

The Internet addiction and its relationship to academic achievement among students at the College of Basic Education in the State of Kuwait

Dr. Talal E. AlMesad*
Dr. Hadeel Y. Al-Shatti**
Dr. M alkandari***

(Received 23 / 9 / 2024. Accepted 31 / 10 / 2024)

□ ABSTRACT □

This study aimed to reveal the level of Internet addiction and its relationship to academic achievement among students of the College of Basic Education in the State of Kuwait. To achieve its purpose, the researchers used the descriptive survey method; using the Internet Addiction Scale, which consisted of (20) paragraphs, and was applied to a sample of (1476) male and female students from the College of Basic Education, affiliated with the Public Authority for Applied Education and Training in the State of Kuwait, and they were selected by the simple random method. The results showed that the level of Internet addiction among students was low, while the results also showed the presence of statistically significant differences at the significance level ($\alpha=0.05$) between the arithmetic means of Internet addiction in the College of Basic Education in the State of Kuwait; attributed to the study variable (gender) in favor of females. The results also showed the presence of a negative correlation between Internet addiction and academic achievement among students.

Keywords: Internet addiction, academic achievement, students of the College of Basic Education.



Copyright :Tishreen University journal-Syria, The authors retain the copyright under a CC BY-NC-SA 04

* Professor in the Department Of Education Foundations Administration ti.almesad@paaet.edu.kw

**Associate Professor in the Department Of Educational Foundations & Administration hy.lalshatti@paaet.edu.kw

***Associate Professor in the Department Of Educational Foundations & Administration Mt.alkandari@paaet.edu.kw

إدمان الإنترنت وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت

د. طلال إبراهيم المسعد *

د. هديل يوسف الشطي **

د. محمد طالب الكندري ***

(تاريخ الإيداع 23 / 9 / 2024. قبل للنشر في 31 / 10 / 2024)

□ ملخص □

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى إدمان الإنترنت، وعلاقته بالتحصيل الدراسي، لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت، ولتحقيق الغرض منها؛ استخدم الباحثون المنهج الوصفي المسحي؛ باستخدام مقياس الإدمان على الإنترنت الذي تكوّن من (20) فقرة، وطبق على عينة تكونت من (1476) طالبًا وطالبة، من طلبة كلية التربية الأساسية، التابعة للهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب في دولة الكويت، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، وأظهرت النتائج أن مستوى إدمان الإنترنت لدى الطلبة؛ كان منخفضًا ككل، فيما أظهرت النتائج أيضًا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية لإدمان استخدام الإنترنت، في كلية التربية الأساسية بدولة الكويت؛ تعزى إلى متغير الدراسة (الجنس) لصالح الإناث، كما أظهرت النتائج كذلك وجود علاقة ارتباطية سالبة بين إدمان الإنترنت، والتحصيل الدراسي لدى الطلبة.

الكلمات المفتاحية: إدمان الإنترنت، التحصيل الدراسي، طلبة كلية التربية الأساسية.



حقوق النشر: مجلة جامعة تشرين - سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب الترخيص CC BY-NC-SA 04

*أستاذ - قسم الأصول والإدارة التربوية - كلية التربية الأساسية - الكويت ti.almesad@paaet.edu.kw

**أستاذ مشارك - قسم الأصول والإدارة التربوية - كلية التربية الأساسية - الكويت hy.lalshatti@paaet.edu.kw

***أستاذ مشارك - قسم الأصول والإدارة التربوية - كلية التربية الأساسية - الكويت. Mt.alkandari@paaet.edu.kw

مقدمة

يُعدُّ الإنترنت أحد أبرز معالم العصر الحديث، وأهم التطورات في ثورة الاتصالات والمعلومات في القرن الحالي؛ حيث استطاع أن يفرض نفسه في مختلف المجالات العلمية، والصحية، والثقافية، والاقتصادية، والسياسية، وأسهم الإنترنت في تحويل العالم الواسع المترامي الأطراف، إلى قرية كونية صغيرة؛ تلاشت بينها الحدود الجغرافية، والسياسية، واندمج فيها الجميع في بوتقة واحدة.

وحين نتحدث عن الإنترنت، فإننا نتحدث عن الشبكة العنكبوتية التي عرفها العالم عام 1989، لكن بداياتها كانت قبل ذلك بكثير في القرن الماضي، ومع أنه لا يوجد تاريخ محدد يوضح وقت وآلية انتشار هذا الاختراع الذي غير وجه العالم، إلا أن أغلب الروايات ترجح أن البدايات كانت في ستينيات القرن الماضي؛ عندما أراد الخبراء العسكريون في الجيش الأمريكي ابتكار طريقة لنقل البيانات تغني عن الهاتف المحمول، وتكون متطورة في حالات الطوارئ أو الحروب، وتم تسمية هذه الطريقة بشبكة أربانت (Morgan, 2018). ويُعد الإنترنت من أهم التطورات في مجال الاتصالات في العصر الحديث؛ إذ ساهم في تسهيل الوصول إلى المعلومات وتطوير أساليب التعلم، لكنه في المقابل أدى إلى مشكلات تتعلق بالإدمان والاستخدام غير الموجه.

وقد بدأ الاهتمام بدراسة ظاهرة إدمان الإنترنت في تسعينيات القرن الماضي، ويُعد جريفر (2011) أول من تناول موضوع إدمان التكنولوجيا المرتبطة بالإنترنت؛ مثل: إدمان المقامرة عبر الإنترنت، وذلك بين عامي 1995 و1999. ثم تناول كيمبرلي يونغ هذا الموضوع أيضاً عام (1996)؛ حيث تم إجراء دراسات حول إدمان الإنترنت في أوروبا، وأمريكا، وأستراليا، وآسيا. ومع مرور الوقت، بدأت الدراسات التجريبية الأولى لموضوع الإدمان بالظهور، بما في ذلك الدراسات المسحية، ودراسات الحالة، والتي كشفت عن الارتباطات النفسية والاجتماعية بهذه الظاهرة. ومنذ أوائل العقد الأول من القرن العشرين، تم نشر مئات الدراسات حول موضوع إدمان الإنترنت، كما تناولت البحوث الأخرى أنواعاً مختلفة من الإدمان المتصلة بالإنترنت؛ مثل: إدمان الألعاب الإلكترونية، والتسوق عبر الإنترنت، وكذلك إدمان الشبكات الاجتماعية وغيرها (Kuss & Griffiths, 2012). وقد صنفت مشكلة إدمان الإنترنت -أثناء انعقاد المؤتمر العالمي الأول لإدمان الإنترنت في سويسرا- كأحدى أهم المشكلات العالمية التي تؤثر على الأطفال والشباب (Ismaeel, 2004).

تعد أسباب إدمان الإنترنت من الموضوعات المعقدة، متعددة الأبعاد، وقد نتج عن ذلك؛ ظهور مجموعة متنوعة من النظريات التي تسعى إلى فهم هذه الظاهرة، وتفسيرها، والوقوف على أسبابها، وهناك العديد من التفسيرات لأسباب إدمان الإنترنت؛ كما ذكرها (Ghalimy, 2016; Arnaout, 2007)؛ ومنها ما يلي:

1. **الاتجاه السلوكي:** فوفقاً لهذا الاتجاه، يُعزى إدمان الإنترنت إلى الممارسة والتكرار؛ بحيث يمكن لأي فرد، وبغض النظر عن عمره، أو خلفيته الثقافية، أو الاجتماعية؛ أن يكون عرضة للإدمان؛ فالإدمان من هذا المنظور لا يعتمد على وجود دافع أو هدف، بل يتطلب تكراراً للسلوك؛ بحيث يعزز ذلك الشعور الإيجابي الذي يشعر به الفرد بعد كل دخول إلى الإنترنت، ومع مرور الوقت، يتغير هذا الشعور من حيث الشدة؛ مما قد يؤدي إلى اضطرابات سلوكية ونفسية سيئة.

2. **الاتجاه المعرفي:** يشير هذا الاتجاه إلى أن إدمان الإنترنت يتجاوز كونه مجرد اضطراب؛ حيث يتطلب مزيداً من البحث لفهم الحاجات البشرية، والدوافع، والسلوك، فهؤلاء الأفراد يقضون وقتاً طويلاً على الإنترنت بدلاً من التواصل

مع أسرهم، ويستخدمون الإنترنت كوسيلة رئيسة للتواصل مع العالم الخارجي، فهم يميلون إلى تبني أساليب معرفية تشمل تعدد المهام وسرعة المعالجة؛ مما يؤدي إلى غياب أهداف بعيدة المدى.

3. **الاتجاه السيكودينامي:** يركز هذا الاتجاه على تأثير الخبرات الشخصية، خصوصاً تلك المرتبطة بمرحلة الطفولة، والتي تؤثر على سمات الشخصية، وتزيد من احتمالية الإدمان، ويُنظر إلى إدمان الإنترنت على أنه هروب من الإحباط، ورغبة في تحقيق إشباع فوري؛ حيث يكون استخدام بعض مواقع التواصل الإلكتروني مجهولة الهوية عاملاً يعزز الإدمان؛ بما يتيح للأفراد الهروب من الصعوبات الانفعالية والمواقف الشخصية، ويتم استخدام ميكانيزم "الهروب" لتخفيف التوتر والضغط النفسية؛ مما يعزز هذا السلوك في المستقبل.

إن من أبرز أعراض إدمان الإنترنت زيادة ساعات الاستخدام بصورة متواصلة؛ مما يتجاوز الحدود التي وضعها الفرد لنفسه؛ حيث يعاني مدمنو الإنترنت من التوتر، والقلق الشديد، عند مواجهة أي عائق يمنع الاتصال بالإنترنت، وقد يصل الأمر إلى الاكتئاب في حال طالت مدة الانقطاع عنه، في حين أنهم يشعرون بالسعادة والراحة النفسية عند العودة للاستخدام؛ حيث يشكل الإنترنت محور حياة هؤلاء الأفراد وحديثهم اليومي؛ حيث يستخدمون الإنترنت غالباً بهدف الهروب والتخلص من المشكلات والمشاعر السلبية في حياتهم؛ مثل: مشاعر العجز، والشعور بالذنب، والقلق، والاكتئاب؛ مما يؤثر على حياتهم الاجتماعية، والدراسية؛ فيتجاهلون الالتزامات الاجتماعية، والأسرية، والوظيفية؛ نتيجة الاستخدام المفرط للإنترنت، (BinQuq, 2019; Ali, 2010). وهذا ما أكدته دراسة أوميت وأكسي (2016) , (Ekşi & Ümmet) بأن هدف هؤلاء الأشخاص هو تصوير أنفسهم بصورة مختلفة على وسائل التواصل الاجتماعي، مقارنة بالحياة الواقعية.

وتظهر آثار إدمان الإنترنت في جوانب عدة، بدءاً من الآثار الصحية؛ التي تشمل أضرار اليدين ومشكلات في العينين والأذنين، ومروراً بالمشكلات الصحية التي قد تلحق بالعمود الفقري والساقين؛ نتيجة الجلوس لأوقات طويلة وبوضعية غير سوية، إضافة إلى التأثيرات السلبية على الناحية النفسية للمستخدمين؛ حيث يؤدي الانغماس في عالم افتراضي تقدمه شبكة الإنترنت إلى آثار نفسية كبيرة؛ ويحدث بسببه اختلاط كبير بين الواقع والوهم؛ مما يفاقم من حالة الاعتماد المفرط على الإنترنت.

وتأتي المرحلة الجامعية كمرحلة مهمة في حياة الطلبة؛ حيث يسعون فيها إلى استكشاف هويتهم الشخصية، وتحديد معالم مستقبلهم، وتؤدي شبكة الإنترنت في هذه المرحلة دوراً حيوياً؛ إذ تتيح للطلاب الوصول إلى مجموعة واسعة من الأدوات والموارد التي تلبي احتياجاتهم التعليمية والاجتماعية، ويقضي الطلبة في هذه المرحلة معظم وقتهم في الجامعة، ما بين محاضرات وأنشطة، وقد تتباعد المواعيد بين المحاضرات؛ مما يوفر أوقات فراغ لديهم، يقضون معظمه في تصفح الإنترنت، وغالباً يكون هذا التصفح للمحتوى غير هادف، أو غير أكاديمي؛ مما يؤدي إلى تأثيرات سلبية على حياتهم الأكاديمية، ويمكن أن يسهم الاستخدام العشوائي للإنترنت في تدهور الأداء الأكاديمي؛ فبدلاً من التركيز على الدراسة، ينتشلت انتباه الطلبة نحو موضوعات غير تعليمية؛ مما يؤثر سلباً على قدرتهم على التحصيل والإنجاز الأكاديمي؛ فمن المهم أن يعي الطلبة قيمة استخدام الإنترنت بصورة موجهة وهادفة؛ مما يعزز من تجربتهم التعليمية والاجتماعية أثناء هذه المرحلة الحساسة؛ ومن الضروري كذلك تعزيز الوعي حول الاستخدام الفعال للإنترنت، والتحذير من عواقب الإدمان عليه (Al-Zaidi, 2014).

وقد حظي موضوع إدمان الإنترنت بأهمية كبيرة لدى الباحثين؛ فقاموا بدراسة تأثير إدمان الإنترنت على جوانب متعددة من حياة الأفراد، وفي مراحل عمرية مختلفة، وكان منها دراسة تأثير إدمان الإنترنت.

ففي دراسة (Kamel, 2016) نجد أنها هدفت إلى معرفة العلاقة بين إدمان الإنترنت، والدافعية نحو التحصيل الدراسي، لدى طلبة جامعة ديالى في العراق، والتي استخدم فيها المنهج الوصفي، وتم تطبيق مقياس إدمان الإنترنت على عينة ضمت (200) طالب من مختلف كليات الجامعة، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة بين إدمان الإنترنت، وبين تدني مستوى دافعية طلبة جامعة ديالى نحو التحصيل الدراسي.

وجاءت دراسة (Kattab, 2017) بهدف إلقاء الضوء على ظاهرة إدمان الإنترنت، وعلاقته بالتحصيل الدراسي، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، على عينة من طلاب جامعة الجزائر، وجامعة تيزي وزو، وبلغت عينة الدراسة (200) طالب وطالبة؛ من تخصصات علمية وأدبية متعددة ومختلفة، حيث تم استخدام مقياس إدمان الإنترنت، من إعداد الباحث وبناؤه، وقد أظهرت النتائج أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والتحصيل الدراسي لدى العينة المدروسة، في حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان الإنترنت لدى العينة؛ تبعاً لمتغير التخصص.

وفي دراسة أجراها (Ali et al. 2019) نجد أنها هدفت إلى الكشف عن تأثير إدمان الإنترنت على الصحة العقلية، والأداء الأكاديمي لدى طلاب كلية الطب في كلية محي الدين الطبية الإسلامية في ميربور الباكستانية، وبلغت عينة الدراسة (100) طالب وطالبة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، بواسطة الاستبانة المطورة عن اختبار "يونغ لإدمان الإنترنت"، وقد أظهرت النتائج أن 46% من الطلبة كان استخدامهم للإنترنت استخداماً ضعيفاً، في حين نجد أن 53% منهم كانوا يستخدمونه استخداماً عادياً، و1% منهم كانوا مدمنين على استخدامه، وقد أدى هذا الاستخدام المفرط للإنترنت إلى ضعف في التقدم الأكاديمي لدى الطلبة، وتسبب في قلة التركيز لديهم؛ وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha = 0.05)$ في مستوى إدمان استخدام الإنترنت؛ يعزى إلى متغير الجنس ولصالح الذكور؛ حيث كان الذكور أكثر إدماناً من الإناث.

فيما هدفت دراسة (Azizi et al. 2019) إلى معرفة أثر الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي، على الأداء الأكاديمي للطلاب في إيران. وبلغت عينة الدراسة (360) طالباً؛ حيث تم اختيارهم بالطريقة الطبقية، كما تم استخدام نموذج المعلومات الشخصية، ومقياس بيرغن لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، وقد أظهرت النتائج أن متوسط إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى الذكور أعلى من الإناث، كما أظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة سلبية، وذات دلالة إحصائية، بين الاستخدام العام لشبكات التواصل الاجتماعي، والأداء الأكاديمي للطلاب، واقترح الباحثون ضرورة اتخاذ السلطات الجامعية خطوات عملية لتوعية الطلبة بمخاطر الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي، وعواقبها السلبية على أدائهم الأكاديمي، وحياتهم بصورة عامة. وقد قام الباحثان (Toker & Baturay, 2019) بالتحقيق في إدمان الإنترنت بين طلاب الجامعات؛ من حيث الأسباب والآثار، وقد شارك في الدراسة (159) طالباً جامعياً، وقد أظهرت النتائج أن إدمان الألعاب وإهمال الأعمال اليومية، والعلاقات السيئة مع الأساتذة؛ ترتبط بصورة كبيرة بإدمان الإنترنت، كما بينت النتائج أن إدمان الإنترنت يؤدي إلى تقليل احترام الذات، والثقة بالنفس، والكفاءة الاجتماعية الذاتية، والكفاءة الأكاديمية الذاتية، ويحفز الشعور بالوحدة.

وتناولت دراسة (Li et al. 2019) العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، والتحصيل الأكاديمي بين طلاب الجامعات الصينية، وشملت العينة (406) طلاب جامعيين، وقد بينت النتائج وجود علاقة كبيرة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، والمشاركة في التعليم، والتحصيل الأكاديمي؛ فكلما زادت درجة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي؛ انخفض التحصيل الأكاديمي للطلاب.

وأما دراسة (Yilmaz & Karaoglan, 2024) فقد هدفت إلى تحديد العلاقة بين إدمان الطلبة للألعاب الرقمية، والأنانية، وتأثيرهما على الدافع الأكاديمي، والمشاركة الصفية، وشملت الدراسة (860) طالباً في المدارس الثانوية من الصفوف 9-12، وقد أظهرت النتائج أن الأنانية مرتبطة بإدمان الألعاب الرقمية؛ فكلما زاد مستوى أنانية الطلبة، زادت احتمالية إدمانهم للألعاب الرقمية، كما أظهرت النتائج أنه كلما زادت مستويات الدافع الأكاديمي لدى الطلبة، زادت أيضاً مستويات مشاركتهم الصفية. وقد حققت دراسة (Hassan et al. 2024) في كيفية تأثير الشعور بالوحدة والتنظيم الذاتي، على إدمان الشباب في الدول النامية لوسائل التواصل الاجتماعي، وتأثير هذا الإدمان على حياتهم الأسرية والشخصية ووظائفهم، وتم جمع البيانات من (514) مستجيباً؛ باستخدام نمذجة المعادلات الهيكلية لتحليل نظريات الإدمان، وقد كشفت النتائج أن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي يتأثر بصورة إيجابية بالشعور بالوحدة، والتنظيم الذاتي، كما بينت النتائج أن الشعور بالوحدة يعد عاملاً رئيساً في تطوير إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، بينما يؤثر التنظيم الذاتي على النزاعات الشخصية والعائلية، إضافة إلى الأداء الأكاديمي والمهني.

وعن طريق ما تم عرضه من دراسات سابقة؛ يُلاحظ أن هناك عدة دراسات تناولت الحديث عن إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة، وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، وقد استخدمت أغلب هذه الدراسات المنهج الوصفي المسحي؛ بواسطة أداة استبانة مطورة عن اختبارات إدمان الإنترنت العالمية المعتمدة؛ مثل: دراسة علي وآخرين (2019) ودراسة خطاب (2017) وكما هو الحال في هذه الدراسة، فقد أجريت هذه الدراسات في عدة دول منها باكستان، والأردن، والسعودية، والعراق، وما يميز هذه الدراسة عن غيرها أنها سعت لمعرفة العلاقة بين إدمان الإنترنت، والتحصيل الدراسي، لدى طلبة كلية التربية الأساسية في الكويت؛ واستفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة بالمساعدة في صياغة مشكلة الدراسة، وتطوير أدواتها، وفي تفسير النتائج.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

اختلف العلماء والدارسون فيما توصلوا إليه حول الآثار الناجمة عن إدمان الإنترنت على الحياة الشخصية، والاجتماعية، والصحية للفرد. فقد ذهب بعضهم إلى أن إدمان الإنترنت يؤثر بصورة سلبية على علاقات الفرد الاجتماعية بأسرته، وأقرانه، ومنهم من ذهب إلى أن مدمني الإنترنت يعانون من قلق، واضطرابات نفسية، واكتئاب، وعزلة اجتماعية، ومن ثم يؤثر على سلوك الفرد في التوافق النفسي والاجتماعي (Al-Musa ad, 2020). وقد أظهرت نتائج العديد من الأبحاث، مثل دراسة (Ayken, 2017) أن الاستخدام المفرط للإنترنت، أو إدمانه؛ يؤثر سلباً على الصحة البدنية، والحياة الأسرية، والأداء الأكاديمي، وتشمل السلبيات الأكاديمية الناجمة عن إدمان الإنترنت انخفاض معدلات الدراسة، وانخفاض كبير في الدرجات، والتغيب عن الفصول الدراسية، وزيادة خطر وضعهم تحت المراقبة الأكاديمية، وضعف الاندماج في الأنشطة اللاصفية، كما أن أغلب مدمني الإنترنت من الشباب يعانون من ضائقة نفسية شديدة؛ مثل: الاكتئاب، والقلق، والوساوس القهرية، والشعور بتدني الذات؛ والخوف من أن الحياة دون وجود الإنترنت ستكون مملة، وفارغة، وبلا سعادة، وكذلك الشعور بالوحدة، والعزلة الاجتماعية. وبينت دراسات عديدة أن نحو 90% من مستخدمي الإنترنت هم من فئة الشباب، وأن ما يقرب من 50% منهم من مدمني الإنترنت، ويعانون من الاضطرابات النفسية والاكتئاب (Sawalha & Jallad, 2019).

وقد أجرى باحثون في جامعة ستانفورد مسحاً؛ ظهر فيه أن 5.12% من العينة يعانون من مشكلات مرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت؛ وذلك عن طريق البريد الإلكتروني، والألعاب الإلكترونية، والمواقع الإباحية، والتسوق، ووصفوا السلوك بأنه مشابه للغيرة في تعاطي الكحول أو المخدرات، وتصل أعداد المراهقين في الصين إلى 7.13%

الذين تنطبق عليهم معايير إدمان الإنترنت، في حين تصدر المراهقون الإيطاليون النسبة الأعلى لإدمان الإنترنت؛ حيث وصلت إلى 7.36% (Ayken, 2017).

وبناء على ما ذكر من الآثار السلبية للإنترنت، يحاول الباحثون في هذه الدراسة التعرف إلى آثار إدمان الإنترنت على التحصيل الدراسي، لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت، وتحديداً حاولت الإجابة عن الأسئلة التالية:

- السؤال الأول: ما مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت؟
- السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في إدمان الإنترنت، لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت؛ تعزى إلى متغير الجنس؟
- السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت، والتحصيل الدراسي، لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت؟

أهداف الدراسة

- تحديد العلاقة بين إدمان الإنترنت، والأداء الأكاديمي، للطلاب في كلية التربية الأساسية.
- الكشف عن دلالة الفروق بين متغير الجنس، ودرجة إدمان الإنترنت، لدى طلبة كلية التربية الأساسية.

أهمية الدراسة

تأتي أهمية هذه الدراسة من الناحية النظرية فيما يلي:

- تكشف عن مستوى إدمان الإنترنت، لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.
- وتسهم في الكشف عن واقع إدمان استخدام الإنترنت، وعلاقته بالتحصيل الدراسي، لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت.
- كما أنها تسهم في دعم المحتوى النظري وإثرائه للأبحاث ذات العلاقة، والدراسات المتخصصة بإدمان استخدام الإنترنت.

الأهمية العملية

تأتي أهمية هذه الدراسة من الناحية العملية فيما يلي:

- تسلط الضوء على الدور الفعلي لإدمان الإنترنت، وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة.
- تقدم تغذية راجعة لإرشاد المختصين وصانعي القرار في الهيئة الإدارية والتدريسية في كلية التربية الأساسية في الكويت؛ لوضع منهجية ورؤية واضحة، نحو معالجة الإدمان السلبي والاستخدام المفرط للإنترنت الاصطناعي؛ لضمان جودة مخرجات التعليم.
- كما أنها تساعد الباحثين والمختصين في الاسترشاد بأدواتها؛ لاستخدامها في دراسات أخرى ذات صلة.

حدود الدراسة ومحدداتها:

اقتصرت نطاق الدراسة على طلبة كلية التربية الأساسية التابعة للهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب في دولة الكويت؛ مما قد يحد من إمكانية تعميم النتائج.

مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية

تضمنت هذه الدراسة عدداً من المصطلحات، وتم تعريفها على النحو الآتي:

إدمان الإنترنت

عرفته كيمبرلي يونج عام 1998 بأنه: "الاستعمال المفرط للإنترنت؛ الذي ينتج عنه مشكلات اجتماعية، ونفسية، إضافة إلى صعوبات في العمل والدراسة" (Young, 1998).

ويعرّف إجرائيًا على أنه: المداومة على استخدام الإنترنت بصورة مفرطة؛ تؤدي إلى التأثير في أسلوب حياة الفرد.

التحصيل الدراسي

عرف قاموس علم النفس التحصيل الدراسي بأنه: "مستوى من مستويات كفاءة الإنجاز في العمل الدراسي، يمكن تحديده بواسطة الاختبارات المقننة لتقويم عمل الطالب". ويرى قاموس قياس العلوم التربوية، التحصيل الدراسي بأنه: "تحديد التقدم الذي يحرزه الطالب من المعلومات والمهارات، ومدى تمكنه منها" (Al-Salkhi, 2013: 25).

ويحدد التحصيل الدراسي؛ عن طريق تحديد مستوى الأداء الفعلي للفرد، في المجال الأكاديمي الناتج عن عملية النشاط العقلي المعرفي للطالب، ويستدل عليه عن طريق إجاباته عن مجموعة اختبارات تحصيلية نظرية، أو عملية، أو شفوية، تقدم له نهاية العام الدراسي، أو في صورة اختبارات تحصيلية مقننة (Al-Jalali, 2011).

ويعرّف إجرائيًا: بأنه متوسط درجات الطالب في جميع المواد الدراسية؛ سواء أكان في آخر الفصل أم في السنة الدراسية.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

تم اتباع المنهج الوصفي التحليلي؛ وذلك لتحقيق أهداف الدراسة؛ تماشيًا مع طبيعتها، بواسطة جمع البيانات اللازمة؛ باستخدام أداة تم إعدادها لهذا الغرض.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة في كلية التربية الأساسية، التابعة للهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب في دولة الكويت، للعام الدراسي 2024\2025؛ وبلغ عددهم (24000) طالب وطالبة؛ طبقًا لإحصاء المكتب الفني في الكلية لعام 2023م.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (1476) طالبًا وطالبة، من طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت في الفصل الأول من العام الدراسي 2024\2025، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، ويبين الجدول رقم (1) توزيع أفراد عينة الدراسة تبعًا لمتغير الجنس.

جدول رقم (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفقًا لمتغير الجنس

المتغير	الفئة	العدد	النسبة %
الجنس	أنثى	1363	92.30
	ذكر	113	7.70
المجموع		1476	100%

أداة الدراسة

مقياس الإدمان على الإنترنت

استخدم الباحثون الصورة المقننة للبيئة العربية من مقياس الإدمان على الإنترنت الذي أعدته يونغ (Young,1996) وترجمه للبيئة العربية وقننه إبراهيم (2009)، وقد تكون المقياس بصورته الأولية من (20) فقرة.

دلالات الصدق والثبات للمقياس بصورته المقننة للبيئة العربية

قام إبراهيم (2009) بالتحقق من دلالات صدق المقياس؛ عن طريق حساب معاملات ارتباط الفقرات، مع الدرجة الكلية للمقياس، والتي تراوحت قيمها بين (0.65-0.88). كما قام إبراهيم (2009) بالتحقق من دلالات ثبات المقياس بواسطة حساب معامل ثبات الاتساق الداخلي بطريقة كرونباخ ألفا، والذي بلغت قيمته للمقياس (0.86)، وحساب معامل ثبات الإعادة بفارق زمني قدره أسبوعان بين مرتتي التطبيق، والذي بلغت قيمته للمقياس (0.89).

دلالات الصدق والثبات للمقياس بصورته الحالية

دلالات الصدق الظاهري

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس؛ عن طريق عرضه بصورته الأولية، على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص من أعضاء هيئة التدريس في تخصصات الإدارة التربوية، وأصول التربية من العاملين في كلية التربية، والبالغ عددهم (7) محكمين؛ لإبداء رأيهم حول صحة محتوى المقياس، ومدى مناسيته للبيئة المستهدفة في الدراسة، وفي ضوء ملحوظات المحكمين؛ أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، والتي تتعلق بتعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات، وبذلك تكون المقياس بعد التحكيم من (20) فقرة.

دلالات صدق البناء

تم التحقق من دلالات صدق البناء عن طريق تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة، ومن خارج عينتها، وتم حساب مؤشرات صدق البناء باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson)؛ لإيجاد قيم ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين بالجدول رقم (2).

جدول رقم (2)

قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس

الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	0.66*	6	0.59*	11	0.58*	16	0.77*
3	0.67*	8	0.78*	13	0.66*	18	0.69*
4	0.76*	9	0.79*	14	0.63*	19	0.55*
5	0.62*	10	0.60*	15	0.76*	20	0.72*

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)

يتضح من الجدول رقم (2) أنَّ قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس مع الدرجة الكلية؛ قد تراوحت بين (0.57 – 0.79)، كما يتضح أنَّ جميع الفقرات كان معامل ارتباطها مع الدرجة على المقياس أعلى من (0.20)، وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وتُعدُّ هذه القيم مقبولة للإبقاء على الفقرات ضمن المقياس؛ طبقاً

لمعيار عودة (2010)، والذي يشير إلى الإبقاء على الفقرات التي يزيد معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية على المقياس عن (0.20)، وبذلك بقي المقياس بصورته النهائية يتكون من (20) فقرة.

ثبات المقياس

تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)؛ وذلك لتقدير ثبات الاتساق الداخلي للمقياس على بيانات التطبيق الأول للعيينة الاستطلاعية والبالغ عددها (30) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة، ومن خارج عينتها، كما تم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس؛ عن طريق إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة، بفارق زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقين الأول والثاني، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية؛ حيث بلغ معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس (0.85)، كما بلغ معامل ثبات الإعادة للمقياس (0.88).

تصحيح المقياس

تكون مقياس الإدمان على الإنترنت بصورته النهائية من (20) فقرة، يُستجاب لها وفق تدرج ليكرت السداسي الذي يشتمل البدائل التالية: (دائمًا، وتعطى عند تصحيح المقياس 5 درجات، وغالبًا، وتعطى 4 درجات، ومن فترة لأخرى، وتعطى 3 درجات، وأحيانًا، وتعطى درجتين، ونادرًا، وتعطى درجة واحدة، ولا ينطبق، وتعطى 0)، وللوصول إلى حكم موضوعي على متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة؛ تم حساب مدى كل فئة؛ بطرح الحد الأدنى من الحد الأعلى ($5 - 0 = 5$)، ثم تم تقسيمه على أكبر قيمة في المقياس لتحديد طول الفئة ($5 \div 1 = 5$)؛ وبذلك أصبح طول الفئات على النحو الآتي: منخفض جدًا (من 0.00 إلى 1.00)، ومنخفض (أكبر من 1 إلى 2.00)، ومتوسط (أكبر من 2 إلى 3.00)، ومرتفع (أكبر من 3 إلى 4.00)، ومرتفع جدًا (أكبر من 4 إلى 5.00).

متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

المتغيرات التصنيفية (المستقلة)

الجنس، وله فئتان: (ذكر، أنثى)

المتغير التابع

مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.

المعالجة الإحصائية

تمت المعالجة الإحصائية للبيانات في هذه الدراسة باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)؛ وذلك على النحو الآتي:

للإجابة عن السؤال الأول للدراسة؛ تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس إدمان الإنترنت.

وللإجابة عن السؤال الثاني للدراسة؛ تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لإدمان الإنترنت تبعاً لمتغير الجنس، كما تم اختبار (t- test) لعينتين مستقلتين لدراسة أثر الجنس على إدمان الإنترنت.

وللإجابة عن السؤال الثالث؛ تم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين إدمان الإنترنت، والتحصيل الدراسي.

النتائج والمناقشة

أولاً: نتائج السؤال الأول: "ما مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟" وللإجابة عن هذا السؤال؛ تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لاستجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس إدمان الإنترنت، مع مراعاة ترتيب فقرات المقياس تنازلياً تبعاً لمتوسطاتها الحسابية، كما هو مبين في الجدول رقم (3).

جدول رقم (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس إدمان الإنترنت مرتبة تنازلياً تبعاً لمتوسطاتها الحسابية.

الرتبة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	كم مرة وجدت أن البقاء على الإنترنت كان لمدة أطول مما كنت تتوي؟	3.25	1.48	مرتفع
2	هل في الغالب، تقول لنفسك -عندما تكون على الإنترنت-: "دقائق قليلة فقط"؟	2.75	1.71	متوسط
3	هل في الغالب، تخشى أن تكون الحياة دون وجود الإنترنت مملة وفارغة وكئيبة؟	2.57	1.82	متوسط
4	هل في أحيان كثيرة حاولت خفض مقدار الوقت الذي تقضيه على الإنترنت وتفشل؟	2.27	1.69	متوسط
5	هل في الغالب، تفقد الإحساس بالنعاس عندما تقوم بتسجيل دخولك على الإنترنت في وقت متأخر من الليل؟	2.20	1.66	متوسط
6	هل في الغالب، تلجأ إلى استخدام الإنترنت من أجل منع الأفكار المزعجة في حياتك اليومية؟	2.01	1.65	متوسط
7	هل في الغالب، تجد نفسك متلهفاً للدخول على الإنترنت مرة أخرى؟	1.92	1.60	منخفض
8	هل تهمل الأعمال المنزلية لقضاء المزيد من الوقت على الإنترنت؟	1.83	1.51	منخفض
9	هل في الغالب، تنزعج أو تصرخ إذا كان هناك شخص يزعجك عندما تكون على الإنترنت؟	1.71	1.61	منخفض
10	هل في الغالب، تتحقق من البريد الإلكتروني الخاص بك، قبل أي شيء آخر، كنت بحاجة إلى القيام به؟	1.69	1.65	منخفض
11	هل في أحيان كثيرة تشعر بالاكئاب، وتقلب المزاج أو العصبية عندما لا تكون على الإنترنت، ويختفي هذا الشعور عندما تدخل عليه مرة أخرى؟	1.59	1.60	منخفض
12	هل في أحيان كثيرة يشتكى الآخرون في حياتك من مقدار الوقت الذي تقضيه على الإنترنت؟	1.46	1.56	منخفض

13	هل في الغالب، تفضل قضاء مزيد من الوقت على الإنترنت، على الخروج مع الآخرين؟	1.43	1.57	منخفض
14	هل في أحيان كثيرة، تعاني من ضعف درجاتك، أو قلة إنجاز واجباتك الدراسية؛ بسبب مقدار الوقت الذي تقضيه على الإنترنت؟	1.40	1.47	منخفض
15	هل تحاول إخفاء المدة التي قضيتها على الإنترنت؟	1.39	1.66	منخفض
16	هل تعاني من ضعف أدائك الوظيفي، أو إنتاجيتك في العمل؛ بسبب انشغالك بتصفح الإنترنت؟	1.31	1.45	منخفض
17	هل في الغالب، تتخيل بأنك على الإنترنت؛ عندما تعمل شيئاً آخر غيره؟	1.28	1.47	منخفض
18	هل في الغالب، تكون علاقاتك الجديدة مع مستخدمي الإنترنت؟	1.27	1.55	منخفض
19	هل في الغالب، تحيط ما تفعله على الإنترنت بسرية؛ عندما يسألك أي شخص عن ذلك؟	1.11	1.44	منخفض
20	هل في الغالب، تفضل الإثارة التي تجدها في الإنترنت، على العلاقة العاطفية مع شريك حياتك؟	0.77	1.30	منخفض جداً
	إدمان الإنترنت (ككل)	1.76	0.93	منخفض

يتضح من الجدول رقم (3) أن مستوى إدمان الإنترنت لدى أفراد عينة الدراسة؛ كان منخفضاً بمتوسط حسابي بلغ (1.76) وبانحراف معياري (0.93)، وتراوحت قيم المتوسطات الحسابية لفقرات المقياس بين (0.77) و(3.25)؛ حيث جاءت الفقرة التي نصت على: (كم مرة وجدت أن البقاء على الإنترنت كان لمدة أطول مما كنت تنوي؟) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.25) وبانحراف معياري (1.48)، وبمستوى مرتفع، وجاءت الفقرة التي نصت على: (هل في الغالب، تفضل الإثارة التي تجدها في الإنترنت، على العلاقة العاطفية مع شريك حياتك؟) في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (0.77) وبانحراف معياري (1.30) وبمستوى منخفض جداً، حيث جاءت فقرة واحدة في المستوى المنخفض جداً، فيما جاءت (5) فقرات في المستوى المتوسط، وجاءت (13) فقرة في المستوى المنخفض.

ويعود السبب في نتائج هذه المتوسطات الحسابية، إلى زيادة الوعي لدى الطلبة بمخاطر إدمان الإنترنت، وتأثيره السلبي على الصحة النفسية؛ مما حفز الطلبة على إعادة تقييم عاداتهم الرقمية، وتعلم إستراتيجيات إدارة الوقت الفعالة، وقد يكون السبب في ذلك أيضاً توفر الأنشطة المختلفة التي تقيمها الكلية؛ إذ تتعدد الأنشطة الاجتماعية والثقافية للطلبة وغيرها مما تقيمه الكلية؛ وقد يعود السبب في ذلك إلى الضغوط الأكاديمية على الطلبة؛ من اختبارات، وواجبات، ومشروعات؛ الأمر الذي يستدعي منهم تخصيص وقت أكبر للدراسة؛ مما ساعد في تقليل الوقت المخصص للاستخدام غير الهادف للإنترنت؛ واستخدام الإنترنت لأغراض تعليمية، وتطوير المهارات الدراسية لديهم. ويتمشى هذا مع نتائج دراسة علي وآخرين (Ali et al. 2019) والتي أظهرت أن غالبية الطلبة كانوا يستخدمون الإنترنت استخداماً عادياً.

ثانياً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني الذي نصّ على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في مستوى إدمان الإنترنت لدى كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؛ تعزى إلى متغير الجنس؟" وللإجابة عن هذا السؤال؛ تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لإدمان الإنترنت بدلالته

الكلية؛ تبعاً لمتغير الجنس، كما تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة (Independent- Samples t-test) للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لإدمان الإنترنت بدلالاته الكلية؛ تبعاً لمتغير الجنس، كما هو مبين في الجدول رقم (4).

جدول رقم (4)

نتائج اختبار "t" للعينات المستقلة (Independent- Samples t-test) للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لإدمان

الإنترنت بدلالاته الكلية تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	الدلالة الإحصائية
أنثى	1363	1.79	0.92	4.053	*0.000
ذكر	113	1.42	0.93		

*دالة إحصائية عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول (4) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية لإدمان الإنترنت، لدى أفراد عينة الدراسة؛ تعزى إلى متغير الجنس، لصالح الإناث. ويعود السبب في نتائج هذه المتوسطات الحسابية إلى طبيعة الحياة الجامعية للطلبات في كلية التربية الأساسية؛ فغالبية الطالبات يقطن في أماكن بعيدة عن موقع الجامعة، وقد لا يملكن السيارات الخاصة بهنّ للذهاب والإياب، وبطبيعة الحال، فالمحاضرات الجامعية قد تكون في أوقات متباعدة؛ فقد تكون هناك محاضرة في الصباح الباكر، وأخرى عند الظهر؛ وبسبب الازدحام المروري؛ نجد الطالبات يبقين في الجامعة في أوقات الفراغ بين المحاضرات، ويقضين هذا الوقت في تصفح الإنترنت، وغالباً يكون التصفح في مواقع التواصل الاجتماعي؛ لأنهنّ أكثر تفاعلاً عليها، الأمر الذي قد يستغرق ساعات طويلة، دون الشعور بمرور الوقت؛ ولهذا فإن تكرار هذا الفعل أثناء العام الدراسي؛ يخلق لدى الطالبات نوعاً من إدمان استخدام الإنترنت. وتختلف هذه النتائج عما جاء في نتائج دراسة عزيزي وآخرين (Azizi et al. 2019)؛ حيث كان متوسط إدمان الدخول على شبكات التواصل الاجتماعي لدى الذكور أعلى منه عند الإناث.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث الذي نصّ على: "هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين إدمان الإنترنت والتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟" ولإجابة عن هذا السؤال؛ تم حساب قيم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين إدمان الإنترنت والتحصيل الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة، كما هو مبين في الجدول رقم (5).

جدول رقم (5)

معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين إدمان الإنترنت والتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية التابعة للهيئة

العامة للتعليم التطبيقي والتدريب في دولة الكويت

المتغير	التحصيل الدراسي
إدمان الإنترنت	-0.426*

*دالة إحصائية عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول رقم (5) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين إدمان الإنترنت والتحصيل الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة، والتي بلغت قيمتها (-0.426)، وكان مستوى هذه العلاقة الارتباطية علاقة سالبة؛ حيث يؤدي استخدام الإنترنت إلى انخفاض التحصيل الدراسي. وهذا يعني أنه كلما زاد وقت قضاء الطلبة على الإنترنت، فإن مستوى تحصيلهم الدراسي يتناقص، وهذه العلاقة يمكن أن تُعزى إلى عدة عوامل؛ منها: أنه كلما زاد استخدام الطلبة لتصفح الإنترنت، والانغماس فيه؛ أدى ذلك إلى تقليل الوقت المخصص للدراسة؛ مما يعمل على تراجع أدائهم الأكاديمي، وتحصيلهم الدراسي، كما أن الاعتماد المفرط على المحتوى الرقمي؛ قد يشنت انتباههم، ويزيد من توترهم وقلقهم؛ مما يؤثر سلباً على قدرتهم على التركيز أثناء المذاكرة والدراسة. وقد يعزى السبب في ظهور هذه النتائج إلى الضغط الأكاديمي الذي قد يعاني منه الطالب الجامعي، الذي قد يجد في تصفح الإنترنت متنفساً من هذا الضغط الذي يعيش معه في حالة من التوتر والقلق.

وتتوافق هذه النتائج مع ما جاء في دراسة كل من كامل (2016)، وخطاب (2017) ولي وآخرين (2019) و(Karaoglan Baturay & Toker, 2019) ودراسة (Yilmaz, 2024) والتي أكدت نتائجها؛ وجود علاقة بين زيادة إدمان الإنترنت، وبين تدني مستوى دافعية الطلبة، وتحصيلهم الدراسي.

الاستنتاجات والتوصيات

- تنظيم محاضرات توعوية لمناقشة الآثار السلبية لإدمان الإنترنت على حياة الطلبة الجامعيين.
- تنظيم ورش عمل توعوية منتظمة لتدريب الطلبة على إدارة الوقت واستخدام الإنترنت بصورة هادفة.
- تفعيل سياسات تقييدية داخل الحرم الجامعي للحد من الاستخدام المفرط للإنترنت.
- حث الطلبة وتشجيعهم على الانخراط والمشاركة في الأنشطة الجامعية المختلفة؛ للتقليل من إدمان الإنترنت.
- إجراء مزيد من الدراسات عن واقع إدمان الإنترنت؛ مثل: الدراسات حول إدمان الإنترنت، وتأثيره على التواصل الاجتماعي بين الأفراد.

المراجع العربية

- Ibrahim, El Shafei Ibrahim. (2011). Young's Internet Addiction Test. Questions and Instructions Booklet. 10.13140/RG.2.2.18368.58881.
- Ismail, Bushra. (2004). *Psychological Disorders in Children: Causes, Diagnosis, Treatment*. Anglo Egyptian Library.
- Ismaili, Yamna Abdel Qader. (2011). *Thinking Patterns and Levels of Academic Achievement*. Dar Al Yazouri.
- Al Arnaout, Bushra. (2007). Internet Addiction and Its Relationship to Both Personality Dimensions and Psychological Disorders in Adolescents. *Journal of the Faculty of Education, Zagazig*, 55, 33- 96
- Aiken, Mary. (2018). *Cyber Influence: How Does the Internet Change Human Behavior?* (Nasser Mustafa, Translation; 1st ed.). Arab House for Science and Publishing. (2017).
- Ben Qaqa, Jahida. (2019). *Behavioral deviations among Internet addicted students: An exploratory study in the Department of Languages at the University of Kasdi Merbah, Ouargla* [Unpublished Master's Thesis]. University of Kasdi Merbah.

- Al-Jalali, Laman Mustafa. (2011). *Academic achievement*. Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution.
- Khattab, Hussein. (2017). Internet addiction among university students and its relationship to academic achievement. A field study on a sample of students from the University of Algiers and the University of Tizi Ouzou. *Al-Hikma Journal for Educational and Psychological Studies*, 5(4), 230-247
- Al-Zaidi, Amal. (2014). *Internet Addiction and its Relationship to Social Communication and Academic Achievement among Nizwa University Students* [Unpublished Master's Thesis]. Nizwa University, Nizwa.
- Al-Salakh, Mahmoud Jamal. (2013). *Academic Achievement and Modeling the Factors Affecting It* (1st ed.). Dar Radwan.
- Sawalha, Awnia, & Jallad, Dalia. (2019). Internet Addiction and its Relationship to Social Anxiety among Students of the Private University of Amman. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 46(2), 313-333.
- Ali, Mohammed. (2010). *Internet Addiction in the Era of Globalization* (1st ed.). Dar Al-Safa Publishing.
- Awda, Ahmed. (2010). *Measurement and Evaluation in the Teaching Process*. Dar Al-Amal.
- Ghalimi, Adila. (2016). Internet Addiction and its Role in the Emergence of Some Social Problems. *Journal of Generation of Humanities and Social Sciences*, 20(3), 209-220.
- Kamel, Salma. (2016). The Relationship between Internet Addiction and Motivation towards Academic Achievement among Students of the University of Diyala in Iraq. *Al-Fath Journal*, 68, 301- 269
- Al-Masoud, Talal. (2020). *Electronic Addiction*. Arab Center for Authoring and Translation of Health Sciences. Kuwait.

المراجع الأجنبية

- Ali, L., Kalsoom, O., Kazmi, S., Munir, T., Qayyum, Z., Akhter, N. & Ahmad, A. (2019). Effect Of Internet Addiction on Academic Performance and Mental Health of Medical Students. *JBUMDC*, 9(1), 48-52.
- Azizi, S., Soroush, A. & Khatony, A. (2019). The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. *BMC Psychology*, 7(28).
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278-296.
- Morgan, Nicola. (2018). *The teenage guide to life online*. Walker Books Ltd. London: UK.
- Roflin, E. & Zulvia, F. E. (2021). *Kupas Tuntas Analysis Korelasi. Peka longan; PT. Nasya Expanding Manager*.
- Young, K. S. (1996). Internet Addiction: *The Emergence of a New Clinical Disorder*. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 237-244. <http://dx.doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Ümmet, D., & Ekşi, F. (2016). Internet addiction in young adults in Turkey: Loneliness and virtual-environment loneliness. *Addict: The Turkish Journal on Addictions*, 3, 31–55.

- Baturay, M.H., Toker, S. (2019). Internet addiction among college students: Some causes and effects. *Educ Inf Technol* **24**, 2863–2885. <https://doi.org/10.1007/s10639-019-09894-3>
- Li, Y., Yao, C., Zeng, S., Wang, X., Lu, T., Li, C., Lan, J., & You, X. (2019). What a social networking site addiction drives university students' academic achievement: The mediating role of learning engagement. *Journal of Pacific Rim Psychology*, *13*. <https://doi.org/10.1017/prp.2019.12>
- Karaoglan, F. G., & Yilmaz, R. (2024). Understanding the relationship between digital game addiction, academic motivation, classroom engagement and selfishness. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, *34*(2), 153-165. <https://doi.org/10.1177/20556365231210971>
- Hassan, Md. R., Mahmud, Md. S., & Hasan, Md. K. (2024). Social Media Addiction and Its Consequences Among Youth: A Developing Country Perspective. *Global Business Review*, *0*(0). <https://doi.org/10.1177/09721509241276720>
- Lei, L., Wei, X.-Y., Liang, H.-Y., Gao, T., Gao, L.-F., Zhang, G.-H., Chu, X.-Y., Wang, H.-X., Geng, J.-Y., Liu, K., Nie, J., Zeng, P., Ren, L., Liu, C., & Jiang, H.-B. (2024). Preference for Smartphone-Based Internet Applications and Smartphone Addiction Among Young Adult Addicts: Gender Difference in Psychological Network. *Social Science Computer Review*, *42*(5), 1266-1281. <https://doi.org/10.1177/08944393231222680>

