CJSP
ISSN-2536-0027

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية

مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج
للبحوث والمؤتمرات في مملكة البحرين

العدد ـ ٤٠
كانون الاول ـ ٢٠٢٤

CAMBRIDGE
RESEARCH AND CONFERENCES CENTER

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية
CAMBRIDGE SCIENTIFIC JOURNAL

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN–2536–0027

الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة

م.م سهى عبد علي حسين
جامعة الكوفة

الخلاصة: يهدف هذا البحث إلى تعرف العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة. وقامت الباحثة باختيار عينة من طلبة الجامعة مقدارها (٣٠٠) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالأسلوب العشوائي ذو التوزيع المتساوي. وعملت الباحثة على بناء مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، في حين قامت الباحثة باعتماد مقياس مقاومة الإغراء. وبعد تطبيق هذان المقياسان اللذان أتسما بالصدق والثبات، وجدت نتائج البحث أن طلبة الجامعة يدمنون على مواقع التواصل الاجتماعي، ولديهم ضعف في مقاومة الإغراء، ووجود علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وانخفاض مقاومة الإغراء.

Abstract: This research aims to identify the relationship between social media addiction and resistance to temptation among university students. The researcher selected a sample of (٣٠٠) male and female university students who were selected using a random method with equal distribution. The researcher worked on building a social media addiction scale, while the researcher adopted a temptation resistance scale. After applying these two valid and reliable scales, the research results found that university students are addicted to social media, have a weakness in resisting temptation, and there is a correlation between social media addiction and low temptation resistance.

الفصل الأول: الاطار العام للبحث

مشكلة البحث

أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة جذب لدى الكثير من الشباب، وذلك لما تقدمه من وسيلة للاتصال والخدمات الاجتماعية والترفيهية، إذ نجد أن هذه المواقع توفر للمستخدمين الكثير من المعلومات، والحصول على الصور ومقاطع الفديو والعاب وأغاني، والوصول إلى الأخبار بدرجة سريعة جدا.

ورغم هذه الخدمات فإن الأدبيات النفسية والطبية بدأت تشير إلى أن الأفراد أصبحوا منقادين إلى مواقع التواصل الاجتماعي على مدى ساعات طويلة، مما ترك ذلك الكثير من الأضرار النفسية والجسمية لدى المستخدمين، إذ كلما زاد جلوس الفرد امام الانترنيت فأنه يصبح أكثر استعمالا له، وقد يتطور ذلك إلى اضطراب سلوكي، لكون استعمال الفرد للأنترنيت ٣٨ ساعة اسبوعيا يجعل الفرد مدمن عليه

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN–2536–0027

(Haghighi,٢٠١١,p.٢). وتذكر الاحصائيات ان المراهقين والشباب هم أكثر الفئات افراطا للأنترنيت، وأن حوالي ٧٢% يعانون من أثار بدنية ونفسية شديدة(Kendell,١٩٩٨,p.١٢) .

وهذا ما ذكرته دراسة (عبد الوهاب،٢٠١٤) بأن كثرة استعمال مواقع التواصل الاجتماعي والأنترنيت يرتبط بالعديد من المشكلات والاضطرابات النفسية التي تتمثل بالقلق، والاكتئاب، والوحدة النفسية، وانخفاض الثقة بالنفس ،وضعف التفاعل الاجتماعى(عبد الوهاب،٢٠١٤،ص١٠٥). ووجدت دراسة (السيد،٢٠٠٩) أن الاستعمال المفرط لهذه المواقع عبر الأنترنيت يترك اثار جسمية ونفسية عديدة، وتتمثل الاثار الجسمية بزيادة الوزن، وضعف البصر، واضطراب النوم والتغذية، في حين تمثلت الاثار النفسية للانترنيت بالقلق، واضطراب الذاكرة، والاكتئاب، والتأخر الدراسي، وانخفاض المستوى التحصيلي، وفقدان العلاقات الاسرية، ووجدت الدراسة ايضا أن الاستعمال المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي يرتبط بمجموعة من السمات السلبية في الشخصية مثل زيادة العزلة، والخجل، والسلبية(السيد،٢٠٠٩،ص١٧٦-١٧٧). وبهذا الصدد وجدت وقام (Coope et al.,٢٠٠٤) أن ادمان مواقع التواصل الاجتماعي ارتبط مع زيادة مشاهدة الأنشطة الجنسية عبر الإنترنيت، والبحث عن المواد الأباحية، ومشاهدة الصور غير الأخلاقية، وتعلم السلوكيات الجنسية غير الصحية(Coope et al.,٢٠٠٤,p.١٢٩)

وبما أن الأفراد الذين يقضون أوقات طويلة على مواقع التواصل الاجتماعي يواجهون صعوبة في تنظيم وقتهم، وأنشطتهم، وأعمالهم الدراسية والأسرية، فهل أن ذلك يأتي من ضعف قدرتهم على مقاومة مغريات هذه المواقع، وما تقدمه من مثيرات جذابة وممتعة، لاسيما أن الدراسات النفسية تشير إلى قوة شخصية الفرد تقاس بما يمتلكه من قدرة على تحدي مغريات الحياة، التي قد تقف أمام تحقيق طموحاتهم، وتلهيهم عن إنجاز واجباتهم الدراسية، وتؤدي بهم إلى الفشل، والإخفاق الدراسي. فوجدت دراسة "ليرو"(Leroy,٢٠١٢) التي أجريت على عينة من طلبة الجامعة، أن الذين أخفقوا في امتحاناتهم وواجباتهم الدراسية كانوا يعانون من ضعف القدرة على مواجهة المغريات الاجتماعية والإلكترونية، وذلك أهمال واجباتهم وتحويل أنتباههم إلى المغريات الآنية (Leroy,٢٠١٢,p.٢٦٣)، كما توصلت دراسة (Fries & Dietz,٢٠٠٧) إلى أن تدني القدرة على مقاومة الإغراء التي تظهر في الحياة اليومية، يجعلهم ينغمسون في المثيرات الممتعة، وهو ما يؤدي إلى الشعور بعدم الكفاية، وضعف قوة، ويدخلون في دوامة الشعور بالخزي (Fries & Dietz,٢٠٠٧,p.٩٤) وليس ذلك فحسب بل وجدت دراسة (Fedorikhin & Patrick,٢٠١٠)إن الاستسلام للمغريات يستنزف الطاقات العقلية، ويضعف ذاكرة الفرد، ويجعله يندفع إلى أرتكاب الكثير من الأخطاء الشخصية والأخلاقية (Fedorikhin & Patrick,٢٠١٠,p.٦٩٨) وبهذا تتحدد مشكلة البحث الحالي بالتساؤل الآتي، هل يرتبط ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بقدرة الطلبة على مقاومة الإغراء؟.

أهمية البحث

بعد ظهور الثورة التكنولوجية والمعلوماتية الحديثة في القرن الواحد والعشرين، وسيطرة العالم الرقمي والافتراضي على حياة الإنسان، أصبحت مساعدة الأفراد على التعايش مع هذا الواقع بصورة صحية وسليمة إحدى أهم الأهداف التي تعمل المؤسسات النفسية والتربوية على تحقيقها، إذ يمكن أن يقلل ذلك من ادمان استخدام شبكات التواصل الاجتماعي، والافراط في استخدام الأنترنيت، والمواقع الإباحية، ومن ثم ستنعكس هذه الإجراءات بدورها على خلق أفراد أصحاء نفسيا وبدنيا، وهذا ما أشارت إليه نتائج الدراسات النفسية والتربوية، إذ وجدت دراسة(Boies, Cooper, and Osborne,٢٠٠٤) أن مساعدة الطلبة على استعمال الأنتريت وشبكات التواصل الاجتماعي بطريقة مفيدة، يؤدي نتائج إيجابية عديدة، منها مثل السيطرة على رغباتهم وحاجاتهم النفسية، وتوظيف الأنترنيت بطريقة تخدم تحصليهم الدراسي، والحصول

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN-2536-0027

على المعلومات العلمية، ودعم علاقاتهم الاجتماعية (Amanda & Craig,٢٠١٧,p.٣)، كذلك وجدت دراسة (يونغ،١٩٩٦) أن الأفراد الذين يستعلمون مواقع التواصل الاجتماعي وغرف المحادثة والأخبار بدرجة معتدلة تكون علاقاتهم التفاعلية أكثر ثراء وانفتاحا مقارنة بالذين يدمنون عليها (المرواني، ٢٠١٦،ص٧).

وتوصلت دراسة (مؤيد،٢٠١٦) أيضا إلى أن الطلبة الذين يستعلمون مواقع التواصل الاجتماعي بدرجة معتدلة، ولم يصلوا إلى حالة الإدمان عليها، كانوا يتسمون بحسن المزاج، ويقضون أوقات فراغهم بصورة طيبة، ويتسمون بعلاقات اجتماعية حقيقة (وليست زائفة)، ولم تتأثر قيمهم الاجتماعية بدرجة كبيرة، كذلك لم يعانوا من مشاعر الاكتئاب والقلق وتدني صورة الذات (مؤيد،٢٠١٦،ص٢٣٦).

وهذا ما أتسق مع بعض نتائج دراسة (مزاغني وحمري،٢٠٢٠)، إذ وجد الباحثان أن إدمان التواصل على المواقع الاجتماعي أرتبط سلبيا مع التوافق الشخصي والأسري، إذ كلما أنخفض استخدام طلبة الجامعة لهذه المواقع التواصلية، أدى ذلك إلى شعور الطلبة بالأرتياح والرضا عن الذات، وأصبحت علاقاتهم الأسرية أكثر تماسكا وطيبة (مزاغني وحمري،٢٠٢٠، ص٦٠٥).

وبما أن الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يختلف بين الأفراد بحسب مهاراتهم واستخدامهم لهذه المواقع، فهل يمكن أن ينتج هذا الاختلاف عن قدرة الطلبة على تأجيل أشباع حاجاتهم ومقاومة المغريات التي تقدمها شبكات التواصل الرقمية، لاسيما أن الاتسام بمقاومة الإغراء يمكن أن تحمي الأفراد من الوقوع بالعديد من المخاطر الصحية والمشكلات الاجتماعية كالتدخين والسرقة والغش والإباحية، وهذا ما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة، إذ وجدت دراسة "هوفمان" (Hofmann et.al ,٢٠١٢) أن مقاومة الإغراء لها علاقة كبيرة بقدرة الطلبة على ضبط النفس، وحمايتهم من الرغبات الجامحة، والأخطاء والتجاوزات التي تعرضهم للعقوبات القانونية والتأديبية، كذلك تعمل مقاومة الإغراء على حماية الطلبة من الأنغماس بسلوكيات التدخين وشرب الكحول والألعاب الإلكترونية (Hofmann et.al ,٢٠١٢,p.١٣١٨) ووجدت دراسة "زانك" (Zhang et.al,٢٠١٥) أن الطلبة الذين حققوا درجات مرتفعة على مقياس مقاومة الإغراء أتسموا بقدرتهم على ضبط رغباتهم وعدد ساعات استعمال الأنترنيت، ومشاهدة المواد الإباحية (Zhang et.al,٢٠١٥,p.١)، وفي دراسة أخرى يذكر (الطراونة،٢٠١٦) أن مقاومة الإغراء يساهم في دعم النمو الأخلاقي وتطوير القيم الأخلاقية والمعايير الاجتماعية المقبولة في المجتمع (الطراونة،٢٠١٦،ص٣٠٠)

وبهذا تمكن أهمية البحث في ضوء تعرف مدى انغماس الطلبة في مواقع الشبكات العنكبوتية، وتأثير ذلك على شخصيتهم وافكارهم ورغباتهم، فضلا عن أن أهمية هذه الدراسة تظهر في الآتي:

أ.إنها تعد مؤشرا على مدى تمتع طلبة الجامعة بالصحة النفسية، وقدرتهم على التوافق النفسي والأكاديمي، ومدى جودة علاقاتهم الاجتماعية.

ب. يحاول البحث أن تكشف عن العلاقات الارتباطية السببية بين ظهور الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقامة الإغراء.

د. يمكن أن يقدم البحث نتائج مفيدة تخدم الباحثين والعاملين مراكز البحوث النفسية.

د. يستفيد من هذه الدراسة كل من:

أ. الشعب والمراكز الإرشادية في الجامعات العراقية.

ب. وزارة التعليم العالي والبحث العلمي العراقية.

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى تعرف:

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN-2536-0027

١. الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.
٢. دلالة الفرق على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفقا لمتغير الجنس (ذكور-إناث).
٣. مقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة.
٤. دلالة الفرق على مقياس مقاومة الإغراء وفقا لمتغير نوع طلبة الجامعة (ذكور-إناث).
٥. العلاقة الارتباطية بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة الكليات العلمية والإنسانية في جامعة القادسية للعام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤ من الذكور والإناث (الدوام الصباحي).

تحديد المصطلحات:

يتحدد البحث الحالي بالمفاهيم الآتية:

أولا. إدمان مواقع التواصل الاجتماعي Social Media Addiction: عرفه كل من:

- (عزب،٢٠٠١): الاعتماد النفسي للمداومة على ممارسة التعامل مع شبكات التواصل الاجتماعى لفترات طويلة ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية (المرواني،٢٠١٦،ص١٤).

- يونج (Young,٢٠٠٧): أنشغال الفرد المتواصل بمواقع الشبكة العنكبوتية الاجتماعية، بسبب فقدان قدرته في السيطرة على رغباته ودوافعه، ورغبته المتواصلة في متابعتها، واستعمالها، مع تأثيرها على حياة الفرد الشخصية والأسرية والدراسية (Young,٢٠٠٧,p.٦٧١).

-(يونس ٢٠١٦) :"أنها الرغبة التي لا يمكن السيطرة عليها في تقليل استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، والأفراط في استخدام هذا العالم الافتراضي وعدم الشعور بهدر الوقت أمام هذه المواقع مع التجاهل والاستغناء عن أداء أعمال أخرى في حياة الفرد".(يونس ٢٠١٦، ص. ٢٤).

وتبنت الباحثة تعريف "يونج،٢٠٠٧" بوصفه التعريف النظري الذي سيتم في ضوئه بناء مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وتفسير نتائج البحث الحالي.

- التعريف الإجرائي: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي بعد أجابته على مقياس مقاومة الإغراء.

ثانيا. مقاومة الإغراء Resistance to Temptation : عرفها كل من:

-(منصور وأخرون،١٩٨٩): حالة من التعلم الإحجامي يعزف فيها الفرد عن الأقدام نحو مثير يجذبه أو يغويه لأنه يعد خاطئاً أو لا أخلاقياً (المهداوي والدليمي،٢٠١٥، ص٣٧٦)

-(الطراونة، ٢٠١٨) **:**هي حالة يعزف فيها الفرد عن القيام بسلوك لأنه يعتبر غير أخلاقي، ولا يتماشى مع معايير مجتمعه (الطراونة، ٢٠١٨، ص٣٣٢).

-لازاروس **(Lazarus,١٩٨٥)** بأنها قدرة الفرد على مكافحة أهواءه ورغباته وحاجاته الآنية، وتظهر هذه القدرة على شكل سلوك تجنبي أو انسحابي عند مواجهة المثيرات المغرية، بهدف المحافظة على أهدافه ونجاحه (القره غولي والعكيلي، ٢٠١٤،ص١٣٣)، وتبنت الباحثة هذا التعريف بوصفه التعريف النظري الذي اعتمده صاحب المقياس المتبنى في البحث الحالي.

- التعريف الإجرائي: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي بعد أجابته على مقياس مقاومة الإغراء.

الفصل الثاني: الإطار النظري

اولا.إدمان التواصل على المواقع الاجتماعية:

لقد شكل استخدام التكنولوجيا قلقا كبيرا لدى العديد من الباحثين في علم النفس، وذلك نتيجة التأثيرات السلبية المحتملة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، رغم الفائدة التي تقدمها للمستخدمين. إذ ينشغل السكان في

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN–2536–0027

العالم بمنصات التواصل الاجتماعي التي هي مساحات افتراضية على الإنترنت تسهل التفاعل والاتصال والتواصل في الوقت الفعلي، لذا أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي جزءًا لا يتجزأ من حياة الإنسان، وحلت محل الممارسات الاجتماعية التقليدية في التواصل بين الأشخاص (Landa-Blanco,٢٠٢٤,p.١)
نتيجة هذا الانغماس المتزايد ظهر مفهوم الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي كأحد المفاهيم الحديثة في دراسات علم النفس المرضي، فضلا عن كونه أحد أنواع الأدمان السلوكي behavioral addiction الذي يتميز بالقلق المفرط عند التوقف في استعمال وسائل التواصل الاجتماعي، مدفوعًا برغبة لا يمكن السيطرة عليها وتحث الفرد على التسجيل والدخول في هذه الوسائل واستخدامها، لذلك نجد أن الفرد يخصص الكثير من الوقت والجهد في هذه المواقع الاجتماعية مما يضعف قدرة الفرد على التوافق مع مجالات الحياة المهمة الأخرى (Hilliard,٢٠١٤,p.٢).
واتساقا مع ما سبق تظهر لدى المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي مجموعة من الأعراض النفسية يمكن في ضوئها تشخيصهم كمدمنين، وتتمثل هذه الأعراض بتعديل الحالة المزاجية عند الاستخدام(إذ يؤدي التفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي إلى تغيير إيجابي في الحالة العاطفية)، الانغماس السلوكي (الاستغراق المعرفي والانفعالي بوسائل التواصل الاجتماعي)،
التسامح (يتمثل بالاستخدام المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي بمرور الوقت)، وأعراض الانسحاب (الشعور بأعراض جسدية وعاطفية غير سارة عند تقييد أو إيقاف استخدام وسائل التواصل الاجتماعي)، الصراع (ظهور المشكلات الشخصية التي تنشأ بسبب استخدام وسائل التواصل الاجتماعي)، والانتكاس (عودة الأفراد المدمنين بسرعة إلى الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي بعد فترة من الامتناع) (Pérez et al.,٢٠١٢,p.٤٢٧-٤٢٨).
إن مشكلة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي تظهر في مخاطر الأفراط في استخدامها، إذ غالبًا ما يؤدي هذا الإدمان إلى تجاهل الفرد للضروريات الأساسية للحياة مثل النوم والتفاعلات الشخصية مع الأحباء وإداء المهام اليومية والدراسية. كما يتجلى أيضًا في حالات عاطفية وسلوكية غير صحية ، بما في ذلك الصراعات الشخصية، كذلك ارتبط هذا الأدمان بإضطراب الأكل مثل الافراط في تناول الطعام، وتدني احترام الذات والصحة العقلية والأداء الأكاديمي، كذلك ارتبط هذا النوع من الإدمان بزيادة أعراض الاكتئاب والقلق نتيجة ضعف القدرة على التعامل مع ضغوط الحياة؛ والشعور بالسخط والحزن والتشاؤم، وقد يؤدي إلى اهمال الصحة البدنية والإصابة بالمرض وإهمال النظافة الشخصية (Landa-Blanco,٢٠٢٤,p.٢)
و تشير الدراسات أن أكثر من ٥٠% من المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي هم من فئة المراهقين والشباب، إذ يقضي هؤلاء أكثر من مرة ونصف من وقتهم في هذه المواقع مقايسة بالأعمار الأخرى من الراشدين وكبار السن، وقد يرجع ذلك إلى ما توفر هذه المواقع من فرص كبيرة للتعارف، والجنس، وممارسة الألعاب، وتبادل المعلومات(Sümen, A & Evgin,٢٠٢١,p.٢٢٦٥). وتقدر الدراسات أن الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة بلغ ١٨.٤ ٪ (٩٥ ٪ فاصل الثقة : ١٤.٧-٢٢.٦ ٪)، وهو ينتشر لدى الذكور والإناث بنسب متقاربة (Salari et al.,٢٠٢٣,p.١).
وتوجد عدة تفسيرات لأدمان مواقع التواصل الاجتماعي، فتعزو النظرية العصبية والطبية إلى أن التغريدات والإعجابات والرسائل ومقاطع الفديو في مواقع (التيكتوك والفيس بوك والسناب شات، والانستغرام) تحفز منطقة المكافأة في الدماغ، وإنتاج مادة كيميائية تدعى بالدوبامين، إذ تعمل هذه المادة كالمخدرات في الجسم، والشعور بالمتعة، لذا تنتج دوائر عصبية تعمل على استمرار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN-2536-0027

(Hilliard,٢٠١٤,p.٤). في حين ترى النظرية السلوكية أن الأدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يظهر نتيجة المكافأة الخارجية التي يتلقها الفرد عند استخدامها، مثل الحصول على أعجاب أو تغريدة، فتؤدي هذه العملية إلى عقد اقتران شرطي بين استخدام مواقع التواصل والتعزيزات القادمة منها، وهو ما يؤدي إلى أستمرار الأفراد في استخدامها. أما النظرية المعرفية السلوكية فترى أن الاستخدام المرضي لمواقع التواصل الاجتماعي يظهر نتيجة إدراك الفرد للفوائد والأرباح النفسية والمادية التي يجنيها من هذه الشبكة، مثل التواصل مع الأصدقاء، والحصول على المعلومات الجنسية، والترفيه، وممارسة الألعاب، لذلك مادام الفرد يعتقد أن هذه الشبكات توفر له الراحة والمتعة وتسد وقت فراغه، فإنه يؤدي إلى الأدمان عليها (Pontes et al.٢٠١٥,p.١٢).

وبهذا الصدد طور عالم النفس "كيمبرلي يونج" من النظرية المعرفية السلوكية نموذج فقدان السيطرة على الدوافع، إذ يفترض أن هذا الإدمان هو أحد أنواع فقدان السيطرة على الدوافع، كون الفرد يفقد قدرته على التحكم في اندفاعاته الداخلية، مما يؤدي إلى زيادة انشغاله المعرفي بمواقع التواصل، والرغبة القهرية في متابعتها، وضعف القدرة على إيقاف هذه الرغبة بالرغم من تأثير هذا الأدمان على حياة الفرد الشخصية والأسرية والأكاديمية، وهذا يشكل لدى الفرد رغبة (لهفة) وتوق شديد إلى التواجد على مواقع التواصل الاجتماعية (Young,١٩٩٨,p.٢٣٧-٢٣٨). وستتبنى الباحثة هذا النموذج في التفسير.

ثانيا. مقاومة الإغراء

يعد مفهوم الإغراء من المفاهيم الحديثة التي أهتمت بها دراسات النمو الأخلاقي، وعلم النفس الشخصية، إذ حاول الباحثين تعرف لماذا ينساق بعض الأفراد وراء المغريات والشهوات والأعمال الضالة بينما نجد أخرين يقاومون هذه المثيرات من أجل تحقيقها بصورة مقبولة حتى لو تطلب ذلك تأجيل لفترة طويلة من الزمن (النواجحة وعوض، ٢٠٢١،ص١١٨).

وتتنوع مظاهر السلوكيات الإغوائية لدى الشباب بحسب طبيعة حاجتهم والمثيرات التي يتعرضون لها، وضغوط والأقران مثل التعرض إلى إغراء التدخين، وتناول المخدرات، والغش في الامتحانات، وعادة ما تستجيب الشخصية التي تميل إلى الإغواء تحت تأثير التقليد، وعدم مقاومة المغريات الخارجية، وحب الاستعراض، والإعجاب بالذات، والمزاج المنفتح، وفقدان السيطرة على كبح الشهوات، والاستماع بشهوات النفس، وغلبة الهو على الأنا، والتمرد على المعايير والقواعد الأخلاقية، وضعف الوعي الذاتي (الطروانة،٢٠١٨،ص٣٣٠).

ويذكر (القره غولي والعكيلي،٢٠١٤) مجموعة من ألأسباب تجعل الأفراد يضعفون أما المغريات منها الحرمان العاطفي، وتدني الصلابة النفسية، وسهولة الاستثارة والتوتر، والمشكلات الأسرية، والفقر المادي، وتبني الأفكار الخاطئة (النواجحة وعوض، ٢٠٢١،ص١١٨). وبهذا الصدد يصنف الباحثين في العلوم النفسية، مثل الإغراء المادية وعادة ما يستجيب له الأفراد المحرومين ماديا، والإغراء العاطفي الذي ينتج عن قلة إشباع الحاجة إلى الحب والاحترام والحنان، والإغراء الفكري الذي يتمثل بضعف قدرة الفرد على تحليل الأفكار ومقاومتها والانقياد لها بسهولة، كذلك يوجد إغراء الأقران عبر تقليد ما يلبسه الأقران ويقومون به من سلوكيات خطير كالتدخين وشرب الكحول والسرقة، وإغراء المواد الإباحية ومواقع شبكات الأنترنيت مثل الفيس بوك والتويتر والانستغرام (الطروانة،٢٠١٦، ٢٩٨).

لذا يمكن القول أن مقاومة الإغراء يتمثل بقدرة الأفراد على ضبط أنفسهم من أجل تحقيق نتائج مستقبلية مهمة، فهي مؤشرا مهما على نجاحهم في وظائفهم وعلاقاتهم الاجتاعية والحصول على موارد وممتلكات مادية كثيرة. وتظهر مقاومة الإغراء في ضوء تحمل ضغوط الحاجات والرغبات الآنية، والصمود أمام

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN–2536–0027

المثيرات المغرية من أجل تحقيق مكاسب بعيدة الآجل .(Bernecker and Job , ٢٠١٩,p.٣). لذلك نجد إن الناس المقاومين للمغريات يحافظون على مسارهم عند الشروع بتحقيق مهمة معينة، ولا تلهيهم أو تأخرهم في أداء أعمالهم، وكثيرا ما يشعرون بالذنب إذا ما انجرفوا بعض الوقت إليها (Grusec et.al,١٩٧٩,p.٢٣٣).

وتوجد مجموعة من النظريات التي يمكن أن تفسر مقاومة الإغراء، فيرى سيجموند فرويد إن مهمة مقاومة الإغراء من واجبات الأنا التي تحاول أن تتفاوض مع الهو (مركز اللذة والشهوات) من أجل إقناعها على تأجيل رغباتها وملحات غرائزها لحين مجيء الوقت المناسب لذلك، وبطريقة يمكن أن يرضى عنها المجتمع، في حين أن ضعف الانا يؤدي إلى سيادة الهو والاستسلام للمغريات (الزغول وآخران،٢٠١٩،ص٨٦).

وترى نظرية كولبرج في أن مقاومة الإقناع تتطور في ضوء النمو الأخلاقي وذلك عندما يتماشى الفرد مع قوانين المجتمع الأخلاقية الذي يعيش فيه ويتفاعل، لذا ترى هذه النظرية إلى مفهوم مقاومة الإغراء بوصفه دليل على النمو الأخلاقي، فهو يشير إلى فهم كيفية تطوير الفرد للقيم الأخلاقية والمعايير السلوكية المقبولة في المجتمع الذي يعيش فيه. أما النظرية السلوكية فتؤكد على العوامل البيئية والاجتماعية، وما تعطيه من تعزيزات تؤثر على سلوك الأفراد وتعلمهم، فنرى أن هذه النظرية على العوامل الاجتماعية التي توثر في تطور الضمير لدى الفرد ، والذي يتأثر بالثواب والعقاب والتعلم بالملاحظة، وتنظر إلى مقاومة الإغراء بوصفها سلوكيات متعلمة من قبل الوالدين والمعلمين، حتى تصبح هذه السلوكيات موجهات داخلية تدفع بالفرد إلى مقاومة المغريات، والشعور بالذنب ومعاقبة الذات عن الخضوع لها (الطراونة، ٢٠١٦، ص٣٠٠).

، لذا يختلف الأفراد في درجة هذه القدرة، فهناك من يكون سلبيا عند تلبية رغباته وحاجاته، وهؤلاء يستسلمون بسرعة وينساقون وراء غرائهم بسبب التعلم الخاطئ أو الاحساس بعدم الأهمية، بينما نجد أن بعض الأفراد يقاومون بصورة مباشرة ويستعملون أساليب ناجحة في التعامل معها (عبد الرحمن،٢٠١٩،ص٦٠).

نظرية لازاروس (المصادر المتعددة):

قدم عالم النفس أرنولد لازاروس عام ١٩٧٥ نظريته حول مقاومة الإغراء اعتمادا على المنهج المعرفي السلوكي لأرون بيك، والتبادلية الحتمية لمنظور التعلم الاجتماعي الذي وضعه ألبرت باندورا. يفترض لازاروس أن مقاومة الإغراء حالة أكثر مما هي سمة، تتوقف على قدرات الأفراد وتحملهم وصلابتهم عند مكافحة المغريات والأهواء(عبد الرحمن،٢٠١٩،ص٦٠).

وتظهر هذه الحالة عبر توسط المنظومة المعرفية (الأفكار والمعتقدات والمعلومات) بين المثيرات البيئية (تشمل المغريات) والسلوك (اندفاع الفرد مقابل أحجامه)، فنحن عندما نواجه المغريات فأننا نقوم بتحليلها وتفسيرها، ومن ثم نتأخذ قرارات معين حول الانسياق لها أو مقاومتها وفق حاجاتنا ورغباتنا، لذا يؤكد "لازاروس" على طريقة فهم الأفراد للمثيرات الموجودة في السياق الذي يتفاعل معه، والمعاني والتوقعات الخاصة، فإذا واجه الفرد أحدى المثيرات المغرية في السياق البيئي فأنه سيقوم:

أ. فهم المثيرات وتقييمها وإعطاءها قيمة معينة.

ب. تقييم الفرد لفاعليته الذاتية حول قدرته على مقاومة الانجذاب إلى هذه المثيرات أو عدم قدرته على مواجهتها (الطراونة، ٢٠١٦، ص٣٠٠).

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN-2536-0027

ويرى "لازاروس" أنه هذه العملية تصاحبها مجموعة من الاستجابات الانفعالية، التي قد تدعم استجابات مقاومة الإغراء أو تعمل على تعطيلها، فإذا شعر الفرد بأن هذه المثيرات تعطل مساره وتوجهه الحياتي فأنها ستولد لديه مشاعر سلبية ومنفرة اتجاه المثيرات البيئية، ومن ثم ستدعم عملية مقاومة الإغراء، في حين أذا تشكلت لدى الفرد استجابة انفعالية إيجابية فأنها ستؤدي إلى انجذاب الفرد نحو المثيرات المغرية والانشغال بها. ووجد "لازاروس" أن الأفراد الذين يكونون سلبيين في تلبية رغباتهم وحاجاتهم تكون شخصيتهم سلبية وغير توكيدية ويشعرون بالفشل الذاتي، في حين يتسم الأفراد ذوي المقاومة المرتفعة بالمواجهة الايجابية، والقدرة على التوافق مع مصاعب الحياة (القرغولي والعكيلي، ٢٠١٤، ص١٣٣-١٣٤). وستتبنى الباحثة نظرية لازاروس في قياس وتفسير نتائج البحث.

الفصل الثالث :إجراءات البحث

***مجتمع البحث وعينته:**

تألف مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة القادسية، الذين بلغ عددهم (١٦,٦٤٢) طالبا وطالبة، بواقع (٧٨٠٤) من الذكور و(٨٨٣٨) من الاناث، وذلك حسب إحصائية العام الدراسي ٢٠٢٣ -٢٠٢٤. وقامت الباحثة باختيار عينة من طلبة جامعة القادسية بالأسلوب العشوائية الطبقي ذو التوزيع المتساوي، بمقدار (٣٠٠) طالبا من الذكور والاناث من مجتمع البحث، بواقع (١٥٠) طالبا من الذكور و(١٥٠) طالبة من الاناث من ستة كليات علمية وإنسانية ، وهذه الكليات هي(الهندسة، والإدارة والاقتصاد، والتقانات الإحيائية، والآداب ، والقانون والفنون الجميلة) ، وبواقع (٥٠) طالبا وطالبة من كل كلية .

*** أدوات البحث:**

ج. مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي: قامت الباحثة ببناء المقياس حسب نموذج "يونج" في فقدان السيطرة على الدوافع، وتألف المقياس من (٢٩) فقرة تتم الإجابة عنها وفق أربعة بدائل تتمثل بـ (دائما، غالبا، أحيانا، ابدا).

أ. مقياس مقاومة الإغراء : تبنت الباحثة مقياس (القره غولي،٢٠١١)، والمنشور في أطروحته للدكتوراه الموسومة بـ (الوعي الذاتي وعلاقته بالمواجهة الاجتماعية ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة)، وقد تألف المقياس من (١٩) فقرة تهتم بقياس مقاومة الإغراء ، ويتم الإجابة على المقياس وفق طريقة ليكرت، وبمدرج خماسي البدائل، هي (تنطبق علي تماما، تنطبق علي كثيرا، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي قليلا، لا تنطبق علي أبدا).

*** صلاحية الأدوات :**

قامت الباحثة بعرض مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، ومقياس مقاومة الإغراء حسب (التعليمات، والفقرات، والبدائل) على (١٢) من المحكمين في أقسام العلوم النفسية والتربوية، ومن الذين يتمتعون بالألقاب العلمية (أستاذ- أستاذ مساعد)، وقد اعتمدت نسبة اتفاق بين إجابات المحكمين على فقرات المقياسين بنسبة (٨٠%) فاكثر، ونالت جميع فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي موافقة المحكمين مع تعديل صياغة فقرة في مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي. وبهذا بقي مقياس مقاومة الإغراء مكون من (١٩) فقرة، ومقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، مؤلف من (٢٩) فقرة، ولم تعدل بدائل الإجابة من قبل المحكمين.

*** التطبيق الاستطلاعي الأول:**

اختارت الباحثة عينة عشوائية صغيرة من طلبة جامعة القادسية، بمقدار (٢٥) طالبا وطالبة، وذلك من أجل الكشف مدى وضوح فقرات المقياسين وتعليماتهما وبدائلهما لأجابة، كذلك قامت الباحثة بحساب متوسط

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN–2536–0027

الوقت المستغرق للإجابة. وظهر للباحثة أن تعليمات المقياسين وفقراتهما واضحة من ناحية المعنى، واستغرق وقت الإجابة على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (٩) دقائق، في حين بلغ متوسط الإجابة على مقياس مقاومة الإغراء (٦) دقائق.

***تصحيح المقياسين:**

أعتمدت الباحثة كما ذكرت في وصف المقياسين طريقة ليكرت في الاجابة، فبعد قراءة الطالب الجامعي كل فقرة من فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس مقاومة الإغراء، تطلب منه الباحثة الاجابة بصدق وصراحة وفق ما يراه مناسبا له من إجابة ، فإذا كانت إجابته على محتوى الفقرة للمقياس بـ (تنطبق علي تماما) وفق مقياس مقاومة الإغراء، تعطى له (خمسة درجات)، وتعطى للإجابة بـ (دائما) على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (اربع درجات) في حين اذا كانت إجابته على فقرة مقياس مقاومة الإغراء بـ (لا تنطبق علي ابدا) والاجابة بـ (أبدا) لمقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي تعطى له (درجة واحدة)، ويصبح تصحيح مقياس مقاومة الإغراء عكسيا على الفقرات ذات التوجه العكسي ، أي التي تدل على الاستسلام إلى الإغراء.

*** التطبيق الاستطلاعي الثاني (عينة تحليل الفقرات) :** استخرجت الباحثة القوة التمييزية لمقياسي البحث (الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، ومقاومة الإغراء) بعد تطبيقها على عينة عشوائية مكونة من (٣٠٠) طالبا وطالبة من جامعة القادسية، واستخراج التحليل الإحصائي بطريقتين هما :

أ . طريقة المجموعتين المتطرفتين Extreme Groups Method : لأجل ذلك قامت الباحثة بترتيب الدرجات الكلية لاستمارات مقياس (الإدمان على الإنترنت، ومقاومة الإغراء) تنازليا ، واخذ نسبة مقدارها ٢٧% من استمارات طلبة الجامعة في عينة التحليل الاحصائي التي سجلت اعلى الدرجات (بوصفها مجموعة العليا) ومثلها في الاستمارات التي حازت على ادنى الدرجات (بوصفها مجموعة دنيا)، وبلغ عدد كل مجموعة (٨١) استمارة ، ومن أجل الكشف عن د الفروق الإحصائية على إجابات العينة عينة لكل فقرة من فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس مقاومة الإغراء ، استعملت الباحثة معادلة الاختبار التائي (T-test) وفق مستوى دلالة (٠.٠٥) وقيمة جدولية (١.٩٦) ودرجة حرية (١٦٠) وجدول (١) يوضح ذلك.

ب . علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس Internal Consistency Method: استعملت الباحثة معادلة معامل ارتباط بيرسون لتعرف العلاقة بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الإدمان على الإنترنت ومقياس مقاومة الإغراء) وذلك بعد تطبيقهما على عينة التحليل الاحصائي، وظهر ان جميع معاملات الارتباط لهاتين الأداتين دالة إحصائيا عند مقارنتها بقيمة معامل الارتباط الحرجة البالغة (٠.١١٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية ٢٩٨ وجدول (١) يوضح ذلك:

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN-2536-0027

جدول (١) القوة التمييزية لمقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء بأسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

المقاييس	رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	معامل ارتباط علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية	النتيجة عند مستوى ٠.٠٥
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
مقاومة الإغراء	١	٣.٧٤٣١	١.٦٤٣٧٦	١.٦٦٩٤	١.١٥٥٩٨	٧.٩٤١	٠.٣٨٨	دالة إحصائيا
	٢	٢.٩٩٩	١.٨٤٦٤٧	٢.٤٥٧١	١.٥٠٩٩٣	٣.٨١٨	٠.٢٠٨	دالة إحصائيا
	٣	٣.٣٠٨٨	١.٣٧٤١٥	١.٨٦٧٦	١.٢٦٨٥٠	٦.٣٥٥	٠.٢٩٧	دالة إحصائيا
	٤	٣.٦٨٥٣	١.٥٥١٠٨	١.٢٠٨٨	١.٣٢٥٨٩	٩.٩٢٧	٠.٤٨٣	دالة إحصائيا
	٥	٣.٦٢٦٥	١.٠٠٦٦٦	١.٣٣٥٣	٠.٩٦٠٠٨	٨.٩٨٤	٠.٤٨٧	دالة إحصائيا
	٦	٣.٤٣٢٤	١.٤٦٥٤٦	٢.٠٣٢٤	١.٣١٣٣٠	٤.٦٥١	٠.١٥٥	دالة إحصائيا
	٧	٣.٣٧٣٥	١.٥٨٥٦٩	١.٥٣٣٥	١.١٢٦٧٥	٦.٨١٦	٠.٣٧٣	دالة إحصائيا
	٨	٣.٥٣٨٨	١.٣٧٣٧٠	١.٩٢٣٦	١.٤٠٨٧٠	٦.٨٣٩	٠.٤٥٣	دالة إحصائيا
	٩	٣.٤٣٣٥	١.٦٣٣٣٤	١.٩١٤٨	١.٣٧٥٥٣	٥.٩٤٤	٠.٤٢٢	دالة إحصائيا
	١٠	٣.٤٤٢٢	١.٥٦٥٣٦	١.٦٨٧٥	١.٢٤٧٠٧	٧.٥٩٢	٠.٤٦٣	دالة إحصائيا
	١١	٣.٢٤٨٧	١.٥٠٣٣٢	٢.١٥٤٢	١.٣٢٢٧٢	٤.٥٥٥	٠.١٤٩	دالة إحصائيا
	١٢	٣.٢٦١٢	١.٤٥٧٦٥	٢.٥٤٦٢	١.٢٧٦٥٧	٤.٨٢٧	٠.٢٧٤	دالة إحصائيا
	١٣	٣.٥٤٣٥	١.٣٢٩٦٧	٣.٩٧٦٥	١.٤٤٧٦٠	-١.٣٥٤-	-٠.١٢٦-	غير دالة
	١٤	٣.٣٢٣٦	١.٤٠٥٤٠	١.٢٨٧٣	٠.٧٧٦١	١١.٠٢١	٠.٤٤٨	دالة إحصائيا
	١٥	٢.٧٧٦٣	١.٣٣٣٣٢	٢.٠٤٣٢	١.١٤٥٦٤	٢.٨٩٩	٠.٢٢٤	دالة إحصائيا
	١٦	٣.١٦٥٩	١.٥٢٣٥٩	٢.٣٨٨	١.٤٣٦٥٢	٢.٨٧٣	٠.١٦٧	دالة إحصائيا
	١٧	٣.٥٢٢١	١.٢٥٤٥١	١.٣٤٨٧	١.٠١١١٣	٩.٧٨٣	٠.٤٤٤	دالة إحصائيا
	١٨	٣.٥٨٧٨	١.٤٢٧٧٣	٢.٠٤٣٧	٠.٨٨٩٧٨	٨.٠٠١	٠.٣٣٨	دالة إحصائيا
	١٩	٣.٥٧٠٨	١.٤٥٩٤٣	١.٣٥٥٦	٠.٧٦٨٣٢	١١.٢٩٩	٠.٥٥٥	دالة إحصائيا
الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي	١	٢.٨٧٧٩	١.٠٤٣٢٥	١.٢٧٤٥	٠.٧٣٣٨٣	٩.٩٩٤	٠.٥٢١	دالة إحصائيا
	٢	٣.٨٨٠٣	٠.٩٠٥٤١	١.٧٥٢٣	٠.٩٠٠٣٤	١١.٧٨١	٠.٥٧٧	دالة إحصائيا
	٣	٣.٢٥٥٥	٠.٨٣٥٣٢	٢.٢٦٥٧	١.٧٦٦٥٤	٦.٢٧٥	٠.٥٧٢	دالة إحصائيا
	٤	٣.٦٣٨١	٠.٧٦٥٣١	١.٥٤٥٢	٠.٧٧٧٧٥	١٢.٩٧٧	٠.٤٨٩	دالة إحصائيا
	٥	٣.٤٧٣٥	٠.٩٧٣٨٦	١.٤٨٢٤	٠.٨٢٨٠٨	٧.٩٧٧	٠.٥٧٢	دالة إحصائيا
	٦	٣.٦٨٥٣	٠.٧٨٢٦٥	١.٤٣٢٤	٠.٨٠٢٢١	١٣.٥٢٦	٠.٦٩٥	دالة إحصائيا
	٧	٣.٥٦٥٤	٠.٩٣٣٦٩	١.٦٢٦٥	١.٠٤٢٦٨	٨.٩٢٠	٠.٦٩٨	دالة إحصائيا
	٨	٣.٣٥٢٩	٠.٩٥٨٣١	١.٣٦٧٦	٠.٦٤٤٢٥	١٤.١٧٧	٠.٧٢٥	دالة إحصائيا

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN-2536-0027

٩	٣.٣٢٣٥	١.٠١٣٩٥	١.٧٦٤٧	٠.٧٩٣٩٦	٩.٩٨٢	٠.٥٦١	دالة إحصائيا
١٠	٣.٩٨٢٤	٠.٧٧٣٦٤	١.٩٤٤٨	٠.٥٥٧٢٢	١٢.٤٣٥	٠.٦٢١	دالة إحصائيا
١١	٣.٨٤٤٥	٠.٤٨٥٤٨	١.٦٦٥٨	٠.٨٣٣٥١	١٨.٥٦٩	٠.٦٦٢	دالة إحصائيا
١٢	٣.٩٣٨٢	٠.٦١٣٥٤	٢.٠٤١٢	١.١٥٤٧٩	٩.٠٠٢	٠.٥٤٧	دالة إحصائيا
١٣	٣.٥٦٥٥	٠.٧٥٥٣٤	٢.٣٦٨٨	١.٢١١٢٢	٧.٤٤٣	٠.٤٩٠	دالة إحصائيا
١٤	٣.٥٢٤١	٠.٩٢١٥٩	٢.٤٤٣٢	١.٠٧٠٣٣	٦.٤٧٠	٠.٤١٩	دالة إحصائيا
١٥	٣.٦٦٥٣	٠.٥٤٧١٩	١.٩١١٢	١.٣٢٥٦٩	١٣.٢٣٥	٠.٦٢٤	دالة إحصائيا
١٦	٣.٨٨٢٩	٠.٦٣٢٠٧	٢.١٢١٢	١.١٤٣٣١	١٠.٤٣٣	٠.٦٣٣	دالة إحصائيا
١٧	٣.٥٩٩٢	٠.٥٤٣٧٥	١.٧٩٢١	١.٠٧٣٣٥	١٢.٢٢١	٠.٥٧٨	دالة إحصائيا
١٨	٣.٤٢٠١	٠.٧٧٨٠٣	١.٦٦١٤	٠.٧٦٥٥٠	١٣.٤٣٠	٠.٦١٩	دالة إحصائيا
١٩	٣.٥٠٠٤	٠.٨٨٧٦٧	١.٨٥٣٣	٠.٩٣٧٦٥	١٠.٩٥٥	٠.٦١٥	دالة إحصائيا
٢٠	٣.٥٧٠٦	٠.٧٠١٩٨	١.٥٧٦٥	١.٠٨٠٠٦	١١.٤٥٢	٠.٦٢٣	دالة إحصائيا
٢١	٣.٧٥٣٢	٠.٦٥٤٣٦	٢.٧٨٤١	١.١١٠٨٨	٦.٥٦٠	٠.٣٧٤	دالة إحصائيا
٢٢	٣.٧٥٢٢	٠.٥٨٣٧١	١.٥٤٣٥	٠.٧٣٦٤٣	١٩.١٦٤	٠.٥٧٣	دالة إحصائيا
٢٣	٢.٨٢٧٥	٠.٩٧١٦٢	١.٧٥٤٣	٠.٧٥٤٥١	٧.٣٩٧	٠.٤٧٨	دالة إحصائيا
٢٤	٣.٦٤٣١	٠.٧٦٣١١	١.٩٥٦٩	١.١٦٨٥٧	٩.٩٨٦	٠.٥٤١	دالة إحصائيا
٢٥	٣.٨٢٠٦	٠.٦١٨٧٣	٢.٣٤١٢	٠.٩٤٢٣٣	٩.٢٧٨	٠.٥٣٩	دالة إحصائيا
٢٦	٣.٧٨٠٦	٠.٤٣٦٢٣	٢.٠١٧٦	١.٠٧١٠٣	١٢.٢٦٥	٠.٥٣٩	دالة إحصائيا
٢٧	٣.٧٧٤١	٠.٤٢٧٣٥	١.٩٢٤٥	١.١٥٥٤٢	١٣.٥٦٣	٠.٦٦٤	دالة إحصائيا
٢٨	٣.٧١٥٩	٠.٦٤٧٣١	١.٧٦٣٣	٠.٩٥٢٣١	١٤.٥٦١	٠.٦٤٠	دالة إحصائيا
٢٩	٣.٦٤٤١	٠.٨٠٦٣٧	١.٨٧٧٦	١.١٣٠٢٦	١٠.٤٩١	٠.٥٧٠	دالة إحصائيا

*** مؤشرات صدق المقياس:** تمثلت بالآتي :

١-الصدق الظاهري Face Validity: تم التحقق من صدق مقياس(والإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، ومقاومة الإغراء،) ظاهرياً في ضوء صلاحية المقاييس.

٢ . مؤشرات صدق البناء Construct Validity: تم تحقق منها عبر استعمال اسلوب المجموعتين الطرفيتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية.

*** مؤشرات الثبات:** من أجل تحديد ثبات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، اختارت الباحثى عينة عشوائية بلغت (٦٠) طالبا وطالبة من طلبة جامعة القادسية، واستعملت الطريقتين الآتيتين :

١- اعادة الاختبار : بعد تطبيق مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، ومقاومة الإغراء على مرتين وبفاصل زمني بلغ (٢١) يوماً، تم استخراج الثبات بواسطة معامل ارتباط بيرسون، وظهر أن إعادة الاختبار لمقياس مقاومة الإغراء (٠.٧٨٥)، وبلغت درجة ثبات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (٠.٨٧١).

٢. معادلة ألفا كرونباخ : بعد استعمال الباحثة معادلة الفا كرونباخ للثبات بلغ مقياس مقاومة الإغراء (٠.٧٣٧)، في حين بلغت درجة ثبات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (٠.٧٣٠). وتعد

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN-2536-0027

درجات الثبات جيدة إحصائيا عند مقارنتها بمعيار الفاكرونباخ، الذي يرى أن الثبات يكون جيدا اذا بلغ (٠,٧٠) فاكثر.

* **المقياس بصيغته النهائية:** اصبح مقياس مقاومة الإغراء يتألف من **(١٨)** فقرة تتم الإجابة عنه وفق خمسة بدائل للإجابة، لذا يبلغ المدى النظري بين أعلى وأدني درجة للمقياس بين (٩٠) و(١٨) درجة، وبوسط فرضي مقداره (٥٤)درجة؛ في حين بقيّ مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بدون حذف أية فقرة، الذي تراوح مداه النظري بين (١١٦) كأعلى درجة، و(٢٩) كأدنى درجة، وبمتوسط فرضي (٧٢.٥) درجة.

* **الوسائل الإحصائية:** استعملت الباحثة مجموعة من المعادلات الإحصائية في ضوء برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS:

١ .الاختبار التائي لعينة واحدة وهدفه تعرف الفرق الاحصائي بين المتوسط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي للمقياس.

٢.الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وهدفه حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس مقاومة الإغراء ، وتعرف دلالة الفروق وفق متغير الجنس.

٣. معامل ارتباط بيرسون واستعمل في حساب معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية والعلاقة الارتباطية بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء.

٤. معامل ألفا كرونباخ للثبات Coefficient Alpha في حساب الاتساق الداخلي لمقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء.

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول. تعرف الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القادسية: حتى تتأكد الباحثة من هذا الهدف فإنها قامت باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة احصائية (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩)، وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول(٢) الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٣٠٠	٧٦.٩٠٤٣	١٨.٠٢٧٥٩	٧٢.٥	٢٩٩	٤.٩٢١	١,٩٦	دالة

تشير هذه النتيجة إلى طلبة الجامعة يدمنون على استعمال مواقع التواصل الاجتماعي، ويمكن تفسير ذلك وفق نظرية "يونج،"١٩٩٨ إلى أن طلبة الجامعة ليس لديهم سيطرة على دوافعهم، ورغباتهم عند استعمال مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا ما يجعلهم يستغرقون كثيرا في المحادثات وتناقل الأخبار والألعاب الموجودة فيها، ونشر الصور ومقاطع الفديو. وقد يأتي ذلك كون هذه المواقع تشكل وسيلة جذب لطلبة الجامعة لا يستطيعون معها أيقاف رغبتهم في استعماله.

واتسقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (الزيدي، ٢٠١٤) واختلفت مع دراسة (العمار،٢٠١٤) و(الحوسني،٢٠١١).

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN-2536-0027

*** الهدف الثاني. تعرف دلالة الفرق على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفق متغير الجنس:** حتى تتحقق الباحثة من هذا الهدف فإنها أستعملت الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، ودرجة حرية (٢٩٨)، وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) المقارنة على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفق متغير الجنس (ذكور ، إناث)

الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	١٥٠	٧٥.٩٩٩٧	١٨.٠٠٦٩٠	٢٩٨	٠.٩٠٨	١,٩٦	دالة
الإناث	١٥٠	٧٨.٠١٠٠	١٧.٩٦٦٦٤				

تشير هذه النتيجة إلى عدم وجود فرق دال إحصائيا بين الذكور والإناث على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، وتشير هذه النتيجة إلى طلبة الجامعة من الذكور والإناث يعانون من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا يرجع بطبيعة الحال إلى أن كلا الجنسين يمتلكون معتقدات وافكار واتجاهات إيجابية نحو استعمال مواقع التواصل الاجتماعي، كونها تشبع حاجاتهم العاطفية والاجتماعية، عبر تبادل الرسائل والاتصال والاطلاع على المواد الترفيهية، إذ أن هذه المواقع عبارة عن ملتقى اجتماعي يتبادل في ضوء الطلبة هواياتهم وأفكارهم ومشاريعهم ومحاضراتهم الدراسية، مما شكلت هذه المواقع وسيلة جذب ممتعة استقطبت كل من الذكور والإناث. واتسقت هذه النتيجة مع دراسة (الزيدي، ٢٠١٤) ودراسة (العمار،٢٠١٤) واختلفت مع دراسة (الحسني،٢٠١١).

الهدف الثالث. تعرف مقاومة الإغراء لدى طلبة جامعة القادسية: حتى تتحقق الباحثة من هذا الهدف، فإنها استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة احصائية (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩)، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول(٤) الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس مقاومة الإغراء

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٣٠٠	٤٧.٦٥٤	١٠.٦٨٨٥٦	٥٤	٢٩٩	-١١.٢٠١-	١,٩٦	دالة

تشير النتيجة في الجدول أعلاه إلى أن طلبة الجامعة يعانون من ضعف قدرة على مقاومة الإغراء، وأنهم يستسلمون بسرعة للمثيرات الجذابة والمغرية، ويمكن عزو هذه النتيجة وفق نظرية لازاروس، ١٩٨٦ إلى أن الخصائص العمرية للشباب في هذه المرحلة العمرية يتسمون بالاندفاعية، والحيوية، وحب الأثارة الانفعالية، وتجربة الأشياء المثيرة، مما يؤثر على ضبط ذاتهم، ويجعلهم متسرعين في اتخاذ القرارات، والتصرف بطريقة متهورة، لهذا نجدهم يستسلمون إلى متع الحياة ومثيراتها المغرية، ومحاولة إشباعها بصورة آنية دون التفكير بالعواقب والمكافأة المستقبلية القيمة.

واتسقت هذه النتيجة مع دراسة (طراونة،٢٠١٨) ودراسة (الطراونة والقضاة،٢٠١٤) في حين اختلفت مع دراسة (التميمي والساعدي،٢٠١٧).

مجلة كامبريدج للبحوث العلمية: مجلة علمية محكمة
تصدر عن مركز كامبريدج للبحوث والمؤتمرات–العدد الاربعون – كانون الاول ٢٠٢٤– جمادي الاخرة ١٤٤٦
ISSN-2536-0027

* **الهدف الرابع. تعرف دلالة الفرق على مقياس مقاومة الإغراء وفقا لمتغير الجنس:** لتحقيق هذا الهدف استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، ودرجة حرية (٢٩٨)، وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) الموازنة على مقياس مقاومة الإغراء على وفق متغير النوع (ذكور ، إناث)

الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	١٥٠	٥٠.٥٦٧٣	١٠.٩٩٨٥١	٢٩٨	٥.٧٤٨	١,٩٦	دالة
الإناث	١٥٠	٤٣.٢٤٥٧	١٠.٠٧٣٦١				

تشير النتيجة في الجدول أعلاه إلى أن الذكور أكثر مقاومة للإغراء مقارنة بالإناث، وقد يرجع هذا الفرق إلى طبيعة الحياة الانفعالية للإناث، وسرعة استجابتها العاطفية، فضلا عن ذلك قد يمارس متغير الخبرة الحياتية لدى الذكور دورا كبيرا في تطوير قدرتهم على المقاومة، ففي المجتمع العراقي ينال الذكور فرص حياتية أكثر من الإناث مثل الخروج من المنزل، والسفر، وخبرة المجالس الاجتماعية، والتعرف على العديد من الناس، مما يمنحهم ذلك بعض التجارب حول كيفية مواجهة المواقف المغرية.

واتفقت نتيجة البحث مع دراسة (التميمي والساعدي،٢٠١٧) في حين اختلفت مع دراسة (طراونة،٢٠١٨) ودراسة (الطراونة والقضاة،٢٠١٤).

* **الهدف السابع: تعرف العلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة:** لغرض تعرف العلاقة بين متغيري البحث استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون، واختبار قيمة معامل الارتباط في ضوء استعمال الاختبار التائي لمعامل ارتباط بيرسون عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، وجدول(٦) يوضح ذلك:

جدول (٦) معامل الارتباط بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة

المتغيران المتفاعلان	**العينة**	العلاقة الارتباطية	قيمة الاختبار التائي	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة (٠.٠٥)
الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء	٣٠٠	٠.٢٦٥	٤.٧٤	١.٩٦	دالة

تشير هذه النتيجة إلى وجود علاقة ايجابية بين تدني مقاومة الإغراء وإدمان الطلبة على مواقع التواصل الاجتماعي، بمعنى كلما انخفضت قدرة الطلبة على مقاومة المغريات البيئية فإنهم يستعملون مواقع التواصل الاجتماعي بدرجة مفرطة، وزيادة عدد ساعات استعمال هذه المواقع، وهذا يرجع بطبيعة الحال إلى فقدان سيطرة على دوافعهم الشخصية، والانغماس بملذاتهم، وسحر الشبكة العنكبوتية التي تقدم الكثير من وسائل الترفيه كالألعاب ومحادثات الشات والفرص في التعبير عن الذات والقدرات.

***التوصيات:** في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة كل من وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ووزارة الاتصالات والمؤسسات والمراكز الصحية والنفسية بالآتي:

١. تقديم البرامج العلاجية للطلبة الذين يعانون من الإدمان على الأنترنيت وشبكات التواصل الاجتماعي.
٢. تقديم ورش العمل التي تهدف إلى تحصين الطلبة من الإنجذاب وراء المغريات الآنية من أجل الحصول على مكاسب بعيدة المدى مثل الحصول على الشهادة وفرص العمل.

ISSN–2536–0027

٣. تدريب الطلبة على كيفية تنظيم اوقاتهم، والاستعمال الصحيح لمواقع وشبكات الإنترنيت، فما شأن ذلك أن يساعدهم على عدم الوقوع ضحية الاستخدام المفرط للإنترنيت والانشغال بأمور ومهام أكثر أهمية في حياتهم مثل الدراسة وتطوير الذات.
٤. تفعيل دور الارشاد الجامعي من اجل مساعدة الطلبة الذين يشكون من فقدان قدرتهم على التحكم بساعات الإنترنت.
٥. عقد الندوات والحوارات ونشر المنشورات النفسية التي تحمي الطلبة من الانغماس في مغريات الشبكة العنكبوتية.

المقترحات: بهدف تحقيق الأهداف والمتغيرات التي لم تتناولها الدراسية الحالية، تقترح الباحثة الآتي:
١. دراسة العلاقة بين مقاومة الإغراء وبعض الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والوسواس القهرية.
٢. دراسة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية .
٣. دراسة العلاقة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والعصابية.

المصادر

- التميمي، محمود كاظم والساعدي، ميثم عبد الكاظم .(٢٠١٧). مقاومة الإغراء وعلاقتها بالشخصية الناضجة لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية الأساسية، المجلد ٢٣، العدد٩٧، ص٩٨٥-١٠١٦.
- الحوسني، ناصر بن سليمان بن عبدالله (٢٠١١) . إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة نزوى. رسالة ماجستير غير منشورة مقدمة إلى كلية الآداب والعلوم الاجتماعية في جامعة نزوى.
- الزغول،رافع عقيل وآخران (٢٠١٩). نظريات الشخصية. دار المسيرة. عمان.
- الزيدي، امل علي ناصر (٢٠١٤) ادمان الانترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى.رسالة ماجستير غير منشوره، جامعة نزوى، عمان.
- السيد، محمود علي أحمد (٢٠٠٩). الإفراط في استخدام الانترنت وبعض متغيرات الشخصية لدى طلاب. مجلة التربية وعلم النفس، المجلد الثالث،العدد الثاني .
- الطراونة، صبري .(٢٠١٨).درجة التدين ومقاومة الإغراء والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة مؤتة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد ١٤ ،عدد ٣ ،٣٢٩ - ٣٣٩ .
- الطراونة، صبري والقضاة، محمد أمين (٢٠١٤). العلاقة بين مقاومة الإغراء وأنماط التفكير السائدة لدى الطلبة الجامعيين، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد ١٠ ، عدد ١، ص٨٩-١٠٠.
- الطراونة، صبري (٢٠١٨). درجة التدين ومقاومة الإغراء والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة مؤتة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد ١٤ ، عدد ٣، ص٣٢٩ – ٣٣٩.
- الطراونة، صبري حسن (٢٠١٦). تطوير مقياس لمقاومة الإغراء لطلبة الجامعات الأردنية ومطابقة فقراته مع نموذج أندريش في نظرية الاستجابة للفقرة مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد الحادي والثلاثون، العدد الرابع،ص ٢٩٧-٣٢٠)
- عبد الرحمن، عبير (٢٠١٩).مقاومة الإغراء وعلاقته بأساليب التنشئة الأسرية لدى عينة من طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة. مجلة رعاية وتنمية الطفولة، العدد١٧، ص٥١-٩٦.
- عبد الوهاب، أمانى عبد المقصود (٢٠١٤). إدمان الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من الشباب الجامعى. المجلة العلمية لكلية التربية النوعية، العدد الثاني، (الجزء الثالث).

- العمار، خالد.(٢٠١٤). إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة دمشق- فرع درعا، مجلة جامعة دمشق – المجلد ٣٠ – العدد الأول، ص٣٩٥-٤٣٨.
- القره غولي، حسن أحمد والعكيلي، جبار وادي.(٢٠١٤). الإنسان ومقاومة الإغراء والاستهواء، ط١، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان.
- القره غولي، حسن أحمد.(٢٠١١). الوعي الذاتي وعلاقته بالمواجهة الاجتماعية ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة، أطروحة دكتوراه غير منشورة مقدمة إلى كلية التربية في الجامعة المستنصرية.
- المرواني، سعد (٢٠١٦). إدمان مواقع التواصل الاجتماعى لدى الطلاب والطالبات فى مرحلة المراهقة. مجلة كلية الآداب-جامعة بنها، العدد ٤٦، ص١-٣٢
- مزغراني، حليمة وحمري، صارة (٢٠٢٠). إدمان مواقع التواصل الاجتماعية وعلاقته بالتوافق الشخصي والأسري لدى الطالب الجامعي. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية المجلد٥، العدد٢، ص: ٦٠٥ -٦٣٢.
- المهداوي، عدنان محمود عباس والدليم، فيصل جمعه نجم عبدالله.(٢٠١٥). أثر برنامج إرشادي في تنمية مقاومة الاغراء لدى طلاب المرحلة الاعدادية. مجلة ديالى، العدد الخامس والستون، ص٣٧٢-٣٩١.
- مؤيد، هيثم جوده .(٢٠١٦). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمنظومة القيم الاجتماعية والأخلاقية لدى الشباب الجامعي المصري والسعودي. مجلة الصحافة، المجلد ٦، العدد ٦ ص ٢٣٣-٣٥٥.
- النواجحة، زهير عبد الحميد وعوض، حسني محمد (٢٠٢١). الهوية الأخلاقية وعلاقتها بمقاومة الإغراء لدى الطلبة المراهقين. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، العدد ٢، ص١١٨-١٤٥.
- يونس بسمة حسين عيد. ٢٠١٦ . إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة،رسالة ماجستير مقدمة إلى جامعة الأزهر، فلسطين.
- Amanda L. G & Craig S. C (٢٠١٧): Cybersex Addiction Among College Students: A Prevalence Study, Sexual Addiction & Compulsivity. Journal of Treatment and Prevention Volume ٢٤, Issue ١-٢,p.١-١١.
- Ang, C. & Lee, K.(٢٠١٧). Ability to Resist Temptations of Technology Use: A Qualitative Analysis of Children's Views on Factors Associated with Delay of Gratification. The Journal of Genetic Psychology Research and Theory on Human Development, Volume ١٧٨, ٢٠١٧ - Issue ٥, Pages ٢٩١-٢٩٧.
- Bernecker, K and Job ,V.(٢٠١٩). Implicit Theories About Willpower in Resisting Temptations and Emotion Control . the Swiss National Science Foundation .University of Zurich press.
- Brenner, V. (١٩٩٧). Psychology of computer use: XLVII. Parameters of Internet use, abuse and addiction: The first ٩٠ days of the Internet usage survey. Psychol. Rep. ٨٠: ٨٧٩–٨٨٢.

ISSN–2536–0027

- Cooper, A., Delmonico, D. L., Griffin-Shelley, E., & Mathy, R. M. (٢٠٠٤). Online sexual activity: An examination of potentially problematic behaviors. Sexual Addiction & Compulsivity, ١١, ١٢٩–١٤٣. doi:١٠.١٠٨٠/١٠٧٢٠١٦٠٤٩٠٨٨٢٦٤٢
- Fries, S. & Dietz, F. (٢٠٠٧).Learning in the Face of Temptation: The Case of Motivational Interference. The Journal of Experimental Education, Vol. ٧٦, No. ١ (Fall, ٢٠٠٧), pp. ٩٣-١١٢
- Fry, P. S.(١٩٧٥). Affect and resistance to temptation. Developmental Psychology, Vol ١١(٤), ٤٦٦-٤٧٢
- Grusec, J. E. et.al.(١٩٧٩). Learning Resistance to Temptation Through Observation. Developmental Psychology ،Vol. ١٥, No. ٣, ٢٣٣-٢٤٠.
- Haghighi,B.T.(٢٠١١). Internet addiction. and dependency: A case study in UNITEN, Malaysia. Information Technology and Multimedia(ICIM) International Conference on.١٤-١٦ Nov.,pp١-٤.
- Hilliard, J.(٢٠١٤). Social Media Addiction. Addiction Center supports SAMHSA. Recovery Worldwide, LLC
- Hofmann, W., Baumeister, R. F., Förster, G., & Vohs, K. D. (٢٠١٢). Everyday temptations: an experience sampling study of desire, conflict, and self-control. Journal of Personality and Social Psychology, ١٠٢(٦), ١٣١٨.
- Job, V.(٢٠١٦). Implicit Theories About Willpower. Handbook:Self-Regulation and Ego Control ,P.s ٢٠٣-٢٢٥.
- Kandell, J. J. (١٩٩٨). Internet addiction on campus: the vulnerability of college students. Cyber psychology behavior, ١, ١١–١٧.
- Landa-Blanco, M et al.(٢٠٢٤). Social media addiction relationship with academic engagement in university students: The mediator role of self-esteem, depression، and anxiety. Heliyon ١٠ (٢٠٢٤) e٢٤٣٨٤,p.١-١٠.
- Leroy, V. et.al,.(٢٠١٢). Resisting the sirens of temptation while studying: Using reappraisal to increase focus, enthusiasm, and performance. Learning and Individual Differences, Volume ٢٢, Issue ٢, April ٢٠١٢, Pages ٢٦٣-٢٦٨.
- Pérez, W. A et al.(٢٠١٢). SOCIAL NETWORKS ON THE INTERNET, SLEEP PATTERNS AND DEPRESSION.Teaching and Research in Psychology, ١٧ (٢), ٤٢٧-٤٣٦
- Pontes, H. M et al.(٢٠١٥).Clinical psychology of Internet addiction: a review of its conceptualization, prevalence, neuronal processes, and implications for treatment. Neuroscience and Neuroeconomics ٢٠١٥:٤ ١١–٢٣.

ISSN–2536–0027

- Salari, N et al.(٢٠٢٣). The global prevalence of social media addiction among university students: a systematic review and meta-analysis. Journal of Public Health ٢٠٢٣:١-١٤
- Sümen, A & Evgin, D.(٢٠٢١). Social Media Addiction in High School Students: A Cross-Sectional Study Examining Its Relationship with Sleep Quality and Psychological Problems. Child Indicators Research; Volume ١٤, pages ٢٢٦٥–٢٢٨٣
- Young K. (٢٠٠٤). Internet addiction: a new clinical phenomenon and its consequences. Am Behav Sci; ٤٨(Suppl.٤):٤٠٢-٤١٥
- Young KS.(١٩٩٨). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. Cyberpsychol Behav ١٩٩٨; ١: ٢٣٧-٢٤٤
- Zhang Y, Mei S, Li L, Chai J, Li J, Du H (٢٠١٥) The Relationship between Impulsivity and Internet Addiction in Chinese College Students: A Moderated Mediation Analysis of Meaning in Life and Self-Esteem. PLoS ONE ١٠(٧): e٠١٣١٥٩٧.