الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة وهران 2 محمد بن أحمد

قسم علوم التربية

مذكرة مقدمة لنيل شهادة التخرج ماستر ل.م.د

تخصص: إرشاد و توجيه

# إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي

## *دراسة ميدانية بثانوية قاصدي مرباح*

من إعداد الطلبة:

قراطار مختارية

إشراف الدكتورة:

صالح نعيمة

لجنة المناقشة:

| أعضاء اللجنة | الرتبة | جامعة الإنتماء | الصفة |
|---|---|---|---|
| د. بهرام أمينة | أستاذة محاضرة قسم -ب- | جامعة وهران 2 | رئيسا |
| د. صالح نعيمة | أستاذة محاضرة قسم -أ- | جامعة وهران 2 | مشرفا و مقررا |
| د. بريكي أحمد | أستاذة محاضرة قسم -ب- | جامعة وهران 2 | مناقشا |

السنة الجامعية: 2026/2025


بسم الله الرحمن الرحيم

# شكر و تقدير

﴿وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ﴾

سورة إبراهيم الآية 07

جميلة هي الكلمات حين نحسن وضعها وجميلة هي الحياة حين نحسن لعبتها

وأجمل من ذلك أن يكون العبد شاكرا لمن علمه أن يؤدي واجبه.

فلا ننسى أبدا من علمنا الحياة والذين فتحوا عقولنا بالمكرمات.

أتقدم بالشكر الجزيل والتقدير العميق إلى الدكتورة : صالح نعيمة

التي تقبلت بصدر رحب الإشراف على هذه المذكرة

وذلك على ما قامت به من جهد مشكور ومأجور عليه إنشاء الله تعالى

إذ منحتنا من وقتها الكثير و لم تبخل علينا بالنصح أو توجيه

مما كان لها أثر إيجابي وفعال في مسيرة البحث.

كما نتقدم بالشكر والامتنان للأساتذة الموقرين

على ما بذلوه من جهد صادق في قراءة هذا البحث وإبداء الرأي القيم فيه.

والشكر لكل أساتذتنا عبر جل مراحل دراستنا

كما نتقدم بخالص الشكر والعرفان إلى أساتذة

دون أن ننسى الطاقم الإداري.

# إهـــداء

الحمد لله والصلاة والسلام على سيدنا وحبيبنا

وقرة أعيننا رسول الله

أحمد الله عز وجل على منه وعونه لإتمام ثمرة

هذا العمل المتواضع

قال الله عز وجل "ووصينا الانسان لوالديه ."لقمان الآية 14.

أهدي ثمرة هذا العمل

إلى عائلتي  دون إستثناء

والى كل من ناضل في سبيل العلم والمعرفة

كما أتقدم بالشكر والامتنان للأساتذة الموقرين

وإلى كل من ساهم في إنجاح هذا البحث المتواضع

من قريب أو بعيد

# فهرس المحتويات

## فهرس المحتويات


شكر و تقدير ..... أ

إهداء ..... ب

فهرس المحتويات ..... ت

فهرس الجداول ..... ج

فهرس الملاحق ..... ح

ملخص بالغتين ( اللغة العربية و الاجنبية) ..... د

مقدمة..... 01

الفصل الأول: تقديم الدراسة..... 04

1. إشكالية الدراسة و تساؤلاتها..... 06

2. فرضيات الدراسة..... 08

3. أهمية الدراسة وأهدافها..... 09

4. المفاهيم الأساسية للدراسة..... 12

5. العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي..... 14

الفصل الثاني: المراهقة في مرحلة التعليم الثانوي..... 17

1. مفهوم المراهقة ..... 18

2. مراحل المراهقة..... 18

3. خصائص مرحلة المراهقة ..... 20

4. مطالب وحاجات المراهق ..... 22

5. المراهق المتمدرس ومرحلة التعليم الثانوي..... 23

6. إدمان الانترنت لدى المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي..... 24

الفصل الثالث: إدمان الإنترنت..... 27

1. ماهية ادمان الانترنت..... 29

2. تعريف إدمان الإنترنت..... 29

3. خصائص إدمان الإنترنت ..... 30

4. مراحل الإدمان على الإنترنت.....31
5. أسباب إدمان الإنترنت.....32
6. أعراض إدمان الإنترنت.....35
7. النظريات المفسرة لإدمان الإنترنت.....37
8. الآثار النفسية والسلوكية والجسدية والاجتماعية والدراسية.....38
9. انعكاسات الإدمان على الحياة الدراسية.....39
10. علاج إدمان الإنترنت وطرق الوقاية منه.....40
الفصل الرابع: التوافق الدراسي.....43
1. ماهية التوافق الدراسي.....45
2. تعريف التوافق الدراسي.....45
3. مؤشرات التوافق الدراسي.....45
4. أبعاد التوافق الدراسي.....46
5. العوامل المؤثرة في التوافق الدراسي.....50
8. مظاهر عدم التوافق الدراسي.....53
9. الطرق العلاجية لتحقيق التوافق الدراسي.....54
10. دور الأخصائي النفسي في تحقيق التوافق الدراسي لدى التلميذ.....55
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة.....57
أولا- الدراسة الإستطلاعية.....59
ثانيا- الدراسة الأساسية.....63
الفصل الخامس: عرض النتائج و مناقشة الفرضيات.....67
أولا- عرض نتائج الدراسة:.....69
ثانيا- مناقشة نتائج الدراسة.....71
خاتمة
قائمة المصادر والمراجع.
الملاحق

# فهرس الجداول


| الرقم | عنوان الجدول | الصفحة |
|---|---|---|
| 01 | يبين توزيع العينة حسب الجنس | 59 |
| 02 | حساب صدق الاتساق الداخلي لمحاور الإدمان على الانترنت | 61 |
| 03 | حساب صدق الاتساق الداخلي لمحاور التوافق الدراسي | 62 |
| 04 | حساب معامل الثبات (الإدمان على الانترنت) | 62 |
| 05 | حساب معامل الثبات (التوافق الدراسي) | 62 |
| 06 | يبين توزيع أفراد العينة حسب الجنس | 63 |
| 07 | يبين توزيع افراد العينة تبعا للبيان الثاني ( امتلاك هاتف ذكي خاص) | 64 |
| 08 | يبين توزيع افراد العينة تبعا للبيان الثالث ( متوسط عدد الساعات على الانترنت) | 64 |
| 09 | يبين توزيع افراد العينة تبعا للبيان الرابع ( المعدل الدراسي) | 65 |
| 10 | يبين توزيع أفراد العينة تبعاً لنوع النشاط الأساسي الممارس على الإنترنت | 66 |
| 11 | يبين توزيع أفراد العينة تبعاً لمدى استخدام الإنترنت أثناء المذاكرة وإنجاز الفروض | 67 |
| 12 | يبين العلاقة بين الإدمان على الأنترنت والتوافق الدراسي | 69 |
| 13 | يوضح الفروق من حيث الإدمان على الانترنت تبعا لمتغير الجنس | 70 |
| 14 | يوضح الفروق من حيث التوافق الدراسي تبعا لمتغير الجنس | 70 |

| الرقم | عنوان الملحق | الصفحة |
|---|---|---|
| 01 | واجهة الاستبيان | 86 |
| 02 | استبيان استخدام الانترنت | 87 |
| 03 | استبيان التوافق الدراسي | 88 |

**ملخص البحث:**

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، من خلال التعرف على مستوى إدمان الإنترنت لديهم ومدى انعكاسه على توافقهم الدراسي. وانطلقت الدراسة من التساؤل الرئيس المتمثل في معرفة ما إذا كانت توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي، مع البحث في الفروق المحتملة تبعًا لمتغير الجنس. واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، حيث طُبقت أدوات البحث على عينة بلغت **(90)تلميذًا وتلميذة** .ولجمع البيانات، تم استخدام **مقياس يونج (Young) للإدمان على الإنترنت** (المُقنّن في البيئة العربية من طرف إبراهيم الشافعي، 2009) بعد إجراء الباحثة تعديلات وتطوير على بعض عباراته لتواكب السلوكيات الرقمية المعاصرة والشبكات الحديثة، كما تم استخدام **مقياس التوافق الدراسي** (المقتبس جزئيًا والمعدل من أداة بومهراس، 2017). وقد أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي، كما بينت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس.

**الكلمات المفتاحية** :إدمان الإنترنت – التوافق الدراسي – تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

## Abstract

This study aimed to investigate the nature of the relationship between internet addiction and academic adjustment among second-year secondary school students, by identifying their level of internet addiction and its reflection on their academic adjustment. The study was guided by the main question of whether a correlational relationship exists between internet addiction and academic adjustment, while also exploring potential differences based on the gender variable. The descriptive-correlative approach was adopted as the most appropriate method for this research.

The study instruments were administered to a sample consisting of (90) male and female students. To collect data, the Young Internet Addiction Test (IAT) was utilized—which was adapted to the Arabic environment by Ibrahim El-Shafei (2009)—after the researcher modified and updated some of its items to align with contemporary digital behaviors and modern networks. Additionally, the Academic Adjustment Scale was employed, which was partially adapted and modified from Boumehras's (2017) instrument.

The findings revealed that there was no statistically significant correlational relationship between internet addiction and academic adjustment. Furthermore, the results indicated no statistically significant differences in either internet addiction or academic adjustment attributable to the gender variable.

**Keywords:** Internet Addiction – Academic Adjustment – Second-Year Secondary School Students.

# مقدمة

شهد العالم في العقود الأخيرة تطورًا تكنولوجيًا متسارعًا شمل مختلف جوانب الحياة، وكان من أبرز مظاهر هذا التطور الانتشار الواسع لشبكة الإنترنت التي أصبحت وسيلة أساسية للتواصل وتبادل المعلومات واكتساب المعرفة، وقد ساهمت هذه الشبكة في إحداث تحولات كبيرة في المجالات الاجتماعية والثقافية والتربوية، حيث أتاحت للأفراد فرصًا واسعة للتعلم والتفاعل والانفتاح على العالم، مما جعلها جزءًا لا يتجزأ من الحياة اليومية.

ومع التقدم المستمر في وسائل الاتصال الحديثة وانتشار الهواتف الذكية ومواقع التواصل الاجتماعي والألعاب الإلكترونية، ازداد إقبال فئة المراهقين على استخدام الإنترنت بصورة ملحوظة، وأصبح التلاميذ من أكثر الفئات استعمالًا له سواء لأغراض دراسية أو ترفيهية أو اجتماعية، ورغم الفوائد العديدة التي يوفرها الإنترنت في مجال التعليم وتسهيل الوصول إلى المعلومات، إلا أن الاستخدام المفرط وغير المنظم له أدى إلى ظهور العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والتربوية، ومن أبرزها ظاهرة إدمان الإنترنت التي أصبحت محل اهتمام الباحثين والمختصين.

ويُعد التوافق الدراسي من المؤشرات المهمة التي تعكس قدرة التلميذ على التكيف مع البيئة المدرسية ومتطلباتها المختلفة، من خلال الالتزام بالنظام المدرسي وإقامة علاقات إيجابية مع الزملاء والأساتذة وتحقيق مستوى دراسي مناسب، ويكتسي هذا المفهوم أهمية خاصة خلال مرحلة التعليم الثانوي التي تتزامن مع مرحلة المراهقة، لما تشهده من تغيرات نفسية وانفعالية واجتماعية قد تؤثر في سلوك التلميذ ومستوى توافقه داخل المؤسسة التعليمية.

وانطلاقًا من ذلك برز الاهتمام بدراسة العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي، خاصة في ظل تزايد الاعتماد على الوسائل الرقمية بين التلاميذ، وما قد يترتب عن ذلك من آثار تنعكس على تحصيلهم الدراسي وتفاعلهم مع الوسط المدرسي، ومن هنا جاءت هذه الدراسة للكشف عن طبيعة العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

ولتحقيق أهداف هذه الدراسة والإحاطة بجميع جوانبها النظرية والتطبيقية الميدانية، تم الاعتماد على خطة بحث متكاملة مقسمة إلى ستة فصول أساسية على النحو التالي:

- **الفصل الأول: مدخل الدراسة (الإطار العام)**

يتناول هذا الفصل المدخل المنهجي العام للبحث، ويشمل العناصر التالية:

- إشكالية الدراسة وصياغتها.
- فرضيات الدراسة (الرئيسية والفرعية).
- أهمية الدراسة وأهدافها النظرية والعملية.
- تحديد المفاهيم الأساسية والتعريفات الإجرائية للدراسة.

**الفصل الثاني: المراهقة في مرحلة التعليم الثانوي**

يركز على الخصوصية العمرية والبيئية لعينة الدراسة، ويتضمن:

- مفهوم المراهقة ومراحلها المختلفة.
- خصائص مرحلة المراهقة (الجسمية، النفسية، والانفعالية).
- مطالب وحاجات المراهق الأساسية.
- المراهق المتمدرس وخصوصية مرحلة التعليم الثانوي.
- واقع إدمان الإنترنت لدى المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي.

**الفصل الثالث: إدمان الإنترنت**

يُفصّل السلوك محل الدراسة من خلال المحاور التالية:

- تعريف إدمان الإنترنت وخصائصه.
- مراحل تطور إدمان الإنترنت لدى الفرد.
- الأسباب والدوافع المؤدية للإدمان على الإنترنت.
- أعراض إدمان الإنترنت وعلاماته التحذيرية.
- النظريات العلمية المفسرة لظاهرة إدمان الإنترنت.
- آثار الإدمان العامة، وانعكاساته الخاصة على الحياة الدراسية للتلميذ.
- طرق علاج إدمان الإنترنت والأساليب الوقائية منه.

- **الفصل الرابع: التوافق الدراسي**

يستعرض المحيط التربوي والتكيف النفسي للتلميذ، ويضم:

- تعريف التوافق الدراسي ومؤشراته.
- أبعاد التوافق الدراسي ومستوياته.
- العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق الدراسي.
- مظاهر وعدم التوافق الدراسي وسلوكيات التعثر.
- الطرق والبرامج العلاجية لتحقيق التوافق الدراسي.
- دور الأخصائي النفسي والمستشار الموجه في تحقيق التوافق الدراسي لدى التلميذ.

- **الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة (الإطار التطبيقي)**

ويشمل الخطوات الميدانية التي بُنيت عليها الدراسة:

- **الدراسة الاستطلاعية** :حدودها، أهدافها، ونتائجها الأولية.
- **الدراسة الأساسية** :وتتضمن تحديد المنهج المستخدم، مجتمع وعينة الدراسة، أدوات جمع البيانات (المقاييس المستعملة)، والأساليب الإحصائية المعتمدة لمعالجة البيانات واختبار الفرضيات.

- **الفصل السادس: عرض النتائج ومناقشة الفرضيات**

ويمثل الحصيلة النهائية للبحث، ويتضمن:

- عرض نتائج الدراسة الميدانية وتفريغها في جداول إحصائية.
- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات، الخلفية النظرية، والدراسات السابقة.
- الخروج بالاستنتاجات العامة والتوصيات والمقترحات الميدانية.

# الفصل الأول

# مدخل الدراسة

**تمهيد:**

تفرض تكنولوجيا الاتصـــال الحديثة واقعًا جديدًا على المنظومة التربوية، حيث يقع تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بين تحديات الإقبال المكثف على الفضـــاء الرقمي ومتطلبات الاستقرار النفسي والتحصيل المعرفي. وفي ظل هذا السياق، تبحث هذه الدراسة في التداخل بين ظاهرة "إدمان الإنترنت" كمتغير سـلوكي مسـتجد، ومسـتوى "التوافق الدراسـي" كمؤشـر أسـاسـي لمدى تكيف التلميذ مع بيئته المدرسـية، مع التركيز على رصـد الفروق الممكنة بين الجنسـين؛ وذلك من خلال مدخل للدراسـة يضـبط تسـاؤلات البحث، فرضـياته، وأهدافه، إلى جانب تحديد ماهية المفاهيم الأساسية وطبيعة العلاقة الرابطة بينهما.

## 1. إشكالية الدراسة و تساؤلاتها.

أصبح الإنترنت في العصر الحديث من أهم الوسائل التكنولوجية التي يعتمد عليها الأفراد في مختلف مجالات الحياة، حيث ساهم بشكل كبير في تسهيل عملية التواصل والحصول على المعلومات وتبادل المعارف، كما أصبح عنصرًا أساسيًا في المجال التعليمي من خلال توفير مصادر التعلم الحديثة والوسائط الرقمية المختلفة. ومع هذا التطور المتسارع، ازداد إقبال فئة المراهقين والتلاميذ على استخدام الإنترنت بصورة كبيرة، خاصة مع انتشار الهواتف الذكية ومواقع التواصل الاجتماعي والألعاب الإلكترونية. ورغم ما يحققه الإنترنت من فوائد إيجابية على المستوى العلمي والمعرفي، إلا أن الاستخدام المفرط وغير المنظم له أدى إلى ظهور العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والتربوية، ومن أبرزها ظاهرة إدمان الإنترنت، التي أصبحت من القضايا الحديثة التي تستدعي الدراسة والاهتمام، لما لها من آثار سلبية على سلوك الفرد وتوازنه النفسي والاجتماعي والدراسي.ويُقصد بإدمان الإنترنت حالة من الاستخدام القهري والمبالغ فيه للشبكة، بحيث يفقد الفرد القدرة على التحكم في مدة استخدامه، ويصبح منشغلًا بالعالم الافتراضي على حساب واجباته الدراسية والاجتماعية، الأمر الذي قد يؤدي إلى ضعف التركيز، وإهمال الواجبات المدرسية، واطّراد اضطراب العلاقات الاجتماعية، إضافة إلى انخفاض مستوى التحصيل الدراسي والتكيف مع متطلبات الحياة المدرسية. وتعتبر فئة تلاميذ المرحلة الثانوية من أكثر الفئات عرضة للتأثر بهذه الظاهرة، نظرًا لما تتميز به مرحلة المراهقة من تغيرات نفسية وانفعالية واجتماعية تدفع التلميذ إلى البحث عن وسائل الترفيه والتواصل، في حين أن هذه المرحلة الدراسية تتطلب منه قدرًا كبيرًا من التركيز والانضباط والتكيف مع مختلف المتطلبات التربوية، وهو ما يُعرف بـــ "**التوافق الدراسي**"؛ والذي يشير إلى قدرة التلميذ على التكيف مع البيئة المدرسية وتحقيق الانسجام معها، من خلال الالتزام بنظامها، وإقامة علاقات إيجابية مع الأساتذة والزملاء، والمشاركة في الأنشطة التعليمية، وتحقيق مستوى تحصيلي مناسب.

ومن خلال الملاحظة الميدانية والاطلاع على التراث النفسي والتربوي، يتبين أن هناك ارتباطًا وثيقًا ومحتملًا بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي. ولقد حظي هذا الموضوع باهتمام واسع في البيئة الأكاديمية الجزائرية من خلال عدة بحوث؛ حيث ركزت **دراسة كنزة كسي وفتيحة صابون (2023-2022)** بجامعة تيزي وزو على معرفة تأثير الإدمان على الإنترنت على التوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، مظهرةً أن الإدمان يؤثر فعليًا على توافقهم الدراسي دون وجود فروق دالة تعزى لمتغير الجنس. وفي سياق متصل، بحثت **دراسة نقيش ليليا ومصطفاوي إلهام (2024-2023)** العلاقة بين الإدمان على الإنترنت والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، مؤكدة وجود تأثير سلبي للاستخدام المفرط على الجانب الدراسي واختلاف مستويات الإدمان تبعًا لبعض المتغيرات الشخصية. كما تناولت **دراسة أكليل رشيدة وكوادري حسينة (2025)** العلاقة بين إدمان الإنترنت والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مبرزةً وجود علاقة دالة إحصائيًا بين الإدمان وتراجع التحصيل مع عدم وجود فروق في الإدمان بين الجنسين.

إن هذه المعطيات العلمية تؤكد أن الإفراط في استخدام الإنترنت يؤثر بصورة مباشرة أو غير مباشرة على مستوى التوافق الدراسي، من خلال إهمال الواجبات وضعف الدافعية للتعلم، وبالمقابل، قد يدفع ضعف التوافق الدراسي بعض التلاميذ إلى اللجوء إلى الإنترنت كوسيلة للهروب من الضغوط والمشكلات الدراسية. وامتدادًا لهذه الجهود البحثية، وتغطيةً لخصوصية مرحلة السنة الثانية ثانوي التي تقع في منتصف الطور الثانوي، تسعى الدراسة الحالية للكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين هذين المتغيرين، وتحديد مدى وجود فروق في إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي تبعًا لمتغير الجنس.

بناءً على هذا السياق المفهومي والدراسات السابقة، تتبلور إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي الآتي:

- **التساؤل الرئيسي:**

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟ وهل تختلف درجة إدمان الإنترنت ومستوى التوافق الدراسي باختلاف متغير الجنس؟

- **التساؤلات الفرعية:**

1. ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة إدمان الإنترنت لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس (ذكور/إناث)؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس (ذكور/إناث)؟

**2. فرضيات الدراسة:**

❖ **الفرضية العامة:** توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

❖ **الفرضيات الجزئية:**

1. **الفرضية الأولى:** توجد فروق في إدمان الإنترنت لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تبعًا لمتغير الجنس.
2. **الفرضية الثانية:** توجد فروق في التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تبعًا لمتغير الجنس.

### 3. أهمية الدراسة وأهدافها:

**أولًا- أهمية الدراسة:**

تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي تتناوله، والمتمثل في إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، حيث أصبح الاستخدام المفرط للإنترنت من الظواهر المنتشرة بشكل واسع بين فئة المراهقين، الأمر الذي يفرض ضرورة الاهتمام بهذه الظاهرة ودراسة انعكاساتها النفسية والتربوية والاجتماعية.

كما تبرز أهمية الدراسة في كونها تتناول فئة التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي، وهي مرحلة حساسة تتسم بكثرة التغيرات النفسية والانفعالية والاجتماعية، مما يجعل التلميذ أكثر تأثرًا بالتكنولوجيا الحديثة وأكثر عرضة للوقوع في السلوكات الإدمانية المرتبطة باستخدام الإنترنت.

وتكمن أهمية الدراسة كذلك في إبراز طبيعة العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي، حيث يُعد التوافق الدراسي من العوامل الأساسية التي تساعد التلميذ على تحقيق النجاح والاستقرار النفسي داخل المؤسسة التعليمية، ومن ثم فإن الكشف عن تأثير الاستخدام المفرط للإنترنت على التوافق الدراسي يمكن أن يساهم في فهم العديد من المشكلات الدراسية والسلوكية التي يعاني منها التلاميذ.

ومن الناحية العلمية، تساهم هذه الدراسة في إثراء الرصيد المعرفي المتعلق بموضوع إدمان الإنترنت، خاصة في البيئة المدرسية الجزائرية، كما قد تشكل إضافة للدراسات النفسية والتربوية التي تناولت متغيرات الدراسة.

أما من الناحية التطبيقية، فإن نتائج الدراسة قد تساعد الأسرة والأساتذة والمختصين النفسيين والتربويين على فهم طبيعة المشكلات الناتجة عن الإفراط في استخدام الإنترنت، والعمل على وضع أساليب وقائية وإرشادية تساعد التلاميذ على تنظيم استخدامهم للإنترنت وتحقيق توافق دراسي أفضل.

كما يمكن أن تفيد هذه الدراسة في توجيه اهتمام المؤسسات التربوية إلى ضرورة تعزيز التوعية بمخاطر الاستخدام السلبي للإنترنت، وتشجيع التلاميذ على الاستعمال الإيجابي والهادف للتكنولوجيا الحديثة.

**ثانيًا- أهداف الدراسة:**

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق مجموعة من الأهداف العلمية والتربوية التي تساعد على فهم العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، ومن أبرز هذه الأهداف ما يلي:

**الكشف عن طبيعة العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي:** تهدف الدراسة إلى معرفة ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية بين درجة إدمان الإنترنت ومستوى التوافق الدراسي لدى التلاميذ، والكشف عن مدى تأثير الاستخدام المفرط للإنترنت على قدرة التلميذ على التكيف مع البيئة المدرسية.

**التعرف على مستوى إدمان الإنترنت لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي:** تسعى الدراسة إلى تحديد مدى انتشار ظاهرة إدمان الإنترنت بين التلاميذ، والكشف عن درجة تعلقهم باستخدام الإنترنت في حياتهم اليومية.

**التعرف على مستوى التوافق الدراسي لدى التلاميذ:** تهدف الدراسة إلى معرفة مستوى التوافق الدراسي لدى أفراد العينة، من خلال دراسة مدى اندماجهم داخل الوسط المدرسي وعلاقتهم بالأساتذة والزملاء ومدى التزامهم بمتطلبات الدراسة.

**الكشف عن الفروق في إدمان الإنترنت تبعًا لمتغير الجنس:** تسعى الدراسة إلى معرفة ما إذا كانت هناك فروق بين الذكور والإناث في درجة إدمان الإنترنت، تبعًا لاختلاف الميول والاهتمامات وأنماط الاستخدام.

**الكشـف عن الفروق في التوافق الدراســي تبعًا لمتغير الجنس:** تهدف الدراســة إلى معرفة مدى وجود اختلاف بين الذكور والإناث في مسـتوى التوافق الدراسـي، من حيث القدرة على التكيف مع الحياة المدرسية وتحقيق الانسجام داخل الوسط التعليمي.

**المساهمة في تقديم اقتراحات وتوصيات:** تسعى الدراسة إلى الوصول إلى نتائج تساعد في تقديم اقتراحات وتوصــيات عملية يمكن الاســتفادة منها في الحد من ظاهرة إدمان الإنترنت وتحسين مستوى التوافق الدراسي لدى التلاميذ.

## 4. المفاهيم الأساسية للدراسة.

بعد التطرق إلى الإطار المنهجي للدراسة، فإنه من الضروري الانتقال إلى الجانب المفاهيمي الذي يُعد أساسًا لفهم متغيرات الدراسة والإحاطة بها من مختلف الجوانب النظرية،فالمفاهيم العلمية تساعد على توضيح المصطلحات المستعملة وتحديد أبعادها بدقة،مما يسهم في بناء دراسة علمية واضحة ومنظمة.

وبما أن هذه الدراسة تتمحور حول إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، فإن فهم طبيعة هذين المتغيرين يتطلب التطرق إلى مفهوم كل منهما، مع توضيح أهم خصائصهما وأبعادهما والعوامل المؤثرة فيهما، إضافة إلى إبراز طبيعة العلاقة القائمة بينهما.

وعليه سيتم في هذا المبحث تناول مفهوم إدمان الإنترنت، ثم مفهوم التوافق الدراسي، وأخيرًا توضيح العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي لدى التلاميذ.

### 1) مفهوم إدمان الإنترنت.

يُقصد بإدمان الإنترنت حالة من الاستخدام القهري والمفرط للإنترنت، بحيث يفقد الفرد القدرة على التحكم في مدة استعماله، ويصبح منشغلًا به بصورة دائمة، الأمر الذي يؤثر سلبًا على حياته النفسية والاجتماعية والدراسية**(قطامي، 2005، ص 94-95).**

**التعريف الإجرائي:**

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها التلميذ (عينة الدراسة) من خلال استجابته على عبارات مقياس "كيمبرلي يونج" المُقنّن عربيًا من طرف "إبراهيم الشافعي" (2009)، بعد تعديله وتطويره من طرف الباحثة ليتلاءم مع السلوكيات الرقمية المعاصرة؛ حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى استخدام قهري ومفرط للشبكة وتطبيقاتها الحديثة، يؤدي إلى فقدان السيطرة على الوقت وإهمال الواجبات المدرسية والاجتماعية.

**2) مفهوم التوافق الدراسي.**

يُعتبر التوافق الدراسي من المفاهيم الأساسية في علم النفس التربوي، لأنه يعكس مدى قدرة التلميذ على التكيف مع البيئة المدرسية ومتطلباتها المختلفة، ويُقصد به قدرة التلميذ على تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي داخل المؤسسة التعليمية، بما يسمح له بالنجاح الدراسي والشعور بالراحة والاستقرار ( **شقير، 2003، ص 25)**

**التعريف الإجرائي:**

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها التلميذ من خلال استجابته على عبارات المقياس المُعدّل من طرف الباحثة، والمقتبس جزئيًا من أداة دراسة (بومهراس ، 2017)؛ حيث تعكس هذه الدرجة مدى قدرة التلميذ على التكيف مع البيئة المدرسية، والالتزام بنظمها، وبناء علاقات إيجابية مع الأساتذة والزملاء، والاندماج في العملية التعليمية.

**3) تعريف " تلاميذ السنة الثانية ثانوي ":**

هم فئة المتعلمين الذين يتابعون دراستهم في الطور الثاني من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي، والذين اجتازوا بنجاح مرحلة الجذع المشترك (السنة الأولى ثانوي)، وتوجهوا نحو شعب تخصصية (مثل: آداب وفلسفة، لغات أجنبية، علوم تجريبية، رياضيات، تقني رياضي، تسيير واقتصاد). وتتراوح أعمارهم زمنياً في الغالب بين 16 و18 سنة، وهي مرحلة عمرية حرجة تقع في منتصف مرحلة المراهقة (المراهقة الوسطى)، وتتميز بخصوصيات نفسية، ومعرفية، وانفعالية تؤثر على تفاعلهم مع البيئة التعليمية والاجتماعية.

**التعريف الإجرائي:**

هم جميع التلاميذ (ذكوراً وإناثاً) المسجلين بصفة رسمية في قوائم السنة الثانية ثانوي بجميع شعبها (الأدبية والعلمية) في المؤسسات التعليمية (الثانويات) التابعة للقطاع المعني بالدراسة خلال الموسم الدراسي الحالي، وهم الأفراد الذين طُبقت عليهم أدوات الدراسة الحالية (مقياس إدمان الإنترنت ومقياس التوافق الدراسي) للتحقق من فرضيات البحث.

### 4) العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي.

تعتبر العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي من الموضوعات المهمة التي اهتمت بها الدراسات النفسية والتربوية الحديثة، وذلك بسبب التأثير الكبير الذي أصبح يمارسه الإنترنت على الحياة الدراسية للتلاميذ.

فقد يؤدي الاستخدام المفرط للإنترنت إلى تراجع مستوى التوافق الدراسي لدى التلميذ، نتيجة انشغاله الدائم بمواقع التواصل الاجتماعي أو الألعاب الإلكترونية أو التصفح المستمر،الأمر الذي يقلل من الوقت المخصص للمراجعة والدراسة(باجي ، 2023، ص 122)، كما ينعكس إدمان الإنترنت على الجانب النفسي للتلميذ، حيث يؤدي إلى التعب والإرهاق والسهر، مما يؤثر على تركيزه داخل القسم وقدرته على الاستيعاب والتحصيل الدراسي هذا من جهة.

ومن جهة أخرى، قد يؤدي ضعف التوافق الدراسي إلى لجوء بعض التلاميذ إلى الإنترنت كوسيلة للهروب من المشكلات الدراسية أو الاجتماعية، وبالتالي تتشكل علاقة تأثير متبادل بين المتغيرين( شقير، 2003، ص 33-34).

وعليه يمكن القول إن الإفراط في استخدام الإنترنت يؤثر بشكل سلبي على التوافق الدراسي، من خلال ضعف التحصيل الدراسي، وقلة الدافعية للتعلم، وضعف العلاقات المدرسية والاجتماعية.

**خلاصة الفصل الأول:**

ختاما، تناول هذا الفصـــل الإطار المنهجي و المفاهيمي للدراســـة المتعلقة بإدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق الدراسـي لدى تلاميذ السـنة الثانية ثانوي، حيث تم عرض إشـكالية الدراسـة وتسـاؤلاتها الرئيسـية والفرعية، إضـافة إلى صـياغة فرضـيات الدراسـة التي افترضـت وجود علاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي، مع وجود فروق تبعًا لمتغير الجنس، و تم التطرق إلى أهمية الدراســة العلمية والتطبيقية، والأهداف التي تســعى إلى تحقيقها من خلال الكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة.

كما تضــمن هذا الأخير عرضًــا لمفهوم إدمان الانترنت و التوافق الدراســي، ومفهوم تلاميذ السنة الثانية ثانوي نظريا وإجرائيا.

وفي الأخير، تم توضيح العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي.

# الفصل الثاني

# المراهقة في مرحلة التعليم الثانوي

**تمهيد:**

تُعد مرحلة المراهقة من أدق وأعقد المراحل النمائية التي يمر بها الفرد، لما تشـــهده من تغيرات متســـارعة وجذرية تشـــمل الجوانب الجســـمية، والفيزيولوجية، والعقلية، والانفعالية، والاجتماعية. وتتزامن هذه التحولات الحرجة مع التحاق المراهق بمرحلة التعليم الثانوي، وهي بيئة تربوية جديدة تفرض عليه تحديات أكاديمية وضغوطاً مستمرة ترتبط بضغوط الامتحانات والتطلع نحو المستقبل وبناء الهوية المهنية والاجتماعية. وفي ظل هذا التجاذب بين التغيرات الداخلية والمطالب الخارجية، يســعى المراهق جاداً لتحقيق توافقه الدراســي والنفســي. إلا أن الانفتاح على الفضــاء الرقمي المعاصــر قد يوجّه هذه الديناميكية نحو مســارات بديلة، حيث يبرز إدمان الإنترنت كمتغير محوري قد يؤثر بشكل مباشر على قنوات التكيف وآليات إشباع حاجات المراهق النمائية، وهو ما يسعى هذا الفصل إلى تتبعه من خلال تسليط الضوء على خصائص المراهقة المتمدرسة ومطالبها المتعددة وعلاقتها ببيئتها التعليمية.

## 1. مفهوم المراهقة:

يطلق مصـــطلح المراهقة على"المرحلة النمائية الثالثة التي يمر بها الإنســـان في حياته من الطفولة إلى الشـــيخوخة وتتميز بالنمو الســـريع في جميع اتجاهات النمو البدني والنفســـي والعقلي والاجتماعي" (زغينة، 2007، ص208).

من الناحية السيكولوجية: المراهقة سيكولوجيا وحسب زهران" مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الرشـــد "(زهران،1986، ص289). أما العيســـوي يرى أنها "مجموعة من التغيرات في نمو الفرد الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي ، فهي مرحلة الانتقال التي يصبح فيها المراهق رجلاً، والمراهقة امرأة"(العيسوي، 1987، ص11)، ويضيف كذالك أنها "المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج Maturity البدني والجنسي والعقلي والنفسي"(العيسوي،1995،ص25).

وتعرف في الدراسـة العربية على أنها ترجمة لكلمة Adolescence واصـل معناها اللاتيني هو الاقتراب المتدرج من النضـج وتبدأ بالبلوغ PUBRTY ومعناها العلمي هو بدأ المميزات الأولية والثانوية نتيجة لنضـج الغدد التناسـلية وتبدأ من (14الى 12 سـنة) وتمتد مع البنات إلى سـن 17 سـنة تقريبا أما لدى البنين فإنها تمتد إلى حوالي 18 أو 19 سـنة والمراهقة في أصلها عملية عضوية حيوية. (زغينة،2007،ص209)

في حين يعرفها اوزبل" Ausbel هي سـيرورة الإدماج النفسـي للبلوغ PUBRTY إذ تطهر معالمها بالبلوغ الجنســي الذي يصــاحبه تغير نفســي هام يميزها عن باقي المراحل الأخرى (Francois,1998,p28).

## 2. مراحل المراهقة:

هناك العديد من تقسيمات المراهقة، وبذلك فإن كثير من الدراسات التي أجريت مع المراهقين تدل على أن تقسيم المراهقة يكون إلى مراحل هذا لا يعني الفصل التام بين هذه المراحل وإنما يبقى الأمر على المستوى النظري فقط، ومن خلال التقسيمات والتي حدد فيها العمر الزمني

للمراهق، والذي كان الاختلاف فيه متفاوتا بين العلماء إلا إننا نعتبر هذا التقسيم الذي وضعه أكرم رضا والذي قسم فيه المراهقة إلى ثلاث مراحل:

❖ **المراهقة المبكرة:**

يعيش الطفل الذي يتراوح عمره مابين (12-15 سنة) تغيرات واضحة على المستوى الجسمي، والفيزيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي.

فنجد من يتقبلها بالحيرة والقلق والآخرون ينقمونها، وهناك من يتقبلها بفخر واعتزاز وإعجاب فنجد المراهق في هذه المرحلة يسعى إلى التحرر من سلطة أبويه عليه بتحكم في أموره ووضع القرارات بنفسه والتحرر أيضا من السلطة المدرسية (المعلمين والمدربين والأعضاء الإداريين)، فهو يرغب دائما من التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساسه بذاته وكيانه. **(رضا، 2000،ص. 257)**.

❖**المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة):**

تعتبر المرحلة الوسطى من أهم مراحل المراهقة، حيث ينتقل فيها المراهق من المرحلة الأساسية إلى المرحلة الثانوية، بحيث يكتسب فيها الشعور بالنضج والاستقلال والميل إلى تكوين عاطفة مع جنس آخر وفي هذه المرحلة يتم النضج المتمثل في النمو الجنسي، العقلي، الاجتماعي، الانفعالي والفيزيولوجي والنفسي، لهذا فهي تسمى قلب المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة.

فالمراهقون والمراهقات في هذه المرحلة يعلقون أهمية كبيرة على النمو الجنسي والاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي وكذا الصحة الجسمية وهذا ما نجده واضحا عند تلاميذ الثانوية باختلاف سنهم، كما تتميز بسرعة نمو الذكاء، لتصبح حركات المراهق أكثر توافقاً وانسجاماً وملائمة. **(زهران، 1982، ص. 229)**

❖**المراهقة المتأخرة (18 إلى 21 سنة):**

هذه المرحلة هي مرحلة التعليم العالي، حيث يصل المراهق في هذه المرحلة إلى النضج الجنسي في نهايته ويزداد الطول زيادة طفيفة عند كل من الجنسين فيحاول المراهق أن يكيف نفسه مع المجتمع وقيمه التي يعيش في كنفها لكي يوفق بين المشاعر الجديدة التي اكتسبها، وظروف البيئة الاجتماعية والعمل الذي يسعى إليه.

كما يكتسب المراهق المهارات العقلية والمفاهيم الخاصة بالمواظبة ويزداد إدراكه، للمفاهيم والقيم الأخلاقية والمثل العليا فتزداد القدرة على التحصيل والسرعة في القراءة على جميع المعلومات والاتجاه نحو الاستقرار في المهنة المناسبة له. **(زهران، 1982، ص. 229)**

**3- خصائص مرحلة المراهقة:**

وتتمثل فيها ما يلي:

- **النمو الجسمي:**

من أهم التغيرات التي تطرأ على المراهق، سرعة نموه الجسمي التي لا تتناسب مع سرعة نموه العقلي والانفعالي والاجتماعي، وهذه التغيرات ليست مهمة في ذاتها بقدر ما ماهي مهمة من حيث تأثيرها المباشر على شخصية المراهق وقدرته وسلوكه، فجسم المراهق وعقله وعواطفه تتأثر كل واحدة منها بالأخرى، ويشتمل النمو الجسمي على مظهرين هما:

- **النمو الفزيولوجي:**

ويقصد به تلك التغيرات التي تحدث في الأجهزة الداخلية للإنسان، كالتغيرات في إفرازات الغدد الصماء والغدد الجنسية كما تشمل التغيرات النضج الجنسي والبلوغ، أي وصول الأعضاء التناسلية للنضج الوظيفي الذي يمكن الفرد من أن يصبح قادرا على التناسل.

- **النمو العضوي (الجسدي الخارجي) :**

يركز هذا الجزء على التغيرات الجسمانية الظاهرية للمراهق مثل زيادة الطول، الوزن، وتبدل ملامح الوجه، بالإضافة إلى ظهور العلامات الجنسية الثانوية (كظهور الشعر وتغير نبرة الصوت لتصبح خشنة عند الذكور وناعمة عند الإناث). ويتطلب هذا النمو من المراهق تقبّل جسده الجديد وتعديل سلوكه ليتكيف معه.

- **النمو الاجتماعي:**

يتناول هذا القسم اتساع الدائرة الاجتماعية للمراهق وزيادة تفاعله مع المحيطين به (الأسرة، المعلمين، والأصدقاء). وتبرز في هذه المرحلة ملامح أساسية تشمل: الاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي والموضة، السعي نحو الاستقلال والاعتماد على الذات، الرغبة في القيادة والزعامة، والانتماء القوي لجماعات الأصدقاء والخضوع لمعاييرها، بجانب بداية الميل العاطفي نحو الجنس الآخر.

- **النمو العقلي:**

تتسم هذه المرحلة بنضج وتطور القدرات الذهنية للمراهق والتحول من الإدراك البسيط إلى استيعاب العلاقات الأكثر تعقيداً. كما يشهد المراهق نمواً في الذكاء العام (القدرة العقلية التامة)، وتبرز لديه اهتمامات وقدرات خاصة، وتتطور مهاراته في العمليات العقلية العليا كالتفكير، والتذكر، والتخيل.

- **النمو الانفعالي :**

تتأثر انفعالات المراهق بعاملين؛ خارجي (البيئة والمحيط) وداخلي (التغيرات الفيزيولوجية والكيميائية للجسم). بينما تميل المظاهر الداخلية للانفعالات إلى الثبات، تتأثر الاستجابات الخارجية بنمو الفرد وتطوره. كما قد يؤدي عدم رضا المراهق عن مظهره وجسده (مقارنة بأقرانه كالوزن أو الرشاقة) إلى شعور بالألم النفسي، مما قد يتطور إلى اضطرابات سلوكية تؤثر سلباً على استقراره النفسي وتحصيله الدراسي.**(قندوسي،2021،ص135-140)**

**4 – مطالب وحاجات المراهق:**

لعل أول ما يتبادر للذهن عند ذكر الحاجات والمطالب اسم "إبراهام ماسلو 1945" صاحب نظرية الترتيب الهرمي للحاجات الذي يستقي منه غالب الباحثين أفكارهم حين ينوون مناقشة الحاجات والمطالب الإنسانية، وتتلخص نظرة "ماسلو" للحاجات الإنسانية في أن يرتبها ترتيباً تصاعدياً يبدأ من الحاجات "الفسيولوجية" كقاعدة لبقية الحاجات، ثم الحاجة للأمن ثم الحاجة للحب والانتماء، ثم الحاجة إلى تقبل وتقدير الذات، وأخيراً حاجة تحقيق الذات التي تتربع على قمة الهرم، ثم أضاف حاجتين في كتاباته الأخيرة فوق الحاجة لتحقيق الذات هما على التوالي الحاجة للمعرفة والحاجة لتذوق الجمال.

نظراً لأن مرحلة المراهقة مرحلة حرجة لأنها تعتبر مرحلة انتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الاعتماد على النفس ونتيجة للتغيرات الجسمية والنفسية التي تطرأ عليه فهو بحاجة إلى رعاية وعناية خاصة لذا يجب التعامل مع المرحلة بحذر والعمل على تحقيق وإشباع مختلف مطالب وحاجات المراهق "وحينما يدور الحديث عن مطالب وحاجات المراهق أو مطالب النمو في مرحلة المراهقة، فإن الباحث يجد مجموعة من التنظيمات لهذه المطالب تحويها بطون الكتب بعضها لباحثين غربيين وبعضها لباحثين عرب اقترحوها بعد دراسات ميدانية على المراهقين والشباب في بيئات عربية فقد حدد هافجرسانت في كتابه نمو الإنسان والتربية عشرة مطالب تهم المراهق، وأشار "سوليفان" إلى الحاجات المتفاعلة بين الحاجة الجنسية والحاجة للأمن والحاجة للألفة عند المراهق ما يعني اهتمام الكثير من العلماء بدراسة الحاجات الأساسية للفرد عموماً والمراهق بوجه خاص ،ويمكن إدراج هذه الحاجات التي ذكرها الباحثون في ست مجموعات وتتضمن:

- **الحاجات الجسمية** :تقبل التغيرات الجسمية والمحافظة على الحياة.
- **الحاجات الجنسية** :إشباع الرغبة الجنسية للمحافظة على النوع والتوحد مع الجنس الآخر والقيام بالدور الجنسي.

- **الحاجات النفسية** :الحاجة إلى فهم المرحلة التي يمر بها والتغيرات المرافقة لها، والحاجة إلى الاستقلال النفسي وبروز الهوية، والحاجة للعطف والمحبة وتأكيد الذات والحاجة للأمن بالإضافة إلى الترفيه.
- **الحاجات العقلية** :تكوين القيم والأخلاق والوصول للنضج العقلي والمعرفة.
- **الحاجات الاجتماعية** :الألفة والولاء الاجتماعي والمكانة الاجتماعية والزواج والعلاقات مع الأقران وكذا الحاجة إلى السلطة لضبط جنوحه وإمكانية انحرافه وإعادة توجيهه.
- **الحاجات المهنية** :التخطيط لمستقبل مهني ومستقبل وظيفي وتحمل المسؤولية والقيام بدور اجتماعي.

ومن الدراسات التي اهتمت أيضاً بتحديد حاجات ومطالب المراهق الدراسة التي أجرتها "كول" حيث قامت بتصنيف الحاجات الأساسية للمراهق إلى الآتي:

- المحافظة على الذات: وتشمل حاجة المحافظة على الحياة والراحة وتجنب الأخطار.
- تقبل النضج الجنسي دون خوف.
- العطف والقبول من الآخرين كالشعور بالأمن والحب.
- المكانة والرفعة والمركز.
- النضج العقلي: وتشمل الحاجة إلى المعرفة، البحث عن الحقائق والتعبير عن النفس.
- تأكيد الذات وتنميتها: وتشمل الحاجة إلى إثبات النفس وتحقيق النزعة الاستقلالية والاعتماد على النفس. **(قاسي،2021،ص156-157)**

**5 – المراهق المتمدرس ومرحلة التعليم الثانوي:**

يعاني المراهق في المدرسة الثانوية من أزمات وصراعات ناتجة عن القلق على مستقبله، وضغوط الامتحانات، وتطلعات الوالدين، مما يفسر انتشار السلوك العنيف والقلق بين التلاميذ.

وتتطلب هذه المرحلة جهداً كبيراً لمتابعة الدراسة، وقد يواجه التلميذ الفشل في تحقيق أهدافه التعليمية مما يضطره لإعادة السنة، أو مواجهة الإحباط، أو حتى تغيير المدرسة نهائياً والتكيف مع بيئة جديدة.**(الرفاعي،1978،ص413)**

تؤثر طبيعة علاقة المراهق بالوسط المدرسي الجديد بشكل كبير في تحديد معالمه الاجتماعية والمهنية وبلورة شخصيته، حيث يختلف التكيف باختلاف النظم التعليمية لأن متطلبات التعليم الثانوي تفوق متطلبات التعليم الأساسي. وتُعد المراهقة أرضاً خصبة للاضطرابات النفسية والسلوك العنيف بسبب تعرض المراهق لتغيرات في مختلف الأعضاء، مما يخلق لديه ضغوطاً وتوترات نفسية تدفعه للبحث عن وسائل جديدة للتكيف. ويتفق العلماء على أن هذه المرحلة مليئة بالصراعات والأزمات النفسية والمشكلات السلوكية التي تظهر داخل المؤسسات التربوية، مما يفرض على التلميذ المراهق بذل أقصى جهوده لتحقيق التلاؤم مع هذا الواقع الجديد.( **أوزي، ص 95 )**

**إدمان الإنترنت لدى المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي:**

تُعد مرحلة التعليم الثانوي من المراحل التعليمية التي تتزامن مع فترة المراهقة، وهي مرحلة تتميز بحدوث تغيرات جسمية وانفعالية واجتماعية ومعرفية عديدة تجعل المراهق أكثر ميلاً إلى البحث عن الاستقلالية وتكوين العلاقات الاجتماعية. وقد ساهم الانتشار الواسع للإنترنت والهواتف الذكية في زيادة اعتماد المراهقين على الوسائط الرقمية في الدراسة والتواصل والترفيه، الأمر الذي جعلهم أكثر عرضة لخطر الاستخدام المفرط للإنترنت. ويشير إدمان الإنترنت إلى نمط من الاستخدام المفرط وغير المنضبط للشبكة، يؤدي إلى اضطراب في مختلف جوانب حياة الفرد الأكاديمية والاجتماعية والنفسية. ويُعد المراهقون في المرحلة الثانوية من أكثر الفئات عرضة لهذه المشكلة بسبب طبيعة خصائصهم النمائية، وحاجتهم إلى التفاعل الاجتماعي، ورغبتهم في الاستكشاف والتجريب، إضافة إلى ضعف قدرتهم أحيانًا على تنظيم الوقت وضبط السلوك مقارنة بالراشدين.**(Kuss & Lopez-Fernandez, 2016)**

كما أوضحت العديد من الدراسات أن الاستخدام المفرط للإنترنت لدى المراهقين قد يرتبط بظهور مجموعة من المشكلات النفسية والسلوكية، مثل القلق والاكتئاب والعزلة الاجتماعية وضعف التحصيل الدراسي واضطرابات النوم، خاصة عندما يحل النشاط الإلكتروني محل الأنشطة الدراسية والاجتماعية الواقعية. ومن ثم فإن فهم ظاهرة إدمان الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الثانوية يُعد أمرًا ضروريًا لفهم تأثيراتها المحتملة على توافقهم النفسي والدراسي والاجتماعي.**(Anderson et al., 2017)**

**خلاصة الفصل الثاني:**

يُســـتخلص مما تقدم أن مرحلة المراهقة في طور التعليم الثانوي تمثل بنية ديناميكية متكاملة، تتداخل فيها مظاهر النمو العضـــوي والعقلي والانفعالي لتحدد ملامح شـــخصـــية التلميذ وقدرته على مجابهة المشـكلات السـلوكية والدراسـية. إن فشـل المراهق في إشـباع حاجاته الأسـاسـية—سـواء النفسـية منها كبروز الهوية والاسـتقلال، أو الاجتماعية كالمكانة والألفة، أو الأكاديمية كالنضـج العقلي والتوافق المدرسـي—يجعل منه أرضـاً خصـبة للأزمات والصـراعات النفسـية والإحباط. وتتأكد هذه الأزمات داخل البيئة الثانوية التي تفوق متطلباتها التعليم الأسـاسـي، مما يضـع التلميذ أمام تحدي التكيف أو الانكفاء نحو مظاهر اللاتوافق. وارتباطاً بموضوع الدراسة، فإن لجوء المراهق إلى الاستغراق المفرط في البيئة الرقمية (إدمان الإنترنت) قد يمثل وسـيلة تعويضـية غير توافقية للهروب من ضـغوط التحصـيل الدراسـي والتوترات النفسية، مما ينعكس سلباً في نهاية المطاف على استقراره النفسي وعطائه المعرفي داخل المؤسسة التربوية.

# الفصل الثالث

# إدمان الأنترنت

**تمهيد:**

أصبح إدمان الإنترنت من الموضوعات الحديثة التي استقطبت اهتمام الباحثين في مجالات عدة، وذلك نتيجة الانتشار الواسع للتكنولوجيا الرقمية وما صاحبها من تغيرات جدرية في أنماط الحياة والسلوك الإنساني خاصة لدى فئة المراهقين، فقد أدى التوسع الكبير في استخدام الإنترنت إلى انتقاله من وسيلة للمعرفة والتواصل إلى سلوك يومي قد يتجاوز الحدود الطبيعية للاستعمال، ليأخذ أحيانًا طابعًا قهريًا يؤثر على مختلف جوانب شخصية الفرد وحياته الاجتماعية والدراسية.

وتكمن خطورة هذه الظاهرة في ارتباطها بعدة اضطرابات نفسية وسلوكية وتربوية،حيث قد يؤدي الاستخدام المفرط للإنترنت إلى ضعف التحكم في الوقت، والعزلة الاجتماعية، واضطرابات النوم، وتراجع التحصيل الدراسي، إضافة إلى ضعف التفاعل الواقعي مع المحيط الأسري والمدرسي، حيث أن مرحلة المراهقة تُعد من أكثر المراحل العمرية عرضة لهذا النوع من السلوكات الإدمانية، نظرًا لما تتميز به من تغيرات نفسية وانفعالية تدفع المراهق إلى البحث عن الإشباع النفسي والاجتماعي عبر الوسائط الرقمية المختلفة.

ومن هذا المنطلق، يهدف هذا الفصل إلى التعمق في دراسة ظاهرة إدمان الإنترنت من خلال التطرق إلى ماهيتها وتعريفها وخصائصها ومراحل تطورها، ثم عرض أهم الأسباب والعوامل المؤدية إليها، مع إبراز أبرز الأعراض والنظريات المفسرة لها.

كما سيتم التطرق إلى الآثار النفسية والسلوكية والاجتماعية والدراسية الناتجة عن هذا الإدمان، إضافة إلى توضيح أهم الأساليب العلاجية والوقائية التي يمكن اعتمادها للحد من انتشاره، خاصة داخل الوسط المدرسي.

## 1. ماهية إدمان الإنترنت.

يعتبر الإدمان على الإنترنت من الظواهر التي أصـــبحت تتميز بالوبائية من حيث القوة الإدمانية و هي ظاهرة ســـلوكية حديثة إذ ظهرت نتيجة التطور التكنولوجي الكبير والانتشار الواسع لاستخدام الوسائط الرقمية، حيث أصبحت هذه الأخير جزءًا أساسيًا من الحياة اليومية للأفراد، خاصـــة فئة المراهقين بشـــكل عام والتلاميذ بشـــكل خاص، ومع تزايد ســـاعات الاســـتخدام وتنوع الخدمات الإلكترونية، برزت أنماط من الاســـتعمال المفرط وغير المنظم،الأمر الذي أدى إلى ظهور ما يُعرف بإدمان الإنترنت، والذي أصـــبح محل اهتمام العديد من الباحثين في مجالات علم النفس والتربية.

ويقتضـــي فهم هـــذه الظـــاهرة التطرق إلى مفهوم إدمـــان الإنترنـــت من خلال تعريفه(**المطلب الأول**)، وبيان أهم خصـائصـه(**المطلب الثاني**)، إضـافة إلى توضـيح المراحل التي يمر بها الفرد حتى يصـــل إلى حالة الإدمان، وذلك من أجل الإحاطة النظرية بهذا المتغير وفهم أبعاده النفسية والسلوكية المختلفة( **المطلب الثالث**).

## 2. تعريف إدمان الإنترنت.

أول من تحدث عن الإدمان على الإنترنت هي الباحثة و عالمة النفس الأمريكية "كيمبرلي يونغ" و التي تعد من الأوائل الذيم عكفوا على دراسة هذا الأخير عام 1996،حيث حددت لنا هذه الأخيرة تعريفا على أنه: " استخدام شبكة الإنترنت لأكثر ما يفوق 38 ساعة أسبوعيا شريطة أن يكون هذا الإستخدام خارج أوقات العمل أو الدراسة، حيث أصبح هذا التعريف معمولا به في الأبحاث العلمية" **(بن بلاط، يحياوي ، 2025، ص 592)**

كما يجد الشخص نفسه في حالة من القلق و التوتر حين ينفصل أو يبتعد عن شبكة الإنترنت مقابل الإحســـاس بســـعادة كبيرة و ارتياح و رفاهية نفســـية عارمة في اســـتخدامه للإنترنت،مما يخلق له حالة ترقب دائما لمعاودة الإســـتخدام و الرجوع للإنترنت مرة أخرى، وعدم إحســـاســـه بالوقت أثناء اســـتخدامه للإنترنت، مما يجعل مســـتخدمي هذا الأخير لهم

اضـطراب سـلوكي يتمثل في الاسـتخدام القهري والمفرط للإنترنت بصـورة تؤثر سـلبًا على الحياة الاجتماعية والنفسية والدراسية للفرد.

يعتبر مفهوم إدمان الإنترنت من المفاهيم الحديثة نسـبيًا في الدراسـات النفسـية والتربوية، وقد ظهر نتيجة التوسـع الكبير في اسـتخدام الإنترنت في مختلف مجالات الحياة،ويشـير هذا المفهوم إلى حالة من الاسـتخدام المفرط وغير المنظم للإنترنت، بحيث يصـبح الفرد غير قادر على التحكم في مدة اسـتخدامه أو الحد منها، رغم إدراكه للآثار السلبية الناتجة عن ذلك **(الألفي ، 2008، ص 15)**

كما يُعرف بأنه انشـغال دائم بالإنترنت يصـاحبه شـعور بالتوتر أو القلق عند التوقف عن اسـتخدامه، مع الميل إلى قضـاء فترات طويلة أمام الشـاشـات على حسـاب الواجبات اليومية والعلاقات الواقعية**(العباجي، 2010، ص 29)**

ويظهر إدمان الإنترنت من خلال مجموعة من السـلوكيات، مثل: فقدان الإحسـاس بالوقت أثناء التصـفح، وعدم القدرة على تقليل سـاعات الاسـتخدام، والانشـغال المسـتمر بالتفكير في الإنترنت حتى أثناء القيام بأنشطة أخرى، إضافة إلى إهمال المسؤوليات الدراسية أو الأسرية والاجتماعية **(كريمة بن بلاط، يحياوي وردة، 2025، ص 592)**.

### 3. خصائص إدمان الإنترنت.

يتميز إدمان الإنترنت بمجموعة من الخصـائص النفسـية والسـلوكية التي تظهر على الفرد المدمن، وتتمثل أهم هذه الخصـائص في الاستعمال المفرط للإنترنت لفترات طويلة دون الشـعور بالوقت، حيث يقضـي الفرد سـاعات متواصـلة في التصـفح أو اللعب الإلكتروني أو استخدام مواقع التواصل الاجتماعي**(لخويدر، 2016، ص 58)**.

كما يتميز المدمن على الإنترنت بفقدان القدرة على التحكم في مدة الاسـتخدام، إذ يفشل في التقليل من الوقت الذي يقضيه أمام الشبكة رغم محاولاته المتكررة لذلك، ويصاحب

ذلك شعور بالتوتر أو الانزعاج عند الانقطاع عن الإنترنت، وهو ما يشبه أعراض الانسحاب التي تظهر في بعض أنواع الإدمان السلوكي.

ومن خصـــائص إدمان الإنترنت أيضًـــا الانشـــغال الدائم بالعالم الافتراضـــي، بحيث يصـبح الإنترنت محور اهتمام الفرد وتفكيره، الأمر الذي يؤدي إلى إهمال الواجبات الدراسـية والأسرية وضعف التفاعل الاجتماعي الواقعي، و قد يتجه الفرد إلى العزلة والانطواء وتفضيل العلاقات الافتراضية على العلاقات المباشرة مع الآخرين(**لخويدر، 2016، ص ص 61، 62**).

**4. مراحل الإدمان على الإنترنت.**

لا يحدث إدمان الإنترنت بصـورة مفاجئة، وإنما يمر الفرد بعدة مراحل تدريجية إلى أن يصـل إلى حالة الإدمان:

– **المرحلة الأولى– مرحلة الاستخدام العادي:** حيث يكون اسـتعمال الإنترنت في حدود الحاجة ولأغراض مختلفة مثل الدراسة أو الترفيه أو التواصل (**ساردو ، مشري ، 2020، ص 129**).

– **المرحلة الثانية– مرحلة التعلق:** حيث يبدأ الفرد في قضاء وقت أطول على الإنترنت مع الشـعور بالمتعة والراحة النفسية أثناء اسـتخدامه، فيصـبح أكثر انجذابًا للعالم الافتراضـي وأقل اهتمامًا بالأنشطة الواقعية.

– **المرحلة الثالثة– مرحلة الاعتماد النفســي:** وفيها يصــبح الإنترنت وسـيلة أسـاسـية للهروب من الضـغوط والمشكلات النفسية أو الدراسية، حيث يشـعر الفرد بعدم الارتياح عند الابتعاد عنه، ويزداد تعلقه باستخدامه بصورة مستمرة(**موسى، 2025، ص 102**).

– **المرحلة الرابعة– مرحلة الإدمان:** وفيها يفقد الفرد القدرة على التحكم في اســـتخدام الإنترنت، ويصـبح اسـتعماله مفرطًا وقهريًا، مما يؤدي إلى ظهور آثار سـلبية واضـحة على حياته النفسـية والاجتماعية والدراسـية، مثل العزلة وضـعف التحصـيل الدراسـي واضـطرابات النوم والتوتر النفسي(**موسى، 2025، ص 102**).

و عليه، فإن إدمان الإنترنت ما هو إلا عملية مرحلية، بمعنى أن المستخدمين الجدد عادة هم الأكثر استخدامًا وإسرافًا في استخدامها بسبب انبهارهم بتلك الوسيلة، ثم بعد فترة يحدث للمستخدم عملية خيبة أمل من الإنترنت، وحسب بعض الدراسات التي تمت في هذا المجال فإن أكثر الناس قابلية للإدمان هم أصحاب حالات الاكتئاب والشخصية القلقة وأولئك الذين تماثلوا للشفاء من حالات إدمان سابقة.

**5. أسباب إدمان الإنترنت.**

من المعروف أن لكل تكنولوجيا حديثة إيجابياتها وسلبياتها، وأن هذه الأخيرة في حد ذاتها ليست إيجابية أو سلبية، وأن الأمر يعود لطبيعة الاستخدام و الإدمان عليها، والحال ينطبق على مختلف شبكات التواصل الاجتماعي، فسوء الاستخدام خلف آثار سلبية كثيرة خاصة النفسية منها(طبي، 2019، ص 162).

حيث تتعدد الأسباب والعوامل المؤدية إلى إدمان الإنترنت، وتختلف من شخص إلى آخر حسب الظروف النفسية والاجتماعية والأسرية والتربوية التي يعيشها الفرد، حيث يرى الباحثون أن هذه الظاهرة لا تنتج عن عامل واحد فقط، وإنما عن تفاعل مجموعة من العوامل المتداخلة التي تدفع الفرد إلى الإفراط في استخدام الإنترنت بصورة تؤثر على حياته اليومية.

**أولًا- الأسباب النفسية:**

من أهم الأسباب التي تؤدي إلى إدمان الإنترنت هي العوامل النفسية، حيث يلجأ العديد من الأفراد إلى العالم الافتراضي كوسيلة للهروب من الضغوط النفسية والمشكلات اليومية. فالشعور بالقلق أو الاكتئاب أو الوحدة النفسية قد يدفع الفرد إلى استخدام الإنترنت لفترات طويلة بحثًا عن الراحة النفسية أو الترفيه أو تكوين علاقات افتراضية تعوضه عن النقص الذي يشعر به في حياته الواقعية(زهران، 2011، ص 72).

كما أن ضعف الثقة بالنفس والخجل الاجتماعي وصعوبة التواصل مع الآخرين من الأسباب التي تجعل بعض الأفراد أكثر تعلقًا بالإنترنت، حيث يجدون في العالم الافتراضي

مساحة للتعبير عن الذات دون خوف أو خجل، وقد أظهرت بعض الدراسات أن الأفراد الذين يعانون من اضطرابات نفسية أو انفعالية يكونون أكثر عرضة للإدمان على الإنترنت مقارنة بغيرهم.

ومن العوامل النفسية أيضًا الشعور بالفراغ وعدم القدرة على استثمار الوقت بصورة إيجابية، حيث يقضي الفرد ساعات طويلة في التصفح أو اللعب الإلكتروني أو استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كنوع من التسلية والهروب من الملل.

**ثانيًا- الأسباب الأسرية:**

تلعب الأسرة دورًا أساسيًا في توجيه سلوك الأبناء وتنظيم استخدامهم للوسائل التكنولوجية، لذلك فإن ضعف الرقابة الأسرية وعدم متابعة الأبناء قد يؤدي إلى الإفراط في استخدام الإنترنت، و أن غياب الحوار الأسري والتواصل الإيجابي داخل الأسرة يدفع بعض التلاميذ إلى البحث عن الاهتمام والتفاعل عبر العالم الافتراضي(**لخويدر، 2016، ص 75**).

وتُعتبر المشكلات الأسرية والتفكك العائلي وكثرة الخلافات بين الوالدين من العوامل التي تسهم في ظهور السلوكات الإدمانية لدى الأبناء، حيث يلجأ التلميذ إلى الإنترنت كوسيلة للهروب من الجو الأسري غير المستقر، و أن التساهل الكبير في منح الأبناء الحرية المطلقة في استخدام الهواتف الذكية والإنترنت دون ضوابط أو توجيه يزيد من احتمالية الوقوع في الإدمان(**زهران، 2011، ص 89**).

**ثالثًا- الأسباب الاجتماعية:**

تتمثل الأسباب الاجتماعية في تأثير جماعة الأصدقاء ووسائل الإعلام الحديثة، حيث يسعى المراهق إلى تقليد أقرانه في استخدام الألعاب الإلكترونية ومواقع التواصل الاجتماعي من أجل تحقيق القبول والانتماء داخل الجماعة، و أن التطور التكنولوجي والانفتاح الرقمي جعلا الإنترنت وسيلة سهلة ومتاحة للجميع في أي وقت ومكان، مما ساهم في زيادة ساعات الاستخدام.

وقد ساهمت شبكات التواصل الاجتماعي بصورة كبيرة في جذب المراهقين، لما توفره من فرص للتفاعل وتبادل الصـور والمحادثات والألعاب الإلكترونية، الأمر الذي يجعل الفرد أكثر تعلقًا بالعالم الافتراضي وأقل اهتمامًا بالتفاعل الواقعي(**بومهرة، 2005، ص 229**).

**رابعًا- الأسباب التربوية والدراسية:**

يرتبط إدمان الإنترنت أحيانًا بالمشـكلات الدراسـية التي يعاني منها التلميذ، مثل ضـعف التحصـيل الدراسـي أو عدم التوافق مع البيئة المدرسـية أو الشـعور بالضـغط الدراسـي،حيث قد يلجأ التلميذ إلى الإنترنت للهروب من الواجبات المدرسـية أو من الفشـل الدراسي(**لخويدر، 2016، ص ص 82، 83**).

كما أن عدم اسـتثمار وقت الفراغ في أنشـطة تربوية وثقافية ورياضـية مفيدة يجعل التلميذ يقضـي معظم وقته أمام الشـاشـات الإلكترونية، وقد سـاهم ضـعف التوجيه والإرشـاد داخل المؤسـسـات التعليمية في زيادة تعلق التلاميذ باسـتخدام الإنترنت دون وعي بمخاطره السلبية(**لخويدر، 2016، ص 84**).

**خامسًا- الأسباب التكنولوجية:**

أدى التطور الكبير في وسـائل التكنولوجيا الحديثة إلى تسـهيل الوصـول إلى الإنترنت،خاصة مع انتشار الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية وشبكات الاتصال السريعة، مما جعل استخدام الإنترنت أمرًا سهلًا ومتواصلًا طوال اليوم(**باجي عبد الغني، 2023، ص 225**).

كما أن تنوع التطبيقات الإلكترونية والألعاب الرقمية ومواقع التواصـل الاجتماعي وما توفره من مؤثرات صـوتية وبصـرية جذابة يسـهم في زيادة تعلق الفرد بها، خاصـة لدى المراهقين الذين يميلون إلى حب الاستكشاف والتجديد.

و يرى بعض الباحثين وعلماء الاجتماع أن الاسـتعمال المفرط للإنترنت في العصـر الحديث قد أصـبح من العوامل المؤدية إلى الإدمان الرقمي في ظل التكنلوجيا الحديثة، نتيجة التدفق الهائل وغير المحدود للمعلومات والمحتويات المتنوعة التي تجذب المسـتخدم

باستمرار، فهذا الفيض المعلوماتي قد يؤثر سلبًا على القدرات الذهنية والنفسية للفرد، ويجعله أكثر تعلقًا بالشبكات الرقمية، خاصة مع سهولة الوصول إلى مواقع التواصل والألعاب والمنصات الإلكترونية.

**6. أعراض إدمان الإنترنت.**

يظهر إدمان الإنترنت من خلال مجموعة من الأعراض النفسية والسلوكية والاجتماعية والجسدية التي تدل على فقدان الفرد القدرة على التحكم في استخدامه للإنترنت،وتختلف هذه الأعراض حسب درجة الإدمان ومدة الاستخدام وطبيعة شخصية الفرد(**باجي ، 2023، ص ص 226، 227**).

**أولًا- الأعراض السلوكية:**

تتمثل الأعراض السلوكية في قضاء ساعات طويلة أمام الإنترنت دون الشعور بالوقت، مع الانشغال الدائم بالتفكير في الإنترنت حتى أثناء القيام بأنشطة أخرى، حيث يفشل المدمن في التقليل من مدة الاستخدام رغم محاولاته المتكررة لذلك، ويُظهر تعلقًا شديدًا بمواقع التواصل الاجتماعي أو الألعاب الإلكترونية(**باجي ، 2023، ص ص 211، 212**).

ومن الأعراض السلوكية أيضًا إهمال الواجبات الدراسية والأسرية، وضعف الاهتمام بالأنشطة اليومية، إضافة إلى تراجع المشاركة الاجتماعية وقلة التفاعل مع المحيط الواقعي(**باجي ، 2023، ص 213**).

**ثانيًا- الأعراض النفسية:**

تشمل الأعراض النفسية الشعور بالقلق والتوتر والانزعاج عند عدم القدرة على استخدام الإنترنت، إلى جانب العصبية وتقلب المزاج وضعف التركيز والانتباه، و قد يعاني المدمن من الاكتئاب والوحدة النفسية واضطرابات الانفعال نتيجة تعلقه المفرط بالعالم الافتراضي(**عموش، 2006، ص 439**).

ويلاحظ كذلك أن بعض المدمنين يشعرون بالسعادة والراحة أثناء استخدام الإنترنت، لكنهم يعودون إلى التوتر والفراغ النفسي بمجرد الانقطاع عنه، مما يدفعهم إلى العودة السريعة لاستخدامه بصورة متكررة.

**ثالثًا- الأعراض الاجتماعية:**

تتمثل الأعراض الاجتماعية في ضعف العلاقات الأسرية والاجتماعية، حيث يميل الفرد إلى العزلة والانطواء وتفضيل الجلوس أمام الإنترنت بدل التواصل المباشر مع الآخرين، و يؤدي الإدمان إلى ضعف المشاركة في الأنشطة الاجتماعية والأسرية، وتراجع مهارات التواصل الواقعي، وقد يصل الأمر ببعض الأفراد إلى تكوين علاقات افتراضية بديلة عن العلاقات الحقيقية، الأمر الذي يؤثر على اندماجهم الاجتماعي وتكيفهم مع محيطهم.

كما أن قضاء ساعات طويلة أمام الإنترنت يؤدي إلى العزلة وضعف التفاعل الاجتماعي، ويجعل الفرد أقل قدرة على تنظيم وقته والتحكم في سلوكاته اليومية، ومن هنا ظهر ما يعرف بصدمة المعلومات أو"Data Shock"، حيث يجد المستخدم نفسه أمام كمّ هائل من المحتويات والآراء يصعب التمييز فيه بين ما هو مفيد وما هو غير مفيد، الأمر الذي يزيد من احتمالية الوقوع في إدمان الإنترنت.

**رابعًا- الأعراض الجسدية:**

تظهر على مدمن الإنترنت عدة أعراض جسدية نتيجة الجلوس الطويل أمام الشاشات، مثل اضطرابات النوم والأرق والإرهاق المستمر، إضافة إلى آلام الظهر والرقبة والصداع وإجهاد العينين، كما قد يؤدي الاستخدام المفرط للإنترنت إلى قلة النشاط البدني واضطرابات التغذية والسمنة، خاصة لدى الأفراد الذين يقضون معظم أوقاتهم في الألعاب الإلكترونية أو التصفح المستمر **(النجار، 2021، ص 36).**

## 7. النظريات المفسرة لإدمان الإنترنت.

حاول العديد من الباحثين تفسير ظاهرة إدمان الإنترنت من خلال عدة نظريات نفسية وسلوكية واجتماعية، وذلك لفهم الأسباب والدوافع التي تجعل الفرد يتعلق بالعالم الافتراضي بصورة مفرطة.

**أولًا- النظرية السلوكية:**

ترى النظرية السلوكية أن إدمان الإنترنت سلوك متعلم يكتسبه الفرد من خلال التكرار والتعزيز، حيث يشعر الفرد بالمتعة والراحة أثناء استخدام الإنترنت، مما يدفعه إلى تكرار هذا السلوك باستمرار، وكلما حصل الفرد على تعزيز إيجابي، مثل التسلية أو الراحة النفسية أو التفاعل الاجتماعي، زادت احتمالية استمراره في الاستخدام المفرط للإنترنت.

**ثانيًا- النظرية المعرفية:**

تركز النظرية المعرفية على الأفكار والمعتقدات الخاطئة التي يحملها الفرد حول الإنترنت، حيث يرى بعض الأفراد أن الإنترنت هو الوسيلة الوحيدة لتحقيق الراحة أو التخلص من المشكلات النفسية والاجتماعية، مما يؤدي إلى تعلقهم المفرط به، و كما تؤكد هذه النظرية أن ضعف مهارات حل المشكلات والتفكير السلبي قد يدفع الفرد إلى اللجوء إلى الإنترنت كوسيلة للهروب من الواقع. **(النجار، 2021، ص 32)**

**ثالثًا- النظرية التحليلية النفسية:**

ترى هذه النظرية أن إدمان الإنترنت يرتبط بصراعات نفسية داخلية وحاجات غير مشبعة، حيث يلجأ الفرد إلى العالم الافتراضي لتعويض النقص العاطفي أو الهروب من القلق والإحباط والصراعات النفسية التي يعاني منها.

**رابعًا- النظرية الاجتماعية:**

تؤكد النظرية الاجتماعية أن البيئة الاجتماعية والأسرة وجماعة الأصدقاء تلعب دورًا كبيرًا في ظهور إدمان الإنترنت، حيث يتأثر الفرد بالسلوكيات السائدة داخل محيطه

الاجتماعي، خاصـــــة في مرحلة المراهقة التي يكون فيها الفرد أكثر قابلية للتقليد والتأثر بالآخرين.

**8. الآثار النفسية والسلوكية والجسدية والاجتماعية والدراسية لإدمان الانترنت.**

**أولًا- الآثار النفسية:**

يؤدي إدمان الإنترنت إلى مجموعة من الاضـطرابات النفسـية التي تؤثر على التوازن الانفعالي للفرد، حيث يعاني المدمن من القلق والتوتر والانزعاج عند الانقطاع عن اسـتخدام الإنترنت، وهو ما يشـبه أعراض الانسـحاب السـلوكي، و قد تظهر عليه حالات من الاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية، نتيجة الاعتماد المفرط على العالم الافتراضـي كبديل عن العلاقات الواقعية. إضافة إلى ذلك، فإن الاستخدام الطويل للإنترنت قد يؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس وتقلب المزاج وصعوبة التحكم في الانفعالات**(باجي ، 2023، ص 223).**

**ثانيًا- الآثار السلوكية:**

تتمثل الآثار السلوكية في تغير أنماط سلوك الفرد اليومي، حيث يصـبح الإنترنت هو النشاط الأساسي في حياته، مما يؤدي إلى إهمال المسؤوليات والواجبات المختلفة، كما يظهر سـلوك العزلة والانطواء، وتراجع الاهتمام بالأنشـطة الاجتماعية والرياضـية والثقافية،وقد يلجأ الفرد إلى الكذب أو إخفاء مدة اسـتخدامه للإنترنت، في محاولة للاسـتمرار في هذا السـلوك دون رقابة أو ضغط خارجي**(جلولي، 2024، ص 80).**

**ثالثًا- الآثار الجسدية:**

يؤدي الجلوس لفترات طويلة أمام الشاشات إلى مجموعة من المشكلات الصحية،مثل آلام الظهر والرقبة والصـداع المسـتمر، إضـافة إلى إجهاد العينين وضـعف النظر، و أن قلة الحركة والنشـــاط البدني قد تؤدي إلى زيادة الوزن واضـــطرابات النوم، مثل الأرق والســـهر الطويل، مما يؤثر سلبًا على الصحة العامة للفرد**(جلولي، 2024، ص 81).**

**رابعًا- الآثار الاجتماعية:**

يســـاهم إدمان الإنترنت في إضـــعاف العلاقات الاجتماعية والأســـرية، حيث يقل التواصل المباشر مع أفراد الأسرة والأصدقاء، ويزداد الميل نحو العزلة والانغلاق داخل العالم الافتراضي، و قد يؤدي ذلك إلى ضعف مهارات التواصل الاجتماعي، وصعوبة التفاعل في المواقف الواقعية، مما ينعكس على قدرة الفرد على الاندماج داخل المجتمع **(النجار، 2021، ص 45)**

**خامسًا- الآثار الدراسية:**

يُعتبر الجانب الدراسي من أكثر الجوانب تأثرًا بإدمان الإنترنت، حيث يؤدي الاستخدام ، و يسبب كثرة الغياب وعدم الالتزام بالأنشطة التعليمية، إضافة إلى ضعف الدافعية للتعلم وانخفاض مستوى التحصيل العام للتلميذ**(النجار، 2021، ص ص 46،47).**

**9. انعكاسات الإدمان على الحياة الدراسية.**

يؤثر إدمان الإنترنت بشكل مباشر على الحياة الدراسية للتلميذ، حيث يؤدي إلى خلل في تنظيم وقته بين الدراسة والاستخدام الترفيهي للإنترنت. فالتلميذ المدمن غالبًا ما يفضل قضاء ساعات طويلة أمام الشاشات على حساب الدراسة والمراجعة، مما يؤدي إلى تراكم الدروس وضعف الاستيعاب**(جلولي، 2024، ص 89).**

كما ينعكس هذا الإدمان على مستوى الانتباه داخل القسم، إذ يعاني التلميذ من تشتت الذهن وصعوبة التركيز نتيجة السهر الطويل أمام الإنترنت، مما يقلل من قدرته على الفهم والمتابعة.

بالإضافة إلى ذلك، فإن ضعف التحصيل الدراسي قد يؤدي إلى انخفاض الدافعية للتعلم والشعور بالإحباط والفشل، وهو ما يزيد من تعلق التلميذ بالإنترنت كوسيلة للهروب من الواقع الدراسي هذا من جهة.

ومن جهة أخرى، قد يؤدي الإدمان إلى ضعف العلاقة بين التلميذ والمعلم، نتيجة قلة التفاعل داخل القسم وعدم الاهتمام بالأنشطة التعليمية، مما يؤثر سلبًا على اندماجه داخل البيئة المدرسية ويضعف توافقه الدراسي بشكل عام(**جلولي، 2024، ص 90**).

## 10. علاج إدمان الإنترنت وطرق الوقاية منه.

يتطلب علاج إدمان الإنترنت مقاربة شاملة تجمع بين الجانب النفسي والتربوي والأسري، حيث لا يمكن التعامل مع هذه الظاهرة من جانب واحد فقط، بل يجب إشراك مختلف الأطراف الفاعلة في حياة التلميذ:

**أولًا- العلاج النفسي:**

يرتكز العلاج النفسي على مساعدة الفرد على إدراك خطورة الاستخدام المفرط للإنترنت، والعمل على تعديل سلوكه تدريجيًا، ويمكن استخدام أساليب العلاج المعرفي السلوكي من خلال تغيير الأفكار الخاطئة حول الإنترنت، وتعليم الفرد مهارات التحكم في الوقت وتنظيم الاستخدام، إضافة إلى تعزيز الثقة بالنفس وتنمية مهارات مواجهة الضغوط.

**ثانيًا- العلاج التربوي:**

يتمثل العلاج التربوي في دور المدرسة في توجيه التلاميذ نحو الاستخدام الإيجابي للإنترنت، من خلال إدماجه في العملية التعليمية بطريقة منظمة، مع تنظيم أنشطة صفية ولاصفية تساعد على استثمار وقت الفراغ بشكل مفيد، و يمكن للأساتذة والمربين القيام بدور التوعية بمخاطر الاستخدام المفرط للإنترنت (**النجار، 2021، ص ص 55، 56**).

**ثالثًا- العلاج الأسري:**

تلعب الأسرة دورًا محوريًا في الوقاية من إدمان الإنترنت، وذلك من خلال فرض رقابة معتدلة على استخدام الأبناء للإنترنت، وتحديد أوقات الاستخدام، مع تعزيز الحوار الأسري وتوفير بيئة مستقرة وآمنة نفسيًا، و يُعد تشجيع الأبناء على ممارسة الأنشطة الرياضية والثقافية من أهم وسائل الوقاية(**باجي ، 2023، ص 329**).

**رابعًا- طرق الوقاية:**

تتمثل الوقاية من إدمان الإنترنت في مجموعة من الإجراءات أهمها تنظيم وقت استخدام الإنترنت، وتجنب الاستخدام العشوائي وغير المراقب، إضافة إلى تنمية الوعي لدى التلاميذ بمخاطر الإفراط في استعماله، و أن يُنصح بتشجيع الأنشطة البديلة مثل الرياضة والقراءة والعمل الجماعي، بما يساهم في تقليل الاعتماد على العالم الافتراضي(النجار، **2021**، **ص 59).**

**خلاصة الفصل الثاني:**

يتضـــح في الختام أن إدمان الإنترنت يُعد من الظواهر الحديثة المرتبطة بالتطور التكنولوجي والانتشار الواسع لوسائل الاتصال الحديثة، خاصة لدى فئة المراهقين والتلاميذ، وقد تبين أن هذا الإدمان لا يقتصر على كثرة استخدام الإنترنت فقط، بل يرتبط بفقدان القدرة على التحكم في مدة الاستعمال والانشغال المستمر بالعالم الافتراضي على حساب الواجبات الدراسية والعلاقات الاجتماعية.

كما تم التطرق إلى أهم أسباب إدمان الإنترنت وأعراضه والنظريات المفسرة له، حيث اتضح أن هذه الظاهرة تنتج عن تداخل عوامل نفسية وأسرية واجتماعية ومدرسية، وتنعكس في صورة اضطرابات نفسية وسلوكية ودراسية تؤثر على شخصية التلميذ وتوازنه النفسي والاجتماعي.

وقد أظهر الفصل كذلك أن لإدمان الإنترنت آثارًا سلبية متعددة، خاصة على الحياة الدراسية، من خلال ضعف التركيز، وتراجع التحصيل الدراسي، وضعف الدافعية للتعلم، إضافة إلى تأثيره على العلاقات الاجتماعية والصحة النفسية والجسدية.

وفي الأخير، تم التأكيد على أن مواجهة هذه الظاهرة تتطلب تكامل جهود الأســـرة والمدرسة والمرشد النفسي، مع تعزيز التوعية والإرشاد وتنظيم استخدام التكنولوجيا بما يساعد التلميذ على تحقيق التوازن النفسي والدراسي.

# الفصل الرابع

# التوافق الدراسي

**تمهيد:**

يعتبر التوافق الدراسي من المفاهيم الأساسية في ميدان علم النفس التربوي، لما له من دور مهم في فهم قدرة التلميذ على الاندماج داخل البيئة المدرسية والتفاعل مع متطلباتها المختلفة، فنجاح العملية التعليمية لا يعتمد فقط على القدرات العقلية والتحصيل المعرفي، بل يرتبط أيضًا بمدى قدرة التلميذ على التكيف النفسي والاجتماعي داخل المؤسسة التعليمية.

ويظهر التوافق الدراسي من خلال مجموعة من السلوكات والاتجاهات التي تعكس درجة الانسجام بين التلميذ وبيئته المدرسية، سواء من حيث العلاقات الاجتماعية أو الالتزام بالقوانين أو المشاركة الفعالة في الأنشطة التربوية.

كما أن مرحلة التعليم الثانوي تُعد من المراحل الحساسة التي تتطلب من التلميذ مستوى عالٍ من التوازن النفسي والانفعالي، نظرًا لما تشهده هذه المرحلة من ضغوط دراسية وتغيرات نفسية مرتبطة بمرحلة المراهقة، لذلك فإن دراسة التوافق الدراسي تُعد ضرورية لفهم العوامل التي تساعد على نجاح التلميذ أو تعيق مساره الدراسي، إضافة إلى تحديد مظاهر سوء التوافق وطرق معالجته.

## 1. ماهية التوافق الدراسي.

التوافق الدراسي أحد المفاهيم الأساسية في علم النفس التربوي، إذ يعكس مدى قدرة التلميذ على التكيف الإيجابي مع متطلبات الحياة المدرسية المختلفة و لع عدة ابعاد في جميع المجالات، ويقوم هذا المفهوم على تحقيق الانسجام بين الجوانب النفسية والاجتماعية للتلميذ وبين ما تفرضه البيئة التعليمية من واجبات ومتطلبات، بما يضمن له تحقيق النجاح والاستقرار داخل المؤسسة التربوية.

ويُنظر إلى هذا الأخير باعتباره عملية مستمرة تتأثر بمجموعة من العوامل الداخلية والخارجية، كما أنه لا يقتصر على التحصيل الدراسي فقط، بل يشمل أيضًا الجوانب السلوكية والانفعالية والاجتماعية التي تحدد طبيعة علاقة التلميذ بمدرسته ومحيطه.

## 2. تعريف التوافق الدراسي.

يُعرّف التوافق الدراسي بأنه قدرة التلميذ على التكيف مع البيئة المدرسية ومتطلباتها المختلفة، من خلال تحقيق الانسجام بين خصائصه النفسية والاجتماعية والسلوكية وبين متطلبات العملية التعليمية، ويعبر هذا المفهوم عن مدى نجاح التلميذ في تحقيق التوازن بين حياته الدراسية وحاجاته النفسية والاجتماعية.

كما يُفهم التوافق الدراسي على أنه حالة من الاستقرار النفسي والارتياح داخل المؤسسة التعليمية، حيث يشعر التلميذ بالقبول والاندماج، ويكون قادرًا على أداء مهامه الدراسية بشكل طبيعي دون صراعات نفسية أو سلوكية تعيق تقدمه الدراسي.

## 3. مؤشرات التوافق الدراسي.

يمكن تحديد التوافق الدراسي من خلال مجموعة من المؤشرات السلوكية والنفسية التي تظهر داخل الوسط المدرسي، ومن أهمها:

- الانتظام في الحضور المدرسي وعدم كثرة الغياب أو التأخر .
- الالتزام بالقوانين والنظام الداخلي للمؤسسة التعليمية .

- المشاركة الإيجابية داخل القسم والتفاعل مع الأنشطة التعليمية .
- تحقيق مستوى دراسي مستقر يعكس قدرة التلميذ على التحصيل .
- بناء علاقات اجتماعية إيجابية مع الزملاء و الأساتذة .
- الشعور بالراحة النفسية والرضا داخل البيئة المدرسية .
- القدرة على تحمل المسؤولية وإنجاز الواجبات الدراسية في وقتها .

وتُعتبر هذه المؤشـرات السـالفة الذكر أدوات مهمة جدا لقياس درجة توافق التلميذ داخل المؤسسة التعليمية.

**4. أبعاد التوافق الدراسي.**

يعتبر التوافق الدراسـي من المفاهيم المركبة التي لا يمكن تفسـيرها من خلال جانب واحد فقط، بل هو نتاج تفاعل مجموعة من الأبعاد النفسية والاجتماعية والأكاديمية والمعرفية والتكنولوجية التي تؤثر في سـلوك التلميذ داخل المؤسـسـة التعليمية، ويظهر التلميذ المتوافق دراسـيًا من خلال قدرته على التكيف مع متطلبات الدراسـة، وإقامة علاقات إيجابية مع محيطه المدرسـي، وتحقيق مستوى مناسـب من التحصـيل العلمي، مع المحافظة على توازنه النفسي والاجتماعي.

وقد أدت التحولات التي عرفها المجال التربوي والتطور التكنولوجي المتسـارع إلى ظهور أبعاد جديدة للتوافق الدراسـي تتجاوز المفهوم التقليدي القائم على النجاح الأكاديمي فقط **( زهران، 2005، ص 118).**

- **البعد النفسي:**

يعتبر البعد النفسي من أهم أبعاد التوافق الدراسي، لأنه يمثل الأساس الذي تقوم عليه بقية الأبعاد الأخرى، ويقصد به قدرة التلميذ على تحقيق الاستقرار الانفعالي والتوازن النفسي داخل الوسط المدرسي، بحيث يشعر بالأمن والطمأنينة والثقة بالنفس والرضا عن ذاته**(باجي ، 2023، ص 256).**

يتجلى هذا البعد في قدرة التلميذ على التحكم في انفعالاته والتعامل مع الضـــغوط الدراسـية والامتحانات والمواقف التعليمية المختلفة بطريقة إيجابية، ويؤثر الاسـتقرار النفسـي بشكل مباشر في مستوى التركيز والانتباه والتحصيل الدراسي، إذ إن التلميذ الذي يعاني من القلق أو الخوف أو الإحباط يجد صـــعوبة في التكيف مع متطلبات الدراســـة، بينما يســـهم الشعور بالأمان والثقة بالنفس في تعزيز الدافعية نحو التعلم وتحقيق النجاح الأكاديمي **(شقير، 2003، ص 86)**

- **البعد الاجتماعي:**

يقصـد بالبعد الاجتماعي قدرة التلميذ على بناء علاقات اجتماعية سـليمة ومتوازنة مع مختلف أفراد المجتمع المدرسـي، بما في ذلك الزملاء والمعلمون والإدارة المدرسـية، و يتجلى في احترام القواعد والأنظمة المدرسية والتعاون مع الآخرين والمشاركة في الأنشطة الجماعية المختلفة.

و التفاعل الاجتماعي الإيجابي عاملًا مهمًا في تحقيق التوافق الدراسي، لأن المدرسة ليسـت مؤسـسـة تعليمية فقط، بل هي أيضًـا مؤسـسـة اجتماعية تسـاعد التلميذ على اكتسـاب القيم والمهـارات الاجتمـاعيـة اللازمـة للانـدمـاج في المجتمع، و أن العلاقـات الجيـدة مع المعلمين والزملاء تسـهم في توفير مناخ نفسـي مريح يسـاعد على التعلم والنجاح **(عبد السلام ، 2005، ص 122)**.

- **البعد الدراسي (الأكاديمي):**

يرتبط البعد الدراســي بمدى قدرة التلميذ على الاســتجابة للمتطلبات التعليمية وتحقيق الأهداف الأكاديمية المطلوبة منه، ويشمل هذا البعد الانتظام في الدراسة، والالتزام بالواجبات المدرسية، وحسن استغلال الوقت، والقدرة على التركيز والاستيعاب والتحصيل العلمي.

كما يظهر هذا البعد في النتائج الدراســية التي يحققها التلميذ وفي قدرته على مواجهة الصـعوبات التعليمية والتغلب عليها، حيث يعتبر النجاح الدراسـي أحد المؤشـرات الأسـاسـية

للتوافق الدراســي، إلا أنه لا يمثل البعد الوحيد له، لأن النجاح الأكاديمي يتأثر بمجموعة من العوامل النفسية والاجتماعية والمعرفية **(أبو حطب وآخرون، 1999، ص 173)**

- **البعد المعرفي:**

يقصد بالبعد المعرفي قدرة التلميذ على اكتساب المعرفة وتنظيمها وتحليلها واستعمالها في المواقف التعليمية المختلفة، و يعتبر هذا البعد العمليات العقلية العليا مثل الفهم والتذكر والاستنتاج وحل المشكلات والتفكير الناقد واتخاذ القرار، وقد ازدادت أهمية هذا البعد في ظل التحولات المعرفية المعاصرة التي لم تعد تركز على حفظ المعلومات فقط، بل أصبحت تهتم بتنمية القدرات العقلية والمهارات الفكرية التي تمكن المتعلم من التعامل مع الكم الهائل من المعلومات المتاحة في العصر الحديث **(فتحي ، الزيات، 2001، ص 221)**.

- **البعد الدافعي:**

يتمثل هذا البعد في مســـتوى الرغبة الداخلية لدى التلميذ في التعلم والإنجاز وتحقيق النجاح، فالدافعية تعد من أهم العوامل المؤثرة في الســـلوك الدراســـي، إذ تدفع التلميذ إلى المثابرة والاجتهاد والاستمرار في مواجهة العقبات والصعوبات التعليمية، كما تسهم الدافعية المرتفعة في زيادة اهتمام التلميذ بالدراسة وحرصه على المشاركة داخل القسم والبحث عن المعرفة وتطوير قدراته الذاتية، في حين تؤدي الدافعية المنخفضـــة إلى ضـــعف التحصـــيل الدراسي وقلة الاهتمام بالأنشطة التعليمية **(قطامي، 2005، ص 143)**.

- **البعد المهاري:**

يشـــير هذا البعد إلى مجموعة المهارات التي يحتاجها التلميذ لتحقيق تعلم فعال والتكيف مع البيئة المدرسية، ومن أهم هذه المهارات: مهارة تنظيم الوقت، والتخطيط للدراسة، وإدارة الضغوط، والتواصل الفعال، والعمل الجماعي، واستخدام استراتيجيات التعلم المناسبة.

وتكمن أهمية هذا البعد في كونه يساعد التلميذ على استثمار إمكاناته وقدراته بطريقة منظمة وفعالة، مما ينعكس إيجابًا على أدائه الدراســي وتفاعله مع مختلف المواقف التعليمية **(جابر، 2000، ص 195)**

- **البعد التكنولوجي (الرقمي):**

أصـــبح البعد التكنولوجي من الأبعاد الأســـاســـية للتوافق الدراســـي في العصـــر الرقمي،نتيجة الانتشــار الواســع للتكنولوجيا في مختلف مراحل العملية التعليمية، ويقصــد به قدرة التلميذ على اسـتخدام الوسـائط الرقمية والأجهزة الإلكترونية والمنصـات التعليمية بكفاءة وفعالية.

ويشــمل هذا البعد مهارات البحث الإلكتروني عن المعلومات، والتعامل مع التطبيقات التعليمية، واســـتخدام تقنيات التعليم عن بعد، والتفاعل مع المحتويات الرقمية بطريقة آمنة ومسؤولة، و يسـهم التوافق التكنولوجي في تسـهيل الوصـول إلى المعرفة وتنمية التعلم الذاتي وتحسـين فرص النجاح الأكاديمي في ظل التحول الرقمي الذي تعرفه المؤسـسـات التعليمية **(الهادي، 2021، ص 95)**.

- **البعد التكيفي مع البيئة التعليمية الحديثة:**

يقصـــد بهذا البعد قدرة هو التلميذ على التكيف مع التغيرات المتســـارعة التي تشـــهدها المنظومة التعليمية، مثل التعليم الإلكتروني والتعليم المدمج والتقويم الإلكتروني وأســـاليب التدريس الحديثة، ويتطلب ذلك مرونة فكرية واســـتعدادًا للتعلم المســـتمر ومواكبة التطورات التكنولوجية والمعرفية.

وتبرز أهمية هذا البعد في كونه يساعد التلميذ على مواجهة التحديات الجديدة والتكيف مع المتغيرات التي تفرضـــها الثورة الرقمية، مما يمكنه من الاســـتفادة من الفرص التعليمية المتاحة وتحقيق اندماج أفضل في البيئة التعليمية المعاصرة **(الهادي، 2021، ص 102)**.

ومن خلال ما ســبق ذكره يتضــح أن التوافق الدراســي عملية ديناميكية متكاملة تقوم على تفاعل مجموعة من الأبعاد النفســـية والاجتماعية والأكاديمية والمعرفية والرقمية، وأن نجاح التلميذ في تحقيق التوازن بينها يعد مؤشـرًا أسـاسـيًا على قدرته على التكيف مع الحياة المدرسية وتحقيق أهدافه التعليمية والتربوية.

**5. العوامل المؤثرة في التوافق الدراسي.**

يعتبر التوافق الدراسي من القضايا التربوية والنفسية المهمة في علم النفس المدرسي والإرشاد التربوي، لما له من دور مباشر في نجاح التلميذ واندماجه داخل الوسط المدرسي،ويُفهم هذا التوافق باعتباره عملية ديناميكية يسعى من خلالها التلميذ إلى تحقيق التوازن بين قدراته الذاتية ومتطلبات البيئة المدرسية، ويظهر ذلك من خلال السلوك الانضباطي والعلاقات الإيجابية مع الآخرين والقدرة على مواجهة الصعوبات الدراسية.

كما يتأثر التوافق الدراسي بمجموعة من العوامل المتداخلة النفسية والأسرية والاجتماعية والمدرسية، التي تسهم في تحديد مستوى تكيف التلميذ داخل المؤسسة التعليمية،مما يجعل دراسة هذه العوامل ضرورية لفهم النجاح أو التعثر الدراسي.

وفيما يلي عرض لأهم هذه العوامل من خلال ثلاثة محاور أساسية، تتمثل في العوامل النفسية **( المطلب الاول)**، ثم العوامل الأسرية والاجتماعية**( المطلب الثاني)**، وأخيرًا العوامل المدرسية التي تشكل في مجملها الإطار المؤثر في التوافق الدراسي للتلميذ **(المطلب الثالث)**.

**أولا: العوامل النفسية.**

تعتبر العوامل النفسية من أهم المحددات الداخلية المؤثرة في التوافق الدراسي، إذ ترتبط ارتباطًا مباشرًا بشخصية التلميذ وبطريقة إدراكه لذاته وللبيئة المدرسية. فكلما كان التلميذ يتمتع باستقرار نفسي وتوازن انفعالي، زادت قدرته على التكيف مع متطلبات الدراسة ومواجهة الضغوط المختلفة بشكل إيجابي **(شقير، 2003، ص 86)**

وتأتي الثقة بالنفس في مقدمة هذه العوامل، حيث تُسهم في تعزيز مشاركة التلميذ داخل القسم وقدرته على التعبير عن أفكاره دون خوف أو تردد، كما تساعده على التعامل مع الإخفاق الدراسي باعتباره تجربة للتعلم

في المقابل، يؤدي ضعف الثقة بالنفس إلى الانسحاب الاجتماعي وتجنب المشاركة والشعور بالنقص، مما يضعف مستوى التوافق الدراسي.

كما تعتبر الدافعية للتعلم عنصرًا أساسيًا في رفع مستوى التكيف الدراسي، إذ تمثل القوة الداخلية التي تدفع التلميذ نحو الاجتهاد وبذل الجهد لتحقيق النجاح. فارتفاع الدافعية يؤدي إلى المثابرة والالتزام، بينما يؤدي ضعفها إلى الإهمال وقلة الاهتمام بالدراسة. هذا من جهة.

و من جهة اخرى يُعتبر القلق الدراسي من العوامل التي تؤثر سلبًا في الأداء، حيث يسبب ضعف التركيز وصعوبة الاستيعاب، وقد يزداد خلال فترات الامتحانات مما يرفع من مستوى الضغط النفسي ويؤثر على النتائج الدراسية، و يلعب تقدير الذات دورًا مهمًا في بناء صورة إيجابية عن النفس، حيث يسهم تقدير الذات المرتفع في تعزيز الثقة والقدرة على مواجهة التحديات، بينما يؤدي انخفاضه إلى الشعور بالعجز وتراجع الدافعية **(قطامي، 2005، ص 143)**

**ثانيا: العوامل الأسرية والاجتماعية**

تشكل الأسرة النواة الأولى في حياة التلميذ، وهي البيئة التي تتكون فيها شخصيته الأساسية واتجاهاته نحو الدراسة والحياة بشكل عام، لذلك فإن طبيعة العلاقات الأسرية تُعد من العوامل الحاسمة في تحقيق التوافق الدراسي **(أبو حطب وصادق، 1996، ص 173)**، فوجود جو أسري يسوده الاستقرار والحوار والتفاهم يساهم في توفير الدعم النفسي والعاطفي للتلميذ، مما يساعده على مواجهة الضغوط الدراسية بثقة أكبر وقدرة أفضل على التركيز والتحصيل، و أن متابعة الأسرة للمسار الدراسي والتشجيع المستمر يعززان الدافعية نحو التعلم ويزيدان منشعور التلميذ بالمسؤولية والالتزام **(قطامي، 2005، ص 151)**.

في المقابل، فإن المشكلات الأسرية مثل الخلافات بين الوالدين أو التفكك الأسري أو ضعف المتابعة التربوية تؤثر سلبًا على استقرار التلميذ النفسي، وقد تؤدي إلى تشتت الانتباه وضعف التحصيل الدراسي، و أن الأساليب التربوية غير المتوازنة، سواء كانت صارمة

بشكل مفرط أو متساهلة إلى حد كبير، قد تضعف قدرة التلميذ على ضبط سلوكه وتنظيم جهده الدراسي.

ومن الناحية الاجتماعية، تلعب جماعة الأصدقاء دورًا محوريًا في تشكيل سلوك التلميذ واتجاهاته، حيث يكون التأثير قويًا في هذه المرحلة العمرية، فإذا كانت جماعة الرفاق إيجابية وتدعم الاجتهاد، انعكس ذلك إيجابًا على التوافق الدراسي، أما إذا كانت سلبية فقد تدفع نحو الإهمال أو ضعف الاهتمام بالدراسة.

كما أن البيئة الاجتماعية العامة والقيم السائدة في المجتمع تؤثر بدورها في نظرة التلميذ للتعليم، حيث يمكن أن تعزز الطموح والجدية، أو على العكس قد تقلل من قيمة التحصيل الدراسي إذا كانت البيئة لا تولي التعلم أهمية كافية **(زهران، 2005، ص 122)**

**ثالثا: العوامل المدرسية.**

تمثل المدرسة الإطار التطبيقي الذي تتجسد فيه عملية التوافق الدراسي بشكل يومي، لذلك فإن طبيعة البيئة المدرسية ومكوناتها التنظيمية والتربوية تؤثر بشكل مباشر في مستوى تكيف التلميذ وقدرته على الاندماج داخل الوسط التعليمي **(حامد عبد السلام زهران، 2005، ص 122)**، ومن أبرز هذه العوامل أسلوب المعاملة التربوية الذي يتبعه الأساتذة والإدارة، حيث إن المعاملة القائمة على الاحترام والتشجيع والدعم النفسي تساهم في خلق مناخ تربوي إيجابي يشعر فيه التلميذ بالأمان والانتماء، مما ينعكس على مشاركته داخل القسم وتحسين أدائه الدراسي. في المقابل، فإن الأساليب القاسية أو القائمة على النقد المستمر قد تؤدي إلى الانسحاب وضعف التفاعل **(جابر، 2000، ص 195)**.

كما تعتبر طرق التدريس من العوامل الأساسية المؤثرة في التوافق الدراسي، إذ إن اعتماد أساليب حديثة تعتمد على التفاعل والمشاركة وتراعي الفروق الفردية يسهم في تحسين الفهم والاستيعاب وتنمية التفكير، بينما تؤدي الطرق التقليدية القائمة على الحفظ والتلقين إلى الملل وضعف التحصيل وصعوبة التكيف مع المادة التعليمية **(قطامي، 2005، ص 143)**

إضـافة إلى ذلك، تلعب العلاقات الاجتماعية بين التلاميذ داخل القسـم دورًا مهمًا في تشكيل المناخ المدرسي، فكلما ساد التعاون والاحترام المتبادل زادت فرص الاندماج والشعور بالانتماء، بينما تؤدي النزاعات أو العزلة الاجتماعية إلى ضعف التكيف النفسي والاجتماعي داخل المؤسسة التعليمية **(أبو حطب وصادق، 1996، ص 180)**

كما تسـهم الأنشـطة المدرسـية الموازية في دعم التوافق الدراسـي من خلال إتاحة الفرصـة للتلميذ لإبراز قدراته ومواهبه غير الأكاديمية وتنمية مهاراته الاجتماعية وتعزيز ثقته بنفسـه، مما ينعكس إيجابًا على أدائه الدراسـي. كذلك يسـاعد النظام الداخلي والانضـباط المدرسـي في تنظيم الحياة المدرسـية وخلق بيئة مسـتقرة تسـاعد التلميذ على التركيز وتحقيق نتائج أفضل **(زهران، 2005، ص 122)**

**6.مظاهر عدم التوافق الدراسي.**

**أولًا- المظاهر التحصـيلية والدراسـية:** تتمثل هذه المظاهر في الانخفاض الملحوظ في مسـتوى التحصـيل الدراسـي لدى التلميذ، حيث يظهر ذلك من خلال تدني النتائج، وصـعوبة فهم الدروس، وكثرة الأخطاء في الواجبات والاختبارات، حيث يعاني التلميذ من ضـعف القدرة على التركيز داخل القسـم، مما يجعله غير قادر على متابعة الشـرح أو اسـتيعاب المعلومات بالشكل المطلوب.

**ومثال ذلك:** التلميذ الذي كان يحصـل على نتائج متوسـطة أو جيدة ثم يبدأ تدريجيًا في التراجع دون سـبب دراسـي واضـح، بسـبب فقدان الدافعية أو الانشـغال بمشـكلات نفسـية أو اجتماعية.

**ثانيًا- المظاهر السـلوكية والانضـباطية:** تتجلى في ضـعف الالتزام بالقواعد المدرسـية، مثل كثرة الغياب غير المبرر، والتأخر المتكرر عن الحصـص، وعدم احترام النظام الداخلي للمؤسسة، و قد يظهر سلوك اللامبالاة أو التمرد على التعليمات التربوية.

**ومثال ذلك:** تلميذ يتعمد الغياب في أيام الاختبارات أو يتأخر بشكل مستمر دون مبرر، مما يعكس عدم اندماجه في الحياة المدرسية.

**ثالثًا- المظاهر الاجتماعية داخل الوسط المدرسي:** تتمثل في ضعف العلاقات الاجتماعية مع الزملاء والأساتذة، حيث يميل التلميذ إلى العزلة أو الانطواء أو الدخول في صراعات متكررة. كما يواجه صعوبة في التفاعل الإيجابي داخل القسم أو المشاركة في الأنشطة الجماعية(شقير، 2003، ص 110).

**ومثال ذلك:** تلميذ يفضل الجلوس بمفرده خلال الحصص أو يتجنب العمل الجماعي داخل القسم، مما يضعف اندماجه التربوي.

**رابعًا- المظاهر النفسية والانفعالية:** وتشمل الشعور بالقلق والتوتر المستمر داخل المدرسة،إضافة إلى انخفاض الثقة بالنفس، والخوف من الفشل، والحساسية الزائدة تجاه النقد، هذه الحالة تؤثر بشكل مباشر على الأداء الدراسي والسلوك العام للتلميذ.

**ومثال ذلك:** تلميذ يتجنب الإجابة خوفًا من الخطأ أو يشعر بالتوتر الشديد أثناء الامتحانات حتى لو كان مستواه جيدًا.

**7. الطرق العلاجية لتحقيق التوافق الدراسي.**

**أولًا- الدعم النفسي والتربوي للتلميذ: ي**عتبر الدعم النفسي من أهم أساليب العلاج، حيث يهدف إلى مساعدة التلميذ على تجاوز مشاعر القلق والخوف والإحباط، وتعزيز ثقته بنفسه. ويتم ذلك من خلال الحوار الإرشادي، والتشجيع المستمر، وتقدير الجهود بدل التركيز فقط على النتائج.

**ومثال ذلك:** مدرّس أو مرشد يشجع التلميذ الذي يعاني من ضعف التحصيل على تحسين أدائه خطوة بخطوة بدل توبيخه على الأخطاء.

**ثانيًا- تنمية الدافعية نحو التعلم:** يتم ذلك من خلال ربط التعلم بحاجات التلميذ واهتماماته،واعتماد أساليب تحفيزية داخل القسم مثل التشجيع، المكافآت المعنوية، والعمل

التعاوني،و يساعد التنويع في طرق التدريس على تقليل الملل وزيادة التفاعل(**باجي ، 2023، ص 223**).

**ومثال ذلك:** استعمال الأنشطة التطبيقية أو العروض التفاعلية بدل الاعتماد فقط على الشرح النظري.

**ثالثًا- تحسين الجو المدرسي وأساليب التدريس:** يلعب الجو المدرسي دورًا كبيرًا في تحقيق التوافق، لذلك يجب أن تكون البيئة التعليمية محفزة وآمنة نفسيًا، أن اعتماد أساليب تدريس حديثة تركز على المشاركة والتفاعل يساعد التلميذ على الاندماج بشكل أفضل.

**ومثال ذلك:** تقسيم التلاميذ إلى مجموعات عمل بدل الاكتفاء بالشرح الفردي التقليدي (**قطامي، 2005، ص 155-156**).

**رابعًا- دور الأسرة في الدعم والمتابعة:** تعتبر الأسرة شريكًا أساسيًا في علاج سوء التوافق، من خلال متابعة التلميذ، وتنظيم وقته، وتوفير بيئة منزلية هادئة تساعد على الدراسة،و أن التواصل المستمر بين الأسرة والمدرسة يعزز من فعالية العلاج(**شقير، 2003، ص 122**).

**ومثال ذلك:** متابعة الأولياء للواجبات اليومية بدل ترك التلميذ دون رقابة أو توجيه.

**خامسًا- تعزيز العلاقات الاجتماعية داخل القسم:** يتم ذلك من خلال الأنشطة الجماعية والعمل التعاوني، مما يساعد التلميذ على الاندماج وتكوين علاقات إيجابية مع زملائه.**ومثال ذلك:** تنظيم مشاريع جماعية أو أنشطة ثقافية داخل المؤسسة

**8. دور الأخصائي النفسي في تحقيق التوافق الدراسي لدى التلميذ.**

**أولًا- الدور الوقائي:** يتمثل في الكشف المبكر عن مشكلات التوافق قبل تفاقمها، من خلال الملاحظة المستمرة وسجل المتابعة والمقابلات الفردية مع التلاميذ، الهدف هنا هو منع تطور المشكلة إلى فشل دراسي أو انقطاع عن الدراسة.

**ومثال ذلك:** ملاحظة انخفاض مفاجئ في مشاركة تلميذ داخل القسم واستدعاؤه للتوجيه قبل تدهور مستواه.

**ثانيًا- الدور العلاجي:** يقوم الأخصائي النفسي بتقديم جلسات إرشاد فردية أو جماعية لمعالجة مشكلات القلق الدراسي، وضعف الثقة بالنفس، وصعوبات التكيف الاجتماعي، ويساعد التلاميذ على تعلم مهارات تنظيم الوقت وأساليب المذاكرة الفعالة.

**ومثال ذلك:** تدريب التلميذ على طريقة تنظيم جدول أسبوعي للمراجعة وتقسيم الدروس.

**ثالثًا- الدور التوجيهي والإرشادي:** يساعد التلميذ على اكتشاف ميوله وقدراته الدراسية،وتوجيهه نحو الشعب أو التخصصات المناسبة له، مما يعزز رضاه النفسي وتوافقه الدراسي.

**ومثال ذلك:** توجيه تلميذ ضعيف في المواد العلمية نحو مسار أدبي يناسب قدراته **(قطامي، 2005، ص 156-156).**

**رابعًا- التنسيق بين المدرسة والأسرة:** يعمل الأخصائي النفسي على ربط العلاقة بين المؤسسة التربوية والأسرة لضمان متابعة متكاملة لحالة التلميذ، وتوحيد الجهود التربوية.

**ومثال ذلك:** عقد لقاءات دورية مع أولياء التلاميذ الذين يعانون من صعوبات دراسية.

**خامسًا- التوعية والإرشاد الجماعي:** يقوم الأخصائي بتنظيم حملات توعوية داخل المؤسسة حول أساليب الدراسة الجيدة وأهمية التوافق النفسي، مما يساهم في الوقاية من المشكلات الدراسية قبل حدوثها. **(شقير، 2003، ص 129)**

**ومثال ذلك:** تنظيم ورشات حول "تنظيم الوقت" أو " التعامل مع قلق الامتحان".

**خلاصة الفصل الثالث:**

ختاما، تناول هذا الفصل موضوع التوافق الدراسي باعتباره أحد أهم المؤشرات الدالة على تكيف التلميذ داخل البيئة المدرسية، وعلى مدى قدرته على التفاعل الإيجابي مع متطلبات الدراسة والعلاقات الاجتماعية داخل المؤسسة التعليمية.

وقد تم التطرق في البداية إلى ماهية التوافق الدراسي من خلال تحديد مفهومه، وإبراز أهم مؤشراته وأبعاده التي تعكس مستوى اندماج التلميذ في الوسط المدرسي، سواء من الجانب التحصيلي أو السلوكي أو الاجتماعي.

كما تم التطرق إلى أهم العوامل المؤثرة في التوافق الدراسي، حيث تبين أن هذا الأخير لا يرتبط بعامل واحد فقط، بل يتأثر بمجموعة من العوامل النفسية التي تتعلق بالجانب الانفعالي والدافعية والثقة بالنفس، إضافة إلى العوامل الأسرية والاجتماعية التي توفر الدعم والاستقرار، إلى جانب العوامل المدرسية المرتبطة بالمناخ التربوي وأساليب التدريس والعلاقات داخل القسم.

وفي الأخير، تم عرض مظاهر سوء التوافق الدراسي وسبل معالجته، حيث تبين أن هذا الخلل يظهر من خلال انخفاض التحصيل الدراسي، وضعف الانضباط، وتراجع العلاقات الاجتماعية داخل الوسط المدرسي، إضافة إلى بعض المظاهر النفسية مثل القلق وضعف الثقة بالنفس. كما تم التأكيد على أن علاج هذه الظاهرة يتطلب تدخلًا متكاملاً يجمع بين الدعم النفسي والتربوي، وتفعيل دور الأسرة، وتحسين البيئة المدرسية، إلى جانب الدور المحوري الذي يقوم به المرشد النفسي في المرافقة والإرشاد والتوجيه، بما يساهم في تعزيز التوافق الدراسي وتحقيق النجاح التربوي للتلميذ.

# الفصل الخامس

# الإجراءات المنهجية للدراسة

**تمهيد:**

يتناول هذا الفصـــل الإجراءات المنهجية المعتمدة في الدراســـة الميدانية، من خلال عرض المنهج المستخدم، وعينة الدراسة، وأدوات جمع البيانات، إضافة إلى طرق التحقق من صـدقها وثباتها، كما يوضـح كيفية تطبيق الدراسـة والأسـاليب الإحصـائية المسـتعملة في معالجة البيانات.

**أولا- الدراسة الإستطلاعية:**

**1. الهدف منها:**

تهدف الدراسات الاستطلاعية إلى استكشاف خصائص مجتمع الدراسة ومعالم بيئتها الميدانية، بالإضـــافة إلى التحقق من مدى ملاءمة أدوات القياس للتطبيق من خلال اختبار خصائصها السيكومترية المتمثلة في الصدق والثبات.

**2. حدود الدراسة:**

- **المجال المكاني:** أجريت الدراسة بثانوية قاصدي مرباح . وهران .
- **المجال الزماني** : من 15 فيفري 2026 إلى 30 أفريل 2026.
- **المجال البشري:** أجريت الدراسة على عينة 90 تلميذ مستوى السنة الثانية ثانوي

**3. عينة الدراسة الإستطلاعية:**

تكوّنت عينة الدراســة الاســتطلاعية من 30 تلميذًا وتلميذة من مســتوى الســنة الثانية ثانوي بثانوية قاصدي مرباح، وقد توزعت حسب الجنسين، كما يوضحه الجدول الآتي:

**جدول رقم (01) يبين توزيع العينة حسب الجنس**

| الجنس | التكرار | النسب المئوية |
|---|---|---|
| ذكور | 15 | %50,0 |
| إناث | 15 | %50,0 |
| العينة ككل | 30 | %100,0 |

- **التعليق على الجدول رقم (01):**

يُظهر الجدول توزيع أفراد العينة الاستطلاعية المخصصة لحساب الخصائص السيكومترية، والتي بلغ قوامها الإجمالي 30 تلميذاً وتلميذة، ويتضح من البيانات وجود تكافؤ وتساوٍ تام بين الجنسين؛ حيث توزعت العينة بالتناصف بـــ 15 تلميذاً من الذكور بنسبة 50.0%، و15 تلميذة من الإناث بنسبة 50.0%، مما يضمن تمثيلاً متوازناً لكلا الجنسين.

**4. أدوات الدراسة ومواصفاتها السيكومترية:** تم الاعتماد في هذه الدراسة الى أداتين لجمع المعلومات تتمثل في :

أ. **مقياس إدمان الأنترنت:** يحتوي مقياس الإدمان على الانترنت على:

- البعد المعرفي يحتوي على 04 فقرات.
- البعد السلوكي يحتوي على 04 فقرات.
- البعد الانفعالي يحتوي على 04 فقرات.
- البعد العلائقي يحتوي على 04 فقرات.

اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على مقياس اختبار يونج للإدمان على الإنترنت، والمُقنّن في البيئة العربية بواسطة إبراهيم الشافعي إبراهيم 2009 ، ونظراً للتطور التكنولوجي المتسارع ومواكبةً لمجريات العصر الحالي (مثل: ظهور شبكات وتطبيقات حديثة لم تكن متوفرة وقت بناء المقياس)، قام الباحثة بإجراء تعديلات وتطوير على بعض عبارات المقياس وصياغتها بما يتلاءم مع السلوكيات الرقمية المعاصرة لعينة الدراسة.

أما بالنسبة لطريقة تصحيح الفقرات فكانت كالآتي: من 01 إلى 05 لا أوافق بشدة إلى أوافق بشدة.

ب. **مقياس التوافق الدراسي** : يحتوي مقياس التوافق الدراسي على:

- التوافق مع المادة/المحتوى الدراسي يحتوي على 06 فقرات.
- التوافق مع الأساتذة والأقران يحتوي على 06 فقرات.

- التوافق مع المحيط المدرسي يحتوي على 06 فقرات.

اعتمدت الباحثة في إعداد مقياس التوافق الدراسي للدراسة الحالية على أداة الدراسة التي أعدتها الباحثة (بومهراس) عام 2017 بعنوان: «الخدمات الإرشادية المدرسية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي»، مع إجراء بعض التعديلات من خلال الاقتباس الجزئي لبعض الفقرات (الأسئلة) التي تتناسب مع أهداف الدراسة الحالية ومتغيراتها.

أما بالنسبة لطريقة تصحيح الفقرات فكانت كالآتي: من 01 إلى 05 لا أوافق بشدة إلى أوافق بشدة.

**5. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:**

**أ. الصدق:**

- **صدق مقياس الإدمان على الانترنت** :عن طريق حساب الاتساق الداخلي والذي يوضح علاقة كل بعد بالمؤشر العام، ولقد تم اعتماد معامل الارتباط (بيرسون) لتوضيح هذا الاتساق، حيث دلت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

**جدول رقم (02) حساب صدق الاتساق الداخلي لمحاور الإدمان على الانترنت**

| البعد | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|
| البعد المعرفي | 0,817** | 0.01 |
| البعد السلوكي | 0,727** | 0.01 |
| البعد الانفعالي | 0,844** | 0.01 |
| البعد العلائقي | 0,605** | 0.01 |

حيث تراوحت معاملات الارتباط للأبعاد الأربعة بين ( 0,605 و 0,844) وهي دالة إحصائية عند 0.01 ، وهي قيمة مقبولة مما يؤكد تماسك المقياس وصلاحيته.

- **صدق مقياس التوافق الدراسي** :عن طريق حساب الاتساق الداخلي والذي يوضح علاقة كل بعد بالمؤشر العام، ولقد تم اعتماد معامل الارتباط (بيرسون) لتوضيح هذا الاتساق، حيث دلت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

**جدول رقم (03) حساب صدق الاتساق الداخلي لمحاور التوافق الدراسي**

| البعد | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|
| التوافق مع المادة/المحتوى الدراسي | 0,676** | 0.01 |
| التوافق مع الأساتذة والأقران | 0,856** | 0.01 |
| التوافق مع المحيط المدرسي | 0,681** | 0.01 |

حيث تراوحت معاملات الارتباط للأبعاد الأربعة بين ( 0,676 و 0,881) وهي دالة إحصائية عند 0.01 ، وهي قيمة مقبولة مما يؤكد تماسك المقياس وصلاحيته.

**ب. الثبات:** للتحقق من ثبات أداة الدراسة، تم حساب معامل ألفا كرومباخ وجاءت المؤشرات الإحصائية كالتالي:

**جدول رقم (04) حساب معامل الثبات (الإدمان على الانترنت)**

| المتغير | معامل الثبات |
|---|---|
| متغير الإدمان على الأنترنت | 0,757 |

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الثبات لمتغير الإدمان على الأنترنت باستخدام ألفا كرومباخ ، بلغت 0,757 وهي قيمة مقبولة.

**جدول رقم (05) حساب معامل الثبات (التوافق الدراسي)**

| المتغير | معامل الثبات |
|---|---|
| متغير التوافق الدراسي | 0,670 |

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الثبات لمتغير الإدمان على الأنترنت باستخدام ألفا كرومباخ ، بلغت 0,670 وهي قيمة مقبولة.

**ثانيا- الدراسة الأساسية:**

**تمهيد:**

انطلاقاً من المؤشرات المنهجية والسيكومترية الإيجابية التي أسفرت عنها الدراسة الاستطلاعية، وتأكيداً على كفاءة وصلاحية أدوات القياس المُطوّرة للتطبيق الميداني، ينتقل البحث في هذا المحور إلى مرحلة "الدراسة الأساسية".

ويهدف هذا القسم إلى استعراض البيانات الديموغرافية للعينة الإجمالية، وعرض النتائج الإحصائية ومناقشتها في ضوء الفرضيات المطروحة، للوقوف على طبيعة العلاقة والفروق بين المتغيرات قيد الدراسة.

**1. منهج الدراسة:**

تم الاعتماد على المنهج الوصفي الإرتباطي؛ كونه المنهج الأنسب لرصد واقع المتغيرات، وتحديد طبيعة العلاقة الارتباطية بين إدمان الإنترنت والتوافق الدراسي، فضلًا عن الكشف عن الفروق القائمة بينهما تبعًا للمتغيرات الديموغرافية، وذلك من خلال جمع البيانات الميدانية وتحليلها إحصائيًا كما هي عليه في الواقع.

**2. عينة الدراسة الأساسية:** تكوّنت عينة الدراسة الأساسية من (90) تلميذًا وتلميذة من مستوى السنة الثانية ثانوي تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة؛ وقد وقع الاختيار على هذا المستوى تحديداً لتجنيب العينة المراحل الحساسة الأخرى بالطور الثانوي، حيث يُعتبر تلاميذ السنة الأولى جدداً على الوسط المدرسي الثانوي وفي مرحلة انتقال وتكيف، بينما ينشغل تلاميذ السنة الثالثة بالتحضير لشهادة البكالوريا.

### 3. خصائص عينة الدراسة الأساسية:

**أولا- من حيث الجنس:**

**جدول رقم (06) يبين توزيع أفراد العينة حسب الجنس**

| الفئة | التكرار | النسب المئوية |
|---|---|---|
| ذكور | 41 | % 45,6 |
| إناث | 49 | % 54,4 |
| العينة ككل | 90 | % 100,0 |

يُوضح الجدول توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية تبعاً لمتغير الجنس، حيث بلغ قوامها الإجمالي 90 فرداً، وقد احتلت فئة الإناث النسبة الأكبر بمعدل 54.4%، تليها فئة الذكور بنسبة 45.6%؛ وهو ما يعكس تقارباً وتوازناً نسبياً مقبولاً بين الجنسين في العينة الإجمالية.

**ثانيا – من حيث البيان 02: هل تملك هاتفاً ذكياً خاصاً بك؟ :**

**جدول رقم (07) يبين توزيع افراد العينة تبعا للبيان الثاني ( امتلاك هاتف ذكي خاص)**

| الإجابة | التكرار | النسب المئوية |
|---|---|---|
| لا | 7 | 7,8% |
| نعم | 83 | 92,2% |
| العينة ككل | 90 | 100,0% |

يوضح الجدول توزيع أفراد العينة وفقًا للبيان الثاني المتعلق بامتلاك هاتف ذكي خاص، وقد أظهرت النتائج أن الغالبية الساحقة من التلاميذ يمتلكون هاتفًا ذكيًا خاصًا بهم،حيث بلغ عددهم 83 تلميذًا وتلميذة بنسبة مرتفعة جدًا قدرها 92.2%.

في المقابل، بلغت نسبة التلاميذ الذين لا يمتلكون هاتفًا ذكيًا خاصًا بهم 7.8% فقط، وهي نسبة ضئيلة مقارنة بنسبة المالكين للهواتف الذكية.

وتشير هذه النتائج إلى مدى انتشار حيازة الهواتف الذكية بين المراهقين، حيث أصبحت وسيلة أساسية للتعلم والترفيه والتواصل، كما يعكس ذلك توافرها بشكل واسع داخل البيئة الأسرية.

**ثالثا- من حيث البيان 03: متوسط عدد الساعات التي تقضيها على الإنترنت يومياً:**

**جدول رقم (08) يبين توزيع افراد العينة تبعا للبيان الثالث ( متوسط عدد الساعات على الانترنت)**

| الإجابة | التكرار | النسب المئوية |
|---|---|---|
| أقل من ساعتين | 7 | % 7,8 |
| من 2 إلى 4 ساعات | 29 | % 32,2 |
| من 4 إلى 6 ساعات | 33 | % 36,7 |
| أكثر من 6 ساعات | 21 | % 23,3 |
| العينة ككل | 90 | % 100,0 |

يُبين الجدول رقم (08) توزيع أفراد العينة تبعاً لمتوسط عدد الساعات المقضاة على الإنترنت يومياً؛ حيث احتلت الفئة من "4 إلى 6 ساعات" المرتبة الأولى بتكرار 33 تلميذاً وبنسبة 36.7%، تليها فئة "من 2 إلى 4 ساعات" بتكرار 29 وبنسبة 32.2%.

وجاءت فئة "أكثر من 6 ساعات" في المرتبة الثالثة بتكرار 21 وبنسبة 23.3%، بينما سجلت فئة "أقل من ساعتين" أدنى معدل بتكرار 7 تلاميذ وبنسبة 7.8%. تُشير هذه المعطيات إلى أن النسبة الأكبر من المبحوثين (60%) يقضون 4 ساعات فأكثر يومياً تصفحاً للإنترنت، مما يعكس كثافة الاستخدام الرقمي لدى أفراد العينة.

**رابعا- من حيث البيان 04: المعدل الدراسي في الفصل الماضي:**

**جدول رقم (09) يبين توزيع افراد العينة تبعا للبيان الرابع ( المعدل الدراسي)**

| الاجابة | التكرار | النسب المئوية |
|---|---|---|
| أقل من 10 | 12 | % 13,3 |
| من 10 إلى 12 | 46 | % 51,1 |
| من 12 إلى 15 | 21 | % 23,3 |
| أكثر من 15 | 11 | % 12,2 |
| العينة ككل | 90 | % 100,0 |

يُبين الجدول رقم (09) توزيع أفراد العينة تبعاً للبيان الرابع المتعلق بالمعدل الدراسي في الفصل الماضي ؛ حيث احتلت الفئة من " من 10 إلى 12" المرتبة الأولى بتكرار 46 تلميذاً وبنسبة 51,1%، تليها فئة " من 12 إلى 15" بتكرار 21 وبنسبة 23,3%.

وجاءت فئة " أقل من 10" في المرتبة الثالثة بتكرار 12 وبنسبة 13,3%، بينما سجلت فئة " أكثر من 15" أدنى معدل بتكرار 11 تلاميذ وبنسبة 12,2%. تُشير هذه المعطيات إلى أن النسبة الأكبر من المبحوثين (أكثر من 74%) تتمركز معدلاتهم الدراسية في النطاق المتوسط فما فوق وهو ما يعكس مستوى تحصيلي مقبول ومتوازن

**خامسا- من حيث البيان 05: ما هو النشاط الأساسي الذي تقوم به على الإنترنت؟**

**جدول رقم (10) يبين توزيع أفراد العينة تبعاً لنوع النشاط الأساسي الممارس على الإنترنت.**

| الاجابة | التكرار | النسب المئوية |
|---|---|---|
| منصات التواصل الاجتماعي | 59 | % 65,6 |
| الألعاب الإلكترونية | 14 | % 15,6 |
| مشاهدة الفيديوهات والمسلسلات | 11 | % 12,2 |
| البحث عن دروس ومعلومات دراسية. | 6 | % 6,7 |
| العينة ككل | 90 | % 100,0 |

يُظهر الجدول أن "منصات التواصل الاجتماعي" جاءت في المرتبة الأولى بـــ 59 تلميذاً ونسبة 65.6%، تليها "الألعاب الإلكترونية" بنسبة 15.6%، ثم "مشاهدة الفيديوهات" بنسبة 12.2%، بينما حلّ "البحث الدراسي" في المرتبة الأخيرة بنسبة ضئيلة بلغت 6.7% فقط.

نستنتج من هذه الأرقام أن أغلب التلاميذ يفضلون استخدام الإنترنت في الأنشطة الترفيهية والتواصل الاجتماعي أكثر من البحث التعليمي التقليدي.

**سادسا- من حيث البيان 06: هل تستخدم الإنترنت غالباً أثناء وقت المذاكرة أو إنجاز الفروض؟**

**جدول رقم (11) يبين توزيع أفراد العينة تبعاً لمدى استخدام الإنترنت أثناء المذاكرة وإنجاز الفروض**

| التخصص | التكرار | النسب المئوية |
|---|---|---|
| دائماً | 40 | % 44,4 |
| أحياناً | 46 | % 51,1 |
| نادراً / أبداً | 4 | % 4,4 |
| العينة ككل | 90 | % 100,0% |

يُظهر الجدول أن النسبة الأكبر من التلاميذ يستخدمون الإنترنت "أحياناً" أثناء الدراسة وإنجاز الواجبات بنسبة 51.1% (46 تلميذاً)، تليها فئة الذين يستخدمونه "دائماً" بنسبة 44.4% (40 تلميذاً)، بينما تراجعت نسبة الذين يستخدمونه "نادراً أو أبداً" إلى 4.4% فقط (4 تلاميذ).

نستنتج من هذه الأرقام أن الإنترنت أصبح جزءاً أساسياً وملازماً للعملية الدراسية اليومية لغالبية ساحقة من التلاميذ (أكثر من 95%).

**4. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:**

حيث استخدمنا الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية المعروفة بـــــ (spss) الإصدار22وذلك بالاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

- التكرارات والنسب المئوية.
- معامل ارتباط (بيرسون).
- طريقة ألفا كرومباخ.
- اختبار "ت".

# الفصل السادس

# عرض النتائج و مناقشة الفرضيات

**أولا- عرض نتائج الدراسة:**

❖ **الفرضيات:**

- **الفرضـــية الأولى:** توجد علاقة ارتباطية دالة إحصـــائيا بين الإدمان على الانترنت والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

ولاختبار هذه الفرضية تم حساب معامل ارتباط بيرسون للكشف عن طبيعة العلاقة بين الإدمان على الانترنت والتوافق الدراسي لدى أفراد العينة.

**جدول رقم (12) يبين العلاقة بين الإدمان على الأنترنت والتوافق الدراسي.**

| | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|
| الارتباط بين الإدمان على الانترنت والتوافق الدراسي | -0,123 | غير دالة |

يتبين من خلال الجدول أعلاه الذي يوضـــح العلاقة بين الإدمان على الانترنت والتوافق الدراســي أن قيمة معامل الارتباط تســاوي0,123-، وهي قيمة غيردالة عند0,01، وعليه تم رفض فرضـية البحث (الفرضـية البديلة H1 ) وقبول الفرضـية الصـفرية (H0)، أي لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصـائيا بين الإدمان على الانترنت والتوافق الدراسـي لدى تلاميذ السـنة الثانية ثانوي.

- **الفرضية الثانية:** توجد فروق دالة إحصائية من حيث الإدمان على الانترنت تبعا لمتغير الجنس.

ولاختبار هذه الفرضـية تم حسـاب المتوسـط الحسـابي والانحراف المعياري للجنسـين (الذكور والإناث) وذلك من خلال استخدام اختبار (ت) عند مستوى الدلالة 0,01.

**جدول رقم (13) يوضح الفروق من حيث الإدمان على الانترنت تبعا لمتغير الجنس**

| المتغير | التخصص | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | "ت" المحسوبة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الإدمان على الانترنت | ذكور | 41 | 42,95 | 9,238 | 0,140 | غير دالة |
| | إناث | 49 | 42,65 | 11,031 | | |

يشـير الجدول أعلاه الذي يبين الفرق بين الجنسـين (ذكور وإناث) من حيث الإدمان على الانترنت أن قيمة "ت" المحسـوبة تسـاوي0,140 وهي غير دالة عند مسـتوى الدلالة 0,01، وعليه تم رفض فرضـية البحث وقبول الفرض الصـفري وعليه تم رفض فرض البحث وقبول الفرض الصفري، أي لا يوجد فرق بين الجنسين من حيث الادمان على الانترنت.

- **الفرضـــية الثالثة:** توجد فروق دالة إحصـــائية من حيث التوافق الدراســـي تبعا لمتغير الجنس.

ولاختبار هذه الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للجنسين (الذكور والإناث) وذلك من خلال استخدام اختبار (ت) عند مستوى الدلالة 0,01

**جدول رقم (14) يوضح الفروق من حيث التوافق الدراسي تبعا لمتغير الجنس**

| المتغير | التخصص | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | "ت" المحسوبة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| التوافق الدراسي | 1 | 41 | 58,27 | 7,273 | 1,831 | غير دالة |
| | 2 | 49 | 60,98 | 6,650 | | |

يشـير الجدول أعلاه الذي يبين الفرق بين الجنسـين (ذكور وإناث) من حيث التوافق الدراسـي أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي 1,831 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0,01.

وعليه تم رفض فرضـية البحث وقبول الفرض الصـفري وعليه تم رفض فرض البحث وقبول الفرض الصفري، أي لا يوجد فرق بين الجنسين من حيث التوافق الدراسي.

**ثانيا- مناقشة نتائج الدراسة:**

- **الفرضـــية الأولى:** توجد علاقة ارتباطية دالة إحصـــائيا بين الإدمان على الانترنت والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

❖ **مناقشة نتيجة الفرضية الأولى:**

- قيمة معامل الارتباط تساوي0,123-، وهي قيمة غيردالة عند0,01.

➢ هذا يعني أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصـــائيا بين الإدمان على الانترنت والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

تشير هذه النتيجة إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصـائية بين الإدمان على الإنترنت والتوافق الدراسي لدى أفراد العينة، وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة عبد الفتاح محمد سـعيد الخواجة (2014)، التي توصـلت إلى وجود علاقة ارتباطية عكسـية بين الإدمان على الإنترنت والتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة. ويمكن تفسير هذا الاختلاف باختلاف خصـائص العينة، حيث أجريت الدراسـة الحالية على تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، بينما أجريت دراسة الخواجة على طلبة الجامعة، مما يعني اختلافًا في مستوى النضـج والوعي وطريقة استخدام الإنترنت.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة بطبيعة استخدام الإنترنت لدى أفراد العينة، حيث صـرّحت فئة معتبرة من التلاميذ من خلال المقابلات أنهم يســـتغلون الإنترنت لأهداف تعليمية ودراســـية وليس فقط لأغراض ترفيهية، ورغم أن نتائج الجدول رقم (09) تشـــير إلى انخفاض نسبة البحث عن المعلومات الدراسية (6,7%) مقابل ارتفاع استخدام منصـات التواصـل الاجتماعي (65,6%)، إلا أن التلاميذ أوضـحوا أنهم يوظفون هذه المنصـات أيضًـا لأغراض تعليمية، من خلال متابعة قنوات الأسـاتذة على اليوتيوب، وحل التمارين

والاختبارات النموذجية، وإنشاء مجموعات دراسية لتبادل الدروس والملخصات والاستفسار عن الواجبات والتنسيق مع الزملاء خارج أوقات الدراسة.

بالإضـــافة إلى ذلك، يمكن إرجاع عدم وجود علاقة بين الإدمان على الإنترنت والتوافق الدراسـي إلى خصـوصـية المؤسسـة التربوية التي أُجريت بها الدراسـة؛ حيث تتميز ثانوية قاصـــدي مرباح بموقعها الذي يتوســط حيًا شــعبيًا وحيًا عســكريًا، مما يجعل التلاميذ ينحدرون من خلفيات اجتماعية متنوعة، مع وجود نســبة معتبرة من أبناء الأســر ذات الخلفية العسـكرية. وينعكس هذا السـياق الاجتماعي والبيئي مباشـرة على طبيعة المناخ التربوي الســائد داخل الثانوية؛ إذ تتميز الإدارة التربوية للمؤســســة بالصــرامة البالغة والانضــباط الشــديد في تطبيق القوانين، وهو ما يدفع التلاميذ إلى احترام النظام الداخلي والالتزام التام بمتطلبات الممارسات التعليمية.

وفي هذا الصــدد، تدعمت هذه القراءة الميدانية بالشــهادة والمعطيات الميدانية التي أدلت بها مستشـارة التوجيه والإرشـاد المدرسـي والمهني الخاصـة بالمؤسـسـة، والتي أكدت من خلال المتابعة النفســية والتربوية المســتمرة للتلاميذ أنهم يتمتعون بتوافق نفســي نســبي ومتكيفون بشـكل إيجابي مع وسـطهم الدراسـي. كما أفادت المسـتشـارة بأن نتائج التلاميذ جيدة عمومًا في مختلف المسـتويات، لاسـيما النتائج المتميزة والمشـرفة المحققة دوريًا في شـهادة البكالوريا، وهو ما يعكس بيئة تحصـيلية جادة تفرض نفسـها على سـلوك التلميذ وتحد من أي تأثيرات سلبية قد يفرزها الفضاء الرقمي.

تتطابق هذه المؤشــرات الميدانية والإدارية تمامًا مع ما ورد في الجدول رقم (08)، حيث بلغت نســبة التلاميذ المتحصــلين على معدل يفوق 10 حوالي 74%، وهو ما يعد دليلًا إحصــائيًا قويًا يُثبت مســتوى التوافق الدراســي المقبول والناجح لدى أغلب أفراد العينة. وعليه، فإن اســتخدام الإنترنت لدى أفراد العينة لا يبدو عاملًا ســلبيًا مؤثرًا في توافقهم الدراســي، بل يُوظف في معظمه لأغراض تعليمية وتعلُّمية، مما يجعله وســيلة داعمة

ومكملة للعملية التعليمية تحت غطاء مناخ مدرســـي منضـــبط، أكثر من كونه عاملًا مضعفًا أو مشتتًا لها.

**الفرضية الثانية:** توجد فروق دالة إحصائية من حيث الإدمان على الانترنت تبعا لمتغير الجنس

❖ **مناقشة نتيجة الفرضية الثانية:**

- أن قيمة "ت " المحسوبة تساوي 0,140 ، وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0,01
- هذا يعني أنه لا فرق بين الجنسين من حيث الادمان على الانترنت

تتفق نتائج الدراسة الحالية التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الإنترنت تبعًا لمتغير الجنس، مع نتائج دراســة لابروزي وبواناني (2025) التي أجريت على تلاميذ المرحلة الإعدادية بالمغرب، والتي أظهرت بدورها عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مســتوى الإدمان على الإنترنت، كما تتفق هذه النتيجة مع دراســة أردنية على المراهقين التي خلصت إلى أن الجنس لا يشكل عاملًا مؤثرًا في تحديد مستوى الإدمان على الإنترنت لدى التلاميذ.

ويمكن تفسير هذا الاتفاق بأن استخدام الإنترنت أصبح متاحًا بشكل متساوٍ لكلا الجنسين، خاصة في ظل الانتشار الواسع للهواتف الذكية ووسائل التواصل الاجتماعي، مما جعل أنماط الاستخدام متقاربة بين الذكور والإناث داخل الوسط المدرسي.

كما أن طبيعة المرحلة العمرية (المراهقة) تجعل الاهتمامات الرقمية متشابهة، حيث لم يعد استخدام الإنترنت مقتصرًا على جنس دون آخر، بل أصبح جزءًا من الحياة اليومية لكلا الفئتين.

- **الفرضـــية الثالثة:** توجد فروق دالة إحصـــائية من حيث التوافق الدراســـي تبعا لمتغير الجنس.

❖ **مناقشة نتيجة الفرضية الثالثة:**

➢ قيمة "ت " المحسوبة تساوي 1,831، وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0,01

➢ هذا يعني انه لا يوجد فرق بين الجنسين من حيث التوافق الدراسي.

تشير نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين إلى أن قيمة "ت" المحسوبة بلغت (1,831)، وهي غير دالة إحصـائيًا عند مسـتوى الدلالة (0,01)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية في التوافق الدراســـي تبعًا لمتغير الجنس (ذكور/إناث)، وبالتالي تم رفض الفرضية القائلة بوجود فروق، وقبول الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى التوافق الدراسي.

ويمكن تفســير هذه النتيجة بأن التلاميذ الذكور والإناث يدرســون ضــمن نفس الظروف التعليمية والتربوية، ويتعرضـون لنفس البرامج الدراسية ونفس نظام التقييم، مما يجعل مستوى التوافق الدراسي متقاربًا بين الجنسين، كما أن طبيعة المرحلة الثانوية تفرض نوعًا من التشابه في أساليب التكيف مع متطلبات الدراسة لدى جميع التلاميذ.

وتتفق هذه النتيجة مع دراســة عبد الحكيم بن عيســى (2021) التي أجريت على تلاميذ المرحلة المتوســطة، والتي توصــلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصــائية في التوافق المدرســي تبعًا لمتغير الجنس، حيث أرجعت ذلك إلى تشــابه الظروف المدرسـية بين الذكور والإناث داخل نفس البيئة التربوية.

كما تتفق هذه النتيجة أيضًــا مع دراســة بوجلال ســهيلة وبوضــياف نوال (2021) التي بينت عدم وجود فروق في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس لدى تلاميذ التعليم الابتدائي، وأوضــحت أن التوافق الدراســي يرتبط بعوامل أخرى مثل المناخ المدرســي والدافعية أكثر من ارتباطه بالجنس.

في حين تختلف هذه النتيجة مع بعض الدراســـات الأخرى مثل دراســـة قوجيل نصـــيرة وصـــرداوي نزيم (2018) التي وجدت فروقًا في التوافق الدراســـي تعزى لمتغير الجنس في بعض الأبعاد، وأرجعت ذلك إلى اختلاف أســـاليب التفاعل داخل القســـم والاختلاف في السمات الشخصية بين الذكور والإناث.

وعليه يمكن تفسير عدم وجود فروق في هذه الدراسة بأن التوافق الدراسي يتأثر أساسًا بعوامل مشـــتركة بين الجنســـين داخل المؤســـســـة التعليمية، مثل طبيعة التدريس، التنظيم المدرسي، والدافعية للتعلم، أكثر من تأثره بمتغير الجنس.

# خاتمة

في ختام هذه الدراســة التي تناولت موضــوع إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق الدراســي لدى تلاميذ الســـنة الثانية ثانوي، وبعد عرض مختلف الجوانب النظرية وتحليل البيانات الميدانية واختبار الفرضيات، توصلت الدراسة إلى أن الإدمان على الإنترنت لا يرتبط ارتباطًا ذا دلالة إحصـــائية بالتوافق الدراســي لدى أفراد العينة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصـــــائية في كل من الإدمان على الإنترنت والتوافق الدراســـي تعزى لمتغير الجنس.

وتشير هذه النتائج إلى أن استخدام الإنترنت لدى تلاميذ العينة لا يؤثر بشكل مباشر على مستوى توافقهم الدراسي، وقد يعود ذلك إلى طبيعة الاستخدام المتقارب بين التلاميذ، أو إلى قدرة أغلبهم على التكيف مع متطلبات الدراسة رغم استعمالهم للإنترنت.

وفي ضـــوء هذه النتائج، يمكن التأكيد على أهمية توجيه اســـتخدام التلاميذ للإنترنت نحو الأغراض التعليمية والاستفادة منه كوسيلة داعمة للتعلم، بدل اعتباره عاملًا سلبيًا بالضرورة، مع ضـــرورة تعزيز الوعي الرقمي لدى المتعلمين حول كيفية الاســـتخدام الســـليم والمتوازن للتكنولوجيا.

وفي الأخير، يبقى هذا العمل محاولة متواضـــعة لدراســـة هذا الموضـــوع، مع إمكانية فتح المجال أمام دراســـات مســـتقبلية أكثر عمقًا تتناول متغيرات أخرى قد تكون أكثر تأثيرًا في التوافق الدراسي لدى التلاميذ.

**ثانيًا- التوصـيات والاقتراحات:** اسـتنادًا إلى النتائج المتوصـل إليها أعلاه، يمكن تقديم جملة من التوصـيات والاقتراحات التي من شـأنها المسـاهمة في الحد من ظاهرة إدمان الإنترنت وتعزيز التوافق الدراسي لدى التلاميذ، ومن أهمها:

- تنظيم حملات توعوية دورية داخل المؤســـســـات التربوية حول مخاطر الاســـتخدام المفرط للإنترنت .

- إدراج برامج تربوية وإرشـــادية تهدف إلى نشـــر ثقافة الاســـتخدام الآمن والرشـــيد للتكنولوجيا الرقمية .
- تفعيل دور مستشاري التوجيه والإرشاد النفسي في متابعة التلاميذ الذين تظهر لديهم مؤشرات الإدمان الرقمي .
- تشجيع التلاميذ على تنظيم أوقاتهم وتحقيق التوازن بين الدراسة واستخدام الإنترنت .
- تعزيز التواصـــل والتعاون بين الأســـرة والمؤســـســـة التعليمية لمراقبة ســـلوك التلاميذ الرقمي .
- توعية الأولياء بأهمية وضـع ضـوابط زمنية لاسـتخدام الأبناء للهواتف الذكية وشـبكة الإنترنت .
- تشـجيع التلاميذ على ممارسـة الأنشـطة الرياضـية والثقافية والترفيهية كبديل إيجابي لقضاء أوقات الفراغ .
- إنشاء نوادٍ تربوية وثقافية داخل المؤسسات التعليمية تستقطب التلاميذ وتنمي قدراتهم ومواهبهم .
- الاستفادة من الإنترنت في الجوانب التعليمية والبحثية بدل الاقتصـار على الاستخدام الترفيهي .
- تطوير برامج وقائية موجهة للمراهقين للتقليل من مخاطر الإدمان الرقمي .
- تعزيز التربية الرقمية داخل المناهج التعليمية بما يســـاعد التلاميذ على الاســـتخدام الواعي للتكنولوجيا .
- توفير بيئة مدرســية داعمة تســاعد التلاميذ على تحقيق التوافق النفســي والاجتماعي والدراسي .

**ثالثًا- آفاق مســـتقبلية للدراســـة:** نظرًا لتطور التكنولوجيا الرقمية وتزايد تأثيرها على حياة الأفراد، فإن موضوع إدمان الإنترنت ما يزال مجالًا خصبًا للبحث العلمي، وعليه يمكن اقتراح مجموعة من المواضيع التي تشكل آفاقًا مستقبلية لدراسات لاحقة، من بينها:

- إدمان مواقع التواصــل الاجتماعي وعلاقته بالتحصــيل الدراســي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .
- أثر الألعاب الإلكترونية على الصحة النفسية للمراهقين .
- العلاقة بين إدمان الإنترنت والدافعية للتعلم لدى التلاميذ .
- إدمان الهاتف الذكي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي .
- دور الأسرة في الوقاية من الإدمان الرقمي لدى الأبناء .
- أثر الإدمان الرقمي على الصحة النفسية للمراهقين في البيئة الجزائرية .
- فعالية البرامج الإرشادية في الحد من إدمان الإنترنت لدى التلاميذ .
- اســتخدام الذكاء الاصــطناعي والوســائط الرقمية الحديثة وانعكاســاته على الســلوك الدراسي للتلاميذ .
- التوافق الدراسي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى مختلف المراحل التعليمية .
- دراســة مقارنة بين الذكور والإناث في أنماط اســتخدام الإنترنت و مســتويات الإدمان الرقمي .

وبذلك تبقى هذه الدراســـة محاولة علمية للإســـهام في فهم ظاهرة إدمان الإنترنت وانعكاســاتها على التوافق الدراســي، آمِلين أن تشــكل إضــافة متواضــعة للمكتبة العلمية، وأن تفتح المجال أمام دراسات أخرى أكثر عمقًا وشمولًا في هذا المجال المتجدد.

# قائمة المصادر و المراجع

## أولًا: المؤلفات والكتب

### أ) الكتب باللغة العربية


1. أبو حطب، فؤاد، وصادق، آمال، وكفافي، علاء الدين .(2017) .*علم النفس التربوي* . مكتبة الأنجلو المصرية.
2. أوزي، أحمد. (د. ت.) .*المراهق والحياة المدرسية* .الشركة المغربية للطباعة والنشر.
3. الألفي، محمد صالح .(2008) .*إدمان الإنترنت* .مكتبة المصري الحديث للنشر والتوزيع والترجمة.
4. جابر، جابر عبد الحميد .(2000) .*سيكولوجية التعلم ونظريات التعليم* (ط. 2، منقحة). دار النهضة العربية.
5. خيري، محمد عبد الرؤوف داود .(2025) .*الوالدية الرقمية في عصر الذكاء الاصطناعي* .دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع.
6. رضا، أكرم .(2000) .*مراهقة بلا أزمة* (ج. 3). دار التوزيع والنشر الإسلامية.
7. الرفاعي، نعيم .(1978) .*الصحة النفسية* (ط. 5). دار العلمية للنشر والتوزيع.
8. زهران، حامد عبد السلام .(1982) .*علم نفس نمو الطفولة والمراهقة* .عالم الكتب.
9. زهران، حامد عبد السلام .(2005) .*الصحة النفسية والعلاج النفسي* (ط. 4). عالم الكتب للنشر.
10. زهران، مضر عدنان .(2011) .*التعليم عن طريق الإنترنت* .دار زهران للنشر والتوزيع.
11. الزيات، فتحي مصطفى .(2001) .*علم النفس المعرفي: الأسس والنظريات والتطبيقات* (ط. 1). دار النشر للجامعات.
12. شقير، زينب محمود .(2003) .*التوافق النفسي والاجتماعي* .مكتبة النهضة المصرية.
13. العباجي، عمر موفق .(2000) .*الإدمان والإنترنت* (ط. 1، إصدار 2). دار مجدلاوي للنشر والتوزيع.

14. عموش، أحمد .(2006) .*ثقافة الإنترنت وآثارها على الشباب* .دار الثقافة والإعلام للنشر والتوزيع.
15. العيسوي، عبد الرحمن .(1987) .*سيكولوجية المراهق المسلم المعاصر* (ط. 1). دار الوثائق.
16. العيسوي، عبد الرحمن .(1995) .*علم النفس النمو* .دار المعرفة الجامعية.
17. لخويدر، نورة .(2016) .*إدمان الإنترنت وأثره على التحصيل العلمي لدى الطلبة* .دار الأيام للنشر والتوزيع.
18. النجار، مصطفى .(2021) .*مراهقون بلا مشاكل: برامج عملية في علاج المشكلات المعاصرة للمراهقين* .دار حكاوي للنشر والتوزيع.
19. الهادي، محمد .(2021) .*التعليم الرقمي وتكنولوجيا التعليم الحديثة* .دار الفكر العربي.

**ب) الكتب باللغة الأجنبية**

1. Richard, F. (1998). *Les troubles psychiques à l'adolescence* (2e éd.). Dunod.

**ثانيًا: الدوريات والمجلات العلمية**

**أ) المقالات باللغة العربية**

1. بن بلاط، كريمة، ويحياوي، وردة. (2025). مستوى الإدمان على الإنترنت لدى الراشدين في ضوء بعض التغيرات .*مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية*، جامعة الحاج لخضر باتنة 1، 10(1)، 112-135.
2. بومهرة، نور الدين. (2005). الإنترنت مفهومها وتجلياته والآثار المترتبة عن استخدامها .*مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، جامعة الحاج لخضر باتنة 1، 6(12)، 15-30.
3. زغينة، عمار. (2009). المراهقة من منظور الإسلام وعلم النفس .*مجلة العلوم الإنسانية*، جامعة قسنطينة (المجلد ب)، (28)، 2009-210.

4. ساردو، حسان، ومشري، عز الدين. (2020). الإدمان على الإنترنت لدى المراهقين المتمدرسين وتأثيره على توافقهم النفسي والاجتماعي: دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية بتيسمسيلت .*مجلة الباحث*، المدرسة العليا للأساتذة الشيخ مبارك الميلي بوزريعة، 12(3)، 45-68.
5. طبي، منير. (2019). الآثار النفسية لشبكات التواصل الاجتماعية... التشخيص وآليات الوقاية .*مجلة التكامل*، جامعة باجي مختار عنابة، (7)، 89-110.
6. قاسي، سليمة. (2021). مرحلة المراهقة: (المفهوم، الخصائص، الحاجات والمشكلات) .*مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية*، 5(2)، 150-171.
7. قندوسي، سعدية. (2021). مرحلة المراهقة - نظرياتها وخصائصها .- *مجلة التمكين الاجتماعي*، 3(4)، 121-142.

**ب) المقالات باللغة الأجنبية**

2. Anderson, E. L., Steen, E., & Stavropoulos, V. (2017). Internet use and problematic internet use: A systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(4), 430–454.
3. Kuss, D. J., & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143–176.

**ثالثًا: الرسائل الجامعية**

1. باجي، عبد الغاني .(2023) .*فاعلية خطة علاجية معرفية في خفض درجات الإدمان على الإنترنت لدى طلاب الجامعة: دراسة شبه تجريبية* [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة باتنة 1.

2. جلولي، زينب .(2024) *آليات تحصين الشباب من الاستخدام السلبي للإنترنت: بلورة برنامج إرشادي وقائي (دراسة تفاعلية لبرنامج إرشادي للتخفيف من الاستخدام السلبي للإنترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين)* [أطروحة دكتوراه غير منشورة في الإرشاد والتوجيه]. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران 2.

# الملاحق

# الملحق (1)

**الجمهـــوريـــة الجـزائـــرية الديمقراطيـة الشعبيـة**
**وزارة التعليـــم العـــالـي والبحـــث العلمـــي**
**جامعة وهران 2 محمد بن احمد**
**قسم: علـوم التـربية**
**تخصص: إرشـاد وتوجـيه**

## إستـــــبـــــيـــــــــان

عزيزي التلميذ / عزيزتي التلميذة، بين يديك مجموعة من الأسئلة التي تهدف إلى فهم طبيعة استخدامك لشبكة الإنترنت وعلاقتها بتوافقك الدراسي. لا توجد إجابات "صحيحة" أو "خاطئة"؛ فكل ما يهمنا هو رأيك الشخصي وتجربتك الواقعية.
**ملاحظة:** جميع المعلومات التي ستدلي بها ستبقى ***سرية تماما*** ولن تطلع عليها إدارة الثانوية أو الأساتذة، ولن تُستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

**أولاً: البيانات العامة**

يرجى وضع علامة (X) أمام الاختيار المناسب:

1. الجنس: [ ] ذكر
[ ] أنثى

2. هل تملك هاتفاً ذكياً خاصاً بك؟: [ ] نعم [ ] لا

3. *متوسط عدد الساعات التي تقضيها على الإنترنت يومياً:
[ ] أقل من ساعتين
[ ] من 2 إلى 4 ساعات
[ ] من 4 إلى 6 ساعات
[ ] أكثر من 6 ساعات

4. *المعدل الدراسي في الفصل الماضي:
[ ] أقل من 10
[ ] من 10 إلى 12
[ ] من 12 إلى 15
[ ] أكثر من 15

**ثانياً: عادات الاستخدام**

يرجى الإجابة بدقة:

1. ما هو النشاط الأساسي الذي تقوم به على الإنترنت؟ (اختر إجابة واحدة أساسية):
[ ] منصات التواصل الاجتماعي (تيك توك، فيسبوك، إنستغرام).
[ ] الألعاب الإلكترونية ( Online Games)
[ ]مشاهدة الفيديوهات والمسلسلات.
[ ] البحث عن دروس ومعلومات دراسية.

2. هل تستخدم الإنترنت غالباً أثناء وقت المذاكرة أو إنجاز الفروض؟
[ ] دائماً
[ ] أحياناً
[ ] نادراً / أبداً

**تعليمات الاجابة:**

ستجد فيما يلي مجموعة من العبارات التي تصف حالات أو سلوكيات معينة؛ يُرجى قراءتها بتمعن واختيار الإجابة التي تمثلك بدقة من بين الخيارات المتاحة (لا أوافق بشدة ، لا أوافق ، محايد ، أوافق ، أوافق بشدة ) بوضع علامة (X) أمام الاختيار المناسب.
نشكرك على تعاونك الصادق، فموضوعيتك في الإجابة هي الركيزة الأساسية لنجاح هذا البحث وتحقيق أهدافه.

# الملحق (2)

## إستبيان استخدام الأنترنت

| الرقم | الابعاد | الأسئلة | لا أوافق بشدة | لا أوافق | محايد | أوافق | أوافق بشدة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | البعد المعرفي | أجد نفسي أقضي وقتاً على الإنترنت أطول بكثير مما كنت أخطط له في البداية. | | | | | |
| 2 | | أهيم بخيالي وأفكر في ما سأفعله على الإنترنت حتى وأنا وسط نشاط اجتماعي أو أسري. | | | | | |
| 3 | | أدخل لمشاهدة فيديو واحد على (تيك توك/إنستغرام)، ثم أجد نفسي قد استغرقت ساعات في التمرير دون وعي | | | | | |
| 4 | | أشعر بملل سريع في الحصة الدراسية إذا لم يكن الشرح بنفس سرعة وإثارة الفيديوهات التي أشاهدها. | | | | | |
| 5 | البعد السلوكي | أفتح تطبيقات التواصل الاجتماعي بشكل تلقائي (آلي) بمجرد استيقاظي من النوم. | | | | | |
| 6 | | أتجاهل واجباتي المدرسية أو التحضير للامتحانات بسبب انشغالي بالإنترنت. | | | | | |
| 7 | | أعتمد بشكل كامل على أدوات الإنترنت والذكاء الاصطناعي لإنجاز مهامي دون محاولة فهم المادة بنفسي. | | | | | |
| 8 | | أعاني من النعاس والخمول داخل الفصل نتيجة سهري على الإنترنت لوقت متأخر. | | | | | |
| 9 | البعد الانفعالي | أشعر بالانزعاج والضيق إذا طلب مني والداي ترك الهاتف للتركيز في مهامي الواقعية. | | | | | |
| 10 | | أواجه صعوبة كبيرة في التركيز أثناء المذاكرة بسبب رغبتي الملحة في تفقد حساباتي. | | | | | |
| 11 | | أشعر بالعزلة داخل المدرسة وأفضل الهروب من الواقع إلى عالم الإنترنت. | | | | | |
| 12 | | أهرب من مشاعر الحزن أو الضغوط المدرسية بالغوص في عالم الإنترنت لساعات. | | | | | |
| 13 | البعد العلائقي | أخفي عن المحيطين بي (أو أكذب بشأن) عدد الساعات الحقيقي الذي أقضيه على الإنترنت. | | | | | |
| 14 | | أفضل العزلة مع هاتفي على الخروج مع أصدقائي أو قضاء وقت مع عائلتي. | | | | | |
| 15 | | أرى أن علاقاتي وصداقاتي الافتراضية أهم وأقرب إليّ من زملائي في المدرسة. | | | | | |
| 16 | | تتوتر علاقتي بوالديّ أو إخوتي بسبب كثرة الوقت الذي أقضيه خلف الشاشة. | | | | | |

# الملحق (3)

## إستبيان التوافق الدراسي

| الرقم | الأبعاد | الأسئلة | لا أوافق بشدة | لا أوافق | محايد | أوافق | أوافق بشدة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | التوافق مع المادة/المحتوى الدراسي | اشغل وقت فراغي في مراجعة دروسي | | | | | |
| 2 | | الاستمتاع أهم عندي من الدراسة | | | | | |
| 3 | | اشعر بملل أثناء مراجعة الدروس | | | | | |
| 4 | | أحرص على تقديم واجباتي في وقتها | | | | | |
| 5 | | ابذل كل جهدي حتى تكون نقاطي جيدة | | | | | |
| 6 | | اهتم بعمل جدول ثابت للمراجعة | | | | | |
| 7 | التوافق مع الأساتذة والأقران | علاقتي طيبة مع كل الأساتذة | | | | | |
| 8 | | أشارك زملائي في انجاز الواجبات المدرسية | | | | | |
| 9 | | أحب أن أقوم ببحوثي لوحدي | | | | | |
| 10 | | أفضل أن يكلفنا الاستاذ بالنشاطات الجماعية | | | | | |
| 11 | | أحب زيارة زملائي | | | | | |
| 12 | | علاقتي طيبة مع كل المشرفين التربويين | | | | | |
| 13 | التوافق مع المحيط المدرسي | احرص على أن يكون مظهري محترما | | | | | |
| 14 | | أحضر كل الحصص الموجودة في جدول التوقيت | | | | | |
| 15 | | أتغيب دون إحضار مبرر الغياب | | | | | |
| 16 | | ادخل إلى القسم في غير الأوقات المحددة للدارسة | | | | | |
| 17 | | أحس بإحباط إذا تأخرت عن الدوام الدراسي | | | | | |
| 18 | | أحافظ على نظافة الثانوية | | | | | |