المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة

د.أسامه حسن جابر عبد الرازق
أستاذ علم النفس المشارك
قسم التربية وعلم النفس- كلية التربية – جامعة نجران – المملكة العربية السعودية
الايميل: dr.osamagaber@yahoo.com

الملخص

هدفت الدراسة لمعرفة علاقة إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بكل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة جامعة نجران (118) طالب وطالبة ، كما هدفت الدراسة لمعرفة الفروق بين الطلاب والطالبات في كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية ،بالإضافة إلى معرفة منبئات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي ، وقد استخدم الباحث مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ومقياس الشعور بالوحدة النفسية ومقياس سمات القلق الاجتماعي (إعداد الباحث) ، وقد اظهر معامل ارتباط بيرسون وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية(0.363) عند مستوى دلالة (0.01) ، ووجدت علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي (0.318) عند مستوى دلالة (0.01) كما استخدم الباحث معامل الانحدار بطريقة stepwise والذي أظهر نموذجان، النموذج الأول الذي وضح أن الشعور بالوحدة النفسية ينبأ بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، كما اظهر النموذج الثاني ان كل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي ينبأن بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروقا ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي في اتجاه الطالبات ، بالإضافة إلى انه لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في الشعور بالوحدة النفسية .

الكلمات المفتاحية : إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، الشعور بالوحدة النفسية، سمات القلق الاجتماعي.

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

The Relationship between Social Media Addiction, Loneliness, and Social Anxiety Traits among University Students

Dr. Osama Hassan Gaber Abdel Razek
Associate Professor of Psychology
Department of Education & Psychology - College of Education
Najran University - Saudi Arabia
Email: dr.osamagaber@yahoo.com

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between social media addiction, loneliness and social anxiety traits among sample among a sample of Najran University students (118). The study also aimed to know the predictors of social media addiction through: loneliness and social anxiety traits. In addition to knowing the differences between male and female in social media addiction, loneliness and social anxiety traits. (social media addiction scale, , loneliness scale, social anxiety traits scale(prepared by Author) were used Pearson correlation coefficient showed that there are statistically significant positive relationship between social media addiction and loneliness (0.363) at level (0.01).Also the result showed that there are statistically significant positive relationship between social media addiction and social anxiety traits (0.318) at level (0.01),In addition to the regression and prediction coefficient (stepwise) was also used and showed two model the first showed that loneliness predict social media addiction. And the second model showed that loneliness and social anxiety traits predicts social media addiction . The results of the study also showed the presence of statistically significant differences between male and female in each of the social media addiction and social anxiety traits towards the sample of female and there were no statistically significant differences between male and female in loneliness.

Keywords: Social media addiction, Loneliness, Social anxiety traits.

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

مقدمة :

الانترنت هو جزء لا يتجزأ من الحياة الحديثة التي جلبت العديد من المزايا والفوائد لمستخدميها. يلعب الإنترنت دورًا رئيسيًا كأداة أساسية للتعليم والترفيه والتواصل وتبادل المعلومات ولكن على الجانب الأخر انعكس الاستخدام المفرط للانترنت وخصوصا لمواقع التواصل الاجتماعي إلى التأثير السلبي على الصحة النفسية والجسدية للمستخدمين ،من خلال بعض المشكلات مثل إهمال الأنشطة والعلاقات الاجتماعية الواقعية والصحة والواجبات المتعلقة بالمدرسة ، وتغيير النوم وعادات الأكل بطريقة غير صحية ،(Macur& Pontes,2018)
تتغير الحياة والسلوك البشري باستمرار ونتيجة لذلك تنشأ مشاكل مختلفة، ومن بين هذه المشكلات هو الإدمان ولا يقصد دائما الإدمان بشكل التقليدي وهو الاعتماد على مادة نفسية نتيجة إساءة المواد أو العقاقير ذات التأثير النفسي أو حتى إدمان المخدرات بل يقصد بالإدمان هنا بمفهومه العام وهو عدم قدرة الشخص على التحكم في اعتماده على شيء معين مثل الإنترنت ، أو الألعاب الالكترونية وتصفح وسائل التواصل الاجتماعي ، إلى جانب التطورات التكنولوجية ، أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي جزءًا من حياتنا حيث يمكن تعريف وسائل التواصل الاجتماعي بشكل عام على أنها أدوات ومجموعات يتم تشكيلها بواسطة هذه الأدوات التي يستخدمها الأشخاص لتبادل أفكارهم وتجاربهم الحياتية وتصوراتهم ومواقفهم ، الأمر الذي ساعد جميع الأعمار وخاصة الشباب على الوصول السهل والسريع للأنشطة في الوقت الفعلي مثل الأحداث المختلفة والمشاركة المرئية والدردشة، حيث يقضي الشباب معظم وقتهم على وسائل التواصل الاجتماعي الأمر الذي قد انعس سلبيا على قيام الشباب بأنشطته بطريقة ايجابية ، حيث سبب كثرة الدخول المتواصل والمستمر على مواقع التواصل الاجتماعي إلى الشلل الاجتماعي وهو انعزال الشباب عن الحياة الواقعية والتعمق في جوانب الحياة الافتراضية التي صنعتها مواقع التواصل الاجتماعي (Baltaci,2019)
ويعد إدمان وسائل التواصل الاجتماعي شكلاً من أشكال إدمان الإنترنت ، حيث يُظهر الأفراد إجبارًا على استخدام الوسائط الاجتماعية بشكل مفرط ،كما ان الأفراد الذين يعانون من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي غالبًا ما يكونون مهتمين جدًا بالوسائط الاجتماعية ويقودهم رغبة لا يمكن السيطرة عليها لتسجيل الدخول إلى وسائط التواصل الاجتماعي واستخدامها حيث وجد أن أعراض إدمان وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن تتجلى في المزاج ، والإدراك ، وردود الفعل الجسدية والعاطفية ، والمشاكل الشخصية والنفسية. (Hou, Xiong, Jiang, Song& Wang,2019) .
كما ارتبط إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بالقلق والاكتئاب ، وانخفاض مستوى الرضا عن الحياة ، بالإضافة إلى تأثيره السلبي على مستوى الأداء الأكاديمي(Khan,2018)، كما أن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ترتبط بالعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية منها على سبيل المثال الاضطرابات المزاجية ، والعجز عن تنظيم المشاعر العاطفية ، والمشاعر الاكتئابية والوسواس القهري واضطرابات النوم والطعام واعتلال الصحة البدنية المتمثلة في الآم الرقبة واليدين والصداع والتهابات العين بالإضافة إلى انخفاض الأداء الأكاديمي والعزلة الاجتماعية وانخفاض القدرة على التواصل مع الآخرين (Tang &Yogo,2019)
وقد وجد ان الخجل الاجتماعي يمثل احد العوامل التي ترتبط بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي وذلك من خلال الفشل في إقامة علاقات اجتماعية واقعية الأمر الذي يدفع مثل هؤلاء الأشخاص إلى إقامة علاقات في الواقع الافتراضي (الانترنت) من خلال وسائل التواصل الاجتماعي حتى يتخلص من مشاعر القلق والنقص والشعور بالخجل وأعراض المخاوف الاجتماعية والتقييم السلبي من قبل الآخرين أو محاولة للتغلب على انخفاض المهارات الاجتماعية والذكاء الاجتماعي في العلاقات الاجتماعية (Mozafari, Mohamad, Sepahvandi & FiroozeH.2018)
أما الشعور بالوحدة النفسية فهي تمثل شعور الفرد بأنه وحيد رغم وجود الآخرين مما يعكس الشعور بعدم الانتماء وعدم التقدير والإحساس بالوحدة والعزلة كما يشير مفهوم الوحدة النفسية على وجود أوجه قصور مهمة في العلاقات الاجتماعية على الرغم من وجود الآخرين من حوله الأمر الذي يدفع الأشخاص الذين يشعرون بالوحدة النفسية إلى منصات شبكات التواصل الاجتماعية للتنفيس عن شعورهم بالوحدة من خلال بناء علاقات اجتماعية افتراضية ..(Yavich, Davidovitch& Frenkel, 2019).

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

مشكلة الدراسة :

لقد فتح الانترنت وشبكاته الاجتماعية الباب أمام تدفق المعلومات والأخبار والبيانات وأصبح العالم يدور في حجرة صغيرة من خلال وسائل التواصل الاجتماعي وغيرها من الشبكات الاجتماعية التي جعلت الجميع في عزلة عن المحيط الاجتماعي مما سبب انخفاض مستوى التواصل الواقعي بين البشر ، الأمر الذي جعل الكثير من فئات البشر يعتمدون على وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مفرط ومبالغ فيه الأمر الذي ينتج عنه نتائج سلبية ومدمرة وخصوصا لفئة المراهقين والشباب (الجهني ، 2017)

تعد مشكلة إدمان وسائل التواصل الاجتماعي من المشكلات التي تواجه الجميع وخاصة الطلاب في المرحلة الجامعية وذلك لما له من أثار سلبية على نفسياتهم وعلى انخفاض الأداء الأكاديمي والتحصيل الدراسي مما يؤثر على تكيفهم الدراسي بالإضافة إلى الآلام الجسدية التي يعانون منها في مقتبل أعمارهم نتيجة استخدامهم المفرط والمبالغ فيه لوسائل التواصل الاجتماعي (صوالحة ، جلاد ، 2019)

ويرى الباحث ان إدمان وسائل التواصل الاجتماعي في حد ذاته مشكلة تواجه الجميع وخصوصا المؤسسات التعليمة ومن بينها الجامعات الأمر الذي قد يؤثر سلبا على تكوين وعي وخبرات الطلبة الجامعيين ، وضرورة مواجهة هذا الخطر من خلال معرفة الأسباب التربوية والنفسية المسببة لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي حتى يتم وضع تخطيط وتنفيذ البرامج الإرشادية والوقائية للحد من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.

ويعد القلق الاجتماعي احد العوامل والأسباب المساهمة والتي قد تكون مسئولة عن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وذلك لان القلق الاجتماعي وفق تعريف الجمعية الأمريكية APA لعلم النفس خوف ملحوظ ومستمر يظهر في المواقف الاجتماعية نتيجة القلق والتوتر من التقييم السلبي للآخرين مما يسهم في تكوين مشاعر الانزواء والخجل وانخفاض مستوى التواصل الاجتماعي (صوالحة ، جلاد ، 2019)

أما الشعور بالوحدة النفسية فهي حالة ينفرد بها الإنسان عن غيره من الكائنات الحية بسبب امتلاكه نظاماً اجتماعياً ، يتأثر به ويؤثر فيه ، وأي خلل قد يحدث في الأواصر التي تربط الإنسان بغيره من أبناء جنسه أو أي تغير يحدث في النظام الاجتماعي ينعكس على الفرد ، وينتج عنه اضطراب في الطابع الاجتماعي المكتسب لدى الأفراد ، مما يولد لديهم الشعور بالاغتراب أو الانعزال أو معاناة الوحدة النفسية وكما تترك آثارا على الفرد حيث من شأنها أن تؤثر على مجمل نشاطاته الاجتماعية وقد يتمثل هذا التأثير في العزلة والإحساس بالاغتراب حتى مع تواجد الآخرين من حوله (الزبيدي ،2019) ، **ويمكن من تلخيص مشكلة** الدراسة من خلال التساؤلات التالية :

1- هل توجد علاقة جوهرية ذات دلالة إحصائية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية؟
2- هل توجد علاقة جوهرية ذات دلالة إحصائية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي؟
3- هل توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، والشعور بالوحدة النفسية ، وسمات القلق الاجتماعي؟
4- هل يمكن التنبؤ بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب الجامعة بالإضافة إلى معرفة الفروق والاختلافات بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في كل من : إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي، كما تهدف الدراسة إلى معرفة منبئات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي .

أهمية الدراسة:

أولا: الأهمية النظرية:

ترجع الأهمية النظرية للدراسة في معرفة نمط العلاقة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من: الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي ، بالإضافة إلى معرفة العلاقة التنبؤية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من : الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي ، كما ترجع أهمية الدراسة أيضا في

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

معرفة الفروق والاختلافات بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في كل من : إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي.

ثانيا : الأهمية التطبيقية :

ترجع الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في نتائج العلاقة التنبؤية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من : الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي،وذلك من خلال معرفة منبئات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي والتي قد يمكن ان تفيد في تصميم البرامج الإرشادية الوقائية لطلاب الجامعة لمواجهة استخدامهم المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي .

حدود الدراسة:

تتمثل الحدود المكانية لهذه الدراسة في جامعة نجران بمنطقة نجران بالمملكة العربية السعودية ،وتتمثل الحدود البشرية في عينة من الطلاب والطالبات من جامعة نجران ، كما تتمثل الحدود الزمنية لتطبيق أدوات الدراسة في الفترة ما بين 29-5-2020 حتى 25-7-2020 م.

مصطلحات الدراسة :

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي: هو الرغبة التي لا يمكن السيطرة عليها في تقليل استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، والإفراط في استخدام هذا العالم الافتراضي وعدم الشعور بهدر الوقت مع تجاهل والاستغناء عن أداء أعمال أخرى في حياة الفرد.(يونس ،2016) ، ويعرفه الباحث إجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي المستخدم في الدراسة.

الشعور بالوحدة النفسية : هو الشعور بالعزلة والإقصاء الاجتماعي نتيجة عدم الشعور بالأمن في العلاقات الاجتماعية وعدم الإحساس بالراحة النفسية أثناء التواصل مع الآخرين بالإضافة إلى الشعور بقلة التقدير والاهتمام من قبل الآخرين (Ahmed,2018)،ويعرفه الباحث إجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الشعور بالوحدة النفسية المستخدم في الدراسة.

سمات القلق الاجتماعي: هو شعور الفرد بالخوف من التقييمات السلبية الناتجة عن التواجد مع الآخرين مما يؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية (العاسمي ، 2012) ويعرفها الباحث إجرائيا بأنها الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس سمات القلق الاجتماعي المستخدم في الدراسة.

الإطار النظري

أولا : إدمان وسائل التواصل الاجتماعي Social Media Addiction:

يمكن تعريف وسائل التواصل الاجتماعي بأنها بيئة اجتمعت فيها مجموعة من الأشخاص لمشاركة البيانات والعلاقات والمحتوى باستخدام قنوات الاتصال عبر الإنترنت حيث تظهر تطبيقات الوسائط الاجتماعية كمنتديات ومدونات صغيرة وشبكات اجتماعية**(Aksoy,2018)**

وتعد وسائل التواصل الاجتماعي احد نتائج تطور الانترنت حيث تشير الإحصائيات إلى أن عدد مستخدمي الانترنت في تزايد مستمر ولا توجد إحصائية دقيقة تحدد عدد المستخدمين في الوطن العربي ، وتعد فئة الشباب من أكثر الفئات استخداماً وتأثراً بالثورة الرقمية خاصة فئة المراهقين، الأمر الذي جعل الكثيرين يطلقون على الشباب "جيل الإنترنت" فهم أكثر ميلاً لكل ما هو جديد وغريب، الأمر الذي تسبب في الاعتماد الشديد على وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الاستخدام المفرط الذي وصل إلى مرحلة عدم القدرة على التحكم في الاعتماد عليها مما قد تسبب في ظهور مؤشرات إدمان تلك المواقع بين جميع فئات المجتمعات وخاصة الشباب منهم .**(العمري ،2018)**

وقد أشار العلماء إلى وجود تشابهات مذهلة بين الإدمان الكيميائي كالإدمان على المخدرات، وبين الإدمان على السلوكيات غير الكيميائية المستمرة بشكل مفرط كالإدمان على القُمار، والانترنت، والهواتف الذكية، ومواقع التواصل الاجتماعي، وقد تم مؤخرا تصنيف السلوك المفرط والقهري المرتبط باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي والانترنت كإدمان سلوكي وعلى الرغم من أنه لا يزال غير معترف به رسميا، إلا إنه أصبح جزءا لا يتجزأ من علم الأمراض النفسية الحالية **(سليمان ، الظفري ،2019)** ، كما يعد إدمان وسائل التواصل الاجتماعي احد أنواع الإدمان السلوكي حيث يمكن تعريف الإدمان السلوكي بأنه "اضطراب يتميز بسلوك يعمل على إنتاج

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

المتعة وتخفيف مشاعر الألم والتوتر ، والفشل في التحكم في السلوك أو الحد منه على الرغم من العواقب الضارة الكبيرة **(Aksoy.2018)**

ويقصد بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي هو سلوك نمطي سلبي يتمثل في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لفترات طويلة يقضيها الفرد مع مواقع ذات جاذبية خاصة دون ضرورة مهنية أو أكاديمية ,وبشكل يضر به وبعلاقاته الاجتماعية ليصبح معتمدا عليها في تلبية حاجاته النفسية وغير قادر على لاستغناء عنها مع الشعور بالضيق والتوتر في حين عدم القدرة على متابعتها ,ويلحق ذلك تأثيرات سلبية على حياته النفسية والاجتماعية(**الصبان ، الحربي ، 2019)**

على الرغم من عدم إعتماد إدمان وسائل التواصل الاجتماعي كاضطراباً نفسيًا محددًا في أحدث إصدارات الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية DSM-5 أو التصنيف الدولي للأمراض(ICD-11)، لكن يشير العديد من الباحثين إلى ما يسمى "اضطراب إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية". كما انه من الممكن أن يتم الاعتراف بأن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي على انه اضطرابا نفسيا و كحالة للصحة العقلية خاصة منذ اعتماد ألعاب الفيديو كفئة فرعية من الإدمان في عام 2018 من قبل منظمة الصحة العالمية(WOH) كما يرى الباحثون بأن سلوك أولئك الذين يعانون من "إدمان وسائل التواصل الاجتماعي" يمكن أن يتداخل مع أولئك الذين يشاهدون فى اضطرابات الإدمان التقليدية مثل إخفاء سلوكهم الإدمانى عن الآخرين ، والرغبة في تجربة مشاعر الهروب ، والانشغال العقلي. على وجه الخصوص. **(Bennett,2019)**

كما يرتبط إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مباشر بمجموعة من الأعراض النفسية المتمثل في عجز التنظيم الانفعالي ، القلق وبعض أعراض الاكتئاب المتمثل في العزلة الشديدة بالإضافة إلى بعض الاضطرابات الجسدية الخاصة باعتلال الصحة البدنية المتمثلة في الآم الرقبة والظهر وأمراض العيون . **(Tang & Yogo,2019)**

كما تم مناقشة إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، كنوع خاص من إدمان الإنترنت من خلال اقتراح ستة مكونات أساسية لوصف السلوك كإدمان، هذه المكونات الستة هي التركيز وتعديل الحالة المزاجية ، والتسامح ، والانسحاب والصراع ، والانتكاس فالتركيز : يحدث هذا عندما تصبح الشبكات الاجتماعية أهم نشاط فردي في حياة الشخص وتهيمن على تفكيره ومشاعره وسلوكه فعلى سبيل المثال حتى إذا لم يكن الأشخاص منخرطين فعليًا في الشبكات الاجتماعية ، فإنهم سيفكرون باستمرار في المرة القادمة التي سيكونون فيها ، أما تعديل الحالة المزاجية: يشير هذا إلى التجارب الذاتية التي يبلغ عنها الأشخاص نتيجة للتواصل الاجتماعي ويمكن أن ينظر إليها على أنها إستراتيجية، أما التسامح: هذه هي العملية التي تتطلب كميات متزايدة من نشاط التواصل الاجتماعي لتحقيق التأثيرات السابقة المعدلة للمزاج أما الانسحاب: هذه هي حالات الشعور غير السارة أو الآثار الجسدية التي تحدث عندما يكون الأشخاص غير قادرين على الانخراط في الشبكات الاجتماعية لأنهم مرضى او في إجازة ، أما الصراع: يشير إلى النزاعات بين الشخص ومن حوله (العلاقات الشخصية) ، والصراعات مع الأنشطة الأخرى (الحياة الاجتماعية ، والهوايات ، والمصالح) ، أو من داخل الفرد نفسه أو المشاعر الذاتية من فقدان السيطرة التي تهتم بقضاء الكثير من الوقت على الشبكات الاجتماعية، في حين أن الانتكاس: هذا هو الميل أو الرغبة في الانتكاسات المتكررة للأنماط السابقة للشبكات الاجتماعية المفرطة للتكرار وحتى للأنماط الأكثر تطرفًا المعتادة لارتفاع استخدام الشبكات الاجتماعية المفرطة ليتم استعادتها بسرعة بعد فترات السيطرة الشخصية. **(Simsek, Elciyar & Kizilhan,2019)**

يرى الباحث ان التطور التكنولوجي المتمثل في تطور الانترنت والعناصر المرتبط به أدى إلى أنه أصبحت أخبار العالم يمكن الوصول إليها وتداولها بكل سهوله ويسر من خلال مواقع الانترنت ووسائل التواصل الاجتماعي الذي أصبحت متعددة بشكل كبير ومنتشرة بشكل اكبر مما جعل الكثير من الأفراد باختلاف أعمارهم وخصوصا فئة الشباب يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي بشكل كبير للحد الذي قد أفرط الكثير في استخدامه لدرجة انه لا يمكن الاستغناء عن تصفح وسائل التواصل الاجتماعي ولا يمكن ان يتحكم في الوقت الذي يستغرقه تصفحها ، الأمر الذي بات يمثل خطرا من الناحية النفسية والفكرية والجسدية على الأشخاص مدمني وسائل التواصل الاجتماعي .

وعلى الرغم من أن الأساس من إنشاء مواقع التواصل الاجتماعي كان بغرض التواصل والتفاعل ما بين الأفراد وتبادل الآراء والخبرات ,إلا ان تلك المواقع باتت تشكل عنصرا هاما يدخل في بنية المجتمعات وله انعكاساته

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

الإيجابية والسلبية على مستخدميها من جميع الفئات، و الذين أصبحوا مع الوقت يعانون من الإدمان نتيجة الاستخدام المفرط لتلك المواقع ،ويعطي إدمان الشخص على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي فرصة للهروب من مجتمعه والعيش في عالم افتراضي يستمتع فيه بقضاء الساعات الطويلة دون أن يشعر ومن مظاهر الإدمان على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي : استخدامها لفترات طويلة ومتكررة أثناء اليوم والشعور بأن ما يجري على شبكات التواصل الاجتماعي هو الطريق للوصول للعالم بأسره ,والشوق إلى التحدث مع الآخرين داخل هذه المواقع **(الصبان ، الحربي ، 2019)**

وقد أثبتت الدراسات النفسية عدة تأثيرات سلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي منها يقلل من مهارات التفاعل الشخصي بالإضافة إلى إهدار الوقت وعدم إدارته بالشكل المطلوب ، واضطرابات النوم والطعام ، التعرض للخداع بسبب عدم القدرة من التحقق من محتوى الواقع الافتراضي بسهولة ، بالإضافة إلى الشعور بأعراض القلق والاكتئاب وزيادة أعراض الانطواء وانخفاض مستوى القدرة على اتخاذ القرار بالإضافة إلى الأضرار الجسمية والجسدية الخاصة بالآم العمود والمتمثلة في الآم الرقبة والآم العيون **(يونس ،2016)**

وقد وجد أن أحد أسباب انجذاب الأشخاص إلى مواقع التواصل الاجتماعي بسبب تركيزها على العديد من السمات الفردية من خلال التركيز بشكل خاص على الأفراد بدلاً من المجتمع بطريقة أنانية، حيث يقترح أن هذه الطبيعة الأنانية قد تسبب للمستخدمين تطوير نمط اعتمادي من خلال الإفراط في الاستخدام ، ونتيجة لذلك قد يتم الاعتماد المفرط لإستخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل يصل إلى حد الإدمان بالإضافة إلى التأثير سلبًا على احترام المستخدمين لذاتهم **(Bennett,2019)**

كما قد وجد ان المحتوى التفاعلي الافتراضي في وسائل التواصل الاجتماعي يعد احد أسباب الاستخدام المفرط لتلك الوسائل فضعف القابلية للاتصال مع الآخرين في العالم الواقعي تجعل الفرد يقدم نفسه كونه مرغوباً ويطور درجة من الارتباط مع بعض الأفراد مما قد يجعله منغمساً فى هذه الفعاليات إلى حد الإدمان وذلك من خلال الانخراط في المحادثات أو تصفح الأخبار الشخصية للمتابعين أو المعجبين **(المرواني ،2016)**

كما يعد احد أسباب إدمان وسائل التواصل الاجتماعي هو انخفاض إدارة الوقت لدى بعض الأشخاص أو نقص التفاعل الاجتماعي العائلي، بالإضافة إلى بعض الإعراض النفسية المتمثلة في حب العزلة وانخفاض تقدير الذات وانخفاض مستوى الثقة بالنفس الذي يرتبط بتفضيل الواقع الافتراضي في وسائل التواصل الاجتماعي أفضل من العلاقات الاجتماعية في الواقع الحقيقي للفرد ، كما ان شعور الفرد بالوحدة والاغتراب النفسي يعد احد العوامل ذات العلاقة بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي وذلك من خلال شعور الفرد بعدم التقبل أو عدم التقدير أو التهميش من قبل الآخرين على الرغم من وجودهم بجانبه لكنه يشعر بالوحدة والاغتراب النفسي مما يسهم في الهروب إلى العالم الافتراضي المتمثل في وسائل التواصل الاجتماعي **(Simsek, Elciyar & Kizilhan,2019)**

من أسباب إدمان شبكات وسائل التواصل الاجتماعي أيضا التفكك وعدم التوافق الأسري والبعد عن الأنشطة الاجتماعية ، أما الأفراد الذين يجدون مساندة اجتماعية أو دعما اجتماعياً كافياً لا يستغرقون في إدمان شبكات التواصل الاجتماعى بعكس الأفراد الذين يعانون من محدودية المساندة الاجتماعية فيلجأون للإنترنت للتغلب على ذلك وعلى الشعور بالوحدة النفسية الناتجة من انخفاض الدعم أو المساندة النفسية أو الاجتماعية **(المرواني ،2016)**

وتعد سمات القلق الاجتماعي احد الأبعاد الرئيسية المميزة لشخصية طلاب الجامعات المتمثلة في الشعور بالإحراج وحب العزلة وقلة العلاقات الاجتماعية في الجامعة الناشئة من عدم القدرة على التكيف الدراسي وفي تلك الحالة نجد العديد من الطلاب والطالبات من ذوي سمات القلق الاجتماعي يفضلون مواقع التواصل الاجتماعي الافتراضية في تكوين العلاقات الاجتماعية وذلك تفاديا للعلاقات الاجتماعية في العالم الطبيعي خوفا من التقييمات السلبية أو النقد أو انخفاض الثقة بالنفس ، الأمر الذي يجعلهم معتادي الدخول على وسائل التواصل الاجتماعي ومع مرور الوقت يصبح هؤلاء الطلاب أكثر اعتمادا على العالم الافتراضي إلى حد إدمان تلك الوسائل الافتراضية لتجنب تحديات ومطالب "الحياة الحقيقية" الاجتماعية والواقعية **.(Tang & Yogo,2019)**

ثانيا : الشعور بالوحدة النفسية :loneliness

الشعور بالوحدة النفسية هو إدراك الفرد بأنه وحيدا في عالم قد لا يفهمه على الرغم من وجود الكثير من الأشخاص بجانبه لكنه لا يشعر بأنهم من حوله على الرغم من وجودهم في الواقع ويتسلل الشعور بالوحدة النفسية

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

نتيجة حدوث خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد سواء كان ذلك في صورة كمية بحيث لا يوجد عدد كاف من الأصدقاء ، أو في صورة كيفية متمثلة في افتقاد المحبة والألفة والتواد من الآخرين (أسعد ، 2002)

يعد الشعور بالوحدة النفسية من المشكلات الواسعة الانتشار، التي تنتج عن وجود تناقض بين علاقات الفرد الواقعية والعلاقات التي يرغب في تحقيقها ، مما قد يشكل مشكلة اجتماعية أو خبرة شخصية مؤلمة تولد لدى الفرد اضطرابات نفسية كالقلق والاكتئاب والانسحاب من العالم الاجتماعي والافتقار للايجابية في المواقف الاجتماعية وعدم السعادة والتشاؤم وغير ذلك من أشكال المعاناة ، كما ان الشعور بالوحدة النفسية يعني إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية بينه وبين الأشخاص أو الموضوعات في مجاله النفسي إلى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والحب والود من جانب الآخرين ، مما يحرمه من القدرة على الانخراط والاندماج في علاقات مثمرة مع الأشخاص المتواجدين ضمن الوسط الذي يعيش فيه (غالب ، 2014)

كما يعد الشعور بالوحدة النفسية شعورا ذاتيا بعدم الكفاية سواء في نمط العلاقات أو حتى في عددها إنها حالة من عدم الاتزان العاطفي من التناقض بين العلاقة الاجتماعية المرغوبة والواقعية الفعلية ، لها بعدين اجتماعيًا وعاطفيًا يتمثل البعد الاجتماعي في عدم كفاية العلاقات الاجتماعية التي تؤدي إلى مشاعر الاستبعاد من المجموعة والملل ، بينما يتمثل البعد العاطفي في عدم وجود ارتباطات عاطفية حميمة مع الآخرين مما يؤدي إلى الشعور بعدم الدفء في العلاقات الاجتماعية . (Ahmed,2018)

وبالتالي فأن الوحدة النفسية هي خبرة ذاتية قد يعاني منها الفرد على الرغم من وجوده مع غيره من الناس عندما تخلو حياته من علاقات اجتماعية مشبعة بالألفة والمودة، وبالتالي فأن التمييز بين الوحدة النفسية والانفراد بالنفس يعتمد على وجود عنصر الاختيار لدى الفرد ، فالفرد الذي يعاني من الوحدة النفسية لا يرغب في كونه وحيدا، أما الفرد المنفرد بنفسه فهو الذي يختار البعد عن الناس بسبب مجموعة من العوامل منها الخبرات السلبية المؤلمة ، نقص المودة والألفة بين الآخرين ، خبرات سلبية تتعلق بالتنشئة الاجتماعية في المراحل الباكرة من العمر ، العلاقات الاجتماعية المؤلمة . (بن دهنون ،إبراهيم ، 2014)

تعد الوحدة النفسية من المتغيرات النفسية التي قد تنتشر بين جميع الفئات العمرية وخاصة الشباب ، كما أنها تعد مشكلة عامة قد تصيب الفرد في أي مرحلة من مراحل عمره ، إلا أن مرحلة الشباب تمثل منعطفا خطيرا في حياة الإنسان نظرا لما يطرأ عليها من تغيرات متسارعة سواء أكانت تغيرات اجتماعية أو نفسية أو اقتصادية أو مهنية ، حيث تثير هذه التغيرات مشاعر متناقضة من التفكك الوجداني وافتقاد التقبل والتودد والحب للآخرين ، مع وجود فجوة نفسية بين الاندماج في إقامة علاقات اجتماعية مثمرة بالآخرين والتردد في الانسحاب من العلاقات الاجتماعية متمثلة في الشعور بالوحدة النفسية وعدم القبول الاجتماعي والعزلة الاجتماعية وعدم الرضا عن العلاقات الاجتماعية ، والتي غالبا ما تكون مصحوبة بالاكتئاب والتقدير المنخفض للذات (العاسمي ،2009)

قد يؤدي الشعور بالوحدة النفسية أيضًا إلى نشأة العلاقات الاجتماعية القائمة على التبعية ، وإتباع التوجيه ، والتقليد ، والتعامل مع الآخرين بدون حب أو ألفة أو تودد ، والسعي من أجل السلطة والمكانة ، و الإفراط في القراءة ،ومشاهدة التلفزيون واستخدام الإنترنت والأنشطة الأخرى ، وقد تكون بعض استراتيجيات التكيف غير السوية التي يستخدمها طلاب الجامعة للتغلب على هذه التجربة المزعجة المتمثلة في شعورهم بالوحدة النفسية ، حيث أشار الأدب النفسي إلى أن المراهقين يشعرون بالوحدة أكثر من أي فئة عمرية أخرى وخاصة مرحلة المراهقة المتأخرة (مرحلة الجامعة) ، وذلك لأن الجامعة هي فترة انتقالية يشعر فيا الطلاب بالبحث عن الهوية مما يجعلهم يمرون ببعض المشاعر المعقدة والمتناقضة المليئة بالصراعات النفسية بين رغبتهم في الانطلاق وتحقيق الرفاهية وبين رغبتهم في تحقيق أهدافهم وأهداف أسرهم من التعليم (Ozdemir& Tuncay,2008)

كما يعد الشعور بالوحدة النفسية من القضايا النفسية شديدة الخطورة التي يصاحبها تأثيرات سلبية سواء من الناحية النفسية أو من الناحية الجسدية ، وتتمثل التأثيرات السلبية من الناحية النفسية في أعراض الاكتئاب، ومشاعر اليأس وفقدان الاهتمام ، واضطرابات النوم والطعام ، تقلبات في المزاج ، وانخفاض مستوى التركيز و الشعور بعدم القيمة ، إلى جانب مشاكل الصحة النفسية ،كما يمكن أن يؤدي الشعور بالوحدة إلى مشاكل خطيرة في الصحة البدنية والجسمية مثل زيادة الوزن ، وزيادة ضغط الدم ، ومشاكل في التمثيل الغذائي واضطراب الجهاز الهضمي .(Pijpers,2017) ، ويعد انخفاض الانجاز والتحصيل الأكاديمي احد نتائج الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة ، وذلك لان الشعور بالوحدة النفسية يتمثل في بعض المشاعر والإدراكات السلبية المتمثلة في انخفاض الدافع للتعلم ، انخفاض مستوى التوافق النفسي مع الحياة الجامعية ، انخفاض الحماس

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

للدراسة وانخفاض مهارات التواصل والتفاعل مع الأقران والمعلمين مما يسبب ذلك انخفاض التحصيل الدراسي وقد يسبب أحيانا التعثر الدراسي .(Sawir, Marginson, Deumert, Nyland, & Ramia, 2008)

كما ان الشعور بالوحدة النفسية هو في حد ذاته شعور بالعجز الاجتماعي تجاه منظومة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد ويشمل الشعور بالوحدة ثلاثة مستويات المستوى المعرفي الإدراكي المتمثل في التفكير بأن الآخرون لا يعدون يمثلون دعما ولا أهمية بالنسبة للفرد ، ثم المستوى العاطفي وهو المتمثل في المشاعر والعواطف والأحاسيس التي يحملها الفرد للآخرين ، ثم المستوى السلوكي وهو ناتج المستوى المعرفي الإدراكي والمستوى العاطفي ، و يتمثل في الرغبة بعدم الانخراط مع الآخرين على الرغم من وجودهم في الواقع بالإضافة إلى تجنبهم . (Peplau & Perlman,2017)

وقد أشارت مدرسة التحليل النفسي إلى ان الشعور بالوحدة هو ناتج الخبرات التي مر بها الفرد في مراحل الباكرة من عمره حيث أشارت (كارن هورني) إلى ان الشعور بالوحدة هو ناتج للرفض الوالدي في الطفولة مما يسبب شعور بالفرد بكره الآخرين له ومن ثم الشعور بالوحدة النفسية (الغامدي، 2014) ، في حين أشار (اريك اريكسون) أن الفشل في تفادي أزمة الألفة مقابل العزلة في مرحلة الشباب يؤدي إلى تجنب الفرد العلاقات البين شخصية التي تتيح للفرد الانغماس الاجتماعي، بالإضافة إلى عدم مقدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة تجعله يشعر بالخواء الاجتماعي والعزلة ، أما المنحى السلوكي في علم النفس فقد أشار إلى ان الشعور بالعزلة هو استجابات تعلم خاطئة تم تعلمها وفقا لنقص التعزيز المتمثل في المساندة النفسية والدعم الاجتماعي من الأشخاص المحيطين بالفرد (بن دهنون ،إبراهيم ، ، 2014)

أما الاتجاه الإنساني في علم النفس متمثلا في(أبراهام ماسلو) فقد أشار إلى ان الشعور بالوحدة ما هو إلا ناتج من عدم إشباع حاجات الانتماء والحب، والوحيد نفسيا يكون مدفوعا بجوع الاحتكاك والصداقة الحميمة والانتماء، والحاجة إلى التغلب على مشاعر الاغتراب والعزلة التي سادت بسبب الحراك الاجتماعي وتحكم الجماعات التقليدية وبعثرة الأسرة والفجوة بين الأجيال بسبب التحضر المستمر واختفاء العلاقات الاجتماعية السوية (بن عمر ، نور الهدى ، 2015)

ثالثا : سمات القلق الاجتماعي Social Anxiety Traits

ازداد معدل انتشار القلق الاجتماعي بين الجمهور العام وفي السياقات الاجتماعية، وأكد الكثير من التراث العلمي الذي تناول موضوع القلق الاجتماعي على أنه شائع جدًا وغالباً ما يتعايش الفرد به مع مشاكل الصحة النفسية والعقلية الأخرى، كما يمكن أن يكون ضار بشدة بنوعية الحياة مع عواقب بعيدة المدى على التعليم والتوظيف والعلاقات الاجتماعية ، حيث وجد ان القلق الاجتماعي يؤثر على أداء الفرد لوظائفه الاجتماعية وعلى حياته العملية والأكاديمية وأنشطته الاجتماعية، وذو أضرار نفسية وسلوكية كالاكتئاب والإرهاق النفسي، سوء التكيف الاجتماعي (السوالقه ، الحوسني ، 2018)

وتعرف سمات القلق الاجتماعي على أنها سمات تشمل الخوف غير الواقعي من المواقف الاجتماعية التي يتعامل فيها مع الآخرين ويكون معرضا لنتيجة ذلك إلى نوع من أنواع التقييم السلبي ، حيث ان السمة المميزة لسمات القلق الاجتماعي تتمثل في الخوف غير الواقعي من التقييم السلبي للسلوك من قبل الآخرين ، بالإضافة إلى التشوه الإدراكي للمواقف الاجتماعية ، ويدرك الأفراد من ذوي سمات القلق الاجتماعي بأنهم محط الأنظار دوما من محيطهم الاجتماعي ويدركون ان محيطهم لا يهتم إلا بتقييمهم تقييما سلبيا مما يسهم بشكل كبير في تجنبهم للمواقف الاجتماعي تجنبا لهذا التقييم السلبي وفق روية إدراكهم غير الحقيقية .(رضوان ،2001)

على الرغم من ان مصطلح القلق الاجتماعي كاضطراب كان يسمى في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية الرابع (DSM-IV) بأسم الرهاب الاجتماعي ، إلا ان الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية الخامس (DSM-5) قد استخدم مصطلح القلق الاجتماعي لكونه اسماً يلاءم هذا الاضطراب أكثر من الاسم السابق لان المشكلات التي يسببها هذا الاضطراب عادة ما تكون أكثر انتشارا أو إعاقة للحياة الطبيعية والوظائف الاجتماعية أكثر من المشكلات التي تتسبب فيها حالات الرهاب الأخرى.(Kring,Johnson,Neale&Davison ,2017)

ويتكون القلق الاجتماعي وفق ثلاثة مستويات أولهما المستوى المعرفي الإدراكي وهو الخوف من الحديث مع الآخرين أو مخالطتهم بسبب الخوف الدائم من الخطأ أمامهم مما يسبب في حدوث التقييمات السلبية ،وثانيهما المستوى السلوكي والذي يتمثل في تجنب المواقف الاجتماعية أو مخالطة الآخرين أو الحديث معهم وتجاهل

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

المناسبات الاجتماعية والتقليل من التواصل الاجتماعي ، وثالثهما المستوى الفسيولوجي والمتمثل في الأعراض الجسمية المرتبطة بالمواقف الاجتماعية كالشعور بالغثيان والشعور بالدوار أو الشعور بالإغماء ، والتعرق وارتجاف الأطراف (رضوان ،2001)

كما يعد القلق الاجتماعي احد السمات النفسية الدالة على نقص المهارات الاجتماعية وضعف في تقدير الذات بينما إذا ارتفعت أعراض القلق الاجتماعي لدى الفرد فيؤدي ذلك إلى أن يكون الفرد منعزلاً خائفاً لا يشارك الآخرين، ولا يستطيع التعبير عن نفسه كما يكون أداءه المهني أو الدراسي أقل من طاقاته وقدراته.(الحمد ، ناصر ، أحمد ،2016)

وعلى الرغم من ان الأشخاص من ذوي سمات القلق الاجتماعي المرتفعة يبدو عليهم الخجل إلا أنهم يتجنبون المواقف الاجتماعية ومخالطة الآخرين ، كما يشعرون بعدم الراحة أكثر مما يعانون من الخجل نفسه كما أنهم يعانون من اعرض القلق الاجتماعي لفترات زمنية من أعمارهم أطول من الأفراد الخجولين ، كما انه عادة ما يمتهن ذوي سمات القلق الاجتماعي المرتفع مهنا لا تتوافق مع قدراتهم وإمكانياتهم العقلية والشخصية وذلك بسبب المخاوف الاجتماعية الشديدة التي يعانونها ، وذلك لأنهم يلتحقون بوظائف اقل من قدراتهم لأنهم يفضلون الوظائف التي لا تتطلب اختلاطا اجتماعيا وذلك لأنهم لديهم أيضا بعض سمات الشخصية التجنبية خوفا من التعرض للتقييمات السلبية وفق إدراكهم (Kring,Johnson,Neale&Davison ,2017)

وتتعدد أسباب القلق الاجتماعي منها قد يرجع إلى نمط التنشئة غير الصحيح الذي يربي الأطفال على نمط يجعهم يخافون من العلاقات الاجتماعية نتيجة ضعف الثقة بالنفس أو انخفاض تقدير الذات ، بالإضافة إلى فقدان المهارات الاجتماعية المتمثلة في مهارات التواصل والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين ، كما قد يكون من أسباب القلق الاجتماعي هو الضعف النفسي العام المتمثل في الشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي الذي تفرضه الأحداث المحيطة بالفرد ، كما تعددت التفسيرات النفسية لظهور أعراض وسمات القلق الاجتماعي فنجد أن التوجه السلوكي في علم النفس يفسر القلق الاجتماعي على انه دافع من الدوافع التي يتم اكتسابها من البيئة وفق قوانين التعلم ، كما يرتبط القلق الاجتماعي بالصراع الشعوري من الخوف من التطبيع الاجتماعي وذلك من خلال الأحداث المؤلمة وإدراك هذه المواقف والأحداث نتيجة علمية التشريط بين المواقف الاجتماعية السابقة والخوف من إقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين (الغافري ،2013)

أما التحليل النفسي فقد أشار (أدلر) إلى ان الفرد ما هو إلا كائن اجتماعي وان عدم الرغبة في إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين سببها شعور الفرد بالنقص وفشله في تحقيق الكمال ، وبالتالي يشعر الأفراد الذي الذين لا يتمكنون من تحقيق إمكانياتهم وقدراتهم في الحقيقة يشعرون بالنقص الذي يسهم في ظهور القلق الاجتماعي لديهم ، كما أشار (أدلر) إلى أَنَّ الأَطفال عادةً ما يشعُرون بضعفهم وعجزهم إذا ما قارنوا أَنفسهم بالكبار، فيشعر الفردُ في المُستقبلِ بالنَّقصِ الذي يُحاولُ تعويضه عن طريقِ كسبِ وحُبِّ الآخرينِ وصداقتهم، ولكنَّه يشعرُ بالقلق إذا ما فشلِ في تكوين الصداقات والعلاقات الاجْتماعيَّة، كما ركَّز (أدلر) على التأثيرات الثَّقافيَّة في السُّلوك مُفترضاً أَنَّ الشَّخصيَّة اجتماعيَّة بفطرتها، وأَنَّ الشُّعور بالنَّقص يتوسَّط الدَّافعيَّة الإنسانيَّة، وقد أَوضح أَنَّ الشُّعور بالقلق ينشأ عند شُعور الفردِ بالنَّقصِ الاجتماعي أَو العقلي أو العضوي، والذي قد يُصابُ به الشَّخص في مرحلة الطُّفولة (عبد ، 2017)

بينما يشير التوجه المعرفي في علم النفس إلى أن القلق الاجتماعي هو ناتج لإدراك الفرد وتفكيره ، حيث ينظر الفرد الذي لديه أعراض القلق الاجتماعي إلى نفسه نظرة سلبية لذاته ويضخم نقاط ضعفه ويخفض من قدراته وإمكانياته ، ويعطي اهتماما مبالغا فيه لتقييمات الآخرين ، ونتيجة لذلك تضعف قدرة الفرد على تضمين استجابات سلوكية متوافقة وانخفاض في إقامة العلاقات الاجتماعية (شما ، 2015)

الدراسات السابقة :

فنجد دراسة (ابريعم ، 2014) والتي كانت عن علاقة إدمان الانترنت بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب جامعة (أم البواقي) بالجزائر ، وتكونت عينة الدراسة من (243) طالب وطالبة ، وقد تم استخدام مقياس إدمان الانترنت ومقياس الشهور بالوحدة النفسية ، وقد أظهرت نتائج الدراسة علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الانترنت والشعور بالوحدة النفسية ، كما بينت النتائج وجود فروقا ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطلاب في مستوى إدمان الانترنت والشعور بالوحدة النفسية في اتجاه الطلاب .

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

أما دراسة (عزمي، فتحي،2015) حيث هدفت الدراسة إلى فحص الفروق بعض سمات الشخصية والقلق الاجتماعي بين مستخدمي وغير مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي لعينة من طلاب كلية التربية جامعة المنيا جميع الشعب(150 مستخدم و150 غير مستخدم لشبكات التواصل الاجتماعي) ، وشملت أدوات الدراسة :استبيان تفضيل استخدام شبكات التواصل الاجتماعي، مقياس سمات الشخصية، مقياس القلق الاجتماعي وأشارت النتائج إلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستخدمي وغير مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي في بعض الخصائص الشخصية ، وكذلك وجود فروق دالة إحصائيا بين مستخدمي وغير مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي في بعد المظاهر الفسيولوجية للقلق ، في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستخدمي وغير مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي في الإحجام عن الآخر كأحد أبعاد القلق الاجتماعي.عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث من مستخدمي الشبكات في بعض الخصائص الشخصية ما عدا بعد الانفتاح على الخبرة فقد كانت الفروق لصالح الذكور. وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي في القلق الاجتماعي .

أما دراسة (Krol, Venemans & Kraaii,2015) والتي هدفت إلى معرفة دور القلق الاجتماعي في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين ، أجريت الدراسة على هينة بلغ قوامها (415) مراهق بلغت أعمارهم من سن 15 – سن 18 عام ، وقد تم استخدام مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ومقياس Liebowitz للقلق الاجتماعي ، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والقلق الاجتماعي.

بينما دراسة (قواسمية ، 2016) والتي كانت عن مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في زيادة العزلة عند الطلبة الجامعيين الجزائريين ، وقد أجريت الدراسة على عينة من طلاب قسم العلوم الإنسانية بجامعة العربية التبسي بلغ عددها (45 طالب وطالبة) ، وقد استخدمت الباحثة مقياس العزلة الاجتماعية ، ومقياس وسائل التواصل الاجتماعي ، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة بين وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية ، كما بينت الدراسة عدم وجود فروقا ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في مستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي .

أما دراسة (يونس ،2016) والتي هدفت لمعرفة العلاقة بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الأزهر بغزة بلغ عددها 619 طالب وطالبة ، وقد استخدمت الباحث مقياس إدمان شبكات التواصل الاجتماعي ، وقائمة الاضطرابات النفسية ، وقد توصلت الدراسة لعدد من النتائج منها : وجود علاقة ذات دليلة إحصائية بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والاضطرابات النفسية ، كما أوضحت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس .

أما دراسة (قدوره ، 2017) والتي كانت عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالصحة النفسية وبعض سمات الشخصية لدى طلاب جامعة الجزيرة بالسودان ، حيث أجريت الدراسة على عينة بلغ عددها (404) طالب وطالبة ، وقد تم تطبيق مقياس استخدام شبكات التواصل الاجتماعي ، ومقياس الصحة النفسية لدى الشباب ، ومقياس أيزنك للشخصية ، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي والصحة النفسية ، بالإضافة إلى عدم وجود ذات فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في مستوى استخدام شبكات التواصل الاجتماعي.

بينما نجد دراسة (Hughes,2017) والتي كانت عن العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والقلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة Northeast بولاية بوسطن الأمريكية ، وقد استخدم الباحث استبيانا مجهولا لتحليل استخدامات وسائل التواصل الاجتماعي ومقياس القلق الاجتماعي ، وقد أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والقلق الاجتماعي .

أما دراسة (Aksoy,2018) فقد كان الهدف منها هذه هو تحديد أسباب إدمان الأفراد على وسائل التواصل الاجتماعي ، الذين يعرفون أنفسهم كمدمني وسائل التواصل الاجتماعي ، بطريقة أوضح وأكثر واقعية من أجل تحقيق هذا الهدف ، تم اختبار المشاركين باختبار الإدمان ، وتم اختيار 25 طالبًا جامعيًا يعتبرون أنفسهم مدمنين على وسائل التواصل الاجتماعي للدراسة، أظهرت نتائج البحث أن أسباب المشاركين لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي كانت نقص الأصدقاء ، كما أشارت الدراسة إلى أن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي له بداية واستمرارية ، لقد اتضح أن الأفراد الذين كانوا في مرحلة البداية كانوا يميلون إلى البدء في استخدام وسائل

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

التواصل الاجتماعي لأسباب مثل عدم القدرة على العثور على أصدقاء ، ونقص التنشئة الاجتماعية ، ورتابة الحياة. في مرحلة استمرارية الإدمان الفردي ، ذكروا أنهم يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لأسباب مثل ، أداء واجب ، وحماية العلاقات الاجتماعية التي لديهم، كما كان أحد أسباب الإدمان هو الحاجة إلى الاختلاط ، كما بين ت الدراسة ان الطلاب أكثر أدمانا لوسائل التواصل الاجتماعي من الطالبات .

بينما نجد دراسة(Mozafari, Mohamad, Sepahvandi & FiroozeH.2018) والتي كانت عن علاقة إدمان الانترنت بالقلق الاجتماعي والشعور بالوحدة لدى طلاب المدارس الثانوية بمدينة(ياسوج) الإيرانية ، تكونت العينة من 220 طالبًا جامعيًا (118 طالبة و 102 طالبا ، تم استخدام اختبار إدمان الإنترنت ومقياس القلق للتفاعل الاجتماعي (SIAS) ومقياس الوحدة الاجتماعية والعاطفية للبالغين تم استخدام (SELSA-S) في جمع البيانات ، أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين القلق الاجتماعي والوحدة الاجتماعية والوحدة الرومانسية والوحدة العائلية مع إدمان الإنترنت ، علاوة على ذلك ، وجد أن القلق الاجتماعي والوحدة الرومانسية من المؤشرات المهمة المنبئة لإدمان الإنترنت .

في حين نجد دراسة (منير ،2018) والتي كانت عن إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة ، وقد أجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها (64) طالب وطالبة ممن يدرسون بالجامعات الحكومية في قطاع غزة ، وقد تم تطبيق مقياس الاكتئاب ومقياس إدمان الانترنت ومقياس الشعور بالوحدة النفسية ، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الانترنت والشعور بالوحدة النفسية ، كما بينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في كل من إدمان الانترنت والشعور بالوحدة النفسية

ونجد ان دراسة (سليمان ، الظفري ، 2019) قد هدفت إلى الكشف عن نسبة انتشار الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بين طلبة جامعة السلطان قابوس ، تكونت عينة الدراسة من 237 طالبا وطالبة منهم 67% من الطالبات ، 33% من الطلاب ، وطبق عليهم مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعية من إعداد الباحثين ، وبينت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بين طلبة الجامعة تصل إلى 1.21% ، وظهر أنّ أعراض" التحمل والصراع "هي الأكثر شيوعا لدى الطلبة ،وكشف تحليل التباين المتعدد أيضا عن عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين طلبة الجامعة في الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي وفقا للجنس .

أما دراسة (صوالحة ، وجلاد ،2019) والتي كانت عن إدمان الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة عمان الأهلية ، طبقت الدراسة على عينة بلف قوامها (199طالب وطالبة) ، وقد استخدم الباحثان مقياس القلق الاجتماعي ومقياس إدمان الانترنت ، وقد أظهرت عينة الدراسة وجود علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الانترنت والقلق الاجتماعي ، بالإضافة إلى ذلك قد وجدت فروقا ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في مستوى إدمان الانترنت في اتجاه الإناث ، كما بينت النتائج عدم وجود فروقا ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في القلق الاجتماعي

أما دراسة (Baltaci,2019) والتي كانت عن العلاقة التنبؤية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والقلق الاجتماعي والشعور بالوحدة والسعادة ، أجريت الدراسة على عينة من طلاب الجامعات الحكومية بتركيا بلغ عددها (312) توزعت بين (165) طالبة ، و (147) طالب ، استخدم الباحث مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، اجتماعي مقياس القلق ، النموذج القصير لاستبيان أكسفورد للسعادة ، والشكل القصير لـ UCLA استبيان الشعور بالوحدة ، أظهرت النتائج أن هناك علاقة إيجابية بين مستويات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة، ووجدت علاقة سلبية بين مستويات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى السعادة ، بالإضافة إلى ذلك أظهرت النتائج ان القلق الاجتماعي ينبأ بمستويات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي .

أما دراسة (Yavich, Davidovitch & Frenkel,2019) والتي كانت عن علاقة وسائل التوصل الاجتماعي بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة (أريل) بلغ عددها (157) طالب وطالبة، وقد استخدم مقياس تقييم أنماط وسائل التواصل الاجتماعي للفيسبوك ، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية ، وقد أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ووسائل التواصل الاجتماعي .

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

تعليق عام على الدراسات السابقة :

يتضح من الدراسات السابقة أهمية موضوع إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بالوحدة النفسية والقلق الاجتماعي ، ويرى الباحث ان الدراسات السابقة قد ارتكزت على ثلاثة محاور، المحور الأول قد تناول علاقة الانترنت أو استخدام و إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بالقلق الاجتماعي وقد تبين من هذه الدراسات ان القلق الاجتماعي يرتبط ايجابيا بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، أما المحور الثاني من الدراسات السابقة فقد تركز حول علاقة إدمان وسائل التواصل الاجتماعي أو الانترنت بالوحدة النفسية ، وقد أظهرت نتائج هذه الدراسات علاقة ايجابية بين الوحدة النفسية واستخدام الانترنت أو وسائل التواصل الاجتماعي ، ما المحو الثالث من الدراسات السابقة فقد تناول علاقة وسائل التواصل الاجتماعي بكل من الوحدة النفسية والقلق الاجتماعي ، حيث أظهرت تلك الدراسات وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان أو استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بكل من الوحدة النفسية والقلق الاجتماعي .

ويرى الباحث ان الدراسات السابقة قد تناولت العلاقة بين إدمان الانترنت ووسائل التواصل الاجتماعي وكل من القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية دون التطرق لدراسة العلاقة التنبؤية بينهما باستثناء دراسة (Mozafari, Mohamad, Sepahvandi & FiroozeH.2018) ، ودراسة (Baltaci,2019) ، كما يرى الباحث ان الدراسات السابقة التي تناولت متغير القلق الاجتماعي لم توضح طبيعة هذا المتغير هل هو سمة القلق الاجتماعي ؟ أم هو حالة القلق الاجتماعي ؟ لأن القلق الاجتماعي قد يكون سمة أو اضطرابات حتى إذا كان اضطراباً لم توضح الدراسات السابقة كيف تم تشخيص هذا الاضطراب ، وبالتالي قد وضح الباحث في دراسته الحالية ان القلق الاجتماعي المقصود به هو سمة القلق الاجتماعي وتم تقييمه نفسيا من خلال أداة تقييم وهي مقياس سمات القلق الاجتماعي .

المنهج وإجراءات الدراسة :

أولا : المنهج :

استخدم الباحث المنهج الوصفي الذي يهدف لدراسة العلاقة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي ،بالإضافة لمعرفة الفروق الفردية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، والشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي، و معرفة العلاقة التنبؤية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي.

ثانيا :مجتمع و عينة الدراسة :

- **مجتمع الدراسة** :ويقصد بمجتمع الدراسة في الدراسة الحالية طلاب وطالبات جامعة نجران
- **عينة الدراسة** :طبقت أدوات الدراسة على عينة قوامها (118) طالب وطالبة
- **طرق اختيار عينة الدراسة** : اختار الباحث عينة الدراسة بالطريقة القصدية وهم الطلاب والطالبات الذي درسوا الفصل الدراسي الصيفي بكلية التربية وكلية العلوم والآداب بجامعة نجران للعام الجامعي 1441/1440هـ - 2020/2019م
-
- **وصف عينة الدراسة :**

أ- **من حيث العدد والنوع :**

جدول(1) يوضح وصف عينة الدراسة من حيث العدد والنوع (ذكر- أنثى) ونسبته المئوية

النوع	العدد	النسبة المئوية %
طالب	54	45.76
طالبة	64	54.24
المجموع	118	100

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

ب- من حيث المستوى الدراسي

جدول(2) يوضح وصف عينة الدراسة من حيث المستوى الدراسي ونسبته المئوية

	عينة الطلاب ن = 54		عينة الطالبات ن=64		المجموع	
	العدد	النسبة المئوية %	العدد	النسبة المئوية %	العدد	النسبة المئوية %
المستوى الثاني	2	3.70	2	3.12	4	3.38
المستوى الثالث	12	22.22	10	15.62	22	18.64
المستوى الرابع	8	14.81	10	15.62	18	15.25
المستوى الخامس	9	16.66	15	23.43	24	20.33
المستوى السادس	12	22.22	13	20.31	25	21.18
المستوى السابع	9	16.66	13	20.31	22	18.64
المستوى الثامن	2	3.70	1	1.85	3	2.54
المجموع	54	%100	64	100	118	%100

ج- من حيث التخصص الدراسي

جدول(3) يوضح وصف عينة الدراسة من حيث التخصص الدراسي ونسبته المئوية

	عينة الطلاب ن = 54		عينة الطالبات ن=64		المجموع	
	العدد	النسبة المئوية %	العدد	النسبة المئوية %	العدد	النسبة المئوية %
علم النفس	22	40.74	23	35.93	45	38.13
التربية الخاصة	16	29.62	14	21.87	30	25.42
الطفولة المبكرة	-	-	18	28.12	18	15.25
اللغة العربية	16	29.62	9	14.06	25	21.18
المجموع	54	100	64	100	118	100

د- من حيث السن :

تراوحت أعمار عينة الدراسة من (18 عام : 23 عام) بمتوسط (19.7) عام.

ثالثاً :أداوت الدراسة : استخدم الباحث الأدوات التالية:

- **مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي من إعداد الباحث**
- **مقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداد الباحث**
- **مقياس سمات القلق الاجتماعي من إعداد الباحث**

أولا : مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي :

اطلع الباحث على عينة من مقاييس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي باللغة العربية و اللغة الانجليزية مثل مقياس **(Şahin,2018)** ، ومقياس **(Tutgun& Deniz,2015)**، ومقياس**(Almenayes,2015)** ، ثم قام الباحث بتحليل مضمون نتائج بعض الدراسات النفسية العربية والأجنبية التي تناولت مؤشرات وأعراض إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ومن خلال نتائج تحليل المضمون قام الباحث بصياغة مجموعة من المواقف والعبارات التي تعبر إدمان وسائل التواصل الاجتماعي .

أ- وصف مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي

يتكون إدمان وسائل التواصل الاجتماعي من (20) عبارة في صورته النهائية يشمل بعدا واحدا يشمل عدم التحكم في تصفح وسائل التواصل الاجتماعي ، الانشغال الزائد والمفرط بها ، تفضيل وسائل التواصل الاجتماعي على أي وسائل أخرى ، الشعور ببعض الآم الرقبة والأيدي نتيجة الاستخدام المفرط، الشعور بالضيق لتوقف الانترنت ، استغلال وقت الفراغ في العالم الافتراضي ، انخفاض مستوى التواصل الاجتماعي مع الوسط المحيط .

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

ب- طريقة تصحيح مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي

جدول (4) يوضح طريقة تصحيح مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي

الاستجابة	الدرجة
دائماً	4
غالباً	3
أحياناً	2
نادراً	1
أبداً	صفر

وبناء علي ما سبق يمكن توضيح التالي:- ينزع الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية في مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي إلى أنهم يظهرون مؤشرات لاعتمادهم المفرط والمستمر لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي ، بينما تدل الدرجات المنخفضة على عكس ذلك .

ج- الخصائيص السيكومترية لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماع

أولا : صدق مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي:

1- **صدق المحكمين:** حيث قام الباحث بإعداد صورة المقياس وعرضها على المحكمين وعددهم (5) محكمين متخصصين في (علم النفس الإكلينيكي ، وعلم النفس المرضي ، والصحة النفسية) حيث طلب الباحث من المحكمين توضيح ما إذا كانت العبارات صالحة وتناسب الهدف الذي وضعت من أجله وإما إذا كانت العبارة غير صالحة وأيضاً بالنسبة للألفاظ والصياغة العامة وأيضاً التعديل المقترح الذي يراه المحكمين ، وقد وضع الباحث معياراً للإبقاء على العبارة وكذلك التعديل في الألفاظ والصياغة العامة وهي حصولها علي اتفاق عدد (3) من المحكمين وقد حصل الباحث علي اتفاق تراوح ما بين (4- 5) من المحكمين بنسبة مئوية تراوحت ما بين (80-100%) على عبارات المقياس وأعتبر أن نسبة اتفاق المحكمين معياراً لصدق المقياس.

2- **صدق الاتساق الداخلي** : استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي والذي اظهر معاملات الارتباط والدلالة بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على النحو التالي:

جدول (5) يوضح معامل الارتباط والدلالة بين درجة العبارات والدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي

م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.145	غير دال	14	0.111	غير دال
2	0.784	0.01	15	0.814	0.01
3	0.555	0.01	16	0.700	0.01
4	0.748	0.01	17	0.140	غير دال
5	0.662	0.01	18	0.511	0.01
6	0.569	0.01	19	0.166	غير دال
7	0.269	0.05	20	0.288	0.05
8	0.551	0.01	21	0.274	0.05
9	0.492	0.01	22	0.458	0.01
10	0.605	0.01	23	0.499	0.01
11	0.669	0.01	24	0127	غير دال
12	0.184	غير دال	25	0.665	0.01
13	0.553	0.01	26	0.599	0.01

يتضح من خلال جدول (5) استبعاد الباحث للعبارات التي أسفرت نتائج صدق الاتساق الداخلي عن عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس وقد بلغ عدهم (6) عبارات ،وبالتالي يحتوي مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي في صورته النهائية على (20) عبارة.

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

ثانيا : ثبات مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي: استخدم الباحث طريقة إعادة التطبيق لحساب ثبات مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي حيث تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (31) طالب وطالبة مما تتوافر فيهم عينة خصائص الدراسة، ثم عاود الباحث التطبيق عليهم مرة أخرى بعد مرور ثلاثة أسابيع تقريباً وبحساب معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني وجد الباحث أن معامل الارتباط هو 0.684 بمستوى دلالة 0.01 وذلك مما يدعم ثبات المقياس .

ثانيا : مقياس الشعور بالوحدة النفسية

اطلع الباحث على عينة من مقاييس الشعور بالوحدة النفسية باللغة العربية و اللغة الانجليزية مثل مقياس **(محمد ، 2018)** ، ومقياس **(Puri,2015)** ، ثم قام الباحث بتحليل مضمون نتائج بعض الدراسات النفسية العربية والأجنبية التي تناولت مظاهر ومؤشرات الشعور بالوحدة النفسية ومن خلال نتائج تحليل المضمون قام الباحث بصياغة مجموعة من المواقف والعبارات التي تعبر عن الوحدة النفسية

أ- **وصف مقياس الشعور بالوحدة النفسية :** يتكون مقياس الشعور الوحدة النفسية من (15) عبارة في صورته النهائية يشمل بعدا واحدا يتمثل في الشعور بعدم الاهتمام من قبل الآخرين ، الافتقاد للأصدقاء والأقرباء ، فقدان الرغبة في التواصل مع الآخرين ، الصعوبة في تكوين صداقات ، الشعور بالتجاهل من قبل الآخرين ، فقدان الحب والألفة والود في العلاقات الاجتماعية .

ب- طريقة تصحيح مقياس الشعور بالوحدة النفسية

جدول (6) يوضح طريقة تصحيح مقياس الشعور بالوحدة النفسية

الاستجابة	الدرجة
دائماً	4
غالباً	3
أحياناً	2
نادراً	1
أبداً	صفر

وبناء علي ما سبق يمكن توضيح التالي:- ينزع الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية في مقياس الشعور بالوحدة النفسية إلى أنهم يظهرون شعورا عاليا من الوحدة النفسية ، بينما تدل الدرجات المنخفضة على عكس ذلك .

ج- الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية

أولا : صدق مقياس الشعور بالوحدة النفسية :

1- **صدق المحكمين:**استخدم الباحث تجربة صدق المحكمين لحساب صدق مقياس الشعور بالوحدة النفسية بنفس الطريقة والإجراءات التي استخدمت لحساب صدق المحكمين لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، وقد حصل الباحث علي اتفاق تراوح ما بين (4- 5) من المحكمين بنسبة مئوية تراوحت ما بين (80-100%) على عبارات المقياس وأعتبر أن نسبة اتفاق المحكمين معياراً لصدق المقياس.

2- **صدق الاتساق الداخلي :** استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي والذي اظهر معاملات الارتباط والدلالة بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على النحو التالي:

جدول (7) يوضح معامل الارتباط والدلالة بين درجة العبارات والدرجة الكلية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية

م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.601	0.01	10	0.287	0.05
2	0.526	0.01	11	0.269	0.05
3	0.478	0.01	12	0.150	غير دال
4	0.444	0.01	13	0.599	0.01
5	0.119	غير دال	14	0.658	0.01
6	0.400	0.01	15	0.449	0.01

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

7	0.714	0.01	16	0.661	0.01
8	0.633	0.01	17	0.491	0.01
9	0.123	غير دال	18	0.553	0.01

يتضح من خلال جدول (7) استبعاد الباحث للعبارات التي أسفرت نتائج صدق الاتساق الداخلي عن عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس وقد بلغ عددهم (3) عبارات ،وبالتالي يحتوي مقياس الشعور بالوحدة النفسية في صورته النهائية على (15) عبارة.

ثانيا : ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية

استخدم الباحث طريقة إعادة التطبيق لحساب ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية ، حيث تم تطبيق المقياس على نفس العينة الاستطلاعية التي استخدمت لحساب الثبات لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ثم عاود الباحث التطبيق عليهم مرة أخرى بعد مرور ثلاثة أسابيع تقريباً وبحساب معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني وجد الباحث أن معامل الارتباط هو 0.703 بمستوى دلالة 0.01 وذلك مما يدعم ثبات المقياس .

ثالثا : مقياس سمات القلق الاجتماعي

اطلع الباحث على عينة من مقاييس القلق الاجتماعي مثل مقياس **(Caballo, Salazar, Irurtia, Arias & CISO,2012)** ، ومقياس (**ليبوينتز،2018**) ، ثم قام الباحث بتحليل مضمون نتائج بعض الدراسات النفسية العربية والأجنبية التي تناولت أعراض ومؤشرات ومظاهر القلق الاجتماعي ومن خلال نتائج تحليل المضمون قام الباحث بصياغة مجموعة من المواقف والعبارات التي تعبر عن سمات القلق الاجتماعي .

أ- وصف مقياس سمات القلق الاجتماعي

ويتكون مقياس سمات القلق الاجتماعي من (20) عبارة في بُعدين البعد الأول " الجوانب الانفعالية للعزلة " ويشمل الشعور بالحرج الاجتماعي والضيق في وجود الآخرين ، والرغبة في عدم التواصل البصري مع الآخرين ، وانخفاض مهارات التواصل الاجتماعي ، والشعور بالراحة في حال الجلوس في عزلة بعيدا عن أنظار الآخرين ويشمل في المقياس بالعبارات أرقام (1-10)، أما البعد الثاني " تجنب المواقف الاجتماعية "ويتمثل في تجنب الاختلاط بالآخرين والبعد عنهم ، الصمت في وجود الآخرين ، عدم حضور المناسبات الاجتماعية ، تفضيل العلاقات الاجتماعية غير المباشرة ، ويشمل في المقياس بالعبارات أرقام (11-20)

ب- طريقة تصحيح مقياس سمات القلق الاجتماعي

جدول (8) يوضح طريقة تصحيح مقياس سمات القلق الاجتماعي

الاستجابة	الدرجة
دائماً	4
غالباً	3
أحياناً	2
نادراً	1
أبداً	صفر

وبناء علي ما سبق يمكن توضيح التالي: ينزع الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية في مقياس سمات القلق الاجتماعي إلى أنهم يظهرون سمات مرتفعة من القلق الاجتماعي، بينما تدل الدرجات المنخفضة على عكس ذلك .

ج- الخصائص السيكومترية لمقياس سمات القلق الاجتماعي

أولا : صدق مقياس سمات القلق الاجتماعي :

1. **صدق المحكمين** : استخدم الباحث تجربة صدق المحكمين لحساب صدق مقياس سمات القلق الاجتماعي بنفس الطريقة والإجراءات التي استخدمت لحساب صدق المحكمين للمقاييس السابقة (مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية)، وقد حصل الباحث علي اتفاق تراوح ما بين(4-5) من المحكمين بنسبة مئوية تراوحت ما بين (80-100%) على عبارات المقياس وأعتبر أن نسبة اتفاق المحكمين معياراً لصدق المقياس.

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

2. **صدق الاتساق الداخلي**: استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي والذي اظهر معاملات الارتباط والدلالة بين درجة العبارة والدرجة الكلية للأبعاد ، كما اظهر معاملات الارتباط والدلالة بين درجة الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس وذلك على النحو التالي:

أ- معاملات الارتباط والدلالة بين درجة العبارة والدرجة الكلية للأبعاد :

جدول (9) يوضح معامل الارتباط والدلالة بين درجة العبارات والدرجة الكلية لأبعاد مقياس سمات القلق الاجتماعي

م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.101	غير دال	1	0.589	0.01
2	0.459	0.01	2	0.294	0.05
3	0.399	0.01	3	0.507	0.01
4	0.620	0.01	4	0.443	0.01
5	0.554	0.01	5	0.614	0.01
6	0.400	0.01	6	0.519	0.01
7	0.701	0.01	7	0.709	0.01
8	0.278	0.05	8	0.280	0.05
9	0.555	0.01	9	0.551	0.01
10	0.127	غير دال	10	0.115	غير دال
11	0.260	0.05	11	0.118	غير دال
12	0.700	0.01	12	0.634	0.01

يتضح من خلال جدول (9) استبعاد الباحث للعبارات التي أسفرت نتائج صدق الاتساق الداخلي عن عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس وقد بلغ عدهم (4) عبارات ، ليحتوي مقياس سمات القلق الاجتماعي في صورته النهائية على (20) عبارة.

ب- معاملات الارتباط والدلالة بين درجة الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس

جدول رقم (10) يوضح معامل الارتباط والدلالة بين درجة البعد والدرجة الكلية لمقياس سمات القلق الاجتماعي

مسلسل الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الأول (الجوانب الانفعالية للعزلة)	0.736	0.01
البعد الثاني (تجنب المواقف الاجتماعية)	0.702	0.01

ثانيا : ثبات مقياس سمات القلق الاجتماعي

استخدم الباحث طريقة إعادة التطبيق لحساب ثبات مقياس سمات القلق الاجتماعي ، حيث تم تطبيق المقياس على نفس العينة الاستطلاعية التي استخدمت لحساب الثبات للمقاييس السابقة ثم عاود الباحث التطبيق عليهم مرة أخرى بعد مرور ثلاثة أسابيع تقريباً وبحساب معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني وجد الباحث أن معامل الارتباط هو 0.699 بمستوى دلالة 0.01.

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

نتائج الدراسة ومناقشتها :

أولا : نتيجة التساؤل الأول ومناقشته:

"هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية ؟"

جدول (11) يوضح معامل الارتباط والدلالة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية "

المتغيرات	إدمان وسائل التواصل الاجتماعي	
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الشعور بالوحدة النفسية	0.363	0.01

يتضح من الجدول رقم (11) وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية (0.363) بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية ، عند مستوى دلالة (0.01) ،وهذا يعني بان الزيادة في مستوى الشعور بالوحدة النفسية يؤدي إلى من مستوى إدمان وسائل التوصل الاجتماعي ، ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الفئة العمرية التي تمثل طلاب وطالبات الجامعة تعد من أواخر مرحلة المراهقة والتي تتميز بتغيرات نفسية وفكرية نتيجة الشعور بالرغبة في تحقيق الهوية مما يسهم بشكل كبير في شعورهم بالوحدة الأمر الذي قد يسبب الشعور بالاغتراب الاجتماعي و يجعلهم أكثر إقبالا على استخدام الانترنت وخاصة وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مفرط ومبالغ به وذلك تعويضا لحالة الشعور بالوحدة النفسية إلى حالة الشعور بالقدرة على إقامة علاقات اجتماعية افتراضية عبر وسائل التواصل الاجتماعي .

كما ان المرحلة العمرية لطلبة الجامعة يشعرون بوجود فجوة نفسية تباعد بينهم وبين أشخاص الوسط المحيط، هذا ما يدفعهم لكره الآخرين ومن ثمة يزيد مستوى الشعور بالوحدة النفسية لديهم،مما يؤدي إلى إدمانهم على الانترنت خاصة مع سهولة استخدام الكمبيوتر والدخول على الانترنت والذي يحقق لهم المتعة الشخصية، والشعور بالذات والهروب من المشكلات الاجتماعية وتعويض افتقادهم للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات اجتماعية افتراضية **(ابريعم ،2013)**

ويرى الباحث ان إدمان وسائل التواصل الاجتماعي في مضمونه ليس أدمانا لوسائل التواصل الاجتماعي في حد ذاتها بل هو إدمان لمحتوى تلك الوسائل ، وبما ان محتوى وسائل التواصل الاجتماعي يقوم أساسا تقوم على التعارف الاجتماعي مما يجذب الأشخاص الذين لا يجدون أنفسهم وسط محيطهم الاجتماعي مما يجعلهم راغبين في تكوين علاقات اجتماعية افتراضية تعويضا عن إحساسهم بالوحدة في محيطهم الاجتماعي الحقيقي .

أن الأشخاص الذين يشعرون بالوحدة النفسية لم يطوروا مهارات اجتماعية ايجابية في واقعهم الاجتماعي لكنهم يمكنهم أن يطوروا سلوكيات إلزامية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مفرط تمنعهم من بناء علاقات اجتماعية صحية وتفاعلات في حياتهم اليومية مما يؤكد أن إدراكهم في الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي أو إدمان الانترنت هو الحل لأنهم يشعرون بالراحة النفسية في هذا العالم الافتراضي بدلا عن العالم الحقيقي الذي يشعرون فيه بأنه مخيب لأمالهم لأنهم افتقدوا فيه الحب و التقبل أو الاهتمام من الآخرين المحيطين بهم **(Erol & Cirak,2019)**

كما قد يتجه الأشخاص ذوي الشعور بالوحدة النفسية على إدمان وسائل التواصل الاجتماعي أو الاستخدام المفرط لها لان تلك النوعية من الشخصيات يفشلون في الدخول في مسار الحوار بسبب التوقعات السلبية ، وبسبب نقص مهارات الاتصال اللازمة ، فإنهم يفشلون في إقامة صداقات وثيقة والحفاظ عليها كما أنهم حساسون للعلاقات الاجتماعية ، وهم قلقون ومدركون لذاتهم ويترددون في الرفض في إقامة علاقات ودية ، ومواجهة الأنشطة الاجتماعية ، والمشاركة في مجموعات ، والاستمتاع بالحفلات والسيطرة على البيئة، كما أنهم يعتبرون أنفسهم سلبيين ، غير جدير بالاحترام ، ولديهم احترام أقل للذات مما يجعلهم ينخرطون في الواقع الافتراضي الخاص بمحتوى وسائل التواصل الاجتماعي تعويضا عن خيبة أملهم في واقعهم الحقيقي (Ranaeiy, Taghavi, & Goodarzi)

وتتفق نتيجة هذا التساؤل مع نتائج دراسة **(Baltaci,2019)** ، ودراسة **(Mozafari Sepahvandi & Ghazanfari,2018** ، ودراسة **(ابريعم ، 2014)** ، ودراسة **(منير ،2018)**، بينما اختلفت هذه مع نتائج دراسة

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

(Yavich, Davidovitch & Frenkel,2019) التي لم تجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

ثانيا : نتيجة التساؤل الثاني ومناقشته:

"هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي؟ "

جدول (12) يوضح معامل الارتباط والدلالة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي "

المتغيرات	إدمان وسائل التواصل الاجتماعي	
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
سمات القلق الاجتماعي	0.318	0.01

يتضح من الجدول رقم (12) وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية (0.318) بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسمات القلق الاجتماعي ، عند مستوى دلالة (0.01) ،وهذا يعني انه ارتفاع سمات القلق الاجتماعي يؤدي إل زيادة إدمان والاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي ، ويفسر الباحث هذه النتيجة بان القلق الاجتماعي هو إدراك باعتقاد خاطئ ، بأنه سيتم تقييمه تقييما سلبيا من قبل الآخرين مما يجعله يعتبر بأن المواقف الاجتماعية مصدرا للتهديد ولهذا السبب يتحاشى الأشخاص من ذوي سمات القلق الاجتماعي الانخراط في العلاقات والمحيط الاجتماعي ليس حزنا أو اكتئابا لكنه يشعر بالتهديد من هذا الانخراط ، مما يؤدي إلى الانخراط في العلاقات الاجتماعية الافتراضية في وسائل التواصل الاجتماعي لغياب مصدر التهديد من التقييم السلبي للآخرين في حال انخرط معهم في علاقات حقيقية ، وبالتالي يسهم ذلك في زيادة مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي .

كما يرى الباحث أنه وفقا للاتجاه التحليلي في علم النفس فان الأشخاص من ذوي سمات القلق الاجتماعي يقومون بأسلوب تعويضي عن فشلهم في إقامة العلاقات الاجتماعية في العالم الحقيقي إلى إقامة علاقات اجتماعية ومتعددة في عالم افتراضي يخلو من أي تهديد(للانا) نتيجة الخوف من التقييمات السلبية الموجودة في العالم الحقيقي من وجهة نظرهم .

كما أن القلق الاجتماعي ينتشر بين البالغين أكثر من أي مرحلة عمرية أخرى ، حيث أظهرت بعض الدراسات النفسية إلى ان طلاب الجامعات يتقدمون بمعدلات سريريه أعلى من القلق الاجتماعي ، كما وجد أن الطلاب القلقين اجتماعيًا يجدون صعوبة في تكوين الروابط الاجتماعية ، والخوف من العلاقات مع الآخرين نتيجة التقييم السلبي الذي قد يتعرضوا له نتيجة تلك العلاقات ، مما ينخرطون في وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مفرط مما يؤدي إلى إدمانهم لتلك الوسائل التي تشعرهم بالراحة نتيجة اختفاء مصدر التهديد الناتج من التفاعل وجه لوجه الموجود في العلاقات الاجتماعية الحقيقية (Parade, Leerkes & Blankson,2010)

كما ان وسائل التواصل الاجتماعي توفر فرصًا كبيرة ، من حيث التفاعل مع الآخرين ، للأفراد الذين يعانون من القلق الاجتماعي ،حيث تم اقتراح فرضيتين مختلفتين لتوضيح سبب استخدام الأفراد القلقين اجتماعيًا للانترنت بشكل عام ومواقع التواصل الاجتماعي بشكل خاص ، الفرضية الأولى هي فرضية التعويض الاجتماعي والتي بموجبها يستخدم الأفراد مواقع الشبكات الاجتماعية عبر الإنترنت من أجل التعويض عن العجز في المهارات الاجتماعية أو الانزعاج في المواقف وجهاً لوجه ، أما الفرضية الثانية فهي تعارض الفرضية الأولى تسمى فرضية التحسين الاجتماعي ووفقًا لهذه الفرضية يستخدم الأفراد المهرة اجتماعيًا مواقع الشبكات الاجتماعية عبر الإنترنت للعثور على فرص إضافية للتفاعل مع الآخرين (Dobrean & Păsărelu,2016)

وبما ان أن الخوف من الاتصال هو الخوف أو القلق المرتبط بالتواصل في علاقات اجتماعية مع أشخاص آخرين وبالتالي فأن القلق أثناء التفاعل يتم تعلمه من خلال التعزيز القائم على التكييف في التواصل وهذا هو السبب الرئيس في إدمان الأشخاص من ذوي القلق الاجتماعي لمواقع التواصل الاجتماعي والانترنت وسيطًا جديدًا للاتصال عبر الكمبيوتر بدون تفاعل وجهاً لوجه، نظرًا لأن الإنترنت يتيح عدم الكشف عن هويته ، فإن انسياب الهوية الذاتية قد يخفف من مخاوف الآخرين من النقد ، وقد يؤدي عدم وجود تفاعل مباشر وجها لوجه إلى تقليل المخاوف بشأن التقييم السلبي من الآخرين ، وبالتالي قد تجعل مستخدمي الإنترنت متحررين من القواعد

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

الاجتماعية ويشعرون بأنهم أقل عرضة للنقد من الآخرين مما يتسبب في إدمانهم لمواقع التواصل الاجتماعي . (Yen,2012)

وتتفق نتيجة هذا التساؤل مع نتائج دراسة (Yujia, Jiao & Liqiong,2017) ،ودراسة (جلاد وصوالحة ،2019) ، ودراسة (Baltaci,2019) ، ودراسة ، ودراسة (Krol, Venemans & Kraaii,2015) ، فيما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (Hughes,2017) ، التي أظهرت عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين وسائل التواصل الاجتماعي ، والقلق الاجتماعي .

ثالثا : نتيجة التساؤل الثالث ومناقشته

"هل توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، والشعور بالوحدة النفسية ، وسمات القلق الاجتماعي؟

جدول رقم (13) يوضح المتوسطات الحسابية "م" والانحرافات المعيارية :ع" وقيمة " ت " ومستوى الدلالة لعينة الطلاب وعينة الطالبات على متغيرات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، والشعور بالوحدة النفسية ، وسمات القلق الاجتماعي

العينة / المتغيرات	عينة الطلاب ن=54		عينة الطالبات ن=64		قيمة ت	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
إدمان وسائل التواصل الاجتماعي	2.40	0.728	3.00	1.067	3.99-	0.01
سمات القلق الاجتماعي	2.63	0.655	2.93	0.597	2.51-	0.05
الشعور بالوحدة النفسية	2.58	0.847	2.64	1.070	1.88-	غير دال

يتضح من الجدول رقم (13) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وذلك في اتجاه عينة الطالبات ، وهذا يشير إلى ان الطالبات أكثر أدماناً لوسائل التواصل الاجتماعي عن الطلاب حيث بلغ متوسط استجابات عينة الطالبات على إدمان وسائل التواصل الاجتماعي (3.00) مقابل (2.40) لدى الطلاب، كما يشير الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في سمات القلق الاجتماعي وذلك في اتجاه الطالبات ، حيث بلغ متوسط استجاباتهم على سمات القلق الاجتماعي (2.93) مقابل (2.63) لدى عينة الطلاب ، في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في الشعور بالوحدة النفسية .

فأما بخصوص الفروق الفردية بين الطلاب والطالبات في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي في اتجاه الطالبات يفسرها الباحث أن هذا يعني أن مستوى إدمان الطالبات لوسائل التواصل الاجتماعي أعلى من مستوى إدمان الطلاب ويرجع الباحث ذلك إلى ان الطالبات ليس لديهن الكثير من الأنشطة الاجتماعية أو الأنشطة الترفيهية بالمقارنة بالطلاب هذا بجانب ان الطالبات اقل استقلالية من الطلاب في أنشطة الترفيه والتسلية بالمقارنة بعينة الطلاب مما يكون مرتبطا بكثرة اطلاعهن واستخدامهن المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي كجانب تعويضي ، بالإضافة إلى ذلك فانه قد يكون ان الطالبات أعلى استخداما لوسائل التواصل الاجتماعي في الحصول على الثقافة العامة ورغبة منهن في الاستكشاف ، بالإضافة إلى ذلك فقد يكن الطالبات يواجهن المزيد من المشاكل في علاقاتهم الاجتماعية الحقيقية مما يجعلهن أكثر أدمانا لوسائل التواصل الاجتماعي تعويضا عن إحساسهم بخيبة الأمل في إقامة علاقات اجتماعية في محيط الوسط الاجتماعي المحيط بهن.

كما يرى الباحث أن الأسباب التي من الممكن تكون لها علاقة بان عينة الطلاب كانت اقل استخداما لوسائل التواصل الاجتماعي من عينة الطالبات هو ان عينة الطلاب قد يشاركون إبائهم وأسرهم في القيام بالأعمال الأسرية بالإضافة إلى انشغالهم بالنواحي الدراسية بعكس الطالبات الذين يجدون متسعا من الوقت في تصفح واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي نظرا لانخفاض أنشطتهم الاجتماعية خارج المنزل إلا من خلال الأسرة .

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة **(جلاد وصوالحة ،2019)** ، بينما اختلفت هذه مع نتائج دراسة (Aksoy,2018) ودراسة (ابريعم ، 2014) ، ودراسة **(Alnjadat, Hmaidi, Samha, Kilani & Hasswan,2019)** ، ودراسة**(Tasi et al ,2009)** ودراسة **(Leung & Lee,2012)** ،التي أظهرت نتائجهما ان الذكور أكثر استخداما لوسائل التواصل الاجتماعي من الإناث ، كما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج كل من دراسة

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

(قواسمية ،2016) ، ودراسة(**يونس ،2016)** التي أظهرت نتائجهما عدم وجود فروقا ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي .

أما بخصوص وجود فروق فردية ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في سمات القلق الاجتماعي في اتجاه الطالبات فقد أظهرت النتائج ان متوسط استجابات عينة الطالبات في سمات القلق الاجتماعي (2.93) أكثر من متوسط استجابات عينة الطلاب (2.63) حيث يفسر الباحث هذه النتيجة بان عينة الطالبات لديهن مستويات أعلى من سمات القلق الاجتماعي وذلك بسبب ان الإناث أكثر خوفا من التقييمات السلبية التي تصدر من قبل الآخرين تجاههن بالإضافة إلى ان الإناث أكثر عرضة لمواقف الحرج أو الخجل أكثر من الذكور وذلك لان الأنثى يتم تنشئتها على عدم الانخراط في إقامة العلاقات الاجتماعية بشكل كبير بل تقتصر علاقتها الاجتماعية في حدود ضيقة وذلك وفق الاعتبارات الثقافية لعينة الدراسة من حيث أنها بيئة ثقافية محافظة تتسم بعدم إعطاء الفرصة للفتاة بالانفتاح الزائد عكس ما يعطى للذكور ليس نتيجة لان هذه الثقافة قد أعطت التفوق الاجتماعي للذكر بل لان هناك اعتبارات ثقافية وقيمية تحدد إقامة العلاقات الاجتماعية في ضوء معايير محددة .

كما ان التكوين النفسي للأنثى يجعلها تشعر بعدم الارتياح أو عدم اليقين في الأوضاع الاجتماعية الخاصة بالتفاعلات والعلاقات الاجتماعية **(Caballo,2014)**

كما ان الإطار العام لتربية الإناث في المجتمعات العربية تسوده الأساليب الحمائية على العلاقات مع العالم الخارجي ، وهي البذور الأولى للخوف والإحجام وتجنب النقد ، وهو ما يجعل الإناث أكثر استعدادا لاكتساب القلق والمخاوف الاجتماعية بسبب ان تنشئة الإناث تحتم عليهن عدم التعرض للعديد من المثيرات الاجتماعية مما يقلل من خبرتهن في الاحتكاك بالمواقف الاجتماعية المتنوعة إلا في أضيق الحدود ، كما ان الاستجابة العاطفية للإناث أكثر تأثرا بالمثيرات الخارجية والموقفية وذلك لان ردود أفعالهن تتسم بالخجل في تلك المواقف **.(عبد ، 2017)**

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة**(عبد الخالق ، خليل ، أحمد ،2006)** ودراسة(**Asher ,Asnaani &Aderka,2017)** ودراسة **(عبد ،2017)** ، ودراسة **(عزمي ، فتحي ، 2015)**

بينما اختلفت نتيجة الدراسة الحالة مع دراسة **(جلاد ،صوالحة،2019)** التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في القلق الاجتماعي .

أما بخصوص عدم وجود فروقا ذات دلالة إحصائية بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في الشعور بالوحدة النفسية ، فيفسر الباحث هذه النتيجة إلى ان تلك الفئة العمرية التي تمثل طلاب الجامعة تتسم ببعض المظاهر النفسية والانفعالية الخاصة بالنمو النفسي والاجتماعي لتلك المرحلة وابرز هذا المظاهر هو الشعور بفقدان الهوية الذي ابرز ما يميزها هو الشعور بالوحدة النفسية .

كما ان الشعور بالوحدة النفسية تعد من الظواهر التي يعاني منها المراهقين والشباب وطلاب الجامعات نظرا لأنهم يمرون بتغيرات معرفية ونفسية وفكرية حيث يشعرون بوجود فجوة بينهم وبين المحيطين بهم نتيجة شعورهم بافتقاد الدخول فى إقامة العلاقات الاجتماعية المشبعة مما يؤدي إلى شعورهم بعدم التقبل والحب وإهمال الآخرين لهم مما يسهم في تكوين الشعور بالوحدة النفسية لديهم **(المجالي ،2014)**

كما يرى الباحث ان عدم وجود فروقا بين عينة الطلاب وعينة الطالبات في مستوى الشعور بالوحدة النفسية قد يرجع إلى تشابه الظروف الثقافية والاجتماعية لكلاهما ، حيث إنهما يعيشان في نفس البيئة ويتعرضون للعديد من المثيرات الاجتماعية والتربوية والثقافية المشابهة .

اتفقت نتائج هذا التساؤل مع نتاج دراسة **(منير ،2018) ، ودراسة (مراكشي، 2014)** فيما اختلفت مع دراسة **(ابريعم ، 2014) ودراسة (Ahmed,2018)** التى أظهرت نتائجهما وجود فروقا ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في الشعور بالوحدة النفسية في اتجاه عينة الطلاب ، كما اختلفت أيضا مع دراسة **(المجالي ، 2014)** التي وجدت أن الطالبات أكثر شعورا بالوحدة النفسية أكثر من الطلاب .

رابعاً : نتيجة التساؤل الرابع ومناقشته

"هل يمكن التنبؤ بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي؟" وللتحقق من هذا التساؤل استخدم الباحث معامل الانحدار المتدرج بطريقة stepwise وقد أظهرت النتائج نموذجان على النحو التالي :

النموذج الأول :

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

جدول (14) يوضح النموذج الأول لمعامل الانحدار المتدرج لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية

النموذج الأول	قيمة معامل الانحدار	الخطأ المعياري	بيتا	ت	الدلالة
الثابت	2.140	0.168	-	12.77	0.01
الشعور بالوحدة النفسية	0.358	0.086	0.363	4.13	0.01

يشير الجدول رقم (14) إلى أنه من خلال استخدام معامل الانحدار و التنبؤ المتدرج بطريقة stepwise تبين أن الشعور بالوحدة النفسية ينبأ بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، ويفسر الباحث هذه النتيجة ، إلى ان الشعور بالوحدة النفسية يجعل الفرد في حالة إدراك بأن الوسط الاجتماعي المحيط به أصبح مخيبا لأماله ولا يرغبه لأنه لم يجد نفسه فيه ولم يحقق ذاته في هذا الوسط نتيجة الشعور بعدم الحب وانه مهمل من قبل الآخرين وانه مختلف عنهم ، مما يؤدي إلى البحث عن وسط اجتماعي جديد يشعر فيه بالراحة النفسية وبالتقبل والرغبة في الانخراط فيه مثل الوسط الافتراضي المتمثل في وسائل التواصل الاجتماعي الذي يشعر بأنه ليس مفروضا عليه يختار منه ما يشاء مثل التفاعلات الاجتماعية التي يريدها ونوعية الأشخاص الذي يريد الارتباط بهم .

كما وجد ان الأشخاص الذي لديهم شعورا بالوحدة النفسية يفضلون الاستخدام المفرط للانترنت ووسائل التواصل الاجتماعي لأنهم يشعرون بأن التفاعل عبر هذه الوسائل الافتراضية أكثر أمانًا وفعالية وأكثر ملائمة من التفاعلات الواقعية ، وأنه خيار أفضل للأفراد غير الملائمين اجتماعيًا **(Traş,2019)**

ويرى الباحث ان الشعور بالوحدة قد نبأ بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة وهو ان عينة الشباب الممثلة في طلاب وطالبات الجامعات يريدون تحقيق الشعور بالانتماء الاجتماعي في العالم الافتراضي كنتيجة لإحساسهم بأن الوسط الاجتماعي الحقيقي لم يعد يحقق هذا الغرض وبالتالي فيلجئون إلى الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي كرغبة في الإحساس بالقبول والاهتمام من خلال الشعور بالانتماء الاجتماعي حتى وان تحقق ذلك من خلال العالم الافتراضي المتمثل في شبكات التواصل الاجتماعي المتنوعة .

واتفقت نتيجة هذا التساؤل مع نتائج دراسة **(Traş,2019)** ودراسة **(Mozafari Sepahvandi & Ghazanfari,2018)** فيما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة **(Baltaci,2019)** التي أظهرت نتائجها أن الشعور بالوحدة النفسية لا ينبأ باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي .

النموذج الثاني :

جدول (15) يوضح النموذج الثاني لمعامل الانحدار المتدرج لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي

النموذج الثاني	قيمة معامل الانحدار	الخطأ المعياري	بيتا	ت	الدلالة
الثابت	1.037	0.381	-	2.72	0.01
الشعور بالوحدة النفسية	0.320	0.084	0.324	3.80	0.01
سمات القلق الاجتماعي	0.416	0.130	0.272	3.19	0.01

يشير الجدول رقم (15) إلى أن من خلال استخدام معامل الانحدار و التنبؤ المتدرج بطريقة stepwise تبين أن كل من الشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي ينبأن بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي ، ويفسر الباحث هذه النتيجة ، إلى ان الأشخاص من ذوي سمات القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لديهم إدراك ذو بعدين أولهما ان الوسط الاجتماعي الحقيقي أصبح ليس مقبولا من وجهة نظرهم لا نهم يفتقدون فيه الكثير مما يحتاجونه وثانيهما خوفهم الدائم من إقامة علاقات اجتماعية نظرا للتقييمات السلبية التي تشكل تهديدا لهم مما يضطرهم من الهروب من كل هذه الإدراك إلى عالم افتراضيا متمثل في عالم الشبكات الاجتماعية ، ويجدون فيه ما يرغبون ولا يخافون فيه التقييمات السلبية التي قد من الممكن ان يجدوها في الوسط الاجتماعي الحقيقي .

كما ان الشعور بالوحدة وسمات القلق الاجتماعي يجعل الأشخاص لديهم الرغبة في تحقيق هويتهم الاجتماعية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي الافتراضية والتي غالبا لم يستطيعوا تحقيقها في الوسط الاجتماعي الحقيقي فهم يشعرون في العالم الافتراضي بأنهم قادرون على تقديم أنفسهم اقرب كثيرا إلى الذات المثالية إلى من رغبوا في

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

التواصل معهم وهي فكرة اختيار الأصدقاء التي لم تتوفر لهم في الوسط الاجتماعي الحقيقي، بجانب أنهم في عالم وسائل التواصل الاجتماعي الافتراضية يكونون اقل توترا وخوفا من التقييمات السلبية التي قد يتعرضوا لها في العالم الحقيقي من وجهة نظرهم ،

اتفقت نتيجة هذا التساؤل مع نتيجة دراسة**(Mozafari Sepahvandi& Ghazanfari,2018)** ودراسة **(Baltaci,2019)**

توصيات الدراسة : في ضوء واجرءات الدراسة وما توصلت إليه من نتائج ، فأنها توصي بالأتي:

1- إقامة دورات تدريبية وورش عمل لطلاب وطالبات الجامعة عن المهارات الشخصية في العلاقات الاجتماعية
2- إقامة المحاضرات التوعوية لطلاب وطالبات الجامعة عن الأضرار النفسية والاجتماعية للاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي
3- تضمين الأنشطة الطلابية والبرامج التثقيفية لطلبة الجامعة لمحاضرات علمية ومسابقات رياضية تشجع على التعاون والمهارات الاجتماعية الايجابية ، والاستغلال الأمثل لأوقات الفراغ

المراجع

1. Kring.A ,Johnson.S ,Neale.J &Davison.G (2017) *علم النفس المرضي* ، ترجمة هادي ، أمثال ، وسلامه ، فاطمه ، وجاسم ،ملك ، وعبد الله ، ناديه ، ، القاهرة ، الانجلو مصرية
2. ابريعم ، ساميه (2014) "الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بإدمان الانترنت لدى طلبة جامعة أم البواقي في الجزائر "، *مجلة جامعة النجاح للأبحاث* ، : 28(10) : 2310-2340
3. أسعد ، حنان(2002) "الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة"،رسالة ماجستير غير منشورة بكلية التربية جامعة أم القرى ، مكة المكرمة ، المملكة العربية السعودية .
4. بن دهنون ، سامية ، و ابراهيم ، ماحي (2014) :"الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة" ، *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*: (16) : 69-86
5. بن عمر ،نور الهدى (2015) "الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى الأطفال الصم من وجهة نظر المربين " ، رسالة ماجستير غير منشورة بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة محمد بوضياف ، الجزائر
6. الجهني ، فاديه (2017) "أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التوافق الشخصي والاجتماعي عند الشباب ،دراسة على عينة من طلاب جامعة البعث ، *مجلة جامعة البعث* :9(66) : 105-136
7. الحمد ، نايف ، و ناصر ، خالد ، و أحمد ، محمود (2016) مستوى الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية " ، *مجلة دراسات العلوم التربوية* : 43(5) : 1871-1887
8. رضوان ، سامر (2001) "القلق الاجتماعي دراسة ميدانية لتقنين مقياس للقلق الاجتماعي على عينات سورية" ، *مجلة مركز البحوث التربوية* : 10(19) : 47-77
9. الزبيدي ، نورس (2019) إدمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القاسم الخضراء ، استرجع من :https://www.researchgate.net/publication/333446869_aladman_ly_alantrnt
10. سليمان ،حفيظة ، الظفري ، سعيد (2019) إدمان طلبة جامعة السلطان قابوس على مواقع التواصل الاجتماعي ، مجلة جامعة السلطان قابوس للدراسات التربوية والنفسية " : 13(2) : 300-316
11. السوالقه ، رولا ، والحوسني ، محمد (2018)" الرهاب الاجتماعي من التنظير الاجتماعي إلى سُبل العلاج: دراسة سوسيولوجة إكلينيكية "، *مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية*: 16(2A) : 112-138
12. شما ، يمان (2015) "القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات "، *مجلة جامعة البعث* ، : 37(6) : 139-165

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

13. الصبان ، عبير ، والحربي ، سماح (2019) إدمان الطلاب على استخدام مو اقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالأمن النفس ي والتورط في الجرائم السيبرانية ، *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية* ، 6 ، (2) : 293-267
14. صوالحة ، عونية و جلاد ، داليا (2019) :إدمان الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة عمان الأهلية "، *مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية* ،46 (2) ، 313-333
15. العاسمي ،رياض (2012) تناقضات إدراك الذات وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى طلاب جامعة دمشق ،*مجلة جامعة دمشق* ، المجلد 3 ، (28) ، 17-69
16. العاسمي، رياض (2009) "الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالاكتئاب والعزلة والمساندة الاجتماعية ،دراسة تشخيصية على عينة من طلبة جامعة دمشق"، *مجلة اتحاد الجامعات العربية* : 7(2) : 208-251
17. عبد ، اجباره (2017) فـاعِلِيَّةُ بَرْنامَجَينِ إِرْشادِيَّينِ في خفْضِ درجةِ الرُّهـابِ الاجْتِماعيِّ لَـدَى عَيِّنَةٍ مِن طَلَبَةِ الْمَـرْحَلَةِ الأَسـاسِـيَّةِ الْعُلْيا في مَـدارِسِ دُوْرا، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الخليل ، فلسطين
18. عبد الخالق ،أحمد ، و خليل، حياة ، وأحمد ، مراد (2006) الخوف من الأماكن المتسعة وعلاقته بالقلق الاجتماعي والتفكير السلبي التلقائي ، *مجلة دراسات نفسية* ، : 8(16) ، 153-148
19. عزمي ، ميرفت ، وفتحي ، أسماء (2015) الفروق في بعض سمات الشخصية والقلق الاجتماعي بين مستخدمي وغير مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي لعينة من طلاب كلية التربية جامعة المنيا "، *مجلة العلوم التربوية والنفسية بجامعة البحرين* ،: (16) ، 125- 161
20. العمري ، عبد الرحمن (2018) الأبعاد الاجتماعية لاستخدامات المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي ، دراسة وصفية على عينة من طلبة المرحلة الثانوية بمدينة جدة ،*مجلة جامعة الملك عبد العزيز للآداب والعلوم الإنسانية* ، 26،(3) ، 139-171
21. الغافري ، نصراء (2013) "الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالخوف الاجتماعي لدى طلبة كليات العلوم التطبيقية بسلطنة عمان "، رسالة ماجستير غير منشورة بكلية التربية ، جامعة نزوى ، سلطنة عمان
22. الغامدي ، حسين (2014) *مدارس علم النفس ونظريات الشخصية* ، دار الرشد ، الرياض ، المملكة العربية السعودية
23. غفران ، غالب (2014) الشعور بالوحدة النفسية لدى عضوات هيئة التدريس المغتربات بجامعة حائل ، *مجلة كلية التربية بجامعة الأزهر* : 37(178) : 556-581
24. قدوره ، سوسن (2017) استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالصحة النفسية وبعض سمات الشخصية لدى طلاب جامعة الجزيرة ، السودان ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الجزيرة ، السودان
25. قواسميه ،حنان (2016) " مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في زيادة العزلة عند الطلبة الجامعيين الجزائريين" رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة العربية التبسي ، الجزائر
26. ليبويتز،ام(2018) *مقياس القلق الاجتماعي للمراهقين والراشدين* ، ترجمة وتعريب : الشافعي ، إبراهيم القاهرة، دار الكتاب الحديث
27. المجالي ، مصلح (2014) مستوى الشعور بالوحدة النفسية وعلاقة بتقدير الذات لدى طلبة جامعة حائل في المملكة العربية السعودية ، واستراتيجيات التدخل العلاجي ، *مجلة كلية التربية بجامعة أسيوط* ، :30(2) : 291-248
28. محمد سراب (2018) الوحدة النفسية لدى طالبات كلية التربية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة القادسية ، العراق.
29. مراشكي،مريم(2014) استخدام شبكات التواصل الاجتماعي و علاقته بالشعور بالوحدة ،النفسية لدى الطلبة الجامعيين-(فايسبوك - أنموذجا) ، رسالة ماجستير ، غير منشورة بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد خيضرة بسكرة ، الجزائر
30. المراوني ، نادر(2016) إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلاب والطالبات في مرحلة المراهقة ، *مجلة كلية الآداب بجامعة بنها* ، العدد (46) ، 1-32

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

31. منير ، صبا (2018) " إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بالجامعة الإسلامية بغزة ، فلسطين .

32. يونس ، بسمه حسن (2016) إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية جامعة الأزهر بغزة ، فلسطين

33. Ahmed, O. (2018). Relationship between loneliness and mental health among first-year undergraduate students: mediating role of timeline browsing and chatting on Facebook. International Journal of Contemporary Education, 1(2), 86-94.

34. Aksoy, M. E. (2018). A Qualitative Study on the Reasons for Social Media Addiction. European Journal of Educational Research, 7(4), 861-865

35. Al-Menayes, J. (2015). Psychometric properties and validation of the Arabic social media addiction scale. Journal of addiction, retrieved from. http://downloads.hindawi.com/journals/jad/2015/291743.pdf

36. Alnjadat, R., Hmaidi, M. M., Samha, T. E., Kilani, M. M., & Hasswan, A. M. (2019). Gender variations in social media usage and academic performance among the students of University of Sharjah. Journal of Taibah University Medical Sciences, 14(4), 390-394

37. Asher, M., Asnaani, A., & Aderka, I. M. (2017). Gender differences in social anxiety disorder: A review. Clinical psychology review, 56, 1-12.

38. Baltaci, Ö. (2019). The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. International Journal of Progressive Education, 15(4), 73-82.

39. Bennett,C (2019) Are You Addicted to Social Media, Retrieved from : https://www.news-medical.net/health/Are-You-Addicted-to-Social-Media.aspx

40. Caballo, V. E., Salazar, I. C., Irurtia, M. J., Arias, B., & CISO-A Research Team. (2012). Social Anxiety Questionnaire for Adults (SAQ-A30). Measurement Instrument Database for the Social Science, Retrieved from: https://www.midss.org/sites/default/files/saq-a30_english.pdf

41. Caballo, V. E., Salazar, I. C., Irurtia, M. J., Arias, B., Hofmann, S. G., & Ciso-A Research Team. (2014). Differences in social anxiety between men and women across 18 countries. Personality and Individual Differences, 64, 35-40.

42. Dobrean, A., & Păsărelu, C. R. (2016). Impact of Social Media on Social Anxiety: A Systematic. New developments in anxiety disorders, 129.

43. Erol, O., & Cirak, N. S. (2019). Exploring the loneliness and internet addiction level of college students based on demographic variables. Contemporary Educational Technology, 10(2), 156-172.

44. Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 13(1),28-41

45. Hughes, D. L. (2017). Relationship Between Social Media Use and Social Anxiety Among Emerging Adults, Retrieved from : https://core.ac.uk/download/pdf/58826971.pdf

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

46. Krol, P. C., Venemans, A., & Kraaij, V. (2015). The role of social anxiety in adolescents social media use. J Psychiatry, 25, 33-40.
47. Leung, L. & Lee, P. S. N. (2012). The influences of information literacy, internet addiction and parenting styles on internet risks. New Media & Society, 14(1), 117-136.
48. Macur, M., & Pontes, H. M. (2018). Individual differences and the development of Internet addiction: A nationally representative study. In Psychological, social, and cultural aspects of Internet addiction (pp. 221-235). IGI Global
49. Mozafari.S, Mohamad A, Sepahvandi, and Firoozeh G(2018). "Study of the relationship between Internet addiction with social Anxiety and Loneliness among high school students in Yasuj." Journal of Advanced Pharmacy Education & Research,8(2) , 142-148
50. Özdemir, U., & Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 2(1), 29.
51. Parade, S.H., Leerkes, E.M., & Blankson, A.N. (2010). Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. Journal of Youth and Adolescence, 39(2), 127-137
52. Peplau, L. A., & Perlman, D. (1979, June). Blueprint for a social psychological theory of loneliness. In Love and attraction: An interpersonal conference (pp. 101-110). New York: Pergamon Press.
53. Pijpers, J. (2017). Loneliness Among Students in Higher Education: Influencing Factors. A quantitative cross-sectional survey research. Student Health Service, UvA.
54. Puri.A (2015) Development of Loneliness Scale, Anjali Puri/ Elixir Psychology 83 (2015) 33026-33029
55. Ranaeiy, S., Taghavi, M. R., & Goodarzi, M. A. (2016). The effect of loneliness on social networking sites use and its related behaviors. Global journal of health science, 8(8), 162
56. Sahin, C. (2018). Social Media Addiction Scale-Student Form: The Reliability and Validity Study. Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET, 17(1), 169-182.
57. Sawir, E., Marginson, S., Deumert, A., Nyland, C., & Ramia, G. (2008). Loneliness and international students: An Australian study. Journal of studies in international education, 12(2), 148-180.
58. Simsek, A., Elciyar, K., & Kizilhan, T. (2019). A Comparative Study on Social Media Addiction of High School and University Students. Contemporary educational technology, 10(2), 106-119.
59. Tang CSK, Yogo M. Depression as a Mediator Between Social Anxiety and Social Networking Addiction. J. Mental Health Clinical Psychology. (2019);3(4): 10-15
60. Traş, Z. (2019). Internet addiction and loneliness as predictors of internet gaming disorder in adolescents. Educational Research and Reviews, 14(13), 465-473.

 DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

61. Tsai, H. F., Cheng, S. H., Yeh, T. L., Shih, C. C., Chen, K. C. & Yang, Y. C. (2009). The risk factors of Internet addiction – A survey of university freshmen. Psychiatry Research, 167(3), 294-299.
62. Tutgun, A., & Deniz, L. (2015). Development of the social media addiction scale. AJIT-e, 6(21), 51.
63. Yavich, R., Davidovitch, N., & Frenkel, Z. (2019). Social Media and Loneliness—Forever Connected?. Higher Education Studies, 9(2), 10-21
64. Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S., Wang, P. W., Chang, Y. H., & Ko, C. H. (2012). Social anxiety in online and real-life interaction and their associated factors. Cyber psychology, Behavior, and Social Networking, 15(1), 7-12
65. Yujia, R. E. N., Jiao, Y. A. N. G., & Liqiong, L. I. U. (2017). Social anxiety and internet addiction among rural left-behind children: the mediating effect of loneliness. Iranian journal of public health, 46(12), 1659.

References

1- Kring.A, Johnson.S, Neale.J & Davison.G (2017) Abnormal Psychology, translation by Hadi.A, Salama. F, Jassim. M& Abdullah. N Cairo, Anglo-Egyptian
2- Abraim. S (2014) "Feeling of psychological loneliness and its relationship to internet addiction among students of the University of Umm El Bouaghi in Algeria", An-Najah University Journal for Research,: 28 (10): 2310-2340
3- Asaad, H (2002) " relationship between abashment to both the feeling of psychological loneliness and parenting treatment methods among a sample of middle school students in the city of Makkah Al-Mukarramah, unpublished master's thesis at the Faculty of Education, Umm Al-Qura University, Makkah Al-Mukarramah, Saudi Arabia.
4- Bin Dahnoun, Samia and Ibrahim, Mahi (2014): Feeling of psychological loneliness and its relationship to self-esteem among university students. Journal of Humanities and Social Sciences: (16): 69-86
5- Bin Omar, Nour Al-Hoda (2015) "The feeling of psychological loneliness and its relationship to some personality traits of deaf children from the educators' point of view ", unpublished Master Thesis, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Mohamed Boudiaf, Algeria
6- Al-Juhani, Fadia (2017), "The Impact of Using Social Media on Personal and Social Compatibility among Youth, A Study on a Sample of Al-Baath University Students, Al-Baath University Journal: 9 (66): 105-136.
7- Al-Hamad, Nayef, Nasser, Khaled, and Ahmed, Mahmoud (2016) The level of social phobia and its relationship to psychological and social adjustment among Saudi students in Jordanian universities. "Journal of Educational Sciences Studies: 43 (5): 1871-1887.
8- Radwan, Samer (2001), "Social Anxiety: A Field Study of the Standardization of a Social Anxiety Scale on Syrian Samples." Journal of Educational Research Center: 10 (19): 47-77.

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

9- Al-Zubaidi, Nawras (2019) Internet addiction and its relationship to psychological unity among students of Al-Qasim Al-Akhdar University, retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/333446869_aladman_ly_alantrnt

10- Sulaiman, Hafeezah, Al-Dhafari, Saeed (2019), Sultan Qaboos University students' addiction to social media, Sultan Qaboos University Journal for Educational and Psychological Studies ": 13 (2): 300-316

11- Swalqa, Rola, and Al-Hosani, Mohammed (2018), "Social phobia from social theorization to treatment: a clinical sociology study", University of Sharjah Journal of Humanities and Social Sciences: 16 (A2): 112-138.

12- Shamma, Yaman (2015) "Social Anxiety and its Relationship with Self-Esteem", Al-Baath University Journal: 37 (6): 139-165.

13- Alsbban, Abeer, and Al-Harbi, Samah (2019) Students' addiction to the use of social networking sites and its relationship to psychological security and involvement in cybercrime, International Journal of Educational and Psychological Studies, 6, (2): 267-293

14- Sawalha, Aounia and Jallad, Dalia (2019): Internet addiction and its relationship to social anxiety among Al-Ahliyya Amman University students, Journal of Humanities and Social Sciences Studies, 46 (2), 313-333

15- Al-Asimi, Riyadh (2012) Contradictions of self-awareness and its relationship to both social anxiety and depression among Damascus University students, Damascus University Journal, Volume 3, (28), 17-69

16- Al-Asimi, Riyadh (2009) "Feeling of psychological loneliness and its relationship to depression, isolation and social support, a diagnostic study on a sample of Damascus University students", Journal of the Federation of Arab Universities: 7 (2): 208-251

17- Abdul, Jbara (2017) Effectiveness of two mentoring programs in reducing the degree of social phobia with a sample from the primary stage students, the issuance of the evening

18- Abd al-Khaleq, Ahmad, Khalil, Hayat, Ahmad, Murad (2006) Fear of expanding places and its relationship to social anxiety and spontaneous negative thinking, Journal of Psychological Studies,: 8 (16), 153-148.

19- Azmi, Mervat, and Fathi, Asmaa (2015). Differences in some personality traits and social anxiety between users and non-users of social networks for a sample of students from the Faculty of Education, Minia University. "Journal of Educational and Psychological Sciences at the University of Bahrain: (16), 125-161.

20- Al-Omari, Abdel-Rahman (2018), Social Dimensions of Adolescents' Use of Social Media, A Descriptive Study on a Sample of Secondary Stage Students in Jeddah, King Abdulaziz University Journal for Arts and Humanities, 26, (3), 139-171.

21- Al-Ghaferi, Nosra (2013), "Irrational Thoughts and its Relationship with Social Fear for Students of Faculties of Applied Sciences in the Sultanate of Oman," Unpublished Master Thesis at the College of Education, University of Nizwa, Sultanate of Oman.

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

22- Al-Ghamdi, Hussain (2014) Schools of Psychology and Personality Theories, Dar Al-Rashid, Riyadh, Saudi Arabia

23- Ghafran, Ghaleb (2014) Feeling of psychological loneliness among expatriate faculty members at the University of Hail, Journal of the College of Education at Al-Azhar University: 37 (178): 556-581.

24- Qadurah, Sawsan (2017), the use of social media and its relationship to mental health and some personality traits among students of the University of Gezira, Sudan, unpublished Master Thesis, College of Education, University of Gezira, Sudan.

25- Qawasmeh, Hanan (2016), "Social media sites and their role in increasing isolation among Algerian university students." Unpublished Master Thesis, Faculty of Humanities and Social Sciences, Arab University of Tebsi, Algeria.

26- Leibowitz, M. (2018). Scale of Social Anxiety for Adolescents and Adults, Translation and Arabization: Al-Shafii, Ibrahim Cairo, Dar Al-Kitab Al-Hadith.

27- Al-Majali, Musleh (2014) The level of psychological loneliness and a relationship of self-esteem among students of the University of Hail in the Kingdom of Saudi Arabia, and strategies for therapeutic intervention, Journal of the Faculty of Education at Assiut University,: 30 (2): 248-291

28- Muhammad Sarab (2018) Psychological Unit for Female College of Education Students, Unpublished Master Thesis, College of Education, University of Qadisiyah, Iraq.

29- Marrashi, Maryam (2014), the use of social networks and its relationship to feeling lonely, psychological among university students (- Facebook - an example), an MA, unpublished at the Faculty of Humanities and Social Sciences at the University of Mohamed Khidra Biskra, Algeria

30- 30. Al-Marawani, Nader (2016), social media addiction among male and female adolescents, Journal of the Faculty of Arts at Banha University, No. (46), 1-32.

31- Munir, Saba (2018) "Internet addiction and its relationship to depression and psychological unity among university students in the Gaza Strip," unpublished Master Thesis, College of Education, Islamic University of Gaza, Palestine

32- Younis, Basma Hassan (2016), Social Media Addiction and its Relationship with Psychological Disorders among University Students in Gaza Governorate, Unpublished Master Thesis, Faculty of Education, Al-Azhar University in Gaza, Palestine

33- Ahmed, O. (2018). Relationship between loneliness and mental health among first-year undergraduate students: mediating role of timeline browsing and chatting on Facebook. International Journal of Contemporary Education, 1(2), 86-94.

34- Aksoy, M. E. (2018). A Qualitative Study on the Reasons for Social Media Addiction. European Journal of Educational Research, 7(4), 861-865

35- Al-Menayes, J. (2015). Psychometric properties and validation of the Arabic social media addiction scale. Journal of addiction, retrieved from. http://downloads.hindawi.com/journals/jad/2015/291743.pdf

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

36- Alnjadat, R., Hmaidi, M. M., Samha, T. E., Kilani, M. M., & Hasswan, A. M. (2019). Gender variations in social media usage and academic performance among the students of University of Sharjah. Journal of Taibah University Medical Sciences, 14(4), 390-394
37- Asher, M., Asnaani, A., & Aderka, I. M. (2017). Gender differences in social anxiety disorder: A review. Clinical psychology review, 56, 1-12.
38- Baltaci, Ö. (2019). The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. International Journal of Progressive Education, 15(4), 73-82.
39- Bennett,C (2019) Are You Addicted to Social Media, Retrieved from : https://www.news-medical.net/health/Are-You-Addicted-to-Social-Media.aspx
40- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Irurtia, M. J., Arias, B., & CISO-A Research Team. (2012). Social Anxiety Questionnaire for Adults (SAQ-A30). Measurement Instrument Database for the Social Science, Retrieved from: https://www.midss.org/sites/default/files/saq-a30_english.pdf
41- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Irurtia, M. J., Arias, B., Hofmann, S. G., & Ciso-A Research Team. (2014). Differences in social anxiety between men and women across 18 countries. Personality and Individual Differences, 64, 35-40.
42- Dobrean, A., & Păsărelu, C. R. (2016). Impact of Social Media on Social Anxiety: A Systematic. New developments in anxiety disorders, 129.
43- Erol, O., & Cirak, N. S. (2019). Exploring the loneliness and internet addiction level of college students based on demographic variables. Contemporary Educational Technology, 10(2), 156-172.
44- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 13(1),28-41
45- Hughes, D. L. (2017). Relationship Between Social Media Use and Social Anxiety Among Emerging Adults, Retrieved from : https://core.ac.uk/download/pdf/58826971.pdf
46- Krol, P. C., Venemans, A., & Kraaij, V. (2015). The role of social anxiety in adolescents social media use. J Psychiatry, 25, 33-40.
47- Leung, L. & Lee, P. S. N. (2012). The influences of information literacy, internet addiction and parenting styles on internet risks. New Media & Society, 14(1), 117-136.
48- Macur, M., & Pontes, H. M. (2018). Individual differences and the development of Internet addiction: A nationally representative study. In Psychological, social, and cultural aspects of Internet addiction (pp. 221-235). IGI Global
49- Mozafari.S, Mohamad A, Sepahvandi, and Firoozeh G(2018). "Study of the relationship between Internet addiction with social Anxiety and Loneliness among high school students in Yasuj." Journal of Advanced Pharmacy Education & Research,8(2) , 142-148
50- Özdemir, U., & Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 2(1), 29.

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114

المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية
International Journal of Humanities and Social Sciences
website:www.ijohss.com
Email:editor@ijohss.com
ISSN: 2415 – 4822
العدد (14) أغسطس 2020
Volume (14) August 2020
IJOHSS

51- Parade, S.H., Leerkes, E.M., & Blankson, A.N. (2010). Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. Journal of Youth and Adolescence, 39(2), 127-137
52- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1979, June). Blueprint for a social psychological theory of loneliness. In Love and attraction: An interpersonal conference (pp. 101-110). New York: Pergamon Press.
53- Pijpers, J. (2017). Loneliness Among Students in Higher Education: Influencing Factors. A quantitative cross-sectional survey research. Student Health Service, UvA.
54- Puri.A (2015) Development of Loneliness Scale, Anjali Puri/ Elixir Psychology 83 (2015) 33026-33029
55- Ranaeiy, S., Taghavi, M. R., & Goodarzi, M. A. (2016). The effect of loneliness on social networking sites use and its related behaviors. Global journal of health science, 8(8), 162
56- Sahin, C. (2018). Social Media Addiction Scale-Student Form: The Reliability and Validity Study. Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET, 17(1), 169-182.
57- Sawir, E., Marginson, S., Deumert, A., Nyland, C., & Ramia, G. (2008). Loneliness and international students: An Australian study. Journal of studies in international education, 12(2), 148-180.
58- Simsek, A., Elciyar, K., & Kizilhan, T. (2019). A Comparative Study on Social Media Addiction of High School and University Students. Contemporary educational technology, 10(2), 106-119.
59- Tang CSK, Yogo M. Depression as a Mediator Between Social Anxiety and Social Networking Addiction. J. Mental Health Clinical Psychology. (2019);3(4): 10-15
60- Traş, Z. (2019). Internet addiction and loneliness as predictors of internet gaming disorder in adolescents. Educational Research and Reviews, 14(13), 465-473.
61- Tsai, H. F., Cheng, S. H., Yeh, T. L., Shih, C. C., Chen, K. C. & Yang, Y. C. (2009). The risk factors of Internet addiction – A survey of university freshmen. Psychiatry Research, 167(3), 294-299.
62- Tutgun, A., & Deniz, L. (2015). Development of the social media addiction scale. AJIT-e, 6(21), 51.
63- Yavich, R., Davidovitch, N., & Frenkel, Z. (2019). Social Media and Loneliness—Forever Connected?. Higher Education Studies, 9(2), 10-21
64- Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S., Wang, P. W., Chang, Y. H., & Ko, C. H. (2012). Social anxiety in online and real-life interaction and their associated factors. Cyber psychology, Behavior, and Social Networking, 15(1), 7-12
65- Yujia, R. E. N., Jiao, Y. A. N. G., & Liqiong, L. I. U. (2017). Social anxiety and internet addiction among rural left-behind children: the mediating effect of loneliness. Iranian journal of public health, 46(12), 1659.

DOI: 10.33193/IJoHSS.14.2020.114