

إدمان الإنترنت وعلاقته بالانسحاب الاجتماعي

بحث تكميلي ضمن متطلبات الحصول
على درجة الماجستير في التربية

مقدم من

أماني عبد المنعم أحمد البدرابي

«تخصص صحة نفسية»

وفقاً لاتفاقية التعاون الأكاديمي للدراسات العليا

المبرمة بين جامعة حلوان وجامعة 6 أكتوبر في 30 /10 /2013

إشراف

عبد الله سيد أحمد

مدرس علم النفس التربوي

بكلية التربية - جامعة 6 أكتوبر

أحمد علي بديوي

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة حلوان

المخلص

لم يسبق لأداة منذ فجر التاريخ أن خدمت الإنسان بالدرجة التي خدم فيها الإنترنت الإنسان في مدة زمنية متناهية الصغر محققاً غايات وأهداف عظيمة لخدمة المعرفة والعلم والمجتمع حيث يعد الإنترنت أحد المعطيات الحضارية الفائقة في خدماتها فلقد أصبح الإنترنت ملاذاً للأفراد بمختلف انتماءاتهم وفئاتهم العمرية يلجأون إليه لقضاء وقت الفراغ أو للوصول إلي المعلومات أو التواصل بكافة أشكاله ولكنه سلاح ذو حدين فعلي الرغم من فوائده المتعددة إلا أن الإفراط في استخدامه يؤدي إلي ظهور اضطراب سلوكي جديد يطلق عليه إدمان الإنترنت وهو اضطراب سلوكي أفرزه العصر التكنولوجي الحديث

يترتب علي هذ الاضطراب السلوكي خلل في شبكة التواصل الاجتماعي والحياة الأسرية والأكاديمية والصحية والمادية فيؤدي إلي انفصال الفرد عن الواقع الاجتماعي والثقافي الذي يجب أن يشارك فيه ويقل انتماءه للمجتمع الذي يعيش فيه حيث يختار الفرد بمحض إرادته أن يعيش في عالم افتراضي وهمي بديل يوفر له الإثارة الذهنية فيستبدل العلاقات الاجتماعية الحقيقية بعلاقات انتقائية عبر الإنترنت مما يؤدي به إلي الانعزال والانسحاب الاجتماعي والذي يعد أحد الاضطرابات السلوكية التي تهدد أمن الفرد واستقراره النفسي والذي يترتب عليه مجموعة من المشكلات النفسية والاجتماعية والانفعالية .

هدف البحث:

التعرف علي نتائج البحوث والدراسات السابقة التي تناولت موضوع إدمان الإنترنت والانسحاب الاجتماعي.

أهمية البحث:

1. التأسيس النظري لموضوع إدمان الإنترنت نظراً لأهميته والمشكلات المترتبة عليه لدى المراهقين في المجتمع المصري
 2. تناول الدراسة الانسحاب الاجتماعي وهو أحد الاضطرابات السلوكية الانفعالية التي لها تأثيرات سلبية علي الفرد والمجتمع .
- ولقد اقترح البحث مجموعة من التوصيات التي يجب الأخذ بها للحد من اضطراب إدمان الإنترنت والانسحاب الاجتماعي .
- الكلمات المفتاحية: إدمان الإنترنت - الانسحاب الاجتماعي

Summary

Since the dawn of history no tool has ever served the human to the extent that the internet has served the human in a very small period of time, achieving great goals and objectives to serve knowledge, science and society. The internet is one of the superior civilizational data in its service, it became a haven for individuals of all backgrounds and age categories resorting to it to spend leisure time or to access information, data, news or communication in all forms but it's an actual double edged sword despite its multiple benefits but its over use leads to a new behavioral disorder called Internet addiction and it's behavioral disorder produced by the modern technological age

This behavioral disorder entails imbalance in the social network and family, academic, healthy and material life, which leads to separation of the individual from social and cultural reality which must participate in it and less belonging to the society which he lives in where the individual voluntarily choose to live in an imaginary virtual world provides alternative mental excitement and replace social relations selective relationships through the internet, which leads to isolation and social withdrawal, which is one of the behavioral disorders that threaten the security and psychology and stability of the individual which entails a range of psychological, social and emotional problems.

Objective of the research:

Identify the result of the previous researches and studies dealing with the topic of internet addiction and social withdrawal

Importance of the research:

1- Theoretical rooting of Internet addiction because Identify the

result of the previous researches and studies dealing with the topic of internet addiction and social withdrawal and the problems with it among adolescents.

2- The study dealt with social withdrawal, a behavioral disorder which is one of

The behavioral emotional disorder which has bad influence on individual and society .

This research has suggested a set of recommendations to be taken to reduce Internet addiction disorder and social withdrawal.

Key word: Internet addiction- Social withdrawal

مقدمة

تعتبر شبكة الإنترنت أحدث حلقات التكنولوجيا الإلكترونية التي استطاعت أن تتعدى الخطوط الجغرافية والسياسية، فهي وسيلة اتصال حديثة ممتدة الانتشار في جميع أنحاء العالم تربط مجموعة من الحاسبات وتوفرها بصورة فائقة بالصوت والصورة والحركة وفي ضوء الاستخدام المتزايد لشبكة الإنترنت وتنوع استخدامها مثل الحصول علي الأبحاث والدراسات، والثقافة العامة General Culture، والاطلاع علي الأخبار News، وخدمات الاتصال Communication، والتسلية والترفيه حيث تقدم شبكة الإنترنت للمستخدم مجموعة من التطبيقات العلمية مثل القدرة علي إجراء البحوث، تنفيذ المعاملات التجارية، الوصول إلي المكتبات العالمية، أو إلي وضع الخطط فهناك العديد من الفوائد النفسية والوظيفية من استخدام الإنترنت (مصطفى أحمد، 2015: 1).

حيث تشهد الحياة المعاصرة تغييراً في نواح متعددة إذ يواكب العالم تقدماً تقنياً يصاحبه انفجار سكاني ومعرفي وهناك إجماع بين العديد من الباحثين أن تكنولوجيا الاتصال الحديثة وفي مقدمتها شبكة الإنترنت قد فتحت عصراً جديداً من عصور الاتصال والتفاعل بين البشر ووفرة من المعلومات والمعارف التي تقدمها لمستخدميها ولكن علي الجانب الآخر هناك مخاوف من الآثار السلبية والجسمية والنفسية والاجتماعية والثقافية التي قد تحدثها (كوثر ناصر، مليكة بردي، 2014: 854).

فالعصر الراهن المسمي بالعصر الرقمي يشير إلي اتساع استخدام شبكة الإنترنت، فشبكة الإنترنت تستخدمها معظم فئات المجتمع الأطفال والبالغون وكبار السن وأيضاً كافة طبقات المجتمع سواء كانت مرتفعة أم متوسطة أم منخفضة الدخل، فأصبحت شبكة الإنترنت مهيمنة علي كافة مجالات الحياة الاجتماعية كوسيلة إلي الاتصال وتبادل الأفكار والمعلومات (محمد علي، سهام أبو عيطة 2017: 2) ؛ كما أن النمو المتسارع للحاسبات الشخصية وصولاً إلي تكنولوجيا الإنترنت قد زاد من دور ومكانة

التكنولوجيا في حياتنا وثقافتنا بشكل مثير وهذه الإثارة جعلت الفرد ملتصق بالكمبيوتر والإنترنت الأمر الذي جعله يترك الأنشطة الأخرى اليومية المهمة في حياته مما أدى به إلى الاضطرابات النفسية وأثر بشكل كبير علي صحته النفسية (وسام محمد، 2015:382)؛ ومع تزايد الإقبال علي شبكة الإنترنت وسوء استخدامها وقضاء وقت طويل أمامها ظهر ما يسمى بإدمان الإنترنت (الجوهرة جبيلة، 2016:301).

وفي هذا السياق أشار نبيل السمالوطي (2004) إلي أن توافر شبكة الإنترنت قد يفتح الباب للدخول عليها من أي مكان يحتاج فيه الشخص لخدمات الإنترنت، علاوة علي الانبهار بهذه الشبكة العنكبوتية والإسراف في استخدامها قد يؤدي إلي إدمانها فأصبح الكثير من المراهقين والشباب يصاب بما يمكن أن يطلق عليه إدمان الإنترنت *Internet addiction* الأمر الذي يؤدي إلي انفصاله عن واقعه الاجتماعي والثقافي والتربوي الذي يجب أن يشارك فيه بكفاءة، ولا شك أن هذا يحرمه من خبرات مهمة مثل توجيهات الوالدين والاستمتاع بدفء العلاقات والتفاعلات الاجتماعية والأسرية (مصطفى أحمد، 2015:2)

ولا يمكن تجاهل أثر الاستخدام المتزايد لمواقع الشبكات الاجتماعية أو ما يطلق عليه إدمان الإنترنت في سلوكيات المستخدمين وفي تفاعلاتهم مع الآخرين في الواقع حيث يمكن أن تساهم هذه المواقع في عزل الأفراد اجتماعياً وتفكيك العلاقات بينهم في المجتمع ودفعهم إلي الانسحاب الملحوظ من النشاطات الاجتماعية وقضاء معظم الوقت في التعامل مع الإنترنت ضمن فضاء المجتمع الافتراضي قد يؤدي إلي العزلة الاجتماعية عن الآخرين الواقعيين في حياتهم (وليدة حدادي، 2015:269).

حيث تعد العزلة الاجتماعية أو الانسحاب الاجتماعي انفصال إرادي للفرد نتيجة ضعف الصلة بينه وبين المجتمع، وعدم مبالاته بما يجري حوله وانخفاض مشاركته في أية أنشطة اجتماعية أو تفاعل اجتماعي مع الآخرين (نانسي صالح، 2012: 504) فالانسحاب الاجتماعي ظاهرة سلوكية متعددة الجوانب وقد تكون هذه الظاهرة دليلاً علي عجز في الأداء أو في المهارات وفي كلتا الحالتين يصاحبها فقدان الإهتمام

بالأحداث والأشخاص الأمر الذي يقود إلي الاكتئاب والخجل والقلق وغير ذلك من الأنماط السلوكية الغير مقبولة (جلال أبو شريعة، 2016:8)

مشكلة البحث:

يعتبر عالم الإنترنت عالم قائم بذاته يتفاعل فيه الأفراد دون قيود اجتماعية أو عرفية بل إنه ينسج علاقات متعددة بعضها بدافع الفضول والبحث عن المعرفة وبعضها لاكتشاف الذات والآخرين وبعضها كموضة يساير فيها الأقران والملاء، وينجح الكثيرون في تقنين استخدامهم للإنترنت في المدة والمضمون، إلا أن آخرون لا يستطيعون التحكم في الزمن أو المدة التي يقضونها علي الإنترنت فيصبح الإنترنت موجهاً لهم في الوقت والمواضيع (صالح الحويج، 2014: 413).

فالمراقب للأوضاع الاجتماعية السائدة يدرك أن استخدام وسائل الاتصال عبر شبكة الإنترنت بدأ يأخذ منحياً خاصاً، وبدأ يتجه في طريقه للتأثير علي بناء المجتمعات الإنسانية بشكل عام ولعل ما يميز الإنترنت عن غيره من وسائل الاتصال هو مستوى التفاعل الذي يجعل من المستخدمين الذين ينتشرون في أماكن متباعدة بالقيام بإرسال واستقبال ما يشاؤون من المعلومات التي أثرت علي كيفية عمل الناس ومكان عملهم، ومقداره ومع من يعملون ويتفاعلون فتكنولوجيا المعلومات أثرت بشكل كبير علي عملية التفاعل الفردي والجماعي داخل المحيط الأسري وداخل المحيط الاجتماعي . حيث يؤكد «نورمان سارتونوس» « أن الثورة التكنولوجية أفرزت أمراضاً نفسية لم تكن معروفة من قبل كإدمان الكمبيوتر وإدمان الإنترنت وهوس التليفون المحمول وهذه الأمراض لا تقل خطورة عن إدمان المخدرات (يمينة الزندي، 2017: 144).

حيث أن الإنترنت يقدم حياة افتراضية ثرية وشيقة تربط بين أفراد معزولين عن بعضهم جغرافياً ولكنها ليست بديلاً عن الحياة الفعلية فالإنسان ليس كائن افتراضي فهو بحاجة إلي الإحساس بالآخرين والعيش معهم حيث يقدم الإنترنت مجموعة من الخدمات والتي تعمل بدورها علي تحقيق نتيجة عكسية تمثل في انشغاله التام بها وبوسائلها الحديثة والمتطورة والتي تجعله ينسحب اجتماعياً من جميع علاقاته وتعيقه عن

التواصل والتفاعل والتعاون مع أسرته وزملائه من الطلاب فضلاً عن شعوره بالوحدة، مما يؤدي إلى سوء التكيف الاجتماعي والقلق والكسل والخمول وعدم القدرة علي التعبير اللفظي الغير محدود والانعزال عن الناس والبيئة المحيطة ويؤثر علي التفاعل الاجتماعي والمشاركة الاجتماعية (ميرفت خطيري، 2014: 5561).

ولقد أشار لنج وبكي Leng & Baki إلي أن أكثر من (33%) من الأطفال والمراهقين حول العالم يقضون ما معدله (15) ساعة أو أكثر أسبوعياً في ممارسة الألعاب الإلكترونية أو ألعاب الفيديو كنشاط اجتماعي في حياتهم (Leng & Baki, 2008: 20)؛ فمع تزايد الإقبال علي شبكة الإنترنت سواء الأطفال أو المراهقين أو الكبار وسوء استخدامهم لها واستغراق وقت طويل أمامها ظهر ما يسمي بإدمان الإنترنت وهو ظاهرة مزمنة مرتبطة بحدوث خسائر مادية وأسرية واجتماعية وجسمية وعقلية خطيرة كما تعتقد يونج أن استخدام الإنترنت يمكن أن يحدث خللاً في الحياة الأكاديمية والاجتماعية والمالية والمهنية بنفس طرق الإدمان الأخرى كما يمكن أن يتخلل حياة الأفراد في المنزل أو المدرسة أو العمل ويولد مشكلات متعلقة بالحياة الزوجية والأكاديمية والمهنية (الجوهرة جبيلة، 2016: 301).

كما يعد الانسحاب الاجتماعي أو العزلة الاجتماعية أحد المشكلات النمائية التي يعاني منها المراهقون في مرحلة المراهقة والتي من شأنها أن تؤدي إلي العديد من السلوكيات غير التكيفية كعدم القدرة علي التفاعل مع الآخرين، حيث يعد الانسحاب الاجتماعي أسوأ أنواع الاضطرابات النفسية التي تحدث للفرد المنعزل والتي يفقد فيها الانتماء إلي الشخصا المحيطين به، ولا يشعر أن للحياة معني، وعندها يصبح غير قادر علي تحمل التوترات والضغوطات التي يمكن أن تواجهه (أسماء الخلايلة، 2015: 16).

فالانسحاب الاجتماعي من أهم المظاهر السلوكية التي تقود إلي سوء التوافق الاجتماعي والأكاديمي وبالأخص في مرحلة المراهقة حيث يبدأ في الطفولة وتظهر آثاره بعد ذلك في مرحلة المراهقة والرشد (أمجد سليمان، ناصر الحوسني، 2012: 127)؛ كما تؤكد مونيكا براون Monica أن العزلة في المراهقة مشكلة يواجهها كثير من المراهقين الأمر الذي يؤدي إلي ظهور سلوكيات سلبية مثل العنف والتخريب المتعمد

للممتلكات العامة والغياب من المدرسة وأشكال أخرى من السلوك المنحرف (Monica .B.R،2011: 80).

هدف البحث:

التعرف علي نتائج البحوث والدراسات السابقة التي تناولت موضوع إدمان الإنترنت والانسحاب الاجتماعي.

أهمية البحث:

1. التأسيس النظري لموضوع إدمان الإنترنت نظراً لأهميته والمشكلات المترتبة عليه لدي المراهقين في المجتمع المصري
2. تناول الدراسة الانسحاب الاجتماعي وهو أحد الاضطرابات السلوكية الانفعالية التي لها تأثيرات سلبية علي الفرد والمجتمع .

أولاً: إدمان الإنترنت

في البداية وقبل أن نتطرق إلي مفهوم إدمان الإنترنت لابد من الإشارة إلي مفهوم الإدمان ومفهوم شبكة الإنترنت.

مفهوم الإدمان:

عرفت منظمة الصحة العالمية في عام (1973) الإدمان بأنه « حالة نفسية وأحيانا عضوية تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة ومن خصائصها استجابات وأنماط سلوك مختلفة، تشمل دائما الرغبة الملحة علي التعاطي او الممارسة بصورة متصلة أو دورية، للشعور بآثاره النفسية أو لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توافره وقد يدمن الشخص علي أكثر من مادة (حمودة سليمة،2015: 215،214).

مفهوم شبكة الإنترنت:

هي شبكة ضخمة للاتصالات في العالم، تضم الملايين من أنظمة الحاسب الآلي متصلة مع بعضها عن طريق خطوط هاتفية علي مدار الساعة من خلالها يحصل المستخدم علي الصوت والصورة والمعرفة واللعبة والاتصال مع الآخرين، إضافة إلي

نتائج البحوث والأخبار اليومية وإجراء المحادثات مع مختلف الأشخاص (كوثر ناصر، مليكة بردي، 855:2014).

مفهوم إدمان الإنترنت:

يعرف وارد (Ward) إدمان الإنترنت بأنه هو عبارة عن سلوك مرتبط باستخدام الإنترنت والإفراط في الوقت المنقضي على الإنترنت، أو استبدال العلاقات الواقعية إلي علاقات سطحية افتراضية، والتي غالباً ما تخبر بألم شخصي، وهي حس إفتقاد الوقت، وتشكيل أنماط متكررة تزيد من مخاطر المشكلات لاجتماعية (سلطان العصيمي 14:2010).

في حين أكدت الجمعية الأمريكية بأن إدمان الإنترنت هو عبارة عن استخدام الإنترنت بما يتجاوز (38) ساعة أسبوعياً لغير حاجة العمل، مع الميل إلي زيادة ساعات استخدام الإنترنت، وذلك لإشباع الرغبة نفسها والتي كانت تشبعها من قبل ساعات أقل، مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية عند انقطاع الإتصال ومن هذه الأعراض التوتر النفسي والحركي والقلق وتركيز التفكير (سمية بوبعاية، 8:2016)

كما يعرفه بيرد وولف Beard&Wolf بأنه حالة انعدام السيطرة والإستخدام المدمر لهذه الوسيلة التقنية وتشابه الأعراض المصاحبة له بالأعراض المرضية المصاحبة للمقامرة المرضية (Beard &Wolf،2011:377). وفي تعريف كيسيرواسج وكوكداج ويوليو Kesser،Esge،Kocadg، & Bulu يعرف إدمان الإنترنت عي أنه اضطراب سلوكي ناتج عن الإفراط في استخدام الإنترنت لدي الأفراد مما يطور لديهم اضطرابات سلوكية كالعزلة الإجتماعية وانخفاض مستوى المهارات الإجتماعية Keser،Esge،Kocadg، & Bulu، 2013:207 وأخيراً يعرفه شايان Shain استخدام الشبكة العنكبوتية بطريقة لا يمكن السيطرة عليها مما يؤدي إلي مشكلات فردية وإجتماعية ومهنية 60:2014، Shain.

التعريف المفاهيمي لإدمان الإنترنت:-

بعد الدراسة والإطلاع توصلت الباحثة إلي التعريف المفاهيمي لإدمان الإنترنت وهو «حالة انعدام السيطرة وعدم القدرة علي التحكم في استخدام الإنترنت دون وجود

مبرر موضوعي لهذا الإستخدام، وذلك بهدف تحقيق الراحة النفسية والشعور بالسعادة المؤقتة ثم يتطور هذا الإستخدام فيتحول إلي اضطراب سلوكي تصاحبه مجموعة من المشكلات السلوكية والإنفعالية والصحية والاجتماعية .

العوامل المؤدية إلي إدمان استخدام الإنترنت: -

إن الإنترنت كوسيلة تلعب دوراً ثلاثياً للمراهقين فهي توفر لهم متنفساً عميقاً يعبرون من خلاله عن ميولهم كما أنها تقدم لهم العديد من الأفكار الجديدة والمعارف والمهارات المختلفة كذلك تؤدي دوراً مهماً في بناء قيم الفرد وخبراته، ومن وجهة نظر المراهقين أنفسهم فإن هذه الوسائل هي رفاقهم في أوقات الفراغ (وسام محمد، 2011: 4) .

كما تري (Young 1998) وجود العديد من العوامل التي من شأنها أن تساهم في إدمان الفرد علي استخدام الإنترنت ومنها: سهولة استخدام الإنترنت، وقدرة الإنترنت علي توفير الاتصال مع الأفراد الآخرين في مختلف أماكن العالم، وقدرته علي تحقيق التفاعل الاجتماعي مع الآخرين من خلال العديد من المميزات التي يوفرها الإنترنت كروية الآخرين عبر الإنترنت والتفاعل معهم، هذا بالإضافة إلي قدرة الإنترنت علي تحقيق الإثارة الذهنية من خلال ما يوفره الإنترنت للفرد من مغامرات مختلفة عاطفية، مادية، ألعاب. كما قد يساعد الإنترنت الفرد في الهروب والابتعاد عن مشكلات الحياة الواقعية والدخول في عالم خاص (مدلين دراوشة، 2016: 22).

علاوة علي ذلك تتمتع شبكة الإنترنت بقدرة كبيرة علي إخفاء الملامح الاجتماعية للأفراد، والتي قد تقف حائلاً دون إقامة علاقات في الواقع فتساعد مستخدميها علي التواصل الاجتماعي، ويستفيد من ذلك الأشخاص الذين يعانون من الإعاقات الجسدية والعيوب الخلقية المختلفة، وبعض سمات الشخصية السلبية كالخجل والقلق الاجتماعي، مما يجعلهم يتفاعلون بدرجة أكبر مع الآخرين في البيئة الافتراضية (وليدة حدادي، 2015: 279).

أبعاد إدمان الإنترنت: -

يتلخص سلوك إدمان الإنترنت عند الطالب بعدم قدرته علي الإمتناع عن استخدامه، لأنه في حاله التجنب والإمتناع يولد ذلك عنده مشاعر التوتر والضغط (Peng & Zhou،

649:2009)؛ حيث أن إدمان الإنترنت يضعف تدريجياً من قدرة الفرد في مجال السيطرة علي ذاته، وتبين الدراسات أن إدمان الإنترنت أكثر انتشاراً بين الذكور، (Yau، Potenza، 81 – 72:2013 White &) ؛ وسوف نستعرض أبعاد إدمان الإنترنت تفصيلاً حيث يشير (Kesser et al.2013)إلي أن إدمان الإنترنت يتضمن أربعة أبعاد وهي: بعد ضبط السلوك، بعد التجنب، بعد العزلة الاجتماعية، بعد الحرمان .

1 . صعوبة ضبط السلوك Difficuly to control

يشير هذا البعد إلي عدم قدرة الفرد علي التحكم بالوقت الذي يقضيه علي الإنترنت، الأمر الذي يترتب عليه العديد من الآثار السلبية في مختلف جوانب حياته اليومية .

2 . التجنب Avidance

يشير هذا البعد إلي إهمال الفرد المدمن علي الإنترنت للعديد من المهام والواجبات في مختلف جوانب حياته اليومية سواء كان ذلك علي صعيد الأسرة (العائلة) أو المدرسة، أو العمل مثل إهمال الواجبات المدرسية، أو عدم المشاركة في المناسبات الاجتماعية، أو القيام بواجبات العمل.

3 . العزلة الاجتماعية Social isolation

ويشير هذا البعد إلي أن ادمان الفرد للإنترنت يؤدي إلي إنعزاله عن الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه، بحيث يصبح الفرد أكثر تفضيلاً لاستخدام الإنترنت علي التفاعل الاجتماعي مع الآخرين والمشاركة في المناسبات الاجتماعية .

4 . الحرمان Deprivation

ويشير هذا البعد إلي أن إدمان الفرد للإنترنت يؤدي إلي العديد من التغيرات الجسمية والنفسية مثل قلة النوم والصداع وآلام الظهر بسبب كثرة استخدام الإنترنت والشعور بالقلق والتوتر عندما يكون الفرد غير متصل بالإنترنت (مدلين دراوشة، 21، 22:2016).

معايير إدمان الإنترنت:-

قامت جمعية علم النفس A.P.A بتصنيف الاستخدام المفرط للإنترنت كاضطراب، وذلك إذا كان يعوق ممارسة الشخص لحياته الطبيعية مع ظهور أعراض اضطرابية وعادةً

ما يستخدم المتخصصون نفس محكات تشخيص مجالات الإدمان الأخرى المدرجة بالدليل التشخيصي الرابع DSM IV ولكي يعتبر الشخص مدمناً لابد وأن تتوفر ثلاثة أو أكثر من المحكات التالية التي إذا ظهرت علي الفرد خلال سنة كاملة يعد مفرطاً أو مدمناً علي الإنترنت وهي: -

1. **التحمل Tolerance**: - أي الميل إلي زيادة ساعات استخدام شبكة الإنترنت لاشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها من قبل ساعات
2. **الأعراض الانسحابية Withdrawal symptoms**: - وقد تستمر إلي شهر عقب التقليل أو الانقطاع عن استخدام شبكة الإنترنت وهذه الأعراض تسبب للفرد قلقاً ومشكلات عديدة علي مستوي حياته الاجتماعية والشخصية والمهنية وهذه الأعراض تشمل هياج نفسي حركي Psychomotor agitation رعشة، قلق، تفكير قهري عما يحدث في شبكة الإنترنت بالإضافة إلي أحلام وتخيلات تتعلق بشبكة الإنترنت، واستخدام الفرد لشبكة الإنترنت لفترات طويلة من الزمن أكثر مما كان مخططاً، وقضاء فترات من الوقت في عدد من الأنشطة التي ترتبط بشبكة الإنترنت، كما يسبب استخدام شبكة الإنترنت مشكلات مثل فتور العلاقات الاجتماعية والأنشطة لدي الفرد.
3. **البروز Salience**: - أن يكون سلوك الفرد سمة بارزة، وهذا يحدث عندما يصبح هذا السلوك أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الفرد ويسيطر علي تفكيره ومشاعره حيث الانشغال البارز والزائد والتحريفات المعرفية واضطراب السلوك الاجتماعي والشعور باللهفة للقيام بهذا النشاط .
4. **تغيير المزاج Mood modification**: - ويشير إلي الخبرة الذاتية التي يشعر بها كنتيجة للقيام بهذا السلوك، ويمكن رؤيتها كإستراتيجية للمواجهة لكي يتحاشي الآثار المترتبة علي افتقادها وقد يصاحبها تحمل أو لا يصاحبها .
5. **الصراع Conflict**: - وهي تشير إلي الصراعات التي تدور بين المدمن والمحيطين به، وأيضاً تشير إلي الصراعات والتضارب بين هذا النشاط وغيره من الأنشطة الأخرى

(العمل، الحياة الاجتماعية، الأمنيات والاهتمامات، الدراسة) أو الصراع الذي يدور داخل الفرد ذاته وهو الصراع الينفسي المتعلق بهذا النشاط .

6 . الإبتكاس **Relape** - وهو الميل إلي العودة مرة أخرى لأنواع الأنشطة التي كان يدمنها الفرد ويمارسها (سمية بوبعاية، 26، 25: 2016).

آثار إدمان الإنترنت:-

يشير Wu، Lee، Liao & Chang إلي أن الإدمان علي استخدام الإنترنت خاصة لدي الفئات العمرية الصغيرة يجعلهم يعانون من العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والأكاديمية كالشعور بالعصبية والقلق والعزلة الاجتماعية وانخفاض في الجانب الأكاديمي والتحصيلي، هذا بالإضافة إلي التأثير علي عادات وطرق وأوقات الدراسة بسبب زيادة استخدام الإنترنت (Wu، Lee، M، Lia & Chang، 2015: 1، 2، 3، 11) وسوف نتناول في السطور التالية آثار إدمان الإنترنت بالتفصيل:

1 . الآثار الصحية:-

من المشكلات الصحية الناجمة عن إساءة استخدام الإنترنت مشكلة متلازمة الإنترنت وتعود إلي الإجهاد والتوتر النفسي ويترتب عليها زيادة هرمون التوتر مما يؤدي إلي الشعور بالسخونة وحكة في اليدين (حسن محمد، 1041: 2011)؛ وأضرار تصيب العين نتيجة الإشعاع الذي تبثه شاشات الحاسوب، أضرار تصيب العمود الفقري والرجلين نتيجة نوع الجلسة والمدة الزمنية للجلوس أمام أجهزة الحاسوب، أضرار مترافقة مثل البدانة وما تسببه من أمراض مصاحبة

2 . الآثار النفسية:-

الدخول في عالم وهمي بديل يقدمه الإنترنت مما يسبب آثار نفسية هائلة حيث يختلط العالم بالوهم وتقليل مقدرة الفرد علي خلق نفسية سوية قادرة علي التفاعل مع المجتمع والواقع المعاش (سمية بوبعاية، 22، 23) .

3 . الآثار الاجتماعية:-

لقد فتح الإنترنت الباب أمام تدفق المعلومات، وتحويل العالم إلي حجرة مدرسية يتعلم في صفها كل أبناء الكرة الأرضية، وهكذا راح عشاق ومدمنو الإنترنت ينغزلون

شيئاً فشيئاً عن محيطهم الاجتماعي، وتحولوا إلى موسوعة معلومات تجهل أبسط سبل التواصل والاتصال الإنساني الطبيعي، فقد أصبحت كل علاقاتهم وصدقاتهم تنحصر خلف شبكة الانترنت، وأصبحوا يفتقرون إلى الاحتكاك المباشر مع عامة الناس، نتيجة لعلاقاتهم المتتقة من عالم يسمح لهم بدمج الخيال مع الحقيقة (نايف الطراونة، لمياء الفنيخ، 2012:285) مما أدى إلى ظهور ما يسمي بالإحلال الاجتماعي «Social Displacement Hypothesis» ” أي اتصال الأفراد وتفاعلهم الاجتماعي مع مستخدمي الإنترنت يحل محل التفاعلات الاجتماعية مع الأهل والأصدقاء في الواقع (وليدة حدادي، 2015:280) ومن الآثار الاجتماعية المترتبة علي إدمان الإنترنت: انسحاب ملحوظ للإنسان من التفاعل الاجتماعي نحو العزلة والتأثير علي الهوية الثقافية والعادات والقيم مع هذا الغزو المعلوماتي الهائل وخسارة الأصدقاء وضعف الرقابة الأسرية علي الأبناء والتفكك والتصدع الأسري (سمية بوبعاية، 2016: 22، 23).

هذا بالإضافة إلي ظهور بعض المشكلات التعليمية ومنها انخفاض التحصيل الدراسي والغياب عن الحصة أو المحاضرات في الجامعات والتوقف عن ممارسة الهوايات والأنشطة التعليمية الأخرى كالذهاب إلي المكتبات والقراءة في الكتب والمراجع التعليمية وضعف الطموح العلمي والتعليمي، علاوة علي ذلك ظهور مشكلة الإنفاق الزائد عن الحد وذلك نتيجة للإفراط وإساءة استخدام شبكة الإنترنت فقد تكون فاتورة الإتصال مرتفعة وباهظة نتيجة الإسراف في استخدام الخدمات المتعددة للشبكة (حسن محمد، 2011:1042).

ويتضح للباحثة أن اضطراب إدمان الإنترنت اضطراب حديث نسبياً فلم يصل العلماء إلي يومنا هذا إلي محكات أو معايير تحدده بعينه ولكن يشابه اضطراب إدمان الإنترنت كافة أنواع الإدمان الأخرى كالميسر والخمور والمقامرة المرضية التي تدمر حياة الفرد النفسية والجسمية والأسرية والاجتماعية والمهنية والأكاديمية .

أشكال إدمان الإنترنت؛ -

1 . إدمان العلاقات السبيرية حجرات الحوار الحية Chatting :-

أي العلاقات التي تتم عبر الفضاء المعلوماتي حيث يقوم الناس بالتعرف علي أصدقاء جدد ويقضون أوقاتا طويلة في الثرثرة مع هؤلاء الأصدقاء عن مشاكلهم الشخصية أو عن

الأمر العامة وفي كثير من الأحيان يكون الحوار عن الجنس وقد يقوم الشخص بعمل علاقة غرامية عبر الإنترنت وقد تستغرق تلك لعلاقة أشهراً ثم يلتقي الطرفان وربما تنتهي بالزواج (ولاء الصرايرة، 2010:10).

2 . إدمان الفضاء الجنسي **Cyber Sexual addiction** -

إدمان الفضاء الجنسي يتمثل في الإفراط في استخدام المواد الإباحية التي تؤثر علي الأنشطة اليومية الأخرى وربما تؤدي إلي ارتكاب أفعال مشينة في الواقع . كما عرفه دانبيك (Dane back 2005) بأنه اشترك مستخدمي الإنترنت في محادثة جنسية والمشاركة الفعلية لتلبية الرغبة في المتعة الجنسية علي أجهزة الكمبيوتر الشخصية أو أدوات الإنترنت الأخرى (حليمة ابراهيم، 2015: 17).

3 . الإفراط المعلوماتي **Information over load** -

وهي الشراهة في البحث عن المعلومات والسعي وراء ايجادها والاستمرار في تفقد الإنترنت للحصول علي المعلومات وقد اطلق هاردي (Hardy 2004) علي الذين يبحثون عن المعلومات ب ”مدمني البيانات ” data holics (حسن عزيز، ناصر الموزيرى، فهد خالد، محمد عباس، 2013:140)

4 . إلزام او قهر الإنترنت **Net complusion** -

وهو يتمثل في القمار عبر الإنترنت (القمار الإلكتروني) أو التسوق علي الإنترنت (أمل حمد، 2010: 116) حيث تتشابه قواعد القمار الإلكتروني تماماً مع القمار العادي الذي يمارسه مرتادو صالات اللعب بالفنادق الكبرى، وتتشابه مسميات الألعاب، مثل البوكر والروليت والبلاك جاك والكينو، وبإدارة محرك البحث « جوجل » ستندفق العشرات من المواقع الإلكترونية المتخصصة في القمار وتعرض خدماتها بأشكال ورسومات جذابة. / القمار الإلكتروني. http://alarab.co.uk .

في حين أن إدمان التسوق من أكثر أنواع الإدمان السلوكي انتشاراً وهو عبارة عن الرغبة الدائمة لشراء الأشياء بغض النظر عن الحاجة إليها وبغض النظر عن وجود المال الكافي وذلك بغرض اشباع رغبات معينة أو الهروب من مشاعر سلبية تواجه الشخص المدمن فيتم

اللجوء للتسوق لتخطي موقف مؤلم أو مشكلة ما ويصاحبه الشعور بالقلق والتوتر الدائم، بالإضافة إلي الشعور بالذنب أو الغضب نظراً لإنفاق الكثير من المال بينما تتأثر العلاقات الاجتماعية خاصة الأسرة والتي تتأثر بالحالة النفسية والمادية لمدمن التسوق عبر الإنترنت /http://www.daily medicine fo.com /view - article

5 . نوادي النقاش Forum -

هي عبارة عن برامج خاصة تعمل علي الموقع الإعلامي أو أي مواقع أخرى ذات طابع خاص أو عام علي شبكة الإنترنت وتسمح بعرض الأفكار والآراء في القضايا أو الموضوعات المطروحة للمناقشة علي الموقع واطاحة الفرصة للمستخدمين الرد عليها ومناقشتها (سمية بوبعاية، 2016:24)

6 . إدمان الألعاب الإلكترونية:-

مما لا شك فيه أن مواقع الألعاب تعتبر الضلع الأكثر أهمية في صناعة الترفيه الإلكتروني، فهي تتميز بالتنوع الشديد ما بين ألعاب بسيطة لاتتعدي وحدات من الكيلو بايت إلي ألعاب مجسمة ثلاثية الأبعاد تخلق عالماً افتراضياً لا نهاية له، ولعل أكثر الأنواع جاذبية وتشويقاً بالنسبة للكثير من الأفراد في مختلف الفئات العمرية، لاسيما المراهقين الألعاب التفاعلية Interactive Games (حليمة إبراهيم، 2015:50)؛ حيث تمنح ألعاب الكمبيوتر الشخص المرتبط بالإنترنت مثل (إيفركويست) شعور البطل لبعض اللاعبين وهذا بدوره يسبب مشاكل أكبر، فالخصائص الكلامية المكثفة تمنح مثل هذه الألعاب بعداً اجتماعياً غير موجود في الحياة الواقعية، وبهذه الصفات يوصف بعض اللاعبين الموجودين علي مجموعات دعم الإنترنت علي أنهم مدمنون (سمية بوبعاية، 2016: 25).

فبعض الأطفال يلجأون إلي إدمان الألعاب الإلكترونية وهو اضطراب السيطرة علي الانفعالات التي لا تنطوي علي مواد مسكرة وهي مشابهة جداً للعب القمار، ولقد تم الإشارة لها وتسميتها بالاستخدام المفرط أو المرضي لألعاب الكمبيوتر أو ألعاب الفيديو وذلك للهروب من الواقع إلي العالم الافتراضي من أجل تكوين علاقات وانجاز بعض الأشياء التي لا يستطيع انجازها في الواقع وغالباً ما ينذر هذا بوجود بعض المشكلات النفسية video games addiction www.addiction.wiki.com internet

وهناك بعض الدراسات التي تناولت إدمان الإنترنت كدراسة ولاء الصرايرة (2010) حيث هدفت هذه الدراسة إلي التعرف علي علاقة إدمان الإنترنت بالانحراف الاجتماعي من وجهة نظر مرتادي مقاهي الإنترنت في الأردن، ولقد تكونت عينة الدراسة من (500) فرداً من مرتادي مقاهي الإنترنت في الأردن موزعة علي أربع محافظات في المملكة هي: (عمان، والزرقاء، واربد، والكرك). استخدمت الباحثة أدوات الدراسة التالية: استبانة المشاوي (2003) حيث طورت الباحثة تلك الاستبانة وتكونت في صورتها النهائية من خمسة أبعاد هي: (إدمان الإنترنت، التشهير، انتحال الشخصية، الاختراق، التجسس، الانحراف الجنسي)

توصلت النتائج إلي وجود علاقة ارتباط طردية ودالة إحصائياً عند مستوي دلالة (01،0) بين عدد استخدام ساعات الإنترنت في الشات اسبوعياً وعدد ساعات الفراغ اليومي والتأثير علي الحياة الاجتماعية للأفراد من خلال إدمان الإنترنت كما أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية إيجابية ودالة إحصائياً بين عدد ساعات استخدام الإنترنت وأشكال الانحراف الاجتماعي .

ودراسة كوش وديكنهورست وبيتل ولفنج ميللر (،Dickenhorest، Koch، 2013 Beutel، Duren & Wolfig Muller) حيث هدفت هذه الدراسة إلي الكشف عن مستوي إدمان الإنترنت وعلاقته بنمط الشخصية ولقد تكونت عينة الدراسة من (70) مراهقاً ومراهقة حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية من عدد من المدارس الثانوية بألمانيا ولقد استخدم الباحثون أدوات الدراسة التالية مقياس إدمان الإنترنت واستبانة خصائص الشخصية الخمسة الكبرى. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوي انتشار إدمان الإنترنت كان متوسطاً لدي المراهقين، كما أشارت النتائج إلي أن مستوي سمة الشخصية العصابية لدي الطلبة مدمني الإنترنت كان مرتفعاً، ولقد كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين إدمان الإنترنت وارتفاع مستوي الشخصية العصابية وانخفاض الشخصية الانبساطية والضميرية.

ودراسة لي واوبرن وسيندر وهاورد، (Li، Brien، Synder & Howard:2015) حيث هدفت هذه الدراسة إلي التعرف علي أعراض اضطراب إدمان الإنترنت لدي

طلبة الجامعة ولقد أجريت هذه الدراسة في الولايات المتحدة . تكونت عينة الدراسة من (27) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الجامعية حيث تم اختيارهم عشوائياً، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحثون أدوات الدراسة التالية: استبانة لتشخيص إدمان الإنترنت، مقياس الاستخدام القهري للإنترنت (Young's Diagnostic Questionnaire) . ولقد أشارت النتائج إلي أن إدمان الإنترنت ظهر في مراحل عمرية مبكرة كما بينت النتائج أن الشعور بالحزن، والاكتئاب والملل والضغط النفسية كانت عوامل محفزة لإدمان الإنترنت.

و دراسة أسماء خليوي (2017) والتي هدفت إلي رصد العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي وبعض الاضطرابات النفسية (الاكتئاب - القلق - الانطواء) لدي طلبة الجامعة والتعرف علي مدي سوء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، كذلك معرفة إمكانية التنبؤ بالاضطرابات النفسية لطلبة الجامعة في ضوء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ومعرفة الفروق بين الطلبة (الذكور، الإناث) في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، والمتغيرات النفسية المذكورة . طبقت الدراسة علي عينة عشوائية من طلبة جامعة شقراء مكونة من (210) طالباً موزعة علي أربع كليات في محافظة شقراء، تتراوح أعمارهم من (20 إلي 22) سنة، واقتصرت الدراسة علي طلبة المستوي الخامس.

واستخدمت الدراسة المنهج الارتباطي التحليلي وعدد من أدوات الدراسة منها مقياس التواصل الاجتماعي من إعداد الباحثة (2017)، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية إعداد راسل وكوترون (1980)، ومقياس بيك للإكتئاب، ومقياس تايلور للقلق الصريح الظاهر . توصلت نتائج الدراسة إلي وجود سوء استخدام لمواقع التواصل الاجتماعي، ووجود علاقة ارتباطية طردية (موجبة) بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وبين (الاكتئاب، والقلق، والانطواء) لدي طلبة الجامعة، وإمكانية التنبؤ بإصابة الطلبة ببعض الاضطرابات النفسية في ضوء استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي (0,01) بين الطلبة (الذكور والإناث) في إصابتهم بالقلق والاكتئاب في استخدام مواقع .

لقد تباينت وتنوعت الدراسات السابقة من حيث عينات الدراسة في الحجم والنوع والعمر حيث تناول بعضها مرحلة المراهقة كدراسة كوش واخرون (2013) Koch et al، وتناول بعضها دراسة الشباب في المرحلة الجامعية كدراسة لي واخرون (2015) Li et al. ودراسة أسماء الخليوي (2017) وتوصلت نتائج هذه الدراسات إلي خطورة إدمان الإنترنت ووجود علاقة بين إدمان الإنترنت وغيره من المتغيرات والاضطرابات النفسية حيث توصلت دراسة (ولاء الصرايرة) إلي وجود علاقة بين إدمان الإنترنت والانحراف الاجتماعي كما أكدت دراسة أسماء الخليوي (2017) إلي وجود علاقة بين إدمان الإنترنت ومجموعة من الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والانطواء ودراسة كوش وآخرون (2013) والتي أشارت إلي وجود علاقة بين إدمان الإنترنت ونمط الشخصية العصابية .

ثانياً: الانسحاب الاجتماعي:

يعد الانسحاب الاجتماعي أحد الميكانيزمات الدفاعية التي تقلل من قدرة الفرد علي التعامل مع المواقف الحقيقية والاستجابة الفعالة لمتطلبات البيئة بحيث يصبح العالم الحقيقي مصدراً للتهديد ويصبح عالم الأحلام والابتعاد عن التفاعل مع الآخرين هو مصدر الراحة والشعور بالأمان (رقية عباد، 2012:10)

تعريف معجم علم النفس: -

هو نمط من السلوك يتميز بإبعاد الفرد نفسه عن القيام بمهام الحياة العادية ويرافق ذلك إحباط وتوتر وخيبة أمل، كما يتضمن الابتعاد عن مجري الحياة الاجتماعية العادية، ويصحب ذلك عدم التعاون، عدم الشعور بالمسئولية وأحياناً الهروب بدرجة ما من الواقع (أنجشاييري حفيظة، 2014:35)؛ ويعرف كوبلان وروبين (Coplan & Rubin 2010) الانسحاب الاجتماعي بأنه مفهوم عام لوصف عملية إبعاد الذات عن التفاعلات مع الأقران أو الأشخاص الآخرين Coplan & Rubin .2010:3.

بينما يعرفه Zarra –N ezhad، Kiru، Aunola، Ahonen & Poikkeus 2014 بأنه رغبة مستمرة في إظهار سلوكيات العزلة والوحدة عند مواجهة الأفراد المؤلفين أو

الغرباء في المواقف الاجتماعية المختلفة ويعمل هذا الاضطراب علي زيادة مخاطرة ظهور بعض المشكلات الاجتماعية والانفعالية في مراحل لاحقة من حياة الطفل (Zarra, N ezhad, Kiru, Aunola, Ahonen & Poikkeus 2014: 1260 – 1269)

وفي تعريف ويتيز وكرون (Woittiez & Crone 2011) للانسحاب الاجتماعي بأنه حالة من الضغوط العاطفية التي تنمي لدي الفرد مشاعر الإغتراب وعدم الفهم والرفض من قبل الآخرين ونقص المشاركة الاجتماعية في الأنشطة الملائمة والمرغوب فيها وخاصة الأنشطة التي تقدم الإحساس بالتكافل الاجتماعي وفرص الألفة الاجتماعية . (Woit- (2011:198)؛ ويشير تينيج وكوت (Tennej & Koot 2012) إلي أن سلوك الانسحاب الاجتماعي يتراوح ما بين عدم إقامة علاقات اجتماعية مع الأقران وبين كراهية الاتصال بالآخرين، والانعزال عن الناس والبيئة المحيطة وعدم الاكتراث بما يحدث فيها وقد يبدأ في سنوات ما قبل المدرسة ويستمر مدة طويلة (Tennej & Koot 2012:117)

التعريف المفاهيمي للانسحاب الاجتماعي

بعد الدراسة والاطلاع توصلت الباحثة إلي التعريف المفاهيمي للانسحاب الاجتماعي وهو «الميل إلي الانعزال وتجنب التفاعل الاجتماعي وضعف في القدرة علي تحمل الضغوط الاجتماعية ويصاحبه افتقار لمهارات وأساليب التواصل الاجتماعي ثم يتطور هذا الميل فيتحول إلي اضطراب سلوكي تصاحبه مجموعة من المشكلات السلوكية والانفعالية والاجتماعية»

أعراض الانسحاب الاجتماعي

يتسم الشخص المنسحب اجتماعياً بمجموعة من الأعراض العاطفية ومجموعة من الأعراض السلوكية .

1 . مجموعة الأعراض العاطفية:

حيث يتسم الشخص المنسحب اجتماعياً بالشعور بالانفصال عن الآخرين والشعور بالخوف، وعدم تأكيد الذات والنبذ، والشعور بالوحدة بين الآخرين، والشعور بالخجل والحساسية والخنوع، والشعور بالعجز، ومشاعر الإغتراب وعدم الفهم والرفض، ومشاعر الإفتقار إلي التقبل والود والحب .

2 . مجموعة الأعراض السلوكية:

حيث يفضل الشخص المنسحب اجتماعياً تجنب الدخول في العلاقات الاجتماعية .، كما يتسم بالتعوز للمهارات الاجتماعية علي نحو مستمر، كما لا يتعلم المنسحب قيم الآخرين، ولا يشاركهم آرائهم، بالإضافة إلي ذلك ليس لدي المنسحب ثقة بكفاءته الاجتماعية، كما يفضل المنسحب اجتماعياً الإمتناع عن المبادرة في الحديث أو اللعب أو الإهتمام بالبيئة ويقتنع بالمشاهدة دون المشاركة(أنجشايري حفيظة،2014:39).

بالإضافة إلي بعض السلوكيات الفعالة مثل: العزلة النشطة والتي يقوم فيها المنسحب اجتماعياً بممارسة بعض الأنشطة البناءة كالقراءة أو العمل أو الكتابة، أو إجراء بعض التمارين الرياضية، أو ممارسة الهوايات، أو محاولة المنسحب اجتماعياً الإستمتاع بالوقت ويتضمن ذلك إنفاق بعض الأموال أو التسوق (خالد حميد،2013:23)

في حين يؤكد (بترس 2015)علي أن مظاهر ومؤشرات السلوك الانسحابي تختلف حسب الفئة العمرية إلا أنها تجتمع في مجموعة من المؤشرات وهي سوء التوافق الاجتماعي للفرد في علاقاته مع الآخرين، تجنب الفرد للإتصالات الاجتماعية، تجميد دائرة تفاعله الاجتماعي،عدم القدرة علي تطوير أو ادامة علاقات الصداقة والجيرة، وهروب الفرد من واقعه الاجتماعي إلي عالمه الذاتي وأخيراً تبني الفرد لبنية معرفية مفادها أن الآخرين قد أهملوه أو تجاهلوه لانقطاعه عنهم لفترة زمنية (عرين الغزويات،2017:35) .

العوامل التي تؤدي إلي الانسحاب الاجتماعي

هناك الكثير من الأسباب والعوامل التي تؤدي إلي تلك الوحدة والعزلة الاجتماعية، فلقد صنف ويسز (Weiss 1994) العوامل التي تؤدي إلي العزلة أو الانسحاب الاجتماعي إلي عوامل شخصية وعوامل موقفية .

1 . العوامل الشخصية:

وهي العوامل التي تتعلق بخصائص وسمات الشخصية فيجعل بعض الأفراد يفسرون الانسحاب الاجتماعي علي أسس تتصل بحياتهم وقد تساهم الخصائص الشخصية في

عدم جاذبية الفرد في بعض الأوساط الاجتماعية مثل المظهر الجسمي أو الشخصي كذلك ما يحمله من خصائص اجتماعية في كيفية تكوين صداقات جديدة أو الإبقاء علي الصداقات القديمة .

2 . العوامل الموقفية:

حيث تلعب هذه العوامل في الحياة الحديثة دورا هاما في إحداث الخلل في شبكة العلاقات الاجتماعية والتي تؤدي بدورها إلي الشعور بالعزلة الاجتماعية وبعض الأحداث لها دور كبير في تقليل التفاعل الاجتماعي كالعلاقات العاطفية ومن هذه العوامل الموقفية الموت والطلاق أو الانفصال الجسدي عن الأسرة والأصدقاء أو الهجرة كذلك التغيرات في المكنات والأدوار (أميرة أحمد، 2009: 2380)؛ ولقد أشار أدلر في تصنيفه لأسلوب الحياة اعتمادا علي متغيرين وهما الميل الاجتماعي ومستوي النشاط علي النحو التالي النمط الطيب، والنمط المتحكم، والنمط المتلقي، وأخيرا النمط المتجنب حيث يتميز افراد النمط المتجنب في المبالغة في تجنب المواقف الاجتماعية وذلك لتجنب الفشل والاحراج أمام الآخرين (محمود محمود، 2016: 34).

أنواع الانسحاب الاجتماعي

أشار بعض الباحثين إلي نوعين من الانسحاب الاجتماعي هما الانسحاب العضوي والانسحاب الذهني

1 . الانسحاب العضوي: وفيه يقاوم الفرد العمل الجماعي لانسحابه من دائرة جلوس الأعضاء وانعزاله بعيدا عنهم وعن مكان تجمعهم ويحرص العضو المنسحب علي ابقاء مسافة كبيرة بين مكان جلوسه والمكان الذي يجلس فيه الأعضاء حيث يشعرهم بمقاومته لهم وعدم رغبته في المشاركة فيما يتفاعلون فيه وقد يكون الانسحاب الاجتماعي غير كامل حيث يحتل الفرد المقاوم بمكان علي محيط الدائرة التي يجلس فيها مع بقية الأعضاء مما يوحي بانه جزء من الجماعة، وقد يكون الانسحاب كاملا حيث ينزل العضو عن محيط الدائرة كلياً منزوياً في أحد أركان الغرفة خارج نطاق الدائرة التي يجتمع علي محيطها الأعضاء .

2 . الانسحاب الذهني: وفيه قد يجلس الفرد علي نفس محيط الدائرة مع بقية الأعضاء بحيث لا يكون بعيداً عن مكان جلوسهم ولكن شارد عنهم بفكره لا يعي لما يقولون ولا يتابع ما يناقشون (أميرة أحمد، 2009: 2380).

يتضح للباحثة أن سلوك الانسحاب الاجتماعي يعد أحد الاضطرابات السلوكية الانفعالية والتي يعاني فيها الشخص المنسحب أو المنعزل من سوء التوافق النفسي والاجتماعي ويحدث ذلك أثناء تفاعله مع الآخرين نتيجة لضغوط نفسية تنبع من داخله أو ضغوط اجتماعية تنبع من المجتمع الذي يعيش فيه فيختار التجنب أو الانعزال بمحض إرادته ويفقد الانتماء للجماعة أو المجتمع ويترتب علي ذلك مجموعة من المشكلات النفسية والاجتماعية والانفعالية .

ولقد أشارت مجموعة من الدراسات إلي الانسحاب الاجتماعي ففي دراسة بوث واكسفور (Booth & Oxford، 2008) (لانسحاب الاجتماعي حيث هدفت الدراسة إلي الكشف عن المسارات النمائية والانسحاب الاجتماعي لدي عينة من الطلاب من الصف الأول وحتى الصف السادس الابتدائي، ولقد تكونت عينة الدراسة من (1092) طالباً وطالبة تم اختيارهم من المدارس الوطنية الأمريكية حول الرعاية بالطفل . استخدم الباحثان تقارير المعلمين من الصف الأول وحتى الصف السادس في عملية جمع البيانات . أشارت نتائج الدراسة إلي وجود ارتباط بين تطور سلوك الانسحاب الاجتماعي لدي طلاب المدارس وبين المتغيرات التالية: (العيوب المزاجية لدي الأطفال، ونمط التنشئة الوالدية غير السليم، ونمط التعلق لدي الطفل)، كما أشارت النتائج أيضاً إلي أن الأطفال الذين يعانون من الانسحاب الاجتماعي يتصفون بالوحدة والرفض من الأقران، كما أشارت النتائج إلي ضرورة الكشف المبكر عن الانسحاب الاجتماعي من أجل تخفيف ظاهرة تطور أعراض نفسية المرتبطة بهذا السلوك .

وفي دراسة وين وتشين (Wein & Chen، 2009) لانسحاب الاجتماعي حيث هدفت هذه الدراسة إلي الكشف عن العلاقات بين الانسحاب الاجتماعي ورفض الأقران والتعرض إلي العنف من الأقران لدي عينة من طلاب المرحلة المتوسطة في تايوان . تكونت عينة الدراسة من (219) طالباً من طلاب الصف السابع تم اختيارهم عشوائياً من

مجموعة من المدارس المتوسطة في تايوان . ولقد استخدم الباحثان تقارير المعلم وتقارير الأقران في عملية جمع البيانات كما تم استخدام مقياس الانسحاب الاجتماعي . أشارت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الانسحاب الاجتماعي ورفض الأقران والتعرض إلي العنف من الأقران، كما أشارت النتائج إلي أن رفض الأقران يتوسط العلاقة بين الانسحاب الاجتماعي وبين التعرض إلي العنف من الأقران .

وفي دراسة آيات جربان (2011) للانسحاب الاجتماعي حيث هدفت الدراسة إلي التعرف علي مستوي أثر الانفصال الوالدي في الانسحاب الاجتماعي لدي أطفال المرحلة الابتدائية ومدى اختلاف أثر الانفصال الوالدي في الانسحاب الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس ونوع الانفصال الوالدي . اتبعت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، ولقد تكونت عينة الدراسة من (150) طالباً وطالبة من طلبة الصف السادس الإبتدائي في قرية جسر الزرقاء التابعة لمنطقة المثلث حيث بلغ عدد الطلاب (ن=65) طالباً، وعدد الطالبات (ن=85) طالبة، ولقد تم اختيارهم بطريقة مقصودة من المدارس الحكومية . استخدمت الباحثة أداة الدراسة وهي عبارة عن مقياس الانسحاب الاجتماعي - من إعداد الباحثة حيث يغطي مجالين وهما (علاقة الفرد مع نفسه، العلاقة بالمواقف الاجتماعية مع الآخرين) . أظهرت نتائج الدراسة أن مستوي أثر الانفصال الوالدي في الانسحاب الاجتماعي جاء بدرجة مرتفعة في مجالي (علاقة الفرد مع نفسه، العلاقة بالمواقف الاجتماعية مع الآخرين)، كما أظهرت النتائج وجود فروق تعزي إلي أثر الجنس في علاقة الفرد مع نفسه، حيث جاءت الفروق لصالح الذكور، بينما لم تظهر فروق دالة إحصائياً في مجال العلاقة بالمواقف الاجتماعية مع الآخرين.

وفي دراسة أحمد خزاعلة (2017) والتي هدفت الدراسة إلي التعرف إلي مستوي الانسحاب الاجتماعي لدي الطلبة ذوي صعوبات التعلم في مدينة بريدة من وجهة نظر معلمهم، ولقد تكونت عينة الدراسة من (ن=145) طالباً وطالبة، واستخدم الباحث أدوات الدراسة التالية: مقياس الانسحاب الاجتماعي لذوي صعوبات التعلم - من إعداد الباحث، واستخدم المنهج الوصفي المسحي والاختبار التائي للمقارنة بين المتوسطات الحسابية (T - Test) وتحليل التباين الأحادي One Way ANOVA واختبار (ISD)

للمقارانات البعدية، ولقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود مستوي مرتفع نوعاً ما من الانسحاب الاجتماعي لدي الطلبة ذوي صعوبات التعلم، كما أشارت إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الانسحاب الاجتماعي تعزي لمتغير الجنس لصالح الإناث، وأخيراً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الانسحاب الاجتماعي تعزي لمتغير المستوي الصفني لصالح طلبة الصفين الثاني والثالث .

لقد تباينت وتنوعت عينات الدراسة من حيث الحجم والنوع والعمر كما تناولت الانسحاب الاجتماعي في مرحلة الطفولة والتي تعتبر أساس المراحل اللاحقة ومرحلة المراهقة والتي تعتبر مرحلة انتقالية بين مرحلتها الطفولة والرشد كما تناولت مجتمعات مختلفة عربية وأجنبية، وأشارت هذه الدراسات إلي وجود علاقة ارتباطية بين الانسحاب الاجتماعي ومجموعة من المتغيرات كدراسة بوث واكسفورد Booth& Oxford،2008) (والتي أشارت إلي وجود علاقة بين الانسحاب الاجتماعي والعيوب المزاجية لدي الأطفال، ونمط التنشئة الوالدية غير السليم، ونمط التعلق لدي الطفل كما أشارت النتائج أيضاً إلي أن الأطفال الذين يعانون من الانسحاب الاجتماعي يتصفون بالوحدة والرفض من الأقران واتفقت النتيجة الأخيرة مع دراسة دراسة وين وتشين Wein & Chen(2009) كما توصلت دراسة آيات جربان (2011) إلي وجود علاقة ارتباطية بين الانسحاب الاجتماعي وانفصال الوالدين في حين أشارت أحمد خزاعلة إلي وجود مستوي من الانسحاب الاجتماعي لدي اطلاب الذين يعانون من الانسحاب الاجتماعي . ولقد أشارت دراسة آيات جربان (2011) إلي وجود فروق في الانسحاب الاجتماعي لصالح الذكور بينما توصلت نتائج دراسة أحمد خزاعلة (2017) إلي وجود فروق في الانسحاب الاجتماعي لصالح الإناث .

ومن الدراسات التي تناولت إدمان الإنترنت وعلاقته بالانسحاب الاجتماعي

1 . دراسة أمجد سليمان وناصر الحوسني (2012) وهي بعنوان: إدمان الإنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدي طلبة جامعة نزوي

هدفت الدراسة إلي التعرف إلي درجة إدمان الإنترنت، كما هدفت إلي كشف العلاقة التنبؤية بين إدمان الإنترنت والعزلة الاجتماعية . تكونت عينة الدراسة من (346) طالباً

وطالبة تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية من أربع كليات وهي كلية العلوم والآداب (ن=130)، وكلية الإقتصاد والإدارة ونظم المعلومات (ن=56)، وكلية الهندسة والعمارة (ن=48)، وكلية الصيدلة والتمريض (ن=112) حيث تتراوح أعمار أفراد العينة من (18 إلى 25) سنة .

ولقد استخدم الباحثان أدوات الدراسة التالية: مقياس ادمان الإنترنت لأحمد (2007) ومقياس العزلة الاجتماعية من إعداد المزاهرة (2002). أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات أفراد العينة علي مقياس إدمان الإنترنت تبعاً لمتغير النوع لصالح الطالبات، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لتخصص الدراسة لصالح كلية العلوم والآداب، كما كشفت الدراسة إلي أن إدمان الإنترنت يمكن أن يتنبأ بالعزلة الاجتماعية وأبعادها .

2. دراسة نانسي صالح (2012) وهي بعنوان: العلاقة بين الشعور بالعزلة الاجتماعية

واستخدامات الإنترنت لدي عينة من المراهقين من الجنسين

هدفت الدراسة إلي الكشف عن العلاقة بين الشعور بالعزلة الاجتماعية لدي المراهقين واستخداماتهم للإنترنت سواء (سلبية أو إيجابية) مع تحديد طبيعة الدور المحتمل لكل من متغيرات الجنس (النوع)، العمر الزمني، المستوى الاجتماعي، ولقد تكونت عينة الدراسة من (620) طالب وطالبة من المقيدين بالصف الأول الثانوي العام والصف الثالث الإعدادي في أربع مدارس حكومية بمحافظة القاهرة واثنين من المدارس الخاصة ولقد استخدمت الباحثة ادوات الدراسة التالية: مقياس الشعور بالعزلة الاجتماعية - من إعداد الباحثة، مقياس استخدامات الإنترنت للمراهقين - من إعداد الباحثة، استمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة المصرية (إعداد د. محمود عبد الحلیم منسي - 1979).

وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات المراهقين علي أبعاد مقياس استخدامات الإنترنت والدرجة الكلية علي مقياس العزلة الاجتماعية، بينما أشارت النتائج إلي عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور

والإناث علي مقياس استخدام الإنترنت، في حين أشارت إلي وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث علي مقياس العزلة الاجتماعية في اتجاه الذكور، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات مقياس استخدام الانترنت للمراهقين بالمرحلة الإعدادية والثانوية في إتجاه المراهقين بالمرحلة الثانوية، كما توصلت النتائج إلي وجود فروق دالة إحصائياً للمراهقين ذوي الاستخدام الإيجابي للإنترنت والمراهقين ذوي الاستخدام السلبي للإنترنت علي جميع أبعاد مقياس العزلة الاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس في إتجاه المراهقين ذوي الاستخدام السلبي للإنترنت.

3 . دراسة ميرفت خطيري (2014) وهي بعنوان: تأثير شبكات الإنترنت علي الانسحاب الاجتماعي لشباب الجامعي مع تصور مقترح لدور الخدمة الاجتماعية في التخفيف عنه

هدفت الدراسة إلي معرفة تأثير شبكات الإنترنت علي تحقيق الانسحاب الاجتماعي للشباب الجامعي وينبثق من هذا الهدف الرئيسي أهداف فرعية وهي معرفة تأثير شبكات الإنترنت علي كل من (التفاعل الاجتماعي، المشاركة الاجتماعية، العزلة الاجتماعية)، كما هدفت الدراسة إلي محاولة الوصول لتصور مقترح لدور الخدمة الاجتماعية في التخفيف من تأثير الإنترنت علي الانسحاب الاجتماعي . بلغت عينة الدراسة (430) طالباً بعد استبعاد الطلاب غير مستخدمي الإنترنت بصفة مستمرة ولقد استخدمت الباحثة منهج «المسح الاجتماعي بالعينة»، كما استخدمت أداة الدراسة وهي مقياس الانسحاب الاجتماعي - من إعداد الباحثة وقيس المقياس ثلاثة أبعاد تأثير شبكات الإنترنت علي التفاعل الاجتماعي، وتأثير شبكات الإنترنت علي المشاركة الاجتماعية، وتأثير شبكات الإنترنت علي العزلة الاجتماعية .

توصلت نتائج الدراسة إلي: تأثير شبكات الإنترنت علي التفاعل الاجتماعي لدي الشباب الجامعي بنسبة (22،78) وهذا يعكس ضعف التفاعل الاجتماعي لدي هؤلاء الشباب مع المحيطين بهم من الأسرة والأقارب والأصدقاء والجيران نتيجة الاستخدام المفرط للإنترنت، وتأثير شبكات الإنترنت علي المشاركة الاجتماعية لدي الشباب الجامعي بنسبة (8،77) وهذا يعكس ضعف المشاركة الاجتماعية لدي هؤلاء الشباب مع المحيطين بهم من

الأسرة والأقارب والأصدقاء والجيران نتيجة الاستخدام المفرط للإنترنت، تأثير شبكات الإنترنت علي العزلة الاجتماعية لدي الشباب الجامعي بنسبة (59،73) وهذا يعكس معاناة هؤلاء الشباب من العزلة الاجتماعية أثناء التفاعل مع المحيطين بهم من الأسرة والأقارب والأصدقاء والجيران نتيجة الاستخدام المفرط للإنترنت، وأخيراً التوصل لتصور مقترح لدور الخدمة الاجتماعية في التخفيف من تأثير الإنترنت علي الانسحاب الاجتماعي .

4 . دراسة يمينة زندي (2017) وهي بعنوان: مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بظهور العزلة الاجتماعية لدي الشباب الجامعي: دراسة ميدانية علي عينة من الشباب

هدفت الدراسة إلي التعرف علي العلاقة بين الإدمان علي مواقع التواصل الاجتماعي (إدمان الإنترنت) وظهور العزلة الاجتماعية لدي الشباب الجامعي، ومعرفة الفروق بين إدمان الانترنت تبعاً لمتغير الجنس ولقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي . كانت عينة الدراسة من الشباب المتمثلين في طلبة الجامعة وتم التطبيق بجامعة الجزائر حيث بلغت عينة الدراسة (182) طالب وطالبة تم اختيارهم عشوائياً . استخدمت الباحثة أدوات الدراسة التالية مقياس مواقع التواصل الاجتماعي وهو من إعداد لنا العلمي (2011) الذي تم تطبيقه في البيئة الفلسطينية، ومقياس العزلة الاجتماعية وهو من إعداد ناجح المعموري وعلي المعموري.

وتوصلت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة دالة إحصائياً عند مستوي الدلالة (01،0) لدي طلاب الجامعة بين التواصل عبر المواقع الاجتماعية (مواقع الإنترنت) ومقياس العزلة الاجتماعية وهذه العلاقة عكسية فكلما زاد التواصل عبر المواقع التواصل الاجتماعي كلما نقصت العلاقات الاجتماعية مما يؤدي إلي العزلة الاجتماعية، كما تشير النتائج إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التواصل علي المواقع الاجتماعية في متغير الجنس لصالح الذكور

5 - دراسة كرام يوسف (2017) وهي بعنوان مستوي ممارسة الألعاب الإلكترونية وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية لدي طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية في منطقة كفر قرع
هدفت الدراسة إلي التعرف إلي مستوي ممارسة الألعاب الإلكترونية وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية لدي طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية في منطقة كفر قرع في فلسطين،

وتكونت عينة الدراسة من (205) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية، حيث بلغ عدد الذكور (105) طالباً وبلغ عدد الإناث (99) طالبة، واستخدمت الباحثة أدوات الدراسة التالية مقياس لممارسة الألعاب الإلكترونية من إعداد الباحثة ومقياس العزلة الاجتماعية من إعداد الباحثة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى ممارسة الألعاب الإلكترونية والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة كان متوسطاً، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الألعاب الإلكترونية تعزي لمتغير الجنس لصالح الذكور ولمتغير التحصيل الدراسي أقل من (80)، ولمتغير المرحلة الدراسية لصالح المرحلة الثانوية، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى العزلة الاجتماعية تعزي لمتغيري الجنس والمرحلة الدراسية، ووجود فروق تعزي لمتغير التحصيل الدراسي لصالح مستوى أقل من (80)، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين مستوى ممارسة الألعاب الإلكترونية والعزلة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية .

من خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح للباحثة أنه تنوعت وتباينت عينات الدراسة من حيث الحجم والعمر والنوع فلقد تناولت دراسة كرام يوسف (2017) ودراسة نانسي صالح (2012) عينات من المراهقين في المدارس الإعدادية والثانوية في حين تناولت دراسة أمجد سليمان وناصر لحوسني (2012) ودراسة ميرفت خطيري (2014) مرحلة الشباب الجامعي كعينة للدراسة وتوصلت جميعها إلى وجود علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت والانسحاب الاجتماعي حيث أكدت دراسة يمينة الزندي (2017) إلى أنه كلما زاد التواصل الاجتماعي عبر المواقع الإلكترونية كلما نقصت العلاقات الاجتماعية، في حين أكدت دراسة ميرفت الخطيري (2014) علي ضعف المشاركة الاجتماعية للشباب مستخدمي الإنترنت مما يعكس معاناة هؤلاء الشباب من العزلة الاجتماعية أثناء التفاعل مع المحيطين بهم من الأسرة والأصدقاء والأقارب والجيران نتيجة الاستخدام المفرط للإنترنت، بينما توصلت دراسة أمجد سليمان وناصر الحوسني (2012) إلى إمكانية التنبؤ بالعزلة الاجتماعية وأبعادها المختلفة من خلال إدمان الإنترنت .

كما توصلت نتائج الدراسات السابقة إلي وجود فروق بين الجنسين في إدمان شبكة الإنترنت وتأثير هذه الشبكة وعلاقتها بالانسحاب الاجتماعي فلقد توصلت دراسة نانسي صالح (2012) ودراسة يمينة الزندي (2017) إلي وجود فروق تعزي إلي الجنس لصالح الذكور، بنما توصلت دراسة أمجد سليمان وناصر الحوسني إلي وجود فروق تعزي للجنس لصالح الإناث .

يتضح للباحثة مما سبق خطورة إدمان الإنترنت فعلي الرغم من أن الإنترنت يعمل علي تدفق المعلومات وتحويل العالم إلي حجرة مدرسية يتعلم فيها كل أبناء الكرة الأرضية، إلا أنه مدمني الإنترنت ينزلون شيئاً فشيئاً عن محيطهم الاجتماعي، ويتحولون إلي أشخاص يجهلون أبسط سبل الاتصال الانساني الطبيعي حيث أصبحت كل علاقاتهم وصدقاتهم تنحصر خلف شاشة الإنترنت وأصبحوا يفتقرون إلي الاحتكاك المباشر مع عامة الناس نتيجة لعلاقاتهم المتتقة من عالم يسمح لهم بدمج الخيال مع الحقيقة. وتتفق الباحثة مع (سمية بن عمارة، 2013: 46) والتي أكدت علي أنه بالرغم من كل ما يميز الإنترنت كمصدر للمعرفة والتعلم، إلا أنه له العديد من السلبيات التي تنعكس بالسوء حتماً علي مستخدميها وخاصةً عند الإفراط في الاستخدام، وتأثيره علي الجوانب السلوكية والاجتماعية، فتجعلهم في عزلة اجتماعية تحول دون مشاركتهم في تبادل الآراء وحل المشكلات فيصبح المستخدم مغترباً اجتماعياً ويفتقد المهارات الاجتماعية اللازمة للتعامل.

وفي هذا السياق أشار أمجد سليمان وناصر الحوسني إلي أن ارتفاع مستوى إدمان الإنترنت يعتبر مؤشراً علي وجود العزلة الاجتماعية أو الانسحاب الاجتماعي لدي الشخص المدمن . حيث أن إدمان الإنترنت بأنواعه يجعل مدمن الإنترنت يصرف الكثير من الوقت علي أنشطة وتطبيقات الإنترنت مما قد يؤثر علي شخصيته في المقام الأول فينسحب من واقعه إلي الواقع الافتراضي الذي يشعر فيه بالمتعة والنشوة (أمجد سليمان، ناصر الحوسني، 2012: 155)؛ حيث تؤدي ممارسة الطلبة للألعاب الإلكترونية إلي قصورهم في كفاءتهم الاجتماعية حيث يقل وعيهم بمشاعر الآخرين واهتماماتهم واحتياجاتهم، وعدم القدرة علي التواصل والتفاعل البناء، الأمر الذي يترك

أثراً في شخصيتهم ويدفعهم إلى الانسحاب الاجتماعي والبعد عن مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين نتيجة ما يشعرون به من عدم القدرة علي الإندماج مع الآخرين في البيئة الاجتماعية التي يعيشون ضمنها، وبالتالي زيادة إحساسهم بالعزلة الاجتماعية . Zorbraze,ulas & Kiziladge,2015:489 – 490 .

إن وسائل الاتصالات الحديثة قد أثرت عكسياً علي الشباب فزادت من انعزال الشباب والمراهقين والشعور بالخجل والانسحاب الاجتماعي حيث أضعفت من قدراتهم في تكوين صداقات وتحقيق التكيف الاجتماعي (ميرفت خطيري، 2014:5587)؛ ومن ناحية أخرى فإن الانسحاب الاجتماعي قد يدفع بالفرد إلي إدمان الإنترنت حيث وضع ميكننا Mickenna وبارج Bargh فرض التعويض الاجتماعي Social hypothesis compensation الذي يري أن الأفراد الذين ليست لديهم أي علاقات اجتماعية في الحياة، يتجهون إلي الإنترنت لقيموا علاقات اجتماعية مع مستخدمين جدد وذلك من أجل تعويض غياب الصداقات في الواقع ومن ثم تعطيهم فرصة للتفاعل مع الآخرين والتعبير عن أنفسهم بشكل واضح (وليدة حدادي، 2015:279).

توصيات ومقترحات البحث:

- من خلال العرض السابق لمتغيرات البحث توصي الباحثة بما يأتي:
1. الإهتمام بمتغيرات الدراسة الحالية ودراستها مع متغيرات نفسية أخرى.
 2. تصميم برامج إرشادية تهدف إلى خفض إدمان الإنترنت قبل إستفحال أمرها.
 3. عقد حلقات للإرشاد الأسرى لتقوية العلاقات لتجنب خطر إدمان الإنترنت الناتج عن الفجوة الأسرية.
 4. عمل دورات تدريبية تهدف إلى رفع درجة التفاعل الإجتماعى وتقليل درجة الانسحاب الإجتماعى.
 5. عقد ندوات وورش عمل تهدف إلى التوعية بمخاطر إدمان الإنترنت ونتائجه الوخيمة علي الفرد والمجتمع .
 6. عمل دورات تدريبية علاجية لخفض درجة إدمان الإنترنت.