

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة أم القرى  
كلية التربية بمكة المكرمة  
الدراسات العليا

قسم : علم النفس  
نموذج رقم (٨)

## إجازة أطروحة علمية في صيغتها النهائية بعد إجراء التعديلات

الاسم : (رباعي) : صالحة بنت محمد أحمد سنان  
الأطروحة مقدمة لنيل درجة الماجستير

الكلية : التربية

القسم : علم النفس

عنوان الأطروحة (الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة من المستخدمات وغير المستخدمات للإنترنت)  
"دراسة مقارنة"

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين وعلى آله وصحبه وبعد ...  
فبناء على توصية اللجنة المكونة لمناقشة الأطروحة المذكورة عاليه والتي تمت مناقشتها بتاريخ  
١٤٢٤/١/٢٣ هـ بقبول الأطروحة بعد إجراء التعديلات المطلوبة وحيث قد تم عمل اللازم . فإن اللجنة  
توصي بإجازة الأطروحة في صيغتها النهائية المرفقة كمتطلب تكميلي للدرجة العلمية المذكورة أعلاه ..

والله الموفق ؛؛؛

### أعضاء اللجنة

مناقش من خارج القسم  
الاسم : أ. د. س. زايد عجير الحارثي  
التوقيع :

مناقش من داخل القسم  
الاسم : أ. د. محمد حمزة السليمانى  
التوقيع :

المشرف  
الاسم : د. محمد جعفر جمل الليل  
التوقيع :

يعتمد

رئيس قسم علم النفس

د. حسين عبد الفتاح الجامدى

حة المقابلة لصفحة عنوان الأطروحة في كل نسخة من الرسالة .



٣٠١٠٢٠٠٠٠٠٤٩٥٤



المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم العالي

جامعة أم القرى - مكة المكرمة

كلية التربية - قسم علم النفس

الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى  
بمكة المكرمة من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت  
" دراسة مقارنة "

إعداد

صالحة بنت محمد أحمد سنان

إشراف الدكتور

محمد بن جعفر جمل الليل

دراسة مقدمة إلى قسم علم النفس متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير  
في علم النفس تخصص ( إرشاد نفسي )

الفصل الدراسي الثاني لعام ١٤٢٣ - ١٤٢٤هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## ملخص الدراسة

**عنوان الدراسة :** الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت "دراسة مقارنة".

**أهداف الدراسة :** تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن الفرق في كل من الاغتراب النفسي والقلق العام بين المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت من طالبات الجامعة من خلال عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة وطبقاً لبعض المتغيرات الديموغرافية هي (السن، المستوى الدراسي ، عدد ساعات استخدام الإنترنت) ، وذلك للتعرف على أكثر الفئات تعرضاً لكل من الاغتراب النفسي والقلق العام ، والتي تكون في حاجة أكثر لخدمات الإرشاد النفسي المناسب .

**تصميم الدراسة :** استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي المقارن كمنهج يمكن من خلاله التعرف على الفرق بين الطالبات المستخدمين للإنترنت ، والطالبات غير المستخدمين للإنترنت في الاغتراب النفسي والقلق العام .

**عينة الدراسة :** استخدمت الباحثة في هذه الدراسة عينة طبقية عشوائية اختيرت من مجتمع الدراسة المتمثل في طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة ، واقتصرت الدراسة على الطالبات المنتظمات في الدراسة بالمرحلة الجامعية وفي التخصصات العلمية والأدبية بالجامعة ، حيث كان عددهن (٥٦٠) طالبة منهم (٢٨٠) طالبة من المستخدمين للإنترنت و(٢٨٠) طالبة من غير المستخدمين للإنترنت .

**الأدوات المستخدمة :** استخدمت الباحثة في هذه الدراسة مقياس "الاجتراب النفسي" إعداد زينب شقير (٢٠٠٢م) وقد تم إجراء دراسة استطلاعية لمقياس الاغتراب النفسي في البيئة السعودية من قبل الباحثة ؛ وذلك للتأكد من وضوح عبارات المقياس وملاءمته للبيئة السعودية ، كذلك استخدمت الباحثة في هذه الدراسة مقياس "القلق العام للراشدين" إعداد جمل الليل (١٦٤١هـ) .

**الأسلوب الإحصائي :** تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية : المتوسطات الحسابية ، والانحرافات المعيارية ، واختبار "ت" ، وتحليل التباين أحادي الاتجاه ، واختبار شيفيه ، وحساب معامل الارتباط .

### نتائج الدراسة :

١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة المستخدمين للإنترنت ، ومجموعة غير المستخدمين للإنترنت في الاغتراب النفسي ، وذلك لصالح مجموعة المستخدمين للإنترنت ، حيث كانت درجة الاغتراب النفسي لديهن أعلى من مثيلتهن لدى غير المستخدمين .

٢- أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة تبعاً لمتغير السن في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت .

٣- دلت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المستويات الدراسية الأربع في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت حيث نجد أن طالبات المستوى الأول هن الأعلى في مستوى الاغتراب النفسي مقارنة بباقي الطالبات في المستويات الدراسية الأخرى .

٤- توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة تبعاً لمتغير عدد ساعات استخدام الإنترنت في الاغتراب النفسي ، وذلك لصالح مجموعة المستخدمين للإنترنت لفترة من أربع ساعات فأكثر ، حيث حصلن على درجة أعلى في الاغتراب النفسي .

٥- أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة المستخدمين للإنترنت ، ومجموعة غير المستخدمين للإنترنت في القلق العام ، وذلك لصالح مجموعة المستخدمين للإنترنت حيث كن أكثر قلقاً .

٦- أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة تبعاً لمتغير السن في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت .

٧- دلت النتائج أيضاً إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المستويات الدراسية الأربع في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت .

٨- توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة تبعاً لمتغير عدد ساعات استخدام الإنترنت في القلق العام وذلك لصالح مجموعة المستخدمين للإنترنت لفترة من أربع ساعات فأكثر ، إذ كانت درجة القلق العام لديهن أعلى .

**أهم التوصيات :** انتهت الدراسة الحالية إلى العديد من التوصيات والتي كان منها : ضرورة العمل على استحداث مركز متخصص ومتفرغ للخدمات الإرشادية والنفسية في الجامعة ، وذلك لتوجيه وإرشاد الطالبات نحو مواكبة الحضارة الحديثة وتعريفهن بماهية الإنترنت وتوفير معلومات كافية عنه وتزويدهن بطرق إرشادية وتوجيهية مناسبة لمسايرة متطلبات العصر وتحدياته ومساعدتهن على مواجهة ما تعانيه الطالبات من مشكلات فعلية . كذلك ترى الباحثة ضرورة قيام العلماء والباحثين بدراسات مستفيضة حول الأضرار النفسية والاجتماعية والصحية المتعلقة باستخدام الإنترنت .

## إهداء

إلى منس قلمي وفسر بصيرني .. إلى نور جبانتي وسأوة أباي ..

إلى اللذين أضاءوا لي مكنها طريق جبانتي ..

إلى من علماني أنه فقه الحياة لا فقه خا إله بالعلم والصدق ..

إلى أبي الغالي وأبي الحبيب ..

أعربي لكما فقه الدرر ..

وما علماني أنه أعربي خير فطرة صغيرة في بحر العلم والبرفة ..

ولكن جزرا .. لأنه هما أعربيكنا فلهن وأفيناكنا ..

وما تعلم أني أعربيكنا في كل بزوغ فجر وسكون ليل بأبدي برقع

علمكنا الصحن والعاينة وأه بيبيكنا خير الجزاء في الدنيا

والآخرة ..

والباقي

## شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والثناء له على أن وفقني وأعانني على إتمام هذه الدراسة مستمدة منه جأت قدرته دوام التوفيق والنجاح والصلاة والسلام على سيدنا محمد الذي بعثه الله للإنسانية مؤدبا ومعلما.. وبعد أن وفقني الله سبحانه وتعالى لإنجاز هذه الدراسة لا أملك إلا أن أسجد لله تعالى شكرا لعظيم فضله واعترافا بجميل توفيقه .

وإن من تمام شكر العبد لربه أن يشكر من أجرى على يديه النعم ولن يكون وفاء مني إن لم أتوجه بالشكر والتقدير أولا إلى أستاذي الفاضل المشرف على هذه الدراسة سعادة الدكتور محمد جعفر جمل الليل ، فقد قدم لي الكثير منذ إعدادي هذه الدراسة ، حيث كان لوجيهاته الحكيمة ، وملاحظاته الدقيقة ، ومتابعته المتواصلة ، وحسن المشورة ، والرأي السديد ، والفكر الصائب ، أثر كبير في إنجاز هذه الدراسة ، فقد كان - حفظه الله - مرشدا وأستاذا جليلا ، بخبرته الواسعة ، وخلقه الكريم ، وسعة صدره لتساؤلات الباحثة ، فوجه وأرشد ، وبذل الكثير من وقته وجهده كي يخرج هذه الدراسة في أفضل صورة ، ومهما أوتيت من فصاحة اللسان ، وبيان الكلام ، فلن أوفيه حقه ، فنعم الأستاذ هو أثابه الله وجزاه عني خير الجزاء .

كما يطيب لي أن أتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى سعادة الأستاذ الدكتور زايد عجير الحارثي ، وسعادة الأستاذ الدكتور عبد المنان ملا معمور بار ، لتفضلهما بمناقشة خطة الدراسة . كما لا يسعني إلا أن أقدم خالص الشكر والتقدير لأساتذتي الكرام الذين قاموا بتحكيم مقياس الدراسة ، وذلك لما بذلوه من جهد ووقت في إبداء ملاحظاتهم واقتراحاتهم وهم : الدكتور أحمد السيد إسماعيل ، والأستاذ الدكتور ربيع سعيد طه ، والدكتور محمد جعفر جمل الليل ، والدكتور محمد حسن عبد الله ، والأستاذ الدكتور محمد حمزة السليمانى ، والدكتور هشام محمد مخيمر ، فلهم جزيل الشكر والتقدير . كما أرفع يد الضراعة إلى ربي شاكرا ، على أن جعل في لجنة المناقشة اثنين من خيرة الأساتذة ، وهم : الأستاذ الدكتور زايد عجير الحارثي ، و الأستاذ الدكتور محمد حمزة السليمانى ، وإنه لشرف عظيم لي أن يتفضلا بقبول مناقشة هذه الدراسة ، فشكرا جزيلا لسيادتكم وجزاكم الله خير الجزاء ولكم خالص التقدير والاحترام .

كما يسعدني أن أتقدم بموفور الشكر والامتنان إلى رئيس قسم علم النفس الدكتور حسين عبد الفتاح الغامدي ، وجميع أعضاء هيئة التدريس بالقسم على إسهاماتهم في دراستي ، فلهم مني عظيم الشكر والتقدير .

كذلك أتقدم بموفور الشكر والتقدير والعرفان بالجميل إلى الأستاذة الفاضلة الدكتورة زينب محمود شقير ، أستاذة الصحة النفسية في كلية التربية بجامعة طنطا ، والتي أمدتني بالعديد من البحوث

والمراجع التي أثرت البحث ، وقدمت لي الكثير من النصائح والتوجيهات المستمرة التي استفدت منها كثيرا في إعداد هذه الدراسة ، فجزاها الله خيرا .

أيضا أتقدم بخالص شكري وتقديري إلى الأستاذ الدكتور الفاضل ذي الخلق النبيل فاروق السيد عثمان ، أستاذ علم النفس التربوي ورئيس قسم العلوم التربوية والنفسية ، وعميد كلية التربية النوعية في جامعة المنوفية على مبادرته السريعة في تقديم العون والمساعدة للباحثة في الحصول على بعض المراجع ، فجزاه الله عني وعن طلاب العلم خير الجزاء .

كذلك تتقدم الباحثة بجزيل الشكر والتقدير إلى كل من الدكتور رأفت السيد عبد الفتاح رئيس قسم علم النفس بكلية الآداب جامعة عين شمس ، والدكتور وليد القفاص مدرس علم النفس التربوي بمركز التفويم التربوي ، والأستاذة حنان عبد الفتاح بجامعة عين شمس ، وذلك لمساعدة الباحثة داخل الجامعات المصرية ، وتزويدها ببعض المراجع التي أثرت البحث فأسأل الله لهم كل خير وتوفيق .

وشكرا مستحقا لكل العاملين بمعهد البحوث العلمية وإحياء التراث ومركز الملك فيصل للبحوث والدراسات الإسلامية ، ومدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية ، ومكتبة الملك فهد الوطنية ، وجامعة الملك سعود ، وجامعة الملك عبد العزيز ، وأكاديمية البحث العلمي بمصر ، وأخص بالذكر الأستاذة وفاء زين ، وذلك على تعاونهم الصادق مع الباحثة في دراستها فلهم كل الشكر والتقدير .

وشكر خاص لسفارة المملكة العربية السعودية في بريطانيا وأخص بالذكر الأستاذ عبد الرحمن النجار وذلك لتعاونهم مع الباحثة في الحصول على أصول البحوث الأجنبية التي أثرت هذه الدراسة فجزاهم الله خيرا .

وعرفانا بالفضل والجميل أسجل خالص امتناني وتقديري واحترامي إلى والدي اللذين شجعاني دائما على مواصلة العلم ببارك الله في عمرهما ، وأمدهما بالصحة والعافية . وإلى زوجي الذي أعانني بنفس راضية على تحمل صعوبات هذه الدراسة وتقديره لانشغالي فيها فجزاه الله خير الجزاء وإلى أخوأي الفاضلان الأستاذ أحمد والدكتور عصام بارك الله فيهما فلم يتوان أي منهما في مساعدتي وتشجيعي ، فلهم مني أسمى آيات الشكر والتقدير .

وأنتقدم بالشكر والتقدير إلى كل من قدم لي عونا ومساعدة أو توجيهها ساهم في إتمام هذا البحث والشكر أولا وأخيرا لله سبحانه وتعالى الموفق لكل خير .. والحمد لله رب العالمين ..

## فهرس المحتويات

صفحة	الموضوع
ب	ملخص الدراسة .....
ج	الإهداء .....
د	شكر وتقدير .....
و	فهرس المحتويات .....
ط	فهرس الجداول .....
ي	قائمة الأشكال التوضيحية .....
<b>الفصل الأول : ( المدخل إلى الدراسة )</b>	
٢	مقدمة .....
٤	مشكلة الدراسة وتساؤلاتها .....
٥	أهمية الدراسة .....
٦	أهداف الدراسة .....
٦	مصطلحات الدراسة .....
٨	حدود الدراسة .....
<b>الفصل الثاني : ( الإطار النظري والدراسات السابقة )</b>	
١٠	أولا : مفاهيم الدراسة .....
١٠	( أ ) الاغتراب النفسي (مقدمة) .....
١٢	مفهوم الاغتراب النفسي .....
١٧	الجذور التاريخية لمصطلح الاغتراب النفسي .....
١٨	نظريات الاغتراب النفسي .....
٢١	أنواع الاغتراب النفسي .....
٢٣	أسباب الاغتراب النفسي .....
٢٦	مظاهر الاغتراب النفسي .....
٢٩	الآثار الناتجة عن الاغتراب النفسي .....



## تابع فهرس المحتويات

صفحة	الموضوع
٣٠	..... ( ب ) ☐ القلق العام (مقدمة)
٣١	..... ☐ مفهوم القلق العام
٣٤	..... ☐ القلق عبر التاريخ
٣٥	..... ☐ نظريات القلق
٤١	..... ☐ أنواع القلق
٤٢	..... ☐ أسباب القلق
٤٤	..... ☐ أعراض القلق
٤٥	..... ☐ الآثار الناتجة عن القلق
٤٧	..... ( ج ) ☐ الإنترنت (مقدمة)
٤٨	..... ☐ مفهوم الإنترنت
٥١	..... ☐ نشأة الإنترنت ومراحل تطوره
٥٣	..... ☐ إدارة الإنترنت وامتلاكها
٥٤	..... ☐ تقدير عدد مستخدمي الإنترنت على نطاق العالم
٥٦	..... ☐ الآثار الإيجابية والسلبية للإنترنت
٦٤	..... ثانيا : ☐ الدراسات السابقة
٦٥	..... ( أ ) ☐ الدراسات التي أجريت في مجال الاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي
٧٠	..... ( ب ) ☐ الدراسات التي أجريت في مجال القلق العام لدى الشباب الجامعي
٧٢	..... ( ج ) ☐ الدراسات التي أجريت في مجال خصائص الشخصية لدى مستخدمي الإنترنت
٧٧	..... ☐ التعليق على الدراسات السابقة
٨٠	..... ☐ فروض الدراسة

## تابع فهرس المحتويات

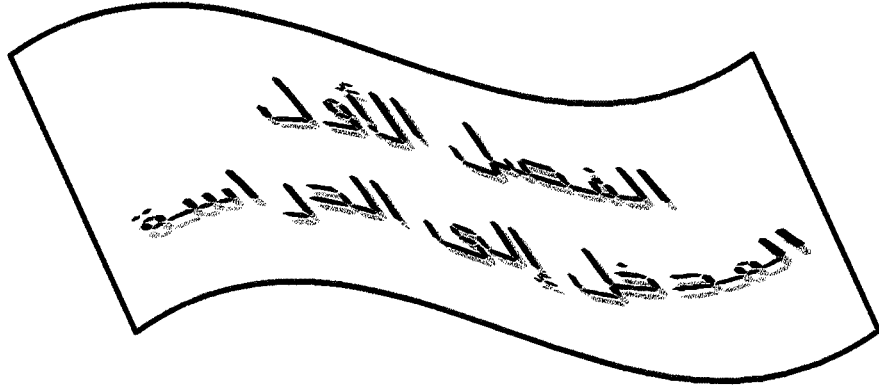
صفحة	الموضوع
	<b>الفصل الثالث: (إجراءات الدراسة)</b>
٨٢	..... مقدمة
٨٢	..... أولاً : منهج الدراسة.
٨٢	..... ثانياً : مجتمع الدراسة
٨٣	..... ثالثاً : عينة الدراسة
٨٤	..... رابعاً : أدوات الدراسة
٨٤	..... ( ١ ) مقياس الاغتراب النفسي
	..... الدراسة الاستطلاعية لمقياس الاغتراب النفسي في البيئة
٨٧	..... السعودية
٩٢	..... ( ٢ ) مقياس القلق العام للراشدين
٩٤	..... خامساً : الأساليب الإحصائية
	<b>الفصل الرابع: ( عرض و تحليل نتائج الدراسة و مناقشتها)</b>
٩٦	..... عرض و تحليل نتائج الدراسة و مناقشتها.
	<b>الفصل الخامس: ( ملخص النتائج و التوصيات و الدراسات المقترحة )</b>
١١٤	..... ملخص النتائج
١١٥	..... التوصيات
١١٨	..... الدراسات المقترحة
١١٩	..... الخاتمة
١٢١	..... قائمة المراجع
١٣٤	..... الملاحق
١٥٧	..... ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية

## فهرس الجدول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
١	عدد السكان الذين يستخدمون الإنترنت .	٥٤
٢	توزيع أفراد عينة المستخدمين للإنترنت حسب السن .	٨٣
٣	توزيع أفراد عينة المستخدمين للإنترنت حسب المستوى الدراسي .	٨٤
٤	توزيع أفراد عينة المستخدمين للإنترنت حسب عدد ساعات استخدام الإنترنت .	٨٤
٥	عبارات البعد الأول قبل وبعد التعديل .	٨٨
٦	عبارات البعد الثاني قبل وبعد التعديل .	٨٨
٧	عبارات البعد الثالث قبل وبعد التعديل .	٨٩
٨	عبارات البعد الرابع قبل وبعد التعديل .	٨٩
٩	عبارات البعد الخامس قبل وبعد التعديل .	٩٠
١٠	معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها والأبعاد والدرجة الكلية .	٩١
١١	معاملات الارتباط بين كل عبارة داخل البعد والمجموع الكلي للبعد .	٩٢
١٢	الفرق في الاغتراب النفسي بين المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت .	٩٦
١٣	الفرق في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت تبعاً لمتغير السن .	٩٩
١٤	تحليل التباين الأحادي تبعاً للمستوى الدراسي على متغير الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت	١٠٠
١٥	اختبار شيفيه للفروق بين مستويات الدراسة الأربع على متغير الاغتراب النفسي .	١٠١
١٦	الفرق في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت تبعاً لمتغير عدد ساعات استخدام الإنترنت .	١٠٣
١٧	الفرق في القلق العام بين المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت .	١٠٥
١٨	الفرق في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت تبعاً لمتغير السن .	١٠٧
١٩	تحليل التباين الأحادي تبعاً للمستوى الدراسي على متغير القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت .	١٠٩
٢٠	الفرق في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت تبعاً لمتغير عدد ساعات استخدام الإنترنت .	١١١

قائمة الأشكال التوضيحية

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
١	أسباب الاغتراب النفسي .	٢٦
٢	المظاهر العامة للاغتراب النفسي .	٢٨
٣	الآثار الناتجة عن الاغتراب النفسي .	٢٩
٤	الأسباب الرئيسية للقلق العام .	٤٤
٥	الآثار الناتجة عن القلق العام .	٤٦
٦	مفهوم الإنترنت العام .	٥٠
٧	الآثار السلبية المترتبة على الاستخدام السيء للإنترنت.	٦٤



## مقدمة :

تطورت حياة البشر مع تطور المعرفة وتقدم العلوم ، حيث فكّر الإنسان ، فاخترع وأبدع ليضيف الجديد ، فمع تفكيره وابتكاره وإبداعه تتكون الأشياء ، وتتفاعل مجموعة العناصر المختلفة من حوله لتتحول إلى شيء جديد ، ولأن الإنسان لا يستطيع التقدم في ظل سكون المعرفة وجمود العقل ، شارك في التحول عالميا نحو تكنولوجيا الاتصال وفي مقدمتها شبكة الإنترنت ، والتي فتحت عصرا جديدا من عصور الاتصال بين البشر ، وهذه الوسيلة المبدعة التي كسرت الحدود بين المجتمعات والدول أصبحت تشكل تحديا مهما للعالم .

وبنظرة الباحثة السريعة على مستقبل العالم في القرن المقبل ، وفي ضوء هذه التغييرات الأساسية في أسلوب الحياة ، يتضح أن العصر القادم سيكون بلا منازع عصر الحياة الإلكترونية ، وتشارك الباحثة من يرى أن تلك التحولات التكنولوجية تؤكد بأن الاتجاه المقبل في البشرية سوف يشهد تركيزا كبيرا على التكنولوجيا ، والتي يشكل الإنترنت منها روحها ومركزها ، ويبدو أن إنسان اليوم قد أصبح يحيا حياة تكنولوجية ابتعدت به تدريجيا عن العلاقات الإنسانية الحميمة ، فحل الاتصال الوهمي الذي قد يكون أقل في الإشباع النفسي من الحديث الفعلي مع أشخاص حقيقيين ، وبالتالي فإن العلاقات التي تتكون من خلال الاتصال الوهمي تكون أكثر سطحية وأقل عمقا من العلاقات التي تتكون من خلال الاتصال الإنساني الحميم ؛ حيث إن هؤلاء الأفراد قد خرجوا من دائرة التفاعل الحي إلى محيط التفاعل في المجتمعات الافتراضية التي تزخر بها شبكة الإنترنت ، وترى الباحثة أنه عندما تصبح حياة الفرد أمام الإنترنت أهم من حياته الواقعية ، ويفرط في استخدامه بحيث يستولي على وقته وطاقاته ويبعد عن النواحي الأكثر أهمية في حياته ، ويكون لذاته عالما خاص يغلف به نفسه ، بحيث ينغزل عن الواقع الذي يعيش فيه ، يضحك لوحده ، يفعل لوحده ، يبتسم لوحده ، ويمكن أن يصل الأمر إلى إدمان الإنترنت ، فإننا ندرك عندئذ أنه وصل إلى نقطة الخطر ومن ثم يمكن أن نتوقع أن تلك الشبكة العنكبوتية كانت عاملا من عوامل قلق الإنسان واغترابه .

لذلك يتضح أن هذه الوسيلة التي حملت معها بذرة المعرفة والخير يمكن أن تستغل لشتى أنواع الشر والفساد والرذيلة خصوصا وأنها أصبحت وسيلة يستخدمها العالم بأسره. ذلك أن لكل تقدم مزاياه وعيوبه والحياة الإلكترونية جزء من هذا التقدم لا تخلو من الإيجابيات والسلبيات بل إن هناك خطرا متزايدا من أن تعمل النواحي السلبية للإنترنت على حجب النواحي الإيجابية ، وبما أن بعض الأشخاص قد يسيئون استخدام الإنترنت ويبدلون كثيرا من الوقت أمامه فسوف يشهدون بلا شك حدوث تغيرات سلبية في شخصية مستخدميه مثل : الاغتراب النفسي ، والعزلة ، وانخفاض مهارات الاتصال في العلاقات الشخصية ، والحرمان من فوائد هذه العلاقات ، والتعرض لبعض المشكلات التي تبدو في صورة توتر وقلق واكتئاب وصراعات داخلية .

ولما كانت ظاهرتا الاغتراب النفسي والقلق العام من الظواهر التي تشغل تفكير الباحثين في علم النفس والعلوم الأخرى ، لأنهما باتتا من السمات التي تميز المجتمعات الحديثة ، لذا فإن هاتين الظاهرتين أصبحتا جديرتين بالدراسة لا من حيث نشأتهما وتطورهما ، بل من حيث الأسباب والعوامل التي يحتمل أن تؤدي إلى حدوثهما ، ذلك أن هناك من الدراسات التي أشارت نتائجها إلى ظهور اضطرابات ومشكلات نفسية على كثير من الأفراد أفرزها الجانب السلبي للتقدم التقني الذي يشهده العالم ، مثل دراسة كل من يونج (Young,1996) ، ودراسة برينر (Brenner,1997) ، ودراسة كروت وزملائه (Kraut et al,1998) ، ودراسة أندرسون (Anderson,1999) .

ونظرا لعدم وجود دراسات كافية -على حد علم الباحثة- خاصة في الدول العربية وعلى الأخص في المملكة العربية السعودية توضح تأثير هذا النوع من المتغيرات على المجتمعات والبشر والعلاقات الإنسانية ، ترى الباحثة أن هناك حاجة ماسة إلى إجراء دراسة مقارنة تتناول الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات الجامعة من المستخدمات وغير المستخدمات للإنترنت ، والتي تعتبر على حد علم الباحثة من أولى الدراسات التي ستجرى على المجتمع السعودي ، وذلك للكشف عن العلاقة بين الاغتراب النفسي والقلق العام واستخدام الإنترنت في المجالات المختلفة ، خاصة لدى طالبات الجامعة .

## مشكلة الدراسة وتساؤلاتها :

تتركز مشكلة الدراسة الحالية في الكشف عن الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت ، كما تكمن مشكلة الدراسة الحالية في التعرف على ما إذا كان سوء استخدام الإنترنت يسبب اغترابا نفسيا وقلقا أم لا .

إن الشعور بالاغتراب مشكلة إنسانية عامة ، وأزمة معاناة للإنسان المعاصر ، كما يمكن أن يكون الشعور بالاغتراب حالة مؤقتة تنتج عن بعض العوامل والظروف النفسية والاجتماعية التي تؤثر على الفرد في فترة معينة في حياته .

( وفاء محمد، ١٩٩٦م:٢١٢) .

إن استخدام شبكة الإنترنت لساعات طويلة والانشغال بها ، قد يقود الفرد إلى مخاطر الانعزال عن المجتمع ويضعف من روابط الاتصال بينه وبين الآخرين ، فهو ينقاد إلى الانعزال ليتواصل عبر شبكة الإنترنت التي لا تقدم سوى بدائل تفشل في إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية ، فينتج عن ذلك اغتراب وقلق الفرد .

إن دراسة الاغتراب النفسي والقلق العام لدى المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت في المجتمع السعودي لم تحظَ باهتمام الباحثين من قبل ، ولم تجرَ على هذه الظاهرة أي دراسة على حد علم الباحثة ، لذلك كان هناك ضرورة لإجراء دراسة علمية تتناول الاغتراب النفسي والقلق العام لدى المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت ، للتعرف على ما إذا كان سوء استخدام الإنترنت يسبب اغترابا نفسيا وقلقا أم لا ، وذلك من أجل تقديم التوصيات المناسبة لإجراء التعديلات والتحسينات من أجل تقليل الآثار السلبية ، وبقاء الإنترنت قوة إيجابية في مجتمعنا إلى الحد الذي يجب فيه على الأفراد أن يستخدموا هذه التقنية الجديدة بأساليب لائقة ومسؤولة ، بحيث يجعلون الوقت الذي يقضونه على الإنترنت وقتا معقولا ، وبدعم السماح للإنترنت بالاستيلاء على وقت الفرد وطاقاته ولمنع الجوانب الأكثر إظلاما من الإنترنت من أن تهدد حياة الفرد .

وتحاول الباحثة التحقق من أضرار استخدام الإنترنت على الجانب النفسي في حدود (اغترابه وقلقه) وذلك بالإجابة عن التساؤلات التالية :



- ١) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت ؟
- ٢) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير السن ؟
- ٣) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير المستوى الدراسي ؟
- ٤) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لعدد ساعات استخدام الإنترنت ؟
- ٥) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت ؟
- ٦) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير السن ؟
- ٧) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير المستوى الدراسي ؟
- ٨) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لعدد ساعات استخدام الإنترنت ؟

## أهمية الدراسة :

تتطلع المملكة العربية السعودية كغيرها من بلاد العالم إلى إيجاد أفضل وسائل التطور التقني (التكنولوجي) ، وذلك من أجل مواكبة الحضارة الحديثة ومسايرة متطلبات العصر وتحدياته التي تدعو إلى مواكبة الحياة الإلكترونية ؛ لذلك فهي تهيب للمواطن السعودي أساليب التطور والتقدم التكنولوجي والعلمي ، وبما أن دخول الإنترنت في المملكة العربية السعودية أصبح من الاهتمامات التي تشغل بال المجتمع السعودي ، كان لابد من الاهتمام بهذه المستجدات التي بدأت تأخذ طريقها إلى هذا المجتمع بما فيها من إيجابيات وسلبيات ومواجهتها ؛ لاستثمارها إلى أبعد مدى ، والكشف عن وضع الإنترنت في المجتمع السعودي اليوم ، وما قد يصاحبه من مشكلات نفسية التي من بينها الاغتراب

النفسي والقلق العام ؛ وذلك نتيجة الاستخدام المفرط للإنترنت الذي قد يؤدي إلى عزل الفرد نفسه عن الأسرة والأصدقاء من أجل البقاء لفترة أطول على الإنترنت .

وتتلخص أهمية هذه الدراسة الحالية بالإضافة إلى ما سبق فيما يلي :

(١) يعتبر الاغتراب النفسي والقلق العام ظاهرتين نفسييتين تستحقان المزيد من الجهد والدراسة ، حتى يتسنى الكشف عن مسبباتهما لمساعدة المتضررين منهما ، وتوخي الحذر من هذه الأسباب ، ومن ثم تجنب الأضرار الناجمة عنها .

(٢) محاولة الإسهام من قبل الباحثة في اقتراح بعض التوصيات ، والكشف عن ما إذا كان الإنترنت يؤثر تأثيرا سلبيا على حياة مستخدميه ، وذلك من خلال النتائج المتوقعة من هذه الدراسة ، وذلك من أجل التخفيف من هذه المشكلات التي قد تتغلب على أفرادها .

(٣) كونها من أوائل الدراسات على مستوى المملكة العربية السعودية -على حد علم الباحثة- وحتى تاريخ إعداد هذه الدراسة التي تناولت الاغتراب النفسي والقلق العام لدى المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت .

### أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن الفرق في كل من الاغتراب النفسي والقلق العام بين المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت من طالبات الجامعة من خلال عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة ، وطبقا لبعض المتغيرات الديموغرافية هي (السن ، المستوى الدراسي ، عدد ساعات استخدام الإنترنت) ، وذلك للتعرف على أكثر الفئات تعرضا لكل من الاغتراب النفسي والقلق العام والتي تكون في حاجة أكثر لخدمات الإرشاد النفسي المناسب .

### مصطلحات الدراسة :

(١) الاغتراب النفسي : Alienation

نقصد الباحثة بالاغتراب النفسي في الدراسة الحالية أنه : حالة مؤقتة تتصف بعدم التوافق بين رغبات الفرد وبين الواقع ، تنتج عن بعض العوامل والظروف الاجتماعية

والنفسية التي تؤثر على الفرد في فترة حياته ، وتبدو مظاهرها في العزلة والانسحاب عن الأسرة والمجتمع .

ويتضمن الاغتراب في هذه الدراسة مجموعة من الأبعاد التي يشملها المقياس المستخدم في الدراسة الحالية الذي أعدته زينب شقير (٢٠٠٢م) حيث أوضحت هذه الأبعاد على النحو التالي:

العزلة الاجتماعية ، العجز ، اللامعيارية ، اللامعنى ، التمرد ، ويتحدد ذلك بالدرجة على مقياس الاغتراب النفسي المستخدم في الدراسة الحالية .

### ٢) القلق العام : Anxiety

تقصد الباحثة بالقلق العام في الدراسة الحالية أنه : حالة من التوتر والانفعال ، يشعر فيها الإنسان بالضيق وعدم السعادة وعدم الرضا وبعدم القدرة على التركيز ، تؤدي به إلى عدم التجاوب مع الآخرين والعجز عن اتخاذ القرار السليم .

ويتضمن القلق في هذه الدراسة مجموعة من الأبعاد التي يشملها المقياس المستخدم في الدراسة الحالية الذي أعده جمل الليل (١٤١٦هـ) حيث أوضح هذه الأبعاد على النحو التالي :

البعد الانفعالي ، البعد العقلي ، البعد الجسمي ، البعد السلوكي ، ويتحدد ذلك بالدرجة على مقياس القلق العام المستخدم في الدراسة الحالية .

### ٣) الإنترنت : Internet

تقصد الباحثة بالإنترنت في الدراسة الحالية أنه : مجموعة من شبكات الحاسبات الآلية ، هذه الشبكات ارتبطت مع بعضها بهدف تكوين شبكة عالمية للاتصالات ، تجمع العالم على أرض واحدة بحيث يستطيع الفرد في أي مكان من العالم تبادل المعلومات والأفكار والثقافات دون قيود .

### ٤) مستخدمات الإنترنت :

يقصد بهن عينة من الطالبات القادرات على استخدام الإنترنت استخداما جيدا ويقضون وقتا مخصصا لاستخدامه .

(٥) غير مستخدمات الإنترنت :

يقصد بهن عينة من الطالبات اللاتي لا يستخدمن الإنترنت لأي سبب من الأسباب وغير قادرات على تشغيله بصورة صحيحة وجيدة .

**حدود الدراسة :**

(١) الحدود الموضوعية :

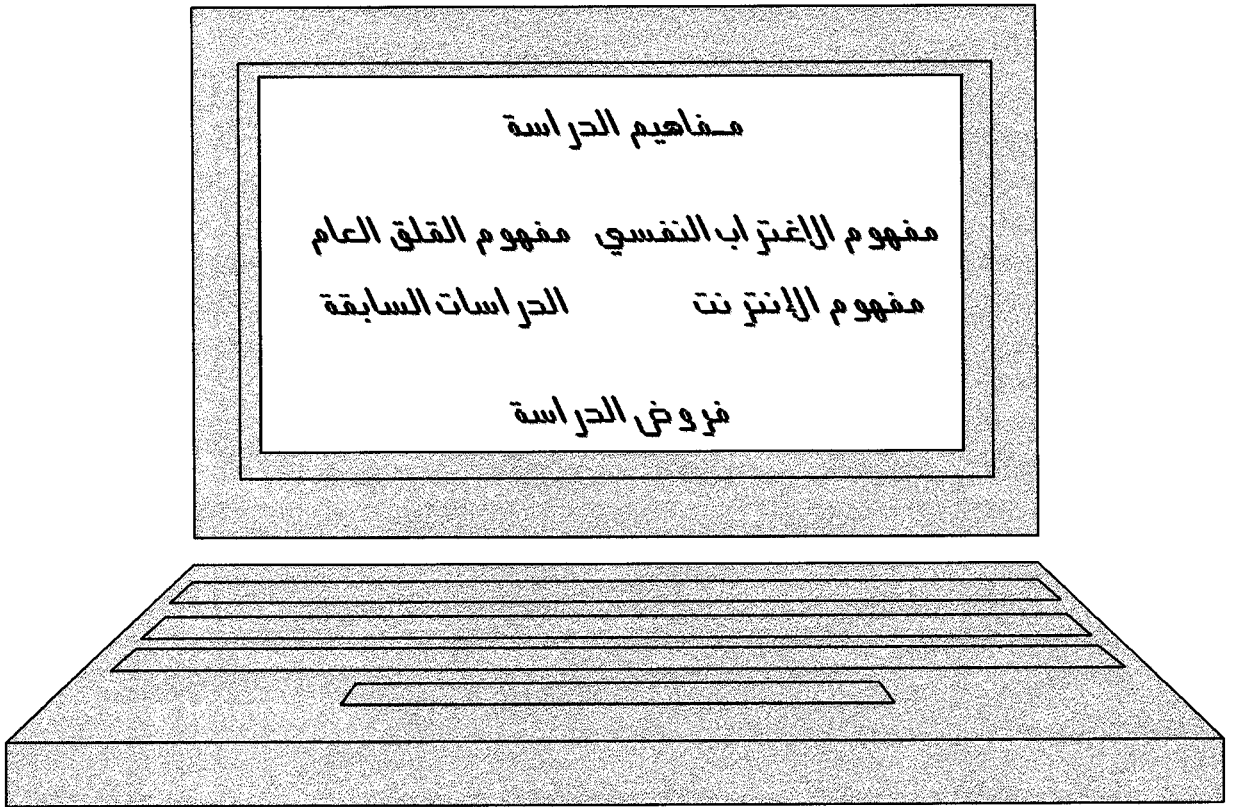
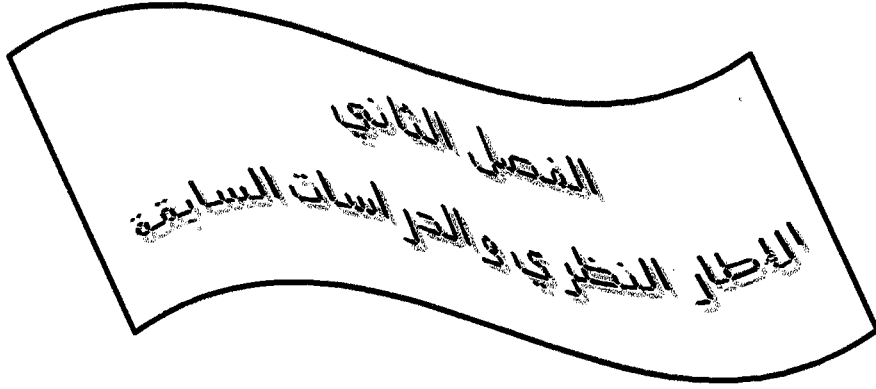
تحددت الدراسة الحالية بموضوع الدراسة وهو الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة من المستخدمات وغير المستخدمات للإنترنت دراسة مقارنة كما حددت بالأداة المستخدمة لهذا الغرض .

(٢) الحدود المكانية :

طبقت هذه الدراسة بداخل جامعة أم القرى للطالبات بمكة المكرمة على عينة من المستخدمات وغير المستخدمات للإنترنت .

(٣) الحدود الزمانية :

طبقت هذه الدراسة ميدانيا على أفراد العينة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (١٤٢٢-١٤٢٣هـ) .



## مفهوم الاغتراب النفسي :

يكتنف مفهوم الاغتراب النفسي كثير من الغموض لثراء محتواه ، ولتعدد مجالات استخدامه ، ولتنوع الأطر والمنطلقات النظرية لمن يتحدثون عنه ، إذ يكاد يمثل ميدان بحث مشترك للكثير من العلوم الإنسانية التي تتخذ من الإنسان محورا لها . (إبراهيم، ١٩٨٧م: ٢٤) . مما يتطلب ضرورة تناول مفهوم الاغتراب النفسي تناولاً تفصيلياً ، وذلك بهدف توضيح المقصود منه ، وتحديد التعريفات التي يستند إليها ، لمحاولة الوصول من قبل الباحثة لتعريف جامع يتوسط بين الإسهاب والإيجاز ، وذلك لتحديد العناصر والأبعاد المطلوبة ، لأن حدود هذا المصطلح تمتد في فروع مختلفة من العلوم وتنشعب في كثير من المجالات ، لذلك سوف نتناول الباحثة مفهوم الاغتراب النفسي من خلال القواميس والمعاجم ، ومن ثم مفهومه لدى علم النفس والاجتماع .

### أولاً : مفهوم الاغتراب النفسي من خلال القواميس والمعاجم :

في قاموس علم النفس أشار زهران (١٩٨٧م: ٣٦) إلى أن كلمة اغتراب تأتي بمعنى تباعد إبعاد . أما منصور (د.ت: ١٩) فقد أشار إلى أن معنى الاغتراب في اللغة العربية يعني الابتعاد عن الوطن . ومعنى غرب : ذهب ، ومنها الغربة أي الابتعاد عن الوطن . وتوحي كلمة الغروب والاغتراب بالضعف والتلاشي فنقول : غربت شمس العمر إذا كانت المرحلة هي الشيخوخة .

ويلقي الرازي (١٩٩٣م: ١٩٧) مزيداً من الضوء على مصطلح الاغتراب عندما يرى أن لفظ (الغربة والاغتراب) في اللغة يكون بمعنى واحد حيث أن الفرد عندما يقال عنه (تغرب) فهو غريب ومنها (اغترب) و(غرب) والجمع (الغرباء) والغرباء أيضاً الأبعاد ، و(أغرب) جاء بشيء غريب و (أغرب) أيضاً صار غريباً . ويقال (اغرب) عني أي تباعد . أما محمود (١٩٩٥م: ١١٨) فيرى أن كلمة الاغتراب تعني العديد من المعاني منها: النزوح عن الوطن ، أو البعد ، أو الانفصال عن الآخرين .

وأشار العوده (د.ت: ١) إلى أن الغربة هي النوى والبعد ، يقال : اغترب غربة ، إذا بعد ونوى غربة بعيدة ، ومما يقرب هذا المعنى النزوح عن الوطن والاغتراب ، يقال : رجل غرب وغريب أي بعيد عن وطنه ، والجمع غرباء .

وجاء في لسان العرب لابن منظور (د.ت:٦٣٨) (غرب) أي بعد . (أغرب) و(غربه) بمعنى التنحي عن الناس . و(الغربة) و(الغرب) : النزوح عن الوطن ، والاعتراب و(الغرباء) الأبعد .

كما أشار نور الدين (٢٠٠١م :١) إلى أنه قد ورد في مقاييس اللغة لابن فارس بأن الغربية البعد عن الوطن ويقال غرب الدار .

كذلك ذكر ابن القيم الجوزية (د.ت:٢١٠) أن الاعتراب : يشار به إلى الانفراد عن الأكفاء وأوضح أن للاعتراب ثلاث درجات : الدرجة الأولى وهي الغربية عن الأوطان ، والدرجة الثانية هي غربة الحال ، وأما الدرجة الثالثة فهي غربة الهمم .

مما تقدم يتضح بأن العرب قد عرفوا الاعتراب ومفهومه على أنه الارتحال والهجرة والابتعاد عن الواقع المحيط والانفصال عنه ، وشعور الفرد بأنه غريب عن ذلك الوسط ويعاني من إحساسه بالاعتراب ، كذلك إن كلمة الاعتراب تعني في معاجم اللغة العربية على اختلافها النزوح عن الوطن ، أو البعد أو الانفصال عن الآخرين .

ويشير حافظ (١٩٨٠م:١٦) إلى أن مصطلح الاعتراب هو الترجمة العربية للكلمة الإنجليزية (Alienation) التي ترجع إلى أصل لاتيني هو (Alienatio) .

كذلك عرض شاخت (١٩٩٥م:٥٣) أصل المعنى الاشتقاقي لمصطلح الاعتراب وذلك في أصله اللاتيني (Alienatio) والذي اشتق بدوره من الفعل (Alienare) بمعنى إبعاد شيء ما ليصبح غريباً عن صاحبه ، وهذا الفعل اللاتيني مشتق بدوره من كلمة لاتينية أخرى هي (Alienus) بمعنى التعلق أو الانتماء إلى شخص آخر . وهذا الفعل الأخير مستمد بصفة نهائية من لفظ (Alius) الذي يعني الآخر. ويتفق رجب (١٩٨٨م:١٧) مع حافظ (١٩٨٠م) وشاخت (١٩٩٥م) في أن الأصل الذي اشتقت منه الكلمة الإنجليزية (Alienation) الدالة على الاعتراب هو الكلمة اللاتينية (Alienatio) .

وتشير فاتن عبد الله (١٩٩٩م:١١) إلى أن دائرة المعارف البريطانية قد حددت الاعتراب بأنه يتضمن الشعور بالعجز ، والشعور باللامعنى ، والعزلة الثقافية ، والعزلة الاجتماعية والشعور باللامعيارية ، والاعتراب عن الذات .

وفي موسوعة العلوم الاجتماعية ذكر مان (١٩٩٩م:٤٧) بأن الاغتراب : هو ضياع الفرد وغربته عن ذات نفسه أو عن المجتمع .

كذلك أشارت فاتن عبد الله (١٩٩٩م:١٠) إلى أن القاموس النفسي الموجز (١٩٨٧م) عرف الاغتراب في علم النفس العام على أنه حالة تتميز فيه علاقات الفرد بالعالم الخارجي بحالة من التضاد بينه وبين ناتج نشاطه هو نفسه والأفراد الآخرين والجماعات الاجتماعية ، ويتم التعبير عن ذلك بخبرات وجدانية مصاحبة بمعنى مشاعر العزلة ، الوحدة ، الرفض ... الخ ، ويتميز الاغتراب بكونه عملية إنتاجية يتحول فيها نشاط الإنسان وخصائصه وقدراته إلى شيء ما مستقل ومسيطر عليه .

**ثانيا : مفهوم الاغتراب النفسي اصطلاحا لدى علماء النفس والاجتماع :**

ذكر حافظ (١٩٨٠م:٩٧) أن الاغتراب : هو شعور بعدم الانتماء والسخط والقلق ، وما يصاحب ذلك من الشعور بفقدان المعنى ، واللامبالاة ، ومركزية الذات ، والاعتراب الاجتماعي وما يصاحبه من أعراض إكلينيكية . ويشير ظاهر (١٩٨٤م:٦٠) بأن لكلمة الغربية تاريخ طويل فقد استعملت في علم النفس لتشير إلى الانفصال عن النفس وعن الغير، وقد استعملت الكلمة في القانون لتدل على انتقال الملكية من شخص إلى آخر. وذكر ظاهر (١٩٨٤م) معنى الغربية بأنها " شعور الإنسان بأنه غريب عن نفسه وعن الآخرين وعن عالمه الذي يقيم فيه " ص ٦٠. و أما إبراهيم (١٩٨٧م) فيعرف الاغتراب بأنه " انفصال الإنسان عن وجوده الإنساني ، ويصاحب هذا الشعور بالانفصال بعض العوامل التي تتمثل في الشعور بالعزلة والتشويؤ واللامعيارية والعجز واللامعنى والتمرد " ص ٣٦ .

ويعرض إبراهيم (١٩٨٧م:٢٩) مقصد فروم بالاغتراب بأنه : انفصال الإنسان عن وجوده الإنساني ، وبعده عن الاتصال المباشر بالأشياء والحوادث ، مما يشعر الشخص بأنه غريب في هذا العالم بل غريب عن نفسه ، وهو نمط من الخبرة يرى فيها الإنسان نفسه كما لو كانت مغتربة عنه . كذلك يعرض إبراهيم (١٩٨٧م) تعريف هورني في الاغتراب فيذكر أنه " هو فقدان الشعور بالوجود الفعال ، وبقوة التصميم في حياته الخاصة ، ومن ثم يفقد الفرد الإحساس بذاته باعتباره كلا عضويا " ص ٣١ .



كذلك أشارت زينب النجار (١٩٨٨م:٢٣) إلى أن حفني (١٩٧٨م) يرى أن الاغتراب هو : شعور الفرد بالضيق وعدم الفاعلية والوحدة والتضاؤل وعدم الانتماء ، وينتج عن ذلك سلوك مدمر تجاه المجتمع ككل ، وتجاه الذات في النهاية ، وسلوك انسحابي من المجتمع بعامة ومن الأفراد الآخرين ، ثم من الذات في النهاية .

وعلى الجانب الآخر يوضح منصور (د.ت:١٩) أنه في المجال الاجتماعي يحدد المجتمع الغريب بأنه من لم يكن من أبنائه وبالتالي فهو غريب غير مرتبط بهم ، ولكن في المجال النفسي قد يكون الإنسان بين أهله وأبنائه ولكن يشعر بأنه غريب ، فالغربة أو الاغتراب يقصد بها اغتراب نفسي لا جسدي .

أما الاهواني (١٩٨٩م:٨) فقد أوضح بأن مفهوم الاغتراب قد تناوله العلماء من زوايا وجوانب مختلفة فقد عرفه سرول (Srolel,1956) بأنه الشعور باللامعيارية وعدم التواء مع المجتمع ، والشعور بالغربة تجاه المجتمع الذي يعيش فيه الفرد . كما تناوله نتلر (Nettler,1964) من خلال الشعور بالغربة تجاه المجتمع وثقافته السائدة فيه . كذلك تناوله فروم (Fromm,1969) باعتباره أن الإنسان يرى نفسه كما لو كانت غريبة ومنفصلة عنه . ويعتبر الاهواني (١٩٨٩م:٧) بأن تعريف سيمان (Seeman,1959) من أوائل التعريفات وأشملها حيث عرف الاغتراب بأنه : مجموعة من المظاهر النفسية يمكن حصرها في الشعور بالعجز وفقدان المعنى وافتقاد المعايير والعزلة والغربة عن الذات .

وأشار دمنهوري وعبد اللطيف (١٩٩٠م:١٢٩) إلى أن مفهوم الاغتراب اصطلاحا يتضمن معان كثيرة منها : حالة اللاوعي ، واللائتماء ، والهامشية ، والسلبية ، واللاموضوعية .

وعرف شيرمان (Sherman,1997:164) الاغتراب على أنه الانعزال ، وهو الانفصال والابتعاد عن المجموعة أو المجتمع الأكبر الذي يكون مصحوبا غالبا بالشعور بعدم الانتماء والإحساس بالغضب من المجموعة .

أما فاطمة السويدي (١٩٩٧م) فقد ذكرت " أما الاغتراب في تعريفه العام فيعني الانفصال وعدم الانتماء ، ويعرف أيضا بأنه وعي الفرد بالصراع القائم بين ذاته والبيئة المحيطة به والمحيطه له ، وبصورة تتجسد في الشعور بعدم الانتماء والسخط والقلق "ص ٣

ويرى كافالكاد (Cavalcade،2001:5) أن الاغتراب هو شعور بالانفصال يمكن أن يأخذ أشكالاً عديدة منها : اغتراب اجتماعي ، أو انعزال ثقافي بالانفصال عن القيم والرغبات الخاصة بالحضارة ، والشعور بعدم القوة ، وبأن أقدار الشخص خارجة عن سيطرته ، وأنه ليس هناك شيء هام على الإطلاق .

مما سبق يتضح لدى الباحثة أن هناك كما هائلا من التعريفات التي تشير إلى مفهوم الاغتراب ، الأمر الذي أحاط هذا المفهوم بكثير من اللبس والغموض . ولكن بالرغم من التنوع في تعريف الاغتراب إلا أن هناك اتفاقا عاما ومشاركيا بين الباحثين ، وهو أن الاغتراب يعني الانفصال ، سواء كان ذلك في المعنى اللغوي أو النفسي أو الاجتماعي ، كذلك يوصف بأنه ظاهرة إنسانية تتولد مع ما يعانیه الإنسان في أي عصر لأن جذوره ليست وليدة الحياة المعاصرة ، فهي تمتد إلى عصور قديمة ، ولذلك يتسع المفهوم مع اتساع العصر الذي نعيشه .

ويتفق كل من حافظ (١٩٨٠م) وإبراهيم (١٩٨٧م) والاهواني (١٩٨٩م) إلى أن الإنسان المغترب سواء عن ذاته أو عن المجتمع أو عن كليهما يصاحب شعوره بالاغتراب جملة أعراض تتمثل في العزلة الاجتماعية ، والشعور بالعجز ، واللامعنى ، واللامعيارية ، واللاهدف ، والعزلة الذاتية . كما يلاحظ أن أغلب التعريفات تتفق على أن الاغتراب يحمل في مظهره أعراضا تتمثل في الشعور بالعزلة الاجتماعية ، واللامعيارية، واللامعنى ، وانعدام الإحساس بالرضا والسعادة .

وفي ضوء ما تم استعراضه حول مفهوم الاغتراب النفسي تمكنت الباحثة من الوصول إلى تعريف يتفق مع الدراسة الحالية فعرفت الاغتراب :  
حالة مؤقتة تتصف بعدم التوافق بين رغبات الفرد وبين الواقع ، تنتج عن بعض العوامل والظروف الاجتماعية والنفسية التي تؤثر على الفرد في فترة حياته ، وتبدو مظاهرها في العزلة ، والانسحاب عن الأسرة والمجتمع ، ويتضمن الاغتراب مجموعة من الأبعاد والتي تتمثل في العزلة الاجتماعية ، العجز ، اللامعيارية ، اللامعنى ، التمرد ، ويتحدد ذلك بالدرجة على مقياس الاغتراب النفسي المستخدم في الدراسة الحالية .

## الجنور التاريخية لمصطلح الاغتراب النفسي :

أشار حافظ (١٩٨٠م:١٩) إلى أنه قد ورد ذكر مفهوم الاغتراب في الكتابات الفلسفية اللاهوتية القديمة ، كذلك جاء ذكر كلمة الاغتراب في تراث العصور الوسطى ، وإن كانت بطريقة عرضية غير مقصودة ، أيضا ظهرت كلمة الاغتراب في نظرية العقد الاجتماعي كأحدى الإسهامات التي قدمها الفلاسفة . كما أضاف حافظ (١٩٨٠م:٢٠) إلى أن الباحثين قد أجمعوا على أن هيغل هو أول من استخدم في فلسفته مصطلح الاغتراب استخداما منهجيا مقصودا ومفصلا ، حيث طرح هيغل مشكلة الاغتراب ، وتلقفها من جاء بعده فأعادوا طرحها على ساحة الفكر المعاصر ، وجاء ماركس الذي يعتبر من رواد البحث الهادف لتحليل مفهوم الاغتراب ، ثم جاء الوجوديون الذين شاركوا ماركس في طرحه لمشكلة الاغتراب ، ومن ثم ظهرت في الأربعينات والخمسينات فكرة الاغتراب على سطح الحياة الثقافية العامة وحظيت باهتمام عدد من المفكرين المعاصرين . ويتفق أحمد (١٩٨١م:٢٤) مع حافظ (١٩٨٠م) على أن هيغل هو أول مفكر يستخدم في مؤلفاته مصطلح الاغتراب ، ولهذا كثيرا ما ينظر إلى هيغل على أنه أبو الاغتراب ، وقد أضاف أحمد (١٩٨١م:٢٤) إلى أن كلا من ماركس ودور كايم كانا من واضعي أسس مفهوم الاغتراب . وأشار كامل (١٩٨٦م:٢٤) إلى أنه في العصور الحديثة يعتبر هيغل أول من رفع مصطلح الاغتراب إلى مرتبة الأهمية الفلسفية . أما ماركس فقد ارتبط مصطلح الاغتراب به ارتباطا خاصا . كذلك قام فروم بدور كبير في تعميم مصطلح الاغتراب ، وفي تطبيقه على قضايا العصر ، فتحدث عن اغتراب الإنسان عن الطبيعة ، والمجتمع ، وعن نفسه . ويؤكد إبراهيم (١٩٨٧م:٢٦) بأن هيغل استخدم لفظ اغتراب بوصفه خاصية وجودية متأصلة في طبيعة وجود الإنسان في العالم . بينما تشير زينب النجار (١٩٨٨م:٢٩) إلى أن حركة ظهور مصطلح الاغتراب وتطوره تحدد بثلاث مراحل أساسية هي : مرحلة ما قبل هيغل ، المرحلة الهيجلية ، مرحلة ما بعد هيغل . من خلال ما سبق تلاحظ الباحثة بأن معظم الباحثين أجمعوا على أن هيغل هو أول من استخدم في فلسفته مصطلح الاغتراب في إطار منهجي ، وأنه هو أول من رفع ذلك

المصطلح إلى مرتبة الأهمية الفلسفية ، وحوّل مصطلح الاغتراب إلى مفهوم دقيق ، بالإضافة إلى أن كثيرا من الباحثين اعتبروا هيجل أبا الاغتراب وذلك بالرغم من أن كلمة الاغتراب كانت موجودة من قبله في التراث القديم .

## نظريات الاغتراب النفسي :

تعددت أسباب الاغتراب النفسي وتنوعت ، وذلك لظهوره في كل العصور قديما وحديثا ، فهو مشكلة إنسانية عامة تعبر عن معاناة الفرد خلال وجوده في هذه الحياة، وقد تناولت نظريات الاغتراب ظاهرة الاغتراب من زوايا متنوعة يمكن التحدث عنها بصورة موجزة على النحو التالي :

(١) نظرية اغتراب الشباب لـ كينستون The Adult Alienation theory of Keniston أشارت فاطمة السويدي (١٩٩٧م:ت) إلى أن كينستون يرى أن هناك أسبابا ذاتية وأسبابا موضوعية تؤدي إلى الاغتراب ، ويعزو الأسباب الذاتية إلى عوامل نفسية ديناميكية تحدث في نمو الفرد ، أما الأسباب الموضوعية فهي الظروف المحيطة بالفرد وما يكونها من عوامل حضارية وثقافية واجتماعية وسياسية واقتصادية . وأشارت سميرة أبكر (١٩٨٩م:٢٤) إلى أن كينستون أوضح بأن الاغتراب يحدث في مختلف المجتمعات باختلاف أنماطها الثقافية والسياسية والاجتماعية ، نتيجة تضافر العوامل الاجتماعية المحيطة بالفرد مع خبرات الطفولة التي عايشها فيتشكل ناتج عبارة عن جملة من أعراض الاغتراب .

(٢) نظرية إرادة المعنى في الحياة لـ فرانكل

### Theory of Meaningfulness in life of Frankle

تناول فرانكل مفهوم الشعور بالاغتراب من خلال فكرة إرادة المعنى في الحياة ، حيث يرى أن معظم مشاكل الإنسان في العصر الحديث هي مشكلة البحث عن معنى الحياة التي يعيشها، وليس مجرد إشباع للحاجات الأولية فقط ، ويأتي الشعور بالاغتراب عندما يشعر الفرد بأن إرادة القوة ، أو إشباع الحاجات الأولية (مبدأ اللذة) هي التي تسود منطق الحياة في العلاقات الاجتماعية مع أفراد المجتمع ، حيث تحل إرادة القوة أو الاختيارات الأخرى محل مفهوم إرادة المعنى ؛ وعندما يفشل الفرد في إيجاد معنى لحياته

فإنه يشعر بما يسمى الفراغ الوجودي ، ويبحث عن البديل الذي يتمثل في إرادة القوة أو اللذة ، وبذلك يشعر بالاغتراب . (الاهواني، ١٩٨٩م: ٢٨) .

٣) نظرية التحليل النفسي لـ فرويد The Psychoanalytic theory of Freud يرى فرويد بأن الاغتراب ينتج أساسا عن حاجات الحضارة ومتطلباتها والتي جاءت على نحو يتعارض مع إشباع رغبات الفرد ، ويعتقد بأنه لا يمكن حل التناقض القائم بين سعي الإنسان لتحقيق ميوله وإشباع رغباته بشكل حر ومطلق من جهة وبين الضروريات الاجتماعية والحضارة من جهة أخرى . (عباس، ١٩٩١م: ١٥٠) . وقد ذكر فرويد أن الشعور بالاغتراب يكون نتيجة الانفصال عن الأنا عندما يتوحد الفرد مع أحد الجانبين على حساب الجانب الآخر . (الاهواني، ١٩٨٩م: ٢٢) .

٤) نظرية الحرية لـ فروم The theory of Freedom of Fromm يرى فروم أن المجتمع هو المسؤول عن بناء الشخصية ، وذلك لأن الفرد يولد مزودا بعدد من الدوافع في مجال اجتماعي له متطلباته ، ومن خلال العلاقة التي تنشأ بين الطرفين يحدث الاغتراب . وقد اهتم فروم بتحليل شخصية الإنسان الحديث حيث اهتم بمشكلة التفاعل بين العوامل النفسية والعوامل الاجتماعية ، من أجل فهم ما يعانيه الإنسان من أزمات ثقافية واجتماعية ، وهي تعتبر في نظر فروم مصدرا أساسيا ومباشرا لسلب حرية الإنسان المعاصر واغترابه . وكذلك أوضح فروم أن الإنسان جاهد طويلا لينال الحرية ولكنه بقدر ما نال منها فإنه لم يزد بها إلا شعورا بالعجز واللاقيمة والعزلة . (سميرة أبكر، ١٩٨٩م: ٢٧) .

٥) نظرية أزمة الهوية لـ أريكسون The theory of Identity Crisis of Arikson تقوم على فكرة محورية هي تطور هوية الأنا كنفويض لتشتت الأنا ، وتعني موقف الفرد الواضح تجاه العالم وفهمه الواضح لدوره ، وهو يرى أن ذلك أمرا صعبا للغاية في عالم سريع التغيير اجتماعيا ، حيث الفجوة بين الأجيال التي تجعل أدوارهم المتوقعة مختلفة ، ويكون الاغتراب هو تشتت الأنا الناتج عن عدم القدرة على صياغة وتطوير وجهة نظر متماسكة نحو العالم وموقف الفرد منه . (زعتري، ١٩٩٠م: ٣١) .

وهكذا نجد أن فروم يتفق مع أريكسون في أن الاغتراب ينتج عن الفشل في التوافق مع العالم المحيط بالفرد .

#### ٦) نظرية هورني Theory of Horney

ذكرت هورني أن أسباب الاغتراب لدى الإنسان ترجع إلى ضغوط داخلية ، حيث يصبح المغترب غافلا عما يشعر به وعما يحبه أو يرفضه أو يعتقد ، ويصبح عاجزا عن اتخاذ قراراته حيث لا يعرف حقيقة ما يريد ، كما يعيش في حالة من اللاواقعية واللامبالاة ، كما أن شعوره بالاغتراب يؤدي إلى شعوره بالألم والحزن واليأس ، وإلى عدم فعاليته في هذه الحياة . (حكيمة الطويل، ١٩٩١م: ٣) .

#### ٧) نظرية الانفتاح لـ جيرارد Theory of Obenness of Gerard

إن المحور الرئيسي لهذه النظرية هو عملية انكشاف الذات وانفتاحها ، والتي تعني قدرة الفرد على أن يصبح معروفا للآخرين ، وبذلك فإن انكشاف الذات دال على التوافق النفسي وعلى صحة الفرد النفسية ، وبالمقابل فإن انعدام الشفافية والانفتاح يعني الاغتراب عن الآخرين ، والذي قد يعتبر السلوك المرجعي الأساسي للاغتراب عن الذات ، لأن محاولة الفرد إخفاء حقيقته ، تجعله يأتي بحيل دفاعية تبدد طاقاته بدلا من أن يستغلها في نواح بناءة لتحقيق ذاته ، ولذا فإن نمو الشخصية يتوقف على كشف الذات . وعند جيرارد فإن الاغتراب يحدث نتيجة لانفصال الذات الواقعية عن الذات المتكشفة ، وبالتالي فإن أفعال الفرد لا تتفق مع ذاته الواقعية . (سميرة أبكر، ١٩٨٩م: ٣١) .

#### ٨) نظرية الذات لـ روجرز The Self theory of Rogers

هناك علاقة وثيقة بين نظرية الذات وجذور الاغتراب ، فمن الافتراضات الأساسية لهذه النظرية أن الشخص يناضل من أجل البقاء على مفهوم ملائم للذات ، وهو يفعل ذلك في تفاعلاته المستمرة مع الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة ، وحينما تعود تلك التفاعلات بالفائدة وذلك بإبقاء صورة ملائمة للذات ، فإنه يستمر في قضاء وقته ومجهوده في مثل هذا السلوك مع الآخرين ، وحينما يفشل في الحصول على الاعتراف الاجتماعي، وفي تكوين صورة ملائمة لذاته ، فإنه يميل إلى الانسحاب من ذلك النشاط .

(عمر، ١٩٨٩م: ١٨) .

من العرض السابق تلاحظ الباحثة أن الشعور بالاغتراب تنوعت أسبابه وتعددت بين عوامل نفسية ذاتية وعوامل اجتماعية بيئية ، وقد قدمت النظريات المختلفة تصورا شاملا للاغتراب وذلك بإظهار البواعث المسببة له ، فمنهم من يرى أن الشعور بالاغتراب يأتي نتيجة عوامل نفسية مرتبطة بنمو الفرد ، وعوامل اجتماعية مرتبطة بالمجتمع الذي يعيش فيه ، مما تجعله غير قادر على التغلب على مشكلات الحياة . كذلك لوحظ أن بعضهم قد أرجع حدوث الاغتراب إلى التفاعل بين العوامل النفسية والعوامل الاجتماعية ؛ كما أن بعض العلماء أمثال فروم و كينستون و أريكسون قد ركزوا اهتمامهم على النواحي النفسية للفرد ، وأغفلوا الواقع الاجتماعي الذي يشكل حياة الفرد . إلا أن جميع الباحثين في علم النفس والتربية والاجتماع والفلسفة قد اتفقوا على أن الشعور بالاغتراب يعتبر ظاهرة نفسية اجتماعية ومشكلة إنسانية عامة ، وأن أسباب الاغتراب تتراوح بين الطبيعة الإنسانية والعلاقة بالطبيعة البيئية ، وهي في مجملها تشير إلى شعور الفرد المغترب بعدم التوافق مع المحيط الذي يعيش فيه وأن هذا المحيط غير حريص على إشباع حاجاته .

### أنواع الاغتراب النفسي :

تعددت أشكال الاغتراب وتنوعت فنرى أن بشاي (١٩٨١م:١١٤) أشار إلى أن هناك

أنواعا للاغتراب وهي :

- ١) الاغتراب عن النفس : وقوامه انطفاء الإحساس بالهوية .
- ٢) الاغتراب عن الجماعة : ويتضح ذلك من خلال أسلوب حياة الفرد الذي يشير إلى نفوره من الجماعة والابتعاد عنها .
- ٣) الاغتراب الثقافي : والذي يتضح من خلال تبني الفرد نمونجا ثقافيا ، بينما يعيش واقعا ثقافيا آخر ينتمي إليه .
- ٤) الاغتراب عن الحاضر : والذي يتضح من خلال عدم القدرة على مواجهة الحاضر بمتغيراته وتحدياته ومن ثم يعود الفرد إلى الماضي والتشبث به واسترجاع أسلوب الحياة السائدة في الماضي .

أما فريترز (Fritz,2000:2) فقد رأى أن هناك ثلاثة أنواع من الاغتراب وهي :  
الاغتراب عن النفس ، الاغتراب عن المحيطين ، الاغتراب عن العالم ، ويرى أن هذه  
الأنواع الثلاثة مرتبطة مع بعضها حيث إن الفرد في العصر الحديث الذي نعيش فيه  
يصبح غريبا عن نفسه ، وفي نفس الوقت ينعزل عن الأفراد المحيطين ، وأخيرا يتعرض  
للاغتراب عن العالم الذي يعيش فيه .

كذلك قسم منصور (د.ت:٢٣) الاغتراب إلى نوعين :

(١) الاغتراب الشامل : وهو الذي يشعر فيه الفرد بأنه غريب عن كل شيء ، وإذا ظهر  
هذا النوع من الاغتراب لدى الإنسان فهو إما أن ينتهي به إلى الجنون أو الانتحار أو  
الانحراف الخلقي ؛ لشعوره بالعبث من الوجود أو الحياة ، وعدم إيمانه بالقيم الدينية أو  
الخلقية أو الفكرية .

(٢) الاغتراب الجزئي : وهو شعور الفرد بأنه لا ينتمي إلى مؤسسة اجتماعية أو فكرية  
معينة ، فقد يشعر الإنسان بالاغتراب السياسي أي عدم شعوره بالانتماء لدولته ، أو قد  
يشعر الإنسان بالاغتراب العرقي أي اغترابه عن أسرته أو قبيلته .

أما عمران (١٩٩٠م:١٢٥) فيرى أنه يجب التفرقة بين نوعين من الشعور  
بالاغتراب ، الأول : هو الاغتراب الشخصي ، ويحدث حينما يجد الشخص أن هناك فرقا  
بين ما يقوم به يوميا من سلوك وتصرفات ، وبين شخصيته الحقيقية ، أي أن هناك عدم  
توازن بين ذاتية الفرد وسلوكه اليومي .

والثاني : هو الاغتراب الاجتماعي ، ويحدث حينما يشعر الفرد بأنه منعزل عن الآخرين  
سواء عن الأسرة أو الأقارب أو الأصدقاء أو الزملاء في العمل أو الرؤساء .

بينما يرى دمنهوري (١٤١٧هـ:١٠) أن الاغتراب قد يكون سويا ، وهو اغتراب  
المفكرين والفلاسفة والمبدعين والمبتكرين في العلم والفن والأدب ، وقد يكون لا سويا ،  
حيث يتخذ أشكالا متعددة منها الاغتراب الديني ، الاغتراب الاقتصادي ، الاغتراب  
السياسي .



وذكر حسين (١٩٩٩م:٢) بأن أنواع الاغتراب النفسي هي :

الاغتراب الطبقي ، الاغتراب الاجتماعي ، الاغتراب المرضي النفسي ، الاغتراب الديني ، الاغتراب الحضاري ، الاغتراب الكوني ، الذي جعله أهم نوع وذلك لأنه قد يكون نتيجة سببية للأنواع السابقة .

كما أضافت زينب شقير (٢٠٠٠م:١٥٠) بأن للاغتراب أنواعا عديدة منها :

الاغتراب النفسي (الذاتي) والاجتماعي والسياسي والاقتصادي والمهني و الديني والعقائدي والفكري والمذهبي .

كذلك نرى بأن السيد (٢٠٠١م:٢) ذكر بأن هناك أنواعا للاغتراب مثل :

(١) اغتراب الذات : وهو الذي يغترب فيه الفرد عن كل ما يحيط به وعن ذاته نفسها .  
(٢) الاغتراب عن الآخرين : وهو الذي ينظر فيه الفرد إلى الآخرين على أنهم أعداء يحاولون نزع حرите .

(٣) اغتراب الموت : والذي يفقد فيه الفرد الأمل في المستقبل ، بحيث يشعر بأنه لم يعد هناك أمل في أي شيء ، وأن كل لحظة يعيشها تقربه أكثر من الموت .

ومما سبق يتضح لدى الباحثة بأن ظاهرة الاغتراب قد تعددت وتوعدت لدى مجموعة من الباحثين ، ولكن اتفق الأغلبية على أن للاغتراب مجالات عديدة منها : الاغتراب الاجتماعي ، والاعتراب السياسي ، والاعتراب الاقتصادي ، والاعتراب الديني . ويتفق السيد (٢٠٠١) مع زينب شقير (٢٠٠٠م) على نوعين من الاغتراب وهما الاغتراب عن الذات، والاعتراب عن الآخرين .

وأخيرا يلقي دمنهوري (١٤١٧هـ:١١) الضوء على أنواع الاغتراب وذلك بتأكيديه على أن الاغتراب من منظور نفسي هو الحصيلة النهائية للاغتراب في أي شكل من أشكاله .

### أسباب الاغتراب النفسي :

أوضح منصور (د.ت:٢٢٠) بأن أسباب الاغتراب النفسي ترجع إلى أسباب خارجية عامة في العالم كله ، وأسباب داخلية خاصة بكل مجتمع ، وأسباب تخص الأفراد كلا على حدة . فأما الأسباب الخارجية العامة في العالم كله ، فقد نكر بأنها تتضمن التيارات

الفكرية العالمية ، والاستعمار وأثره في الأوضاع العالمية سياسيا واقتصاديا واجتماعيا وثقافيا ، وفقدان الإيمان وانتشار الإلحاد وأثر التكنولوجيا على الأفراد . وأما الأسباب الداخلية الخاصة بكل مجتمع فهي تتبع من ظروفه الخاصة به والمتعلقة بتاريخه ووضعها السياسي والاقتصادي والثقافي ، وهذه الأوضاع قد تكون هي المؤثرات التي تحدد حالة المجتمع والفرد اجتماعيا ونفسيا . وأما الأسباب التي تخص الأفراد ، فهي تتعلق بالوضع التربوي للفرد والذي له نصيب كبير في توجيهه وجهة معينة سواء كانت وجهة صائبة أو خاطئة ، وكذلك تتعلق بالوضع النفسي والعقلي للفرد ، ودوره في توافقه أو تنافره مع المجتمع ، إضافة إلى وضع الفرد البيولوجي والفسولوجي أي وضعه الصحي العام . هذه هي الأسباب التي يرى فيها منصور (د.ت) بأنها كافية لتأصيل الشعور بالاغتراب لدى الفرد .

وقد أرجعت وفاء محمد (١٩٩٦م:٢٠٩) أسباب الاغتراب النفسي إلى الظروف الاقتصادية والاجتماعية الضاغطة التي يمر بها المجتمع ، فهي تؤثر على الفرد بحيث يشعر بالاغتراب النفسي ، والانعزال ، والانفصال عن المجتمع ومشاركة الآخرين . وتستطرد وفاء محمد (١٩٩٦م) توضيحها لأسباب الاغتراب فتذكر أنه يمكن القول بأن شعور الفرد بالاغتراب يحدث نتيجة لعدم الانتماء ، والتفكك الأسري ، كذلك أوضحت أن من أهم أسباب الشعور بالاغتراب التنشئة الاجتماعية الخاطئة ، وعمليات التغيير الاجتماعي والتقدم الحضاري والحياة المعاصرة وعدم قدرة الإنسان على القيام بالأدوار الاجتماعية بسهولة ، واتساع الفجوة بين الأجيال ، أي بين الأبناء والآباء ، أو بين الفرد والمجتمع الذي يعيش فيه ، واختفاء كثير من القيم التي كانت موجودة في الماضي مثل التعاطف والتراحم والمحبة .

بينما حددت فاطمة السويدي (١٩٩٧م:٤) أسباب الاغتراب النفسي في عدة عوامل : العامل الاقتصادي ، العامل الاجتماعي ، العامل البيئي . فالعامل الاقتصادي أشارت فيه إلى أن السبب الحقيقي وراء الاغتراب النفسي في ذلك العصر هو الطبقة الاقتصادية وما يقترن بها من ظروف اجتماعية . وأما العامل الاجتماعي فقد ذكرت فيه أن الظروف الاجتماعية هي من أهم المؤثرات الأساسية في حياة الفرد ، فهي التي يمكن أن تحقق التوافق الاجتماعي وهي التي يمكن أن تنبذ الفرد وترفضه وتتخلى عنه ، ونتيجة لتلك

الظروف الاجتماعية يظهر الاغتراب النفسي بين أفرادهِ . وأما العامل البيئي فقد أشارت فيه إلى أن الهجرة سبب مباشر في الإحساس بالاغتراب النفسي ، وذلك لما فيه من عجز التجاوب مع الأوضاع العامة السائدة في المجتمع الجديد الذي يعيش فيه، والثقافة التي يفترض أنه ينتمي إليها وذلك حيث يضطر الفرد للرحيل إلى البلاد المفتوحة مرغما ، فالظروف البيئية المخالفة ، والتغيرات الجذرية التي يشهدها الإنسان تؤدي إلى اختلال معايير الفرد وقيمه ، وتزيد من حدة اغترابه وعدم توافقه مع الإطار الثقافي العام للمجتمع .

ويشير حسين (١٩٩٩م:٢) إلى أن مسببات الاغتراب النفسي تتمثل في المسببات الاجتماعية والمسببات الحضارية ؛ فالمسببات الاجتماعية هي التي تشكل ضغطا ضد التقدم الذي تطمح إليه الذات الإنسانية في تحقيق سعيها الحثيث إلى الأمام . وأما عن المسببات الحضارية فقد ذكر بأن تلك المنجزات الحضارية تخلق حس الاغتراب لدى الفرد ، لأن الواقع يكشف بأن هذه المنجزات تتحول إلى قيود تقوم بتكبير الإنسان ومحاصرته .

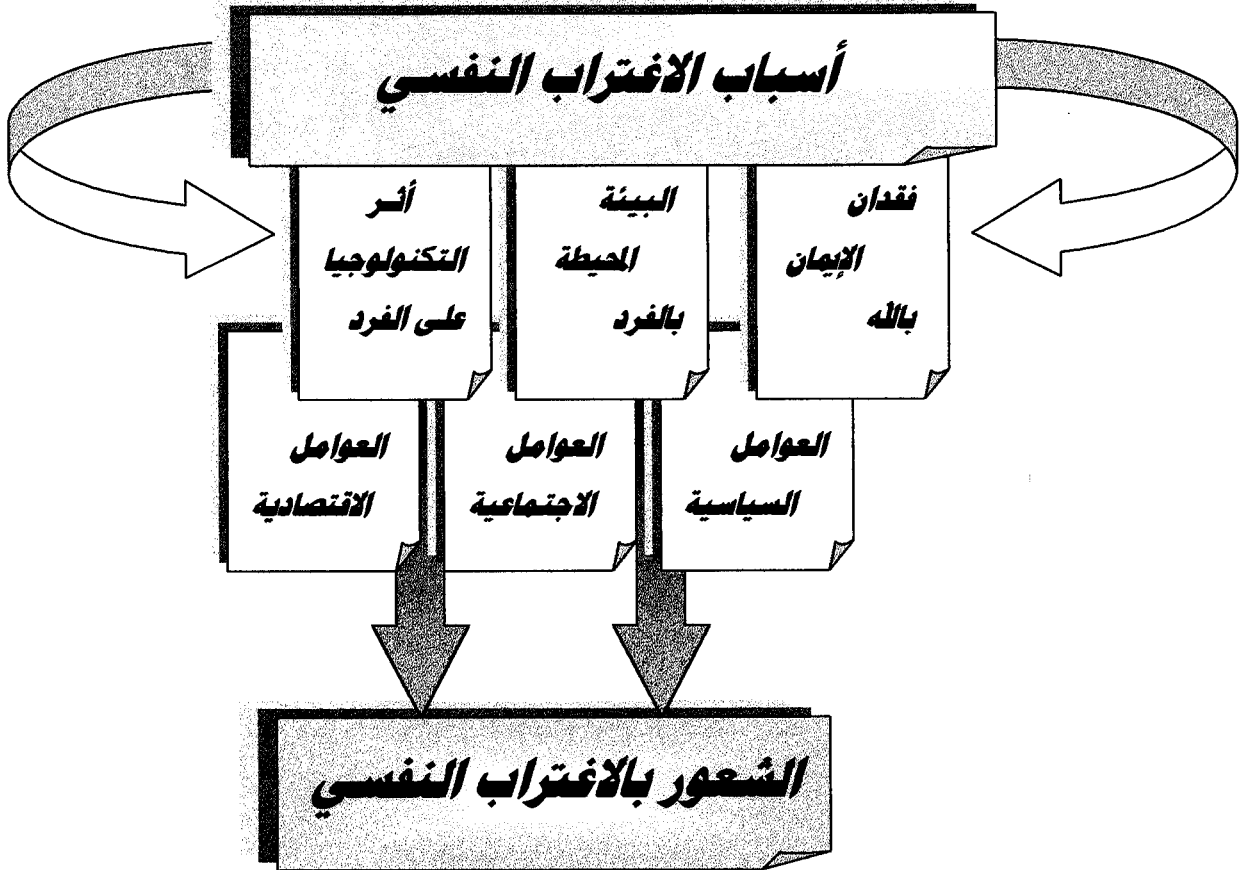
وقد لخص عنوز (١٩٩٩م:٣٤٧) أسباب الاغتراب النفسي في التقدم التقني والصناعي ، وانخفاض مستوى التفاعل الاجتماعي ، وقصور في العلاقات الإنسانية ، وجعلها جميعا أسبابا للاغتراب النفسي .

وأشارت فاتن عبد الله (١٩٩٩م:٢٣) إلى أن من أسباب الاغتراب النفسي فقدان الإيمان بالله بحيث تصبح الحياة مليئة بالتناقضات ، خالية من المعاني السامية والقيم الإنسانية النبيلة . وتستخلص الباحثة من خلال ما سبق أن أغلب الباحثين اتفقوا على أن التقدم الحضاري والحياة المعاصرة هي من أهم أسباب الشعور بالاغتراب النفسي ، وتؤيد الباحثة أن التقدم التكنولوجي والتغيرات التي يشهدها الإنسان في هذا العصر قد لعبت دورا فعالا وحاسما في شعور الفرد بالاغتراب النفسي ، علاوة على أن الظروف البيئية والاجتماعية والسياسية والاقتصادية هي عوامل متشابكة تؤدي إلى اختلال معايير الفرد وقيمه بحيث تزيد من شعوره بالاغتراب النفسي ، ومما لا شك فيه أن الإنسان يتفاعل مع عمليات التغير الاجتماعي حيث إن لكل مجتمع صفات ثقافية واجتماعية تميزه عن غيره ،

بحيث لا يمكن إغفال أثر ذلك المجتمع الذي يؤثر على كل فرد من أفرادهِ بدرجات متفاوتة من التأثير والفاعلية ، والشكل رقم (١) يوضح أسباب الاغتراب النفسي ملخصاً لما ذكر .

شكل رقم (١)

أسباب الاغتراب النفسي .



مظاهر الاغتراب النفسي :

تناول العديد من الباحثين ظاهرة الاغتراب النفسي والتي تتضمن العديد من مظاهر الاغتراب التي يعاني منها الإنسان .

ويشير الالهواني (١٩٨٩م:١٧) إلى تناول دين و ميدلتون و نترلر بعض مظاهر الشعور بالاغتراب المتمثلة في العجز ، اللامعنى ، اللامعيارية ، العزلة والغربة عن الذات وعن الحياة الاجتماعية والسياسية ، وأضاف جوزيفسون مجموعة أخرى من

المظاهر وهي فقدان الذات ، القلق ، اليأس ، فقدان الهوية الشخصية ، اللامبالاة ، الوحدة ، التساؤم ، والتخلي عن المعتقدات أو القيم . كما يرى الالهواني (١٩٨٩م) بأنه يمكن الاتفاق على مظاهر الاغتراب بأنها :

(١) الشعور بالعجز : والتي يكون الفرد فيها غير قادر على التأثير في المواقف الاجتماعية المحيطة به ، ولديه شعور بعدم القدرة على مواجهة أمور حياته الخاصة ومشاكل الحياة اليومية .

(٢) اللامعنى : والذي يتوقع الفرد فيه بأنه لا يستطيع التنبؤ بدرجة كافية بنتائج السلوك الذي يقوم به ، وأن معظم أمور الحياة فقدت دلالتها ومعناها لديه .

(٣) اللامعيارية : والتي يلجأ فيها الفرد إلى استخدام أساليب غير مشروعة ، وغير متفق عليها اجتماعيا لتحقيق أهدافه .

(٤) العزلة الاجتماعية : والتي يشعر فيها الفرد بالانفصال بين قيم وثقافة المجتمع الذي ينتمي إليه ، وبين ما يعتقد ويؤمن به ، مما يجعله ينسحب عن المشاركة في كافة الأنشطة الاجتماعية .

(٥) التشيؤ : وهو شعور الفرد بأنه ليس لديه قيمة حقيقية ، أو كيان وإرادة حرة تمكنه من تأكيد ذاته .

وذكر محمود (١٩٩٥م:١٢١) بأن مظاهر الاغتراب النفسي تتمثل في :

(١) الشعور الدائم بالملل واليأس والقلق والخوف وعدم القيمة .

(٢) الانفصال عن الآخرين .

(٣) عدم القدرة على تكوين العلاقات مع الغير .

(٤) الاغتراب عن المجتمع .

وأوضحت وفاء محمد (١٩٩٦م:٢١١) أن العديد من الباحثين قد وصفوا مظاهر

الاغتراب النفسي في صورة مسميات سلوكية للفرد ، فقد حدد سيمان بأن مظاهر الاغتراب النفسي هي العزلة الاجتماعية ، اللامعنى ، اللامعيارية ، العجز ، اغتراب الذات .

وألفت فاتن عبد الله (١٩٩٩م:٢٥) الضوء على مظاهر الاغتراب النفسي حيث

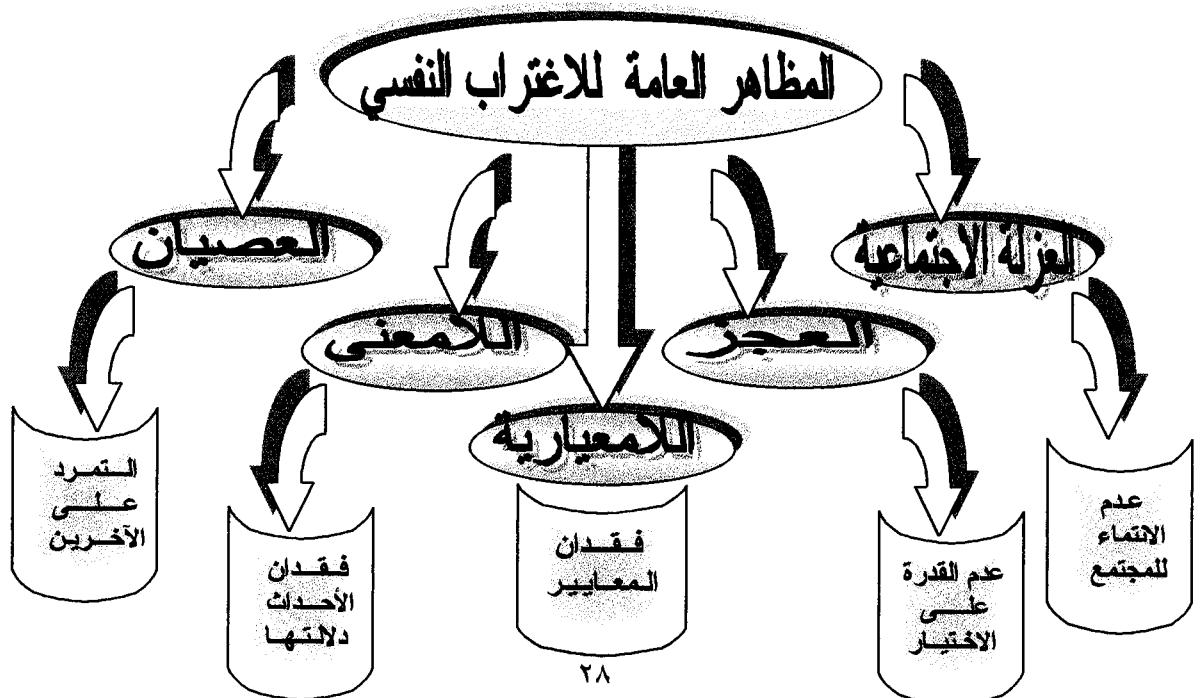
ذكرت بأن هناك مجموعة من الباحثين اتفقوا اتفاقا عاما بأنها انفصال إما عن الذات ، أو

عن الواقع الخارجي ، أو باجتماعهما معا كركنين أساسيين للشعور بالاغتراب ، فمن حيث الذات تبدو مظاهر الشعور بالاغتراب على شكل قلق ، توتر ، اضطراب عصبي ونفسي قد يصاحبه حالة من الآلام العصبية ، والمرض النفسي ، أما من حيث الواقع المعاش فيكون فيه الاغتراب متمثلا في ظواهر اجتماعية متعددة ك انفصال الفرد عن أفراد المجتمع ورفضه لثقافة وحضارة مجتمعه ، ووجود قيم اجتماعية لا أخلاقية كالنفاق والرياء ، ويصبح شعار الشخص المغترب هو (الغاية تبرر الوسيلة) ، لذا يصبح الشخص داخل مجتمعه لا يشعر بالأمن ولا بالانتماء ، ويفقد القدرة على التواصل مع الآخرين ، وتستطرد فاتن عبد الله (١٩٩٩م) بقولها " والشعور بالاغتراب يجعل الشخص المغترب يفقد ثقته بذاته ويصاحبه شعور بالذنب والاكنتاب والدونية والعجز والتشويؤ والإحباط " ص ٢٥ .

وبناء على ما سبق تلاحظ الباحثة بأن مظاهر الاغتراب النفسي تتمثل في شعور الفرد بعدم السعادة ، والملل ، وفقدان الحماس للحياة ، وفقدان الثقة بالنفس ، بالإضافة إلى التمرکز حول الذات ، وذلك على حساب الواقع الخارجي ، كذلك من مظاهره الشعور بالقلق ، والإحساس الشخصي بأنه مختلف عن الآخرين ، وأنه لا يستطيع أن يتكيف معهم بدرجة ملائمة فهو يشعر بالبعد عن الآخرين حتى وإن وجد بينهم ، والشكل رقم (٢) يوضح المظاهر العامة للاغتراب النفسي ملخصا لما ذكر .

### شكل رقم (٢)

المظاهر العامة للاغتراب النفسي .



## الآثار الناتجة عن الاغتراب النفسي :

لا شك أن للاغتراب النفسي آثارا سيئة تنعكس على الفرد وعلى المجتمع ، فقد يشعر الفرد بالنفور والضيق ، ويلاحظ عليه ذلك من خلال سلوكه ، مما يؤدي إلى تفكك في بناء المجتمع وقيمه ، حيث تمتد آثار الاغتراب النفسي إلى كل من المستوى الفردي والمستوى الاجتماعي .

وقد أوضح منصور (د.ت:٣٥٠) آثار الاغتراب النفسي على المستوى الفردي والمستوى الاجتماعي فحدد آثار الاغتراب على المستوى الفردي في نقاط رئيسة وهي :

(١) الشعور بالاغتراب يؤدي إلى الضيق النفسي .

(٢) يشعر الإنسان المغترب بانفصاله عن الواقع .

(٣) يعاني المغترب من مشكلة نفسية اجتماعية .

(٤) يؤثر الاغتراب في السلوك فيوجه الفرد إلى وجهة تختلف عن المؤلف .

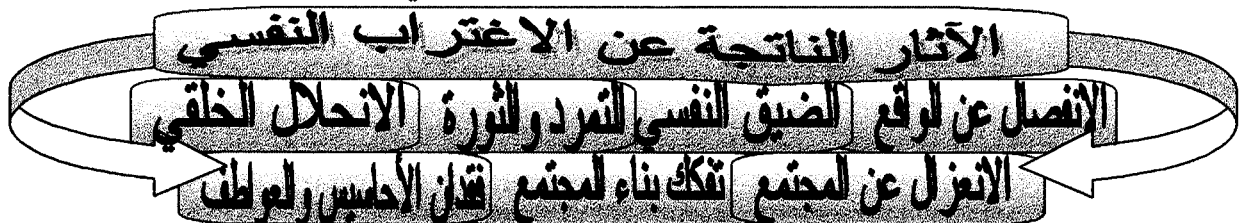
(٥) دعوة المغترب إلى التمرد والثورة وذلك من خلال إنتاجه الفكري .

وأما على مستوى المجتمع فقد أوضح بأنه ذو أثر سلبي خطير على كيان المجتمع ، حيث يتجزأ إلى قطاعات متعادية لا رابطة بينها ، وبالتالي يصبح فاقدا للوحدة الفعلية التي لا كيان له بدونها ، كذلك يفقد المجتمع شخصيته الثقافية ويصاحب ذلك ظواهر سلبية من أهمها الانحلال الخلقي .

أما الياسين (١٩٨٥م:٢٠) فيرى أن الاغتراب النفسي يسبب فقدان الأحاسيس والعواطف ، والنفور من البيئة الاجتماعية ، ويؤدي إلى خلق مشاكل في المعيشة ، وذلك من خلال عزل الفرد عن بقية المجتمع ، واغترابه عن بيئته الاجتماعية ، وتدهور اهتمام الفرد في النشاطات الاجتماعية ، وانسحابه ورفض القيم الشائعة في المجتمع ، لذلك فإن خطورة الاغتراب النفسي تكمن في ظهور مشاكل خطيرة أمام الأفراد والمجتمع عامة ، والشكل رقم (٣) يوضح الآثار الناتجة عن الاغتراب النفسي ملخصا لما ذكر .

شكل رقم (٣)

الآثار الناتجة عن الاغتراب النفسي .



## ب) القلق العام : Anxiety

مقدمة:

عانى الإنسان قديما وحديثا من القلق الذي يتفاوت بلا شك في انتشاره وشدته ووقعه على الفرد من مجتمع لآخر ، وذلك بسبب تغير طبيعة الحياة ، فالقلق ظاهرة إنسانية واكبت حركة الإنسان على الأرض منذ بداية الخليقة ، وإن اختلفت مصادره باختلاف الظروف الاجتماعية والحضارية التي عاشها الإنسان ، لذلك ترى الباحثة بأن القلق في هذا العصر أصبح من أخطر الظواهر المؤثرة على الصحة النفسية . فبالرغم من التقدم العلمي والتكنولوجي في جميع المجالات ، والتي سهلت للإنسان دروب الحياة والمعيشة وحققت له الرخاء ، إلا أنه لم ينعم بالحياة الهادئة الهنيئة ، فقد افتقد الإنسان في هذا العصر إلى أهم مقومات الراحة النفسية ، ألا وهي الأمن والطمأنينة النفسية ، ذلك أن التقدم العلمي والتكنولوجي اقتصر على الجانب الجسدي وأهمل الجانب الروحي الذي يتميز به الإنسان عن غيره من باقي الكائنات ، فكان أحد إفرازات هذا القصور القلق الذي أصيب به إنسان هذا العصر، وكذلك فإن التغير السريع الذي شهدته الحياة في الآونة الأخيرة أسهم إلى حد كبير في انتشار القلق ، ذلك أن زيادة التطور تحمل النفس أعباء فوق طاقتها ، فيدفع إنسان هذا العصر حياته ثمنا للتطور التكنولوجي ، ولذلك أصبح يعاني من اضطرابات نفسية كثيرة من بينها القلق .

ويرى كينيدي (٢٠٠٢م:١٩) أننا جميعا معرضون للقلق ، لأن الحياة الحديثة تسعى بدون رفق لأن تضغط علينا بقوة تفوق قوة احتمال الإنسان وطاقته .

ويرى الفيومي (١٩٩١م:٢٢) أن الإنسان ما دام في جهاد نحو تحقيق مطلبه فإن القلق سوف يكون ملازما له .

وتلاحظ الباحثة أن القلق سرعان ما يؤثر على النفس وعلى الجسد ، أيضا فهو يعكر صفو مزاج الإنسان ، ويفقده الرغبة في أداء أي نشاط ، وبذلك يسلبه صحته وحياته ، كذلك نرى أن موضوع القلق استحوذ على اهتمام كبير من قبل العلماء المختصين بالدراسات الفلسفية وعلم النفس والطب النفسي لماله من انعكاسات في مسارات الحياة المختلفة التي يتخوف منها الأشخاص ، لذلك تركزت أبحاث القلق ، ودراساته



العديدة حول القلق العام إلا أنه أيضا ظهر الاهتمام النسبي بدراسته في العديد من المواقف كدراسة سهير أحمد (١٩٩١م) ، عبد الخالق ومايسة النبال (١٩٩٢م) ، عثمان (١٩٩٣م) ، شريف (١٩٩٥م) ، فايد (١٩٩٩م) ، الفخراني (٢٠٠٠م) .

### مفهوم القلق العام :

تعددت تعريفات القلق واختلفت ، وذلك بسبب اختلاف الأطر النظرية التي تستند عليها وتنطلق منها ، فاختلاف التوجهات النظرية للعلماء والباحثين ، ونظرة كل واحد منهم للموضوع من زاوية ما ، أدى ذلك إلى تباين تعريفات القلق وتعددتها ، لذلك ترى الباحثة ضرورة تناول المعنى اللغوي للمفهوم والتعريفات الحديثة من خلال القواميس والموسوعات العلمية المتخصصة وما توصل إليه علماء النفس والباحثون لتعريف مفهوم القلق في محاولة من الباحثة للوصول إلى تعريف يتفق مع الدراسة الحالية .

في اللغة ذكر الرازي (١٩٩٣م:٢٢٩) أن القلق هو الانزعاج وقلق من باب طرب فهو قلق يقال بات فلان قلقا .

وأما في لسان العرب ذكر ابن منظور (د.ت:٣٢٣) القلق : الانزعاج . يقال : بات قلقا ، وأقلقه غيره .

ذكر السباعي وعبد الرحيم (١٩٩٩م:٧) أن العرب تقول : أقلق المرء الشيء ، أي حركه من مكانه ، وأقلق القوم السيوف أي : حركوها في غمدها . فالقلق إذن هو الحركة والاضطراب وهو عكس الطمأنينة .

أما فايد (٢٠٠١م:٤٤) فقد ذكر بأن المعجم الوسيط أشار إلى أن قلق - قلقا : لم يستقر في مكان واحد ، وقلق لم يستمر على حال ، وقلق اضطرب وانزعج فهو قلق . وأقلق الهم فلانا أزعجه .

وأما ما جاء في القواميس والموسوعات العلمية عن مفهوم القلق فقد ذكر طه وآخرون (١٩٩٣م:٣٠٤) في موسوعة علم النفس والتحليل النفسي بأن القلق هو حالة من الخوف والتوتر الذي يصيب الفرد .

وفي معجم علم النفس المعاصر ذكر ياروشوسكي (١٩٩٦م:٢٢) أن القلق حالة انفعالية تنشأ في مواقف الخطر ، وتفصح عن نفسها بتوقع أحداث غير مرغوب فيها .

وأشارت موزة الكعبي (١٩٩٧م:٣٠) إلى أن معجم علم النفس والطب النفسي حدد مفهوم القلق بأنه شعور عام بالفزع والخوف من شر مرتقب وكارثة توشك أن تحدث .

كما أشار إلى أن قاموس المصطلحات النفسية والتحليل النفسي عرفه بأنه حالة انفعالية غير سارة مستمرة لدى الفرد فيها يفقد الرغبة أو الدافع للهدف . كما عرفه أيضا بأنه شعور بالتهديد خاصة من شيء مجهول دون أن يعرف الشخص ما يهدده .

أما عن مفهوم القلق لدى بعض علماء النفس والباحثين فقد أشار الزبادي والخطيب (١٩٩٠م:١٦٧) إلى أن القلق يشير إلى حالة نفسية تحدث حين يشعر الفرد بوجود خطر يهدده ، وهو ينطوي على توتر انفعالي تصحبه اضطرابات فيزيولوجية مختلفة .

وفي عرض تحليلي لتعريف القلق أشار الفيومي (١٩٩١م:٥٩) أن القلق حالة نفسية غير سارة من التوتر العصبي ، وعلامة ظاهرة لصراع مستمر في أعماق اللاشعور ، وصراع ناتج عن فقدان التوازن وعن فشل في التكيف ، وحالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان ويسبب له الكثير من الكدر والضيق ، وحالة من التوتر الشامل الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاولات الفرد للتكيف ، ورد فعل لحالة أخطر .

ويشير عبد الواحد (١٤١٣هـ:٢٣) إلى القلق بأنه الشعور بالتخوف من احتمال وقوع شيء غامض مكروه .

ويرى عثمان (١٩٩٣م:٤١) بأن القلق العام استعداد الفرد لأن يعاني من حالات القلق الوجداني نتيجة خطر خارجي يدركه .

أما الطيب (١٩٩٤م:٣٨٢) فقد أشار إلى أنه يمكن النظر إلى القلق على أنه اتجاه انفعالي أو شعور ينصب على المستقبل .

ويعرف زهران (١٩٩٥م:٣٩٨) القلق العام على أنه قلق لا يرتبط بموضوع محدد بل نجده غامضا وعمما .

بينما تعرّف عواطف المبارك (١٩٩٥م:٣١) القلق العام بأنه توتر نسبي عام وشامل قد يعترض الفرد في تحقيق أهدافه وقد يكون عرضا أو مرضا .

وتعرّفه إيمان فوزي (١٩٩٦م:٩٢) بأنه خبرة انفعالية مؤلمة يتوقع فيها الإنسان الخطر أو التهديد ، أو أنه توجس مؤلم يستشعر معه الإنسان أن حدثا خطيرا يوشك أن ينزل به .

ويعرفه غريب (١٩٩٩م:٣٣٦) بأنه مشاعر غير سارة تتصف بالهم والخشية والفرع والرهبة والخوف يشعر بها الفرد في وقت ما من حياته وبدرجات مختلفة .

ويشير عثمان (٢٠٠١م:١٨) إلى أن فرويد عرف القلق على أنه حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان ويسبب له كثيرا من الكدر والضيق والقلق يعني الانزعاج ، والشخص القلق يتوقع الشر دائما ويبدو متشائما ، ومتوتر الأعصاب ، ومضطربا ، كما أن الشخص القلق يفقد الثقة بنفسه ويبدو مترددا عاجزا عن البت في الأمور ، ويفقد القدرة على التركيز .

أما عبد الغفار (د.ت:١١٩) فقد عرف القلق بصفة عامة خبرة انفعالية غير سارة يعاني منها الفرد عندما يشعر بخوف أو تهديد من شيء دون أن يستطيع تحديده تحديدا واضحا .

وأما فايد (٢٠٠١م:٥٣) فيرى أن القلق العام حالة من الخوف الثابت والمستمر دون وجود سبب معقول .

ويعرف كينيدي (٢٠٠٢م:١٩) القلق بأنه اضطراب الذهن لعجزه عن التعبير عن حقيقته بعمل آني .

مما سبق تلاحظ الباحثة بأن جميع التعاريف اللغوية اتفقت على أن القلق هو الحركة والاضطراب وعدم الاستقرار وهو عكس الطمأنينة التي أشار إليها القرآن الكريم في الحديث عن النفس المطمئنة ، قال تعالى : ﴿ يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنِّةُ ﴿١٧﴾ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿١٨﴾ ﴾ (الفجر: ٢٧- ٢٨) .

أما من ناحية تعريف القلق لدى علماء النفس والباحثين فقد اتضح للباحثة اختلاف تعريفاتهم للقلق وتنوع تعبيراتهم له ، ولكن بالرغم من ذلك التنوع إلا أنه يتضح لدى الباحثة بأن معظمها تتفق على أن القلق حالة نفسية غير سارة وخارجة عن نطاق سيطرة الإنسان . ويتفق كل من الزبادي والخطيب (١٩٩٠م) ، عبد الواحد (١٤١٣هـ) ، عثمان (١٩٩٣م) على أن القلق يحدث عندما يشعر الإنسان بوجود خطر خارجي واحتمال وقوع شيء مكروه .

وفي ضوء ما تقدم استعراضه حول مفهوم القلق تمكنت الباحثة من الوصول إلى تعريف يتفق مع الدراسة الحالية فعرفت القلق العام : حالة من التوتر والانفعال يشعر فيها

الإنسان بالضيق وعدم السعادة وعدم الرضا ، وبعدم القدرة على التركيز تؤدي به إلى عدم التجاوب مع الآخرين والعجز عن اتخاذ القرار السليم . ويتضمن القلق العام مجموعة من الأبعاد التي تتمثل في البعد الانفعالي ، البعد العقلي ، البعد الجسمي ، البعد السلوكي ، ويتحدد ذلك بالدرجة على مقياس القلق العام المستخدم في الدراسة الحالية .

## القلق عبر التاريخ :

ذكر إبراهيم (٢٠٠٢م:٢٥) أن الحقائق التاريخية تبين لنا أن القلق شعور قد عرفه الأقدمون كما عرفناه ، ويؤكد لنا علماء التاريخ أن فكرة الخلود التي ملكت عقول الفراعنة ودفعتهم لبناء الأهرامات الشامخة قد قامت على شعورهم بالقلق من الموت .

وأشار الطحان (١٩٩٦م:٢٢٥) أن مصطلح القلق لم يستخدم في القرآن الكريم أو الحديث النبوي الشريف ، ولكن المصطلح الذي يقابله في المعنى هو الهم والحزن ، وجاء في مختار الصحاح أن القلق معناه الانزعاج كما جاء في الحديث الشريف: (اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن والعجز والكسل والبخل والجبن وضلع الدين وغلبة الرجال) . (رواه البخاري، ج٤، رقم الحديث، ٦٣٦٩:٢٦٤) .

ولقد أكد الفيلسوف العربي علاء بن حزام القرطبي أن القلق حقيقة أبدية ، ويعامله كعلماء النفس المعاصرين على أنه شرط أساسي من شروط الوجود الإنساني ، كذلك ذكر أن العرب لم يكتفوا بوصف القلق وشرحه بل اهتموا أيضا بعلاجه ، كما كانت تُعالج الهموم والمشكلات النفسية الأخرى بالطرق الطبية المعروفة لهم آنذاك . وقد تفوق الطبيب الفيلسوف ابن سينا على غيره من الأطباء في الشرق والغرب عندما تنبه إلى ما يتركه القلق من آثار ضارة على الفرد . (إبراهيم ، ٢٠٠٢م:٢٥) .

ويشير الطحان (١٩٩٦م:٢٢٦) إلى أن بداية استخدام مصطلح القلق حديثا كان على يد كير كجارد عندما نشر مقالة عن القلق عام (١٨٤٤م) بعنوان مفهوم القلق ، وذكر أن القلق يكون من شيء غير محدد ، وربط بين القلق والخطيئة . وجاء فرويد في أوائل القرن العشرين مستخدما اصطلاح القلق في نظريته وميز بين القلق العصابي والوهن النفسي، ثم بعد ذلك بدأ استخدام مصطلح القلق في علم النفس الحديث على نطاق واسع .

وعليه ترى الباحثة أن القلق حقيقة أبدية ؛ لأنه ظهر منذ أن ظهر الإنسان على هذه الأرض وهو يعيش سلسلة من الصراعات التي فرضت عليه ، ففي بداية حياته كان لا بد عليه أن يصارع الطبيعة بكل ما فيها من مؤثرات فهي مصدر لحياته وفي الوقت نفسه مصدر لقلقه ، ومع التطور الحضاري والثقافي في عصرنا هذا ، وإزدياد مطالب الإنسان واحتياجاته وتعدد طبيعة الحياة ، أصبح هذا المصطلح شائعا في هذا العصر حيث أن كثيرا من الفلاسفة المعاصرين والباحثين وصفوا عصرنا هذا بأنه عصر القلق ، ولكن تتفاوت حدة القلق من مجتمع لآخر .

### نظريات القلق :

تعددت النظريات التي تناولت ظاهرة القلق ، حيث قدم علماء النفس مجموعة من النظريات التي تفسر ظاهرة القلق الإنساني ، فكل واحد يستخدم أساليب مختلفة ووسائل متعددة لعرض أفكاره وبناء نظريته . وسوف يتم عرض بعض النظريات التي تناولت تفسيراً لنشأة القلق وذلك من خلال الدراسات السابقة والتي يمكن التحدث عنها بصورة موجزة على النحو التالي :

#### ١) نظرية التحليل النفسي :

افترض فرويد في نظريته الأولى أن القلق يحدث نتيجة كبت الرغبات الجنسية ومنعها من الإشباع ، فتنحول الطاقة الجنسية المكبوتة والتي أسماها ليبدو (Libido) إلى قلق هائم والذي يعبر عنه بصورة فسيولوجية . (غريب، ١٩٩٩م: ٣٣٩) .

أما نظرية فرويد الثانية والتي عدل فيها عن آرائه في القلق فقد أوضح أن القلق لم يعد في رأيه نتيجة لتحول الليبدو بل نتيجة رد فعل خطر غريزي داخلي وما قد تؤدي إليه الرغبة الغريزية من أخطار خارجية ، ويقصد فرويد بالخطر : الحالة التي يشعر فيها الفرد بشدة الغرائز وتراكم التنبيه الشديد عليه مع عدم القدرة على الإشباع بسبب عجزه أمام الخطر عجزاً بدنياً إذا كان الخطر موضوعياً ، وعجزاً نفسياً إذا كان الخطر غريزياً ، كذلك اعتقد فرويد أن عملية الميلاد هي الخطر الأول الذي يتعرض له الفرد ، والخبرة المؤلمة الأولى التي ينشأ عنها القلق الأولى الذي يعد النموذج الأصلي لكل حالات القلق . (موزة الكعبي، ١٩٩٧م: ٧٧) .

ويعتقد سوليفان أن شخصية الطفل تتكون من خلال التفاعل الدينامي مع البيئة المحيطة به ، حيث إن تربية الطفل تتضمن بعض الأعمال التي تؤدي إلى الاستحسان والذي ينتج عنه الرضا والطمأنينة ، وبعضها تؤدي إلى عدم الاستحسان الذي ينتج عنه الشعور بالقلق . (عثمان، ٢٠٠١م: ٢٢) .

كما يرى سوليفان أن نفسية الطفل تتكون من هذا النظام الخاص باستحسان الكبار لأعمال الطفل وعدم استحسانهم لها ، ومن حاجة الطفل الملحة لمواجهة المواقف المثيرة للقلق ، ومن ضرورة التمييز بين الأعمال المستحسنة والأعمال غير المستحسنة ، ويكتسب الطفل بذلك نظاما واتجاها سلوكيا معيناً يحتفظ به طوال حياته ، وأن أي خبرة تهدد هذا النظام والاتجاه في المستقبل تؤدي إلى القلق . (موزة الكعبي، ١٩٩٧م: ٨٦) .

ويرى يونج أن القلق عبارة عن رد فعل لبعض الأفكار أو التخيلات غير المعقولة والتي تأتي إلى الفرد عن طريق اللاشعور الجمعي وما يحتويه هذا من نماذج بدائية . (جمل الليل، ١٩٩٧م: ١٢) .

وأشار الطيب (١٩٩٤م: ٣٨٤) إلى أن هورني تؤكد على أهمية العلاقات الإنسانية في نشأة القلق ، فعندما تكون العلاقات الإنسانية للطفل غير ملائمة ينشأ لديه قلق قاعدي أساسي تصفه هورني على أنه شعور بالعزلة والعجز في عالم عدائي .

كما ترى هورني أن القلق يرجع إلى العداء المكبوت من قبل الفرد تجاه والديه ، والذي يكون أثناء التنشئة الاجتماعية وما يتخللها من مواقف وأزمات تحدث بين الفرد وأسرته أثناء ذلك ، وأن الشعور بالعزلة والعجز والعداوة تنشأ من عوامل عدة منها :

(١) انعدام الدفء العاطفي في الأسرة وتفككها وشعور الطفل بأنه منبوذ .

(٢) المعاملة التي يتلقاها الطفل وخاصة علاقته بوالديه .

(٣) البيئة التي يعيش فيها الطفل وما تحويه من تعقيدات ومتناقضات .

(جمل الليل، ١٤١٨هـ: ١٢) ، (عثمان، ٢٠٠١م: ٢٣) .

أما أدلر فقد يرى أن القلق ينجم عن محاولة الفرد التحرر من الشعور بالدونية أو النقص ومحاولة الحصول على شعور التفوق . (فايد، ٢٠٠١م: ٤٥) . فالنضال من أجل التفوق وتجنب الشعور بالنقص هو المسؤول عن القلق ، فالإنسان عندما يشعر بالنقص

فإن هذا الشعور يدفعه إلى الانطواء والبعد عن الناس ومن ثم يكون عرضة للقلق .  
(الطيب، ١٩٩٤م: ٣٨٣) .

كذلك يرى أدلر أن للألم دورا كبيرا في تربية الطفل وتنشئته فهي الأساس في نجاح الطفل في إقامة علاقات سليمة مع الآخرين أو فشله في ذلك وتأخذ عملية التنشئة مكانا كبيرا في سيكولوجية أدلر ، فقد ذكر أنواع التربية الخاطئة التي قد يمارسها الوالدان مع أبنائهما وبيّن أثر كل نوع من هذه التربية على شخصية الفرد ، وأن هذه الأنواع من التربية ما هي إلا صنوف التربية الخاطئة التي لا ينتج عنها إلا شخصيات مضطربة تبعد المرء عن الحياة السوية المستقيمة . (موزة الكعبي، ١٩٩٧م: ٨٠) .

أما فروم فيرى أن الطفل يقضي فترة طويلة من الزمن معتمدا على الكبار وخاصة والديه وهذا الاعتماد يقيد به بقيود يلتزم بها حتى لا يفقد حنانها ، وبازدياد نمو الطفل يزداد تحرره واعتماده على نفسه ، بحيث يولد لديه شعورا بالعجز والقلق ، نتيجة ما يود إنجازه من الأعمال وعدم إكمال قدرته لإنجاز هذه الأعمال . وهكذا يرى فروم أن القلق ينشأ عن صراع بين الحاجة للتقرب من الوالدين والحاجة إلى الاستقلال ، كما يلاحظ أن الطفل قد يكون لديه من الإمكانيات والقدرات ما يتعارض مع رغبات المحيطين به الذين قد يقابلون قدراته بعدم الاستحسان ، مما يضطره إلى كبتها ، حتى يصبح إظهارها فيما بعد عاملا مثيرا للقلق لديه . (موزة الكعبي، ١٩٩٧م: ٨٤) ، (عثمان، ٢٠٠١م: ٢٣) .

مما سبق ترى الباحثة أن علماء التحليل النفسي يركزون على الماضي من حياة الفرد الاجتماعية ، ويؤكدون أن السبب وراء نشأة القلق هو وجود الصراعات الداخلية للفرد ، فنجد أن فرويد يرى أن القلق ينشأ بسبب كبت الرغبة الجنسية أو إحباطها ومنعها من الإشباع وبذلك تتحول إلى قلق مستبعدا بذلك ضغوط ومشكلات الحياة الاجتماعية المعاصرة للفرد والتغيرات المتلاحقة التي تفوق قدرته على التنبؤ بالمستقبل . كما أن نظرة سوليفان إلى شخصية الطفل بأنها تتكون من خلال تفاعله مع البيئة المحيطة به ، أي كل الأفراد في عالم العلاقات الشخصية المتداخلة لديه ، ذلك أن تقدير الطفل لذاته هو انعكاس لتقدير الآخرين له ، فهو يرى أن الأفراد المحيطين بالطفل لهم دور كبير في نشأة القلق لدى الفرد ، وبذلك يعطي أهمية كبيرة للعلاقات الاجتماعية بين الطفل وبين الأشخاص المهمين في بيئته . أما يونج فيرى أن القلق ينشأ عن خوف من سيطرة

محتويات اللاشعور الجمعي والتي لا زالت باقية في حياة الإنسان . وترى هورني أن أسباب العداء المكبوت من قبل الفرد تجاه الوالدين يرجع إلى عملية التنشئة الاجتماعية ، التي ينشأ عنها خبرات تهدد أمنه وتعكر صفو حياته ، وبذلك يستثار القلق لدى الفرد . ويعطي أدلر اهتماما لنوع التربية التي يتلقاها الطفل في أسرته ، حيث تتأثر شخصية الطفل تأثرا مباشرا بوالديه وبأساليب التربية الخاطئة التي يمارسها الوالدان مع أبنائهم فينتج عن ذلك القلق لدى الفرد . ويتفق فروم مع سوليفان وهورني في التأكيد على العلاقات الاجتماعية بين الطفل وبين الأشخاص المهمين في بيئته وأثرها على الطفل . وهكذا يتضح أن علماء التحليل النفسي تغافلوا وتجاهلوا النظر إلى الحياة الاجتماعية المستقبلية للفرد والتي يشعر فيها بالمرارة والألم تجاه العقبات التي تقف دون تحقيقه لأهدافه وطموحاته ، والتي تؤدي بلا شك إلى توليد القلق لديه .

(٢) النظرية السلوكية :

يتفق دولارد وميلر على أن الصراع الانفعالي الشديد أساس الاضطرابات السلوكية، وهو الصراع اللاشعوري الذي يلعب الكبت دورا كبيرا في تكوينه ، وأن أساليب التربية الخاطئة لها أثر كبير في نشأة الصراع الذي يؤدي بدوره إلى القلق .

(موزة الكعبي، ١٩٩٧م: ٩١) .

إن دولارد وميلر يذهبان إلى أن الصراع هو نزعة إلى إنجاز استجابتين متناقضتين (إقدام - إحجام) ويتميز أساسا بتلك الأعراض العصابية التي في حقيقتها محاولات لتجنب القلق ، وعندما يفشل الفرد في البلوغ إلى هذه الأعراض يصاب عندئذ بالقلق .

(الطيب، ١٩٩٤م: ٣٨٤) .

بينما أعطى مورر اهتماما ووزنا كبيرا لطبيعة العلاقة بين الطفل ووالديه في عملية التطبع الاجتماعي ، وذكر أن القلق ينشأ عندما يفشل الفرد في أدائه لأدواره الاجتماعية أو في علاقاته مع الآخرين ومن ثم فإن هذا الفشل في أداء هذه الأدوار أو بعضها يؤدي إلى القلق ، لذلك يرى أن القلق سلوك مكتسب ينتج من الأفعال التي ارتكبتها الفرد ولم يرض عنها وليس من الأفعال التي لم يتجرأ الفرد على القيام بها وكبتها . (موزة الكعبي، ١٩٩٧م: ٩٤) .

إجمالا لما سبق يتضح لدى الباحثة أن علماء النظرية السلوكية ينظرون إلى القلق على أنه سلوك متعلم تبعا لقواعد التعلم الشرطي الذي تخضع له كافة استجابات وعادات



الإنسان ، فهم بذلك يرفضون تفسير علماء التحليل النفسي الذين يرجعون أي ظاهرة إنسانية إلى أساس لا شعوري ، ولكن رغم ذلك نرى أنهم يتفقون مع التحليليين في الرأي القائل بأن القلق يرتبط بماضي الإنسان وما واجهه أثناء هذا الماضي من خبرات ، فهم يؤكدون على أهمية مرحلة الطفولة بالنسبة لنمو الشخصية ، فهي الفترة التي يكون فيها الطفل عاجزا لا يستطيع أن يقوم بإشباع حاجاته بنفسه ، ولا يستطيع أن يستفيد من إمكانياته العقلية غير الناضجة ، ولكنه رغم ذلك العجز يُواجه بمطالب البيئة . وبناء على ذلك يتضح أن كلا من التحليليين والسلوكيين قد أغفلوا الحياة المستقبلية للأفراد والتي قد يكون لها أثر في نشوء كثير من حالات القلق .

فدوائر الزمان ليست كيانات مستقلة عن بعضها ، وإنما هي حلقات مترابطة ومتفاعلة فالمستقبل تشترك في تحديده عناصر ما كان في الماضي ، وما هو كائن الآن ، والحاضر نتاج لما قبله وسبب لما بعده ، والماضي قد ترك بصماته وتبعاته على الحاضر والمستقبل . (السباعي وعبد الرحيم، ١٩٩٩م:١٦) .

### ٣) الاتجاه العقلاني المعرفي :

يرى لازرواس أن كل فرد يختلف عن الآخر في تحديد وتقدير حجم التهديد الذي يتعرض له ، وأن إدراكه العقلي لهذا الجانب يؤدي دورا وسيطا في خبرة القلق ، وعلى ذلك فإن الجانب الإدراكي لا بد أن يكون متضمنا في أي نظرية تحاول تفسير عوامل القلق ، وقد ميز لازرواس بين نوعين من التقدير لتحديد التهديد وعلاقته بخبرة القلق ، أحدهما يتضمن المثيرات ونوعيتها الإيجابية والضاغطة ، والثاني يتضمن مجموعة من العمليات التقييمية التي ترتبط بتقليل هذا التهديد واستراتيجيات التعامل معه ، واستجابة الفرد لهذه المواقف الضاغطة بالقلق . (موزة الكعبي، ١٩٩٧م:١٠٤) .

بينما يرى إليس أن القلق ما هو إلا هزيمة ذاتية ، أي خبرة أو سلوك يهزم الإنسان من خلال نفسه بنفسه ، وهو بهذا يرى أن القلق يشترط وجود استعداد ذاتي للهزيمة والانهيار . (إبراهيم، ١٩٩٤م:٤٠٤) .

مما سبق ذكره ترى الباحثة أن أصحاب هذا الاتجاه يرجعون نشأة القلق إلى عجز الفرد عن تحقيق أهدافه ، وشعوره بخيبة الأمل أو الفشل الذي يتعرض له عند محاولته

لتحقيق أهداف غير واقعية ، وأن الأفكار الخاطئة والإدراك الخاطئ لدى الفرد سيقوده بلا شك إلى سلوكيات خاطئة ، وعن ذلك ينشأ القلق .

(٤) الاتجاه الإنساني :

إن مصدر القلق لدى الإنسانين ليس الماضي وحسب أو المستقبل وحسب ، وإنما مصدره الحياة برممتها في ماضيها وحاضرها ومستقبلها ، حيث يرون أن الموت هو مصدر القلق الأول لدى الإنسان ، فهو الكائن الحي الوحيد الذي يدرك أن له نهاية ولكنه يجهل متى تكون ، لهذا فإن الحياة كلها تحمل ذلك القلق الذي يتوقع الموت في أي لحظة من اللحظات . فالإنسانيون يرون أن حرص الإنسان على وجوده من أبرز مصادر القلق لديه بحيث يعتبر الإنسان خطر الموت أهم تهديد يواجهه . (إيمان فوزي، ١٩٩٦م:٩٦) .

إن أصحاب هذا الاتجاه يرون أن التحدي الرئيسي أمام الإنسان هو أن يحقق وجوده وذاته بإعتباره إنسانا متميزا عن الكائنات الأخرى ، وباعتباره فردا يختلف عن بقية الأفراد ، وعلى كل إنسان أن يسعى لتحقيق هذا الوجود، لأن هذا هو الهدف النهائي الذي يجب أن يوجه الإنسان في الحياة ، ولذا فإن كل ما يعيق محاولات الفرد لتحقيق هذا الهدف يمكن أن يثير قلقه . لذلك نرى أن من أهم العوامل المرتبطة بالقلق عند أصحاب هذا الاتجاه بحث الإنسان عن مغزى لحياته أو هدف لوجوده ، وإذا لم يهتد الإنسان إلى هذا المغزى فإنه سيكون فريسة للقلق . (موزة الكعبي، ١٩٩٧م:٩٨) .

ويعتبر ثورن فشل الفرد في تحقيق أهدافه ، وفي اختيار أسلوب حياته ، وخوفه من احتمال حدوث الفشل في أن يحيا الحياة التي يريدتها ، مصدرا من مصادر إثارة القلق لديه . (عبد الغفار، د.ت:١٢٧) .

مما سبق تجد الباحثة أن الإنسانين لم ينظروا إلى القلق على أنه خبرة انفعالية يمر بها الإنسان تحت ظروف خاصة ، أو مجرد استجابة يكتسبها الفرد أثناء عملية التعلم ، وإنما نظروا إليه على أنه الجوهر لطبيعة النفس الإنسانية التي يشعر بها الإنسان ويعاني منها كخبرة يومية مستمرة من بداية حياته إلى نهايته ، فهو يرتبط بماضي الإنسان وحاضره ومستقبله وذلك بعكس علماء التحليل النفسي ، وعلماء المدرسة السلوكية الذين يرجعون نشأة القلق إلى الماضي .

ومن العرض السابق للنظريات المفسرة للقلق لدى علماء النفس يتضح أن هناك اختلافاً في وجهات النظر والآراء المفسرة للقلق ، فهم يختلفون من حيث مصدره ومسبباته ، ويرجع ذلك إلى المسلمات الأساسية التي تقوم عليها كل نظرية ، ومع ذلك الاختلاف نلاحظ أن هناك نقط تلاقٍ بين النظريات حول معنى القلق ومظاهره ، ف فيما يختص بطبيعة القلق نرى أن هناك اتفاقاً حول طبيعة القلق باعتباره حالة وجدانية غير سارة ومكدره للغاية .

## أنواع القلق :

حدد فرويد نوعين من القلق :

(١) القلق الموضوعي : وهو شبيه بالخوف ، لأنه رد فعل انفعالي يتناسب في شدته مع حجم الخطر الخارجي .

(٢) القلق العصبي : وفيه يكون رد الفعل الانفعالي مستثاراً بدفعات الفرد المكبوتة .

ثم أضاف بعد ذلك فرويد نوعاً ثالثاً من أنواع القلق وهو :

(٣) القلق الخفي : والذي يرى أن رد الفعل الانفعالي يرجع إلى مخالفة التقاليد والقيم الأساسية للفرد ، أو مع ضميره حيث ينشأ نتيجة تحذير أو لوم الأنا الأعلى للفرد ، وذلك عندما يقترف أو حتى يفكر في أن يسلك سلوكاً يتعارض مع المعايير والقيم التي يتمثلها جهاز الأنا الأعلى . (غريب، ١٩٩٩م:٣٤٤) .

أما الزبادي والخطيب (١٩٩٠م:١٦٧) فقد أشارا إلى أنواع القلق وهي :

(١) القلق العام : والذي يحدث بتأثير من إشارات داخلية أو خارجية حدث لها في الماضي أن ارتبطت بخبرات مقلقة أو مزعجة .

(٢) القلق الثانوي : وهو القلق كعرض من أعراض الاضطرابات النفسية الأخرى ، أو هو ما يسمى عند البعض بقلق التهديد .

بينما رأى الطيب (١٩٩٤م:٣٩١) أن القلق ينقسم من حيث المصادر المثيرة له إلى :

(١) القلق الموضوعي العادي : وفيه يكون مثير القلق خارجياً معروفاً السبب ، وفي ذلك يتفق القلق مع الخوف .

- ٢) القلق الذاتي العادي : وفيه يكون مثير القلق داخليا ، كخوف الفرد من تأنيب الضمير إذا أخطأ أو اعتزم الخطأ .
- ٣) القلق العصابي : وهو أعقد أنواع القلق ، حيث أن سببه داخلي غير معروف، ويسميه بعض السيكولوجيين بالقلق اللاشعوري المكبوت .
- ٤) القلق الشامل : وهو يشمل جميع جوانب حياة الفرد .
- ٥) القلق الهائم أو الطليق : وهو قلق غير محدد الموضوع ، ويسمى بالقلق العام .

### أسباب القلق :

- تعددت أسباب القلق بتعدد النظريات النفسية المفسرة له ومن أهمها :
- ١) العوامل البيولوجية : حيث يزداد نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي بنوعيه السمبثاوي والباراسمبثاوي ، ومن ثم تزيد نسبة الأدرينالين والنورأدرينالين في الدم .  
(عكاشة، ١٩٩٨م: ١١١) .
- ٢) الاستعداد الوراثي : الذي تفرضه العوامل الوراثية . (زهران، ١٩٩٥م: ٣٩٨) .
- ٣) الضغوط النفسية الداخلية : والتي تشمل جميع الوظائف الحيوية كشعورنا بالجوع والعطش والتعب والألم والمرض أو الضغوط النفسية الخارجية كدرجة الحرارة الخارجية والرطوبة والضوء والهواء والأمطار والكوارث الأرضية والجوية وما إلى ذلك من العوامل المتعلقة بالبيئة الطبيعية .
- ٤) العوامل الناشئة في البيئة الاجتماعية : مثل العلاقات العائلية والإنسانية ، وبذلك تلعب الظروف السائدة في البيئة الطبيعية والاجتماعية المحيطة بالفرد دورا رئيسا في نشوء حالات القلق النفسي . (السباعي وعبد الرحيم، ١٩٩٩م: ٢٩) .
- بينما يرى فايد (٢٠٠١م: ٥٦) أن أسباب القلق العام ترجع إلى :
- العوامل النفسية والاجتماعية والتي ترجع فيها مدرسة التحليل النفسي القلق إلى صراعات داخلية لاشعورية ، وإلى شعور الفرد بالنقص ومحاولته للتفوق ، كذلك نتيجة الصراع بين الحاجة للتفرد والاستقلال من جانب الوالدين . أما أنصار المدرسة السلوكية فيرجعون اضطراب القلق إلى تعلم سلوكيات خاطئة في البيئة التي يعيشون فيها ، وتسهم الظروف الاجتماعية التي ينشأ فيها الطفل إلى تدعيم تلك السلوكيات والعمل على استمرارها وبقائها

وهناك من يرى أن أسباب القلق تتلخص في سوء التربية البيئية ، وضعف الشخصية واهتمام الفرد بكل كبيرة وصغيرة ، وشدة محاسبة الضمير ، والندم على مافات من ضياع الفرص لدى الفرد . (الشبلي، ٢٠٠٢م: ٧٣) .

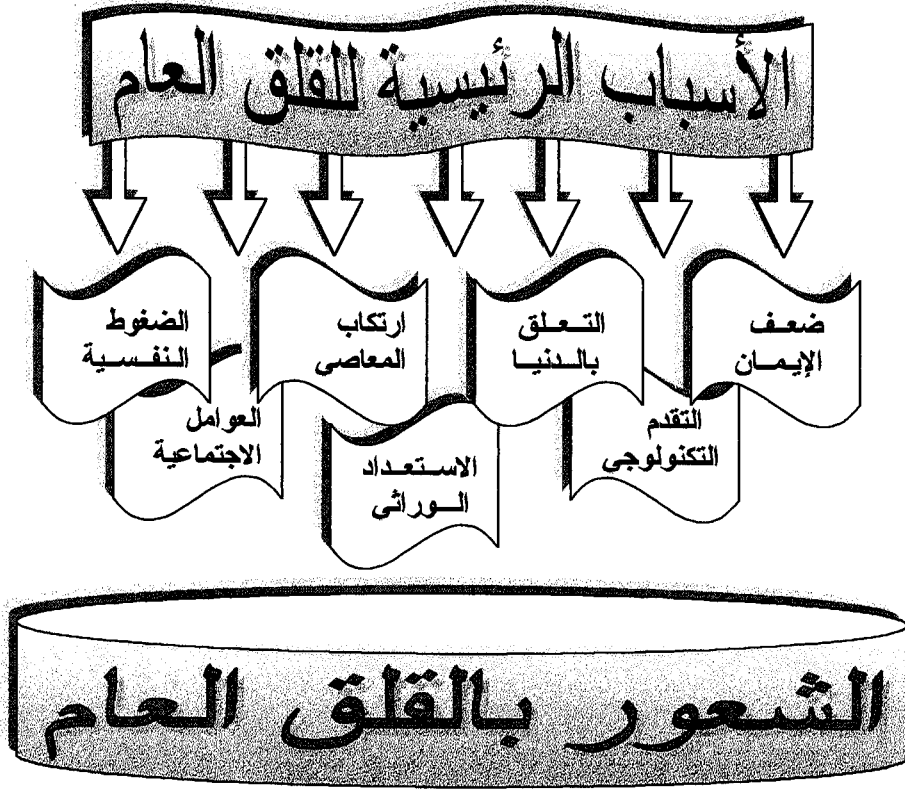
كما أن أحداث الحياة اليومية سواء كانت سلبية مثل فقدان أحد الأحبة أو تورط في أزمة مالية أو خلقية ، أو كانت ايجابية مثل تسلم منصب قيادي أو زواج أو ولادة طفل جديد فإنه من شأن هذه التغيرات السلبية أو الايجابية أن تشكل ضغوطا على الإنسان والتي بدورها تؤدي إلى نشوء حالات القلق لدى الفرد . (المعطي، ١٤١٨هـ، ١٢) .

وقد أرجع آخرون القلق الأكبر إلى الوسائل الحضارية التي نمت في مجال العلم والتكنولوجيا ، حيث يرى أنها شغلت الإنسان من جانب عن فهم نفسه ، وعن تنمية علاقاته الإنسانية ، ومن جانب آخر نقلته بعد تغلبها على المسافات الشاسعة إلى عالم منقطع الصلة فجعلته إنسانا قلقا . (الفيومي، ١٩٩١م: ٢٧) .

مما سبق يتضح لدى الباحثة أن القلق يمكن أن ترجع أسبابه إلى النشأة الأولى وطرق التربية التي تشكل الطفل بأساليب معينة ، فالبيت الذي يسوده الشقاق وسوء التفاهم بين أفراد أسرته له دور بلا شك في إثارة القلق لدى الفرد ، كذلك أساليب التربية الخاطئة مثل تسلط الوالدين ووقوفهم أمام رغبات الطفل ، أو القسوة الشديدة وعقابه بدنيا أو السخرية منه كلها بلا شك أمور تثير القلق وتدمر نفسية الفرد ، فالقلق يمكن أن ينتج عن صراع داخل النفس بين نوازعها والقيود التي تحول دون هذه النوازع . كذلك يمكن أن ترجع أسباب القلق إلى المجتمع الذي تركز قيمه على التفوق المادي والصراع من أجل البقاء ، فتتصارع الفضيلة والأخلاق والضمير أمام الرذيلة وسوء الخلق ، فيثير ذلك لدى الفرد قلقا وشعورا بعدم الاستقرار . كذلك ترجع أسباب القلق إلى الحضارة الحديثة حيث إنها تسبب ضغوطا نفسية شديدة على الإنسان لا يستطيع التوافق معها فيصاحبه القلق . وفي منحنى آخر ترى الباحثة أن من أهم أسباب القلق ضعف الإيمان بالله والغفلة عن الآخرة والتعلق بالدنيا واقتراف المعاصي كلها بلا شك تؤثر تأثيرا جذريا على الحالة النفسية للفرد فيصاب عندئذ بالقلق الذي يزداد يوما بعد يوم ، والشكل رقم (٤) يوضح الأسباب الرئيسية للقلق العام ملخصا لما ذكر .

## شكل رقم (٤)

الأسباب الرئيسية للقلق العام .



### أعراض القلق :

تظهر أعراض القلق على شخصية الإنسان وتقسّم إلى :

أعراض جسمية ، وأعراض نفسية ، وأعراض نفسجسمية ، وأعراض اجتماعية .

(١) الأعراض الجسمية : وتبدو بصورة الضعف العام ونقص الطاقة الحيوية والنشاط ، وتوتر العضلات والنشاط الحركي الزائد ، والتعب ، والصداع المستمر الذي لا يهدأ ، كما أن من بين الأعراض الجسمية للقلق سرعة دقات القلب ، ونوبات من الدوخة ، والإغماء وتتميل اليدين أو الذراعين أو القدمين ، وغثيان أو اضطراب في المعدة ، والشعور بالألم في الصدر ، ونوبات من العرق والأحلام المزعجة .

(زهرا، ١٩٩٥م: ٣٩٩) ، (عثمان، ٢٠٠١م: ٣٠) .

(٢) الأعراض النفسية : وتشمل التوتر العام وعدم الاستقرار ، والشعور بانعدام الأمن والراحة ، والحساسية المفرطة ، وسرعة الإثارة ، والتوجس ، والخوف ، والتوتر ،

والضيق ، والارتباك ، والتردد في إتخاذ القرارات ، وضعف التركيز ، وشروذ الذهن ، واضطراب قوة الملاحظة ، وضعف القدرة على العمل والإنتاج والإنجاز .

(الطيب، ١٩٩٤م: ٣٨٥) ، (زهران، ١٩٩٥م: ٤٠٠) ، (السباعي وعبد الرحيم، ١٩٩٩م: ٤٢) .

٣) الأعراض السيكوسوماتية (النفسجسمية) : وتتمثل في ارتفاع ضغط الدم ، الذبحة الصدرية ، جلطة الشرايين التاجية بالقلب ، الربو الشعبي ، البول السكري ، زيادة إفرازات الغدة الدرقية ، والقولون العصبي ، والصداع النصفي .

٤) الأعراض الاجتماعية : ومنها اضطراب العلاقة بالآخرين من زملاء وأقارب وأصدقاء ، وسوء التوافق الاجتماعي ، وفقدان القدرة على الاستمتاع بأي شيء ، فلا يعود للحياة طعم ، وهذا يقود إلى إحساس الفرد بالانفصال عن الناس ، والرغبة في الوحدة ، والتفكير المستمر في الذات والمشاكل الشخصية ، وقد يتطور إلى الشعور بالإحباط أو اليأس . (المعطي، ١٤١٨هـ: ١٢) ، (موزة الكعبي، ١٩٩٧م: ٤٨) .

### الآثار الناتجة عن القلق :

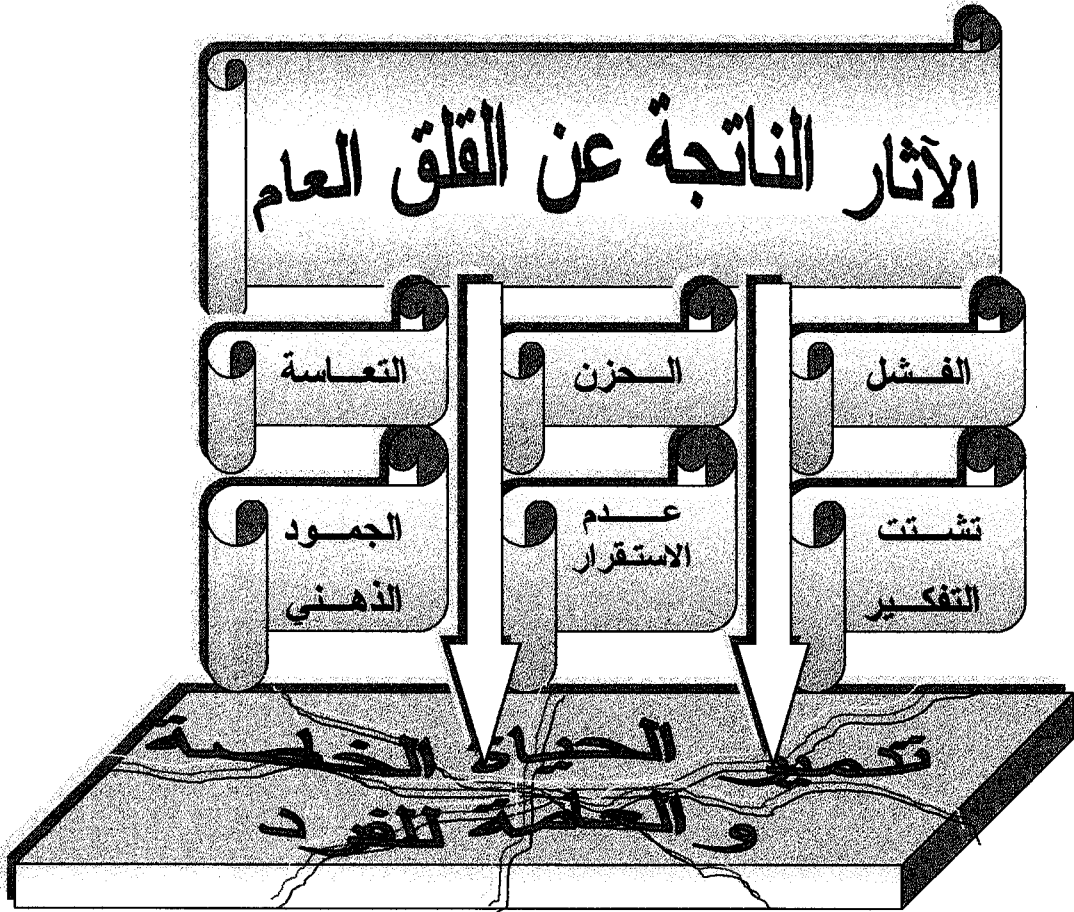
للقلق آثار سلبية خطيرة تنعكس على الفرد ، ومن ثم على كيان المجتمع ، حيث أن القلق يؤدي إلى تحطيم الإنسان ونشر التعاسة في حياته وحياة من حوله ، كما أنه يؤدي إلى توهم الفرد وتخيله أن العالم يحاربه لإخفاق مسعاه ، فينتهي الأمر بفشله باستمرار، ويكون ذلك داعيا جديدا لحزنه ، وإن استهتار الفرد بالحياة وعدم المبالاة في أي شيء من أمورها ، هو أثر ناتج عن القلق . كذلك إن للقلق أثرا على الوظائف الجسمية ، حيث يزداد نشاط الجهاز العصبي مما يؤدي إلى زيادة التوتر العضلي ، والإحساس بعدم الاستقرار واضطراب النوم . وأما الجمود الذهني والذي يعجز فيها الفرد في الحصول على المرونة الذهنية ، والصعوبة في تفسير عادات الإدراك الحسي وعادات التفكير ، فإنه هو أيضا أثر ناتج عن القلق . (الفيومي، ١٩٩١م: ٧٢) ، (غريب، ١٩٩٩م: ٣٦٣) .

مما سبق يتضح أن أهم الآثار الناتجة عن القلق بشكل عام تبدو في تشتت التفكير ، وعدم القدرة على التركيز ، واتخاذ القرار في الأمور التي تواجه الإنسان ، كذلك من آثاره الشعور بفقدان الأمن ، وعدم السعادة والرضا ، وسرعة الاستئثاره بحيث تصبح

علاقاته مع الآخرين من حوله صعبة ، وبذلك يدمر القلق حياة الإنسان الخاصة والعامة ،  
والشكل رقم (٥) يوضح الآثار الناتجة عن القلق العام ملخصا لما ذكر .

شكل رقم (٥)

الآثار الناتجة عن القلق العام .





## ج) الإنترنت : Internet (الشبكة العالمية) :

### مقدمة :

بحث الإنسان عبر الأزمان عن الأداة التي عن طريقها يمكنه أن يستخدم رصيده الفكري الاستخدام الأمثل بما يملأ فراغه بأفكار ومعلومات متجددة ، مستخدماً أساليب وطرقاً متنوعة من البحث والاستقصاء . من هنا انطلقت الثورة المعلوماتية لتعبر عن الاستثمار الأمثل للمعرفة والفكر عن طريق بذل الجهد البشري للوصول إليها والاستفادة منها . (وجيهة العاني، ١٤٢٠هـ : ٣٠٨) . فانفتحت أمام البشر آفاق واسعة للاطلاع على العالم بكل إنجازاته دون أي عائق أو حاجز ، وساد تفاؤل عظيم بقدرة الإنسان على التمكن من إنشاء شبكة الإنترنت .

ويرى الدناني (٢٠٠١م : ١١) أن إنشاء شبكة الإنترنت تعد أهم إنجاز تكنولوجي تحقق للبشرية ، إذ يستطيع الإنسان أن يلغي المسافات ويختصر الزمن ، و يجعل من العالم أشبه بشاشة إلكترونية صغيرة .

ويعتبر سمو (د.ت: ٢٢٧) أن الإنترنت تكنولوجيا اتصالية ذات قدرة عالية ، تحمل في طياتها كل عناصر التفوق على كل الوسائل الأخرى مجتمعة ، وتتطلع كل يوم إلى مزيد من تطوير القدرات والإمكانات التي تمكنها من الانتشار في العالم بشكل مذهل . أصبحت شبكة الإنترنت كتاباً مفتوحاً للعالم أجمع ، فهي غنية بمصادر المعلومات إلى درجة الفيضان . موقع (Riyadhedu.gov.sa,N.D) .

فالإنترنت هو المكان الذي يستطيع أي شخص أن يحصل من خلاله على أي شيء يريد . (مارتن، ١٩٩٩م : ١٤) .

ويعتبر الإنترنت منطقة حرة يستطيع الأفراد تداول أي معلومات فيها نافعة كانت أم ضارة فقد ذكر ديفيز (Davis,N.D) أن في منتصف التسعينات أصبح الناس مفتونين بالإنترنت وذلك لأن المعلومات أصبحت فجأة متاحة حول أي موضوع يمكن أن تتخيله ، لقد كان الأمر يبدو كما لو أن شخصاً قد قام بجمع كل معرفة العالم في مكان واحد يسهل استخدامه ، مما جعل الأشخاص يجلسون لساعات طويلة أمام أجهزة الكمبيوتر الخاصة بهم ويتنفسون بلغة العالم الإلكتروني للمعرفة .

إن شبكة الإنترنت فرضت نفسها كوسيلة فائقة السرعة لتبادل المعلومات ، وللتواصل بين البشر في كافة مجالات الحياة . (أبو سريع، ٢٠٠٠م: ١) .  
لذلك ترى الباحثة بأنه لا أحد يستطيع تجاهل الإنترنت ، لأن الجميع يتفق على أنها شبكة المعلومات العالمية التي أخذت تغير كل شيء في عالمنا ، فهي تغير الطريقة التي نتصل بها معا ، وتغير مجرى حياتنا في علاقاتنا الاجتماعية والعلمية والعملية ، وقد شهد عالم تكنولوجيا المعلومات تغيرات كثيرة لم يكن لأي منها تأثير مذهل بدرجة تضاهي التأثير الذي أحدثه الإنترنت ، وبالرغم من ذلك فإننا نرى أن الإنترنت سلاح ذو حدين يمكن الاستفادة من منفعه وعطائه الغزير ، ولكنه في الوقت نفسه قد يكون مصدرا لشر عظيم .

### مفهوم الإنترنت :

تختلف وجهات النظر بين الباحثين في تعريف مفهوم الإنترنت ، وذلك وفقا لطبيعة المستخدمين ، حيث لا يوجد تعريف واحد محدد يتفق عليه الجميع ، وذلك لأن الإنترنت تعني أشياء مختلفة بالنسبة لكل من يستخدمها .  
ويرى البوطي (١٩٩٦م: ٢٧٩) أن كلمة إنترنت تعني شبكة اتصال عالمية وهي تعني تلك الشبكة التي تصل بين الملايين من مستخدمي الحاسوب .  
أما القاسم (١٩٩٦م) فيشير إلى أن شبكة الإنترنت "هي عبارة عن شبكة عالمية للاتصالات بين الحاسبات الآلية في أرجاء العالم " ص ٣٢ .  
وأوضح التقفي (١٤١٧هـ) أن "شبكة الإنترنت عبارة عن عدة ملايين من أجهزة الحاسب الآلي الشخصية والمتوسطة والعلاقة المرتبطة ببعضها والمنتشرة حول العالم والتي تعمل ضمن بروتوكول شامل وموحد يمكن الدخول إليه أو التعامل معه من أي جهاز حاسب آلي مربوط بهذه الشبكة " ص ٤ .  
أما ريان (١٩٩٧م) فيذكر أن الإنترنت "هي شبكة معلومات عالمية عبارة عن مجموعة من شبكات الحاسب موصولة مع بعضها " ص ١٩ .  
ويرى شاهين (١٩٩٧م : ١٤٢) أن الإنترنت تعرف تقنيا بأنها شبكة واسعة تكونت بفعل الترابط التعاوني بين العديد من الشبكات الكمبيوترية .

وذكر الشرجي (١٩٩٧م : ٥٨) أن شبكة الإنترنت هي شبكة ضخمة من الحواسيب تمتد عبر الكرة الأرضية بكافة دولها وأقطارها .

كما أشار الماضي (١٩٩٧م) إلى أن الإنترنت هي " مجموعة هائلة من الشبكات من شتى أنحاء العالم ترتبط ببعضها البعض . بمعنى آخر هي شبكة تعاونية عالمية . هذه الشبكة تربط ملايين الحاسبات سواء في المصالح أو الإدارات العامة أو الخاصة ، وتعرف بالمصطلح (WWW) اختصاراً لـ (World Wide Web) أي الشبكة العنكبوتية العالمية " ص ٤٦ .

أما مصيلحي (١٩٩٧م) فقد أوضح أن " شبكة الإنترنت هي عبارة عن مجموعة شبكات محلية وعالمية ارتبطت معا بهدف تكوين شبكة عالمية كطريق سريع للمعلومات تتلاشى معه الحواجز الجغرافية لتجعل العالم كله قرية صغيرة " ص ٨١ .

كذلك أشار أبو الحجاج (١٩٩٨م:١٠) بأن الإنترنت هي شبكة الشبكات التي تخطت كل نطاق إقليمي أو محلي لتربط بين ملايين البشر في مئات البلدان في سائر أنحاء العالم. أما البغدادي (١٤١٩هـ) فيرى أن " الإنترنت مجموعة مفككة من آلاف وملايين الحاسبات المنتشرة في جميع البقاع حول العالم " ص ٣٠٥ .

كذلك يرى الزبيدي (١٩٩٩م:١١٤) بأن مفردة الإنترنت تعني شبكة عالمية من الحاسبات الآلية ، وتحتوي على شبكات منفصلة موصلة بعضها مع بعض في العالم مما يعطي لكل مستعمل للإنترنت القدرة على الاتصال بالآلات البعيدة عن بعضها والشبكات المحلية البعيدة أيضا والاتصال بحاسوب في أي مكان في العالم .

كما أشار متولي (١٩٩٩م) إلى أن شبكة الإنترنت " هي عبارة عن مجموعة من أجهزة الكمبيوتر المتصلة معا وهي ليست شبكة واحدة قائمة بذاتها وإنما هي شبكة من الشبكات التي تتبادل المعلومات فيما بينها دون قيد أو رقيب " ص ١٧ .

ويرى غراب وحجازي (١٩٩٩م) أن شبكة الإنترنت " هي شبكة واسعة النطاق موزعة على أغلب مناطق العالم مكونة من شبكات أخرى عديدة ويمكن من خلالها تبادل المعلومات بين كل الأجهزة المرتبطة بها على نطاق العالم " ص ٢٣٢ .

أما الصالح (٢٠٠٠م) فقد أوضح أن الإنترنت " هي شبكة اتصالات عالمية يرتبط بها عشرات الآلاف من الشبكات الحاسوبية المختلفة من حيث الحجم والنوع ويتم ارتباطها بواسطة أنظمة اتصالات وبروتوكولات يطلق عليها ( TCP / IP ) " ص ٣ .

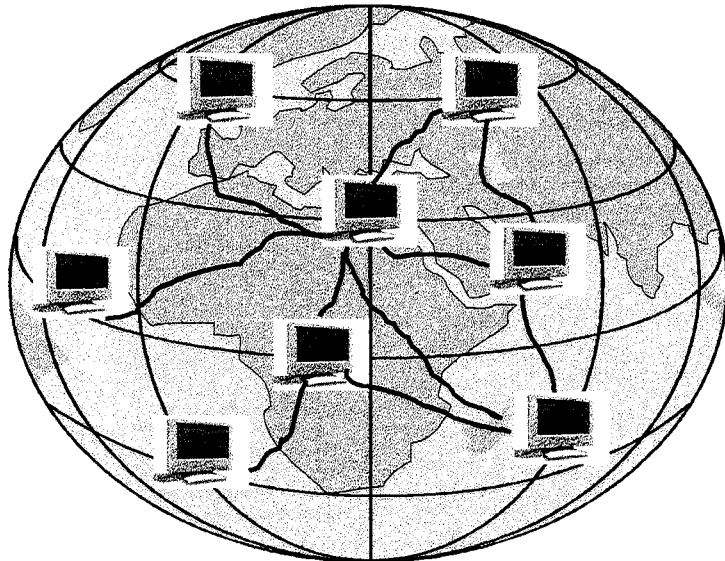
وأما الدنانى (٢٠٠١م:٣٦) يشير إلى أن كلمة إنترنت لغويا مشتقة من شبكة المعلومات الدولية اختصارا للاسم الإنجليزي (International Net Work) ويطلق عليها عدة تسميات منها الشبكة (The Net) أو الشبكة العالمية (World Net) أو شبكة العنكبوت (The Web) أو الطريق الإلكتروني السريع للمعلومات ( Electronic Super High Way ) .

أما رصاص (د.ت:٢١) فقد أوضح أن الإنترنت هي المعرفة البشرية المبعثرة في الفضاء التحكمي ، وهي أكبر مكتبة في العالم وأضخم بريد .

وفي ضوء ما تقدم استعراضه حول مفهوم الإنترنت استخلصت الباحثة تعريفا يتفق مع الدراسة الحالية بحيث عرّفت الإنترنت بأنه : مجموعة من شبكات الحاسبات الآلية ، هذه الشبكات ارتبطت مع بعضها بهدف تكوين شبكة عالمية للاتصالات ، تجمع العالم على أرض واحدة ، بحيث يستطيع الفرد في أي مكان في العالم تبادل المعلومات والأفكار والثقافات دون قيود ، ويمكننا أخيرا أن نجمل مفهوم الإنترنت في الشكل التوضيحي رقم (٦) .

شكل رقم (٦)

مفهوم الانترنت العام .



## نشأة الإنترنت ومراحل تطوره :

تعتبر الإنترنت أقدم شبكة في العالم ، حيث مرت بمراحل عديدة منذ ظهورها ، ويشير المدني (١٩٩٦م:١٦) إلى أن شبكة الحاسوب العالمية إنترنت بدأت في عام (١٩٦٩م) في الولايات المتحدة الأمريكية كمشروع تجريبي لوكالة مشاريع الأبحاث المتقدمة التابعة لوزارة الدفاع الأمريكية ، وكان الهدف الأساسي لهذا المشروع التجريبي هو إيجاد وسيلة فاعلية لربط أجهزة الحاسوب بشبكة اتصال بيانات عبر مساحة جغرافية واسعة يستخدمها العلماء والباحثون في عدد من الجامعات ومراكز البحوث الأمريكية لتبادل المعلومات ونتائج البحوث التي يقومون بها ، وقد أطلق على هذه الشبكة اسم أربانت (Arpanet) .

وأما التقفي (١٤١٧هـ:٤) فقد اتفق مع المدني (١٩٩٦م:١٦) في أن الإنترنت قد نشأت في عام (١٩٦٩م) بواسطة وزارة الدفاع الأمريكية ، وأوضح بأنه قد تم ربط أربعة أجهزة حاسب آلي في عدد من الولايات الأمريكية باستخدام بروتوكول خاص لتنظيم حركة نقل وتبادل المعلومات بين تلك المراكز والأجهزة المختلفة ، وتم ذلك بنجاح ، ثم تم ربط العديد من الجهات الأكاديمية بهذه الشبكة في مختلف جهات الولايات المتحدة الأمريكية ، ونتيجة لهذا الإنجاز فقد اتسعت دائرة الانضمام لهذه الشبكة في منتصف الثمانينات لتشمل العديد من أقطار العالم ، ثم انضم إلى هذه الشبكة العديد من المؤسسات الحكومية والأهلية والأفراد على اختلاف اهتماماتهم ، وعرفت الشبكة في تلك الفترة باسم إنترنتورك (Internet work) ومن ثم اختصرت إلى إنترنت (Internet) .

وأما شذى الدركلي (١٩٩٧م:٣٥) فقد أوضحت بأن الإنترنت تطور خلال السبعينات والثمانينات ، وفي عام (١٩٨٦م) أنشأت مؤسسة العلم القومية الأمريكية شبكتها ليستفيد منها الباحثون في شتى التخصصات العلمية ، ثم تطور ذلك إلى تنوع شامل لتوزيع المعلومات التي تستخدمها المؤسسات العلمية والمكتبية لغرض تعميم فائدتها على أكبر عدد ممكن من الباحثين وعموم الناس .

كذلك ذكر العوفي ومرداد (١٩٩٨م:٥٣) أن البدايات الحقيقية لنشأة الإنترنت وتطورها يعود للاهتمام الكبير بتطوير علوم الحاسوب والاتصال وتقنياتها في الولايات المتحدة الأمريكية بعد الحرب العالمية الثانية .

وأشار الصالح (٢٠٠٠م:١) إلى أنه ظلت الشبكة الإلكترونية تسمى باسم أربانت (Arpanet) حتى حلول عام (١٩٩١م) حين أزالته الحكومة الأمريكية آخر الحواجز أمام استخدام الشبكة الإلكترونية من قبل الجمهور ومن ثم سميت الشبكة إنترنت وانتشر استخدامها يوماً بعد يوم مما زاد من اتساع آفاق تلك الشبكة .

وأما الدناني (٢٠٠١م:٥١) فقد ألقى الضوء على نشأة الإنترنت ومراحل تطوره حيث أشار إلى أنه في عام (١٩٥٧م) أمر الرئيس الأمريكي بإيجاد قاعدة بيانات وتأمين عدم إتلافها إذا قامت حرب نووية ، وفي عام (١٩٦٩م) تم إنشاء وكالة البحوث المتقدمة الأمريكية ، ثم ربط خمسة عشر هيئة وجامعة بالإنترنت وكان ذلك في عام (١٩٧١م) ، بعد ذلك في عام (١٩٧٢م) عقد المؤتمر الدولي الأول لاتصالات الحاسوب ، وظهرت خدمة البريد الإلكتروني وفي عام (١٩٧٣) انضمت بريطانيا والنرويج إلى الشبكة وأصبحت أربانت (Arpanet) شبكة دولية ، بعد ذلك برزت خدمة المجموعة الإخبارية وكان ذلك في عام (١٩٧٩م) ، وفي عام (١٩٨٤م) انتقلت إدارة أربانت (Arpanet) إلى مؤسسة العلوم الوطنية الأمريكية ، ثم ارتفع عدد مراكز المعلومات المرتبطة بالشبكة ، وفي عام (١٩٨٩م) تم ربط كمبيوتر للشبكة لتصبح أول شبكة تجارية بالإنترنت ، وبلغ عدد الحواسيب المرتبطة بالشبكة حوالي مائة ألف حاسوب ، وفي عام (١٩٩٠م) تم فصل أربانت (Arpanet) عن الخدمة ودخلت إلى الإنترنت ، وفي عام (١٩٩١م) بدأ ظهور خدمة البحث ، وبعد ذلك بدأ الاستخدام الشخصي للإنترنت في عام (١٩٩٤م) بشكل واسع وفي عام (١٩٩٥م) بدأ تواجد خدمة الإنترنت في الأقطار العربية بشكل تجاري .

مما سبق تجد الباحثة أن جميع الباحثين اتفقوا على أن نشأة الإنترنت كانت في الولايات المتحدة الأمريكية ، وأن شبكة أربانت (Arpanet) هي البذور الأولى لشبكة الإنترنت والتي أنشئت بواسطة وزارة الدفاع الأمريكية التي افترضت وقوع كارثة نووية فأرادت أن تقوم بإيجاد شبكة اتصالات تستطيع أن تستمر في الوجود حتى في حالة هجوم نووي ، وبعد انتهاء شبكة الأربانت (Arpanet) وذلك نتيجة عوامل سياسية وتقنية ظهرت شبكة الإنترنت الحالية ، ومن ذلك الحين اتسعت الإنترنت ونمت بسرعة هائلة وأقامت كيانات إلكترونية ضخمة .

## إدارة الإنترنت و امتلاكها :

كثير من الناس يعتقدون أن هناك جهة تمتلك الإنترنت وتتحكم فيه وهذا غير صحيح فبالرغم من أن وزارة الدفاع الأمريكية هي التي بذرت البذور الأولى لشبكة الإنترنت إلا أنه في الوقت الحالي لا أحد يملك الإنترنت أو يتحكم فيها . وأشار سمو (د.ت:٢٣٦) إلى أنه قد يفاجأ الكثيرون عندما يتضح لهم أن الإنترنت لا يملكه أحد ولا يسيطر عليه أحد وليس له إدارة مركزية ، فصاحب الكمبيوتر الذي دخل الشبكة يملك الكمبيوتر بنفس القدر يملك شريحة في الشبكة تعادل الكمبيوتر الذي يستخدمه ، وشركة الاتصالات تملك جزءا من الشبكة وهو الجزء الموصل بين صاحب الحاسب الآلي والشبكة ، وكلاهما جزء من الشبكة الدولية للإنترنت وإحدى عناصرها المكملة لها .

ويرى الوتار (١٩٩٦م:٦) أن شبكة الإنترنت ليست ملكا لجهة محددة أو مؤسسة حكومية أو مستقلة ، لكنها تعتبر ظاهرة تكنولوجية عالمية .

كذلك يرى العامري (١٩٩٧م:٦) أن الإنترنت هو مشروع تعاوني لا يمتلكه أي شخص أو مجموعة .

أما أبو الحجاج (١٩٩٨م:١٦) فقد ذكر أن الإنترنت لا يملكه أحد ، ولكن العمود الفقري في الولايات المتحدة الأمريكية تموله مؤسسة العلوم الوطنية ، ويدعمه من الناحية الفنية مجموعة الدعم الهندسي للإنترنت ، وهي لجنة من العلماء والخبراء تعمل من أجل بحث المواضيع الفنية والمتعلقة بدعم الإنترنت .

أما الدناني (٢٠٠١م:٥٠) فقد أشار إلى أن شبكة الإنترنت لا تتبع ملكيتها لجهة ما، أو تتحكم فيها جهة أو تدار من قبل دولة من الدول ، وإنما يشرف عليها جمعية ومجلس استشاري يقومان بمهمة وضع المواصفات .

وعلى ضوء ما سبق ترى الباحثة بأن كل مستخدم للإنترنت مسؤول عن جهازه ، وأنه لا يوجد مركز محدد لهذه الشبكة العالمية ، ويمكن لأي دولة أو مؤسسة أو فرد الارتباط بها ، سواء كمستخدم أم موفر للمعلومات أم موفر لخدمة الاتصالات ، فهناك ملايين خلف هذه الشبكة يتشاركون في مكوناتها ، كل منهم يقوم بتشغيل جزء منه كما يدفع تكاليف ذلك ، وكل شبكة تتعاون مع الأخرى لتوجيه حركة مرور المعلومات حتى تصل لكل منهم وبمجموع هؤلاء تتكون الشبكة العالمية .

## تقدير عدد مستخدمي الإنترنت على نطاق العالم :

اتسعت الإنترنت ونمت بسرعة ، ومن المتوقع أن يرتفع عدد مستخدمي الإنترنت بشكل حاد خلال السنوات المقبلة .

قام مركز أبحاث موقع (Commerc.Net:N.D) بتقدير عدد السكان الذين يستخدمون الإنترنت في جميع أرجاء العالم وذلك من عام (١٩٩٤م) حتى يناير عام (٢٠٠٠م) حيث تم جمع المعلومات من عدد من المصادر في جميع أرجاء العالم ، ويوضح الجدول رقم (١) عدد السكان الذين يستخدمون الإنترنت .

### جدول رقم (١)

عدد السكان الذين يستخدمون الإنترنت .

أفريقيا	٢,١ مليون
آسيا / المحيط الهادي وأستراليا	٤٠ مليون
أوروبا	٧٠ مليون
الشرق الأوسط	١,٩ مليون
كندا والولايات المتحدة الأمريكية	١٢٠ مليون
أمريكا الجنوبية	٨ مليون
الإجمالي العالمي	٢٤٢ مليون

كذلك طبقا لما ذكرته شبكة (DIT net) سوف يكون هناك (١٢) مليون مستخدم عربي للإنترنت بنهاية عام (٢٠٠٢م) وذلك حسب ما توقعته إحدى الدراسات الحديثة بالوحدة البحثية من مجلة إنترنت الوطن العربي ويوجد حاليا (١,٩) مليون مستخدم للإنترنت ومن المتوقع تضاعف هذا العدد كل سنة .

كذلك أوضح موقع (Ajeeb.Com,2001) أنه وفقا لإحصائيات مؤسسة (Nielsen Net Ratings) اتضح أنه ما زالت الولايات المتحدة الأمريكية تتربع صدارة العالم في استخدام سكانها للإنترنت ، حيث إنه ٦٠% من عدد سكانها يستخدمون الشبكة ، وتليها في الترتيب السويد ، ومن ثم النرويج ، ثم أيسلندا وكندا وهونج كونغ والدانمارك وهولندا



وسنغافورة واسبانيا وفنلندا ونيوزيلندا والنمسا وكوريا الجنوبية وسويسرا والمملكة المتحدة واليابان وتايوان وايرلندا وبلجيكا وألمانيا .

وأشار موقع (Annabaa.org,1420) أن هناك (١٦٥) مليون مشترك في الإنترنت في العالم منها :

٩٠,٦٣ مليون مشترك في الولايات المتحدة وكندا .

٤٠,٠٩ مليون مشترك في أوروبا .

٢٦,٩٧ مليون مشترك في آسيا والمحيط الهادي .

٥,٢٩ مليون مشترك في أمريكا الجنوبية .

١,١٤ مليون مشترك في إفريقيا .

٠,٠٨٨ من المليون في الشرق الأوسط .

٦٠٠ ألف مشترك في إسرائيل .

١٣٠ ألف مشترك في مصر .

٨٨,٥٢٢ ألف مشترك في الإمارات .

٤٦,٦٣٨ ألف مشترك في السعودية والبحرين .

٤٣,٨٢٨ ألف مشترك في لبنان .

٤٢,٣٥٠ ألف مشترك في الكويت .

٢٠ ألف في الأردن وسلطنة عمان .

١٧ ألف مشترك في قطر .

كما أشار الحسن (٢٠٠١م) إلى أن مجموعة المستشارين العرب ذكروا بأن أعداد مستخدمي الإنترنت في كل من المملكة العربية السعودية ، الكويت ، الإمارات ، عمان ، قطر ، البحرين ، الأردن ، مصر ، يبلغ حاليا أكثر من مليوني مستخدم .

وحول تقدير عدد مستخدمي الإنترنت في البلدان العربية قام موقع (Ajeeb.com,2001) بعمل إحصائيات ذكر فيها أن هناك أكثر من (٣,٥٤) مليون مستخدم للإنترنت في البلدان العربية ، وكان ذلك وفقا للمسح الإحصائي الذي أجرته وحدة أبحاث عجيب ، وقد أحرزت دولة الإمارات العربية المتحدة معدلات الاستخدام الأعلى

والأسرع عربيا ، تليها مباشرة البحرين ثم قطر ، وتتوقع أبحاث عجيب كوم أن عدد المستخدمين في الدول العربية سيتراوح بين (١٠-١٢) مليونا مع نهاية عام (٢٠٠٢م) .  
وبناء على ما سبق ترى الباحثة بأن شبكة الإنترنت لا تعرف الحدود والمسافات ، فهي في متناول الجميع في شتى أرجاء العالم ، ونلاحظ من خلال ما تقدم أن عدد مستخدمي الإنترنت في العالم العربي لا يزال منخفضا بالنسبة لباقي دول العالم ، ولكن يجمع الباحثون على أنه من المتوقع أن يتضاعف عدد مستخدمي الإنترنت في العالم العربي خلال الأعوام القادمة .

### الآثار الإيجابية والسلبية للإنترنت :

اختلفت وجهات النظر نحو الإنترنت ، فهي عند بعض الباحثين - كما سيتم ذكره - تزيد العلاقات الاجتماعية وتحسنها محررة الفرد من العوائق الجغرافية والزمنية ، فهي تفتح له نوافذ متعددة ليتواصل مع العالم وتنقله إلى آفاق التقدم . بينما يرى بعضهم الآخر أن الإنترنت تنزع الفرد من محيطه ليقوم علاقات مصطنعة مع الأعراب ، وتعزله بذلك عن أسرته ومجتمعه ، فهي تفسد المجتمع وتهشم كل ما تعلمه الفرد وحفظه ودرج عليه .  
وذكر رينتال (Rintala,1998:369) رؤية بعضهم بأن تطور تكنولوجيا الإنترنت يساهم في وجود مجتمع عالمي ، ولكن بعضهم الآخر يتحدى هذا القول ويعتبره أكذوبة حيث إن الإنسان أصبح يعيش لحياته بشكل أكثر داخل الفضاء الإلكتروني ، ويكون الناتج النهائي لذلك هو اغترابه .

إن للإنترنت آثارا إيجابية كثيرة فقد امتلأت بكنوز المعرفة والعلم ، فهي أحدث وسيلة لنقل الخبر والمعلومة حيث يوجد بها العديد من المواقع العلمية والأدبية والإسلامية والسياسية .

وأشار القاسم (١٩٩٦م:٣٣) إلى أن فوائد الإنترنت تتنوع بتنوع المستخدمين ، ففي النواحي العلمية يمكن للباحث أن يطلع على أحدث الأبحاث والمقالات العلمية حتى قبل أن تنشر في المجلات العلمية ، كذلك يمكن للباحث أيضا أن يطلع على مجموعة الأخبار التي هي في مجال تخصصه ، وبذلك يطلع على المواضيع الحديثة والمؤتمرات ومواعيدها ، ويمكنه أن يطرح تساؤلاته وسوف تأتيه الإجابات من كل مكان في العالم ، كذلك يستطيع

الشخص إرسال رسالة من أي مكان في العالم بطريقة سريعة وميسرة ، وذلك عن طريق البريد الإلكتروني الذي يعتبر من أفضل وأسرع طرق الاتصال حاليا .

وأما التقفي (١٤١٧هـ:٦) فقد أوضح أن من فوائد الإنترنت ما يلي :

- ١) تسهيل التعاملات والمراسلات في شتى المجالات .
  - ٢) متابعة الدوريات والنشرات والمجلات على مختلف مجالاتها العلمية والاقتصادية والثقافية والاجتماعية والتجارية وغير ذلك .
  - ٣) الحصول على مختلف البرامج والدراسات والتقارير المجانية التي تتوافر من قبل الجهات أو الأفراد أكاديمية كانت أو تجارية .
  - ٤) تقديم العديد من الخدمات في مجالات السياحة والسفر والأنشطة الدولية المختلفة .
- وأوضح الماضي (١٩٩٧م:٤٦) أن الإنترنت أحدثت ثورة معلوماتية لها إيجابياتها والتي تتمثل في :

- ١) البحث الفوري للمعلومة في أي لحظة ومن أي مكان ، وبسهولة متناهية سواء كانت تلك المعلومة تجارية أو ثقافية أو علمية أو ترفيهية .
- ٢) الاتصال الهاتفي من جهاز حاسب إلى آخر عن طريق الصوت والصورة من أي نقطة في العالم وإلى أي نقطة أخرى .

ويرى مصيلحي (١٩٩٧م:٨١) أنه من خلال الإنترنت يمكن الوصول إلى نوعين من الأشياء هما : الأشخاص والمعلومات ، وكل منهما يمكن أن يساعد في التحصيل الأكاديمي ، حيث إنه عن طريق الإنترنت يمكن الاتصال بالأشخاص الآخرين الذين لهم نفس اهتماماتك ، وقد يكون لديهم خبرات ومعارف لا تتوفر لديك ، وأما المعلومات فإن الإنترنت يعتبر وسيطا جيدا للحصول على كميات كبيرة من المعلومات .

إن شبكة الإنترنت تقدم مزايا عديدة فهي تمكن الشخص من أن يقوم بزيارات إلى مدن العالم وهو في مكانه ، فيزور متاحفها ، ويطلع على إنتاجها العلمي ، ويزور أسواقها لينتقي منها ما يشاء من المنتجات ويطلب شحنها إليه . (عباس،١٩٩٨م:٩) .

وأضاف فيريس (Ferris,N.D) أن الإنترنت لها العديد من الفوائد الضرورية والهامة ففي العديد من النواحي نجد أنها تجعل حياتنا أكثر بساطة .

ويمكن إيضاح أهم فوائد الإنترنت على النحو التالي :

- (١) تتيح للمجتمع الإسلامي أن ينشر المعلومات الإسلامية على الساحة الدولية وذلك بعدة لغات .
  - (٢) يسمح بريدها الإلكتروني للمشارك إرسال واستقبال وتبادل الخطابات والوثائق ونقل الملفات إلى المؤسسات والشركات .
  - (٣) توفر شبكة الإنترنت حجما كبيرا من المعلومات ومصادرها كالبحوث الأكاديمية ، وذلك لأن الشبكة تضم أكثر من خمسة ملايين ملف ووثيقة متاحة للبحث والإطلاع .
  - (٤) يمكن لكل مشترك في شبكة الإنترنت قراءة الصحف والمجلات الموجودة في أنحاء العالم .
  - (٥) تتيح شبكة الإنترنت فرصة عظيمة للمرضى إذ تعتبر وسيلة تمكنهم من استشارة أي طبيب في العالم وعرض كامل التقارير الصحية .
  - (٦) يمكن من خلال شبكة الإنترنت فتح قنوات للحوار المشترك المباشر في جميع أنحاء العالم .
  - (٧) توفير خدمات عديدة لرجال الأعمال منها إمكانية إجراء العديد من الصفقات التجارية بدون السفر والانتقال .
  - (٨) تعتبر شبكة الإنترنت وسيلة إعلانية متطورة وحديثة . (التمار، د.ت:٢١) .
- وترى الباحثة أن الإنترنت خير وسيلة لمن أراد أن يدعو ويعرف الناس بالدين الإسلامي وبالتاريخ الإسلامي ، حيث يمكن لأي شخص الوصول إليه من أي مكان في العالم ، فهو متاح للجميع ، بحيث أصبح الفرد يعرف كثيرا من الأمور في أقل وقت ممكن بحكم التعداد اللانهائي لمصادر المعلومات، ولكن بالرغم من الفوائد العديدة التي يجنيها الفرد من استخدام شبكة الإنترنت إلا أنه في نفس الوقت قد يجني منها آثارا سلبية تنعكس على حياته .
- إن الانفتاح غير المقنن عبر الإنترنت على الثقافة الغربية بما تحمله من قيم وأخلاقيات لا تتوافق مع قيمنا الإسلامية ، ستترك بلا شك آثارا سلبية على الفرد ومن ثم على المجتمع . موقع (Albayan.co.ae,1999) .

إلا أنه لا يمكن أيضا إغفال ما للإنترنت من أضرار ثقافية تبرز في قضية اللغة العربية والمحافظة عليها ، حيث نجد أن اللغة الإنجليزية قد هيمنت على الإنترنت ، وهذا بلا شك سوف يؤثر في عرض الثقافة الإسلامية والعربية عبر الإنترنت .

(الموسى، ١٤٢٠هـ: ١) .

إن الإنسان بات في اعتقاده أن التكنولوجيا الجديدة للاتصال ستبشر العالم بعودها بالسعادة والانسجام معها ، ولكن يبدو أنها تقود البشر إلى مزيد من العزلة والتفكك ، فهي تحرر الفرد من الحواجز المادية ، لكنها تفرقه في مزيد من الحواجز النفسية والأخلاقية . وعندما يشعر الفرد بأنه يحصل على كل شيء يريد دون أن يكون في إطار الاجتماع والتكافل مع الآخرين ، فإنه يبدأ بالانعزال تدريجيا عن المجتمع ، خصوصا أن الإنترنت يقدم له واقعا اجتماعيا فرضيا يجتمع فيه إلكترونيا مع الآخرين دون أن يكون هناك أي تواصل إنساني حقيقي . هذه العزلة الفردية تولد عند الإنسان اغترابا عن الواقع والمجتمع خصوصا عندما يبدأ بالتهرب من مسؤولياته الحقيقية في مجتمعه . فالإنترنت خلف واقعا جديدا أدى إلى إضعاف غريزة الميل للتواصل الحي مع الآخرين ، فالشعور بالفردية تقود الفرد للعيش في عالم وحيد بلا عاطفة وإحساس ، وكلما زاد الإنترنت تطورا كلما ازداد الأفراد عزلة وغربة ، وكلما تصور الفرد أنه عندما ينال المعلومات الوفيرة يزداد حرية كلما شعر بالاختناق ، حتى أصبح لا يملك أي إحساس بتفرده واستقلاليتيه الشخصية . (معاش، ٢٠٠٠م: ١٠) .

ويرى رينتال (Rintala,1998:369) أن التكنولوجيا سوف تؤدي بنا إلى الانفصال والاعتراب عن بعضنا .

كما يوضح صالح (٢٠٠١م: ١٧٦) أن الدراسات الحديثة وجدت علاقة قوية بين استخدام الإنترنت ومشاعر العزلة الاجتماعية والاكتئاب والوحدة .

وذكر عدد من المتخصصين أن استخدام الإنترنت يسبب معاناة الفرد من الاكتئاب والوحدة . موقع (albayan.co.ae,1999) .

وتؤكد بعض الدراسات أن للإنترنت نتائج سلبية منها : فقدان الحس الاجتماعي وسط الأسر ، وسيطرة الشاؤم تخوفا من تحطيم وانهيار العلاقات الاجتماعية .

موقع (albayan.co.ae,N.D) .

علاوة على تزايد مساوئ استخدامه متمثلة في ازدياد نسبة إهمال الأمهات لأطفالهن الصغار بسبب قضاء أوقاتهن سواء ليلاً أم نهاراً أمام الإنترنت وحتى ساعات متأخرة من الليل ، وأكد ذلك ما جاء في التقرير السنوي لعام (١٩٩٩م) للرعاية والطفولة بهولندا والذي أكد أن زيادة نسبة حوادث الأطفال كانت بسبب إدمان أمهاتهم على الإنترنت . موقع (albayan.co.ae,2000) . إن الإنترنت تخرب الروابط الاجتماعية ، لأنها تغير من طبيعة العلاقات الإنسانية بتشجيعها لشكل من الاتصالات يجري دون احتكاك فعلي ، وإنه سوف يقضي على الصلات الاجتماعية والمقابلات الشخصية ، ففي الوقت الحاضر أصبحت المراسلات والحوارات الكتابية عبر الإنترنت هي الشائعة للاتصال بالأقارب والأهل ، وهذا بلا شك سوف يقلل من الاتصال المباشر حيث حلت الاتصالات عبر الإنترنت مكان الاتصالات التقليدية . (دوفور، ١٩٩٨م:١٣٣) ، (الموسى، ٢٠٠٤هـ:١) . وأوضح رينتال (Rintala,1998:369) أن الإنترنت أصبح يقلل من فرص الاتصال بالأشخاص الذين نعرفهم معرفة حقيقية ، حيث أصبح الفرد يقضي معظم أوقاته في الجلوس أمام الإنترنت .

ويرى أتكينهد (Aitkenhead,1998:13) أنه كلما زاد استخدام الأفراد للإنترنت انخفض التفاعل الأسري وتقلص حجم الدائرة الاجتماعية ، وكلما زاد استخدام الأفراد للإنترنت ازداد شعورهم بالعزلة والاكتئاب والحزن .

كذلك أوضح فينشيل (Fenichel,1997:2) أن الأفراد الذين يقضون مقداراً غير متجانس من الطاقة والوقت في استخدام الإنترنت بدلاً من قضاء الوقت مع الأسرة يكون لديهم أساليب معرفية إدراكية مميزة ومنحرفة ، تتضمن فقدان التوجه إلى هدف ، وضعف الانتباه ، وأساليب معيشية خاطئة ، وانفصالاً أو تمزقاً في العلاقات الاجتماعية ، حيث إنهم في الأغلب يستخدمون الإنترنت بوصفه البؤرة أو النقطة المحورية لجميع اتصالاتهم بالعالم .

ويرى بعض الباحثين أن عالم الإنترنت يتيح الفرصة للخداع وانتحال الشخصيات وتبديل الأدوار بصورة تؤدي إلى تشويه مفهوم العلاقات الإنسانية . (كامل، ٢٠٠٢م:٨٦) .

وترى الباحثة أننا في حاجة ماسة كبشر إلى أن نتصل اتصالاً مباشراً مع بعضنا لكي نكون علاقات فيما بيننا ، وهذا لا يمكن أن يحدث بطريقة إلكترونية .

إن الخبراء يقسمون الآثار السلبية الناتجة عن استخدام الإنترنت بعدة طرق مختلفة فمنهم من يقسمها إلى قسمين رئيسيين وهي :  
الآثار قصيرة المدى ، الآثار بعيدة المدى .  
ومنهم من يقسمها إلى: آثار بدنية ، آثار اجتماعية .

ولكن التقسيم الحديث هو خليط من هذا وذاك حيث توجد هناك :

(١) آثار بدنية ونفسية قصيرة المدى : وتشمل توتر وإجهاد عضلات العين والقلق النفسي وضعف التركيز .

(٢) آثار بدنية ونفسية بعيدة المدى : أي تأخذ فترة أطول لظهورها ، ومنها آلام العضلات والمفاصل والعمود الفقري ، وظهور حالة من الأرق والانفصال النفسي عن عالم الواقع ، والعيش وسط الأوهام والعلاقات الخيالية . (عباس، د.ت:١) .

كما أشارت الدراسات إلى أن هناك الكثير من الأعراض المرضية المتعلقة بقضاء وقت طويل في عالم الخيال الإلكتروني منها : الدوخة ، وتشويش الأفكار ، والأرق ، والنرفزة ، وفقد المهارات الاجتماعية ، وزيادة اللامبالاة بالمستقبل . وكذلك ذكر الخبراء في سنغافورة أن استخدام الإنترنت لفترات طويلة حرم الأفراد من الحصول على القسط الكافي من النوم ، وذلك نتيجة لغزو الإنترنت لمجتمعهم ، بحيث يسعى الفرد لتكديس أكبر عدد ممكن من الأنشطة في ساعات اليوم . موقع (albayan.co.ae,1999) .

وقد كشفت التجارب الواقعية أن الأفراد الذين يقضون ساعات طويلة أمام أجهزة الكمبيوتر وهم مشدودون في مقاعدهم ومبهورون بعالم الإنترنت غير المحدود قد أصيبوا باضطرابات شخصية وأسرية واجتماعية شديدة الخطورة نتيجة الاستخدام المبالغ فيه لتلك الشبكة . (أبو سريع، ٢٠٠٠م:١) .

كما تشير التوقعات إلى أننا سنتحول جميعاً في الألفية الثالثة إلى مدمنين للتقنية العالية ، بحيث نستخدم الإنترنت لممارسة كافة نشاطاتنا من التسوق وحتى مزاوله الحياة الاجتماعية . وتشير صحيفة آل موندو اليومية الأسبانية إلى أن (التكنوفوبيا) أو الخوف من عدم القدرة في السيطرة على التكنولوجيا سيكون على الأرجح من أهم

المشكلات النفسية في المستقبل ، ويتوقع أن يسفر الكم الهائل من المعلومات عن الإصابة بفقدان الهوية الذاتية ، وهو المرض الذي يفقد معه الأشخاص القدرة على اتخاذ القرارات، ويحتمل أن تظهر حالات الإصابة بمرض الفوبيا بسبب مشاعر الشك والخوف من ارتكاب الخطايا . موقع (suhuf.net.sa,2000) . وقد حذر عدد من الخبراء النفسيين الأوروبيين من أن أي شخص يبحر عبر شبكة الإنترنت لأكثر من أربع ساعات يوميا يعد من الناحية الإكلينيكية مريضا وفي حاجة إلى علاج طبي ، وقال هؤلاء الخبراء الذين يضمهم الاتحاد الأوروبي للعلاج النفسي أن من يدمنون الإبحار عبر الإنترنت بشكل يومي ينبغي معاملتهم على قدم المساواة مع المدمنين على تعاطي الخمر ويلزمهم بالتالي الخضوع للعلاج الصحي . موقع (albayan.co.ae,1999) .

وعلى الرغم من أن الدول العربية عرفت شبكة الإنترنت ، وتزايد فيها أعداد المستخدمين إلا أن هناك من يحذر من إدمان استخدام الإنترنت الذي يعتبر مجلبة لكثير من الأمراض النفسية . موقع (albayan.co.ae.N.D) .

وترى الباحثة أن الإفراط في استخدام الإنترنت والانغماس في أنشطته لدرجة إهمال المسؤوليات المترتبة على الفرد وذلك بهروبه من الواقع وقضاء وقته في عالم افتراضي قد يشكل ذلك خطرا كبيرا ينتج عنه إدمان مرضي يعرف بإدمان الإنترنت ، وفي ذلك ذكرت يونج (Young,1996:1) أن التقارير البحثية أوضحت أن بعض مستخدمي الإنترنت يصبحون مدمنين إنترنت بنفس الأسلوب الذي من خلاله يصبح الآخرون مدمنين للمخدرات أو الخمر ، وهذا بدوره يسبب فشلا دراسيا وانخفاضا في أداء العمل وخلافات زوجية .

وقد ذكرت ساراباندو (Sarabando,1998:1) أن أعراض إدمان الإنترنت تتمثل في ما يلي :

- ١) استخدام الإنترنت يوميا دون إغفال يوم .
- ٢) حرمان الفرد نفسه من النوم وذلك من أجل قضاء الوقت على الإنترنت .
- ٣) انشغال التفكير الدائم بالإنترنت عندما يكون الفرد بعيدا عنه .
- ٤) نسيان الوقت بعد الارتباط بالإنترنت .
- ٥) الخروج قليلا جدا من المنزل وذلك بسبب تولع المستخدم بالإنترنت .



٦) شكوى الآخرين من الفرد بقضائه الكثير جدا من الوقت على الإنترنت .

وتلاحظ الباحثة أن مجمل هذه الأعراض تؤثر تأثيرا سلبيا على حياة الفرد فاستخدامهم الإنترنت يوميا يؤثر على حياة الفرد الاجتماعية والعملية ، كذلك يتأثر الفرد صحيا وذلك بسبب الحرمان من النوم من أجل البقاء على الإنترنت لمدة أطول ، كذلك يصاب الفرد بالقلق والتوتر وعدم التركيز ، وذلك نتيجة التفكير الدائم في الإنترنت عندما يكون بعيدا عنه . كما أن ارتباط الفرد بالإنترنت ونسيانه الوقت أدى إلى قصور الفرد في أدائه لمسؤولياته وواجباته ، ونجد كذلك أن الفرد قد يحرم نفسه من الخروج والاستمتاع بمباهج الحياة بسبب تولعه بالإنترنت مما يؤثر ذلك على الفرد نفسيا واجتماعيا ويهدد حياته بالفشل العائلي نتيجة لشكوى الآخرين منه بسبب قضائه الكثير جدا من الوقت على الإنترنت . وترى الباحثة بأنه ينبغي علينا مراعاة الاتزان في الوقت الذي نستخدم فيه الإنترنت ، فكل جديد يفيد إذا دخل إلى حياتنا في سياقه الطبيعي .

كذلك أشار القدهي (١٤٢٢هـ:٦٧) إلى أن من يدعي أن شبكة الإنترنت ستفادى الآثار السلبية لها فهو إدعاء خاطئ لأن التجربة تؤكد أن الإنسان يتأثر سلبيا أو إيجابيا بما يشاهد .

وأخيرا يرى كامل (٢٠٠٢م:٨٠) أن الإنترنت مجتمع عالمي قد امتلأ بالعديد من الإيجابيات والسلبيات والإنسان الناجح هو الذي يمتلك معايير الاختيار الذي يجعله قوي الإيمان ، قوي العقل ، متميزا في إنتاجه وعمله ، صادقا وأميناً على نفسه وعلى الآخرين، وأنه يجب على مستخدم الإنترنت أن يكون لديه المناعة النفسية المرتفعة ضد الانهزامية وضد اكتساب السلوكيات غير الإنسانية الخالية من المبادئ والقيم ، والشكل رقم (٧) يوضح الآثار السلبية المترتبة على الاستخدام السيئ للإنترنت ملخصاً لما ذكر .

## شكل رقم (٧)

الآثار السلبية المترتبة على الاستخدام السيء للإنترنت .



ثانيا : الدراسات السابقة :

قامت الباحثة باستعراض العديد من الدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع الدراسة الحالية ، ولكن على حد علم الباحثة لم تجد حتى الآن أي دراسة أجريت في مجال العلاقة بين الاغتراب النفسي والقلق العام واستخدام الإنترنت ، لذلك سوف تعرض

الباحثة في هذا الجزء الدراسات السابقة وفق ثلاثة محاور رئيسية وهي :

( أ ) دراسات أجريت في مجال الاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي .

(ب) دراسات أجريت في مجال القلق العام لدى الشباب الجامعي .

(ج) دراسات أجريت في مجال خصائص الشخصية لدى مستخدمي الإنترنت .

( أ ) الدراسات التي أجريت في مجال الاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي :

□ في المجتمع الأمريكي قام جلن (Glenn,1972) بدراسة عنوانها الاغتراب لدى طلاب الجامعة " دراسة مقارنة " وتهدف هذه الدراسة إلى إيجاد العلاقة بين الاغتراب وبين مجموعة من المتغيرات مثل : الديانة ، المستوى التعليمي ، الجنس ، مستوى الطموح ، العمر ، المستوى الاقتصادي الاجتماعي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٩٢) طالبا وطالبة من الجامعة في معهدين مختلفين ، معهد جنوب الولايات المتحدة الأمريكية ومعهد وسط الولايات المتحدة ، وقد استخدم الباحث مقياس الاغتراب من إعداداه وأوضحت النتائج إلى عدم وجود علاقة دالة بين الاغتراب وكل من الديانة ، والمستوى الاقتصادي الاجتماعي ، وتبين وجود علاقة بين الاغتراب والجنس حيث كان الذكور أكثر اغترابا من الإناث في كلا المعهدين . كذلك أظهرت النتائج وجود علاقة بين الاغتراب والسن حيث إن صغار السن أكثر اغترابا من كبار السن في كلا المعهدين ، وكشفت النتائج أيضا عن وجود علاقة موجبة بين الاغتراب ومستوى الطموح بالنسبة لطلاب معهد الجنوب فقط .

□ وفي جمهورية مصر العربية قام حافظ (١٩٨٠م) بدراسة عنوانها سيكولوجية الاغتراب لدى طلاب الجامعة " دراسة ميدانية " ، وتهدف هذه الدراسة بالتحديد إلى معرفة هل يعاني طلاب الجامعة من الشعور بالاغتراب ، وما هي أشكاله ومظاهره وأسبابه ودينامياته ، كذلك تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن علاقة عدد من المتغيرات الهامة مثل : السن ، الجنس ، المستوى الاقتصادي الاجتماعي ، المستوى التعليمي ، نوع التعليم ، الديانة . وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٥٢٠) طالبا وطالبة في المرحلة الجامعية من الكليات النظرية كلية الآداب ، كلية التجارة ومن الكليات العملية كلية الطب ، كلية العلوم ، واستخدم الباحث في دراسته مجموعة من الأدوات تتضمن كلا من مقياس الشعور بالاغتراب من إعداداه ، واختبار ساكس المعدل ، بالإضافة إلى المقابلات الإكلينيكية وتاريخ الحالة واستمارة لقياس المستوى الاقتصادي والاجتماعي ، وقد كانت من أهم النتائج أن طلاب الجامعة يعانون من الاغتراب من جميع مظاهر الشعور بالاغتراب الذي تختلف حدته باختلاف الكليات والأقسام ، كذلك يظهر الشعور بالاغتراب في جوانبه الإيجابية مثل الشعور بالسخط وعدم الانتماء أكثر من

المظاهر السلبية للاغتراب وهي : فقدان المعنى ومركزية الذات واللامبالاة والانعزال الاجتماعي ، كذلك أثبتت الدراسة بأن الاغتراب يختلف باختلاف السن بحيث يزيد لدى صغار السن من الطلبة عنه لدى الكبار ، وكذلك يختلف الاغتراب باختلاف المستوى الاقتصادي الاجتماعي بحيث يزيد الاغتراب لدى المستويات الاقتصادية والاجتماعية المنخفضة ، كذلك يختلف الاغتراب باختلاف الجنس حيث وجد أن الإناث أكثر اغترابا من الذكور . كما أثبتت النتائج أيضا أن طلبة الكليات النظرية أكثر إحساسا بالاغتراب من طلبة الكليات العملية .

□ وفي مصر أيضا قام أحمد ( ١٩٨١م ) بدراسة عنوانها "ظاهرة الاغتراب بين طلاب الجامعة في مصر" ، وتهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى اغتراب طلاب الجامعة في مصر ونوع اغترابهم ، وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٣٣٤) طالبا وطالبة من الفرق النهائية في كل من كلية الهندسة وكلية الآداب وكلية التربية بجامعة عين شمس ، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس اغتراب طلاب الجامعة من إعدادة ، وتوصل الباحث في دراسته إلى النتائج التي أشارت إلى وجود ظاهرة الاغتراب بين طلاب الجامعة وذلك بأبعاده الثلاثة وهي : الاغتراب عن الجامعة ، الاغتراب الاجتماعي ، الاغتراب عن النفس ، وكان الاغتراب الاجتماعي أكثرها تأثيرا يليه الاغتراب عن الجامعة ، ثم الاغتراب عن النفس ، كذلك أثبتت النتائج أن الاغتراب عن الجامعة وعن النفس أكثر انتشارا بين طلاب كلية الآداب ثم كلية التربية ثم كلية الهندسة ولا توجد فروق في الاغتراب الاجتماعي .

□ كذلك قام إبراهيم ( ١٩٨٧م ) في مصر بدراسة عنوانها "دراسة تحليلية للاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الشباب" وقد هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العوامل التي تحدد ظاهرة الاغتراب ، كما هدفت أيضا إلى دراسة العلاقة بين هذه العوامل وكل من التسلطية والقلق وتحقيق الذات ، وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٢١٤) شخصا من طلبة بعض الجامعات المصرية (جامعة القاهرة، جامعة عين شمس ، جامعة الزقازيق ، جامعة حلوان) وقد استخدم الباحث مقياس عين شمس (ع.ش) للاغتراب من إعداد الباحث ، ومقياس التسلطية من إعداد إدورنو وآخرون (١٩٥٠م) ومقياس القلق من إعداد رفعت (١٩٧٨م) ومقياس تحقيق الذات من تصميم شوستروم

(١٩٦٦م) . وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة بين الاغتراب وعوامله ومتغيرات الدراسة ، كما أوضحت نتائج الدراسة أن الاغتراب ظاهرة متعددة العوامل ، وأن الفرد حينما يغترب فإنما يغترب ككل نفسيا واجتماعيا وعضويا ، وأن الاغتراب يرتبط ارتباطا موجبا بكل من التسلطية والدوجماطيقية والقلق ، كذلك أشارت النتائج بالنسبة لتحقيق الذات إلى وجود علاقة سلبية بين تحقيق الذات والاغتراب ، وأن المغترب لا يستطيع أن يحقق ذاته لعجزه عن استثمار إمكانياته وقدراته ومواهبه .

❏ وفي المجتمع المصري أيضا قامت زينب النجار (١٩٨٨م) بدراسة عنوانها الاغتراب في محيط الشباب الجامعي " دراسة ميدانية " على عينة من شباب الجامعات في مدينة القاهرة وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على أنواع الاغتراب وأشكاله المختلفة بين الشباب الجامعي ، ومعرفة العوامل المؤدية إلى هذا الاغتراب ، كذلك تهدف إلى التعرف على نوع الدراسة والاغتراب بين الشباب الجامعي ، ومعرفة العلاقة بين عدم انتماء الشباب الجامعي للتنظيمات والأنشطة المختلفة بالجامعة والاغتراب ، بالإضافة إلى ذلك تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المستوى التحصيلي للشباب الجامعي والاغتراب ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٠٠) طالب وطالبة من جامعتي الأزهر وعين شمس ، واستخدمت الباحثة مقياسا لقياس ظاهرة الاغتراب من إعداد الباحثة ، وكذلك استخدمت الباحثة استمارة المقابلة التي تحتوي على أهم المعلومات التي تريد جمعها عن الموضوع ، وقد أثبتت النتائج أن الاغتراب ظاهرة موجودة بين شباب الجامعة ولكنها تختلف باختلاف نوع الدراسة والمستوى التحصيلي والجنس ونوع الكلية ، كما أوضحت النتائج أن الإناث أكثر اغترابا من الذكور وأكثر ميلا للعزلة .

❏ وفي المجتمع السعودي قام القريطي و الشخص (١٩٨٨م) بدراسة عنوانها ظاهرة الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى . وتهدف هذه الدراسة إلى تحديد نسبة انتشار الاغتراب بين عينة من الشباب الجامعي السعودي وعلاقته بكل من العمر الزمني والتخصص الأكاديمي والمستوى الدراسي والتحصيل الدراسي لأفراد العينة ، وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٣٨٢) طالبا بجامعة الملك سعود استخدم الباحثان فيها مقياس اغتراب شباب الجامعة من إعداد الأشول وآخرون (١٩٨٥م) بعد التحقق من صدقه وثباته على عينة من الطلاب

السعوديين ، أما عن نتائج الدراسة فقد أوضحت انتشار الاغتراب بين أفراد العينة بنسبة ٢٥,٣٩% أي ربع العينة تقريبا ، بينما لم تسفر النتائج عن وجود علاقة بين الاغتراب والعمر الزمني والمستوى الدراسي والتحصيل الدراسي والتخصص الأكاديمي .

وفي الأردن قام عزام (١٩٨٩م) بإجراء دراسة عنوانها "بعض التغيرات المصاحبة لاغتراب الشباب عن المجتمع الجامعي دراسة استطلاعية على عينة من طلبة الجامعة الأردنية" وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف بشكل استطلاعي على الحجم التقريبي لمشكلة الاغتراب بين الشباب في الجامعة الأردنية ، ثم الكشف عما إذا كان هناك علاقة بينها وبين بعض المتغيرات التي نصت عليها فرضيات البحث ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٩٠٤) طالب وطالبة من الكليات المختلفة ، واستخدم الباحث الاستبيان المغلق أداة بحث رئيسية ، وقد تكونت من قسمين : القسم الأول يحتوي على معلومات خاصة بالمتغيرات التي افترض أن يكون لها علاقة باغتراب الشباب ، أما القسم الثاني فقد خصص لمقياس الاغتراب ، وذلك لمعرفة وتصنيف الشباب الذين يعانون من الاغتراب في المجتمع الجامعي . وقد توصلت النتائج إلى أن نسبة الاغتراب في المجتمع الجامعي تقارب ٢٠% وتنتشر بين الشباب في الكليات المختلفة أدبية وإنسانية ، علمية وتطبيقية بنسبة متقاربة دون فروق تذكر ، وهي أوضح ما تكون بين طلبة السنتين الأولى والرابعة كما تزيد بين الذكور عنها بين الإناث ، وخلصت الدراسة إلى الكشف عن وجود علاقة بين اغتراب الشباب عن المجتمع الجامعي وبين بعض المتغيرات المفترضة .

وفي السعودية قامت سميرة أ بكر (١٩٨٩م) بدراسة عنوانها ظاهرة الاغتراب لدى طالبات كليات البنات بالمملكة " دراسة نفسية " وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى وجود الاغتراب لدى طالبات كلية التربية للبنات بجدة ، كما هدفت إلى دراسة علاقة الاغتراب بعدد من المتغيرات مثل : الدين والصحة النفسية والسنوات الدراسية ونوع التعليم ، وكذلك هدفت إلى دراسة متعمقة لبعض الحالات الحاصلات على درجات مرتفعة في الاغتراب ، وذلك بقصد الوصول إلى الأسباب الحقيقية للاغتراب ، وأجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٦٠٠) طالبة من أقسام مختلفة بكلية التربية للبنات بجدة ، وقد استخدمت الباحثة مقياس الاغتراب ، ومقياس السلوك الديني من إعدادها ، ومقياس الصحة النفسية للراشدين من إعداد مرسي وعبد السلام ، واستمارة الحالة الاجتماعية

الاقتصادية من إعداد سهير عجلان . وتوصلت الباحثة إلى أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الدرجات التي تحصل عليها طالبات السنة الأولى والسنة الرابعة وطالبات السكن الداخلي في الأقسام الأدبية والعلمية لصالح طالبات السنة الأولى والسكن الداخلي ، كذلك توجد علاقة ارتباطية بين الاغتراب والسلوك الديني لدى طالبات السنوات الأربع في الأقسام الأدبية وطالبات السكن الداخلي ، وأسفرت النتائج أيضا عن وجود علاقة ارتباطية بين الاغتراب والصحة النفسية لدى طالبات السنوات الأربع في الأقسام الأدبية والعلمية والسكن الداخلي .

وفي المجتمع السعودي أيضا قام المالكي (١٤١٥هـ) بدراسة عنوانها العلاقة بين الاغتراب النفسي وبعض المتغيرات المتعلقة به ، لدى طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة ، وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على ظاهرة الاغتراب لدى الطلاب والطالبات ، ومعرفة الفروق تبعا لمتغير الجنس ، والتخصص ، والصف ، ومستوى التحصيل الدراسي ، ونوع السكن ، والحالة الاجتماعية ، إضافة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين الاغتراب والمستوى الاقتصادي الاجتماعي ، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٧٣٥) طالبا وطالبة في معظم التخصصات العلمية والأدبية بالجامعة وعلى جميع المستويات الدراسية ، وقد استخدم الباحث مقياس الاغتراب من إعداد سميرة أبكر (١٩٨٩م) واستمارة تقدير المستوى الاقتصادي الاجتماعي في البيئة السعودية من إعداد منسي (١٩٨٤م) ، واعتمدت الدراسة في قياسها للتحصيل الدراسي على المعدل التراكمي لكل طالب وطالبة من عمادة القبول والتسجيل ، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في ظاهرة الاغتراب وبعض أبعادها مثل : فقدان الشعور بالانتماء ، والعجز ، وعدم الإحساس بالقيمة ، وفقدان الهدف ، وفقدان المعنى ، لصالح الطالبات وفي بعد عدم الالتزام بالمعايير لصالح الطلاب ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات العلمية والأدبية في ظاهرة الاغتراب لدى طلاب وطالبات جامعة أم القرى ، كذلك دلت النتائج أيضا على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاغتراب بين الصفوف المختلفة ، كذلك توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب وطالبات جامعة أم القرى في ظاهرة الاغتراب وأبعادها تبعا لمستوى التحصيل الدراسي ، كما توصلت

النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاغتراب تبعا لنوع السكن والحالة الاجتماعية ، وكذلك توصلت النتائج إلى عدم وجود علاقة بين الاغتراب والمستوى الاقتصادي الاجتماعي لدى الطلاب والطالبات .

كذلك أجريت دراسة دمنهوري (١٤١٧هـ) في المجتمع السعودي وعنوانها الاغتراب وبعض متغيرات الشخصية " دراسة مقارنة " وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الأكثر اغترابا من الإناث وأقرانهن الأقل اغترابا وذلك في بعض عوامل اضطراب الشخصية مثل : الاكتئاب ، وسوء التوافق ، القلق ، القابلية للاستثارة الذاتية والاجتماعية ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٥٠) طالبة من طالبات قسم علم النفس بكلية الآداب في جامعة الملك عبد العزيز اللاتي يدرسن بالمستوى الأول والثاني ، واستخدم الباحث اختبار التوافق العام والمهني من إعداد عوض ، كذلك استخدم الباحث المقياس الإكلينيكي الذاتي لتقييم القابلية للاستثارة من إعداد عوض ووضع سنيث وآخرون (١٩٨٥م) بالإضافة إلى مقياس الاغتراب من إعداد الباحث ، وأوضحت النتائج أن هناك زيادة في سوء التوافق والاكتئاب والقلق والقابلية للاستثارة بنوعها الداخلية والخارجية لدى من تزيد لديهن ظاهرة الاغتراب .

#### (ب) الدراسات التي أجريت في مجال القلق العام للشباب :

في المجتمع الأمريكي والصيني قام ماركولديس & وانج ( Marcoulides & wang,1990) بدراسة عنوانها مقارنة عبر الحضارات للقلق الخاص بالكمبيوتر لدى طلاب الجامعة " دراسة مقارنة " وتهدف هذه الدراسة إلى عمل مقارنة بين اتجاهات وميول الطلاب بخصوص الحاسب الآلي وبالتحديد القلق المتعلق به ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٣٧) طالبا وتم تحديد عينتين : العينة الأولى كانت تحتوي على (٢٢٥) طالبا أمريكيا (٨٨) ذكورا و(١٣٧) إناثا وذلك في جامعتي لوس أنجلوس وكاليفورنيا العينة الثانية كانت تحتوي على (٢١٢) طالبا صينيا (١٦٧) ذكور و(٤٥) إناثا وكانوا في إحدى الجامعات التي تقع في الصين ، وكانت الأعمار داخل العينتين تتراوح بين (٢٥-١٨) عاما ، واستخدم الباحثان في دراستهما مقياس (G.A) لتحديد القلق من الكمبيوتر من إعداد ماركولديس (Marcoulides,1985) وقد كان من أهم النتائج وجود



قلق من الكمبيوتر لدى المجموعتين من طلاب الجامعة الأمريكية وطلاب الجامعة الصينية .

وفي المجتمع الأمريكي قامت همبي (Hemby,1995) بدراسة عنوانها أثر العمر والمنهج التعليمي والمهارات في استخدام لوحة المفاتيح على القلق الذاتي من الكمبيوتر بين الطلبة التقليديين في مقابل الطلبة غير التقليديين في الجامعة ، وتهدف هذه الدراسة إلى فحص الآثار الخاصة بمجموعة مختارة من المتغيرات الخاصة بالقلق من الكمبيوتر ، كذلك فحص العلاقة بين الطلبة التقليديين والطلبة غير التقليديين والقلق من الكمبيوتر . وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٣١) طالبا في ثلاث جامعات من كلية التجارة والاتصالات وقد استخدمت الباحثة مقياس أوتينج (Oetting) لتحديد القلق من الكمبيوتر ومقياس أودي (Oddi) وذلك لقياس المتغير الخاص بالمنهج الدراسي ، وقد أشارت النتائج إلى أن النوع ، والمهارة في استخدام لوحة المفاتيح ، والعمر ، والحالة الاجتماعية الاقتصادية ، والتوجه الذاتي ، تعتبر من عوامل التنبؤ بالقلق الخاص من الكمبيوتر .

وفي المملكة العربية السعودية قام جمل الليل (١٤١٨هـ) بدراسة عنوانها الفروق في القلق العام بين طلاب / طالبات جامعة الملك فيصل وجامعة أم القرى وارتباطه ببعض المتغيرات ، وتهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن الفروق في القلق العام بين طلاب وطالبات جامعة الملك فيصل وجامعة أم القرى وفقا للمتغيرات التالية : الجنس، والإقامة في المدينة أو القرية ، والحالة الاجتماعية . وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٤١٣) طالبا وطالبة (٢٠١) طالبا و (٢١٢) طالبة من طلاب وطالبات الجامعتين من تخصصات مختلفة ، واستخدم الباحث مقياس القلق العام للراشدين وهو من إعداده (١٤١٦هـ) وقد كانت أهم النتائج : وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام طبقا لجميع متغيرات الدراسة مما يشير إلى أثر هذه المتغيرات على درجة القلق العام لدى الطلاب والطالبات في كل من جامعة الملك فيصل وجامعة أم القرى .

وفي الكويت قام الخضر (١٩٩٨م) بدراسة عنوانها قياس قلق الكمبيوتر ومؤشرات سيكومترية مصاحبة للاختبار بواسطة الكمبيوتر ، وتهدف هذه الدراسة إلى قياس أثر قلق الكمبيوتر على درجة المفحوص في اختبار القدرة الميكانيكية والوقت

المستغرق للانتهاء من هذا الاختبار ودرجة المفحوص نحو الكمبيوتر ، كما يسعى لتقدير أثر الخبرة السابقة في استخدام الكمبيوتر على هذه المتغيرات . وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٢٤٤) طالبا وطالبة من جامعة الكويت من تخصصات مختلفة واستخدم الباحث مجموعة من الأدوات تتضمن كلا من اختبار القدرة الميكانيكية ومقياس تقدير القلق من الكمبيوتر إعداد روزن & ويل (Rosen&Weil,1992) حيث قام الباحث بتعريب بنود المقياس ، كذلك استخدم الباحث مقياس التوجه نحو الكمبيوتر وقد كان من أهم النتائج : وجود علاقة بين قلق الكمبيوتر ، وبين قلق السمة وقلق الحالة ، كما أسفرت النتائج أيضا أن الأفراد الذين سبق لهم استخدام الكمبيوتر قد حصلوا على درجات أعلى جوهريا في درجات القلق من هؤلاء الأفراد الذين لم يسبق لهم استخدامه .

□ وفي المجتمع المصري قام عثمان (٢٠٠١م) بدراسة عنوانها مدى انتشار القلق العام لطلاب الجامعة ، وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار القلق العام لدى طلاب الجامعة وكذلك الكشف عن فروق انتشاره بين الطلاب الذكور والإناث في الجامعة . وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (١٤٥٠) طالبا وطالبة في كلية التربية بأقسام اللغة العربية واللغة الإنجليزية والعلوم ، وقد استخدم الباحث مقياس القلق العام الذي قدمه كاتل ونقله إلى العربية فهمي ، وقد أوضحت نتائج الدراسة انتشار القلق بين طلاب وطالبات الجامعة في المراحل العمرية المختلفة ، كذلك اتضح أن الطالبات أكثر قلقا في المراحل العمرية المختلفة من الطلاب الذكور .

#### (ج) الدراسات التي أجريت في مجال خصائص الشخصية لدى مستخدمي الإنترنت :

□ أجرت يونج (Young,1996) دراسة بعنوان " إدمان الإنترنت ظهور اضطراب إكلينيكي جديد " وتهدف هذه الدراسة إلى معرفة ما إذا كان يمكن اعتبار استخدام الإنترنت سبب الإدمان ، كذلك تهدف إلى التعرف على نطاق المشكلات التي تخلفها إساءة استخدام الإنترنت ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٩٦) شخصا منهم (٣٩٦) مدمنا للإنترنت و (١٠٠) غير مدمنين للإنترنت . استخدمت الباحثة استبياننا تشخيصيا مكونا من ثمانية أسئلة حول إدمان استخدام الإنترنت واعتبرت أن من يجيب بنعم على خمسة أو أكثر يعتبر مدمن إنترنت ، أما نتائج الدراسة فقد كشفت عن أن الاستخدام المفرط للإنترنت يمكن أن يمزق الحياة الدراسية والاجتماعية والمالية للفرد ،

بنفس أسلوب مظاهر الإدمان الأخرى ، وقد أقر معظم المدمنين للإنترنت بإصابتهم بأضرار اجتماعية ودراسية ومادية ومهنية وجسمية تتراوح ما بين المتوسط إلى الشديد ، نتيجة إفراطهم في استخدام الإنترنت وانشغالهم الدائم بها ، وبالمقابل ذكر الأشخاص غير المدمنين للإنترنت أنه لا توجد أي تأثيرات ضارة بسبب استخدام الإنترنت فيما عدا التنظيم السيئ للوقت لأنهم كانوا أحيانا ينسون وقتهم عند استخدام الإنترنت ، كذلك اتضح أن مدمني الإنترنت كانوا يقضون (٣٨,٥) ساعة أسبوعيا في استخدام الإنترنت وكان وقت استخدامهم للإنترنت يتزايد باستمرار وبشكل تدريجي ، أما المستخدمون غير المدمنين للإنترنت كانوا يقضون (٤,٩) ساعة أسبوعيا في استخدام الإنترنت ولم يتزايد وقت استخدامهم للإنترنت ، إن المدمنين للإنترنت كانوا يقضون ساعات تبلغ ثمانية أضعاف الساعات التي يقضيها المستخدمون غير المدمنين للإنترنت ، كذلك كشفت نتائج هذه الدراسة عن أن أغلب المدمنين سيدات في منتصف العمر .

□ وفي خمسة وعشرين دولة أجرى برينر (Brenner,1997) دراسة بعنوان سيكولوجية استخدام الكمبيوتر ، وتهدف هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة إدمان الإنترنت ومعرفة مظاهر هذا النوع من الإدمان ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٥٦٣) شخصا من مستخدمي الإنترنت ، وقد استخدم الباحث استبياناً يحوي (٣٢) بنداً يقيس مظاهر إدمان الإنترنت وقد كشفت نتائج الدراسة أن معظم أفراد العينة يعانون من أعراض سلبية تنجم عن إدمان الشبكة ، وكان أوضح تلك الأعراض العجز عن إدارة الوقت بالكيفية المناسبة ، نقص عدد ساعات النوم ، الانشغال عن تناول وجبات الطعام الأساسية ، كذلك اتضح أن هناك فئة من أفراد العينة تعاني من اضطرابات تماثل أعراض الإدمان النفسي ومنها الوقوع في مشكلات مع الرؤساء في العمل أو الإدارة المدرسية أو الجامعة ، وتدهور الكفاءة المهنية ومعدل الإنجاز الشخصي ، والشعور بالعزلة الاجتماعية والبعد عن الأصدقاء ، كذلك أشارت النتائج إلى ارتفاع نسبة أفراد العينة الذين أشاروا إلى إصابتهم بأعراض تشبه أعراض مدمني المخدرات وهي :

- (١) التحمل حيث إنهم يقضون أوقاتا طويلة جدا أمام الإنترنت .
- (٢) الانسحاب وذلك بعجزهم عن التوقف عن التفكير والانشغال بالإنترنت عند انقطاع اتصالهم بها لبعض الوقت .

٣) الدافع القهري حيث حاولوا خفض الأوقات التي يقضونها أمام الإنترنت وباءت محاولاتهم بالفشل .

وقد أشارت النتائج أيضا إلى أن صغار السن هم أكثر عرضة لتلك الأعراض السلبية حيث كان متوسط العمر في هذه الدراسة ٣٤ سنة .

وفي الولايات المتحدة الأمريكية قام الفريق البحثي من جامعة كارنيجي ميلون بقيادة العالم النفسي كروت وزملاؤه ( Kraut et al,1998 ) بدراسة طولية تتبعيه عنوانها "معضلة الإنترنت التكنولوجية الاجتماعية التي تخفض الاندماج الاجتماعي والصحة النفسية" وتعد هذه الدراسة دراسة تجريبية ميدانية تهدف إلى استكشاف العلاقة السببية بين استخدام الإنترنت وبين مدى الاندماج في العلاقات الاجتماعية والأسرية والشعور بالتوافق النفسي كذلك هدفت إلى معرفة فهم استخدام الناس للإنترنت في المنزل ومعرفة كيف تستخدم الأسرة الإنترنت لأول مرة حيث كانت الفلسفة الخاصة لهذه الدراسة هي تقليل العوائق الاقتصادية والتكنولوجية لدى المشاركين في الدراسة ، وقد كانت العينة النهائية للدراسة (١٦٩) فردا ينتمون إلى (٧٣) أسرة في منطقة بتسبرج لم يستخدموا الإنترنت من قبل وقد أتاح لهم فريق البحث خبرة استخدام الإنترنت في المحيط الأسري ، وذلك بتدريبهم تدريبات صباحية لفردين على الأقل من كل أسرة على استخدام الكمبيوتر والتعامل مع شبكة الإنترنت ، واستبعدت تلك الدراسة الأطفال دون سن العاشرة والأسر التي سبق لأفرادها العمل على الإنترنت ، وأما أدوات الدراسة فقد كانت عبارة عن جهاز كمبيوتر لكل أسرة مع تجهيزات مجانية للإنترنت ، كذلك استخدمت هذه الدراسة استبيان الاندماج الاجتماعي والصحة النفسية بالإضافة إلى المقابلات المنزلية مع أفراد الأسر المختارة ، وتم تتبع الآثار النفسية والاجتماعية والعائلية لتلك الأسر ، وبعد مرور فترة زمنية تراوحت ما بين (١٢-٢٤) شهرا كشفت نتائج الدراسة جملة من المخاطر الاجتماعية والنفسية الناتجة عن استخدام الإنترنت فقد انخفضت معدلات الاندماج الاجتماعي نتيجة لزيادة معدلات استخدام الإنترنت ، وتناقص معدل التواصل الأسري كلما ارتفع معدل استخدام أفراد الأسرة لشبكة الإنترنت ، كما تقلص حجم العلاقات الاجتماعية للفرد مع تزايد استخدامه للإنترنت ، وتضاءل شعور الفرد بالمساندة الاجتماعية من جانب المقربين إليه من أصدقائه ، كذلك كشفت هذه الدراسة عن تفاقم

الشعور بالوحدة والعزلة النفسية والتباعد عن الناس وافتقاد الرفقة المحببة عند الحاجة إليها ، وارتفع الشعور بالمشقة النفسية الناشئة عن ضغوط الحياة اليومية ، كذلك كشفت نتائج الدراسة أن استخدام الإنترنت يسبب اكتئابا وانخفاضا في السعادة النفسية ، وأن درجات الأفراد ترتفع على مقياس الاكتئاب والعزلة ، حيث اتضح أن قضاء ساعة إلى أربع ساعات أسبوعيا على شبكة الإنترنت كان مرتبطا بزيادة قدرها ١% على مقياس الاكتئاب ، وبزيادة أربع أعشار من ١% على مقياس العزلة .

وقد أوضحت النتائج عن وجود اختلافات كبيرة في مقدار استخدام الإنترنت في المنزل عن طريق المجموعات الديموغرافية المختلفة ، كان المراهقون أكثر استخداما للإنترنت من والديهم ، ومن بين المراهقين كان الذكور أكثر استخداما للإنترنت من الإناث ، بينما لدى الأفراد البالغين كانت النساء أكثر استخداما للإنترنت من الذكور ، كذلك كشفت هذه الدراسة أن معظم الأشخاص يستخدمون الإنترنت للتسلية وإمتاع أنفسهم. □ وفي الولايات المتحدة الأمريكية قام أندرسون (Anderson,1999) بدراسة تهدف إلى معرفة الأضرار التي تنتج عن قضاء الكثير من الوقت على شبكة الإنترنت ، ومعرفة سمات الطلاب الخاضعين أو المتكلمين على الإنترنت ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٣٠٠) طالب وطالبة في سبعة كليات أمريكية ، وكانت أدوات الدراسة هي: المقابلة الشخصية للطلبة والطالبات ، وتوجيه أسئلة لهم حول تقييمهم لدرجة تأثير استخدامهم للإنترنت على علاقاتهم الشخصية ونجاحهم الدراسي ، ومشاركتهم في الأنشطة خارج المناهج المقررة وأوقات نومهم ، وأوضحت النتائج أن ١٠% على الأقل من طلاب الكليات يستخدمون الإنترنت بشكل كبير جدا لدرجة أن ذلك يتعارض مع درجاتهم المدرسية أو صحتهم أو حياتهم الاجتماعية ؛ حيث إن درجاتهم الدراسية تنخفض وذلك بسبب انخفاض الحضور إلى الكليات وقلة أوقات نومهم ، ويصبح هؤلاء الطلبة منعزلين اجتماعيا ، وتكون هذه المشكلة أكثر عمقا في كليات العلوم والهندسة ، وأيضا كشفت الدراسة عن نوع الطلاب الأكثر خضوعا للإنترنت حيث كان الذكور أكثر خضوعا للإنترنت من الإناث ، وكان ٧٦% من إجمالي الطلاب الخاضعين للإنترنت يدرسون العلوم (الكيمياء ، علوم الكمبيوتر ، الهندسة ، الرياضيات ، الفيزياء) وأغلبهم يدرسون علوم الكمبيوتر ، واتضح أن من يتسمون بالخضوع للإنترنت كانوا يقضون متوسطا يبلغ

(٢٢٩) دقيقة يوميا على الإنترنت لأسباب لا تتعلق بالدراسة ، وقد كان حوالي ٦% من الطلاب يقضون متوسطا يبلغ (٤٠٠٠) دقيقة يوميا أي سبعة ساعات تقريبا على الإنترنت .

وفي دراسة معهد ستانفورد للدراسات العلمية للمجتمع ، قام ناي و إيربرينج (Nie&Erbring,2000) بدراسة عنوانها "الإنترنت والمجتمع" وتهدف الدراسة إلى معرفة ما إذا كان الإنترنت سيجعلنا نعيش في مجتمع تعاوني أكثر ثقافة ومعرفة وارتباطا أم سيجعلنا نعيش في مجتمع انعزالي تكون العلاقات الإنسانية فيه غير شخصية ، وماذا تعني هذه التغيرات الإلكترونية للحياة الاجتماعية والأسرية ، ولقد اعتمدت هذه الدراسة على بيانات تم جمعها باستخدام منهج جديد يعتمد على إجراء الاستطلاعات عبر شبكة الإنترنت ، ومن أجل استخدام الإنترنت لغرض جمع البيانات تم تزويد كل أسرة في العينة سواء كان لديها ارتباط مسبق أو ليس لديها ارتباط بالإنترنت بجهاز تلفزيون مزود بشبكة الإنترنت وذلك للإجابة على التساؤلات المعروضة على الشاشة ، أما عينة الدراسة فقد كانت عينة عشوائية من الشعب الأمريكي بلغ قوامها (٤١١٣) فردا في (٢٦٨٩) أسرة وتتضمن كل من مستخدمي الإنترنت وغير مستخدمي الإنترنت . وكان من نتائج هذه الدراسة أنه كلما قضى الأفراد ساعات أكثر على الإنترنت كلما زادت سنوات استخدامهم للإنترنت ، وكشفت النتائج أيضا عن شعور ربع المشاركين الذين يستخدمون الإنترنت بانتظام أكثر من خمس ساعات أسبوعيا أن الإنترنت عمل على تقليل الساعات التي يقضونها مع الأسر والأصدقاء أو حضور الأحداث الهامة خارج المنزل ، وذكر ٦٠% من أفراد العينة أن الإنترنت عمل على تقليل وقت مشاهدتهم للتلفزيون وذكر ثلثهم أنهم يقضون وقتا أقل في قراءة الصحف . كذلك كشفت الدراسة عن أن ٣٦% من الذين يستخدمون الإنترنت لمدة خمس ساعات أو أكثر أسبوعيا ذكروا حدوث تغيرات شديدة في حياتهم ، وأوضحت النتائج أيضا أن العوامل الديموغرافية الأكثر أهمية التي تسهل أو تعوق الوصول للإنترنت هي التعليم والعمر ، وليس الدخل أو الجنس أو العرقية ، وأن التعليم الجامعي يعمل على زيادة معدلات الوصول للإنترنت بحوالي ٤٠% بالمقارنة بمجموعة الأقل تعليما ، كذلك كشفت النتائج أن استخدام الإنترنت يتزايد بشكل سريع

سواء في مقدار الوقت الذي يتم قضاءه على الإنترنت أو في نطاق الأنشطة وهذه الحقيقة سوف تفسر زيادة استخدام الإنترنت في المستقبل .

### التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال استعراض الباحثة للدراسات السابقة وفيما يتعلق بالدراسات التي أجريت في مجال الاغتراب النفسي نلاحظ أن ظاهرة الاغتراب قد استحوذت على اهتمام الباحثين في الشرق والغرب ، ويؤكد ذلك على عالمية هذه الظاهرة وخطورتها وأنها ظاهرة متعددة الجوانب ، كذلك لوحظ أن بعض الدراسات السابقة هدفت إلى إظهار العلاقة بين الاغتراب النفسي وبعض المتغيرات كالسن ، والجنس ، والمستوى الدراسي ، والمستوى الاقتصادي الاجتماعي ، واستخدم المنهج بين الوصفي والتجريبي في أغلب البحوث ، ولوحظ أن بعض الدراسات قد زوجت بين المنهج التجريبي والمنهج الإكلينيكي المتعمق كما في دراسة حافظ (١٩٨٠م) وقد استخدمت بعض البحوث السابقة مقاييس من إعداد الباحثين أنفسهم كما في دراسة جلن (Glenn, 1972) ، ودراسة حافظ (١٩٨٠) ، ودراسة إبراهيم (١٩٨٧م) ، ودراسة زينب النجار (١٩٨٨م) ، ودراسة سميرة أبكر (١٩٨٩م) ، بينما استخدمت دراسات أخرى أكثر من مقياس حيث إن نوعية الدراسات كانت تتطلب قياس متغيرات عديدة ومعرفة علاقتها بالاغتراب ، واتفقت معظم الدراسات السابقة في نتائجها على وجود علاقة بين الاغتراب النفسي وبعض المتغيرات المفترضة في الدراسة مثل الاغتراب عن الجامعة ، والاغتراب الاجتماعي ، والاغتراب عن الذات كما في دراسة أحمد (١٩٨١م) ودراسة إبراهيم (١٩٨٧م) ودراسة عزام (١٩٨٩م) علاوة على أن بعض الدراسات السابقة قد اتفقت في نتائجها من حيث وجود علاقة بين الاغتراب والجنس ، وأظهرت أن الإناث أكثر شعورا بالاغتراب من الذكور كما في دراسة إبراهيم (١٩٨٧م) ودراسة زينب النجار (١٩٨٨م) .

وأما فيما يتعلق بالدراسات التي أجريت في مجال القلق العام فقد لوحظ أن العديد من الباحثين في ميدان علم النفس قد اهتموا بتناول ظاهرة القلق لما لها من الأهمية وخصوصا في هذا العصر ، حيث أصبحت أكثر الظواهر شيوعا وانتشارا في العالم ومصدرا أساسيا لأغلب الاضطرابات والأمراض النفسية ، وقد هدفت الدراسات السابقة

إلى إظهار العلاقة بين القلق وبعض المتغيرات كالسن ، والحالة الاجتماعية الاقتصادية ، والجنس كما في دراسة همبي (Hemby,1995) ، ودراسة جمل الليل (١٤١٨هـ) ، ودراسة عثمان (٢٠٠١م) ، كما لوحظ أن أغلب الباحثين استخدموا أكثر من مقياس حيث إن نوعية الدراسات كانت تتطلب قياس متغيرات أخرى ومعرفة علاقتها بالقلق كما في دراسة همبي (Hemby,1995) ودراسة الخضر (١٩٩٨م) علاوة على أن بعض الدراسات ركزت على معرفة العلاقة بين القلق ومستخدمي الكمبيوتر كما في دراسة ماركولديس & وانج (Marcoulides&Wang,1990)، ودراسة همبي (Hemby,1995)، ودراسة الخضر (١٩٩٨م) .

وأما فيما يتعلق بالدراسات التي أجريت في مجال خصائص الشخصية لدى مستخدمي الإنترنت فقد لوحظ أن جميع الدراسات ركزت على معرفة الأضرار والمشكلات التي يمكن أن تنتج بسبب الاستخدام السيئ للإنترنت وقضاء الكثير من الوقت عليه ، كما أثبتت الدراسات السابقة وجود علاقة بين استخدام الإنترنت والمشكلات النفسية والاجتماعية ، حيث أسفرت نتائج الدراسات السابقة عن وجود أضرار نفسية واجتماعية ودراسية ومادية ومهنية وجسمية تتراوح ما بين المتوسط إلى الشديد نتيجة الإفراط في استخدام الإنترنت ، أما فيما يتعلق بالدراسات الخاصة بإدمان الإنترنت فقد أكدت على أن الاستخدام المفرط للإنترنت يمكن أن يمزق الحياة الاجتماعية والدراسية والمادية للفرد بنفس أسلوب مظاهر الإدمان الأخرى كما في دراسة يونج (Young,1996) ودراسة بريئر (Brenner,1997) واتفقت بعض الدراسات على أن النساء هن أكثر خضوعا للإنترنت من الذكور كما في دراسة يونج (Young,1996) ودراسة كروت وزملائه (Kraut et al,1998) ، وعلى العكس من ذلك أوضحت دراسة أندرسون (Anderson,1999) أن الذكور أكثر خضوعا للإنترنت من الإناث الأمر الذي يتطلب العديد من الدراسات لحسم هذا الخلاف الناتج بين نتائج العديد من الدراسات السابقة . وقد وفرت بعض الدراسات أجهزة كمبيوتر مع تجهيزات مجانية لشبكة الإنترنت لأفراد عينتها وذلك بهدف تهيئة أفراد العينة لاستخدام الإنترنت دون أية عوائق إلكترونية أو اقتصادية كما في دراسة كروت وزملائه (Kraut et al,1998) ودراسة ناي وإيربرينج (Nie&Erbring,2000) ونلاحظ أيضا أن دراسة يونج (Young,1996) ودراسة



برينر (Brenner, 1997) ودراسة أندرسون (Anderson, 1999) اتفقت على أن عينة الدراسة كانت من الأفراد الذين استخدموا الإنترنت من قبل وأما دراسة كروت وزملائه (Kraut et al, 1998) فقد اتفقت على أن عينة الدراسة كانت من الأفراد الذين لم يستخدموا الإنترنت من قبل ، وأما دراسة ناي وإيربرينج (Nie & Erbring, 2000) فقد جمعت بين العينتين حيث تضمنت كلا من الأفراد الذين استخدموا الإنترنت والأفراد الذين لم يستخدموا الإنترنت من قبل ، كذلك نلاحظ أن دراسة ماركولديس & وانج (Marcoulides & Wang, 1990) ودراسة يونج (Young, 1996) ودراسة برينر (Brenner, 1997) ودراسة كروت وزملائه (Kraut et al, 1998) ودراسة أندرسون (Anderson, 1999) ودراسة ناي وإيربرينج (Nie & Erbring, 2000) بحثت في مجملها حول علاقة استخدام الإنترنت بالاضطرابات النفسية والأسرية والاجتماعية والدراسية والمهنية التي توصلت إلى أن استخدام الإنترنت يؤدي إلى الشعور بالقلق ، والاكتئاب ، وانخفاض السعادة النفسية ، والشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية ، ومن ثم تنخفض معدلات الاندماج الاجتماعي ، ويتناقص معدل التواصل الأسري ، وتتقلص حجم العلاقات الاجتماعية التي تؤدي بالفرد إلى البعد عن الأصدقاء ، كذلك تنخفض درجات الطلاب بسبب انخفاض الحضور للكليات نتيجة الحرمان من النوم من أجل البقاء على الإنترنت لمدة أطول ، ثم الوقوع في مشكلات مع الإدارة المدرسية أو الجامعة وذلك بسبب تدهور معدل الإنجاز الشخصي للطلاب ، بالإضافة إلى الوقوع في مشكلات مع الرؤساء في العمل بسبب تدهور الكفاءة المهنية للفرد ، ذلك هو ما توصلت إليه تلك الدراسات السابقة حول علاقة استخدام الإنترنت بالاضطرابات النفسية والأسرية والاجتماعية والدراسية والمهنية والتي تعتبر نتائجها مقبولة علمياً ، لأنها دراسات علمية نهجت المنهج العلمي والطريقة العلمية البحتة . ولم تجد الباحثة أي دراسة تربط بين متغيري الدراسة الحالية الاغتراب النفسي والقلق العام ، إلا أن هذه الدراسات اتفقت في الملامح العامة مع الدراسة الحالية ، حيث استفادت الباحثة من هذه الدراسات في تدعيم دراستها ونتائج بحثها ، وتعد هذه الدراسة على حد علم الباحثة من أوائل الدراسات التي تجرى على البيئة السعودية حيث أن الدراسة الحالية تناولت جانبين مهمين من الجوانب النفسية ألا وهما : الاغتراب النفسي ، والقلق العام ، وتحاول الباحثة التحقق من أضرار

استخدام الإنترنت على الجانب النفسي في حدود (اغترابه وقلقه) ، بالإضافة إلى ذلك فقد انفردت الدراسة الحالية بتناول متغير المستوى الدراسي لدى مستخدمات الإنترنت ، وتميزت بالبحث في معرفة الفروق في كل من الاغتراب النفسي والقلق العام لدى مستخدمات الإنترنت تبعاً لمتغير عدد ساعات استخدامه وذلك عن طريق التحقق من الفروض التالية :

- (١) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمات وغير المستخدمات للإنترنت .
- (٢) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمات للإنترنت تبعاً لمتغير السن .
- (٣) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمات للإنترنت تبعاً لمتغير المستوى الدراسي .
- (٤) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمات للإنترنت تبعاً لعدد ساعات استخدام الإنترنت .
- (٥) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمات وغير المستخدمات للإنترنت .
- (٦) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمات للإنترنت تبعاً لمتغير السن .
- (٧) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمات للإنترنت تبعاً لمتغير المستوى الدراسي .
- (٨) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمات للإنترنت تبعاً لعدد ساعات استخدام الإنترنت .

الفصل الثالث  
أدوات البحث الدراسة

منهج الدراسة

عينة الدراسة

مجتمع الدراسة

الدراسة الاستطلاعية

أدوات الدراسة

الأساليب الإحصائية

## مقدمة :

يعرض الفصل الحالي أهم الإجراءات البحثية التي أجريت في الدراسة الحالية حيث يتناول عرضاً موضحاً لكل من المنهج المستخدم ، ومجتمع الدراسة ، وعينة الدراسة ، والأدوات المستخدمة ، ثم الانتقال إلى الأسلوب الإحصائي المستخدم للتحقق من صحة فروض الدراسة الحالية . وفيما يلي عرض لهذه الإجراءات .

### أولاً : منهج الدراسة :

استخدمت الباحثة في دراستها الحالية المنهج الوصفي المقارن باعتباره أنسب المناهج الملائمة لأهداف الدراسة ، ولأنه يمد الباحث بدلائل قيمة تتعلق بطبيعة الظاهرة المدروسة ، ونظراً لأن الدراسة الحالية تهدف إلى التعرف على الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت فإن استخدام المنهج الوصفي يعتبر الملائم لموضوع الدراسة الحالية ولدراسة العلاقات الارتباطية المحتملة بين المتغيرات والكشف عن الفروق فيما بينها من أجل الوصف والتحليل للظاهرة المدروسة .

ويوضح عبيدات وآخرون (١٩٩٦م) أن المنهج الوصفي " يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفياً أو تعبيراً كمياً ، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها ، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى " ص ٢٨٩ .

### ثانياً : مجتمع الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة من طالبات جامعة أم القرى المنتظمات في الدراسة بالمرحلة الجامعية وفي التخصصات العلمية والأدبية بالجامعة .

ولكي تتمكن الباحثة من إجراء الدراسة المتمثلة في تطبيق مقياس الاغتراب النفسي ومقياس القلق العام للراشدين على عينة نسبية من مجموع الطالبات في الجامعة ، وقبل أن

تم عملية التطبيق حاولت الباحثة معرفة العدد الإجمالي للطالبات في الجامعة للفصل الدراسي الثاني لعام (١٤٢٢هـ - ١٤٢٣هـ) ، وقد توفر لدى الباحثة من عمادة القبول والتسجيل بالجامعة العدد الكلي التقريبي للطالبات في ذلك الفصل الدراسي حيث بلغ ما يقارب (١٢٢٤٨) طالبة ، ومن ثم بدأت عملية التطبيق على (٨٠٠) طالبة في جميع التخصصات بالجامعة وعلى جميع المستويات الدراسية ، وذلك كعينة تمثل نسبة (٦,٥) % .

#### مكان الدراسة :

تم تطبيق المقياس في مدينة مكة المكرمة بداخل جامعة أم القرى للطالبات في جميع الكليات العلمية والأدبية .

#### ثالثاً : عينة الدراسة :

تم إجراء هذه الدراسة على عينة طبقية عشوائية اختيرت من مجتمع الدراسة والمتمثل في طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة ، حيث بدأت عملية التطبيق بتوزيع (٨٠٠) استبانة على طالبات الجامعة وفي التخصصات العلمية والأدبية وعلى المستويات الدراسية المختلفة ، وبعد أن تمت عملية التطبيق على العينة الممثلة للدراسة تم استبعاد (٢٤٠) طالبة من أفراد العينة لعدم استكمالها الشروط الخاصة بالدراسة أو عدم استكمالها الإجابة على عبارات المقياسين ، وبذلك تكون عينة الدراسة النهائية (٥٦٠) طالبة مستوفية لكافة شروط التطبيق منها (٢٨٠) طالبة من المستخدمين للإنترنت و (٢٨٠) طالبة من غير المستخدمين للإنترنت ، والجداول رقم (٤،٣،٢) توضح عينة المستخدمين للإنترنت حسب متغيرات الدراسة .

#### جدول رقم (٢)

توزيع أفراد عينة المستخدمين للإنترنت حسب السن .

الرقم	السن	ك	%
١	من ١٨ سنة إلى أقل من ٢١ سنة	١٢٠	٤٢,٩
٢	من ٢١ سنة فأكثر	١٦٠	٥٧,١
	المجموع	٢٨٠	١٠٠

### جدول رقم (٣)

توزيع أفراد عينة المستخدمين للإنترنت

حسب المستوى الدراسي .

الرقم	المستوى الدراسي حسب الصف	ك	%
١	المستوى الأول	٧٠	٢٥
٢	المستوى الثاني	٧٠	٢٥
٣	المستوى الثالث	٧٠	٢٥
٤	المستوى الرابع	٧٠	٢٥
المجموع		٢٨٠	١٠٠

### جدول رقم (٤)

توزيع أفراد عينة المستخدمين للإنترنت

حسب عدد ساعات استخدام الإنترنت .

الرقم	عدد ساعات استخدام الإنترنت يوميا	ك	%
١	من ساعة إلى ثلاث ساعات	٢١٩	٧٨,٢
٢	من أربع ساعات فأكثر	٦١	٢١,٨
المجموع		٢٨٠	١٠٠

رابعا : أدوات الدراسة :

(١) مقياس الاغتراب النفسي الذي أعدته زينب شقير (٢٠٠٢م) .  
وصف المقياس :

اشتمل المقياس على خمسة أبعاد للاغتراب النفسي وهي : العزلة الاجتماعية ، العجز ، اللامعيارية ، اللامعنى ، التمرد ، وتقيس هذه الأبعاد في مجموعها الاغتراب النفسي عند الفرد ، كذلك اشتمل على خمسة أشكال للاغتراب وهي : الاغتراب الذاتي ،

الاغتراب الاجتماعي ، الاغتراب السياسي ، الاغتراب الديني ، الاغتراب الثقافي (التعليمي) وتقيس هذه الأشكال في مجموعها الاغتراب النفسي عند الفرد .

اشترطت المؤلفة عند بناء بنود المقياس أن كل شكل من أشكال الاغتراب لا بد أن يتضمن كل أبعاد الاغتراب . وقد بلغ عدد عبارات المقياس (١٠٠) عبارة موزعة على النحو التالي : (٢٠) عبارة لكل شكل من أشكال الاغتراب الخمسة مقسمة فيما بينها إلى (٤) عبارات لكل بعد من أبعاد الاغتراب الخمسة ، وعليه يصبح عدد عبارات كل بعد مكونا من (٢٠) عبارة ، وقامت المؤلفة بترتيب عبارات الأشكال المختلفة وكذلك الأبعاد المختلفة بطريقة دائرية ، وقد اقتصرت الباحثة على الأخذ بالأبعاد الخمسة التي سبق ذكرها مع حذف العبارات التي تمثل أشكال الاغتراب التي لا تتفق مع الثقافة السعودية ، وذلك كما تمت الإشارة إليه في الدراسة الاستطلاعية الآتية لاحقا ، أما من حيث التطبيق صمم المقياس ليطبق بطريقة فردية أو جماعية مما يمكن أن يقوم الفرد بتطبيقه على نفسه ويقوم الفاحص أولا بتوضيح الهدف من المقياس مركزا على أن الغرض هو معرفة ما يشعر به الفرد في الغالب ، وتتحصر تعليماته في أن يضع المفحوص علامة (✓) تحت الكلمة التي تتفق مع ما يشعر به من حيث انطباق العبارة عليه أو عدم انطباقها عليه أو عدم تأكده من انطباقها عليه .

#### طريقة التصحيح :

وضعت المؤلفة ثلاثة حدود للإجابة تساعد المفحوص على التعبير عما يستشعره بالضبط تجاه العبارات ، وكانت أوزان الإجابات سواء العبارات المثبتة والتي تعبر عن الموافقة عليها عن اغتراب نفسي سالب مرتفع أو العبارات المنفية التي تعبر الموافقة عليها عن اغتراب نفسي سالب مرتفع كآتي :

موافق (نعم)

٢

محايد (غير متأكد أحيانا)

١

غير موافق (لا)

صفر

وبذلك تتراوح درجة كل بعد من مكونات الاغتراب الخمس ما بين (صفر-٣٠) بينما تتراوح الدرجة الكلية للاغتراب النفسي من (صفر - ٢٠٠) درجة ، وتعتبر الدرجة المرتفعة عن ارتفاع الاغتراب السلبي عند الفرد .

## ثبات المقياس :

تم حساب ثبات المقياس بعدة طرق :

(١) إعادة الاختبار : حسب معامل الثبات بطريقة إعادة التطبيق بعد شهر واحد من التطبيق الأول ، وذلك على عينة مكونة من (١٢٠) طالبا وطالبة موزعة مناصفة بين الجنسين ومقسمة إلى (٦٠) طالبا وطالبة من كل من المراحل الثلاث (ثانوي ، جامعي ، دراسات عليا) .

(٢) التجزئة النصفية : حيث تم حساب معامل الثبات بعد حذف العبارة الفردية الزائدة بطريقة سبيرمان براون للتجزئة النصفية ، وكانت قيمة معامل الثبات (٠,٨٥) .

## صدق المقياس :

تم حساب صدق المقياس بعدة طرق :

(١) الصدق المنطقي (الظاهري) :

تم عرض المقياس على عشرة محكمين بدرجة أستاذ وأستاذ مساعد في مجال علم النفس وعلم الاجتماع بكليتي الآداب والتربية ، وكانت نتيجة التحكيم تخفيض عبارات المقياس من (٢٥) عبارة لكل بعد من الأبعاد الخمسة للاغتراب وكذلك لكل نوع من أنواع الاغتراب إلى (٢٠) عبارة لكل نوع ولكل بعد على حدة .

(٢) صدق المحك (صدق الميزان) :

استخدمت المؤلفة مقياس عيد (١٩٨٣م) والذي يقيس سبعة أبعاد للاغتراب هي: العزلة الاجتماعية ، التشيؤ ، اللامعيارية ، العجز ، اللامعنى ، التمرد ، اللاهدف ، وقامت المؤلفة بتطبيقه على نفس عينة التقنين ، وتم إيجاد معاملات الارتباط بين أبعاد هذا المقياس مع الأبعاد المرادفة لها في المقياس الحالي وكذلك الدرجة الكلية لكلا المقياسين ، حيث كانت (٠,٧٣) .

(٣) الاتساق الداخلي للمقياس :

أ) قامت المؤلفة بحساب صدق أبعاد المقاييس الخمسة فيما بينها ، وذلك باستخدام معامل الارتباط الثنائي بين كل بعدين من أبعاد الاغتراب .

ب) قامت المؤلفة بحساب صدق كل بعد من أبعاد المقياس على حدة ، وذلك باستخدام معامل الارتباط الثنائي بين درجات كل بعد وبين الدرجة الكلية للمقياس .



ج ) قامت المؤلفة بحساب صدق كل أنواع (مظاهر) الاغتراب الخمس فيما بينها ، وذلك باستخدام معامل الارتباط الثنائي بين كل نوعين من أنواع الاغتراب .

د ) قامت المؤلفة بحساب صدق كل نوع من أنواع الاغتراب على حدة ، وذلك باستخدام معامل الارتباط الثنائي بين كل نوع من أنواع الاغتراب وبين الاغتراب النفسي العام .

### الدراسة الاستطلاعية لمقياس الاغتراب النفسي في البيئة السعودية :

هدفت الدراسة الاستطلاعية إلى تطبيق المقياس على عينة تتكون من (٥٠) طالبة في جامعة أم القرى بمتوسط عمري يساوي (٢٠,٨) وانحراف معياري قدره (١,٤٠) في جميع تخصصاتها ، وذلك للتأكد من وضوح عبارات المقياس المستخدم في هذه الدراسة ومدى ملاءمته للبيئة السعودية ، كما هدفت إلى حساب ثبات وصدق المقياس المستخدم في هذه الدراسة .

قامت الباحثة باستئذان المؤلفة الأصلية لمقياس الاغتراب النفسي الذي أعدته زينب شقير (٢٠٠٢م) بإدخال بعض التعديلات بما يتناسب مع المجتمع السعودي وتمت الموافقة على ذلك ، فقامت الباحثة بوضع التعريف التالي والذي يمثل أحد أبعاد الاغتراب وهو العصيان ويقصد به : إحساس الفرد بالإحباط والتشاؤم والرفض والتمرد على كل ما يحيط به في دائرة حياته الشخصية وفي كل ما يتعلق بعلاقاته بالآخرين من حوله .

### صدق المقياس :

تم حساب صدق المقياس بعدة طرق :

١) صدق المحكمين : تم الحصول على صدق المحكمين من خلال آراء المختصين من أساتذة قسم علم النفس بجامعة أم القرى (أنظر الملحق رقم ٢) حيث طلب منهم قراءة العبارات بتفحص والإشارة فيما إذا كانت العبارة متوافقة مع البعد الذي تنتمي إليه أم لا ، وحذف العبارات التي يعتقدون أنها غير صالحة لمقياس الاغتراب النفسي ، واقتراح أي تعديل يروونه على العبارات والأبعاد مع إيداء أي ملاحظات يروونها مناسبة ، وكانت نتيجة التحكيم تعديل صياغة بعض العبارات في المقياس وذلك بما يتناسب مع أبعاده ووضوح العبارة وبما يتناسب مع المجتمع السعودي ، وأما العبارات التي عدلت صيغتها في

المقياس فهي موضحة في الجداول رقم ( ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ٩ ) والتي توضح عبارات كل بعد من الأبعاد قبل وبعد التعديل .

جدول رقم (٥) عبارات البعد الأول قبل وبعد التعديل .

رقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	أشعر أنني وحيدا في هذا الكون .	أشعر أنني وحيدة في هذا الكون .
٢	أشعر بانعدام التواصل الانفعالي مع نفسي ولا أفهم ذاتي .	أشعر بانعدام التواصل مع كل الناس .
٣	أشعر أنني منبوذ من الآخرين .	أشعر دائما بأن الآخرين يبتعدون عني .
٤	أعتقد أنه لا توجد روابط حقيقية بين معظم الناس .	أعتقد أنه لا توجد روابط حقيقية بين معظم الناس فأغلبهم متفككون.
٥	لا أشعر بتواجدي مع أفراد أسرتي رغم أنني أعيش معهم .	أشعر بالوحدة حتى وأنا مع أفراد أسرتي .
٦	الغزو الثقافي الأجنبي يتسبب في الاختلاف بين الناس مما يؤدي إلى التباعد بينهم .	تختلف وجهات نظري في الأمور الهامة عن وجهات نظر الآخرين.
٧	الالتزام بالمنهج الدراسي ودون حرية اختيار الموضوعات يبعثنا عن مجتمعنا .	إن عدم الحرية في اختيار موضوعات المنهج الدراسي يشعرني بالابتعاد عن مجتمعي .
٨	المعلومات والثقافة التي يكتسبها الشباب لا تحل مشكلاتهم الاجتماعية وتباعد بين تحقيق رغباتهم .	لم أستفد من المعلومات والثقافة التي يكتسبها الشباب لأنها لم تحل مشكلاتي الاجتماعية .
٩	انخفاض التواصل الفكري بين المعلم والطالب يفسد روابط التواصل الاجتماعي .	أشعر بفقدان التواصل الاجتماعي بيني وبين معلمي نظرا لانخفاض التواصل الفكري .

جدول رقم ( ٦ ) عبارات البعد الثاني قبل وبعد التعديل .

الرقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	أشعر بالخوف من المستقبل وأنه لا حول لي ولا قوة .	يقلقني عدم قدرتي على مواجهة ما سوف يحدث لي مستقبلا .
٢	القيادة صفة تستغرق وقتا طويلا لممارستها ويصعب تحقيقها .	القيادة صفة تستغرق وقتا طويلا لممارستها .
٣	أصبح الإنسان في هذا العصر مجرد ترس في آلة (عجلة الحياة) .	أصبح الإنسان في هذا العصر فاقد السيطرة على الأحداث التي تمر به .
٤	أنا غير راضي عن علاقتي بالدي وأخواتي لأنهم لا يقدروني بدرجة كافية .	أنا غير راضية عن علاقتي بأفراد أسرتي كل الرضا لأنهم لا يقدروني بدرجة كافية .
٥	لا يستطيع الطالب (أو العامل) ، أن يعبر عن رأيه بوضوح عندما يخالف رأي المعلم (أو رئيس العمل) لاعتقاده بضعف معلوماته وثقافته عنه .	لا تستطيع الطالبة (أو العاملة) أن تعبر عن رأيها بوضوح عندما تخالف رأي المعلمة (أو رئيسة العمل) لاعتقادها بضعف معلوماتها وثقافتها عنها .

جدول رقم (٧) عبارات البعد الثالث قبل وبعد التعديل .

الرقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	إن معايير المجتمع غير موضوعية ولا تعتمد على الكفاءة ، لذلك لا أمتثل بها أو أسير عليها ولا أعتبر نفسي خارجا عن القانون .	إن معايير المجتمع غير موضوعية ولا تعتمد على الكفاءة ، لذلك لا أمتثل بها .
٢	النظام السائد في المجتمع هو البقاء للأقوى ، وهذا يؤكد المثل القائل القوة تغلب الشجاعة .	النظام السائد في المجتمع هو أن البقاء للأقوى .
٣	العلم والثقافة ليسا كل شيء في الحياة .	العلم والثقافة ليسا كل شيء في الحياة ، وإنما هناك أشياء أخرى مثل المال .
٤	أفضل المال على العلم ، لأن العلم أطول طريق للوصول إلى المجد .	أفضل المال على العلم ، لأن العلم طريق طويل للوصول إلى المجد .
٥	أعتقد أن النجاح والتفوق يعتمد كثيرا على الصدفة ولذلك فالتفوق الدراسي ليس معيارا للنجاح في الحياة .	أعتقد أن النجاح والتفوق يعتمد كثيرا على الصدفة ولذلك فالتفوق الدراسي ليس معيارا للنجاح في الحياة .

جدول رقم (٨) عبارات البعد الرابع قبل وبعد التعديل .

الرقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	أعظم ما يسر الإنسان في حياته عندما يكون بمفرده بعيدا عن الناس .	لا أرى أهمية لكل شيء حولي .
٢	أشعر أن حياتي عقيمة بلا هدف أو معنى .	أشعر أن حياتي بلا هدف وبلا معنى .
٣	أشعر بالفراغ واليأس في الحياة وأنه من الصعب إمكانية تحسينها مستقبلا .	أشعر باليأس من الحياة وأنه من الصعب إمكانية تحسينها مستقبلا .
٤	أشعر بوجود فجوة بين ما هو قائم وبين ما أتوقعه في الحياة .	أشعر بفرق كبير بين ما أتوقعه وبين ما يحدث فعلا .
٥	الموت من الحياة أفضل من العيش بلا هدف ، لذلك أشعر أن الحياة لا تستحق أن يحياها الإنسان .	الموت أفضل من العيش بلا هدف ، لذلك أشعر أن الحياة لا تستحق أن يحياها الإنسان .
٦	بعض الناس تفكر في الانتحار هروبا من الواقع المرير وبعيدا عن عالم اهتزت فيه القيم الاجتماعية الثابتة .	بعض الناس يفكرون في الانتحار هروبا من الواقع المرير الذي ضعف فيه الالتزام بالقيم الاجتماعية .
٧	العولمة مفهوم غامض لا معنى له ، والمعلومات والثقافة عقيمة وليس لها قيمة في حياة الإنسان .	العولمة مفهوم غامض لا معنى له .
٨	معظم رجال الأعمال والأثرياء لا يعرفون القراءة والكتابة .	بعض رجال الأعمال والأثرياء لا يعرفون القراءة والكتابة ، فما الفائدة منها ؟

جدول رقم (٩) عبارات البعد الخامس قبل وبعد التعديل .

الرقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	أكره الاعتماد على تفكيري بمفرد لي لشعوري بأن تفكيري مشوش .	أرفض الاعتماد على تفكيري لشعوري بأن تفكيري مشوش .
٢	لا ألتزم كثيرا بواجباتي تجاه نفسي وتجاه الآخرين .	أشعر بأنني لا ألتزم كثيرا بواجباتي تجاه نفسي وتجاه الآخرين .
٣	أثور وأغضب عادة عندما أجد غيري يشعر بالسعادة أو بالحظ السعيد .	أثور وأغضب عادة لأتفه الأسباب .
٤	أحب قراءة صحف المعارضة وأهتم بما فيها .	أحب قراءة الآراء المعارضة في الصحف فقط لكونها معارضة .
٥	لا أهتم بما أتعلمه في المدرسة أو الجامعة كثيرا ، لأن الحياة تجارب يتعلم منها الإنسان .	أشعر بأنني لا أهتم بما أتعلمه في المدرسة أو الجامعة كثيرا لأن الحياة مليئة بالتجارب التي يتعلم منها الإنسان .

بعد تعديل عبارات المقياس قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة تكونت من (٥٠) طالبة في جامعة أم القرى بجميع تخصصاتها ومستوياتها ، وذلك للتأكد من وضوح عبارات المقياس المستخدم في هذه الدراسة ومدى ملاءمته للبيئة السعودية ، ومن ثم تم حساب ثبات المقياس والاتساق الداخلي للمقياس .

#### ثبات المقياس :

قامت الباحثة بحساب معامل الثبات وذلك لعدم وجود دراسات سابقة استخدمت هذا المقياس في البيئة السعودية ، وتم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية والتي تم فيها حساب معامل الارتباط بين الفقرات الفردية والزوجية للمفردات التي يتكون منها المقياس ، وقد بلغ معامل الثبات باستخدام هذه الطريقة (٠,٨١) وهو معامل يمكن الاطمئنان له في الدراسة الحالية ، بالإضافة لذلك تم استخدام معامل ألفا كرونباخ وذلك بحساب معامل ألفا لجميع مفردات المقياس ، وكان معامل الثبات (٠,٨٧) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات يمكن الاطمئنان لاستخدامه في هذه الدراسة .

(٢) الاتساق الداخلي للمقياس :

وتم حسابه بالطرق التالية :

(أ) الارتباط بين الأبعاد وبعضها والأبعاد والدرجة الكلية ، والجدول رقم (١٠) يوضح قيم معاملات الارتباط .

### جدول رقم (١٠)

معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها والأبعاد والدرجة الكلية .

	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	المجموع الكلي
البعد الأول	-	-	-	-	-	,٧٦٢**
البعد الثاني	,٤٤٥**	-	-	-	-	,٧٦٩**
البعد الثالث	,٤٦١**	,٤٤٣**	-	-	-	,٧٦٨**
البعد الرابع	,٤٧٧**	,٦٢٨**	,٤٨٤**	-	-	,٨٠٠**
البعد الخامس	,٥٠٤**	,٥٤١**	,٦٠٩**	,٥٤٩**	-	,٨٠٨**
الدرجة الكلية	,٧٦٢**	,٧٦٩**	,٧٦٨**	,٨٠٠**	,٨٠٨**	-

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط تتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق على مقياس الاغتراب النفسي مما يطمئن إلى استخدامه على البيئة السعودية في هذه الدراسة .  
(ب) تم حساب معامل الارتباط بين كل عبارة داخل البعد والمجموع الكلي للبعد أي عمل اتساق بين كل عبارة في بعد العزلة الاجتماعية والدرجة الكلية للعزلة الاجتماعية ، بعد العجز والدرجة الكلية للعجز ، بعد اللامعيارية والدرجة الكلية لللامعيارية ، بعد اللامعنى والدرجة الكلية لللامعنى ، بعد العصيان والدرجة الكلية للعصيان ، وذلك عن طريق إيجاد معامل ارتباط بينهما ، الجدول رقم (١١) يوضح قيم معاملات الارتباط .

## جدول رقم (١١)

معاملات الارتباط بين كل عبارة داخل البعد والمجموع الكلي للبعد .

رقم العبارة	معامل الارتباط للبعد الأول	رقم العبارة	معامل الارتباط للبعد الثاني	رقم العبارة	معامل الارتباط للبعد الثالث	رقم العبارة	معامل الارتباط للبعد الرابع	رقم العبارة	معامل الارتباط للبعد الخامس
١	,٦٠٥**	٥	,٤١٤**	٩	,٣٨٣**	١٣	,٤٧١**	١٧	,٣٨٩**
٢	,٥١٩**	٦	,٤٦٢**	١٠	,٥٦٧**	١٤	,٥١٦**	١٨	,٢٦٤
٣	,٥٠١**	٧	,٤١١**	١١	,٠٧٨	١٥	,٥٥٢**	١٩	,٤٥٠**
٤	,٤٣٧**	٨	,٦٤٢**	١٢	,٥٣٩**	١٦	,٤٢٩**	٢٠	,٢٢٩
٢١	,٦٢٥**	٢٥	,٢٩١*	٢٩	,٤٥٦**	٣٣	,٣٥٩*	٣٧	,٤٣٦**
٢٢	,٦٨٢**	٢٦	,٥١٩**	٣٠	,٥٦٩**	٣٤	,٤٨٠**	٣٨	,٦٣٦**
٢٣	,٤٧١**	٢٧	,٤٠٧**	٣١	,٥٢٦**	٣٥	,٤٨٣**	٣٩	,٤٥٩**
٢٤	,٧٠٨**	٢٨	,٣٥٩*	٣٢	,٤٣٢**	٣٦	,٣٤٥*	٤٠	,٣٥٨*
٤١	,٢٨٧*	٤٥	,٥٣٩**	٤٩	,٣٤٥*	٥٣	,٤٨٨**	٥٧	,٣١١*
٤٢	,٤٠٢**	٤٦	,٢٩٤*	٥٠	,٣٠٠*	٥٤	,٣٢٢*	٥٨	,٦٠٧**
٤٣	,٥٩٣**	٤٧	,٤٦٨**	٥١	,٥٨٧**	٥٥	,٤٤١**	٥٩	,١٦٢
٤٤	,٢٨٣*	٤٨	,٢٦٠	٥٢	,٤٨٨**	٥٦	,٤٩١**	٦٠	,٤٦٥**

من الجدول السابق يتضح أن العبارة رقم (٤٨) في بعد العجز معامل الارتباط فيها يساوي (٠,٢٦٠) والعبارة رقم (١١) في بعد اللامعيارية معامل الارتباط فيها يساوي (٠,٠٧٨) والعبارة رقم (١٨ ، ٢٠ ، ٥٩) في بعد العصيان معامل الارتباط فيها يساوي (٠,٢٦٤) ، (٠,٢٢٩) ، (٠,١٦٢) غير دال أي أن معامل الارتباط بين كل عبارة منها والدرجة الكلية للبعد لم تصل لحد الدلالة ، وبذلك تم حذفها (أنظر الملحق رقم ١) نظراً لأن هذه العبارات غير الدالة لم تؤثر على الارتباط بين الأبعاد وبعضها وبين الأبعاد والدرجة الكلية فارتباطهما دال ومرتفع .

(٢) مقياس القلق العام للراشدين إعداد جمل الليل (١٤١٦هـ) .

وصف المقياس :

اشتمل المقياس على أربعة أبعاد للقلق العام وهذه الأبعاد هي : البعد الانفعالي ، البعد العقلي ، البعد الجسمي (الфизиولوجي) ، البعد السلوكي (النزوعي) ، وتقاس هذه الأبعاد في مجموعها القلق العام للراشدين عند الفرد . وأما العبارات فقد صيغت على أن تكون معبرة عن أعراض القلق وقد بلغ عدد عبارات المقياس (٥٦) عبارة موزعة على النحو التالي :

(١٧) عبارة للبعد الانفعالي ، (٨) عبارات للبعد العقلي ، (٢٠) عبارة للبعد الجسمي (الفسولوجي) ، (١١) عبارة للبعد السلوكي (النزوعي) ، وتتحصر تعليماته في أن يضع المفحوص علامة (✓) تحت الاختيار الذي يتفق مع ما يشعر به من حيث انطباق العبارة عليه دائما أو غالبا أو أحيانا أو نادرا أو عدم انطباقها عليه أبدا .  
**طريقة التصحيح :**

وضع المؤلف خمس خيارات للإجابة عن كل عبارة من عبارات المقياس وهي :  
(دائما = ٥ درجات) ، (غالبا = ٤ درجات) ، (أحيانا = ٣ درجات) ، (نادرا = درجتان)  
(أبدا = درجة واحدة) وبذلك تكون الدرجة المرتفعة التي يحصل عليها المفحوص من خلال إجاباته على العبارة الواحدة أو جميع العبارات مؤشرا على ارتفاع مستوى القلق لديه .

**ثبات المقياس :**

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس من معادلة كرونباخ (معامل ألفا) ، وكان معامل ألفا يساوي (٠,٩٤) وهو معامل يطمئن إلى استخدام المقياس .  
**صدق المقياس :**

تم حساب صدق المقياس بعدة طرق :

(١) صدق المحكمين :

تم الحصول على صدق المحكمين من خلال آراء المختصين في الدراسات النفسية ، وذلك بقراءة العبارات بتفحص وحذف العبارات التي يعتقدون أنها غير صالحة لقياس القلق ، واقتراح أي تعديل يروونه على العبارات والأبعاد .

(٢) صدق التكوين الفرضي :

تم التأكد من صدق التكوين الفرضي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي للبعد (داخل البعد) ، حيث وجد أن المعامل يتراوح بين (٠,٣٠) و (٠,٦٨) وجميع الارتباطات ذات دلالة احصائية .

(٣) صدق المفردات :

وتم التأكد منه عن طريق حساب معامل الارتباط بين كل فقرة والمجموع الكلي للمقياس ، وقد تراوحت الارتباطات بين (٠,٢٦) و (٠,٨٥) وجميعها ذات دلالة احصائية .

٤) الصدق التمييزي :

تم الحصول على الفروق بين المجموعتين (المجموعة العادية والمجموعة ذات القلق المرتفع) للتوصل إلى الارتباط بمحك الواقع كصدق تمييزي للمقياس ، وقد أظهرت النتائج أن هناك فروقا ذات دلالة احصائية بين المجموعتين ، حيث أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (٥,٤٢) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١) .

#### خامسا : الأساليب الإحصائية :

قامت الباحثة بتحليل البيانات الإحصائية بواسطة الحاسب الآلي من خلال الحزم الإحصائية (SPSS) حيث تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية المناسبة للتحقق من فروض الدراسة ولمعرفة الفروق على عينة الدراسة ، ومن هذه الأساليب :

- ١- استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) t-test .
- ٢- تحليل التباين أحادي الاتجاه .
- ٣- اختبار شيفيه .
- ٤- حساب معامل الارتباط .





## مقدمة :

إن الدراسة الحالية تهدف إلى الكشف عن الفرق في كل من الاغتراب النفسي والقلق العام بين المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت من طالبات الجامعة من خلال عينة من طالبات جامعة أم القرى وطبقا لبعض المتغيرات الديموغرافية هي (السن ، المستوى الدراسي ، عدد ساعات استخدام الإنترنت) ، لذلك يعرض الفصل الحالي وصفا لنتائج التحليل الإحصائي لبيانات الدراسة واختبار صحة الفروض ، وذلك بعرض كل فرض من فروض الدراسة على حدة وتحديد الأسلوب الإحصائي المستخدم للتحقق من كل فرض ، ثم عرض النتائج التي توصلت إليها الباحثة المتعلقة بكل فرض ، وبلي ذلك مناقشة النتائج ومحاولة تفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة التي سبق للباحثة عرضها في الفصول السابقة للدراسة الحالية .

## الفرض الأول :

ينص الفرض الأول على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت " وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" وذلك للتعرف على دلالة الفروق بين متوسط درجات الاغتراب النفسي لكل من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت ، والجدول رقم (١٢) يوضح نتائج هذا الفرض .

## جدول رقم (١٢)

الفرق في الاغتراب النفسي بين المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت .

العينة	ن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
مستخدمات الإنترنت	٢٨٠	٥٠,٠٤	١٣,٣٩	٥٥٨	١٣,٣١	٠,٠٠٠١ دالة
غير مستخدمات الإنترنت	٢٨٠	٣٥,٧٣	١١,٩٩			

يتضح من الجدول رقم (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة المستخدمين للإنترنت ومجموعة غير المستخدمين للإنترنت في الاغتراب النفسي حيث إن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (١٣,٣١) وهي دالة عند مستوى (٠,٠٠٠١) وبذلك يرفض الفرض الصفري الأول لهذه الدراسة .

وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة بالجدول رقم (١٢) نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة المستخدمين للإنترنت تساوي (٥٠,٠٤) وهي أكبر من المتوسط الحسابي لمجموعة غير المستخدمين للإنترنت والتي تساوي (٣٥,٧٣) على مقياس الاغتراب النفسي ، وهذا يوضح أن الفرق دال لصالح مجموعة المستخدمين للإنترنت أي أن مجموعة المستخدمين للإنترنت يعانين من الاغتراب النفسي بدرجة أكبر من مجموعة غير المستخدمين للإنترنت . ويمكن القول أن الاحتكاك بثقافات وقيم ومعتقدات تبدو غريبة ومختلفة على الطالبات المستخدمات للإنترنت يؤدي ذلك إلى الصراع والشعور بالقلق لتعارضها مع القيم والعادات الراسخة في مجتمعنا وبالتالي يحدث الاغتراب النفسي ، كما أن استخدام شبكة الإنترنت والانشغال بها يقود الطالبة إلى مخاطر الانعزال عن المجتمع والشعور بالوحدة مما يؤدي إلى ضعف روابط الاتصال بينها وبين الآخرين ، فهي تنقاد إلى الانعزال لتتواصل عبر شبكة الإنترنت التي لا تقدم سوى بدائل تفشل في إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية للطالبة . كذلك يمكن تفسير ذلك بأن الإنترنت قد يقوم بالاتصال بيننا ولكنه يقطع الاتصال المباشر وجها لوجه بين الأفراد فقد أصبحنا ننظر إلى الشاشات وأجهزة الكمبيوتر أكثر من النظر إلى وجوه الأشخاص الحقيقيين من أصدقائنا فانعزال الطالبة داخل شبكة الإنترنت يعمل بلا شك على ازدياد الشعور بالاغتراب النفسي .

ويرى جيبير ( Jiber ) أن الفرد في ظل ثورة المعلومات يواجه سيلا لا ينقطع من المعلومات والمعارف يصعب عليه التأكد من صحتها والتمييز بينها ، واختيار ما يناسبه ويشبع حاجاته منها ، عاجزا عن أن يهتدي إلى طريقه فهو إذن بلا قوة وهو عبارة عن مكون من مكونات الاغتراب . (عثمان، ٢٠٠١م: ١٣٧) .

أضف إلى ذلك أن مستخدمي الإنترنت يصابون بأضرار اجتماعية ودراسية مع انشغال دائم عن الذات وعن الآخرين ، وهذا ما كشفت عنه دراسة يونج (Young, 1996)

حيث أسفرت النتائج عن إصابة مستخدمي الإنترنت بأضرار اجتماعية ودراسية تتراوح ما بين المتوسط إلى الشديد .

لذلك نرى أن نتائج هذه الدراسة وهذا الفرض تحديدا تتفق مع نتائج دراسة يونج (Young,1996) وكذلك تتفق مع نتائج دراسة برينر (Brenner,1997) والتي أظهرت أن معظم أفراد العينة يعانون من أعراض سلبية ، وكان أوضح تلك الأعراض العجز عن التحكم في مجريات الأمور الخاصة بالفرد ، بالإضافة إلى الشعور بالعزلة الاجتماعية والبعد عن الأصدقاء ، وكلها تمثل مظاهر وأبعاد الاغتراب النفسي والتي تتفق مع بنود المقياس المستخدم في الدراسة الحالية .

كذلك اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة كروت (Kraut et al ,1998) والتي كشفت نتائجها عن وجود جملة من المخاطر الاجتماعية والنفسية لمستخدمي الإنترنت ومنها تفاقم الشعور بالوحدة والعزلة النفسية والتباعد عن الناس ، وكلها تؤدي بلا شك إلى الاغتراب النفسي .

ويمكن القول أن استخدام الإنترنت يعتبر سببا من الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الاغتراب النفسي لدى الطالبة الجامعية ، وهذا ما أثبتته الدراسة الحالية لذلك ترى الباحثة أن شبكة الإنترنت قد فتحت عالما جديدا من المعلومات المتنوعة ، واتسمت بقدر كبير من الانفتاح ، وأخذت تنمو بسرعة مذهلة ، وواكب هذا النمو عجز الطالبة عن تشكيل الأحداث العامة في مجتمعا حتى أصبحت مقهورة ومسلوبة الإرادة ولا تقدر على الاختيار مما أدى بها إلى الشعور بالعزلة والاعتراب ، بالإضافة إلى ذلك فإن حجم شبكة الإنترنت الضخم يسهم في عدم قدرة الطالبات على فهم ماهية هذه الشبكة فطالما وجد عدم القدرة على الفهم وجد الشعور بالعزلة والاعتراب ، فحجم الإنترنت الهائل وتنوعه يدخل الطالبة في صراع مباشر مع مبدأ الإنترنت مما يؤدي إلى زيادة الشعور بضياح القيم وفقدان المعايير والتي تعتبر إحدى أبعاد الاغتراب النفسي ، وذلك لما تفرضه طبيعة هذه الشبكة من ثورتها المعلوماتية التي تتعكس حتما على كافة مجالات الحياة لدى الطالبة ، فالجلوس أما شاشة الكومبيوتر والإبحار في شبكة الإنترنت قد يقلل من المهارات الاجتماعية للطالبة للتفاعل داخل المجموعة ، وذلك بسبب انسحابها الاجتماعي فهي تقضي وقتا أطول في عزلتها عن المجتمع مما يسبب لها الشعور بالاعتراب النفسي .

## الفرض الثاني :

ينص الفرض الثاني على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعاً لمتغير السن"

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" وذلك للتعرف على دلالة الفروق بين مجموعتي الدراسة تبعاً لمتغير السن في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت والجدول رقم (١٣) يوضح نتائج هذا الفرض .

### جدول رقم (١٣)

الفرق في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت تبعاً لمتغير السن .

المتغير	ن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
من ١٨- أقل من ٢١ سنة	١٢٠	٥٠,٧٢	١٢,٨٢	٢٧٨	٠,٧٣٧	٠,٤٦٢ غير دالة
من ٢١ سنة فأكثر	١٦٠	٤٩,٥٣	١٣,٨٣			

يتضح من الجدول رقم (١٣) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة تبعاً لمتغير السن في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت حيث كانت قيمة "ت" المحسوبة تساوي (٠,٧٣٧) وهي غير دالة إحصائياً أي إنه لا يوجد تأثير لمتغير السن على الاغتراب النفسي للطالبات المستخدمين للإنترنت وبذلك يقبل الفرض الصفري الثاني لهذه الدراسة .

وقد يرجع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة إلى تقارب العمر الزمني لكلا المجموعتين ، حيث تمثل المجموعة الأولى نهاية مرحلة المراهقة وتمثل المجموعة الثانية بداية مرحلة الشباب ، وحسب نظريات النمو فإن نهاية مرحلة معينة تتشابه إلى حد ما مع خصائص بداية المرحلة التالية ، علاوة على أن كلا المجموعتين من المستخدمين للإنترنت والذي ينتج عنه حدوث بعض مشاعر الاغتراب النفسي لديهن

مقارنة بغير المستخدمين له ، كما أن كلتا المجموعتين من نفس الجامعة التي توفر لهن فرصا متساوية لتنظيمهن في جماعات تشعرهن بالانتماء ، كما توفر لهن فرصا متساوية لتكوين علاقات اجتماعية عديدة ، وفي المقابل نجد أن نتيجة هذا الفرض تتعارض مع نتائج دراسة جلن (Glenn,1972) ودراسة حافظ (١٩٨٠م) والتي أسفرت نتائجهما عن وجود علاقة بين الاغتراب والسن ، وأن صغار السن أكثر اغترابا من كبار السن ، وترى الباحثة أن مثل هذا التعارض في النتائج يدعو إلى مزيد من الدراسات لحسم الموقف من أجل التعرف بدقة على علاقة العمر الزمني باستخدام الإنترنت .

### الفرض الثالث :

ينص الفرض الثالث على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير المستوى الدراسي "

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه وذلك للتعرف على أثر المستوى الدراسي في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت . والجدول رقم (١٤) يوضح نتائج هذا الفرض .

### جدول رقم (١٤)

تحليل التباين الأحادي تبعا للمستوى الدراسي على متغير الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
بين المجموعات	١٥٦٨,٧٧	٣	٥٢٢,٩٢	٢,٩٧	٠,٠٣ دالة
داخل المجموعات	٤٨٥١٦,٧١	٢٧٦	١٧٥,٧٨		
المجموع	٥٠٠٨٥,٤٨	٢٧٩			

يتضح من جدول رقم (١٤) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المستويات الدراسية الأربع في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت ، حيث أوضح الجدول أن قيمة "ف" المحسوبة تساوي (٢,٩٧) وهي دالة عند مستوى (٠,٠٣) ولمعرفة

الفروق بين المستوى الدراسي على متغير الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت فإنه تم استخدام اختبار شيفيه . والجدول رقم (١٥) يوضح نتائج هذا الفرض .

### جدول رقم (١٥)

اختبار شيفيه للفروق بين مستويات الدراسة  
الأربع على متغير الاغتراب النفسي .

المتوسطات الحسابية	ن	المستوى الدراسي
٥٣,٨٢	٧٠	الأول
٤٧,٤٢	٧٠	الثاني
٤٨,٩٢	٧٠	الثالث
٤٩,٩٨	٧٠	الرابع

يتضح من جدول رقم (١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الدراسية الأربع في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية لهذه المستويات الدراسية وبعد تطبيق اختبار شيفيه نجد أن المتوسط الحسابي لطالبات المستوى الأول يساوي (٥٣,٨٢) يليه في الترتيب المتوسط الحسابي للمستوى الرابع والذي يساوي (٤٩,٩٨) ثم المتوسط الحسابي لطالبات المستوى الثالث يساوي (٤٨,٩٢) وأخيرا المتوسط الحسابي لطالبات المستوى الثاني يساوي (٤٧,٤٢) أي إن طالبات المستوى الأول هن الأعلى في مستوى الاغتراب النفسي مقارنة بباقي الطالبات في المستويات الدراسية الأخرى ، وبذلك يرفض الفرض الصفري الثالث من هذه الدراسة ، ويمكن مناقشة هذا الفرض من جانبين :

أولا : تأثير استخدام الإنترنت على المستوى الدراسي والذي جاء في نتائج الدراسة الحالية من حيث إن قيمة "ف" بالجدول رقم (١٤) كانت دالة حيث إن قيمة "ف" تساوي (٢,٩٧) والتي أوضحت عن وجود فروق دالة إحصائية في الاغتراب النفسي بين المستويات الدراسية الأربع ، حيث تميزت الدراسة الحالية في هذا الفرض بانفرادها بتلك النتيجة على حد علم الباحثة حيث لم تتناول الدراسات السابقة متغير المستوى الدراسي

لدى مستخدمات الإنترنت في ظاهرة الاغتراب النفسي الأمر الذي يدعو إلى إجراء المزيد من الدراسات في هذا الشأن لدى عينات مختلفة .

ثانيا : ارتفاع مستوى الاغتراب النفسي لدى طالبات المستوى الأول مقارنة بباقي الطالبات في المستويات الدراسية الأخرى والذي ظهر من أن نتائج اختبار شيفيه أوضحت أن المتوسط الحسابي لطالبات المستوى الأول هو الأعلى مقارنة بباقي المتوسطات للمستويات الدراسية الأخرى ، ويمكن القول بأن الطالبة في المستوى الدراسي الأول تكون في بداية حياتها الجامعية والتي تشعر فيها بالفجوة الواسعة والفارق بين الدراسة في الجامعة والمرحلة الثانوية السابقة ، فتتجه الطالبة نتيجة لذلك إلى استخدام الإنترنت هروبا من أدائها لمسؤولياتها وواجباتها الدراسية ، فتشعر عند استخدام الإنترنت بالعجز وعدم التلاؤم والتكيف فتصاب الطالبة بالاغتراب النفسي .

كذلك يمكن تفسير ذلك بأن الطالبة في المستوى الدراسي الأول تكون في مرحلة المراهقة التي تبحث فيها عن الاستقلالية والحرية ، فتتجه إلى استخدام الإنترنت عبثا ودون وجود أي هدف ، مما يسبب لها انعزالا اجتماعيا ومن ثم تظهر لديها حالة من الشعور بالاغتراب النفسي ، وتطرح هذه النتيجة أهمية ضرورة اهتمام الجامعة بطالبات المستوى الأول اهتماما خاصا من شأنه مساعدة الطالبة على تخطي مثل هذه الصعوبات بالتأقلم مع الوضع الجامعي وعدم الهروب من المسؤوليات الدراسية باستخدام الإنترنت وإضاعة الوقت دون فائدة تعود على الطالبة .

#### الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لعدد ساعات استخدام الإنترنت "

وجدت الباحثة عدد (٢١٩) طالبة استخدمت الإنترنت من ساعة إلى ثلاث ساعات وعدد (٦١) طالبة استخدمت الإنترنت من أربع ساعات فأكثر وهذا يوضح التباعد في العدد بين المجموعتين ، مما حدا بالباحثة إلى اختيار (١٥٣) طالبة عشوائيا من بين (٢١٩) طالبة



في مجموعة المستخدمين للإنترنت من ساعة إلى ثلاث ساعات وذلك ليتناسب حجم هذه المجموعة مع الأسلوب الإحصائي المستخدم .  
 وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" وذلك للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعتين تبعا لعدد ساعات استخدام الإنترنت على درجات الاغتراب النفسي .  
 والجدول رقم (١٦) يوضح نتائج هذا الفرض .

### جدول رقم (١٦)

الفرق في الاغتراب النفسي لدى المستخدمين للإنترنت

تبعا لمتغير عدد ساعات استخدام الإنترنت .

المتغير	ن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
مستخدمات من ساعة إلى ثلاث ساعات	١٥٣	٤٧,٩٥	١٢,٨١	٢١٢	٢,٧٥	٠,٠١ دالة
مستخدمات من أربع ساعات فأكثر	٦١	٥٣,٤٢	١٣,٨٨			

يتضح من الجدول رقم (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة المستخدمين للإنترنت لفترة من ساعة إلى ثلاث ساعات ومجموعة المستخدمين لفترة من أربع ساعات فأكثر في الاغتراب النفسي ، حيث أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (٢,٧٥) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١) وبذلك يرفض الفرض الصفري الرابع لهذه الدراسة ، وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة بالجدول رقم (١٦) نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة المستخدمين من ساعة إلى ثلاث ساعات يساوي (٤٧,٩٥) وهي أقل من المتوسط الحسابي لمجموعة المستخدمين من أربع ساعات فأكثر والتي تساوي (٥٣,٤٢) أي إن مجموعة المستخدمين من أربع ساعات فأكثر تعاني من الاغتراب النفسي بدرجة أكبر من المجموعة الأولى وتعتبر هذه النتيجة متوقعة حيث تقضي الطالبة وقتا طويلا في استخدام الإنترنت مما يعزلها عن الموجودين حولها ، وكذلك يجعلها لا تفكر كثيرا في ذاتها مما ينتج عن ذلك اغترابها عن ذاتها وعن الآخرين من حولها ، كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الإفراط في استخدام الإنترنت وقضاء

الوقت في عالم افتراضي يشكل خطرا على الطالبة ، فاستخدامه يوميا يؤثر على حياتها الاجتماعية والعلمية كذلك تتأثر صحيا وذلك بسبب الحرمان من النوم من أجل البقاء على الإنترنت لمدة أطول . وكذلك ارتباط الطالبة بالإنترنت ونسيانها الوقت يؤدي إلى قصور في أداء الطالبة لمسئولياتها وواجباتها ويهدد حياتها بالفشل نتيجة لشكوى الآخرين منها بسبب قضاء الكثير من الوقت على الإنترنت ، وقد تحرم الطالبة نفسها من الخروج والاستمتاع بمباهج الحياة وذلك بسبب تولعها بالإنترنت مما يؤثر عليها نفسيا واجتماعيا فتصاب بالاغتراب النفسي الذي يسبب لها نقصا في القدرة على التوافق والعجز عن التحكم في مجريات الأمور الخاصة بها ، ذلك لأن الصحة النفسية تتدهور لدى الطالبة فتضطرب علاقاتها الاجتماعية وتتسحب من المجتمع وتتعدم مشاركتها الوجدانية مع الآخرين فيؤثر اغترابها على إنتاجها ونشاطها .

كما أن عددا من الخبراء النفسيين الأوروبيين حذروا من أن أي شخص يبحر عبر شبكة الإنترنت لأكثر من أربع ساعات يوميا يعد من الناحية الإكلينيكية مريضا وفي حاجة إلى علاج طبي . ( Albayan.co.ae,1999 ) .

كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن تزايد عدد ساعات استخدام الإنترنت يؤدي إلى الشعور بالوحدة والعزلة النفسية والاجتماعية ، حيث تنخفض معدلات الاندماج الاجتماعي وتتناقص معدلات التواصل الأسري وتتقلص حجم العلاقات الاجتماعية للفرد ويتضاءل شعوره بالمساندة الاجتماعية من جانب المقربين إليه من أصدقائه ، وهذا بلا شك يمثل الاغتراب الاجتماعي والاعتراب الذاتي . هذا ما كشفت عنه دراسات كل من يونج (Young,1996) وبرينر (Brenner,1997) وكروت وزملائه (Kraut et al,1998) وهذه النتائج تتشابه وتتفق مع نتائج هذا الفرض في الدراسة الحالية ، كذلك تتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة أندرسون (Anderson,1999) والتي كشفت عن الأضرار التي تنتج عن قضاء الكثير من الوقت على شبكة الإنترنت ، حيث أظهرت النتائج أن طلبة الكليات يستخدمون الإنترنت بشكل كبير لدرجة أن ذلك يتعارض مع صحتهم أو حياتهم الاجتماعية ، وذلك بسبب انخفاض الحضور إلى الكليات وقلة أوقات نومهم ، ويصبح هؤلاء الطلبة منعزلين اجتماعيا ، هذه العزلة تولد عند الفرد اغترابا عن الواقع والمجتمع خصوصا عندما يبدأ بالتهرب من مسؤولياته الحقيقية في المجتمع .

أضف إلى ذلك أنه كلما زاد استخدام الفرد للإنترنت زاد ميله تدريجياً للإكثار من عدد الساعات التي يقضيها أمامه وبذلك يزداد عزلة وغربة ، هذا ما كشفت عنه دراسة يونج (Young,1996) كذلك تكشف نتائج الدراسات الأخرى عن أن استخدام الإنترنت عمل على تقليل الساعات التي يقضيها المستخدمون مع الأسر والأصدقاء أو حضور الأحداث الهامة خارج المنزل ، تلك النتائج التي ظهرت في دراسة معهد ستانفورد للدراسات العلمية للمجتمع ، والتي قام بها كل من ناي وإيربرنج ( Nie & Erbring,2000) والتي بلا شك تكوّن الاغتراب الاجتماعي الذي يعتبر بعداً من أبعاد الاغتراب النفسي .

### الفرض الخامس :

ينص الفرض الخامس على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت " وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" ، وذلك للتعرف على دلالة الفروق بين متوسط درجات القلق العام لكل من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت . والجدول رقم (١٧) يوضح نتائج هذا الفرض .

### جدول رقم (١٧)

الفرق في القلق العام بين المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت .

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	درجة الحرية	الانحرافات المعيارية	المتوسطات الحسابية	ن	العينة
٠,٠٠٠١ دالة	٨,٤٧	٥٥٨	٣١,٥٤	١٥١,٢٣	٢٨٠	مستخدمات الإنترنت
			٣٠,٦٨	١٢٨,٩٤	٢٨٠	غير مستخدمات الإنترنت

يتضح من الجدول رقم (١٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة المستخدمين للإنترنت ومجموعة غير المستخدمين للإنترنت في القلق العام حيث إن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (٨,٤٧) وهي دالة عند مستوى (٠,٠٠٠١) ، وبذلك

يرفض الفرض الصفري لهذه الدراسة ، وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة بالجدول رقم (١٧) نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة المستخدمين للإنترنت تساوي (١٥١,٢٣) وهي أكبر من المتوسط الحسابي لمجموعة غير المستخدمين للإنترنت والتي تساوي (١٢٨,٩٤) على مقياس القلق العام ، وهذا يوضح أن الفرق دال لصالح مجموعة المستخدمين للإنترنت ، أي إن مجموعة المستخدمين للإنترنت يعانين من القلق العام بدرجة أكبر من مجموعة غير المستخدمين للإنترنت ، وترى الباحثة أنه يمكن تفسير ذلك بأن الطالبات المستخدمات للإنترنت يواجهن المجهول على شبكة الإنترنت نظرا لكثرة المعلومات المتدفقة مما يسبب لهن حالة من الخوف والتوتر الذي يؤدي بدوره إلى حدوث القلق الذي يكون مصدره الخوف من استخدام الإنترنت ، كما ترجع الباحثة ذلك إلى أن شبكة الإنترنت تسمح بالاتصال لجميع البشر الذين ينتمون إلى خلفيات حضارية متعددة تختلف في العادات والتقاليد ، وبما أن مستخدمي الإنترنت يأتون من نطاقات مختلفة تماما في الخبرة والمعرفة فمن المنطقي أن نفترض عدم التناسب بين مستخدمي الإنترنت ، مما يسبب خوفا وتوترا كبيرا داخل مجتمع الإنترنت ، يؤدي إلى الشعور بانعدام الأمن والراحة النفسية وعدم الاستقرار فتعاني الطالبة من أعراض نفسية تتمثل في القلق العام ، بالإضافة إلى ذلك فإن حياة الطالبة أمام الإنترنت وانعزالها عن الواقع المعاش والابتعاد عن النواحي الأكثر أهمية في حياتها سيكون بلا شك عاملا من عوامل قلق الطالبة ، وستظهر مشكلات في صورة التوتر والقلق والصراعات الداخلية التي يصعب على الطالبة التغلب عليها . وتلاحظ الباحثة أن الإنترنت مكان بلا حدود ومساحة ليس لها مركز فمن الطبيعي أن تتعرض الطالبات المستخدمات للإنترنت إلى أنواع مختلفة من المشاعر السلبية منها الشعور بانخفاض الكفاءة الذاتية ، والفشل في التكيف مع الكم الهائل من المعلومات المتدفقة والتي تشعر فيها الطالبة بقلّة الحيلة وعدم الكفاءة لامتلاك القوة فيكون ذلك سببا من أسباب إصابة الطالبة بالقلق العام من الإنترنت. هذه هي الأسباب والمسببات التي ترى فيها الباحثة أنها تتبع من استخدام الطالبات للإنترنت لتصب في النهاية في النفس البشرية فتصاب بالقلق العام .

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج الدراسات السابقة والتي قام بها كل من ماركولديس & وانج (Marcoulides & Wang, 1990) على طلاب الجامعة الأمريكية

وطلاب الجامعة الصينية ، والتي كشفت نتائجها عن وجود قلق من الكمبيوتر لدى كل من الطلاب الأمريكيين والصينيين ، وقد أيدت هذه النتيجة أيضا دراسة الخضر (١٩٩٨م) على عينة من طلاب وطالبات جامعة الكويت والتي عالجت الدراسة فيها العديد من المتغيرات التي كان من أهمها وجود علاقة بين قلق الكمبيوتر وبين قلق السمة وقلق الحالة ، كما أسفرت النتائج أيضا أن الأفراد الذين سبق لهم استخدام الكمبيوتر قد حصلوا على درجات أعلى في مقياس القلق من هؤلاء الأفراد الذين لم يسبق لهم استخدامه، وهذا ما يؤكد لنا نتائج الفرض الحالي .

#### الفرض السادس :

ينص الفرض السادس على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير السن " وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" وذلك للتعرف على دلالة الفروق بين مجموعتي الدراسة تبعا لمتغير السن في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت ، والجدول رقم (١٨) يوضح نتائج هذا الفرض .

#### جدول رقم (١٨)

الفرق في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير السن .

المتغير	ن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
من ١٨- أقل من ٢١ سنة	١٢٠	١٥٠,٤٧	٢٦,٦٠	٢٨٧	٠,٣٥٠	٠,٧٢٦ غير دالة
من ٢١ سنة فأكثر	١٦٠	١٥١,٨١	٣٤,٨٧			

يتضح من الجدول رقم (١٨) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة تبعا لمتغير السن في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت حيث كانت قيمة "ت" المحسوبة تساوي (٠,٣٥٠) وهي غير دالة إحصائيا أي إنه لا يوجد تأثير لمتغير السن على القلق العام للطالبات المستخدمين للإنترنت وبذلك يقبل الفرض الصفري السادس لهذه الدراسة .

وقد يرجع عدم وجود فروق بين مجموعتي الدراسة إلى تقارب العمر الزمني لكلا المجموعتين وما تتمتع به هذه المرحلة العمرية من خصائص مشتركة للطالبة الجامعية علاوة على أن الإعداد الديني الجيد للطالبات خلال مراحل الدراسة المختلفة وما يترتب عليه من تربية الوازع الديني لهن وخصوصا في هذه المراحل العمرية يزيد منطمأنينتهن ، ومن ثم يجنبهن الكثير من المتاعب ويدفعهن إلى التغلب على ما قد يعترضهن من تناقضات وصراعات ، فارتفاع القيم الدينية والالتزام بها من قبل الطالبات يسهم في ارتفاع الثقة بالنفس والإيجابية نحو مفهوم الذات ، مما يساعدهن على تحمل المسؤولية والشعور بمعنى لحياتهن وهدف لوجودهن فينخفض بذلك شعورهن بالقلق العام وفي المقابل تتعارض نتيجة هذا الفرض مع نتيجة دراسة همبي (Hemby,1995) والتي كشفت نتائجها عن أن العمر يعتبر عاملا من عوامل التنبؤ بالقلق الخاص بالكمبيوتر، كذلك تتعارض مع نتائج دراسة برينر (Brenner,1997) التي أسفرت نتائجها عن وجود أعراض سلبية تنجم عن استخدام الإنترنت حيث كان صغار السن هم أكثر عرضة لتلك الأعراض السلبية من الكبار .

وتلاحظ الباحثة أن المتوسط الحسابي لكلا المجموعتين من المستخدمين للإنترنت يوضح وجود القلق العام لدى أفراد المجموعتين ، وذلك بالرجوع للدرجة الكلية على مقياس القلق العام المستخدم في الدراسة الحالية ، وهذا يوضح انتشار القلق بين طالبات الجامعة في العديد من المواقف والذي أكدته العديد والعديد من الدراسات السابقة كدراسة سهير أحمد (١٩٩١م) ، عبد الخالق ومايسة النيال (١٩٩٢م) ، شريف (١٩٩٥م) ، عثمان (٢٠٠١م) والتي أسفرت نتائجها في مجموعها عن تعرض الإناث من طالبات الجامعة للقلق في العديد من المواقف .

### الفرض السابع :

ينص الفرض السابع على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير المستوى الدراسي "

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه وذلك للتعرف على أثر المستوى الدراسي في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت . والجدول رقم (١٩) يوضح نتائج هذا الفرض .

### جدول رقم (١٩)

تحليل التباين الأحادي تبعا للمستوى الدراسي على متغير  
القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٥٦٨٥,٢١	٣	١٨٩٥,٠٧	١,٩٢	٠,١٢٦ غير دالة
داخل المجموعات	٢٧٢٠,٢٥,٧٥	٢٧٦	٩٨٥,٦٠		
المجموع	٢٧٧٧١٠,٩٦	٢٧٩			

يتضح من الجدول رقم (١٩) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المستويات الدراسية الأربع في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت حيث أوضح الجدول أن قيمة "ف" المحسوبة تساوي (١,٩٢) وهي غير دالة إحصائياً وبذلك يقبل الفرض الصفري السابع لهذه الدراسة ، وقد يرجع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا للمستوى الدراسي في القلق العام لدى مستخدمي الإنترنت إلى تقارب الفئات العمرية في تلك المستويات ، أيضا من الممكن أن يكون السبب هو توحيد اللوائح والأنظمة والتعليمات الرسمية الخاصة بالطالبات في مختلف المستويات الدراسية كمستوى المنهج الدراسي ومتطلباته والتنظيم الزمني للاختبارات الشهرية وغيرها من الإجراءات الموحدة فهذه الأمور قد تسهم بدور فعال في خفض الشعور بالقلق ، بالإضافة إلى ذلك فإن للأنشطة الاجتماعية التي تشارك فيها طالبات الجامعة من جميع المستويات الدراسية دورا هاما في بث روح التعاون والمشاركة الفعلية بين الطالبات مما يؤدي إلى خفض الشعور بالتوتر والقلق العام ، كذلك قد يرجع السبب إلى تأثر الطالبات في جميع المستويات الدراسية بالعلوم المعرفية الإسلامية والثقافية والاجتماعية والتربوية والنفسية التي قد تسهم بدور فعال في ارتياح الطالبة عند استخدام الإنترنت مما يجعل التوتر

يتناقص وينعكس ذلك على الحالة المزاجية ، الأمر الذي ينتج عنه انخفاض الشعور بالقلق العام .

وتنفرد هذه الدراسة بهذه النتيجة نظرا لأن الدراسات السابقة لم تتناول متغير المستوى الدراسي لدى مستخدمات الإنترنت ، وبرغم ما تسفر عنه هذه النتيجة من عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المستويات الدراسية الأربع لدى مستخدمات الإنترنت في معدل القلق النفسي إلا أن المتوسطات الحسابية توضح وجود القلق العام لدى الطالبة الجامعية المستخدمة للإنترنت .

### الفرض الثامن:

ينص الفرض الثامن على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمات للإنترنت تبعا لعدد ساعات استخدام الإنترنت"

وجدت الباحثة عدد (٢١٩) طالبة استخدمت الإنترنت من ساعة إلى ثلاث ساعات وعدد (٦١) طالبة استخدمت الإنترنت من أربع ساعات فأكثر ، وهذا يوضح التباعد في العدد بين المجموعتين مما حدا بالباحثة إلى اختيار (١٥٣) طالبة عشوائيا من بين (٢١٩) طالبة في مجموعة المستخدمات للإنترنت من ساعة إلى ثلاث ساعات وذلك ليتناسب حجم هذه المجموعة مع الأسلوب الإحصائي المستخدم .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" وذلك للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعتين تبعا لعدد ساعات استخدام الإنترنت على درجات القلق العام . والجدول رقم (٢٠) يوضح نتائج هذا الفرض .



## جدول رقم (٢٠)

الفرق في القلق العام لدى المستخدمين للإنترنت تبعاً  
لمتغير عدد ساعات استخدام الإنترنت .

المتغير	ن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
مستخدمات من ساعة إلى ثلاث ساعات	١٥٣	١٤٦,٣٣	٣٢,٥٢	٢١٢	٢,٠١	٠,٠٥ دالة
مستخدمات من أربع ساعات فأكثر	٦١	١٥٦,٢٧	٣٢,٨٣			

يتضح من الجدول رقم (٢٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة المستخدمين للإنترنت لفترة من ساعة إلى ثلاث ساعات ومجموعة المستخدمين لفترة من أربع ساعات فأكثر في القلق العام حيث أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (٢,٠١) وهي دالة عند مستوى (٠,٠٥) وبذلك يرفض الفرض الصفري الثامن لهذه الدراسة وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة المستخدمين من ساعة إلى ثلاث ساعات يساوي (١٤٦,٣٣) وهي أقل من المتوسط الحسابي لمجموعة المستخدمين من أربع ساعات فأكثر والتي تساوي (١٥٦,٢٧) أي أن مجموعة المستخدمين من أربع ساعات فأكثر تعاني من القلق النفسي بدرجة أكبر من المجموعة الأولى ، وقد تأكدت هذه النتيجة من نتائج الفرض الرابع التي أظهرت أن هذه المجموعة تعاني أيضاً من ارتفاع درجة الاغتراب النفسي ، وترى الباحثة أنه عندما تستخدم الطالبة الإنترنت لفترات طويلة قد ينتهي بها المطاف إلى حالة من الارتباك والتشتت والقلق العام ، وذلك لإضاعتها الكثير من الوقت على الإنترنت دون أن تجد ما كانت تبحث عنه بالإضافة لذلك قد تصاب الطالبة بعدم الراحة الذهنية ، وذلك بسبب انتقالها السريع والمباشر من موقع إلى موقع دون توقف وقد يؤدي ذلك إلى حدوث حالة من التوتر والانفعال تشعر فيها الطالبة بالضيق وعدم السعادة والرضا وعدم القدرة على التركيز ، وعلى ذلك يكون من المتوقع ارتفاع القلق العام لدى هذه المجموعة .

هذا ولم تجد الباحثة في حدود علمها دراسات سابقة تعرضت لعلاقة فترة استخدام الإنترنت بالقلق ، الأمر الذي يشجع على إجراء المزيد من الدراسات في هذا الشأن لدى عينات مختلفة ، كما تدل ندرة الدراسات في هذا الاتجاه من جانب آخر على قيمة وأهمية نتائج الدراسة الحالية التي تؤكد على خطورة استخدام الإنترنت لوقت أطول لما له من آثار ضارة على الصحة النفسية للفرد وقد أثبتت نتائجها تعرض مستخدمي الإنترنت وقتنا أطول لحالات القلق ، وسبق في الفرض الرابع تعرضهن للاغتراب النفسي ، مما يدعو ذلك إلى التحذير من استخدام الإنترنت لساعات طويلة حيث ينبغي على الطالبة مراعاة الاتزان في الوقت الذي تستخدم فيه الإنترنت .



## ملخص نتائج الدراسة :

كان هدف الدراسة هو الكشف عن الفروق في كل من الاغتراب النفسي والقلق العام بين المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت من طالبات الجامعة من خلال عينة من طالبات جامعة أم القرى وطبقا لبعض المتغيرات الديموغرافية هي (السن ، المستوى الدراسي ، عدد ساعات استخدام الإنترنت) ، وذلك للتعرف على أكثر الفئات تعرضا لكل من الاغتراب النفسي والقلق العام والتي تكون في حاجة أكثر لخدمات الإرشاد النفسي ، ومن خلال العرض السابق للجداول الإحصائية الخاصة بتحليل نتائج الدراسة يمكن تلخيص النتائج في النقاط التالية :

(١) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت وذلك لصالح المستخدمين للإنترنت حيث كانت درجة الاغتراب النفسي لديهم أعلى من مثيلاتهم غير المستخدمين .

(٢) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير السن .

(٣) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير المستوى الدراسي حيث نجد أن المتوسط الحسابي لطالبات المستوى الأول يساوي (٥٣,٨٢) يليه في الترتيب المتوسط الحسابي للمستوى الرابع والذي يساوي (٤٩,٩٨) ثم المتوسط الحسابي لطالبات المستوى الثالث يساوي (٤٨,٩٢) وأخيرا المتوسط الحسابي لطالبات المستوى الثاني يساوي (٤٧,٤٢) أي أن طالبات المستوى الأول هن الأعلى في مستوى الاغتراب النفسي مقارنة بباقي الطالبات في المستويات الدراسية الأخرى .

(٤) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لعدد ساعات استخدام الإنترنت وذلك لصالح مجموعة المستخدمين للإنترنت لفترة من أربع ساعات فأكثر ، حيث حصلن على درجة أعلى في الاغتراب النفسي .

٥) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت وذلك لصالح المستخدمين للإنترنت حيث كن أكثر قلقا .

٦) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير السن .

٧) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لمتغير المستوى الدراسي .

٨) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين للإنترنت تبعا لعدد ساعات استخدام الإنترنت وذلك لصالح مجموعة المستخدمين للإنترنت لفترة من أربع ساعات فأكثر إذ كانت درجة القلق العام لديهن أعلى .

### التوصيات :

بناء على ما سبق وفي ضوء ما انتهت إليه الدراسة الحالية فإن الباحثة تستطيع أن تستخلص منها بعض التوصيات في نطاق حدود دراستها عن الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت على أمل أن تسهم هذه التوصيات في تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو استخدام الإنترنت والتعامل الإيجابي معه ، وتقليل الآثار السلبية ، والاستفادة بأفضل صورة ممكنة لبقاء الإنترنت قوة إيجابية في مجتمعنا وتجنب مخاطره بقدر الإمكان مع الاهتمام بالجوانب النفسية والاجتماعية لدى المستخدمين للإنترنت ، لذا توصي الباحثة بما يلي :

١) يجب على الطالبة أن تستخدم الإنترنت بأساليب ملائمة وإيجابية لتجنب حدوث السلبيات من جراء استخدامها له والتي قد تهدد حياتها وتوقعها في الكثير من الأضرار النفسية والاجتماعية .

٢) ضرورة العمل على استحداث مركز متخصص ومتفرغ للخدمات الإرشادية والنفسية في الجامعة ، وذلك لتوجيه وإرشاد الطالبات نحو مواكبة الحضارة الحديثة وتوفير معلومات كافية عن الإنترنت ، ومساعدتهن على مواجهة ما تعانيه الطالبة من مشكلات

فعلية ، وتزويدهن بطرق إرشادية وتوجيهية مناسبة لمسايرة متطلبات العصر وتحدياته ، متمثلة في النقاط التالية :

(أ) إن جهاز الكمبيوتر اخترعه الإنسان بفضل من الله ، والحواس التي نستعملها في استخدامه هي نعم وهبت من الله تعالى فلنوظفها لما ينفعنا في ديننا ودنيانا ، ولو تمسك الإنسان بدينه وعرف ما الذي يجب عليه فعله لكان هذا قمة التقدم والتطور .

(ب) الوقت هو الحياة والمطلوب أن يستغل هذا الوقت بأفضل الأعمال ، فالإنسان الناجح هو الذي لا يمضي جزءا كبيرا من يومه إلا ويكون قد قام بإنجاز أكبر الأعمال وأكثرها أهمية بالنسبة له دون أن يضيع وقته في استخدام الإنترنت استخداما سيئا .

(ج) إن التطورات المتلاحقة والانفجار المعرفي بدا واضحا ، فوسيلة الإنترنت تنافست وتداخلت في نسيج المجتمع ، وغزت العالم فأصبح يعرض فيها ما هو صالح وضار ، ولكن الإنسان كائن عاقل ومختار ، والسلوك الصادر عنه ينبع من الشعور الواعي والتفكير المسبق ، لذلك لابد أن يحاول التكيف مع المتغيرات بإحساسه العقلاني فيختار لنفسه النافع ويترك الضار .

(د) تختلف استجابة كل إنسان عن الآخر تجاه الظروف التي تواجهه ولكن الإرادة الإنسانية تلعب دورا أساسيا في التغلب على التأثيرات التي يحدثها الإنترنت في جميع جوانب الحياة .

(هـ) إن الإنسان بطبيعته الفطرية والتكوينية كائن متحرك بإرادة حرة يسعى بقوة للكمال والتكامل ويحاول أن يبحث عن كل جديد ، ولكن عليه الحذر من أن يقع في أضرار ما هو جديد .

(و) ينبغي علينا مراعاة الاتزان في الوقت الذي نستخدم فيه الإنترنت حتى لا يكون وسيلة تزيد من الانعزال عن الآخرين ، وعلينا أن نسأل أنفسنا هل يتناسب الوقت المبذول في الجلوس على الإنترنت مع ما يحققه من فائدة ، وهل أعطينا جزءا من الوقت لتلبية حاجاتنا الأخرى ، إذ إن لأنفسنا علينا حقا يجب أخذه في الاعتبار .

(ز) لا بد من موازنة الإيجابيات والسلبيات التي تعود علينا من استخدام الإنترنت الأمر الذي يقتضي التغلب على العديد من السلبيات وتحقيق الكثير من الإيجابيات .

ح) قد يستخدم بعض الناس شبكة الإنترنت في أمور لا طائل من ورائها سوى ضياع الوقت فالاستعمال الخاطيء يعتمد على الشخص نفسه ، فالطالبة التي تحترم ذاتها وتقدرها وتأبى على نفسها الانحطاط تستخدم الإنترنت إيجابيا وتتعد عن الاستخدام السلبي ، فخصيصة المستخدمة للإنترنت تحدد نوعية الاستخدام .

ط) إن الإنسان قد يبحث عن أشياء تملأ له الفراغ ، وقد يستخدم الإنترنت عبثا ولكنه سيقع بلا شك في حلم خادع ، وبما أن الإنسان قادر بطبيعته الحرة على الاستجابة المرنة لمختلف التأثيرات فهو بلا شك سيدرك أنه لن يبقى له إلا الأعمال التي فيها رضا الله عز وجل لذلك لا بد عليه من التردد على مواقع العلوم الشرعية وأخبار المسلمين في العالم لأنه بذلك سيثاب بإذن الله على إمضاء وقته في هذا الشيء النافع .

ي) علينا أن نمتع أنفسنا وننور عقولنا بما يقدمه الإنترنت لنا من ينابيع العلم والمعرفة .  
ك) وأخيرا ليكن لك هدفا في الحياة تسعين لتحقيقه فإن ذلك سيشغلك بالسعي لتحقيق هدفك وسمو نفسك لأن النفس إن لم تشغلها بالحق شغلتك بالباطل .

٣) ينبغي أن يخضع استخدام الإنترنت من قبل الطالبة للمتابعة باستمرار ، سواء في الجامعة أو المنزل مع متابعة عدد ساعات استخدامها له ، وذلك للتعلم من حدوث أي تغييرات سلبية قد يسببها استخدام الإنترنت .

٤) على العلماء والباحثين أن يقوموا بدراسات مستفيضة حول الأضرار النفسية والاجتماعية والصحية المتعلقة باستخدام الإنترنت وأن يواصلوا أبحاثهم في مختلف الجوانب النفسية .

٥) إن المسؤولية مضاعفة على جميع المسؤولين والمتخصصين ذوي الأهداف النبيلة لملء الإنترنت بكل ما هو مفيد لشغل الناس عن مساوئ الإنترنت وجذب انتباههم لما هو مفيد .

٦) ضرورة تنبيه الآباء من مخاطر وقوع الأبناء في الاستخدام المفرط للإنترنت وذلك لما به من أضرار تؤثر على شخصياتهم وسلوكهم ، ويتحقق ذلك عمليا بتوعية الآباء عبر وسائل الإعلام المختلفة .

## الدراسات المقترحة :

ترى الباحثة إمكانية القيام بدراسات أخرى في مجال التعرف على الآثار النفسية والاجتماعية والصحية الناتجة عن استخدام الإنترنت بحيث تتناول الموضوعات العلمية التالية :

- ١) الآثار النفسية والاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة من المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت "دراسة مقارنة" .
- ٢) أثر استخدام الإنترنت على مستوى التحصيل الدراسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب وطالبات الجامعة .
- ٣) علاقة عدد الساعات التي يقضيها الشباب على الإنترنت بظهور بعض الأمراض النفسية كالإكتئاب لدى الذكور والإناث .
- ٤) معرفة أكثر المواقع ارتيادا من قبل مستخدمي الإنترنت لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية .
- ٥) دراسة مقارنة لمعرفة أي الجنسين أكثر خضوعا للإنترنت لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة .



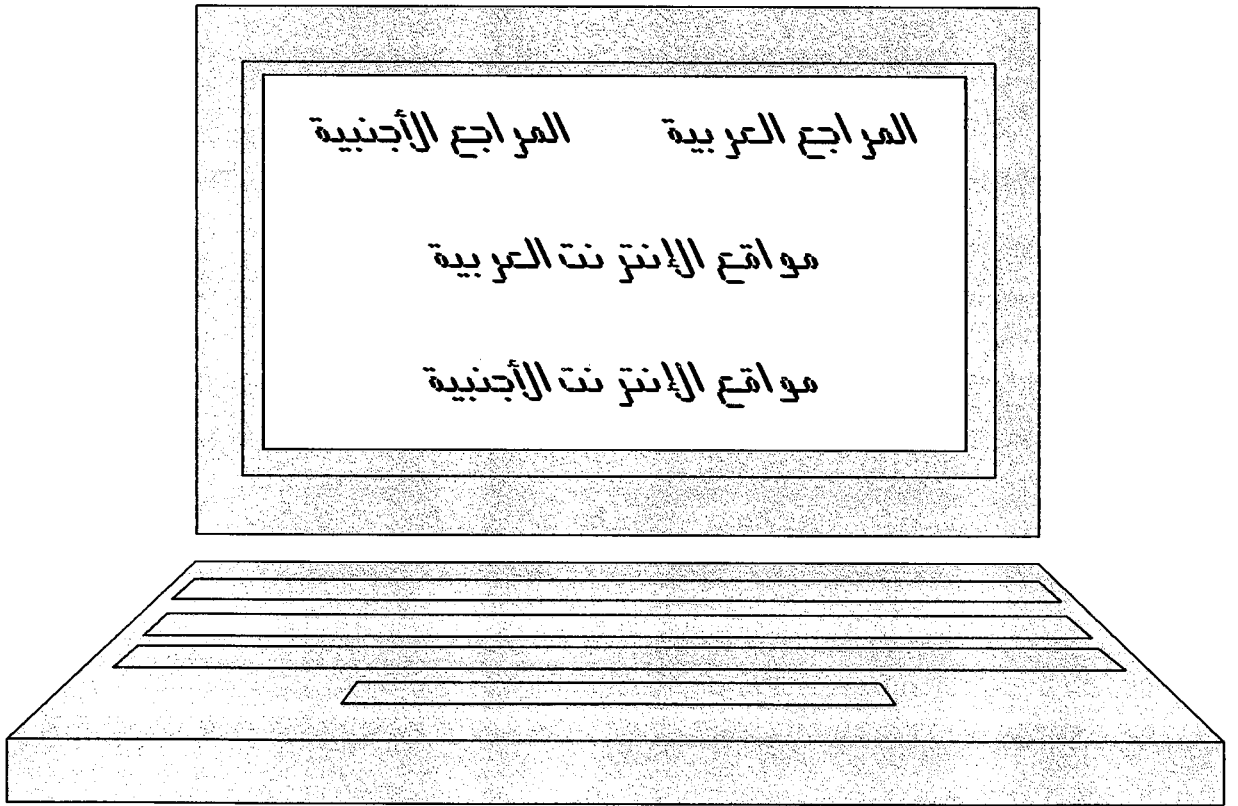
## الخاتمة

تناولت هذه الدراسة جانبين مهمين من الجوانب النفسية هما الاغتراب النفسي والقلق العام ، وبناء على نتائج البحث العامة يتضح أن استخدام الإنترنت قد يعتبر من الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الاغتراب النفسي والقلق العام لدى الطالبة الجامعية ، وهذا ما أشارت إليه نتائج هذه الدراسة الحالية التي اقتصرنا على معرفة الفروق في كل من الاغتراب النفسي والقلق العام بين المستخدمين وغير المستخدمين للإنترنت من طالبات الجامعة خلال عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة .

كذلك أشارت نتائج هذه الدراسة أن استخدام شبكة الإنترنت لساعات طويلة والانشغال بها يقود الطالبة إلى مخاطر الانعزال عن المجتمع ، ويضعف روابط الاتصال بينها وبين الآخرين ، فهي تتقاد إلى الانعزال لتتواصل عبر شبكة الإنترنت التي لا تقدم سوى بدائل تفشل في إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية ، فينتج عن ذلك اغتراب وقلق الطالبة .

بالرغم من ذلك ترى الباحثة أنه لا يمكن الجزم بأن استخدام الإنترنت يعتبر السبب الوحيد من أسباب الاغتراب النفسي والقلق العام ؛ لأنه قد تكون هناك أسبابا أخرى لم تؤخذ في الدراسة نظرا لمحدوديتها ، فهناك عوامل أخرى بلا شك تؤثر في حدوث كل من الاغتراب النفسي والقلق العام ، ولكن يمكن القول بأن الاستخدام السيء للإنترنت قد يكون عامل من عوامل قلق الطالبة واغترابها ، فجلوس الطالبة لساعات طويلة أمام شاشة الكمبيوتر ، والإبحار في شبكة الإنترنت قد يقلل من المهارات الاجتماعية للطالبة للتفاعل داخل المجموعة وذلك بسبب انسحابها الاجتماعي ، فهي تقضي وقتا أطول في عزلتها عن المجتمع ، هذه العزلة الفردية التي تولد اغترابا عن الواقع والمجتمع خصوصا عندما تبدأ الطالبة بالتهرب من مسؤولياتها الحقيقية في مجتمعها ، لذلك ترى الباحثة أنه يجب على الطالبة أن تستخدم الإنترنت بأساليب ملائمة وإيجابية ، لتجنب حدوث السلبيات التي قد تتسبب في حدوث الكثير من الأضرار النفسية والاجتماعية لها .

# قائمة المراجع



## قائمة المراجع

### أولاً: المراجع العربية :

- ١ القرآن الكريم ، مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف ، المدينة المنورة.
- ٢ إبراهيم ، عبد الستار (١٩٩٤م). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث. القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.
- ٣ إبراهيم ، عبد الستار (٢٠٠٢م). القلق قيود من الوهم. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٤ إبراهيم ، محمد إبراهيم عيد (١٩٨٧م). دراسة تحليلية للاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الشباب، رسالة دكتوراه. كلية التربية: جامعة عين شمس.
- ٥ أبكر ، سميرة حسن عبد الله (١٩٨٩م). ظاهرة الاغتراب لدى طالبات كليات البنات بالمملكة دراسة نفسية، رسالة دكتوراه. جدة: كلية التربية للبنات.
- ٦ ابن منظور ، أبي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم (د.ت). لسان العرب، بيروت: المكتبة الفيصلية.
- ٧ أبو الحجاج ، أسامة يوسف (١٩٩٨م). دليلك الشخصي إلى عالم الإنترنت. مصر: دار نهضة مصر للطباعة والنشر والتوزيع.
- ٨ أبو سريع ، أسامة سعد (٢٠٠٠م). هل يسبب سوء استعمال الإنترنت إدماناً نفسياً مراجعة نظرية للدلائل المؤيدة والمعارضة. بحث مقدم إلى ندوة علم النفس وتطلعات المستقبل في دول مجلس التعاون الخليجي. عُمان: جامعة السلطان قابوس.
- ٩ أحمد ، سهير كامل (١٩٩١م). قلق الشباب - دراسة عبر حضارية في المجتمعين المصري والسعودي. مجلة دراسات نفسية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية. ج ٣ : ٣٨٧-٤١٤.
- ١٠ أحمد ، عبد السميع سيد سيد (١٩٨١م). ظاهرة الاغتراب بين طلاب الجامعة في مصر، رسالة دكتوراه. كلية التربية: جامعة عين شمس.

١١ □ الاهواني ، هاني حسين حسين (١٩٨٩م). دراسة لبعض المظاهر النفسية للاغتراب لدى الشباب الجامعي وعلاقتها بنوعية التعليم العالي، رسالة ماجستير. كلية التربية: جامعة الأزهر.

١٢ □ بشاي ، حليم (١٩٨١م). الاغتراب. كلية الآداب: جامعة الكويت.

١٣ □ البغدادي ، محمد رضا (١٤١٩هـ). تكنولوجيا التعليم والتعلم. القاهرة: دار الفكر العربي.

١٤ □ البوطي ، محمد توفيق رمضان (١٩٩٦م). الإنترنت من وجهة نظر إسلامية. مجلة المجمع الفقهي الإسلامي، رابطة العالم الإسلامي، العدد ١٠ : ٢٧٩-٢٨٨.

١٥ □ الثقفى ، سلطان أحمد (١٤١٧هـ). الإنترنت فوائدها أخطارها. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.

١٦ □ جمل الليل ، محمد جعفر (١٤١٦هـ). مقياس القلق العام للراشدين. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.

١٧ □ جمل الليل ، محمد جعفر (١٤١٨هـ). الفروق في القلق العام بين طلاب/طالبات جامعة الملك فيصل وجامعة أم القرى في المملكة العربية السعودية وارتباطه ببعض المتغيرات. مكة المكرمة: مطابع جامعة أم القرى.

١٨ □ الجوزية ، ابن قيم (د.ت). مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين. الجزء الثالث. بيروت: دار الكتب العلمية.

١٩ □ حافظ ، أحمد خيرى (١٩٨٠م). سيكولوجية الاغتراب لدى طلاب الجامعة دراسة ميدانية ، رسالة دكتوراه. كلية الآداب: جامعة عين شمس.

٢٠ □ الخضر ، عثمان حمود (١٩٩٨م). قياس قلق الكمبيوتر ومؤشرات سيكومترية مصاحبة للاختبار بواسطة الكمبيوتر. مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، القاهرة، العدد ٣-٤ : ٤٥٣-٤٧١.

٢١ □ خليفة ، عبد اللطيف محمد (٢٠٠٠م). العلاقة بين الاغتراب والإبداع والتفاؤل والنشأؤم ، بحث مقدم إلى ندوة علم النفس وتطلعات المستقبل في دول مجلس التعاون الخليجي ، كلية العلوم الاجتماعية: جامعة الكويت.

- ٢٢ □ الدركزلي ، شذى سلمان (١٩٩٧م). الإنترنت ثروة المعلومات والثقافة والتعليم وسائلها الثقافية وتطوراتها المستقبلية. مجلة آفاق الثقافة والتراث، العدد ١٦ : ٣٣-٤٣.
- ٢٣ □ دمنهوري ، رشاد صالح (١٤١٧هـ). الاغتراب وبعض متغيرات الشخصية دراسة مقارنة ، مركز البحوث التربوية والنفسية: جامعة أم القرى.
- ٢٤ □ دمنهوري ، رشاد صالح & عبد اللطيف ، مدحت عبد الحميد (١٩٩٠م). الشعور بالاغتراب عن الذات والآخرين دراسة عاملية حضارية مقارنة. مجلة علم النفس، مصر، العدد ١٣ : ١٢٨-١٤٥.
- ٢٥ □ الدناني ، عبد الملك ردمان (٢٠٠١م). الوظيفة الإعلامية لشبكة الإنترنت. بيروت: دار الراتب الجامعية.
- ٢٦ □ دوفور ، أنود (١٩٩٨م). إنترنت. ترجمة منى ملحيس & نبال إدلبي. بيروت: الدار العربية للعلوم.
- ٢٧ □ الرازي ، محمد بن أبي بكر بن عبد القادر (١٩٩٣م). مختار الصحاح. بيروت: مكتبة لبنان.
- ٢٨ □ رجب ، محمود (١٩٨٨م). الاغتراب سيرة مصطلح. القاهرة: دار المعارف.
- ٢٩ □ رصاص ، محمود سيد (د.ت). المدخل إلى الإنترنت الخطوات الأولى في الإنترنت. بيروت: الدار الجامعية.
- ٣٠ □ ريان ، أحمد (١٩٩٧م). خدمات الإنترنت. أبو ظبي: المجمع الثقافي.
- ٣١ □ الزبادي ، أحمد محمد & الخطيب ، هشام إبراهيم (١٩٩٠م). مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي. عمان: الأهلية للنشر والتوزيع.
- ٣٢ □ زعتر ، محمد عاطف رشاد (١٩٩٠م). بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي. رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب: جامعة الزقازيق.
- ٣٣ □ زهران ، حامد عبد السلام (١٩٨٧م). قاموس علم النفس. القاهرة: عالم الكتب.
- ٣٤ □ زهران ، حامد عبد السلام (١٩٩٥م). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم الكتب.

- ٣٥ □ الزبيدي ، مفيد (١٩٩٩م). الإنترنت وآفاق البحث العلمي العربي. مجلة التعريب، العدد ١٧ : ١١٣-١٢١.
- ٣٦ □ السباعي ، زهير أحمد & عبد الرحيم ، شيخ إدريس (١٩٩٩م). القلق وكيف تتخلص منه. دمشق: دار القلم.
- ٣٧ □ السويدي ، فاطمة حميد (١٩٩٧م). الاغتراب في الشعر الأموي. القاهرة: مكتبة مدبولي.
- ٣٨ □ شاخنت ، ريتشارد (١٩٩٥م). الاغتراب. ترجمة كامل يوسف حسين. القاهرة : دار شرقيات للنشر والتوزيع.
- ٣٩ □ شاهين ، بهاء (١٩٩٧م). المرجع العملي لاستخدام الإنترنت. القاهرة: كمبيوساينس العربية لعلوم الحاسب.
- ٤٠ □ الشبلي ، إبراهيم مهدي (٢٠٠٢م). القلق أسبابه وعلاجه. الأردن: دار الأمل للنشر والتوزيع.
- ٤١ □ الشرجي ، نجيب (١٩٩٧م). الإنترنت والمكتبة. مجلة رسالة المكتبة، عمان: جمعية المكتبات الأردنية، العدد ٣ : ٥٨-٧٠.
- ٤٢ □ شريف ، محمد نعيم (١٩٩٥م). دراسة لمدى الارتباط بين القلق والذاكرة. مجلة دراسات نفسية ، مصر، العدد ١ : ١٤١-١٥٣.
- ٤٣ □ شقير ، زينب محمود (٢٠٠٠م). الشخصية السوية والمضطربة. القاهرة: مكتبة النهضة العربية.
- ٤٤ □ شقير ، زينب محمود (٢٠٠٢م). مقياس الاغتراب النفسي. القاهرة: مكتبة النهضة العربية.
- ٤٥ □ شمو ، علي محمد (د.ت). الاتصال الدولي والتكنولوجيا الحديثة. مصر: دار القومية العربية للثقافة والنشر.
- ٤٦ □ صالح ، أحمد محمد (٢٠٠١م). الحياة على شاشة الإنترنت. مجلة العربي، الكويت، العدد ٥١٥ : ١٧٤-١٧٨ .
- ٤٧ □ الصالح ، حمد بن بداح (٢٠٠٠م). الإنترنت والمعلومة. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.

- ٤٨ □ الطحان ، محمد خالد (١٩٩٦م). مبادئ الصحة النفسية. دبي: دار القلم.
- ٤٩ □ طه ، فرج عبد القادر وآخرون (١٩٩٣م). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي. الكويت: دار سعاد الصباح.
- ٥٠ □ الطويل ، حكيمه فتحي شحاته (١٩٩١م). الاغتراب لدى عينة من المودعين بالمؤسسات الإيوائية وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية والمؤسسية. رسالة ماجستير، كلية الدراسات الإنسانية: جامعة الأزهر.
- ٥١ □ الطيب ، محمد عبد الظاهر (١٩٩٤م). مبادئ الصحة النفسية. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- ٥٢ □ ظاهر ، أحمد جمال (١٩٨٤م). البيروقراطية والاعتراب الاجتماعي في بعض معاهد دول الخليج العربي. الكويت: ذات السلاسل.
- ٥٣ □ العامري ، فاروق محمد (١٩٩٧م). الشبكة العالمية للمعلومات الإنترنت. الرياض: معهد ناصر للدراسات الإلكترونية.
- ٥٤ □ العاني ، وجيهة ثابت (١٤٢٠هـ). دور الإنترنت في تعزيز البحث العلمي لدى جامعة اليرموك في الأردن. مجلة جامعة الملك سعود، الرياض، المجلد ١٢ : ٣٠٧-٣٣٥.
- ٥٥ □ عبادة ، مديحة أحمد وآخرون (١٩٩٨م). مظاهر الاغتراب لدى طلاب الجامعة في صعيد مصر دراسة مقارنة. كلية الآداب: جامعة سوهاج.
- ٥٦ □ عباس ، بشار (١٩٩٨م). دور إنترنت والنشر الإلكتروني في تطوير خدمات المكتبات الحديثة. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.
- ٥٧ □ عباس ، فيصل (١٩٩١م). التحليل النفسي وقضايا الإنسان والحضارة. بيروت: دار الفكر اللبناني.
- ٥٨ □ عبد الخالق ، أحمد محمد & النيال ، مایسة أحمد (١٩٩٢م). اضطرابات النوم وعلاقتها بكل من الاكتئاب والقلق والوساوس. مكتبة الأنجلو المصرية: القاهرة.
- ٥٩ □ عبد الغفار ، عبد السلام (د.ت). مقدمة في الصحة النفسية. القاهرة: دار النهضة العربية.

٦٠ عبد الله ، فاتن عبده محمد (١٩٩٩م). الاغتراب النفسي وعلاقته بالحاجات النفسية لدى الشباب بالجمهورية اليمنية، رسالة دكتوراه، كلية الآداب: جامعة صنعاء.

٦١ عبد الواحد ، محي الدين محمد (١٤١٣هـ). دع القلق واستعن بالله. الرياض: دار أسامة للنشر والتوزيع.

٦٢ عبيدات ، ذوقان وآخرون (١٩٩٦م). البحث العلمي مفهومه أدواته أساليبه. عمان: دار الفكر.

٦٣ عثمان ، فاروق السيد (١٩٩٣م) أنماط القلق وعلاقته بالتخصص الدراسي والجنس والبيئة لدى طلاب الجامعة أثناء أزمة الخليج. مجلة علم النفس، العدد ٢٥ : ٣٨-٥٢ .

٦٤ عثمان ، فاروق السيد (٢٠٠١م). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.

٦٥ عزام ، إدريس (١٩٨٩م). بعض المتغيرات المصاحبة لاغتراب الشباب عن المجتمع الجامعي دراسة استطلاعية على عينة من طلبة الجامعة الأردنية. قسم الاجتماع: الجامعة الأردنية.

٦٦ عكاشة ، أحمد (١٩٩٨م). الطب النفسي المعاصر. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٦٧ عمران ، كامل علي متولي (١٩٩٠م). أثر بعض المحددات النفسية على الاغتراب الشخصي والاجتماعي في مجال العمل دراسة ميدانية مقارنة. الرياض: معهد الإدارة العامة.

٦٨ عمر ، أحمد أحمد متولي (١٩٨٩م). دراسة مقارنة لبعض أبعاد الشعور بالاغتراب لدى متعاطي الكحوليات وغير المتعاطين من طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية: جامعة طنطا.

٦٩ عنوز ، عبد اللطيف ماجد (١٩٩٩م) . الاغتراب الوظيفي ومصادره دراسة ميدانية حول علاقتهما ببعض المتغيرات الشخصية والتنظيمية في القطاع الصحي الأردني بإقليم الشمال، مجلة الإدارة العامة، الأردن: جامعة اليرموك، العدد ٢ : ٣٤٣-٣٩٠.

٧٠ العوفي ، عبد اللطيف ديبان & مرداد ، عادل سراج (١٩٩٨م). زمن المستقبل والعالم العربي دراسة في موجة المعلوماتية والاتصال. الرياض.



- ٧١ □ غراب ، كامل السيد & حجازي ، فادية محمد (١٩٩٩م). نظم المعلومات الإدارية القاهرة: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.
- ٧٢ □ غريب ، غريب عبد الفتاح (١٩٩٩م). علم الصحة النفسية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٧٣ □ فايد ، حسين علي (١٩٩٩م). صورة الجسم والقلق الاجتماعي وفقدان الشهية العصبي لدى الإناث المراهقات. المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، العدد ٣٢ : ١٨٠-٢٢٣.
- ٧٤ □ فايد ، حسين علي (٢٠٠١م). الاضطرابات السلوكية. القاهرة: مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- ٧٥ □ الفخراني ، خالد إبراهيم سعد (٢٠٠٠م). أفكار القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير الذاتي (الآلي) في ضوء الضغط والاستثارة دراسة بنائية. المؤتمر الدولي السابع ، مركز الإرشاد النفسي: جامعة عين شمس.
- ٧٦ □ فوزي ، إيمان (١٩٩٦م). الصحة النفسية. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- ٧٧ □ الفيومي ، محمد إبراهيم (١٩٩١م). القلق الإنساني. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٧٨ □ القاسم ، محمد عبد الله (١٩٩٦م). ماذا تعرف عن شبكة الإنترنت. مجلة الطالب، أندية الطلاب السعوديين في المملكة المتحدة وإيرلندا.
- ٧٩ □ القدهي ، مشعل عبد الله (١٤٢٢هـ). الإنترنت نور المعرفة أم نار الإباحية. مجلة الأسرة، العدد ٩٤ : ٦٦-٧٠.
- ٨٠ □ القريطي ، عبد المطلب أمين & الشخص ، عبد العزيز السيد (١٩٨٨م). دراسة ظاهرة الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى. مجلة رسالة الخليج العربي، الرياض: مكتبة التربية العربي لدول الخليج، العدد ٢ : ٥٣-٨٢.
- ٨١ □ كامل ، كامل حسن محمد (١٩٨٦م). دراسة للعلاقة بين الإحساس بالاغتراب وعدد من الجوانب النفسية والاجتماعية لدى الطلاب الجامعيين، رسالة ماجستير، كلية التربية: جامعة المنوفية.

- ٨٢ □ كامل ، عبد الوهاب محمد (٢٠٠٢م). اتجاهات معاصرة في علم النفس. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٨٣ □ الكعبي ، موزة (١٩٩٧م). ممارسة برنامج إسلامي مع حالات القلق النفسي. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.
- ٨٤ □ كينيدي ، جون (٢٠٠٢م). القلق أسبابه وعلاجه. ترجمة وإضافة إبراهيم مهدي الشبلي. الأردن: دار الأمل للنشر والتوزيع .
- ٨٥ □ مارتن ، شاك (١٩٩٩م). مستقبل الإنترنت. أشرف على نقله إلى العربية موسى يونس. الرياض: بيت الأفكار الدولية للنشر والتوزيع.
- ٨٦ □ الماضي ، ماجد عبد الله (١٩٩٧م). الشبكة العنكبوتية الإنترنت. الرئاسة العامة لرعاية الشباب: سدير.
- ٨٧ □ المالكي ، سليمان عطية حمدان (١٤١٥هـ). العلاقة بين الاغتراب النفسي وبعض المتغيرات المتعلقة به لدى طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية: جامعة أم القرى.
- ٨٨ □ مان ، ميشيل (١٩٩٩م). موسوعة العلوم الاجتماعية. القاهرة: دار المعرفة الجامعية.
- ٨٩ □ المبارك ، عواطف بنت عبد الله مبارك (١٩٩٥م). قلق الإمتحانات في علاقته بالإنجاز العقلي والأكاديمي لدى طالبات كلية التربية جامعة الملك فيصل، رسالة ماجستير، كلية التربية: جامعة الملك فيصل.
- ٩٠ □ المعطي ، موسى (١٤١٨هـ). القلق والأرق والوهن. جدة: مكتبة الملك فهد الوطنية.
- ٩١ □ متولي ، طلعت عبد العظيم (١٩٩٩م). تأثير الإنترنت على انتشار المعرفة المحاسبية وعلى نظم الرقابة الداخلية. الرياض: جامعة الملك سعود.
- ٩٢ □ محمد ، وفاء محمد فتحي (١٩٩٦م). الاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى عينة من النساء المسافرات أزواجهن. القاهرة: جامعة عين شمس.

٩٣ محمود ، محمود محمد (١٩٩٥م). بور الخدمة الاجتماعية من منظور إسلامي لمواجهة الشعور بالاغتراب لدى الأطفال المودعين بمؤسسات الرعاية الاجتماعية. كلية الخدمة الاجتماعية: جامعة القاهرة .

٩٤ المدني ، نبيل إسماعيل (١٩٩٦م). شبكة إنترنت. مجلة عصر الحاسب، الرياض: جمعية الحاسب السعودية بجامعة الملك سعود. العدد ٥ : ١٦-٢١.

٩٥ مصيلحي ، حسين (١٩٩٧م). الطريق إلى الإنترنت. مجلة كلية الملك عبد العزيز الحربية. العدد ٣٧ : ٨٠-٨٢.

٩٦ منصور ، حسن عبد الرازق (د.ت). الانتماء والاغتراب. خميس مشيط: دار جرش.

٩٧ النجار ، زينب إبراهيم محمد (١٩٨٨م). الاغتراب في محيط الشباب الجامعي دراسة ميدانية علي عينة من شباب الجامعات في مدينة القاهرة، رسالة دكتوراه، كلية الدراسات الإنسانية: جامعة الأزهر.

٩٨ الوتار ، عبد العزيز (١٩٩٦م). حمى الإنترنت العالم في جهاز الكمبيوتر. مجلة التجارة، العدد ٤٣٧ : ٦٠-٦٤.

٩٩ ياروشوسكي ، بتروفسكي (١٩٩٦م). معجم علم النفس المعاصر. ترجمة حمدي عبد الجواد & عبد السلام رضوان ، مراجعة عاطف أحمد. القاهرة: دار العالم الجديد.

١٠٠ الياسين ، جمعة عبد الله (١٩٨٥م). التقليدية والعصرية في الكويت. الكويت: كاظمة للنشر والترجمة والتوزيع.

- 101 ☐ Aitkenhead, D. (1998). Sad, lonely? Log off and get out! New Statesman ( London, England ) Vol: 127 Issue: 4401 .P: 13-14.
- 102 ☐ Brenner, V. (1997). Psychology of computer use. Psychological Reports, Vol: 80, P: 879-882.
- 103 ☐ Cavalcade, (2001). Time Line The Outsiders. Literary Cavalcade, Vol.54 Issue:1 .P:4.
- 104 ☐ Fritz, P. (2000). Alienation in American Society. Monthly Review: An Independent Socialist Magazine, Vol.52.Issue:2, P:18-36.
- 105 ☐ Glenn, G. (1972). Alienation Among University students. Comparative study, Dissertation Abstracts International. Vol:33. P: 22
- 106 ☐ Hemby, K. (1995). Effects of Age, Learner Profile, & Keyboarding Skill on Self-Reported Computer Anxiety Among Traditional Versus Nontraditional College Students. The University of Southern Mississppi.
- 107 ☐ Kraut, R. et al. (1998). Internet Paradox: A social technology that reduces social involvement & psychological well-being? American Psychologists, Carnegie Mellon University.
- 108 ☐ Marcoulides, GA. & Wang, XB. (1990). Across-Cultural Comparison of Computer Anxiety in College Students. Educational Computing Research, Vol:6(3). P:251-263.
- 109 ☐ Nie, N. H. & Erbring, L. (2000). Internet & Society A Preliminary Report. Stanford Institute For the Quantitative Study of Society.
- 110 ☐ Rintala, J. (1998). Computer Technology in Higher Education: Experiment, Not a Solution. National Association for Physical Education in Higher Education. Qust, 50, P:366-378.
- 111 ☐ Sherman, R. (1997). Overcoming Alienation and Social Stressors: A brief Review. The Family Journal: Counseling and Therapy For Couples And Families, Vol. 2, p: 164-171.
- 112 ☐ Young, K. (1996). Internet addiction :The Emergence of a new clinical disorder. Published in Cyber Psychology & Behavior, Vol.1 No. 3, P: 237- 244.

## ثالثاً : مواقع الإنترنت العربية :

١١٣ □ التمار ، ممدوح (د.ت) . الإنترنت اقتصاد القرن الحادي والعشرين .  
<http://WWW.naseej.com/business/ecoworld/79/html/p50.html>

١١٤ □ جعفر ، محمد راضي (١٩٩٩م) . الاغتراب في الشعر العراقي . دمشق: اتحاد  
الكتاب العرب .  
<http://WWW.awu-dam.org/book/99/study99/50-m-j/book99-sd001.htm>

١١٥ □ الحسن ، يوسف (٢٠٠١م) . أكثر من اثنين مليون مستخدم في الخليج ومصر  
والأردن وثلاثة ونصف مليون بحلول عام ٢٠٠٢م . جريدة الرياض .  
<http://WWW.alriyadh-np.com/rent/20-02-2001/mix.htm1>

١١٦ □ حسين ، سليمان (١٩٩٩م) . مضمرات النص والخطاب في عالم جبرا إبراهيم  
جبرا الروائي . دمشق: اتحاد الكتاب العرب .  
<http://WWW.awu-dam.org/book/99/study99/250-s-h/book99-sd011.htm>

١١٧ □ السيد ، غسان (٢٠٠١م) . الاغتراب في أدب زكريا تامر . دمشق: اتحاد الكتاب  
العرب .

<http://WWW.awu-dam.com/mokifadaby/352/mokf006.htm>

١١٨ □ عباس ، محمود شبل (د.ت) . المخاطر الصحية لاستخدام الحاسب والإنترنت  
وطرق الوقاية منها . المجلة الإلكترونية .

<http://WWW.internet.fares.net/ar/article.php?sid=968>


١١٩ □ العودة ، سلمان فهد (د.ت) . الغرباء الأولون .  
<http://WWW.alsalafyoon.com/arabicposts/odehghurbahawaloon1.htm>

١٢٠ □ معاش ، مرتضى (٢٠٠٠م) . استباحة الفكر وتدمير الذات . مجلة النبأ .  
<http://WWW.annabaa.org/nba51/maloomat.htm>


١٢١ □ الموسى ، عبد الله بن عبد العزيز (١٤٢٠هـ) . وللإنترنت أضرار يا هند .  
<http://WWW.suhuf.net.sa/1999jaz/sep/4/ev5.htm>

١٢٢ □ نور الدين ، صبار (٢٠٠١م) . الاغتراب بين القيمة المعرفية والقيمة الجمالية .  
دمشق: اتحاد الكتاب العرب .


<http://WWW.awu-dam.com/mokifadaby/355/mokf002.htm>

١٢٣  جريدة البيان (١٩٩٩م) . أمراضها النفسية والصحية متعددة ، إدمان التكنولوجيا خطر يهدد شباب اليوم .


<http://WWW.albayan.co.ae/albayan/1999/09/29/mnw/8.htm>

١٢٤  جريدة البيان (١٩٩٩م) . الإنترنت يحرم السنغافوريين من النوم .

<http://WWW.albayan.co.ae/albayan/1999/11/02/mnw/9.htm>

١٢٥  جريدة البيان (١٩٩٩م) . تحذير من الأخطار النفسية: مدمن الإنترنت يحتاج

للعلاج . <http://WWW.albayan.co.ae/albayan/1999/08/23/ola/17.htm>

١٢٦  جريدة البيان (٢٠٠٠م) . جمعية لمكافحة إدمان الأمهات للإنترنت في هولندا .


<http://WWW.albayan.co.ae/albayan/2000/01/18/mnw/10.htm>

١٢٧  جريدة البيان (د.ت) . في تحليل دقيق لآثار النفسية والاجتماعية لاستخدام

الشبكة .. الإنترنت والمستخدم العربي هل هناك مشكلة ، السلبيات والمخاطر كثيرة من


جاء إدمان عمليات الشراء الإلكتروني .

[http://WWW.albayan.co.ae/emirates/299/3btb\(ab\)/a1.html](http://WWW.albayan.co.ae/emirates/299/3btb(ab)/a1.html)

١٢٨  موقع صحف (٢٠٠٠م) . الغربيون يتخوفون من ثورة الإنترنت والكمبيوتر على


علاقاتهم الاجتماعية .

<http://WWW.suhuf.net.sa/2000jaz/jan/19/ev5.htm>


١٢٩  موقع عجيب (٢٠٠١م) . أكثر من ثلاثة ونصف مليون مستخدم لإنترنت في

البلدان العربية .. وفق إحصائيات عجيب . كوم .

[http://it.ajeer.com/viewArticle.asp?Article\\_ID=27640](http://it.ajeer.com/viewArticle.asp?Article_ID=27640)

١٣٠  مجلة النبأ (١٤٢٠هـ) . لغة الأرقام .


<http://WWW.annabaa.org/nba38/arqam.htm>

١٣١  موقع [www.riyadhedu.gov.sa](http://www.riyadhedu.gov.sa) الإنترنت في التعليم : مشروع المدرسة

الإلكترونية.

<http://WWW.riyadhedu.gov.sa/alan/fntok/fantok0.htm>

رابعاً : مواقع الإنترنت الأجنبية :

132  Anderson, K. (1999). Internet Use Among College Students:An Exploratory Study.

<http://WWW.rpi.edu/~anderk4/research.html>.

133  Commercenet (N.D). Worldwide internet population .


<http://WWW.commerce.net/research/stats/wwstats.html>

134  Sarabando, L. (1998). Symptoms of Internet Addiction.

<file://A:/symptoms.html>

135  Davis, R . A. M.A. (N.D). What is Internet Addiction ?

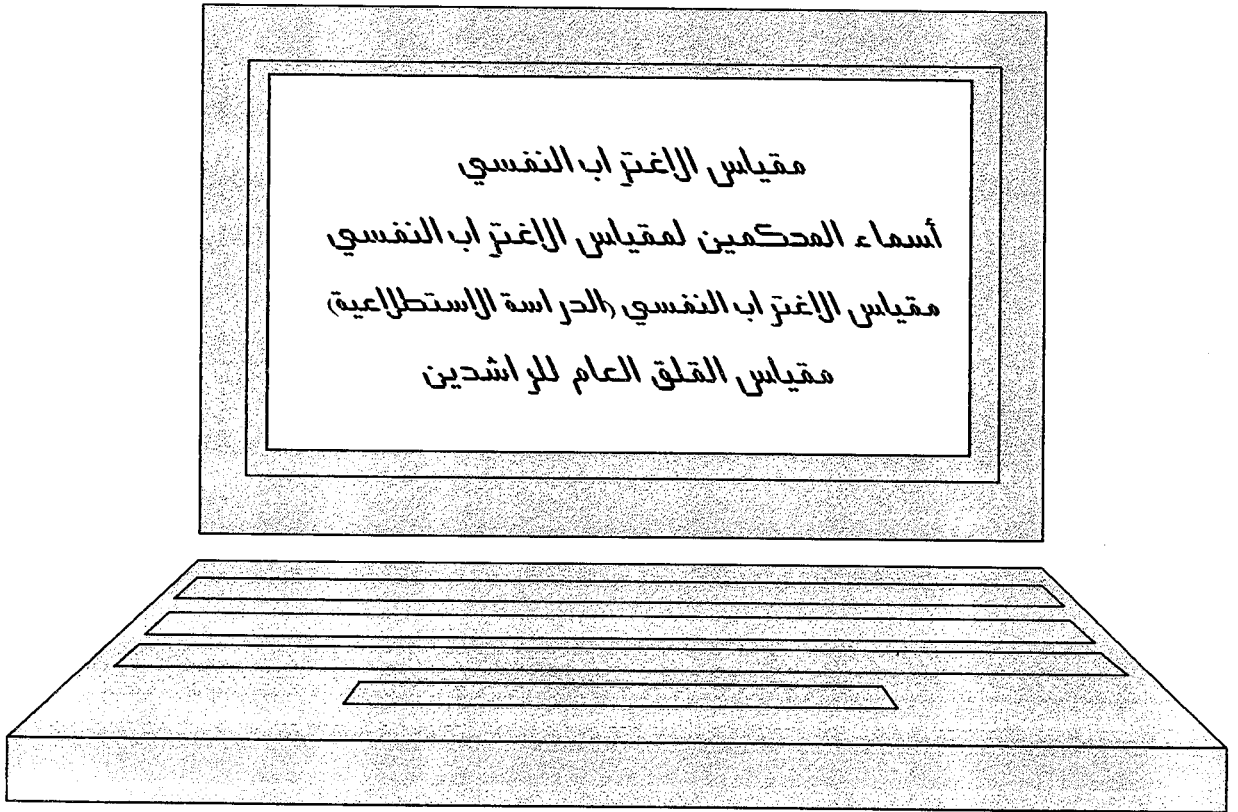
[http:// WWW.victoriapoint.com/internetaddiction/internet\\_addiction.html](http://WWW.victoriapoint.com/internetaddiction/internet_addiction.html)

136  Fenichel, m. Ph.D. (1997). Internet Addiction : Addictive Behavior, Transference or More ?

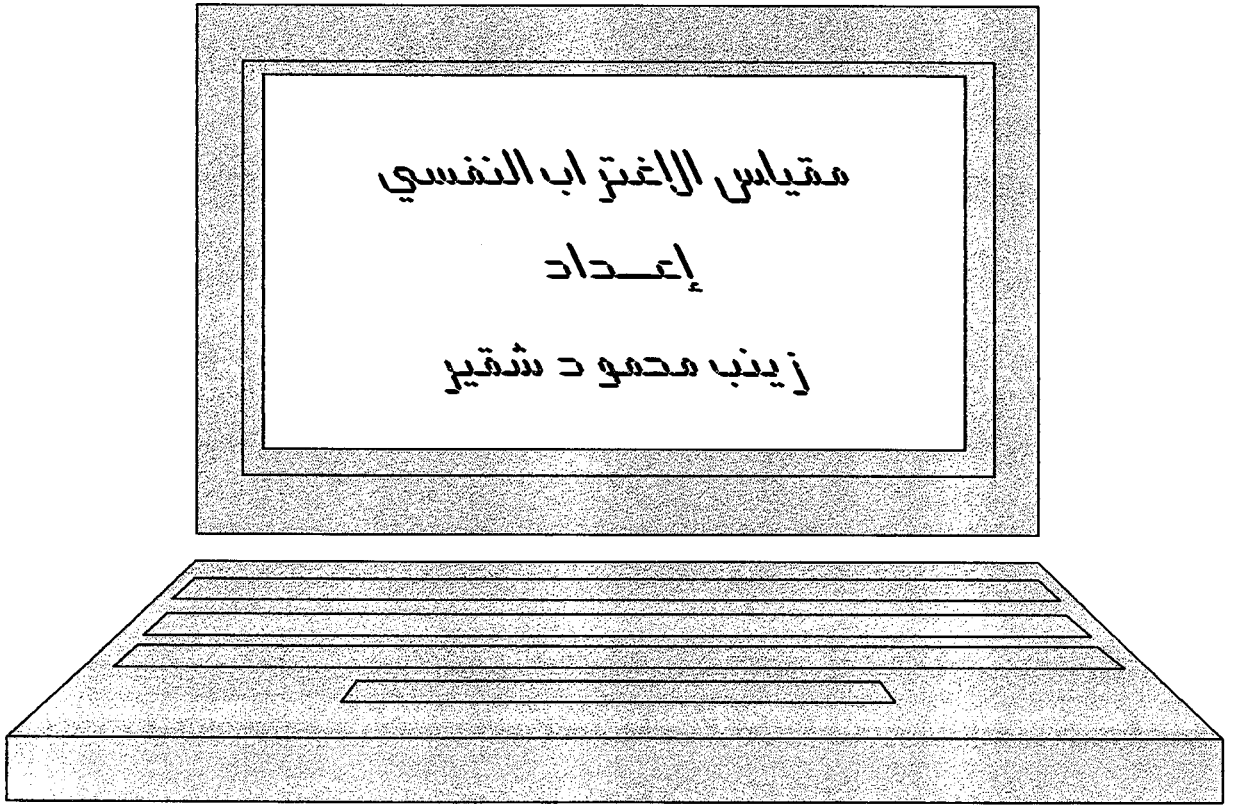
[file://A:/internet Addiction Addictive Behavior,Transference or more.html](file://A:/internet%20Addiction%20Addictive%20Behavior,Transference%20or%20more.html)

137  Ferris, J. R. (N.D). Internet Addiction Disorder : Causes , Symptoms & consequences.

<file://A:/ferris.html>







## مقياس الاغتراب النفسي

إعداد الدكتورة / زينب محمود شقير

الرقم	العبارة	موافق	غير متأكد	غير موافق
١	أشعر أنني وحيدا في هذا الكون .			
٢	أكره الاختلاط بالآخرين .			
٣	أشعر بانعدام التواصل الانفعالي مع نفسي ولا أفهم ذاتي .			
٤	أشعر أنني منبوذ من الآخرين .			
٥	أياس وتهبط همتي مما يقلل من شأنني لنفسي .			
٦	أشعر بالعجز عن اتخاذ قرار تجاه بعض المواقف الصعبة .			
٧	أشعر بالخوف من المستقبل وأنه لا حول ولا قوة .			
٨	أشعر بالضيق والحزن لعجزني عن معالجة بعض المواقف بنفسي .			
٩	أؤمن بالمثل القائل : الغاية تبرر الوسيلة .			
١٠	تمضي الحياة بشكل مزيف ومحزن مما يجعلني أشعر بالاستياء منها وأنها ليس لها قيمة .			
١١	أؤمن بالمثل القائل : من خاف سلم .			
١٢	في بعض الأحيان لا بد أن أكذب طالما الكذب يحقق مصالحتي .			

غير موافق	غير متأكد	موافق	العبارة	الرقم
			أعظم ما يسر الإنسان في حياته عندما يكون بمفرده بعيدا عن الناس .	١٣
			أشعر أن حياتي عقيمة بلا هدف أو معنى .	١٤
			يغلب عليّ التشاؤم في حياتي بدون سبب واضح لشعوري بأن وجودي ليس له قيمة كبيرة .	١٥
			أشعر بالفراغ واليأس في الحياة وأنه من الصعب إمكانية تحسينها مستقبلا .	١٦
			أكره الاعتماد على تفكيري بمفردي لشعوري بأن تفكيري مشوش .	١٧
			أعارض الآخرين آرائهم لاقتناعي برأيي الشخصي .	١٨
			أرفض التعامل مع أفراد أسرتي وأصدقائي لأنني أشك في مشاعر الحب الحقيقي بيني وبينهم .	١٩
			لا ألتزم كثيرا بواجباتي تجاه نفسي وتجاه الآخرين .	٢٠
			أفضل شيء في الحياة أن يعيش الفرد بعيدا عن الناس منعا للمشاكل .	٢١
			البعد عن الناس غنيمة .	٢٢
			أعتقد أنه لا توجد روابط حقيقية بين معظم الناس .	٢٣
			لا أشعر بتواجدي مع أفراد أسرتي رغم أنني أعيش معهم .	٢٤
			القيادة صفة تستغرق وقتا طويلا لممارستها ويصعب تحقيقها .	٢٥

غير موافق	غير متأكد	موافق	العبارة	الرقم
			أشعر بالخوف على أطفالنا إزاء المستقبل المبهم والغامض .	٢٦
			أصبح الإنسان في هذا العصر مجرد ترس في آلة (عجلة الحياة) .	٢٧
			أنا غير راضي عن علاقتي بوالدي وأخواتي لأنهم لا يقدروني بدرجة كافية .	٢٨
			مخالفة الأعراف الاجتماعية والعادات من صلاحيات الفرد نفسه حتى ولو ألحق الضرر بالآخرين .	٢٩
			كل إنسان في المجتمع يمكنه تحقيق أهدافه بالطرق التي تحلو له ولذلك يمكنه تغيير القواعد والمعايير التي يسير عليها .	٣٠
			إن معايير المجتمع غير موضوعية ولا تعتمد على الكفاءة ، لذلك لا أمتثل بها أو أسير عليها ولا أعتبر نفسي خارجا عن القانون .	٣١
			النظام السائد في المجتمع هو أن البقاء للأقوى ، وهذا يؤكد المثل القائل القوة تغلب الشجاعة .	٣٢
			أشعر بوجود فجوة بين ما هو قائم وبين ما أتوقعه في الحياة .	٣٣
			الموت من الحياة أفضل من العيش بلا هدف ، لذلك أشعر أن الحياة لا تستحق أن يحيها الإنسان .	٣٤
			أعتقد أن سلوك الإنسان يجب ألا تقره عادات المجتمع وتقاليدته لأنه يعيش حياة اجتماعية أصبحت معقدة وتحكمها المصالح .	٣٥

الرقم	العـبـارة	موافق	غير متأكد	غير موافق
٣٦	بعض الناس تفكر في الانتحار هروبا من الواقع المرير وبعيدا عن عالم اهتمت فيه القيم الاجتماعية الثابتة .			
٣٧	أثور وأغضب عادة عندما أجد غيري يشعر بالسعادة أو بالحظ السعيد .			
٣٨	أسخر من المجتمع ونظمه السائدة فيه ، ولا أتمسك بالكثير من قواعده وقيمه .			
٣٩	أفضل العنف على المسالمة ، وأهاجم من يعارضني .			
٤٠	أحب أن أصادق من يخالف عادات المجتمع ، ويتجاهل أوامر ونواهي أصحاب السلطة من حوله .			
٤١	الغزو الثقافي الأجنبي يتسبب في الاختلاف بين الناس مما يؤدي إلى التباعد بينهم .			
٤٢	الالتزام بالمنهج الدراسي ودون حرية اختيار الموضوعات يبعдна عن مجتمعنا .			
٤٣	المعلومات والثقافة التي يكتسبها الشباب لا تحل مشكلاتهم الاجتماعية وتباعد بين تحقيق رغباتهم .			
٤٤	انخفاض التواصل الفكري بين المعلم والطالب يفسد روابط التواصل الاجتماعي .			
٤٥	أنا مستمع غير جيد لكل مَنْ يتحدث في موضوعات ثقافية مهما كان مركزه .			

الرقم	العبارة	موافق	غير متأكد	غير موافق
٤٦	لا يستطيع الطالب (أو العامل) ، أن يعبر عن رأيه بوضوح عندما يخالف رأي المعلم (أو رئيس العمل) لاعتقاده بضعف معلوماته وثقافته عنه .			
٤٧	لدي إحساس باستغلال الآخرين لي ، لأنهم أكثر مني علما وثقافة .			
٤٨	أعجز عن كتابة قصة أو مسرحية أو شعر لصعوبة التعبير عما أقرأه أو أفهمه .			
٤٩	أنا أوّمن بالمثل القائل "أصحاب العقول في راحة".			
٥٠	العلم والثقافة ليسا كل شيء في الحياة .			
٥١	أفضل المال على العلم ، لأن العلم أطول طريق للوصول إلى المجد .			
٥٢	أعتقد أن النجاح والتفوق يعتمد كثيرا على الصدفة ولذلك فالتفوق الدراسي ليس معيارا للنجاح في الحياة .			
٥٣	ليس هناك فرق بين الجاهل والمتقف طالما أن كل منهما راض عن حياته .			
٥٤	العولمة مفهوم غامض لا معنى له ، والمعلومات والثقافة عقيمة وليس لها قيمة في حياة الإنسان .			
٥٥	الحياة الدراسية لا تشبع حاجات ورغبات الفرد ، وهناك تباعد بين ما يتعلمه الفرد وبين أمور الحياة من حوله .			
٥٦	معظم رجال الأعمال والأثرياء لا يعرفون القراءة والكتابة .			

غير موافق	غير متأكد	موافق	العبارة	الرقم
			أرفض المثل القائل : العلم في الصغر كالنقش على الحجر .	٥٧
			أحب قراءة صحف المعارضة واهتم بما فيها .	٥٨
			عندما أجهل شيئاً لا أهتم بالاعتراف بذلك ، أو حتى محاولة البحث عن حقيقة هذا الشيء .	٥٩
			لا أهتم بما أتعلمه في المدرسة أو الجامعة كثيراً ، لأن الحياة تجارب يتعلم منها الإنسان .	٦٠





## أسماء المدكّمين لمقياس الاغتراب النفسي

- ١) الدكتور أحمد السيد إسماعيل .
- ٢) الأستاذ الدكتور ربيع سعيد طه .
- ٣) الدكتور محمد جعفر جهل الليل .
- ٤) الدكتور محمد حسن عبد الله .
- ٥) الأستاذ الدكتور محمد حمزة السليمانى .
- ٦) الدكتور هشام محمد مخيمر .



بسم الله الرحمن الرحيم

عزيزتي طالبة الفاضلة ..

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ..

أختك الباحثة تقوم بدراسة حول الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة من المستخدمات وغير المستخدمات للإنترنت ، وذلك كمتطلب تكميلي للحصول على درجة الماجستير في علم النفس ، وسوف تستخدم الباحثة الاستبانة التي صممتها الدكتورة / زينب شقير عن الاغتراب النفسي ، بالإضافة إلى مقياس القلق العام من إعداد الدكتور / محمد جعفر جمل الليل ، لذا آمل منك التكرم بالإجابة على عبارات المقياسين وذلك بالإشارة على الاختيار الذي ترينه مناسباً لك في ما يخص كل عبارة من عبارات المقياسين ، علماً بأن إجاباتك ستكون موضع السرية والاهتمام والعناية ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي ..

وتقبلي شكري وتقديري لجهدك الذي ستبذلينه للمشاركة في هذا البحث .

المشرف على الرسالة

سعادة الدكتور / محمد جعفر جمل الليل

الباحثة

صالحة محمد سنان

ماجستير علم نفس - جامعة أم القرى

الاسم :

العمر :

حددي عمرك في إحدى الفئات التالية :

١- من ١٨ - أقل من ٢١ سنة .

٢- من ٢١ سنة فأكثر .

حددي المستوى الدراسي :

١- المستوى الأول .

٢- المستوى الثاني .

٣- المستوى الثالث .

٤- المستوى الرابع .

٥- المستوى الخامس .

٦- المستوى السادس .

٧- المستوى السابع .

٨- المستوى الثامن .

هل أنت من مستخدمي الإنترنت ؟

١- نعم .

٢- لا .

كم عدد الساعات التي تقضيها على الإنترنت يوميا ؟

١- من ساعة إلى ثلاث ساعات .

٢- من أربع ساعات فأكثر .

## مقياس الاغتراب النفسي الدراسة الاستطلاعية

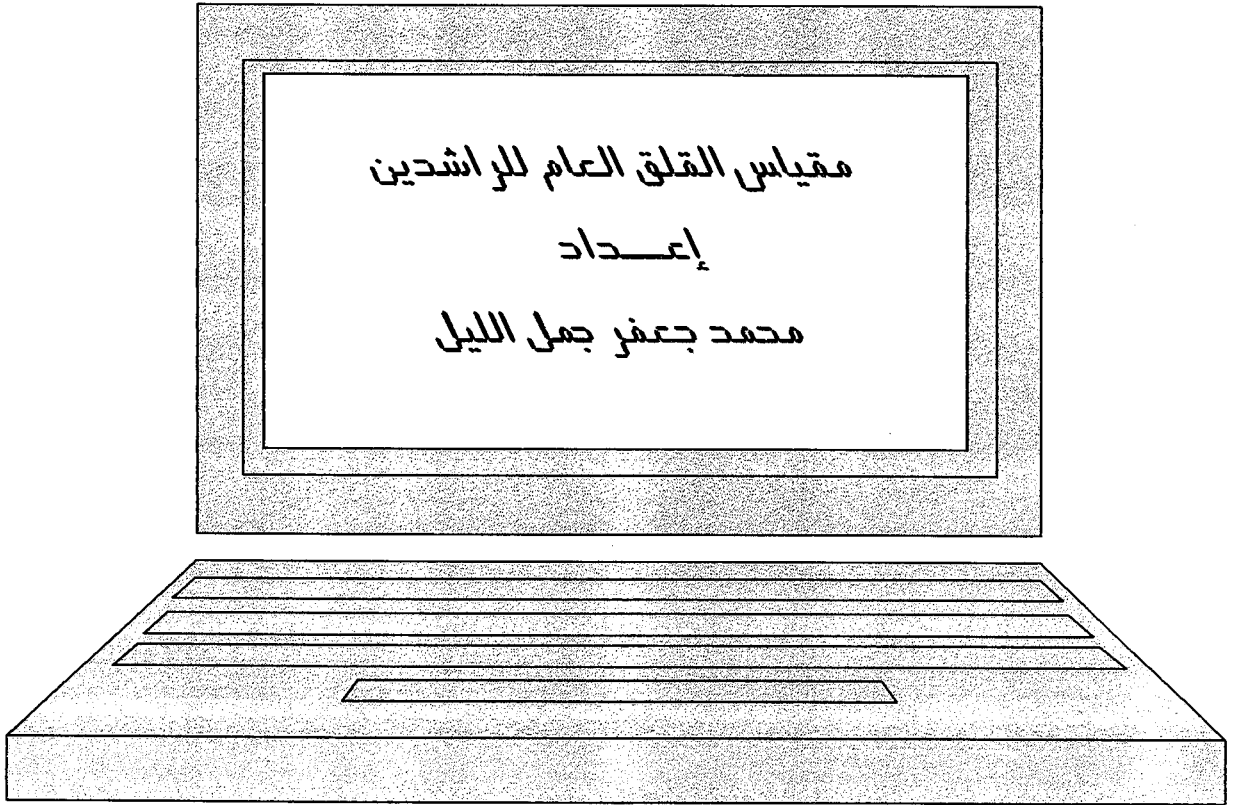
الرقم	المعبارة	موافق	غير متأكد	غير موافق
١	أشعر أنني وحيدة في هذا الكون .			
٢	أكره الاختلاط بالآخرين .			
٣	أشعر بانعدام التواصل مع كل الناس .			
٤	أشعر دائما بأن الآخرين يبتعدون عني .			
٥	أياس وتهبط همتي مما يقلل من شأني لِنفسي .			
٦	أشعر بالعجز عن اتخاذ قرار تجاه بعض المواقف الصعبة .			
٧	يقلقني عدم مقدرتي على مواجهة ما سوف يحدث لي مستقبلا .			
٨	أشعر بالضيق والحزن لعجزني عن معالجة بعض المواقف بنفسي .			
٩	أؤمن بالمثل القائل : الغاية تبرر الوسيلة .			
١٠	تمضي الحياة بشكل مزيف ومحزن مما يجعلني أشعر بالاستياء منها وأنها ليس لها قيمة .			
١١	في بعض الأحيان لابد أن أكذب طالما أن الكذب يحقق مصالحني .			
١٢	لا أرى أهمية لكل شيء حولي .			
١٣	أشعر أن حياتي بلا هدف وبلا معنى .			
١٤	يغلب عليّ التشاؤم في حياتي بدون سبب واضح لشعوري بأن وجودي ليس له قيمة كبيرة .			
١٥	أشعر باليأس من الحياة وأنه من الصعب إمكانية تحسينها مستقبلا .			
١٦	أرفض الاعتماد على تفكيري لشعوري بأن تفكيري مشوش .			

رقم	العبارة	موافق	غير متأكد	غير موافق
١٧	أرفض التعامل مع أفراد أسرتي وأصدقائي لأنني أشك في مشاعر الحب الحقيقي بيني وبينهم .			
١٨	أفضل شيء في الحياة أن يعيش الفرد بعيدا عن الناس منعا للمشاكل .			
١٩	البعد عن الناس غنيمة .			
٢٠	أعتقد أنه لا توجد روابط حقيقية بين معظم الناس فأغلبهم متفككون .			
٢١	أشعر بالوحدة حتى وأنا مع أفراد أسرتي .			
٢٢	القيادة صفة تستغرق وقتا طويلا لممارستها .			
٢٣	أشعر بالخوف على أطفالنا إزاء المستقبل المبهم والغامض .			
٢٤	أصبح الإنسان في هذا العصر فاقد السيطرة على الأحداث التي تمر به .			
٢٥	أنا غير راضية عن علاقاتي بأفراد أسرتي كل الرضا لأنهم لا يقدروني بدرجة كافية .			
٢٦	مخالفة الأعراف الاجتماعية والعادات من صلاحيات الفرد نفسه حتى ولو ألحق الضرر بالآخرين .			
٢٧	كل إنسان في المجتمع يمكنه تحقيق أهدافه بالطرق التي تحلو له ولذلك يمكنه تغيير القواعد والمعايير التي يسير عليها .			
٢٨	إن معايير المجتمع غير موضوعية ولا تعتمد على الكفاءة ، لذلك لا أمتثل بها .			
٢٩	النظام السائد في المجتمع هو أن البقاء للأقوى .			
٣٠	أشعر بفرق كبير بين ما أتوقعه وبين ما يحدث فعلا			
٣١	الموت أفضل من العيش بلا هدف ، لذلك أشعر أن الحياة لا تستحق أن يحيها الإنسان .			
٣٢	أعتقد أن سلوك الإنسان يجب ألا تقره عادات المجتمع وتقاليده لأنه يعيش حياة اجتماعية أصبحت معقدة وتحكمها المصالح .			

رقم	العبارة	موافق	غير متأكد	غير موافق
٣١	بعض الناس يفكرون في الانتحار هروبا من الواقع المرير الذي ضعف فيه الالتزام بالقيم الاجتماعية .			
٣٢	أثور وأغضب عادة لأتفه الأسباب .			
٣٣	أسخر من المجتمع ونظمه السائدة فيه ، ولا أتمسك بالكثير من قواعده وقيمه .			
٣٤	أفضل العنف على المسالمة ، وأهاجم من يعارضني			
٣٥	أحب أن أصادق من يخالف عادات المجتمع ، ويتجاهل أوامر ونواهي السلطة من حوله .			
٣٦	تختلف وجهات نظري في الأمور الهامة عن وجهات نظر الآخرين .			
٣٧	إن عدم الحزبية في اختيار موضوعات المنهج الدراسي يشعرني بالابتعاد عن مجتمعي .			
٤٠	لم أستفد من المعلومات والثقافة التي يكتسبها الشباب لأنها لم تحل مشكلاتي الاجتماعية .			
٤١	أشعر بفقدان التواصل الاجتماعي بيني وبين معلمتي نظرا لانخفاض التواصل الفكري .			
٤٢	أنا مستمع غير جيد لكل من يتحدث في موضوعات ثقافية مهما كان مركزه .			
٤٣	لا تستطيع الطالبة (أو العاملة) أن تعبر عن رأيها بوضوح عندما تخالف رأي المعلمة (أو رئيسة العمل) لاعتقادها بضعف معلوماتها وثقافتها عنها .			
٤٤	لدي إحساس باستغلال الآخرين لي لأنهم أكثر مني علما وثقافة .			
٤٥	أنا أو من بالمثل القائل : أصحاب العقول في راحة .			
٤٦	العلم والثقافة ليسا كل شيء في الحياة وإنما هناك أشياء أخرى مثل المال .			
٤٧	أفضل المال على العلم لأن العلم طريقه طويل للوصول إلى المجد .			
٤٨	أعتقد ان النجاح والتفوق يعتمدان كثيرا على الصدفة ولذلك فالتفوق الدراسي ليس معيارا للنجاح في الحياة .			
٤٩	ليس هناك فرق بين الجاهل والمتقف طالما أن كل منهما راض عن حياته .			

رقم	العـــــــــــــــبارة	موافق	غير متأكد	غير موافق
٥٠	العولمة مفهوم غامض لا معنى له .			
٥١	الحياة الدراسية لا تشبع حاجات ورغبات الفرد وهناك تباعد بين ما يتعلمه الفرد وبين أمور الحياة من حوله .			
٥٢	بعض رجال الأعمال والأثرياء لا يعرفون القراءة والكتابة ، فما الفائدة منها ؟			
٥٣	أرفض المثل القائل : العلم في الصغر كالنقش على الحجر .			
٥٤	أحب قراءة الآراء المعارضة في الصحف فقط لكونها معارضة .			
٥٥	أشعر بأنني لا أهتم بما أتعلمه في المدرسة أو الجامعة كثيرا لأن الحياة مليئة بالتجارب التي يتعلم منها الإنسان.			





## مقياس القلق العام للراشدين

إعداد الدكتور / محمد جعفر جمل الليل

الرقم	العبارة	درجتها				
		أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
١	أرى أحلاماً مزعجة عندما أكون نائماً					
٢	لا أستطيع التركيز على شيء أقوم بعمله					
٣	أحس بأن ضربات قلبي تدق بسرعة					
٤	أخشى أن أقوم بعمل أشياء ثم أندم على فعلها					
٥	أخشى إلا أرتضي أصدقائي عندما أتعامل معهم					
٦	أرى أنني شخص لا أفكر بشكل سليم					
٧	أجد صعوبة عندما أتقنس					
٨	أكون مشغول البال على الأشياء التي أعملها وأتمنى أن أكون قد أنجزتها بشكل سليم					
٩	أخاف من أي شيء يحدث لي ولو كان بسيطاً					
١٠	أنسى كثيراً من الأشياء التي أريد أن أقوم بها.					
١١	يدي تصبح رطبة ويخرج العرق منها					
١٢	أتمنى أن يعمل الآخرون كل شيء أقوم به نيابة عني.					
١٣	أحس بتكاثر الأفكار في ذهني في وقت واحد					
١٤	أشعر برغبة في الذهاب للحمام					
١٥	لا أشعر بفائدة ما أقوم به من أعمال في حياتي					
١٦	أشعر أنني مشغول الذهن في شيء لا أعرفه					
١٧	لا أستطيع بلع الطعام بسهولة					

الرقم	العبارة	درجتها				
		أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
١٨	أشعر أنني أحتاج أشياء كثيرة في حياتي					
١٩	تنتابني كثيراً من الأفكار المزعجة					
٢٠	أشعر بالم في معدتي					
٢١	أرتبك عندما أقوم بعمل شيء معين					
٢٢	أحس أن الأشياء حولي ملخبطة وليست كما ينبغي					
٢٣	أشعر بصداع					
٢٤	أخاف وأتوتر بسرعة حتى ولو كان السبب تافهاً					
٢٥	أبالغ في تخيلاتي					
٢٦	لا أستطيع أن أسمع الأصوات الشديدة					
٢٧	يصيبني الامساك					
٢٨	أفعل أشياء سخيفة تجعل الآخرون يسخرون مني					
٢٩	أشعر بالخوف من وجود مشكلة في المنزل عندما أكون بعيداً عنه					
٣٠	أكون خائفاً حذراً					
٣١	أصاب بالقلق إذا شعرت بعدم قدرتي على إنجاز العمل الذي أقوم به .					
٣٢	أحس بالتعب بسرعة					
٣٣	أعاني من الاسهال					
٣٤	حركتي كثيرة					
٣٥	أحس بأن أعضاء جسمي تهتز وترتجف					
٣٦	أتكلم بسرعة					
٣٧	أنا كثير الصراخ					

الرقم	العبرة	درجتها				
		أبدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
٣٨	تأتيني تنهدات غير طبيعية					
٣٩	أحس بالاضطراب عندما اتنافس مع الآخرين واتجاهم في عمل شيء من الأشياء					
٤٠	أحس بالدوران والغثيان					
٤١	أحس بانتي عصبي عندما أقوم بعمل مهم					
٤٢	أحس بجفاف وحرقة في حلقي					
٤٣	أشعر بانتي اخاف اكثر من الآخرين					
٤٤	الاجظ بأن لون جلدي يتغير					
٤٥	أحس أن فتحة عيني تتسع					
٤٦	إذا مرض أحد في منزلنا يأتيني احساس بأنه سيموت					
٤٧	عند مشاهدتي لأي ازدحام أشعر أن هناك خطراً قد وقع					
٤٨	أحس بالتنميل في أطراف جسمي					
٤٩	عندما أضطرب أخشى أن أصبح إنساناً مجنوناً					
٥٠	أحس بحكة في جلدي					
٥١	أصاب بالأغماء					
٥٢	أصاب بالتقيؤ					
٥٣	أشعر أنني لا أستطيع التحكم في نفسي والسيطرة عليها					
٥٤	أحس بسخونة في جسمي					
٥٥	أكون هادئاً وفجأة ينتابني الغضب					
٥٦	أرتبك عندما أتحدث أمام الآخرين					



## ABSTRACT

A comparative study of Psychological Alienation and General Anxiety in a sample of female students of Umm Al-Qura University who are users and nonusers of the Internet.

By: Saleha Senan. Supervision: Dr: Mohammed Jamal Al-Lail

### Objectives of the Study:

To find the extent to which students are afflicted with Psychological Alienation and General Anxiety and devise suitable methods of counseling the study aims at the following:

- i) Identifying the differences in Psychological Alienation and Anxiety between students who are users and those who are nonusers of the Internet.
- ii) The study also aims at comparing the two samples on certain demographic variables like age, level of education, and duration of Internet use.

### Study Plan:

The descriptive and comparative method of study was used to find the differences in psychological alienation and anxiety between the female students of Internet users and nonusers.

### Sample of the Study:

The stratified random sampling method was used to choose a representative sample of female students from the Umm Al-Qura University in Makkah. The sample was restricted to the regular university students enrolled in the faculties of Arts and Science. The sample size is 560 students of which 280 were Internet Users and an equal number 280 were non Internet users.

### Instruments of the Study:

The Psychological Alienation measure developed by Zainab Shoqair (2002) and The General Anxiety Measure for Adults developed by Mohammed Jamal Al-Lail (1995) were used for the study. A pilot study was conducted to determine the relevance as well as the suitability of the items in the two measures to the Saudi cultural milieu.

### Statistical Analysis:

The statistical methods used were Arithmetic Means, Standard Deviations, the 't' test, one way Analysis of Variance, Coefficients of Correlations.

### Results:

1. A significant difference in means was found in psychological alienation between the users of Internet and the nonusers. The Internet users were found to be higher in alienation than they counterparts the nonusers.
2. No significant difference was found between the means of alienation within the group of Internet users on the age variable.
3. A significant difference was found between the means of Internet users belonging to the different levels of study in the university on the

psychological Alienation. Here the students of the first year in college were higher in alienation compared to the other levels in the university.

4. A significant difference was found on the duration of Internet use variable of Internet Users. Here it was found that the Psychological Alienation was higher among those who used the Internet for more than four hours.
5. A significant difference was found in the means of users and nonusers of Internet on Anxiety. The Internet Users were found to be higher in general anxiety than the nonusers.
6. No significant difference was found in the anxiety of Internet users on the age variable.
7. No significant difference was found in the means of the various levels of university on anxiety.
8. A significant difference was found between the groups of Internet users on the variable of duration of Internet use where those who used Internet for more than four hours were found to be higher on anxiety.

### Suggestions:

Some of the recommendations generated by the study are as follows:

Establish a center for counseling and psychological guidance for the students in the university regarding the new technological culture and its appropriate utilization. Develop an awareness of the harmful social and psychological effects of Internet use or overuse.