، والتمييز بينها وبين الأحاسيس الجسدية الفسيولوجية الناتجة عن الاستثارة الانفعالية الوجدانية ، وحياة تخيلية محدودة واسلوب التفكير الخارجي ".

وعرفتها (نادية محمود غنيم ، ٢٠١٤: ١٢١) بأنها " عدم القدرة على التعامل مع المشاعر والانفعالات ، والصعوبة في التعرف على المشاعر الذاتية والتمييز بينها ، وصعوبة في التواصل اللفظي الوجداني " .

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها : " ضعف وعي المراهق في التعرف على انفعالاته ومشاعره الخاصة به وفهمها ، كذلك انفعالات ومشاعر الآخرين ؛ وصعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين مما يؤثر ذلك على اتصاله وتفاعله مع المحيطين به ، بالإضافة

إلى استجابته السلبية للمواقف ، مع قدرة محدودة على التفكير أو التصور والمتوجه نحو الخارج .

٢. إدمان الانترنت Internet Addiction :

ويعرف (محمد النوبي محمد ،٢٠١٠ :٥٥) إدمان الانترنت بأنه " التعود الدائم والمتكرر للشخص والانغماس في فترة أطول من الوقت في تصفح شبكة الانترنت ومشاهدته للمواقع التي يريدها ويفضلها " .

كما يعرفه كيريموفا وجونوس(Kerimova & Gunuc ,2016) بأنه الاستخدام المفرط للإنترنت والذي لا يمكن أن يتحكم فيه مستخدمو الانترنت ، مما ينتج عن ذلك العديد من المشاكل والاضطرابات النفسية والجسدية لهم " .

واوضح (حلمي خضر ، ٢٠٠٥) إلى أن الاستخدام المتزايد للإنترنت يترتب عليه مجموعة من الأعراض النفسية مثل : القلق والاكتئاب والشعور بالإحباط والحزن ، وفتور في العلاقات الاجتماعية ، وإهمال حقوق الآخرين والواجبات الاسرية ، والطبية كآلام الظهر والرقبة ، والتهاب العينين ، والأرق. (إيمان فوزي شاهين،٢٠١٣ :١٣٦) ؛ وهذا ما أيدته دراسة كلاً من (Kubey , .et al, 2001 ; Caplan ,S. ,2002 ; Tsai, C. &Lin,S,2003 ; De-Garcia , et .al ,2002; عصام محمد زيدان ، ٢٠٠٨) .

ويعرفه أبو جود (Abou jaoude ,2010 :85) إدمان الانترنت بأنه " حالة من عدم السيطرة والاستخدام المتزايد لشبكة الانترنت ، والذي ينتج عن سلوكيات تظهر عند مستخدميه ولا يمكن التحكم فيها ، وتقوده لاستخدام الانترنت وتجعله عاجزاً عن أداء الوظائف اليومية بالشكل المناسب".

وعرفه أيضاً (عبد الكريم عطا كريم ،٢٠١٦ ، ٢٢) بأنه الاعتماد المفرط لشبكة الانترنت والرغبة الإلزامية في استخدامه ، والشعور بضعف ضبط النفس ، مما يؤدي إلى انخفاض الانتاجية ، وإحداث اضطراب في العلاقات الاجتماعية من خلال استبدال العلاقات الاجتماعية الحقيقية بالعلاقات الافتراضية السطحية ؛ وبالتالي تصبح مشاركة وإقبال المراهقين على الانترنت سلوكاً مخلاً أو مضطرباً وغير سوي" .

ومن خلال التعريفات السابقة لإدمان الانترنت يمكن أن تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه "صعوبة ضبط المراهق في كمية / مقدار الوقت الذي يستخدمه على الانترنت أو خفضه أو التوقف عنه ؛ فيعجز في السيطرة على استخدامه، ويصاحبه تأثيرات سلبية على جميع جوانب حياته وعلى سلوكه ، هروب من الواقع إلى عالم الخيال الافتراضي ، ويصاحبه أيضاً ظهور بعض الأعراض والاضطرابات الناتجة عند التوقف عن استخدامه أو التقليل منه "

٣. المرحلة الثانوية Secondary stage :

وتتراوح أعمار طلاب المرحلة من (١٥-١٧) سنة ، وتعتبر فترة المراهقة / Adolescence هي المرحلة التى يعبرها الطفل كي ينتقل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد ليصير راشد ناضجاً سواء كان رجلاً أم امرأة ، وهي تبدأ بحدوث البلوغ الجنسي وتنتهي بالوصول إلى سن الرشد ، هناك مراهقة متوافقة (سوية) خالية من المشكلات والصعوبات ، ومراهقة انسحابية منطوية حيث ينسحب المراهق من مجتمع الأسرة والاقران ، ويفضل الانعزال والانفراد بنفسه حيث يتأمل ذاته ومشكلاته ، وأخيراً المراهقة العدوانية (المنحرفة) . ويمر المراهق بعدة تغيرات في هذه المرحلة تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالنضج وهذه التغيرات هي (النمو الجسماني والفسيولوجي ، النمو العقلي ، والنمو الاجتماعي).

- **فروض البحث hypotheses of the Research :**

هدف البحث إلى التحقق من صحة الفروض التالية :-

١. توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الالكسيثيميا بأبعادها وإدمان الانترنت بأبعاده لدى طلاب المرحلة الثانوية .

٢. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين استجابات طلاب المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير النوع (ذكور / إناث) على مقياسي الالكسيثيميا وإدمان الانترنت .

٣. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين استجابات طلاب المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير البيئة (ريف / حضر) على مقياسي الألكسيثيميا وإدمان الانترنت .

٤. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين استجابات طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغير نوع التعليم (ثانوي عام / ثانوي أزهر) على مقياسي الالكسيثيميا وإدمان الانترنت .

٥. يمكن التنبؤ بإدمان بإدمان الانترنت في ضوء الالكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية .

- **محددات البحث " Limits of the Research:-**

تتحدد الدراسة الحالية بالآتي :-

أ. **محددات موضوعية:** تتمثل في دراسة العلاقة بين الالكسيثيميا بأبعادها وإدمان الانترنت بأبعاده وفقاً لبعض المتغيرات .

ب. **محددات مكانية:** حيث تم إجراء البحث الكترونيا باللجوء إلى عمل نموذج الكتروني لمقاييس البحث بناءاً على الموافقة الرسمية من اساتذة القسم بالجامعة وبعد إعدادها الكترونيا تم طرحها على صفحات السوشيال وضمت صفحات المدارس بمحافظة المنيا " عينة الدراسة" وجروبات تحتوي على أكبر عدد ممكن من طلبة الثانوية (عام – أزهر) بمحافظة المنيا .

جـ. **محددات زمانية:** حيث تم إجراء البحث بداية من العام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩م .

د- **المحددات المنهجية** : تتمثل في :

١. منهج البحث Methodology of the Research :

اعتمدت على المنهج الوصفي الارتباطي بهدف التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين الالكسيثيميا وإدمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة المنيا ، سعيا لتحقيق أهداف الدراسة.

٢. عينة البحث Sample of the Research :

شملت طلاب المرحلة الثانوية في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠١٩/٢٠٢٠م وهم يمثلون ذكوراً وإناثاً من التخصصات العلمية والأدبية للتعليم الثانوي العام والأزهر من الريف والحضر.

وتكونت من قسمين :

- **العينة الاستطلاعية** : وبلغ عددها (١٢٥) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية ، بغرض التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث واستخدامها لحساب الصدق والثبات ، والتحقق من صلاحيتهم للتطبيق على العينة الاساسية .
- **والعينة الاساسية** : وبلغ عددها (٣٨٧) طالب وطالبة ، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٥-١٧) سنة ، وتم التطبيق عليهم الكترونيا بداية من ٥/٧ إلى ٩/٢٢ للعام الدراسي ٢٠١٩/٢٠٢٠م ، بهدف التحقق من صحة فروض الدراسة وتفسير النتائج في ضوئها .

٣. أدوات الدراسة :

- مقياس الالكسيثيميا (اعداد / الباحثة) .
- مقياس إدمان الانترنت (اعداد / الباحثة) .

أ. مقياس الالكسيثيميا :

١. هدف المقياس :

صمم مقياس الألكسيثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية لقياس أبعاد الألكسيثيميا (ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها – صعوبة في التوصيل ووصف المشاعر للآخرين – الاستجابة السلبية للمواقف – التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج) لدى عينة الدراسة بمحافظة المنيا ، وتم اختيار هذه الأبعاد بناءاً على حصر شامل للمقاييس التى عنت الدراسة بدراسة الألكسيثيميا وخاصة لدى طلاب المرحلة الثانوية .

وقد استفادت الباحثة من أبعاد وعبارات تلك المقاييس في إعدادها لمقياس الألكسيثيميا واختيرت بعض العبارات المناسبة وتم تحويلها من صيغة الاستفهام إلى عبارات تقريرية لسهولة استجابات المفحوصين عليها وإجراء بعض التعديلات لموائمتها ثقافياً للبيئة العربية ولكي تناسب عينة الدراسة أيضاً ، وتوصلت إلى أربعة أبعاد رئيسية تكّون منها المقياس

الحالي ؛ وتكون المقياس من (٤٠) عبارة موزعة على الأربع ابعاد التالية بحيث يشمل كل بُعد على الآتي:-

- **ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها :**

Poor awareness and understanding of feeling:

ويتضمن هذا البُعد مؤشرات تشير إلى " ضعف وعي المراهق بانفعالاته ومشاعره الخاصة فضلاً عن ضعف فهم مشاعر وانفعالات الآخرين والوعي بها ؛ ويشمل (١١) عبارة .

- **صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين :**

Difficulty in communicating describing feelings to others :

ويتضمن هذا البُعد مؤشرات تشير إلى " ضعف قدرة المراهق على وصفه للمشاعر والانفعالات أو التعبير عنها ونقلها للآخرين من خلال الكلمات والتعبيرات اللفظية ، وضعفه على التواصل غير اللفظي ؛ عن طريق تعبيرات الوجه وتبادل الابتسامات وإظهار التعبير الملائم للموقف" ويشمل (٩) عبارات .

- **الاستجابة السلبية للمواقف : Negative response to situation :**

ويتضمن هذا البُعد مؤشرات تشير إلى " عجز المراهق في استدعاء الاستجابات الصحيحة المناسبة تبعاً لطبيعة الموقف ؛ وإظهاره للاستجابات السلبية بطريقة تحجم مشاركته وتبدو في عدم التصرف أو إظهاره للانفعال الغير ملائم ؛ والذي لا يدعم الموقف" ؛ ويشمل (١٠) عبارات .

- **التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج" " Limited and outward –thinking " :**

ويتضمن هذا البُعد مؤشرات تشير إلى قدرة المراهق المحدودة على التفكير والتصور في استخدام مشاعره وانفعالاته وتوظيفها واعتماده في نمط تفكيره على آراء وأحكام الآخرين والاتكالية في اتخاذ القرارات للمواقف التي يمر بها " ؛ ويشمل (١٠) عبارات .

جـ- وضعت ثلاثة بدائل للإجابة على عبارات المقياس هي : تنطبق علي دائماً (٣) ، تنطبق علي أحيانا (٢) ، لا تنطبق أبداً (١) وتعكس للعبارات السلبية .

د- تم عرض المقياس في صورته الأولية على (١٥) مُحكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس والصحة النفسية والتربوية ، وتم حذف العبارات التى حصلت على نسبة اتفاق أقل من (٩٠%) كما تم تعديل صياغة بعض العبارات نتيجة آراء المحكمين .

هـ- طبق المقياس في صورته النهائية بعد عرضه (٤٠) عباره على عينة من طلبة وطالبات الصف الأول والثاني والثالث الثانوي (عام وأزهر) ، وبلغ عددهم (١٢٥) كعينة استطلاعية للتأكد من صلاحيته واستخدامه لحساب الصدق والثبات ، والتحقق من صلاحيته للتطبيق على العينة الاساسية وبلغ عددها (٣٨٧) طالب وطالبة ؛ ثم تصحيحه وفقاً لتقدير الدرجات السابق ذكرها ؛ وللتقليل من الميل لاتخاذ نمط ثابت للاستجابات ، تم وضع بعض العبارات

في عكس اتجاه العبارات الآخرى ، بحيث تشير العبارات المعكوسة إلى الجانب الإيجابي للمتغير ؛ وقد روعي تصحيح هذه العبارات في الاتجاه العكسي ، وبلغ عدد العبارات التى يجب أن توضع لها الدرجة المعكوسة (١١) عباره . والجدول رقم (١) يوضح الصورة النهائية للمقياس .

جدول (١) يوضح الصورة النهائية لمقياس الألكسيثيميا

أبعاد الألكسيثيميا	العبارات	عدد العبارات
١- ضعف وعي المشاعر وفهمها .	(١ – ١١)	١١
٢- صعوبة في توصيل ووصف المشاعر.	(١٢- ٢٠)	٩
٣- الاستجابة السلبية للمواقف .	(٢١ – ٣٠)	١٠
٤- التفكير المحدود والمتوجه نحو الخارج.	(٣١- ٤٠)	١٠
المجموع	٤٠	٤٠

- **الخصائص السيكومترية للمقياس :**

١. الاتساق الداخلي : Internet consistency :

ويقصد بالاتساق الداخلي مدى اتساق كل عباره من عبارات المقياس مع البُعد الذي تنتمي إليه هذه العبارة وتم حسابه كمؤشر سيكومتري مستقل للصدق وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين العبارات والمحاور ، وبين المحاور والمقياس ككل ويشير جدول (٢) إلى تلك النتائج والذي يتضح منه أن جميع الارتباطات دالة عند مستوى ٠.٠١ .

جدول (٢) معاملات ارتباط العبارات بالمحاور لمقياس الألكسيثيميا

رقم العبارة	المحول الأول قيمة معامل الارتباط ودلالته	رقم العبارة	المحور الثاني قيمة معامل الارتباط ودلالته	رقم العبارة	المحور الثالث قيمة معامل الارتباط ودلالته	رقم العبارة	المحور الرابع قيمة معامل الارتباط ودلالته
١	,٣٣٦**	١	٠,٥٠٣**	١	,٥٥٦**	١	,٤٣٦**
٢	,٥٩٨**	٢	٠,٥١**	٢	,٦٧٨**	٢	,٣٣٤**
٣	,٨٢**	٣	٠,٦٦٦**	٣	,٧٥**	٣	,٣٨٦**
٤	,٦١٥**	٤	٠,٤٠**	٤	,٦٤٨**	٤	,٣٧٣**
٥	,٤٢٩**	٥	٠,٧٦٦**	٥	,٥٩٤**	٥	,٤٥٥**
٦	,٨٤**	٦	٠,٥٥١**	٦	,٦٢٢**	٦	,٥٠٢**
٧	,٥٣**	٧	٠,٧٤٤**	٧	,٥٥٨**	٧	,٣٩٧**
٨	,٣٩٧**	٨	٠,٥٦٠**	٨	,٦٦**	٨	,٤٠٥**
٩	,٣٣٨**	٩	٠,٧٢٦**	٩	,٣٥**	٩	,٦٤**
١٠	,٤٥**	—	———	١٠	,٦٦١**	١٠	,٤٠**
١١	,٦٢٨**	—	———	—	———	—	———

** معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١) .

ويتضح من بيانات الجدول السابق أن معاملات الارتباط جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ، مما يدل على الاتساق الداخلي بين الفقرات والمحاور والمقياس ككل ، الأمر

الذي يؤكد صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام والتطبيق . والجدول (٣) يوضح معامل ارتباط المحاور بمقياس الألكسيثيميا ككل .

جدول (٣) معامل ارتباط المحاور بمقياس الألكسيثيميا ككل

البُعد	المقياس ككل
١- ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها	٠,٥٧٦**
٢- صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين	٠,٧٩٨**
٣- الاستجابة السلبية للمواقف .	٠,٨١١**
٤-التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج .	٠,٧٣٤**

** معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١) .

ويتضح من الجدول السابق ارتباط جميع الأبعاد بالمقياس ككل وكانت أعلى الأبعاد ارتباطا بُعد الاستجابة السلبية للمواقف (٠,٨١١) وأقل بعد هو ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها (٠,٥٧٦) .

٢. صدق المقياس : Scale validity :

يقصد بصدق المقياس أن يقيس ما وضع لقياسه ؛ وللتحقق من صدق المقياس تم حساب الصدق بعدة طرق ؛ هي :-

- **صدق المُحكمين / الصدق الظاهري :-**

تم عرض المقياس على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص من أعضاء هيئة التدريس في تخصصات الإرشاد النفسي والصحة النفسية وعلم النفس التربوي بجامعات أسيوط – المنيا – كفر الشيخ – بني سويف – القاهرة – عين شمس وجامعة الاسكندرية ، وبلغ عددهم (١٤) مُحكماً ؛ وطُلب منهم إبداء رايهم في عبارات المقياس من حيث الصياغة اللغوية : الوضوح ، والسلامة اللغوية والحاجة إلى التعديل ، ووضوح المعنى ، ومدى انتماء العبارة في المقياس والبعد وإبداء أية معلومات أو تعديلات ، وبناءاً على اقتراحاتهم تم الأخذ بالتعديلات المقترحة التى اتفق عليها المحكمين بنسبة (٩٠%) ؛ وتم العمل على اخراج المقياس بصورته النهائية ، وكان عدد العبارات قبل التحكيم (٥٦) عبارة وبعد التحكيم (٤٠) عبارة .

- صدق التحليل العاملي : Factorial Analysis:

بعد تطبيق مقياس الالكسيثيميا على عينة تقنين الأدوات (الاستطلاعية) والتي بلغ عددها (١٢٥) طالب وطالبة وتصحيحه ، تم حساب التحليل العاملي الاستكشافي لمصفوفة ارتباط درجات الطلاب على المقياس بواسطة برنامج spass ؛ وجدول (٤) يوضح نتائج التحليل العاملي .

جدول (٤) ابعاد مقياس الالكسيثيميا وتشبعاتها وجذره الكامن

أبعاد المقياس	قيم التشبع	نسب التشبع
١. ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها .	٠,٥٧٩	٠,٣٣٥
٢. صعوبة في توصيل المشاعر ووصفها للآخرين .	٠,٧٨٤	٠,٦١٥
٣. الاستجابة السلبية للمواقف .	٠,٨٠٣	٠,٦٤٤
٤. التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج	٠,٧٥٦	٠,٥٧٢
الجذر الكامن	٢,١٦٦	
نسبة التباين	٥٤,١٥٤	

ويتضح من الجدول السابق تشبع أبعاد مقياس الالكسيثيميا على عامل واحد ، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن (٢,١٦٦) ، ونسبة التباين (٥٤,١٥٤) ، وتراوحت تشبعات هذه الابعاد بين (٠,٥٧٩- ٠,٨٠٣) ؛ مما يعني أن هذه الأبعاد تعبر جميعا عن عامل واحد وهو الالكسيثيميا والتي تصف سمات ضعف الوعي بالمشاعر وصعوبة في توصيل المشاعر ووصفها للآخرين والاستجابة السلبية للمواقف والتفكير المحدود المتجه نحو الخارج وهو ما وضع المقياس لقياسه بالفعل ، مما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للتطبيق بدرجة صدق مقبولة إحصائياً .

٣. ثبات المقياس :

ويتم التحقق من ثبات الأدوات بطرق متعددة منها طريقة إعادة التطبيق ، وطريقة الصورتين المتكافئتين ، وطريقة التجزئة النصفية ، وطريقة ألفا كرونباخ ؛ وقد تم حساب معامل الثبات للمقياس بطريقتين : طريقة معامل الفا كرونباخ وهو يمثل متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة المقياس إلى جزأين بطرق مختلفة ، وبطريقة التجزئة النصفية ، وباستخدام برنامج (.lbm spass statistics version 22) .

وفيما يلي عرض هذه الطرق ونتائجها :

- **معامل الفا كرونباخ :Cronbach's Alpha coefficient :**

تم استخدام طريقة الفا كرونباخ لثبات المقياس حيث تبين أن قيمة معاملات الثبات مرتفعة لكل بُعد من أبعاد المقياس والجدول(٥) يوضح ذلك .

جدول (٥) معامل ثبات الفا كرونباخ لمقياس الألكسيثيميا

البُعد	معامل ثبات (الفا كرونباخ)
١- ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها .	٠,٨٩
٢- صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين.	٠,٦٥
٣- الاستجابة السلبية للمواقف.	٠,٧٥
٤- التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج.	٠,٨٢٢

ويتضح من الجدول السابق أن قيمة معاملات الثبات مرتفعة لكل بُعد من أبعاد المقياس وبالتالي فالمقياس في صورته النهائية قابل للتطبيق .

- **طريقة التجزئة النصفية : Split Half Method :-**

ويتم حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية بالتطبيق على عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية التي اشتملت على (١٢٥) طالب وطالبة ، وتم تجزئته إلى جزئين : الجزء الأول اشتمل على المفردات الفردية ، والثاني على المفردات الزوجية ، وذلك لكل طالب وطالبة على حدة ، وتم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Person) بين درجات المفحوصين في المفردات الفردية ، والمفردات الزوجية ، فكانت قيمة معامل سبيرمان – براون ، ومعامل جيتمان العامة للتجزئة النصفية مرتفعة ، وجدول (٦) يوضح هذه النتائج .

جدول (٦) طريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس الألكسيثيميا

البُعد	سبيرمان – براون	جيتمان
مج١ ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها	٠,٨٥٢	٠,٧٠٣
مج٢ صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين	٠,٩٨٢	٠,٨٦٢
مج٣ الاستجابة السلبية للمواقف	٠,٦٩٦	٠,٦٨٨
مج٤ التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج	٠,٧٥٢	٠,٧١١
مج المقياس ككل	٠,٧٢٤	٠,٧١٤

ويتضح من الجدول السابق أن أكبر قيمة في سبيرمان – براون تكون في المحور الثاني (صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين) (٠,٩٨٢) وأقلها قيمة هو محور الاستجابة السلبية للمواقف (٠,٦٩٦) ، وأكبر قيمة لجيتمان هو المحور الثاني كما في سبيرمان وأقلها قيمة هو المحور الثالث كما في معامل الثبات لسبيرمان .

ب- مقياس إدمان الإنترنت (إعداد الباحثة) :

١. هدف المقياس :

صُمم مقياس إدمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية لقياس أبعاد الإدمان على الانترنت (الصعوبة في الضبط – التجنب – الهروب من الواقع – الحرمان من الاستخدام) لدى عينة الدراسة بمحافظة المنيا ، وتم اختيار هذه الابعاد بناءاً على حصر شامل للمقاييس التى عنت بدراسة إدمان الانترنت وخاصة لدى عينة الدراسة .

جـ- وقد استفادت الباحثة من أبعاد وعبارات تلك المقاييس في إعدادها لمقياس إدمان الانترنت ، وتوصلت إلى أربعة أبعاد رئيسية تكون منها المقياس الحالي ويحتوي على (٣٨) عبارة موزعة على الاربع ابعاد الآتية بحيث يشمل كل بُعد على الآتي :-

- **الصعوبة في الضبط Difficulty in controlling :**

ويتضمن هذا البُعد مؤشرات تشير إلى " عجز المراهق في السيطرة على استخدامه لشبكة الانترنت ، وفي ضبطه لكمية أو مقدار الوقت الذي يقضيه في استخدامه " ويشمل (٩) عبارات .

- **التجنب Avoidance :**

ويتضمن هذا البُعد مؤشرات تشير إلى " ابتعاد المراهق عن المهام اليومية والواجبات سواء على الصعيد الشخصي أو الأكاديمي بسبب استخدامه للانترنت ؛ ويشمل (٨) عبارات

- **الهروب من الواقع Escape from reality :**

ويتضمن هذا البُعد مؤشرات تشير إلى " هروب المراهق من واقع فعلي حقيقي يفتقده إلى واقع افتراضي وهمي زائف يتمناه " ؛ ويشمل (١٢) عبارة .

- **الحرمان من الاستخدام " Deprivation of use :**

ويتضمن هذا البُعد مؤشرات تشير إلى " الحالة التى يشعر بها المراهق عندما يحدث توقف أو انقطاع في شبكة الانترنت لأي سبب من الأسباب " ؛ ويشمل (٩) عبارات .

د- وضعت ثلاثة بدائل للإجابة على عبارات المقياس هي : تنطبق عليّ دايماً (٣) ، تنطبق عليّ أحيانا (٢) ، لا تنطبق أبداً (١) وتعكس للعبارات السلبية .

هـ- تم عرض المقياس في صورته الأولية على (١٤) محكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم الصحة النفسية وعلم النفس ، وتم حذف العبارات التى حصلت على نسبة اتفاق اقل من(٩٠%) كما تم تعديل صياغة بعض العبارات نتيجة آراء المحكمين .

و- طُبق المقياس في صورته النهائية بعد عرضه (٣٨) عبارة على عينة الدراسة وبلغ عددهم (١٢٥) كعينة استطلاعية للتحقق من خصائصه السيكومترية للتطبيق على العينة الأساسية والتى بلغ عددهم (٣٨٧) طالب وطالبة ؛ ثم تصحيحه وفقا لتقدير الدرجات السابق ذكرها ؛ وروعي تصحيح العبارات الإيجابية بالمقياس في الاتجاه العكسي ، وبلغ عدد العبارات التى يجب أن توضع لها الدرجة المعكوسة (٧) عبارة . والجدول رقم (٧) يوضح الصورة النهائية للمقياس .

جدول(٧) الصورة النهائية لمقياس إدمان الانترنت

أبعاد إدمان الانترنت	العبارات	عدد العبارات
١- الصعوبة في الضبط	(١ – ٩)	٩
٢- التجنب	(١٠- ١٧)	٨
٣- الهروب من الواقع	(١٨ – ٢٦)	٩
٤- الحرمان من الاستخدام	(٢٧- ٣٨)	١٢
المجموع	٣٨	٣٨

- **الخصائص السيكومترية للمقياس :**

الاتساق الداخلي :

ويقصد بالاتساق الداخلي مدى اتساق كل عباره من عبارات المقياس مع البُعد الذي تنتمي إليه هذه العبارة وتم حسابه كمؤشر للصدق وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين

العبارات والمحاور ، وبين المحاور والمقياس ككل ويشير جدول (٨) إلى تلك النتائج والذي يتضح منه أن جميع الارتباطات دالة عند مستوى ٠.٠١ .

جدول (٨) معاملات ارتباط العبارات بالأبعاد لمقياس إدمان الانترنت

رقم العبارة	البُعد الأول قيمة معامل الارتباط ودلالته	رقم العبارة	البُعد الثاني قيمة معامل الارتباط ودلالته	رقم العبارة	البُعد الثالث قيمة معامل الارتباط ودلالته	رقم العبارة	البُعد الرابع قيمة معامل الارتباط ودلالته
١	,٦٥٩**	١٠	٠,٦٨٠**	١٨	,٧١٧**	٣٠	,٧٤٢**
٢	,٧٣١**	١١	٠,٧٧٩**	١٩	,٥٩٠**	٣١	,٧٤٥**
٣	,٧٢٢**	١٢	٠,٧٤٣**	٢٠	,٦٠٤**	٣٢	,٧٢٥**
٤	,٣١**	١٣	٠,٨٠٥**	٢١	,٦٧٦**	٣٣	,٧٥٣**
٥	,٧٣٢**	١٤	٠,٧٦٠**	٢٢	,٧١٣**	٣٤	,٨٤٢**
٦	,٧٦٧**	١٥	٠,٨٠١**	٢٣	,٤٣٤**	٣٥	,٦٧٢**
٧	,٦٣٣**	١٦	٠,٧٦**	٢٤	,٦٩٩**	٣٦	,٨٠٥**
٨	,٦٦٢**	١٧	٠,٧١٤**	٢٥	,٧١١**	٣٧	,٦٨٧**
٩	,٥٦**	ــــ	ــــ	٢٦	,٧١١**	٣٨	,٧٦١**
ــــ	ــــ	ــــ	ــــ	٢٧	,٤٤٠**	ــــ	ــــ
ــــ	ــــ	ــــ	ــــ	٢٨	٠,٨٢**	ــــ	ــــ
ــــ	ــــ	ــــ	ــــ	٢٩	٠,٦٤٨**	ــــ	ــــ

** معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه إلى ما بين (٠,٤٣٤ – ٠,٨٤٢) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ، مما يدل على الاتساق الداخلي بين العبارات والأبعاد والمقياس ككل ، الأمر الذي يؤكد صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام والتطبيق . وجدول (٩) يوضح معامل ارتباط الابعاد بالمقياس ككل .

جدول (٩) معامل ارتباط الأبعاد بمقياس إدمان الانترنت ككل

البُعد	المقياس ككل
١- الصعوبة في الضبط .	٠,٨٥٧**
٢- التجنب .	٠,٨٩٢**
٣- الهروب من الواقع .	٠,٨٧٥**
٤- الحرمان من الاستخدام .	٠,٩١٨**

** معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠.٠١.

ويتضح من الجدول السابق ارتباط جميع الأبعاد بالمقياس ككل وكانت أعلى الأبعاد ارتباطاً بُعد الحرمان من الاستخدام (٠,٩١٨) وأقل بُعد هو بُعد الصعوبة في الضبط (٠,٨٥٧) .

٢. صدق المقياس : Scale validity :

وتم حساب صدق مقياس إدمان الانترنت بعدة طرق منها :-

- **صدق المُحكمين (الصدق الظاهري):-**

تم عرض المقياس على مجموعة المحكمين أعضاء هيئة التدريس الذين حكموا مقياس الألكسيثيميا وبإتباع نفس الإجراءات ، وتم الأخذ برأيهم وبناءاً على اقتراحاتهم تم الأخذ بالتعديلات المقترحة التى اتفق عليها (٩٠%) من المحكمين ، وتم العمل على اخراج المقياس بصورته النهائية ، وكان عدد العبارات قبل التحكيم (٥٦) عبارة وبعد التحكيم (٣٨) عبارة .

- **صدق التحليل العاملي : Factorial Analysis :**

بعد تطبيق مقياس إدمان الانترنت على عينة تقنين الأدوات (الاستطلاعية) والتي بلغ عددها (١٢٥) طالب وطالبة وتصحيحه ، تم حساب التحليل العاملي الاستكشافي بواسطة برنامج spass ؛ وجدول(١٠) يوضح هذه النتائج .

جدول (١٠) أبعاد مقياس إدمان الانترنت وتشبعاته وجذره الكامن

أبعاد المقياس	قيم التشبع	نسب التشبع
١. صعوبة في الضبط .	٠,٨٧١	٠,٧٥٨
٢. التجنب .	٠,٨٩٢	٠,٧٩٦
٣. الهروب من الواقع .	٠,٨٨٢	٠,٧٧٨
٤. الحرمان من الاستخدام .	٠,٩٠١	٠,٨١٢
الجذر الكامن	٣,١٤٤	
نسبة التباين	٧٨,٦٠٥	

ويتضح من الجدول السابق تشبع أبعاد مقياس إدمان الانترنت على عامل واحد ، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن (٣,١٤٤) ، ونسبة التباين (٧٨,٠٥) ، وتراوحت تشبعات هذه الأبعاد بين (٠,٨٧١ – ٠,٩٠١)؛ مما يعني أن هذه الابعاد تعبر جميعها عن عامل واحد وهو إدمان الانترنت والتي تصف سمات الصعوبة في الضبط والتجنب والهروب من الواقع والحرمان من الاستخدام وهو ما وضع المقياس لقياسه ؛ مما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للتطبيق احصائياً .

٣- ثبات المقياس :

ويتم التحقق من ثبات الأدوات بطرق متعددة منها طريقة إعادة التطبيق ، وطريقة الصورتين المتكافئتين ، وطريقة التجزئة النصفية ، وطريقة الفا كرونباخ ؛ وقد تم حساب معامل ثبات مقياس إدمان الإنترنت بطريقتين :-

- **معامل الفا كرونباخ Cronbach's Alpha coefficient :-**

تم استخدام طريقة الفا كرونباخ لثبات المقياس وتتبين أن قيمة معاملات الثبات مرتفعة لكل بُعد من أبعاد المقياس وجدول(١١) يوضح ذلك .

(جدول ١١) معامل ثبات الفا كرونباخ لمقياس إدمان الانترنت

البُعد	معامل ثبات (الفا كرونباخ)
١- الصعوبة في الضبط .	٠,٦٩
٢- التجنب .	٠,٧٩٨
٣- الهروب من الواقع .	٠,٨٩
٤- الحرمان من الاستخدام	٠,٩٠
المقياس ككل	٠,٩١

ويتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل الثبات للمقياس ككل (٠,٩١) وهي قيمة مرتفعة تؤكد ثبات المقياس ، وبالتالي يكون في صورته النهائية قابل للتطبيق .

- **طريقة التجزئة النصفية : Split Half Method :-**

ويتم حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية بالتطبيق على عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية التي اشتملت على (١٢٥) طالب وطالبة ، وتم تجزئته إلى جزئين : الجزء الأول اشتمل على المفردات الفردية ، والثاني على المفردات الزوجية ، وذلك لكل طالب وطالبة على حدة ، وتم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Person) بين درجات المفحوصين في المفردات الفردية ، والمفردات الزوجية ، فكانت قيمة معامل سبيرمان – براون ، ومعامل جيتمان العامة للتجزئة النصفية مرتفعة ، وجدول (١٢) يوضح هذه النتائج .

جدول (١٢) طريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس إدمان الانترنت

البُعد	سبيرمان- براون	جيتمان
مج١ الصعوبة في الضبط .	٠,٧٩١	٠,٧٩١
مج٢ التجنب .	٠,٧١٨	٠,٧٠٧
مج٣ الهروب من الواقع	٠,٨١٢	٠,٧٩٢
مج٤ الحرمان من الاستخدام	٠,٨٢٨	٠,٨٢٦
مج المقياس ككل	٠,٩٠٣	٠,٨٨٣

ويتضح من الجدول السابق أن أكبر قيمة في سبيرمان – براون في البُعد الرابع وهو الحرمان من الاستخدام (٠,٨٢٨) وأقلها قيمة بُعد التجنب (٠,٧١٨) ؛ وأكبر قيمة لجيتمان هو البُعد الرابع (٠,٨٢٦) وهو الحرمان من الاستخدام وأقلها قيمة بُعد التجنب (٠,٧٠٧) .

٤. الأساليب الاحصائية :

تتم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام برنامج spss الإصدار العاشر ؛ وذلك من خلال الاعتماد على بعض الأساليب الإحصائية المناسبة لاختيار صحة فروض الدراسة وحساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة متمثلة في :-

١- معامل ارتباط بيرسون Pearson .

٢- اختبار " ت " T- test لاختبار صحة الفروض الثاني والثالث والرابع .

٣-معادلة الفا كرونباخ Cronbach's Alpha لحساب الثبات لأدوات الدراسة ؛ ومعامل ارتباط سبيرمان – براون وجيتمان لحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية .

٤- تحليل الانحدار الخطي البسيط .

- **خطوات إجراء الدراسة :-**

مرت الدراسة بالخطوات الآتية :

١- الاطلاع على الأطر النظرية ، والدراسات والأبحاث والكتب العربية والأجنبية التى تناولت الألكسيثيميا وإدمان الانترنت ، وذلك بهدف الاستفادة منها في صياغة الإطار النظري للدراسة ، وطرح الفروض وإعداد الأدوات الخاصة بالدراسة .

٢- الاطلاع على الدراسات السابقة المرتبطة بمتغيرات الدراسة .

٣- إجراء دراسة استطلاعية بهدف إعداد مقاييس الالكسيثيميا وإدمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية لقياس ابعاد كل متغير منهم ؛ وكذلك حساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة ؛ وتم تطبيق المقاييس على العينة من خلال تحويل المقاييس إلى الكتروني وذلك بناءاً على الموافقة الرسمية من أساتذة القسم بالجامعة والدخول على الصفحات الرئيسية للمدارس على الفيس بوك ، وبعض الجروبات الخاصة بمعلمين ومعلمات محافظة المنيا ودفعات ثانوي عام وأزهر وأخذ الموافقة على نشر المقاييس وتطبيقها على عينة الدراسة .

٤- القيام بالمتابعة أثناء نشر المقاييس على الطلاب ، وتسجيل أي ملاحظات أو تعليقات خاصة بهم والرد عليهم لحين استكمال استجاباتهم على المقاييس لتلقي الردود ؛ وذلك بمساعدة أحد المدرسين المسئولين .

٥- القيام بتصحيح المقياسين حسب التعليمات الخاصة بها ؛ ورصد درجات الطلاب وفق نظام معين لتسهيل إجراء العمليات الإحصائية باستخدام الحاسب الآلي ، وتحليلها احصائياً من خلال عمل التحليلات الاحصائية المناسبة لاختبار صحة فروض الدراسة باستخدام البرنامج الاحصائي Statistical package for social sciences (spss) وحساب صدق وثبات المقياس للحصول على الصورة النهائية للمقياس .

٦- تطبيق أداتي الدراسة على العينة الأساسية .

٧- إدخال البيانات وتحليلها واستخراج النتائج وتفسيرها ومناقشتها في ضوء الفروض الموضوعة والدراسات السابقة ، وصياغة بعض التوصيات والبحوث المقترحة .

- **أهم المعوقات و الصعوبات التى واجهت الباحثة أثناء إتمام وتطبيق مقاييس الدراسة ، وكيفية التغلب عليها .**

١. بسبب جائحة كورونا تم غلق المدارس وبالتالي أصبح الأمر غير متاح لحين عودة الدراسة مرة أخرى ، لذا تم اللجوء إلى عمل نموذج الكتروني للمقاييس بناء على الموافقة الرسمية من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة قمت بطرحه على صفحات التواصل الاجتماعي

وخاصة التى تحتوي على أكبر عدد ممكن من طلاب الثانوية العامة بمحافظة المنيا / عينة الدراسة .

٢. ضعف التواصل مع العينة وانجذاب عدد قليل جداً منهم في بادئ الأمر مما خاصة لقرب موعد امتحانات الصف الثالث الثانوي انشغالهم بالمذاكرة والتوقعات من جهة ، وقلة عدد طلاب الصف الأول الثانوي بالجروبات الخاصة بطلبة الثانوية العامة لأنهم حديثي العهد بالمدرسة مع وجود ندرة في الجروبات الخاصة بطلاب الأزهر الشريف من جهة أخرى ، بالإضافة إلى تأخر وتكاسل مسئولي الجروبات في نشر المقاييس مما جعل الأمر يزداد صعوبة مما أدى إلى الانتظار لفترات طويلة حتى تزداد عدد العينة ؛ لذا تم التواصل الشخصي بالطلاب لدعوة زملائهم لخوض هذه التجربة والاجابة على المقاييس وتم ذلك بمساعدة أحد المدرسين المسئولين ،حيث كان له الدور الأكبر في ذلك وقامت الباحثة ايضاً بالاستعانة بمدرسي ومدرسات المدارس الثانوية والتواصل مع عدد من الطلبة والطالبات والانضمام في الجروبات التي تجمعهم ونشر المقاييس والتفاعل معهم بطريقة ناجحة ، وتم بالفعل إقبال عدد كبير من الطلاب في فترة وجيزة للإجابة على المقياس وزادت نسبة الردود بدرجة كبيرة مما أدى إلى نجاح المقياس بعد عناء .

٣. عدم اهتمام العديد من الطلاب للدخول على النموذج والإجابة عليه لإنشغالهم الزائد بالانترنت والألعاب ، بالإضافة إلى خوف البعض منهم للدخول والإجابة عليه لأسباب غير معروفة قد يكون أولها الخوف من الدخول على رابط المقاييس ظنا بأنه خدعة لتهكير الهواتف واجهزة الحاسب ، لذا قامت الباحثة بمحاولة التودد إليهم وإقامة صداقات معهم تحفيزاً لهم للإجابة على المقاييس واحساسهم بالاطمئنان وأن هذا لا يؤثر عليهم سلباً وإنما يخدم البحث العلمي الخاص بالباحثة وقد يخدمهم فيما بعد في ايجاد انسب الحلول لأي مشكلة تواجههم وأن البيانات تكون في سرية تامة .

- **نتائج البحث Results of the Research :**

أ. نتيجة الفرض الأول وتفسيره :

ونصه " توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الالكسيثيميا بأبعادها وإدمان الانترنت بأبعاده لدى طلاب المرحلة الثانوية ".

وللتحقق من صحة هذا الفرض إحصائياً تم حساب معاملات الارتباط بين استجابات طلاب العينة على مقياس الالكسيثيميا وأبعاده واستجاباتهم على مقياس إدمان الانترنت وأبعاده ، ويوضح جدول (١٣) هذه الارتباطات ودلالتها الاحصائية .

جدول (١٣)

معامل ارتباط بيرسون بين استجابات الطلاب على مقياس الألكسيثيميا بأبعاده ومقياس إدمان الإنترنت بأبعاده لدى عينة الدراسة (ن =٣٨٧)

إدمان الانترنت / الالكسيثيميا	صعوبة في الضبط	التجنب	الهروب من الواقع	الحرمان من الاستخدام	الدرجة الكلية لإدمان الانترنت
ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها	-٠,٠٨٩	٠,١٢٥**	٠,٠٢٥**	-٠,٠٢٣	٠,٠١١**
صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين .	٠,٣١١**	٠,٤٥٧**	٠,٤١١**	٠,٤٧١**	٠,٤٧٢**
الاستجابة السلبية للمواقف .	٠,٤٦٠**	٠,٦٠٦**	٠,٤٩٥**	٠,٥١٥**	٠,٥٨٦**
التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج .	٠,٠١٩	٠,٢٧٥**	٠,١٧٦**	٠,١٧٥**	٠,١٨٧**
الدرجة الكلية للألكسيثيميا .	٠,٢٧٥**	٠,٥٢٥**	٠,٤٠٧**	٠,٤٢٤**	٠,٤٦٥**

** دالة عند مستوى (٠,٠١) .

وتشير نتائج الجدول السابق إلى أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند درجة (٠,٠١) عدا ارتباط بُعد ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها من أبعاد الالكسيثيميا لم يرتبط بكل من الدرجة الكلية لإدمان الانترنت وابعاده من صعوبة الضبط والهروب من الواقع والحرمان من الاستخدام فلم يكن الارتباط دال احصائياً فقد بلغ معامل ارتباطهم بالبُعد (٠,٠١١) ، (-٠,٠٨٩) ، (٠,٠٢٥) ، (-٠,٠٢٣) على التوالي ؛ كما أنه لم يكن هناك ارتباط دال احصائياً بين بُعد التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج من ابعاد الالكسيثيميا وبُعد الصعوبة في الضبط من ابعاد ادمان الانترنت حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٠١٩) ، وأن جميع الارتباطات كانت موجبة تتسم بالقوة ، وكانت درجات ارتباط بُعدي الاستجابة السلبية للمواقف وصعوبة توصيل ووصف المشاعر للآخرين أعلى الارتباطات قوة بأبعاد إدمان الانترنت ، حيث كان ارتباطهم ببُعدي التجنب والحرمان من الاستخدام هو الاعلى ويليهم ارتباطهم ببُعدي الهروب من الواقع والصعوبة في الضبط ؛

ويتضح من النتائج السابقة أن المراهقين الذين يعانون من ارتفاع في درجة الالكسيثيميا ويفشلون في التعبير عن المشاعر وتوصيلها للآخرين واستدعاء الاستجابة السلبية للمواقف ، لديهم مستويات عالية في استخدام الانترنت والإدمان عليه ويظهر ذلك من خلال صعوبة ضبطهم لمقدار الوقت المستخدم على الانترنت وابتعادهم عن المهام والواجبات اليومية على الصعيد الشخصي أو الأكاديمي أو المهني مع هروبهم من الواقع إلى عالم وهمي زائف يتمناه مع ظهور أعراض أو اضطرابات نفسية وسلوكية لديهم خاصة عند انقطاع شبكة الانترنت ؛ إذ يجدون فرصة ذهبية للتعبير عن مشاعرهم بفاعلية عن طريق الانترنت

ويجعلونه أداة تفاعلية بديلة وسهلة عن التفاعلات وجهاً لوجه ، لذلك فإن قيام مدمني الانترنت بهذا الأمر ، يعتبر معززاً لهم لزيادة كمية الوقت الذي يقضونه أمام شاشة الكمبيوتر ؛ وذلك لأنهم يجدون ضالتهم في المحاورة والتعبير عن المشاعر وكشف الذات بشكل أوسع من خلاله ، مما يؤدي إلى زيادة استخدام الانترنت والإدمان عليه ؛ وهذا يؤكد وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الألكسيثيميا وإدمان الانترنت ، أي كلما زادت درجة الالكسيثيميا لديهم ازداد الإدمان على الانترنت ، وبالتالي قد تحقق صحة الفرض الأول .

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الاتجاه السلوكي بأن هناك بعض الدوافع والظروف التى تجبر الافراد على الانخراط في استخدام الانترنت بشكل مفرط كالشعور بالعزلة والوحدة أو مواجهة مشاكل شخصية أو أسرية ؛ وما يترتب على ذلك من شعور بالرضا عند الاندماج والتأقلم في النشاطات والممارسات التى تحفل بها شبكة الانترنت والتى تمثل للشخص نوعاً من التدعيم الايجابي ؛ وهذا ما أشار إليه دافيز (Davis ,2001) بأن هؤلاء الاشخاص الذين يجدون عزلة ووحدة بسبب فشلهم في اقامة علاقات اجتماعية صحيحة وحميمة ، أو مواجهة مشاكل شخصية ... يفضلون الاتصال والتفاعل الاجتماعي عبر الانترنت لأنه أكثر اماناً وراحة وأقل تهديداً ؛ فالإنترنت وسيلة من وسائل الهروب من الواقع ومشاكله فضلاً عما يقدمه ويخدم هدفه في منحه احساساً زائفاً بالتقدير والاحترام والقوة المفتقد لهما في الواقع ؛ الأمر الذي يجعله يزيد من قيمته لديه .

ويمكن أيضاً تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أوضحته دراسة (Kardefelt– Winter,2014) عن نموذج استخدام الانترنت التعويضي وما ايدته أيضاً دراسة كل من (Lejoyeux , 2010;Weinstein .A & Scimeca , 2017 ; Musetti , et al., 2019 بأن استخدام الالعاب عبر الانترنت يمكن أن يكون هروبا من المشاعر المؤلمة (السلبية) ومواجهة مختلة لتلبية الاحتياجات النفسية والاجتماعية الغير ملباه والذي يمكن اعتباره ذاتياً مخفض لهذه المشاعر ؛ إذ أن الأفراد الذين يواجهون صعوبات في التعرف على المشاعر والتعبير عنها والتواصل معها قد يؤدي إلى الإفراط في استخدام العاب الانترنت من أجل تنظيم عواطفهم بشكل افضل بعيداً عن كشف ذواتهم الحقيقية ومن ثمَّ الحصول على علاقات بينشخصية اكثر انفتاحاً بسبب الصعوبة في وصف مشاعرهم إلى الآخرين وجهاً لوجه قد تستغرق شهور أو سنوات للوصول إليها ; وهذا ما اتفقت معه نتائج دراسات كل من :

(De Berardis ,. et al., 2009 ; Yates , et al., 2012; Dalbudak, et al., 2013; Evren ,et al, 2020 ; Gao,et al .,2018 , نهاد عبد الوهاب ، ٢٠١٧) والتي بينت دور الالكسيثيميا مع بعض العوامل الأخرى كسوء معاملة الطفل وفصامي الخبرات

والقلق والاكتئاب والمزاج والشخصية في التنبؤ بحدوث اضطراب العاب الانترنت أو اشكالية استخدام الانترنت .

ب. نتيجة الفرض الثاني وتفسيره :

ونصه : " لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي استجابات الذكور والإناث على مقياسي الالكسيثيميا وإدمان الانترنت لدى عينة الدراسة " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم حساب قيمة (ت) T-test للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي استجابات الذكور والاناث على كل بُعد من ابعاد مقياسي الدراسة والدرجة الكلية لكل مقياس ؛ ويوضح جدول (١٤) هذه النتائج .

جدول (١٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالتها للفروق بين الجنسين على مقياسي الدراسي وأبعادهم (ن =٣٨٧)

ابعاد العينة / مقياسي الدراسة	الذكور (ن= ١٥٩)		الإناث (ن = ٢٢٨)		قيم " ت "	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
١. ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها	٢٠,٠٢٥	١,٧٨٢٣	٢٠,٤٧٨	٢,٤٦٢٨	١,٩٨	دالة
٢. صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين .	١٧,٥٩١	٢,٩٠١٨	١٨,٨٧٧	٣,١٣١٩	٤,١٥	دالة
٣. الاستجابة السلبية للمواقف	١٩,٩٨١	٢,٦٤٤٥	٢٠,٨٩٩	٣,٣٠٣١	٢,٩١	دالة
٤. التفكير المحدود والمتوجه نحو الخارج .	٢٠,٠١٩	١,٧٣٧٤	٢١,٢٧٢	٢,٨٥١٠	٤,٩٣	دالة
الدرجة الكلية للالكسيثيميا	٧٧,٦١٦	٦,٢٧٤١	٨١,٥٢٦	٨,٨٣١٠	٤,٨٠	دالة
١. صعوبة في الضبط .	١٨,٠٥٧	٣,٢٦٢٥	١٧,٦٨٤	٣,٥٩٥٩	١,٠٥٩	غير دالة
٢. التجنب .	١٦,٠٦٩	٣,٨٨١٣	١٧,١٢٣	٣,٩٣٥٩	٢,٦١٢	دالة
٣. الهروب من الواقع .	٢٤,٠٧٥	٣,١٣٣٢	٢٤,٧٢٨	٣,٧٩٤٩	١,٨٤٧	غير دالة
٤. الحرمان من الاستخدام .	١٩,٠٤٤	٥,٠٩٩٤	٢٠,٥٥٧	٤,٩٤٣٩	٢,٩٠	دالة
الدرجة الكلية لإدمان الانترنت .	٧٧,٢٤٥	١٤,١٤٨٣	٨٠,٠٩٢	١٤,٢٠٧٩	١,٩٤	غير دالة

" ت " الجدولية عند مستوى (٠,٠١) = ٢,٥٩ ، وعند مستوى (٠,٠٥) = ١,٩٧.

ويتضح من نتائج الجدول السابق أن قيمة " ت" بالنسبة لمقياس الالكسيثيميا دالة في البُعد الأول (ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها) عند مستوى ٠,٠٥ ، فقد بلغت (١,٩٨) ، وفي بُعد صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين وبُعد الاستجابة السلبية للمواقف والتفكير المحدود والمتجه نحو الخارج وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس نجدها دالة عند مستوى ٠,٠١ ؛ مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي استجابات الذكور والإناث وذلك في الدرجة الكلية للالكسيثيميا ، وكذلك على أبعاد المقياس لصالح

الإناث ، أي أن الاناث أكثر شعوراً بالألكسيثيميا مقارنة بالذكور وبذلك لم يتحقق الفرض جزئياً .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من (محمد شعبان أحمد (٢٠١١) ، نسمة لطفي شعبان(٢٠١٤) ؛ نهاد عبد الوهاب (٢٠١٧) ؛ صلاح الدين عراقي (٢٠٠٦) ؛ أحمد أحمد متولي عمر (٢٠٠٧)؛ مريم عواد (٢٠١٩) ، أمثال هادي (٢٠٢٠) ؛ Jennifer ,2008 ; Richard .D ,et al , 1998 , Muller , 2004 ; Sakkinen , et al, 2007) حيث اتفقوا جميعاً أن الإناث أكثر معاناةً وتعرضاً للالكسيثيميا عن الذكور فهناك فروق بين الجنسين في فهم المشاعر والتعبير عنها ونقلها للآخرين ؛ وهذا ما أيدته أيضا دراسة هيكسل (Hexel , 2003) وأكد فيها أن الذكور أكثر غنا عاطفياً عن الاناث ، فقد أظهر الذكور مستوى عالي من الإبداع الانفعالي مقارنة بالبنات وذلك عند التعبير عن مشاعرهم من خلال الصور والكلمات وتعبيرات وجوههم .

وأكد (محمد شعبان حمد ، ٢٠١١ : ٢٠٧) أن المجتمع رغم الانفتاح الثقافي الذي وصل إليه والذي تعكس ملامحه أنه لا يوجد فرق بين الذكر والأنثى ، ما زال يصنع قيوداً على الأنثى وخاصة في التعبير عن مشاعرها ، حيث تعتبر الأسرة أن الأنثى تمر بمرحلة حرجة وهي مرحلة المراهقة المبكرة ، فتحاول الأسرة إقناعها في تلك المرحلة بأن مشاعرها غير صادقة ، وغير ثابتة ولا يجب أن تعبر عنها أو تصرح بها بسهولة لأحد ، وتصنع قيوداً على حياة الفتاة وحركاتها داخل وخارج المنزل .

في حين تتعارض نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسات كلاً من (هشام عبد الرحمن الخولي (٢٠٠٨) ، هيام صابر صادق (٢٠١٣) ، هشام عبد الرحمن الخولي وآخرون (٢٠١٣) ، مريم عواد (٢٠١٩) ، أمثال هادي الحويلة (٢٠٢٠) ، Aino Mattila ,2009) حيث أشارت نتائج هذه الدراسات إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في الالكسيثيميا لصالح الذكور ، كما تختلف مع نتائج دراسة (آمال ابراهيم الفقي (٢٠١٩) ، Yates, et al., 2012; Max Karukivi2011),Taylor, et al(1989);Parker, et al.(1989);Honkalmpi , et al (2000)

حيث تشير نتائج تلك الدراسات إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الألكسيثيميا ؛ وترجع الباحثة هذا التعارض والاختلاف إلى عامل الثقافة حيث طبقت غالبية هذه الدراسات في بيئات أجنبية ، وبذلك تختلف عن البيئة التى طبقت فيها الدراسة الحالية ، أما بالنسبة للدراسات العربية فقد يكون بسبب تناول أغلب الدراسات فئة عمرية تختلف عن فئة المراهقين

ويتضح ايضاً من الجدول (١٤) السابق أن قيمة " ت" بالنسبة لمقياس إدمان الانترنت غير دالة في الدرجة الكلية للمقياس وفي بُعدي الصعوبة في الضبط والهروب من الواقع ، فقد بلغت قيمة " ت" لهم (١,٩٤) (١,٠٥٩) (١,٨٤٧) وكانت أصغر من قيمة " ت

" الجدولية ؛ وكانت قيمة "ت" دالة في بُعدي التجنب والحرمان من الاستخدام ، فبلغت قيمة "ت" لهم (٢,٦١٢) (٢,٩٢٠) ، وبالنظر إلى هذه النتيجة نجد أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي استجابات الذكور والإناث على مقياس إدمان الانترنت أي أن مستوى إدمان الانترنت لدى الذكور والإناث متساوٍ وبالتالي تحقق الفرض جزئياً .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أكدته دراسات كل من (محمد جاد وعبد الرؤوف السواح (٢٠٠٣) ؛ فورتسون وآخرون Fortson , et al ,2007 ؛ Scimeca, 2014 ؛ خالد العمار (٢٠١٤) ؛ محمود رامز يوسف (٢٠١٥) ؛ نهاد عبد الوهاب(٢٠١٧) ؛ عفاف محمد احمد محمود (٢٠١٨)) بأن إدمان الانترنت لا يتأثر بمتغير النوع فلا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في إدمان الانترنت . في حين تتعارض هذه النتيجة مع نتائج دراسة رولا الحمصى (٢٠٠٩) حيث أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين استجابات الطلاب تبعاً لمتغير الجنس ولكن في اتجاه الإناث .

كما تختلف مع نتائج دراسة (هبة بهي الدين (٢٠٠٣) ؛ Caplan,2002 ؛ Whang, et al,2003 ؛ أمل يوسف عبد الله (٢٠١٧) ؛ محمد قاسم عبد الله (٢٠١٥) ؛ محمد يحي صالح (٢٠١٨) ، يوسف جابر ابراهيم (٢٠٢٠) ؛ Su , W ., et al .,2020) حيث اشارت نتائج هذه الدراسات إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين استجابات الذكور والإناث وأن الذكور أكثر ارتباطاً وعرضة لإدمان الانترنت .

ويمكن إرجاع نتيجة هذا الفرض بأن إقبال الذكور والإناث على استخدام التقنيات الحديثة بما فيها الانترنت بحكم طبيعة مرحلتهم العمرية ، حيث أنها الفئة الاكثر تقبلاً للجديد فيبحث عن كل ما هو جديد ويتشوق إلى ما هو غريب ، وهم أكثر انبهاراً وتأثراً بالأفكار الواردة عبر الانترنت ؛ كما أن هؤلاء المراهقين (ذكور وإناث) يتسمون بسمات تجعلهم ينزلقون إلى مصيدة الانترنت والتى قد تعرضهم لسوء التكيف وفرط الحساسية في التعامل ، ويؤدي إلى محدودية العلاقات والانطواء والبحث عن وسائل بديلة للتعامل مع الآخرين للتخلص من الخجل والقلق والحساسية فيجعلون من الانترنت مهرباً للتنفيس عن المشاعر المكبوتة ، وبالتالي يعتبر تعزيز ذو قيمة للمراهق وتجعله يلجأ للإنترنت الذي يعوضه عما فقده في عالم الواقع وتلبية احتياجاته الغير ملباة .

وقد ترجع هذه النتيجة لتشابه الظروف البيئية الاجتماعية التي يتعرض لها الذكور والاناث المراهقين في المؤسسات التربوية ، فالانترنت متوافر في مدارس الذكور والإناث ، كما هو متوفر في الجامعات لكلا الجنسين ، بالإضافة إلى ذلك أيضاً دور الأسرة في تشجيع الجنسين على تعلم الحاسوب والإنترنت لأنه أصبح متطلباً ضرورياً في الحياة اليومية ، مما قد أتاح للمراهقين من الجنسين القدرة على استخدام الانترنت مما أدى ذلك إلى تقاربهم أو تساويهم في الإدمان عليه .

جـ. نتيجة الفرض الثالث وتفسيره :

ونصه : " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي استجابات طلاب الريف والحضر على مقياسي الألكسيثيميا وإدمان الانترنت لدى عينة البحث " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة " ت " T-test للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي استجابات طلاب الريف والحضر على كل بُعد من أبعاد مقياسي الدراسة والدرجة الكلية لكل مقياس ، ويوضح جدول (١٥) هذه النتائج .

جدول (١٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم " ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطي استجابات طلاب الريف والحضر على مقياسي الدراسة وأبعادهم (ن=٣٨٧)

ابعاد العينة / مقياسي الدراسة	الحضر (ن= ١٩١)		الريف (ن = ١٩٦)		قيم " ت "	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
١. ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها	٢٠,٥٨١	٢,١١٣٢	٢٠,٠١٠	٢,٢٨٤٨	٢,٥٥٠	دالة
٢. صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين .	١٨,٣٧٢	٣,١٢٠٩	١٨,٣٢٧	٣,٠٨٩٤	٠,١٤٣	غير دالة
٣. الاستجابة السلبية للمواقف .	٢٠,٣١٩	٢,٩٥٥٤	٢٠,٧١٩	٣,١٩١٠	١,٢٧٩	غير دالة
٤. التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج .	٢١,٠٢٦	٢,٦٤٦٦	٢٠,٤٩٥	٢,٣٨٦٩	٢,٠٧٥	دالة
الدرجة الكلية للالكسيثيميا	٨٠,٢٩٨	٧,٧٩٧٤	٧٩,٥٥١	٨,٣٩٦٧	٠,٩٠٧	غير دالة
١. صعوبة في الضبط .	١٧,٧١٧	٣,٤٥٧١	١٧,٩٥٤	٣,٤٧٦٤	٠,٦٧٢	غير دالة
٢. التجنب .	١٦,٨٦٤	٣,٨٨٤٢	١٦,٥٢٠	٤,٠٠١٩	٠,٨٥٦	غير دالة
٣. الهروب من الواقع .	٢٤,٤٠٣	٣,٧٥١٥	٢٤,٥١٥	٣,٣٤٧٤	٠,٣١١	غير دالة
٤. الحرمان من الاستخدام .	١٩,٩٠٦	٥,٢٠٩٥	١٩,٩٦٤	٤,٩١٧١	٠,١١٤	غير دالة
الدرجة الكلية لإدمان الانترنت .	٧٨,٨٩٠	١٤,٤٤٢٠	٧٨,٩٥٤	١٤,٠٦٥٩	٠,٠٤٤	غير دالة

" ت" الجدولية عند مستوى (٠,٠١) =٢,٥٩ ، وعند مستوى (٠,٠٥)= ١,٩٧.

ويتضح من نتائج الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين متوسطي استجابات طلاب الريف والحضر على البُعد الأول " ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها " ، والبُعد الرابع " التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج " من أبعاد الألكسيثيميا في

اتجاه الحضر ؛ بينما لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات استجابات طلاب الريف والحضر على باقي الابعاد والدرجة الكلية للمقياس ؛ أي أن الألكسيثيميا لا تختلف باختلاف البيئة (ريف/ حضر) ؛ وهذه النتيجة تحقق صحة الفرض جزئياً .

وبالنظر إلى فرض الدراسة الحالي نجد أنه تناول متغير البيئة والذي لم تتطرق إليه غالبية الدراسات السابقة في ضوء متغير الدراسة " الألكسيثيميا " ؛ فهناك ندرة في الدراسات التى تناولته ؛ ولم تجد الباحثة – في حدود اطلاعها – دراسات اتفقت مع هذه النتيجة في حين وجدت دراسات تتعارض وتختلف مع نتائج هذه الدراسة كدراسة جوكما Joukama , 2003 ، ٢٠٠٧، حيث اشارت نتائج دراستها إلى أن الألكسيثيميا شائعة لدى المراهقين في الريف عن الحضر وأكدت نتائجها ارتباط الألكسيثيميا بالمعيشة في الأماكن الريفية وكذلك ارتباط المستوى التعليمي المنخفض للأمهات في الريف بالالكسيثيميا .

كما تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة نسمة لطفي مرزوق (٢٠١٤) والتى بينت وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات مراهقي الريف ومتوسط درجات مراهقي الحضر على مقياس الالكسيثيميا وأبعاده لصالح مراهقي الريف ؛ دراسة ماتي وآخرون Matti , J.,et al , 2007 أوضحت وجود ارتباط بين انخفاض المستوى التعليمي للأم والتفكك الاسري والمعيشة في المناطق الريفية وارتفاع درجة الألكسيثيميا .

ويتضح من نتائج الجدول أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي استجابات طلاب الريف والحضر على الدرجة الكلية لإدمان الانترنت وأبعاد المختلفة ؛ أي أن إدمان الانترنت لا يختلف باختلاف متغير البيئة (ريف/حضر) وهو متغير لم تتطرق إليه الدراسات السابقة – في حدود علم الباحثة – ولذلك نجد ندرة للدراسات السابقة التى تناولته ؛ وبالتالي قد تحقق صحة الفرض الثالث .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (عفاف محمد أحمد محمود ، ٢٠١٨) حيث أكدت نتائج دراستها بعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الإعدادية على مقياس إدمان الإنترنت طبقاً للسكن (ريف – حضر) .

وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء ما وصل به العالم اليوم من تقدم تكنولوجي وانتشار الإنترنت بشكل سريع في كل مكان وتوافره في البيوت والمدارس والجامعات ؛ وأصبح استخدامه أكثر سلاسة مما كان عليه وبالتالي الإدمان عليه ولم يقتصر على جنس بعينه أو فئة مجتمعية معينة بل أصبح يهويه الكل وبالتالي وجود تساوٍ في درجة الإدمان عليه .

د. نتيجة الفرض الرابع وتفسيره :

ونصه " لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي استجابات طلاب التعليم العام والأزهر على مقياسي الألكسيثيميا وإدمان الانترنت لدى عينة الدراسة " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب "ت " T-test للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي استجابات طلاب التعليم العام والأزهر على كل بُعد من ابعاد مقياسي الدراسة والدرجة الكلية لكل مقياس ، ويوضح جدول (١٦) هذه النتائج .

جدول (١٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم " ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطي استجابات طلاب التعليم الثانوي العام والأزهر على مقياسي الدراسة وأبعادهم (ن=٣٨٧)

ابعاد العينة / مقياسي الدراسة	ثانوي عام (ن= ٣٣٠)		ثانوي أزهر (ن = ٥٧)		قيم " ت "	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
١. ضعف الوعي بالمشاعر وفهمها	٢٠,٣٣٦	٢,٢٢٥٦	٢٠,٠٣٥	٢,١٧١٠	٠,٩٤٧	**غير دالة**
٢. صعوبة في توصيل ووصف المشاعر للآخرين .	١٨,٤٢٧	٣,٠٠٤٩	١٧,٨٩٥	٣,٦٠٤٠	١,١٩٨	**غير دالة**
٣. الاستجابة السلبية للمواقف .	٢٠,٦٦١	٣,١٠١١	١٩,٧١٩	٢,٨٤٥٨	٢,١٤١	**دالة**
٤. التفكير المحدود والمتجه نحو الخارج .	٢٠,٧١٩	٢,٦٢٧١	٢٠,٥٦١	١,٨٧١٠	٠,٦٣٢	**غير دالة**
الدرجة الكلية للالكسيثيميا	٨٠,٢١٥	٨,٣١٩٦	٧٨,٢١١	٦,٥٢٩٤	١,٧٢٩	**غير دالة**
١. صعوبة في الضبط .	١٧,٧٩٧	٣,٤٧٦١	١٨,٠٧٠	٣,٤١٦٧	٠,٥٥٦	**غير دالة**
٢. التجنب .	١٦,٧٨٨	٣,٩٧٦٨	١٦,١٢٣	٣,٧٢٢٩	١,٢٣٣	**غير دالة**
٣. الهروب من الواقع .	٢٤,٤٤٨	٣,٦١٥٩	٢٤,٥٢٦	٣,١٥٧٢	٠,١٦٨	**غير دالة**
٤. الحرمان من الاستخدام .	٢٠,٠٤٨	٥,٠٠٤٩	١٩,٢٨١	٥,٣٤٧٧	١,٠١	**غير دالة**
الدرجة الكلية لإدمان الانترنت .	٧٩,٠٨٢	١٤,٣٣٥٨	٧٨,٠٠٠	١٣,٧١٧٨	٠,٥٤٦	**غير دالة**

" ت" الجدولية عند مستوى (٠,٠١) = ٢,٥٩ ، وعند مستوى (٠,٠٥) = ١,٩٧.

ويتضح من الجدول السابق وجود فرق دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي استجابات طلاب التعليم العام والأزهر على البُعد الثالث " الاستجابة السلبية للمواقف " من ابعاد الألكسيثيميا لصالح طلاب ثانوي عام ؛ ولا توجد فروق بين متوسطات استجابات طلاب ثانوي عام وأزهر على باقي الابعاد والدرجة الكلية للمقياس ؛ وهذه النتيجة

تحقق صحة الفرض الرابع جزئياً وبالنظر إلى فرض الدراسة الحالي نجد أنه تناول متغير نوع التعليم – وفي حدود علم الباحثة – وجدت ندرة في الدراسات التى تناولته فلم تجد دراسات تناولت الفروق بين نوع التعليم خاصة أخذه لعينة ثانوي أزهر .

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بكون الطلاب سواء في التعليم الثانوي العام والأزهر يمرون سن المراهقة ، الذي يحدث فيه تغيرات (جسمية – نفسية – اجتماعية ، ....) تطرأ على المراهق والتي تتشابه فيه السمات والخصائص العامة للشخصية والاهتمامات والميول والاتجاهات فتكون هذه الفترة صعبة جداً على المراهق حيث يشعر فيها بعدم تفهم واحترام شخصيته ومشاعره ورغباته ، مما يؤدي لنقص تقديره لذاته ، أو تردده في اتخاذ قراراته أو صعوبة اتخاذها مما يؤدي ذلك لإصابة المراهق بالألكسيثيميا ؛ فلا تقتصر على جنس بعينه في هذه المرحلة أو على متغير نوع التعليم بحكم طبيعة مرحلتهم .

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أكدته نتائج دراسة (دهمش عبلة ، ٢٠١٧) على أن المراهقين لديهم مستوى صعوبة التعرف على المشاعر (الألكسيثيميا) مرتفع بنسبة (٥٦,٦%) في سن (١٦-١٧) سنة حيث يعاني من صعوبة في اسقاط مشاعره وعواطفه ، فليس لديه أي من المعلومات الحسية الوجدانية التى من شأنها أن تحمي الفرد من خطر الألكسيثيميا الذي يهدد الأنا .

وبالنظر إلى نتائج جدول (١٦) السابق نلاحظ أن قيمة "ت" غير دالة في الدرجة الكلية لمقياس إدمان الانترنت وأبعاده المختلفة ؛ مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات طلاب التعليم الثانوي العام والأزهر على الدرجة الكلية لمقياس إدمان الانترنت وأبعاده من صعوبة في الضبط والتجنب والهروب من الواقع والحرمان من الاستخدام ؛ أي أن إدمان الانترنت لا يختلف باختلاف متغير نوع التعليم (ثانوي عام أو أزهر) ؛ وبالتالي تحقق صحة الفرض الرابع .

ويمكن إرجاع هذه النتيجة إلى تشابه الاسباب والظروف التى تدعو إلى استخدام الانترنت بحكم طبيعة المرحلة العمرية التي يمرون بها حيث يميل غالبية الطلاب إلى استخدام الانترنت كوسيلة مساعدة للدراسة وتوافره في كل مكان وفي جميع المدارس وإمكانية الحصول عليه بسهولة لمجانيته أو لأنهم الفئة الأكثر تقبلاً للجديد وأكثر انبهاراً بالأفكار الواردة عبر الانترنت ، أو من أجل الهروب من الواقع ومشاكله وضغوطاته وتفريغ هذه المشاعر والهموم أو لتعديل الحالة المزاجية لديهم ، كما أنه وسيلة لشغل أوقات الفراغ أو للترفيه والتى تُعد من أهم أسباب إدمان الانترنت بين افراد المجتمع بشكل عام وللطلبة بشكل خاص ؛ فضلاً عن خصوصية هذه المرحلة والمشكلات التى تظهر فيها في حياة المراهق لأول مرة ونقص تجربة هؤلاء المراهقين في الحياة .

هـ. " نتيجة الفرض الخامس وتفسيره " :

ونصه : " يمكن التنبؤ بإدمان الانترنت من خلال الألكسيثيميا لدى عينة الدراسة " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار البسيط لمعرفة مدى إسهام الالكسيثيميا في التنبؤ بإدمان الانترنت ككل لدى عينة البحث . ؛ وجدول(١٧) يوضح هذه النتائج .

جدول (١٧)

نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة تأثير الألكسيثيميا على إدمان الانترنت ككل لدى عينة الدراسة .

النموذج	معامل الارتباط R	معامل التغيير (التحديد)R2	قيمة (F) المحسوبة	معامل الانحدار B	معامل الانحدار المعياري Beta	المقدار الثابت	قيمة "ت"
الالكسيثيميا	٠,٤٦٥	٠,٢١٦	١٠٥,٩٥٠	٠,٨١٦	٠,٤٦٥	١٣,٧١٦	١٠,٢٩٣

وكشفت نتائج الجدول السابق أن الالكسيثيميا كمتغير مستقل يسهم في تباين المتغير التابع (إدمان الانترنت) ، حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٤٦٥) ، وقد أحدث متغير الألكسيثيميا تباين قدره (٠,٢١٦) وذلك بنسبة (٢١%) من التباين في درجات الالكسيثيميا ، مما يعني أن إدمان الانترنت ترجع إلى التباين في درجات الألكسيثيميا ، مما يعني أن المتغيرات المستقلة تفسر (٢١%) من التغيرات التي تحدث في المتغير التابع والباقي يرجع إلى عوامل أخرى منها الخطأ العشوائي ، وهذا يدل على وجود علاقة بين الالكسيثيميا وإدمان الانترنت ؛ وقد بلغت قيمة (F) المحسوبة لهذا الارتباط (١٠٥,٩٥٠) وهذه دالة عند مستوى (٠,٠١) ، وهذا يدل على أنه يمكن للالكسيثيميا أن تسهم في التنبؤ بإدمان الانترنت لدى عينة الدراسة ، وبالتالي قد تحقق صحة الفرض الخامس ويمكن صياغة المعادلة الانحدارية الدالة على التنبؤ كالاتي :

المتغير التابع = قيمة الثابت + معامل الانحدار × المتغير المستقل

إدمان الانترنت = ١٣,٧١٦ + ٠,٨١٦ (الالكسيثيميا) .

وتدل النتائج السابقة على أن الزيادة في درجات الالكسيثيميا تؤدي إلى زيادة في درجة إدمان الانترنت لدى عينة البحث .

- **توصيات الدراسة :**

توصي الباحثة في ضوء ما توصلت إليه من نتائج ومن صعوبات واجهتها أثناء سير الدراسة بما يلي :-

١. ضرورة تدريب المعلمين على برامج التعرف على خصائص المراهقين خاصة ذوي الاضطرابات {الالكسيثيميا وإدمان الانترنت } للتعرف على طبيعة حالتهم وكيفية التعامل معهم .

٢. تهيئة الوسائل والسبل التي تمكن الطلاب بجميع المراحل التعليمية ولا سيما المراهقين الأصغر سناً من التعرف على المشاعر والتعبير عنها (الغضب – الحزن – الفرح – الخوف) ، وكيفية استدعاءهم للاستجابات الصحيحة المناسبة في المواقف الحياتية المختلفة والعمل على تنمية المتغيرات الايجابية لديهم لتأكيد أنفسهم بشكل ايجابي وذلك من خلال الأنشطة الفنية ، والأنشطة الرياضية وتشجيع المراهقين خاصة الذين يعانون من اضطرابات وخوف من المشاركة والمواجهة للدخول في هذه الأنشطة ليُعطي المراهق فرصة حتى يعبر لفظياً عما بداخلة من مشاعر وتساعده على التخلص من الأمراض النفسية والعضوية وتحصينه ضد هذه الاضطرابات .

٣. ضرورة توعية الأسرة واشراكها في برامج معده لمدمني الأنترنت حتى تمكنهم من الاستفادة أكبر وخاصة وأن جزءاً كبيراً من معاناة هؤلاء يكون سببه المحيط الأسري والاجتماعي .

٤. عمل برامج وقائية بالتعاون مع المختصين من أفراد المجتمع وإمدادها للأماكن التي يقوم بزيارتها الشباب كالمراكز الاجتماعية والمكتبات ومراكز الشباب لحمايتهم من مخاطر الإدمان على الانترنت.

- **البحوث المقترحة :**

١. الصلابة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين الالكسيثيميا والاستخدام المفرط للإنترنت لدى عينة من المراهقين والمراهقات .

٢. برنامج ارشادي لخفض حدة سلوك التنمر الالكتروني لدى الطلاب مدمني الانترنت .

٣. إجراء دراسات لإعداد مقاييس تفيد الدراسات النفسية والباحثين لقياس الالكسيثيميا للاستفادة منها .

٤. التنمر الالكتروني وأثره على الالكسيثيميا وفقدان المعنى في الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية.

مراجـــــع الدراســـــة

أولاً : المراجع العربية :

- أبو زيد سعيد الشويقي (٢٠٠٨) . الابتكارية الانفعالية لدى عينة من طـــلاب الجامعة وعلاقتها بكل من الالكسيثيميا والعوامل الخمسة الكبرى فى الشخصية ، **المجلة المصرية للدراسات النفسية** ، ١٨ (٦١) ، ٤٣ -٨٤.
- أحمد أبو الريش عبد العزيز ، هزاع ، الأحمد ، عمر، الكعبي ،عائشة(٢٠١٧)." **إدمان الإنترنت** " **يغزو عقول النشء والشباب** ، متوفر علي :

https://www.alittihad.ae/Article/6734:

- أمثال هادي الحويلة (٢٠٢٠) . بعض الوظائف التنفيذية وعلاقتها بالالكسيثيميا لدى عينة من المراهقين بدولة الكويت ، **مجلة كلية الآداب** ،٥(٨٠) : ١١ -٨٥.
- حلمي خضر ساري (٢٠٠٥). **ثقافة الانترنت : دراسة في التواصل الاجتماعي** ، عمان ، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع .
- سحر مختار محمد (٢٠١٦) . إدمان الانترنت وعلاقته بضغوط الحياة لدى عينة من طلبة الدراسات العليا : (دراسة سيكومترية كلينيكية) ، **رسالة ماجستير** ، كلية التربية ، جامعة عين شمس.
- سمر مجدي فهمي (٢٠١٧) . الألكسيثيميا لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية اللاتى تعرضن لاضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة (دراسة وصفية كلينيكية) ، **رسالة ماجستير** ، كلية التربية ، جامعة حلوان .
- سيد عبد العظيم (٢٠٠٧) . إساءة استخدام الانترنت في علاقته بالشعور بالوحدة واليأس لدى عينة من الشباب الجامعي ، **مجلة البحث فى التربية وعلم النفس** ، كلية التربية ، جامعة المنيا ، ٢٠ (٣) ، ١ - ٣١ .
- عبد الكريم عطا كريم (٢٠١٦) . **إدمان الانترنت : خطر جديد يداهمنا** ، ط(١) ، عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع .
- عصام محمد زيدان (٢٠٠٨) . إدمان الانترنت وعلاقته بالقلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس ، **دراسات عربية فى علم النفس**، ٧(٢)،٣٧١-٤٥٢.
- عفاف محمد احمد محمود ، داليا حفني عثمان سالم ، مصطفى عبد المحسن عبد التواب (٢٠١٨). إدمان الانترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب المرحلة الاعدادية باسيوط ، **دراسات في الارشاد النفسي والتربوي ، ١ ، ٥٩ – ٨٨.**
- كيمبرلي يونج (٢٠١٤) . **إدمان الانترنت: المفهوم – النظرية – العلاج** (ترجمة : أحمد الحسيني ، عيد جلال)، ط (١) ، القاهرة – دار الكتاب الحديث .
- محمد النوبي محمد (٢٠٠٨). إدمان الانترنت ودوافع استخدامه وعلاقتهما بالتفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة الموهوبين المصريين والسعوديين ، **مجلة كلية التربية** ، جامعة طنطا ، مصر ،٣٨ ، ٦١٣ – ٦٦٠ .
- محمود رامز يوسف (٢٠١٥). ادمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي " الفيس بوك " وعلاقته بالمسئولية الاجتماعية لدى طلاب جامعة عين شمس في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية ، **مجلة دراسات عربية ، ١(١٤): ١-٤٤.**

- مريم عواد الزيادات ، احمد عبدالله محمد الشريفين (٢٠١٩). الالكسيثيميا والاضطرابات النفسية الجسمية لدى المراهقين العاديين والأيتام : دراسة مقارنة ، **المجلة التربوية** ، ١٣٣(٣٤) ، ٣٠٩-٣٥٧.
- نادية محمود غنيم (٢٠٢٠) . اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته باضطرابات النوم والالكسيثيميا وجودة الحياة لدى مصابي حوادث الطرق ، **مجلة قطاع الدراسات الانسانية** ، جامعة الازهر ، ٢٥ ، ٦٥٩ – ٧٣٨.
- نسمة لطفي مرزوق (٢٠١٤) . العلاقة بين الضغوط الحياتية والالكسيثيميا لدى عينة من المراهقين في الريف والحضر بالمنيا ، **رسالة ماجستير** ، كلية التربية ، جامعة المنيا .
- نها طراف بشير (٢٠١٦). أنماط العلاقات الأسرية وعلاقتها بالألكسيثيميا لدي عينة من مراهقين المرحلة الثانوية ، **رسالة ماجستير** ، كلية التربية ، جامعة المنيا.
- نهاد عبد الوهاب محمود (٢٠١٧) . الذكاء الوجداني كمتغير معدل للعلاقة بين الالكسيثيميا والاستخدام المشكل للإنترنت لدى المراهقين والمراهقات ، **مجلة دراسات عربية** ، ١(١٦) :١٠٧-١٧٦.
- هشام عبد الرحمن الخولي (٢٠٠٦). الألكسيثيميا (نقص / عجز القدرة على التعرف على المشاعر) وعلاقتها بالميكافيلية / المخاتلة لدى عينة من المراهقين والشباب ، **المؤتمر السنوي الثالث عشر للإرشاد النفسي : الإرشاد من أجل التنمية في عصر المعلومات** ، جامعة عين شمس ، مركز الإرشاد النفسي ، (١)، ٢٥-٢٧ ديسمبر.
- هشام عبد الرحمن الخولي (٢٠٠٨). **دراسات وبحوث في علم النفس والصحة النفسية** ، القاهرة ، دار النهضة العربية .
- هشام عبد الرحمن الخولي (٢٠١٠) . **الصحة النفسية ومشكلات من الحياة** ، ط٢ ، القاهرة ، د .ن .
- هيام صابر صادق (٢٠١٣). الالكسيثيميا والرضا عن الحياة لدي عينة من طلبة الجامعة ، **مجلة كلية التربية** ، جامعة بنها ، ١(٩٦) ، ٨٠- ١١٢.
- ياسمين جمال الدين عباس (٢٠١١) . نموذج لأنماط تعلق الراشدين والألكسيثيميا ودفاعات الأنا وبعض المتغيرات الديموجرافية ، **رسالة ماجستير** ، جامعة قناة السويس.
- يوسف جابر ابراهيم شيبة (٢٠٢٠) . العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بإدمان الانترنت لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية ، **المجلة العربية للتربية النوعية** ، ١٥ :٣٥٦-٣٩٧.

ثانيا : المراجع الاجنبية :-

- Aboujaoude , E. (2010). Problematic Internet use : An overview , **world psychiatry ,** 9 (2) : 85- 90.
- Berardisi ., D , et .,al , (2009). Alexithymia and its Relationships with Dissociative Experiences , Body Dissatisfaction and Eating Disturbances in a Non-clinical femal sample , **cyberpsychology , Behavior , and social Networking , 12 ( ) ,**
- Betka ,S . , et al . (2018). How Do self – assessment of Alexithymia and sensitivity to bodily sensations relate to alcohol consumption ? **Alcoholism** : **clinical and Experimental Research** , 42(1) : 81- 88.
- Caplan, S. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being Development of a theory – based cognitive –behavioral measurement instrument , **computers in Human Behavior ,** 18(5) : 553 – 575.
- Connelly , M. & Denney , D. R.(2007). Regulation of emotions during experimental stress in alexithymia , **Journal of psychosomatic Research ,** 62 (6): 649- 656.

- Dalbudak , E. Evren , C. & Aldemir , s. (2013). Relationship of internet Addiction severity with Depression , Anxiety , and Alexithymia , temperament and character in university students **cyberpsychology , Behavior , and social Networking , ( ) , .**
- Dalbudak , E. & Evren , C. (2014). The Relationship of internet Addiction severity with Attention Deficit Hyperactivity Disorder symptoms in turkish university students , impact of personality traits , depression and anxiety , **comprehensive psychiatry ,** 55(3) : 497- 503.
- Davis , R. A. (2001) . A cognitive – Behavioral model of pathological internet use , **computers in Human Behavior ,** 17(2): 187- 195.
- De-Gracia , M. , Anglada , MV . , Fernandez , MJ .& Arbones ,M. (2002) . Behavioral problems Related with internet usage : An Exploratory study , **Annals of psychology ,** 18(2) :273-292.
- Evren , c ., et . al , (2020). Relationship between Internet Gaming Disorder symptoms with Attention Deficit Hyperactivity Disorder and Alexithymia symptoms among university students ,.
- Gao, t., et al (2018). The Influence of Alexithymia on mobile phone addiction : the role of depression , anxiety and stress , **Journal of Affective Disorders ,** 761 – 766.
- Hexel , M .(2003) . Alexithymia and attachment style in relation to locas of control , personality and **individual Differences ,35 (6) , 1261-1270 .**
- Hofman **,**N**.** (2014). Emotion regulation deficits as mediators of the relationship between trauma , emotional intelligence , antisocial behaviors , posttraumatic stress symptoms , and alcohol use and related problems , **A Dissertation for the Degree of Doctor of philosophy ,** the university of south Dakota .
- Jaukama , M ., et .al (2007) . Epidemiology of alexithymia among adolescents , **Journal of psychosomatic research** , 63 (4) , 373-376.
- Kardefelt –winther , D .,(2014). Aconceptual and methodological critique of internet addiction research use , **computers in human behavior ,** 31, 351 – 354 .
- Karukivi ,M .(2014) . stability of Alexithymia in late adolescence : results of a 4-year follow up study ,**psychiatry research , 219 (2)** , 386-390.
- Kerimova , M . & Gunuc , S. (2015).Adaptation of internet Addiction scale in Azerbaijani language : a validity reliability and prevalence study , **Journal of Education and training studies ,** 4(1) : 39- 48.
- Kubey , R.W., Lavin , M.J. & Barrows , J. R. (2001). Internet use and collegiate academic performance decrements : Early findings , **Journal of communications ,** 51(2): 366 - 382.
- Masoud , J. J. (2014). Depression and Interpersonal problems in Adolescents : Their Relationship with Alexithymia and coping styles , **Iran Journal of psychiatry Behavior Sci,** 8(4) :38-45.
- Michela , G ., et al .(2014). Alexithymia , psychopathology and Alcohol Misuse in Adolescence : A population Based , **Neuroscience & Medicine ,**(5) : 60- 71.
- Musetti ,A ., et al ., (2019) Maladaptive personality functioning and psychopathological symptoms in problematic video game players : A person –centered approach , **fontiers in psychology** , 10 ,255 g.
- Oyefeso , A., et al. (2008). Self injurious behavior , traumatic life events and alexithymia among treatment – seeking opiate addicts , **prevalence , pattern and correlates , Drug and Alcohol Dependence ,**98 , 227- 234.

- Pollatos , O.& Gramann , K. (2011). Electrophysiological evidence of early processing deficits in alexithymia , **Biological psychology ,** 87(1) : 113- 121.
- Sakkinen , p ., et . al ., (2007). Psychometric properties of the 20- item Toronto Alexithymia scale and prevalence of alexithymia in a finnish adolescent population , psychosomatics , 48 (2) , 154-161.
- scimeca ,. G ., et al (2014) . the relationship between alexithymia , anxiety , depression , and internet addiction severity in a sample of Italian high school students , **the scientific world Journal .**
- Su ,. W , Han , X ., Yu ,. H , Wu ,. Y , Potenza , M. (2020). Do men become addiction to internet gaming and women to social media ? A meta – analysis examining gender –related differences in specific internet addiction , **Computers in Human Behavior ,** 113. 106480.
- Tasi , C. &lin , S. (2003) . Internet Addiction of Adolescents in Taiwan : An Interview study , **cyberpsychology & Behavior ,** 6(6) : 649 – 652.
- Taylor , G . &Bagby , R.M. (2013). Psychoanalysis and empirical research : the example of alexithymia , **Journal of the American psychoanalytic association** , 61(1):99–133.
- Weinsten , A ., & lejoyeux , M. (2010) . Internet addiction or excessive internet use , the American **Journal of Drug and Alcohol Abuse , 36 ,.**
- **Yates ,** t ., Gregor , M . & Haviland , M . (2012) . Child maltreatment , Alexithymia , and problematic internet use in young Adulthood , **cyberpsychology** , **Behavior and social Networking** , ( ).