



دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان... الباحث/ حاكم هليل شباب الحربي ، د/أحمد عبد العليم

Humanities and Educational
Sciences Journal

ISSN: 2617-5908 (print)



مجلة العلوم التربوية
والدراسات الإنسانية

ISSN: 2709-0302 (online)

دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة (*)

الباحث/ حاكم هليل شباب الحربي
كلية التربية - جامعة القصيم
hakim8899@gmail.com
إشراف

الدكتور/ أحمد مجاور عبد العليم
أستاذ الصحة النفسية المشارك
قسم علم النفس بكلية التربية - جامعة القصيم

تاريخ قبوله للنشر 17/2/2022

<http://hesj.org/ojs/index.php/hesj/index>

(*) تاريخ تسليم البحث 20/1/2022

(*) موقع المجلة:

دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة

الباحث/ حاكم هليل شباب الحربي

كلية التربية- جامعة القصيم
إشراف

الدكتور/ أحمد مجاور عبد العليم

أستاذ الصحة النفسية المشارك

قسم علم النفس بكلية التربية- جامعة القصيم

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، واشتملت عينة الدراسة الأساسية على عينة عشوائية بسيطة قوامها (555) طالباً، ولقياس متغيرات الدراسة تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية إعداد أماني عبدالمقصود وأسماء السريسي (2001)، ومقياس القلق الاجتماعي إعداد مجدي الدسوقي (2003) ومقياس إدمان الهواتف الذكية (إعداد الباحث). وخلصت الدراسة إلى نتائج من أهمها: وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في المساندة الاجتماعية والمتوسط الفرضي له، وأن مستوى المساندة الاجتماعية لدى المراهقين كان عن المستوى المتوسط، كما أن مستوى المساندة من قبل النظراء كان عند المستوى المتوسط، ومستوى المساندة من قبل الأسرة كان عند المستوى المرتفع، بالإضافة إلى أن مستوى الرضا الذاتي عن المساندة كان عند المستوى المتوسط. كما توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في القلق الاجتماعي والمتوسط الفرضي له، وأن مستوى انتشاره متوسط بين فئة المراهقين، بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في إدمان الهواتف الذكية والمتوسط الفرضي له، وأن مستوى إدمان الهواتف الذكية منتشر بدرجة متوسطة بين المراهقين. وأخيراً يمكن للمساندة الاجتماعية التنبؤ بالقلق الاجتماعي في كل الأبعاد والتنبؤ بإدمان الهواتف الذكية في بعدين هما: المساندة من قبل النظراء، والرضا الذاتي عن المساندة بينما لا يمكن لبعد المساندة من قبل الأسرة التنبؤ بإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعية، القلق الاجتماعي، إدمان الهواتف الذكية، المرحلة الثانوية.



The Role of Social Support in Predicting Social Anxiety and Smart Phones Addiction among Secondary School Students in Medina city

BY: Hakim Helayil Shabab AL-Harbi

Faculty of Education - Qassim University

Supervised by: Dr. Ahmed Megawer Abdelallem

Associate Professor of Psychology

Department of psychology, Faculty of Education

Qassim University

Abstract:

The study aimed to identify the role of social support in predicting social anxiety and smartphone addiction among secondary school students in Madinah. And to measure the variables of the study, the social support scale was used (prepared by: Amani Abdel-Maqsoud and Asma El-Sirsi, 2001, rationing: Fahd El-Fahmy, 2019), the social anxiety scale (prepared by Magdy El-Desouky, 2003; codification by Dania Dehlawi, 2010), and the smartphone addiction scale (prepared by: researcher), The results of the current study indicate: There are statistically significant differences between the average scores of the study sample of secondary school students in Medina in social support and its hypothetical average, and that the level of social support among adolescents was about the average level. There are statistically significant differences between the averages of the study sample of secondary school students in Medina in social anxiety and its hypothetical average, and that the level of its prevalence is average among the adolescents. There are statistically significant differences between the averages of the study sample of secondary school students in Madinah in the addiction to smartphones and its hypothetical average, and that the level of smartphone addiction is moderately prevalent among adolescents. Social support can predict social anxiety in all dimensions and predict smartphone addiction in two dimensions: peer support and self-satisfaction with support, while the family support dimension cannot predict smartphone addiction among secondary school students in Medina.

keywords: Social support, social anxiety, smartphone addiction, secondary school.

مقدمة الدراسة:

تعدُّ مرحلة المراهقة مرحلةً هامةً في حياة الإنسان؛ وذلك لما يرتبط بها من تغيرات في مظاهر النمو المختلفة التي قد يكون لها تأثيرها على سلوك المراهقين؛ ولذلك يطلق عليها البعض مرحلة التغيرات، وتتبع مرحلة المراهقة من كثرة المشكلات التي عرفت بها، مما يستلزم العناية بالمراهقين، حيثُ إنها فترة تحدث فيها تغيرات جسمية وانفعالية وغيرها، ويعاني المراهقون من مشكلات، مثل: العنف والاكتئاب والإهمال (النمر، 2016، 143).

وبناءً على ذلك يتطلب من الأسرة تفهم خصائص أبنائهم المراهقين الانفعالية والاجتماعية والنفسية، وعدم التناقض بين ما يقوله الآباء أمام أبنائهم المراهقين وما يقومون به من سلوكيات؛ مع الحرص على تقديم الدعم والمساندة الاجتماعية لهم؛ للتغلب على تلك المشكلات والأزمات التي يتعرض لها المراهقين (حمدان، 2015، 117).

ومن المشكلات الانفعالية التي يتعرض لها المراهق والتي يلجأ فيها إلى طلب المساندة الاجتماعية من الآخرين: القلق الاجتماعي والخوف من مواجهة المواقف الاجتماعية؛ حيث يعتبر "القلق الاجتماعي من أهم مظاهر سوء التوافق النفسي، خاصة لدى المراهقين، نتيجة كثير من العوامل مثل الأفكار والمعتقدات وتوقع أحداث اجتماعية سلبية مثل الشعور بالنبذ وفقدان المكانة الاجتماعية والمعتقدات السلبية بخصوص الذات والشعور بالعجز، وكل تلك المظاهر يجب مواجهتها والتعرُّف على العوامل المؤدية إليها" (الحري، 2014، 14).

وهناك العديد من الأضرار والآثار السلبية لاضطراب القلق الاجتماعي على الحياة الاجتماعية والنفسية والشخصية للأفراد، من أهمها: فقدان التواصل الاجتماعي والنظرة السلبية للذات والشعور بالعزلة الاجتماعية والضغط النفسي الشديد (نادر، 2017). كما أظهرت العديد من الدراسات أنَّ هناك علاقة قوية بين اضطراب القلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية (القرني، 2011؛ Gezgin, 2018; Darcin, et al. 2016).

وتقوم المساندة الاجتماعية كمصدر من المصادر الاجتماعية والنفسية بدور كبير في تنمية السمات الإيجابية في شخصية الفرد قدر الإمكان، وتساهم في إدراكه لأحداث الحياة وأساليب التعامل مع الآخرين، وتعمل على تخفيف الآثار السلبية التي يتركها القلق الاجتماعي (عبدالله، 2021). وتتضح طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والقلق الاجتماعي من خلال ما توصَّل إليه عبد الله (2021) من أنَّ المراهقين يكونون أكثر تفاعلاً وتواصلاً مع أصدقائهم، وأنَّ درجة التواصل والتفاعل والدعم النفسي المقدم إليهم من المقربين يؤثر على أفكارهم ومعتقداتهم ومشاعرهم، وإن كان الدعم منهم كبيراً فإنَّ تلك المعتقدات والمشاعر والأفكار تكون

إيجابية وينخفض القلق لديهم، وإن كان الدعم منخفضاً فإن ذلك يؤدي إلى ظهور مشاعر ومعتقدات سلبية تكون بيئة خصبة لنمو القلق الاجتماعي لدى هؤلاء المراهقين. وفي ظل التطور التكنولوجي والطفرات التي حدثت في مجال علوم تقنية الاتصال والدخول في العصر الرقمي والاتصال الشخصي عن بعد مما ساهم ذلك في أحداث نقلة نوعية في سلوكيات الأطفال والشباب، أثرت بشكل كبير في حياتهم ومستوى الصحة النفسية لديهم، ما يتطلب تقديم الدعم والمساندة الاجتماعية لهم. ومن أهم مظاهر الثورة الرقمية أجهزة الهواتف الذكية والتي انتشرت بشكل كبير في المجتمعات كافة، وانتشرت معها شبكات التواصل الاجتماعي، مثل: (تويتر) و(فيسبوك)، وقد نتج عن انتشار استخدام الهواتف الذكية لدى الشباب ظاهرة إدمانهم خاصة بين المراهقين، وفي هذا السياق يشير الأدب النظري إلى أن استخدام المراهقين للهواتف الذكية يتم بطريقة مفرطة وبعيدة عن وظائفها الإيجابية كأداة للتواصل، مقرونة بغياب التوجيه الأسري والمساندة الاجتماعية؛ مما يجعلهم فريسة سهلة لما تمارسه عليهم من آثار سلبية (علي، 2018).

ومن مظاهر وأعراض إدمان الهواتف الذكية أن يعتبر المراهق هاتفه الذكي رفيقه الشخصي الذي لا يستغني عنه، ويشعر بالاضطراب عندما ينسى هاتفه الذكي في مكان ما، كما يشعر بالضيق عندما لا يكون هاتفه الذكي معه، كما يصعب عليه الاستغناء عن هاتفه الذكي ولو لبرهة وجيزة من الزمن، وقد يفقد الشخص صوابه لو حرم من استخدام هاتفه الذكي لسبب ما، ويحس بفقدان الزمان والمكان عندما أستخدم هاتفه الذكي (همشري، 2019).

وهناك العديد من الأضرار والآثار السلبية لإدمان الهواتف الذكية على الأفراد، منها آثار صحية، كالصداع والإجهاد ومشاكل العين والإبصار، ومنها تأثيرات اجتماعية، مثل: الانعزال الاجتماعي، ومنها: تأثيرات نفسية، مثل: سوء التوافق النفسي وضعف الشخصية والقلق والاكتئاب، ومنها: تأثيرات سلوكية، مثل العدوان والتئمر (هادي، 2021، 175).

ويمكن أن يكون للمساندة الاجتماعية دور في التنبؤ بكل من القلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية، لذلك فهذه الدراسة تسعى في المقام الأول إلى معرفة دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بكل من القلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية، وهو ما أكدته دراسات جيزجين (2018) Gezgin والتي أكدت على وجود علاقة بين مستويات إدمان الهواتف الذكية وعوامل: القلق الاجتماعي واستخدام شبكات التواصل وعادات الاستخدام، ودراسة دارسين وآخرون (2016) Darcin, et al. والتي أكدت على علاقة إدمان الهواتف الذكية بالقلق الاجتماعي والوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة، ودراسة القرني (2011) التي أشارت إلى

ارتباط إدمان الإنترنت ببعض الاضطرابات النفسية (الاكتئاب، والقلق الاجتماعي، والوحدة النفسية)، ودراسة حاوي وسماحة (2017) Hawi and Samah والتي أكدت على وجود علاقات بين إدمان الهواتف الذكية وكلٍ من والقلق والعلاقات الأسرية.

مشكلة الدراسة:

تتمثل مشكلة الدراسة فيما يعانيه المراهقون من قلق اجتماعي كسمة سائدة لديهم وما يعانيه المراهقون من إدمان الهواتف الذكية وآثار ذلك على حياتهم الشخصية والأكاديمية والمهنية. يُعدّ القلق الاجتماعي أحد الاضطرابات النفسية التي صُنفت ضمن اضطرابات القلق التجنبي الرهابي، ويُعد متغيراً مهماً وحيوياً في عملية التكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلاب في مختلف الأعمار، كما يرتبط القلق الاجتماعي بالعديد من المتغيرات والمشكلات النفسية كالخجل وتدني مستوى التكيف النفسي والاجتماعي، حيث يدخل ضمن المخاوف الاجتماعية للشخص، فيعيش في حالة من العزلة وخوف من الناس؛ مما يؤثر سلباً في ثقة الشخص بنفسه وفي علاقاته الاجتماعية (زهرا، 2005).

يُعدّ القلق الاجتماعي اضطراباً نفسياً واسع الانتشار بين المراهقين، حيث تشير العديد من الدراسات إلى أنّ نسبة انتشاره تتراوح بين (7-14%) في أغلب المجتمعات، وهو اضطراب مزمن ومعتل للحياة الاجتماعية، ولكنه قابل للعلاج، كما يترافق معه العديد من المظاهر النفسية الأخرى كالقلق العام والاكتئاب (Pilling, et al, 2013). وهو نوع من أنواع المخاوف المرضية التي حظيت باهتمام أكثر مما كان عليه في السابق، كظاهرة مرضية شائعة بين فئة المراهقين (الكتاني، 2002). كما أنّ انتشاره لا يقتصر على مجتمع دون الآخر أو ثقافة دون الأخرى، ويرى بعض العلماء أنّ هذا الاضطراب يمثل (25%) من جميع حالات الخوف المرضي (باطه، 2003).

وقد لاحظ الباحث من خلال العلاقة المباشرة مع الطلاب السعوديين أنّ هناك فئة من الطلاب يعانون من بعض المخاوف في حياتهم اليومية الثانوية ومواقفها المتعددة من القلق الاجتماعي؛ مما يجعلهم غير مستقرين تجاه بعض المواقف الاجتماعية المعينة، وضعف واضح في إقامة علاقات صداقة متشعبة أو المشاركة في الأنشطة الجامعية وتجذبهم بعض المواقف الاجتماعية.

ومن المشكلات الأخرى ذات الانتشار الواسع بين الطلاب والمراهقين، إدمان الهواتف الذكية، والتي يستخدمونها في التسلية بالألعاب أو التواصل الاجتماعي وغيرها من الاستخدامات، حيث تثير الهواتف فضولهم وتمنحهم الاستقلالية الشخصية التي يرغبونها،

وإثبات الهوية والمكانة الاجتماعية مقارنة بأصدقائهم، وتمنحهم الاتصال المتواصل مع الأصدقاء والأهل، وتجنب المواقف التي تتطلب المشاركة والتفاعل الاجتماعي (Casey, 2012). مما يعتبر الهاتف وسيلة يمكن من خلالها تعويض ما يعانيه الفرد من عزله وضعف التفاعل الاجتماعي (Lee et al, 2014). وقد وجد سميث (Smith 2012) أنَّ عددًا لا بأس به من الأمريكيين بنسبة (11%) يرون أنهم يقضون أوقاتًا أكثر من اللازم على أجهزتهم الذكية، وتزداد إلى (16.7%) بين البالغين وخاصة المراهقين، كما أنَّ سلوكيات الاستخدام القهري للهواتف الذكية شائعة بين الفئات العمرية عمر (18-34) سنة.

ومما يدل على حجم الانتشار أن عدد مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي والهواتف الذكية في السعودية بلغ (79.3%) من إجمالي السكان في يناير (2021) بحسب إحصاءات موقع (datareportal)⁽¹⁾.

وفى نفس السياق أشار مادومي (Madueme 2007) أنَّ حوالي (40%) من المراهقين والشباب يستخدمون هواتفهم الذكية لمدة تزيد عن أربع ساعات؛ من أجل إجراء المكالمات وإرسال الرسائل النصية واستخدام مواقع وبرامج التواصل الاجتماعي.

ومن الوسائل والطرق الفعالة في مواجهة هذه المشكلات المساندة الاجتماعية من الأهل والأصدقاء والمحيطين بالمراهق، لما لها من دور ملحوظ في التخفيف من أعراض القلق الاجتماعي، فقد توصلت دراسة القرني (2011) إلى وجود علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية وبعض الاضطرابات النفسية، مثل: الاكتئاب والقلق الاجتماعي، والوحدة النفسية. كما أنَّ المساندة الاجتماعية من العوامل الرئيسة في التغلب على مشكلة القلق الاجتماعي لدى الطلاب (Onder & Eralsl, 2013).

وأما بالنسبة لإدمان الهواتف الذكية فقد توصلت دراسة كالسين وآخرون (2005) Calsyn, et al. إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المساندة الاجتماعية وإدمان الهواتف الذكية، وإدمان شبكات التواصل الاجتماعي، كما أنَّ المساندة الاجتماعية ذات تأثير إيجابي على إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية (Gulsen, 2017).

وتأضح للباحث ندرة الدراسات التي تناولت دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية خاصةً لدى طلاب الثانوية، كما أنَّ ملاحظات الباحث الشخصية لبعض سلوكيات طلاب المرحلة الثانوية والمتعلقة باستخدام الهواتف الذكية، أدت به

(¹) موقع داتاريورتال : <https://datareportal.com/reports/digital-2021-saudi-arabia>

إلى تبني هذه المشكلة وتلك المتغيرات، ناهيك عن الحاجة إلى دراسة طبيعة المساندة الاجتماعية للتعرف على المتغيرات التي تؤثر فيها سلبًا.

كل - ما سبق - أثار لدى الباحث عدة تساؤلات:

1. ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة؟
2. ما مستوى القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة؟
3. ما مستوى إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة؟
4. ما دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة بشكل عام إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.

وفي إطار الهدف العام تتفرع أهداف فرعية، هي:

1. التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.
2. التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.
3. التعرف على مستوى إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.
4. معرفة دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في:

- تأتي أهمية الدراسة من أهمية متغيراتها؛ لا سيما متغير المساندة الاجتماعية ومتغير إدمان الهواتف الذكية، والحاجة إلى التعرف على العلاقات بينها.
- الوقوف على دور المساندة الاجتماعية التي تقدم للمراهقين وعلاقتها بمواجهة مشكلاتهم الانفعالية والسلوكية، كالقلق الاجتماعي والسلوك الإدماني.
- يمكن أن تفيد نتائج الدراسة في تصميم برامج إرشادية تعمل على تقديم الدعم والمساندة الاجتماعية للطلاب المراهقين وتدعيم وتقوية العلاقات الاجتماعية وشبكات العلاقات الاجتماعية بينهم وبين الآخرين.
- الاستفادة من نتائج الدراسة في تصميم برامج إرشادية تعمل على تخفيف إدمان الطلاب للهواتف الذكية والقلق الاجتماعي لديهم، في ضوء تقديم الدعم والمساندة الاجتماعية لهم.

- توجيه انتباه المسؤولين عن خدمات التوجيه والإرشاد الطلاب بالمدارس الثانوية لتطوير البرامج الإرشادية المتعلقة بتحسين مهارات التواصل وتدعيم علاقاتهم الاجتماعية وتعرضهم للمواقف والخبرات الاجتماعية التي تقلل من أعراض القلق الاجتماعي لديهم والانعزال عن الآخرين.

مصطلحات الدراسة:

المساندة الاجتماعية:

اصطلاحاً: تعرف المساندة الاجتماعية بأنها: "تقديم المساعدات المادية والمعنوية للفرد، والتي تتمثل في أشكال التشجيع أو التوجيه أو العون المادي" (الخمشي، 2018، 145).
إجرائياً: هي "مستوى الدعم المعنوي والمادي الذي يتلقاه الفرد من قبل النظراء، من قبل الأسرة والرضا الذاتي عن الدعم" (الفهمي، 2019، 4). وتتحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل على الفرد على مقياس المساندة الاجتماعية المستخدم بالبحث.

القلق الاجتماعي:

اصطلاحاً: "يعرف القلق الاجتماعي بأنه: "خوف غير واقعي شديد ومتواصل من المواقف الاجتماعية، وتجنب المواقف التي يمكن أن يكون فيها الفرد موضع تقييم" (جونسون وآخرون، 2016، 351).

كما عرّفه دهلوي (2010) بأنه: "خوف شديد يصاحب المرء من المواقف الاجتماعية، مثل الخوف من الحديث والخوف من المشاركة الاجتماعية، ويصاحبه الابتعاد عن مصدر الخوف". ويتحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل على الفرد على مقياس القلق الاجتماعي المستخدم بالبحث
إدمان الهواتف الذكية:

اصطلاحاً: "إلحاح الحاجة والاشتياق الملح لاستخدام الهاتف الذكي مع ظهور أعراض التحمل والانسحاب والاعتماد الزائد عليه والانشغال به والمحاولات الفاشلة في تقليل الاستخدام مع العلم بآثاره السلبية والصدى السلبي للشعور بأهميته للهروب من القلق والتوتر حول ساعات استخدامه" (رسلان، 2016، 19).

إجرائياً: ويعني: "استخدام الشخص وبشكل مفرط الهواتف الذكية يومياً ولمدة ساعات كثيرة، ويسيطر هذا الاستخدام المفرط للهواتف سيطرة كاملة على حياة الشخص، ويجعل تلك الهواتف الذكية عالمة أهم من عائلته وعمله ودراسته، ويخلق لديه قدرًا من التوتر والقلق" (هادي، 2021، 174). ويتحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل على الفرد على إدمان الهواتف الذكية المستخدم بالبحث.

حدود الدراسة:

- **الحدود الموضوعية:** يقتصر موضوع الدراسة معرفة دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية، كما يتحدد بدراسة العلاقة بين المتغيرات الثلاث.
- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق الدراسة الميدانية خلال العام الدراسي 1441/ 1442 هـ.
- **الحدود المكانية:** المدارس الحكومية الثانوية للبنين في المدينة المنورة.
- **الحدود البشرية:** طلاب المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية للبنين بالمدينة المنورة

الدراسات السابقة

أولاً: دراسات تناولت العلاقة بين المساندة الاجتماعية والقلق الاجتماعي:

هدفت دراسة خضير (2011) إلى التعرف على العلاقة بين القلق الاجتماعي ومتغيرات (تقدير الذات - المساندة الاجتماعية - معنى الحياة) لدى المراهقين من ذوي الإعاقة البصرية. وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من (54) مراهقاً من المعاقين بصرياً بمدينة الزقازيق بمصر، واستخدمت الدراسة مقياس القلق الاجتماعي ومقياس معنى الحياة ومقياس المساندة الاجتماعية ومقياس تقدير الذات، وقد أشارت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد القلق الاجتماعي والمساندة الاجتماعية.

كما هدفت دراسة أوندر وإردسل (2013) Onder and Erdsel إلى تحديد قدرة المساندة الاجتماعية وأسلوب حل المشكلات على التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، وذلك على عينة مكونة من (811) طالباً (506 إناث و305 ذكور) من كليات عديدة في جامعة إفران وجامعة أسلك، وتم استخدام مقياس القلق الاجتماعي وقائمة حل المشكلات ومقياس المساندة الاجتماعية، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين كل أبعاد القلق الاجتماعي وكل أبعاد المساندة الاجتماعية، كما تنبأت المساندة الاجتماعية بكل من القلق الاجتماعي وحل المشكلات.

دراسة البهنساوي (2021) هدفت للتعرف على مدى صلاحية المقاييس المستخدمة في الدراسة في البيئة المصرية بعد تعريبها، وكذلك التعرف على مدى وجود فروق باختلاف متغيري النوع (ذكور/إناث)، ومحل الإقامة (ريف/حضر)، والتفاعل بينهم على متغيرات المناخ المدرسي والمساندة الاجتماعية والتتمتع والقلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية، هذا فضلاً عن التحقق من مدى إمكانية التنبؤ بالتتمتع والقلق الاجتماعي من خلال متغيري المناخ المدرسي والمساندة الاجتماعية، أجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها 315 (155 من الذكور، 160 من

الإناث)، ومحل الإقامة (184 من الريف، 131 من الحضر)، وتراوح أعمارهم بين 15: 20 عامًا بمتوسط عمري قدره 17.24 عامًا وانحراف معياري 0.93 عامًا .

ثانيًا: دراسات تناولت العلاقة بين المساندة الاجتماعية وإدمان الهواتف الذكية:

ومنها دراسة والش وآخرون (2007) Walsh والتي هدفت إلى التعرف على العوامل النفسية والاجتماعية المرتبطة باستخدام الهاتف الجوال لدى المراهقين الأستراليين، وتكونت عينة الدراسة من عدد (32) طالبًا، تراوحت أعمارهم بين (16-24) سنة اشتركوا في مجموعات نقاش معمقة، وتم تحليل محتوى النقاشات بغرض استنتاج الفوائد النفسية المرتبطة باستخدام الهواتف النقالة، وكيفية حدوث الإدمان لديهم، وبيّنت النتائج أنّ لدى أفراد عينة الدراسة تعلقًا كبيراً بهواتفهم الذكية، مع وجود أعراض سلوكية للإدمان مرتبطة باستخدامهم لها، كما أنهم يعانون من ضعف التواصل الاجتماعي مع أقرانهم ومع أسرهم.

كما هدفت دراسة عامر (2011) إلى الكشف عن طبيعة العلاقات السببية بين إدمان الإنترنت وتفضيل الإنترنت للأغراض الاجتماعية والوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى مدمني الإنترنت، وقد تمّ استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتمّ التطبيق على عينة من (84) طالبًا وطالبة ؛ توزعت ما بين التعليم الأساسي والثانوي والجامعي بمدينة الإسماعيلية بمصر، وقد استخدمت الدراسة اختبار إدمان الإنترنت ومقياس الوحدة النفسية ومقياس المساندة الاجتماعية، وتوصلت النتائج إلى وجود تأثيرات دالة إحصائية للمساندة الاجتماعية على إدمان الإنترنت وأن العلاقة بينهما علاقة عكسية.

وفي دراسة أوكان وإبراهيم (2018) Okan and Ibrahim هدفت على التحقق من تأثير المساندة الاجتماعية المدركة والصمود النفسي على إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من (503) طالبًا، وتمّ استخدام مقياس الصمود النفسي، ومقياس إدمان شبكات التواصل الاجتماعي، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون وتحليل الانحدار المتدرج وجدت علاقة سالبة بين المساندة الاجتماعية وإدمان شبكات التواصل الاجتماعي والصمود النفسي، وقد تنبأت المساندة الاجتماعية بإدمان شبكات التواصل الاجتماعي وبالصمود النفسي.

ثالثًا: دراسات تناولت العلاقة بين القلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية:

ومنها دراسة القرني (2011) على طلاب جامعة الملك عبد العزيز، وهدفت إلى التعرف على علاقة إدمان الإنترنت ببعض الاضطرابات النفسية (الاكتئاب، والقلق الاجتماعي، والوحدة النفسية) وذلك على عينة من (290) طالبًا من مختلف كليات الجامعة، وانتهت الدراسة إلى

وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين إدمان الانترنت وكلٍّ من الاكتئاب والقلق الاجتماعي والوحدة النفسية.

وهدف دراسة دارسين وآخرون (Darcin, et al (2016 إلى الكشف عن علاقة إدمان الهواتف الذكية بالقلق الاجتماعي والوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة بتركيا، وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وشملت العينة على (367) من طلاب الجامعة، وتم استخدام مقياس إدمان الهواتف الذكية، ومقياس الوحدة والصورة المختصرة لمقياس الخوف الاجتماعي، وتوصلت الدراسة إلى أن القلق الاجتماعي بمرتبط بإدمان استخدام الهواتف الذكية بشكل قوي وبصورة إيجابية.

بينما هدفت دراسة سينسومسك وكولاشي (Sinsomsack and Kulachai (2018 إلى التعرف على مستوى إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية وتأثيراته النفسية والاجتماعية والدراسية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وشملت عينة الدراسة على (341) من طلاب المرحلة الثانوية بتايلاند، وتم استخدام الاستبيان الآثار النفسية والاجتماعية لإدمان الهواتف الذكية مقياس إدمان الهواتف الذكية.

وتوصلت الدراسة إلى أن إدمان استخدام الهواتف الذكية له تأثير إيجابي على اضطرابات المزاج وله تأثير سلبي على الصحة النفسية والعلاقات الأسرية والمهارات الاجتماعية والأداء الأكاديمي لطلاب المرحلة الثانوية.

رابعاً: التعليق على الدراسات السابقة:

- أوجه الاتفاق والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة

انفتحت الدراسات السابقة في عينتها حيث تطبيق الدراسة على عينة من المراهقين عدا دراسة عامر (2011) والتي شملت مع المراهقين الأطفال. كما استخدمت الدراسات السابقة أداة المقاييس والاختبارات لجمع البيانات؛ باستثناء دراسة (Sinsomsack, & Kulachai, 2018) حيث استخدمت أداة الاستبانة. كما وظفت الدراسات السابقة المنهج الوصفي الارتباطي، وهو ما يتفق مع الدراسات السابقة.

- جوانب التميز في الدراسة الحالية:

تمتاز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في الجوانب التالية:

1. الربط بين المتغيرات الثلاثة: فلا توجد على حد علم الباحث دراسة ربطت بين المتغيرات الثلاثة.

2. مجتمع الدراسة: وهو مجتمع طلاب المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية.

3. تكيف أدوات الدراسة مع البيئة السعودية ومرحلة المراهقة.

فروض الدراسة:

1. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في المساندة الاجتماعية والمتوسط الفرضي له.
2. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في القلق الاجتماعي والمتوسط الفرضي له.
3. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في إدمان الهواتف الذكية والمتوسط الفرضي له.
4. يمكن للمساندة الاجتماعية التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، حيث يعتبر هذا المنهج ملائمًا لهذا النوع من الدراسات، وذلك لإمكانية استقصاء عدد كبير من مجتمع البحث، كما أن المنهج يمكن الباحث من تقديم وصف للظاهرة المدروسة، ومن ثم تحليل بيانات البحث للربط بين متغيراتها، للوصول إلى أسبابها، واستخلاص النتائج للتمكّن من تعميمها.

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع طلاب المرحلة الثانوية المسجلين في التعليم العام الحكومي بنين بالمدينة المنورة، في الفصل الدراسي الثاني للعام 1442/1443هـ والبالغ عددهم (133099) طالبًا.

عينة الدراسة:

1- العينة الاستطلاعية: تكونت العينة الاستطلاعية- والتي هدفت إلى استخراج الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة- من (35) طالبًا، اختيرت بطريقة عشوائية من نفس مجتمع الدراسة.

2- عينة الدراسة الأساسية: اشتملت عينة الدراسة الأساسية على عينة عشوائية بسيطة من طلاب المرحلة الثانوية لمدارس التعليم العام بالمدينة المنورة، وقد بلغ عدد أفراد العينة من الطلاب (555) طالبًا، تراوحت أعمارهم ما بين 15-18 سنة، بمتوسط عمر (16.5) سنة، وانحراف معياري (1.29)، من (8) مدارس.

أدوات الدراسة:

1- مقياس المساندة الاجتماعية:

تم إعداد المقياس من قبل عبد المقصود والسريسي (2001)، وقام الفهمي (2019) بتقنيته على طلاب المرحلة الثانوية بالمجتمع السعودي، حيث يهدف هذا المقياس إلى تحديد مستوى المساندة الاجتماعية التي يتم تقديمها للفرد من النظراء والأسرة، ومدى الرضا عنها، ويتكون من (24) عبارة، موزعة على ثلاثة أبعاد، هي: **المساندة من قبل النظراء**: ويتكون من (8) عبارات من (1-8)، و**المساندة من قبل الأسرة**: ويتكون من (6) عبارات، من (9-14)، و**الرضا الذاتي عن المساندة**: ويتكون من (10) عبارة، من (15-24). وتتراوح الدرجات ما بين (24-96) درجة ولكل عبارة أربع خيارات وهي: أبداً تعطى درجة واحدة، ونادراً تعطى درجتين، وأحياناً تعطى ثلاث درجات، ودائماً وتعطى أربع درجات.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال:

- **صدق المقياس**: تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق الذاتي؛ من خلال التطبيق على عينة مكونة من (35) طالباً، باستخدام طريقة الصدق الذاتي عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات للمقياس، وكانت قيمة معامل الصدق الذاتي (0,92)، ويشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

- **ثبات المقياس**: تم التأكد من ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ على عينة بلغت (35) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية، وتم التوصل إلى معامل ثبات قدره (0,94)، وهو ما يدل على أن المقياس يتمتع بقدر جيد من الثبات.

2- مقياس القلق الاجتماعي:

تم إعداد المقياس من خلال مجدي الدسوقي (2003)، وقامت دهلوي (2010) بتقنيته على البيئة السعودية، ويهدف المقياس إلى قياس مستوى القلق الاجتماعي عند الأفراد من (12) عاماً فأكثر، ويتكون من (26) عبارة، أمام كل عبارة خياران فقط هما (تتطبق) أو (لا تتطبق) ويوجد بالمقياس (11) عبارة عكسية، ويأخذ الخيار (تتطبق) الدرجة واحد، والخيار (لا تتطبق) الدرجة صفراً. وقام الباحث بتعديل استجابات المقياس إلى أربع استجابات هي: أبداً ونادراً وأحياناً ودائماً لتقابل الاستجابات (1، 2، 3، 4) على الترتيب، وتتراوح درجات الاختبار ما بين (26 - 104) درجة. وهو من المقاييس ذات البعد الواحد.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال:

- **صدق المقياس:** تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق الذاتي؛ من خلال التطبيق على عينة مكونة من (35) طالبًا، باستخدام طريقة الصدق الذاتي عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات للمقياس وكانت قيمة معامل الصدق الذاتي (0.93)، ويشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

- **ثبات المقياس:** تم التأكد من ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ على عينة بلغت (35) طالبًا من طلاب المرحلة الثانوية، وتم التوصل إلى معامل ثبات قدره (0.91)، وهو ما يدل على أنّ المقياس يتمتع بقدر جيد من الثبات.

3- مقياس إدمان الهواتف الذكية (إعداد الباحث):

قام الباحث بالاطلاع على عدد من مقاييس إدمان الهواتف الذكية التي تم إعدادها سابقا في هذا المجال لتحقيق أهداف الدراسة، وتم إعداد المقياس من خلال الخطوات التالية:

أ- **تحديد الهدف من المقياس:** وقد تمثل الهدف من المقياس في التعرف على مستوى إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.

ب- **مصادر بناء المقياس:** اعتمد الباحث على عدد من المصادر التالية في إعداد المقياس:

- الإطار النظري لاضطراب إدمان الهواتف الذكية والأعراض الخاصة به.

- الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت متغير إدمان الهواتف الذكية.

- الاطلاع على مقاييس إدمان الهواتف الذكية العربية والأجنبية، ومنها: مقياس القرني (2011)، والبراشدي (Al-Barashdi, et al., 2014)، ومقياس همشري (2019)، ومقياس

سليمان (2021) ومقياس دراسة جولسين وأديمان (Gulsen and Adiyaman 2017)

أولاً: **المقياس في صورته الأولى:**

قام الباحث بإعداد المقياس في صورتها الأولى، وكانت على النحو التالي:

القسم الأول: وهو يتناول البيانات الأولى الخاصة بأفراد عينة الدراسة؛ مثل: اسم المدرسة، الصف الدراسي، والتخصص العلمي.

القسم الثاني: ويتكون من العبارات، حيث صاغ الباحث (28) عبارة، تقيس مظاهر إدمان الهواتف الذكية عند المراهقين.

القسم الثالث: تحديد طريقة التصحيح، حيث قام الباحث باختيار مقياس ليكرت الرباعي لتوزيع استجابات عينة الدراسة بحيث يقابل كل عبارة أربع استجابات، حيث تقابل الاستجابة (أبدأ=1) والاستجابة (نادراً=2)، والاستجابة (أحياناً=3)، والاستجابة (دائماً=4).

صدق المقياس:

أ- صدق المحكمين: قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المتخصصين ضمت (8) أعضاء من أساتذة علم النفس والإرشاد النفسي؛ وذلك لإبداء رأيهم وملاحظاتهم حول مدى ملائمة العبارات وسلامتها اللغوية، ومدى انتمائها لمحاور الاستبانة وأبعادها، حيث أكد بعض المحكمين على تعديل الصياغة في بعض العبارات المتضمنة بالمقياس، حتى تصبح هذه العبارات أكثر دقة في صياغتها. وبناءً عليه تم إجراء التعديلات اللازمة التي أوصى بها المحكمون من حذف عبارات وتعديل صياغة بعض الفقرات خاصة التي لا تتناسب صياغتها مع تساؤلات الدراسة، واستناداً على رأي (90%) من المحكمين في صلاحية الاستبانة لقياس الهدف الذي وضعت من أجله؛ أصبحت عبارات الاستبانة مكونة من (26) عبارة.

ب- صدق الاتساق الداخلي: قد قام الباحث بتطبيق المقياس بعد التأكد من الصدق الظاهري على عينة استطلاعية حجمها (35) طالباً، حيث استخدم معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الارتباط بين درجة كل محور مع الدرجة الكلية للمقياس، وذلك للتأكد من مدى تماسك وتجانس عبارات المقياس، وظهرت جميع قيم معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه الفقرة دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، وعند مستوى الدلالة (0.01) حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط ما بين (0.343) و(0.791) فيما عدا العبارات رقم: (3)، (16)، حيث لم يصل معامل ارتباط هذه العبارات إلى مستوى الدلالة الإحصائية، وقد تم حذفها من المقياس، لتبقي عبارات المقياس في صورتها النهائية عددها (24) عبارة.

ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام اختبار ألفا كرونباخ (Alpha) للتأكد من الثبات، حيث ظهر أن معامل الثبات العام للمقياس مرتفع حيث بلغ (0.892) لإجمالي فقرات الاستبانة الأربعة والعشرون، مما يدل على ثبات المقياس.

ثانياً: المقياس في صورته النهائية: يتكون المقياس في صورته النهائية من (24) عبارة، يتم الإجابة عليها بالاستجابات أبداً ونادراً وأحياناً ودائماً لتقابل الاستجابات (1، 2، 3، 4) على الترتيب على التوالي، وتتراوح درجات المقياس ما بين (24-96) درجة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

من أجل تحليل البيانات سيتم استخدام برنامج (SPSS) من خلال الأساليب التالية:

1. المتوسطات والانحرافات المعيارية.
2. اختبار (ت) لعينة واحدة.
3. تحليل الانحدار المتعدد المتدرج.

نتائج الدراسة:

أولاً: نتيجة اختبار الفرض الأول وتفسيرها:

ينص الفرض الأول للدراسة الحالية على (توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في المساندة الاجتماعية والمتوسط الفرضي له).

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة (One-Sample T-test) في مقارنة متوسط درجات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في المساندة الاجتماعية بالمتوسط الفرضي، ويوضح جدول (1) قيمة اختبار "ت" للمجموعة الواحدة لأبعاد المساندة الاجتماعية:

جدول رقم (1) يوضح قيمة اختبار "ت" للمجموعة الواحدة لمقياس المساندة الاجتماعية

($n=555$)

أبعاد المساندة الاجتماعية	المتوسط الفرضي	المتوسط التجريبي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	مستوى المساندة الاجتماعية
المساندة من قبل النظراء	20	23.2	4.1	131.4	.000	متوسط
المساندة من قبل الأسرة	15	19.7	3.9	118.6	.000	مرتفع
الرضا الذاتي عن المساندة	25	28.6	5.1	131.4	.000	متوسط
الدرجة الكلية	60	71.5	10.2	164.1	.000	متوسط

يتضح من الجدول رقم (1) أن قيمة المتوسط التجريبي في المساندة الاجتماعية بلغ (71.5)، بانحراف معياري بلغ (10.2)، وبلغت قيمة (ت) (164.1)، عند مستوى دلالة (0.000). وهو ما يدل على أن مستوى المساندة الاجتماعية تعدى المتوسط الافتراضي في بعد المساندة من قبل الأسرة، ولم يتعدى المستوى الافتراضي في بعدي المساندة من قبل النظراء والرضا الذاتي عن المساندة. وقد تبين أيضاً أن مستوى المساندة من قبل النظراء يتعدى المتوسط الافتراضي بمستوى متوسط، وأن مستوى المساندة من قبل الأسرة تعدى المتوسط

الافتراضي بمستوى مرتفع، وأن مستوى الرضا الذاتي عن المساندة لم يتعدى المتوسط الافتراضي بمستوى متوسط.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه بعض الدراسات مثل دراسة خضير (2011)، ودراسة أوندر وإردسل (Onder, & Erdsel, 2013)، ودراسة مرسي (2019)، ودراسة حبوش (2020) من أن مستوى المساندة الاجتماعية جاء بدرجة متوسطة، ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى وجود وعي لدى أسر طلاب المرحلة الثانوية في تقديم المساندة الاجتماعية لأبنائهم، وتقديم النصيحة، التي تساعد الفرد في حل مشكلاته، وتوفير التغذية الراجعة حول كيفية قيام الفرد بأعمال ومهام معينة تساعده على النجاح.

حيث تعتبر المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي إليها كالأسرة والأصدقاء والزملاء تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية، والتي تساعد على مواجهة المواقف المختلفة، كما أن للمساندة الاجتماعية تأثيرات عديدة، فهي تزيد من هناء الفرد وتعطي معنى لحياة الأفراد، كي يتغلب على مشكلاته النفسية والاجتماعية (Bergman & Mc-Clean, 2008). كما أشارت النتائج أن المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة كانت مرتفعة مقارنة بالمساندة من قبل النظراء والرضا الذاتي عن المساندة، مما يعني أن المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة هي الأكثر شيوعاً؛ لأن الأسرة تشعر بالمسؤولية تجاه الأبناء أكثر من الأصدقاء والآخرين، فالأسرة هي المكان الذي يولد فيه معظم الأشخاص وينمون وينضجون ويصبحون مسنين وتقدم لهم الدعم المادي والمعنوي والمعلوماتي، والاحترام والتقدير والحب والاحتواء، وتحمل المسؤولية الاجتماعية تجاه الآخرين وغرس العادات والتقاليد وتساعدتهم على حل مشاكلهم لينشأ شخصيات متزنة ناجحة (Trepte & Reinecke, 2013).

ثانياً: نتيجة اختبار الفرض الثاني وتفسيرها:

ينص الفرض الثاني للدراسة الحالية على (توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في القلق الاجتماعي والمتوسط الفرضي له).

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة (One-Sample T-test) ومقارنة متوسط درجات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في القلق الاجتماعي بالمتوسط الفرضي، ويوضح جدول (2) ذلك:

جدول رقم (2) يوضح قيمة اختبار "ت" للمجموعة الواحدة لمقياس القلق الاجتماعي (ن=555)

القلق الاجتماعي	المتوسط الفرضي	المتوسط التجريبي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	مستوى القلق الاجتماعي
الدرجة الكلية	65	76.02	21.8	82.08	.000	متوسط

يتضح من الجدول رقم (9) أن قيمة المتوسط التجريبي في القلق الاجتماعي بلغ (76.02)، بانحراف معياري بلغ (21.8)، وبلغت قيمة (ت) (82.08)، عند مستوى دلالة (.000). وهو ما يدل على أن مستوى المساندة الاجتماعية يتعدى المتوسط الافتراضي بمستوى متوسط. وبالتالي نقبل الفرض الذي يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في القلق الاجتماعي والمتوسط الفرضي له. وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه بعض الدراسات مثل دراسة خضير (2011)، ودراسة أوندر وإردسل (Onder, & Erds, 2013)، ودراسة مرسي (2019)، ودراسة أيت حبوش (2020) على انتشار مستوى القلق الاجتماعي لدى المراهقين بدرجة مرتفعة، ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى رغبة تلك الفئة تخفيف القلق الاجتماعي عن طريق الهروب إلى المغالة في استخدام الهواتف فيعطي لهم هذا الإدمان شعورا مؤقتا بالراحة.

وتتفق نتائج هذا الفرد مع دراسة محمد (2002) في دراسته أن الخوف الاجتماعي ينتشر وسط الطلاب من المستوي البسيط إلى المتوسط، كما أظهرت نتائج دراسة البناء وآخرون (2006) أن معدل انتشار القلق الاجتماعي بين الطلاب بلغ (3.8%)، وقد يرجع ذلك إلى ارتفاع نسبة المساندة الاجتماعية من الأسرة كونها المسؤولة عن صياغة النمو الاجتماعي للفرد ودورها في تشكيل شخصية الأبناء (تالي، 2011)، وإتاحة الفرصة للتعبير عن آرائهم ومشاعرهم وحسن الاستماع لهم وتقبلهم (أبو جادو، 2004)، وعليه فإن نجاح الأبناء في علاقاته الاجتماعية يتوقف على الدعم الأسري وتنشئته الاجتماعية (زهران، 2005).

ثالثاً: نتيجة اختبار الفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض الثالث للدراسة الحالية على (توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في إدمان الهواتف الذكية والمتوسط الفرضي له).

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة (One-Sample T-test) ومقارنة متوسطات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في إدمان الهواتف الذكية بالمتوسط الفرضي وتم حساب المتوسط الفرضي للقلق الاجتماعي ليساوي

(2.5 × عدد العبارات = 24 × 2.5 = 60)؛ حيث الدرجة (2.5) هي بداية فئة الاستجابة أحياناً

في تدريج الاستجابات بعد تحويل الدرجات إلى درجات متصلة، ويوضح جدول (3) ذلك:

جدول رقم (3) يوضح قيمة اختبار "ت" للمجموعة الواحدة لمقياس إدمان الهواتف الذكية

(ن=555) (درجة الحرية= 554)

إدمان الهواتف الذكية	المتوسط الفرضي	المتوسط التجريبي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	مستوى إدمان الهواتف الذكية
الدرجة الكلية	60	69.75	18.18	7.117	0,051 دالة	متوسط

يتضح من الجدول رقم (3) أن قيمة المتوسط التجريبي في إدمان الهواتف الذكية بلغ (69.7)، بانحراف معياري بلغ (18.18)، وبلغت قيمة (ت) (7.117)، عند مستوى دلالة (0.05) وهو ما يدل على أن إدمان الهواتف الذكية يتعدى المتوسط الافتراضي بمستوى متوسط.

مما يشير إلى تحقق الفرض بأنه يوجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في إدمان الهواتف الذكية والمتوسط الفرضي له، وإن مستوى إدمان الهواتف الذكية منتشر بدرجة متوسطة بين المراهقين. وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الكثير من الدراسات مثل دراسة عامر، (2011)، و دراسة القرني (2011) و دراسة سيفيك وييلدز (Çevik, & Yildiz, 2017)، ودراسة أوكان وإبراهيم (Okan & Ibrahim, 2018).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن استخدام الهواتف الذكية، يعزو لوجود وقت فراغ لديهم يحاولون فيه ملأه بالانشغال بتلك الهواتف خاصة في ظل انتشار الكثير من شبكات التواصل التي تجذب انتباههم، كما يدل ذلك الإدمان على حاجة هذه الفئة العمرية إلى التوعية بأهمية الاقتصاد في استخدام تلك الهواتف الذكية من خلال البرامج الإرشادية.

رابعاً: نتيجة اختبار الفرض الرابع وتفسيرها:

ينص الفرض الرابع للدراسة الحالية على (يمكن للمساندة الاجتماعية التنبؤ بالقلق

الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة).

لاختبار صحة الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة التحليل الكلي (Inter)

باعتبار أن أبعاد المساندة الاجتماعية متغيرات مستقلة، ومتغيري القلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية متغيرات تابعة؛ حيث يساعد هذا الأسلوب الإحصائي في وصف التأثيرات

المباشرة للمتغيرات المستقلة في المتغيرات التابعة في صورة نموذج خطي، تعرف معادلته باسم معادلة الانحدار الخطي المتعدد. ويوضح الجدولان (4)، (5) نتائج تحليل الانحدار المتعدد:

أولاً: بالنسبة لمتغير القلق الاجتماعي:

جدول رقم (4): نتائج الانحدار الخطي المتعدد للمتغيرات المستقلة (أبعاد المساندة الاجتماعية)

والمتغير التابع الأول (القلق الاجتماعي) (ن=555)

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة (المنبئة)	ثابت الانحدار	معامل الانحدار B	قيمة ت	دلالة ت	معامل الارتباط ر	معامل التحديد R^2	قيمة ف	مستوى الدلالة
القلق الاجتماعي	المساندة من قبل النظراء	22.868	0.431	1.797	0.073 غير دالة	0.428	0.179	14.299	0.00 دالة
	المساندة من قبل الأسرة		-0.357	-1.422	0.156 غير دالة				
	الرضا الذاتي عن المساندة		1.754	9.674	0.00 دالة				

يوضح جدول رقم (4) نموذج الانحدار الخطي المتعدد لمعرفة العلاقة بين القلق الاجتماعي والمتغيرات المفسرة أو المنبئة (أبعاد المساندة الاجتماعية)، والذي اعتبرت فيه متغيرات (المساندة من قبل النظراء، والمساندة من الأسرة، والرضا الذاتي عن المساندة) كمتغيرات تفسيرية ومتغير القلق الاجتماعي كمتغير تابع، وقد أظهرت نتائج نموذج الانحدار ما يلي:

أظهرت نتائج نموذج الانحدار أن النموذج ذو دلالة معنوية وذلك من خلال قيمة (ف) البالغ قيمتها (14.299) بدلالة عند مستوى (0.00)، كما تفسر النتائج أن المتغيرات المفسرة المنبئة - وهي أبعاد المساندة الاجتماعية - تفسر بنسبة (18%) من التباين الحاصل في القلق الاجتماعي وذلك بالنظر إلى معامل التحديد (R^2) بالجدول، بالإضافة إلى ذلك جاءت قيمة بيتا (B) التي توضح العلاقة بين القلق الاجتماعي وبعد المساندة الاجتماعية من قبل النظراء بقيمة (0.431)، وهي غير دالة إحصائياً حسب قيمة ت (1.797)، ما يعني أن مساندة النظراء لها تأثير ضعيف على القلق الاجتماعي أي أنه كلما تحسنت المساندة الاجتماعية من النظراء بمقدار وحدة تحسن القلق الاجتماعي بمقدار بسيط (0.431) وحدة. كما جاءت أيضاً قيمة بيتا (B) التي توضح العلاقة بين القلق الاجتماعي وبعد المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة بقيمة (-0.375)، وهي غير دالة إحصائياً حسب قيمة ت (-1.422)، ما يعني أن مساندة الأسرة لها تأثير ضعيف وعكسي على القلق الاجتماعي، أي أنه كلما تحسنت المساندة

الاجتماعية من النظراء بمقدار وحدة تحسن القلق الاجتماعي بمقدار عكسي بسيط قدره (0.375) وحدة، في حين أظهرت النتائج أن قيمة (بيتا) معامل الانحدار التي توضح العلاقة بين القلق الاجتماعي والمساندة من الأسرة بقيمة (1.754)، وهي ذات دلالة إحصائية حسب قيمة ت (9.674)، مما يعني ذلك أنه كلما تحسنت قيمة الرضا الذاتي عن المساندة بمقدار وحدة تحسن القلق الاجتماعي بمقدار (1.754) وحدة. وبناء على هذه النتائج ويمكن صياغة معادلة الانحدار كما يلي:

$$\text{القلق الاجتماعي} = \text{ثابت الانحدار} + (\text{معامل الانحدار} \times \text{المساندة من قبل النظراء}) + (\text{معامل الانحدار} \times \text{المساندة من قبل الأسرة}) + \text{خطأ التنبؤ}$$

$$\text{القلق الاجتماعي} = 22.868 + (0.431 \times \text{المساندة من قبل النظراء}) + (-0.375 \times \text{المساندة من الأسرة}) + (1.754 \times \text{الرضا الذاتي عن المساندة}) + \text{خطأ التنبؤ}$$

ثانياً: بالنسبة لمتغير إدمان الهواتف الذكية

جدول رقم (5): نتائج الانحدار الخطي المتعدد للمتغيرات المستقلة (أبعاد المساندة الاجتماعية) والمتغير التابع الثاني (إدمان الهواتف الذكية) (ن=555)

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة (المنبئة)	ثابت الانحدار	معامل الانحدار B	قيمة ت	دلالة ت	معامل الارتباط ر	معامل التحديد ر ²	قيمة ف	مستوى الدلالة
إدمان الهواتف الذكية	المساندة من قبل النظراء	25.365	0.278	1.382	0.167 غير دالة	0.413	0.170	37.672	0.00 دالة
	المساندة من قبل الأسرة		-0.748	3.548	0.00 دالة				
	الرضا الذاتي عن المساندة		1.491	9.787	0.00 دالة				

يفسر جدول (5) نموذج الانحدار الخطي المتعدد لمعرفة العلاقة بين متغير إدمان الهواتف الذكية والمتغيرات المفسرة أو المنبئة له (أبعاد المساندة الاجتماعية: المساندة من قبل النظراء، والمساندة من الأسرة، والرضا الذاتي عن المساندة) باعتبارها كمغيرات تفسيرية ومتغير إدمان الهواتف الذكية كمتغير تابع، وقد أظهرت نتائج نموذج الانحدار ما يلي:

أظهرت نتائج الجدول السابق بأن نموذج الانحدار ذو دلالة معنوية حيث اتضح أن قيمة (ف) كانت (37.672) عند مستوى دلالة (0.00)، كما أظهرت النتائج أن المتغيرات المفسرة والمنبئة - أبعاد المساندة الاجتماعية - تفسر بنسبة (17%) من التباين الحاصل في إدمان الهواتف الذكية وذلك بالنظر إلى معامل التحديد (ر²) بالجدول، بالإضافة إلى ذلك جاءت قيمة

بيتا (B) التي توضح العلاقة بين إدمان الهواتف الذكية وبعد المساندة الاجتماعية من قبل النظراء بقيمة (0.278)، وهي غير دالة إحصائياً حسب قيمة ت (1.382)، ما يعني أن مساندة النظراء لها تأثير ضعيف على إدمان الهواتف الذكية، أي أنه كلما تحسنت المساندة الاجتماعية من النظراء بمقدار وحدة تحسن القلق الاجتماعي بمقدار ضعيف (0.278) وحدة، كما جاءت أيضاً قيمة بيتا (B) التي توضح العلاقة بين إدمان الهواتف الذكية وبعد المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة بقيمة (-0.748)، وهي دالة إحصائياً حسب قيمة ت (-3.548)، ما يعني أن مساندة الأسرة لها تأثير قوي وعكسي على القلق الاجتماعي، أي أنه كلما تحسنت المساندة الاجتماعية من النظراء بمقدار وحدة تحسن إدمان الهواتف الذكية بمقدار عكسي قدره (0.748) وحدة.

كما أظهرت النتائج أن قيمة (بيتا) معامل الانحدار التي توضح العلاقة بين إدمان الهواتف الذكية والمساندة من الأسرة بقيمة (1.491)، وهي ذات دلالة إحصائية حسب قيمة ت (9.787)، مما يعني ذلك أنه كلما تحسنت قيمة الرضا الذاتي عن المساندة بمقدار وحدة تحسن إدمان الهواتف الذكية بمقدار (1.491) وحدة.

وبناء على هذه النتائج ويمكن صياغة معادلة الانحدار كما يلي:

إدمان الهواتف الذكية = ثابت الانحدار + (معامل الانحدار × المساندة من قبل النظراء) + (معامل الانحدار × المساندة من قبل الأسرة) + (معامل الانحدار × الرضا الذاتي عن المساندة) + خطأ التنبؤ

إدمان الهواتف الذكية = 25.365 + (0.278 × المساندة من قبل النظراء) + (-0.748 × المساندة من الأسرة) + (1.491 × الرضا الذاتي عن المساندة) + خطأ التنبؤ

يتضح من النتائج السابقة، قبول الفرضية البديلة والتي مفادها: "يمكن للمساندة الاجتماعية بأبعادها التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة". وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الكثير من الدراسات مثل: دراسة القرني (2011)، ودراسة عامر، (2011) دراسة دارسين وآخرون (Darcin, et al. 2016)، ودراسة حاوي وسماحة (Hawi & Samah, 2017)، ودراسة سيفيك وييلدز (Çevik, & Yildiz, 2017).

ويرجع ذلك إلى أن ارتفاع المساندة الاجتماعية يمكنه أن يخفف مستوى القلق الاجتماعي، كما أن يمكنه أن يخفف مستوى الإدمان الرقمي للهواتف الذكية، مما يدل على حاجة أسر

طلاب المرحلة الثانوية إلى برامج في الإرشاد الأسري لتوعيتهم وحثهم على تقديم المساندة الاجتماعية لأبنائهم في تلك المرحلة العمرية الحرجة.

ويمكن تفسير تأثير المساندة على خفض القلق الاجتماعي لدى الطلاب في ضوء نظرية التعلق (Attachment Theory) والتي تفترض وجود نظام سلوكي للتعلق لدى الأبناء، فهم يبحثون عن مختلف أشكال التعلق المقدمة من الوالدين والأصدقاء والمحيطين والمعلمين وغيرهم من المؤثرين في حياة الطفل أو المراهق، وهذا الدعم الاجتماعي يؤدي إلى نجاح تكيف الفرد اجتماعية ونقصه يسعّر الفرد بالتهديد والخوف من البيئة الاجتماعية وبالتالي يظهر القلق الاجتماعي عند نقص المساندة الاجتماعية (حليم، 2021).

وبالنسبة لتأثير المساندة الاجتماعية على إدمان الهواتف الذكية فإن المساندة من قبل الآخرين هي أثر تأثيراً لدى المراهق؛ لأنّ الأسرة تبدأ في خفض سيطرتها على المراهق في تلك المرحلة، مع تزايد تأثير جماعة الرفاق والأصدقاء وهو ما يحتاجه المراهق وبذلك فإن تأثير المساندة الوالدية يكون ضعيف، كما أنّ نقص المساندة الاجتماعية من المقربين من خارج الأسرة يؤدي إلى نقص التفاعل الاجتماعي المباشر، فيقوم المراهق بالاستعاضة عن ذلك بالتفاعل الاجتماعي الافتراضي عبر إدمان الهواتف الذكية.

ويرجع ذلك إلى أن ارتفاع المساندة الاجتماعية يمكنه أن يخفف مستوى القلق الاجتماعي، كما أن يمكنه أن يخفف مستوى الإدمان الرقمي للهواتف الذكية، مما يدلّ على حاجة أسر طلاب المرحلة الثانوية إلى برامج في الإرشاد الأسري لتوعيتهم وحثهم على تقديم المساندة الاجتماعية لأبنائهم في تلك المرحلة العمرية الحرجة. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الكثير من الدراسات مثل: دراسة القرني (2011)، ودراسة عامر، (2011) دراسة دارسين وآخرون (Darcin,et al. 2016)، ودراسة حاوي وسماحة (Hawi & Samah, 2017)، ودراسة سيفيك وييلدز (Çevik, & Yildiz, 2017).

توصيات الدراسة:

- تصميم برامج إرشادية لأباء وأمهات طلبة الثانوية العامة بهدف تزويدهم بوسائل تنمية المساندة الاجتماعية المقدمة لأبنائهم.
- تفعيل وحدة الإرشاد النفسي من أجل إرشاد الطلبة ومساعدتهم في التغلب ما يؤثر سلباً على الأمن النفسي.

- توعية العاملين بالمؤسسات التعليمية والمربين بأعراض اضطراب القلق الاجتماعي، بحيث يكون التدخل العلاجي متوفرا وسريعا فور ملاحظة أعراض الاضطراب تجنباً لتفاقمها وزيادة حدتها.

- توفير الدعم النفسي والإرشادي للطلبة الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي، لما لها من عواقب وخيمة على الحياة الاجتماعية، والتحصيل الدراسي، وعلى قدرة الطالب لتنمية مهارات اجتماعية وبناء علاقات اجتماعية صحية ضرورية لنموه.

- توجيه عناية الطلبة إلى الاستخدامات المثلى للهواتف الذكية، وضرورة استثمارها فيما ينفع دراستهم الأكاديمية وحياتهم الشخصية والعامة، مما يساعد في الحد من درجة إدمانهم عليها.

- توجيه عناية الطلبة إلى التأثيرات النفسية والشخصية السلبية لإدمان استخدام الهواتف الذكية، وبخاصة فيما يتعلق بفقدان قدرتهم على التركيز، وزيادة تشتتهم الذهني، وزيادة اضطرابهم في النوم، وغيرها التي تؤثر سلباً على شخصياتهم الإنسانية، وعلى تحصيلهم الأكاديمي، ولذلك كان من الضروري حثهم على تلافي هذه السلبيات والحد من تأثيراتها عليهم.

مقترحات الدراسة:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية، تم اقتراح عدد من الموضوعات البحثية التالية:

1. دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالمناعة النفسية وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة.
2. دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالخوف من كورونا لدى طلاب المرحلة الثانوية.
3. العلاقة بين المساندة الوالدية والهناء النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
4. برنامج إرشادي أسري لتنمية مهارات المساندة الاجتماعية للوالدين تجاه الأبناء المراهقين.
5. برنامج إرشادي معرفي - سلوكي في خفض اضطراب القلق الاجتماعي عند المراهقين.
6. برنامج إرشاد سلوكي في خفض إدمان الهواتف الذكية.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

أيت حبوش، سعاد. (2020). أثر المساندة الاجتماعية على التخفيف من قلق المستقبل لدى المكفوف المتمدرس. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 12(4)، 91-100.
باطه، آمال. (2003). الصحة النفسية والعلاج النفسي (ط2). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.



- البناء، حياة خليل، وعبدالخالق، أحمد محمد، ومراد، صلاح محمد. (2006). القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى طلاب من جامعة الكويت. *دراسات نفسية*، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية، 16 (2)، 43-11.
- البهنساوي، أحمد كمال عبد الوهاب. (2021). المناخ المدرسي والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالتمتر والقلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة الخدمة النفسية*، 14(1)، 80-143.
- تالي، جمال. (2011). سوسيولوجيا تنشئة الطفل الأصم في المجتمع الجزائري. *مجلة دفاتر المخبر*، جامعة محمد خيصر، بسكرة-الجزائر، 7، 232-256.
- جونسون، شيري، وكرينج، آن؛ ونيل، جون، ودافيدسون، جيرالد. (2016). *علم النفس المرضي* (ط2). (ترجمة: د. امثال الحويلة وآخرون). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الحري، عبدالله. (2014). *الرهاب الاجتماعي: رؤية معرفية - سلوكية*. الرياض: منشورات ضفاف للنشر والتوزيع.
- حليم، شيري مسعد. (2021). الإفصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، جامعة عين شمس، 45 (1)، 13-102.
- حمدان، محمد زياد. (2015). *الزواج وبناء أسرة آمنة وصيانة وتعزيز الاستقرار الأسري*. القاهرة: دار العربي للنشر والتوزيع.
- خضير، أسماء محمد محمود السيد. (2011). *النموذج السببي للعلاقة بين القلق الاجتماعي وبعض المتغيرات النفسية لدى المراهقين المعاقين بصريا* [رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق]. دار المنظومة، الرسائل الجامعية.
- الخمشي، سارة. (2018). *ممارسة الخدمة الاجتماعية في الدفاع الاجتماعي*. الرياض: دار روابط للنشر وتقنية المعلومات.
- الدسوقي، مجدي (2003). *مقياس الرهاب الاجتماعي، الأنجلو المصرية، القاهرة*.
- دهلوي، دانية. (2010). *الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمكة المكرمة* [رسالة ماجستير، جامعة أم القرى]. دار المنظومة، الرسائل الجامعية.
- رسلان، نجلاء محمد بسيوني. (2016). *بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية المنبئة بإدمان الهاتف الذكي*. *المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية*، 2، 12-61.

- زهران، حامد (2005). *الصحة النفسية والعلاج النفسي* (ط6). القاهرة: عالم الكتب.
- سليمان، أحمد سليمان. (2021). إدمان استخدام الهواتف الذكية بين طلاب جامعة الكويت وعلاقتها بأدائهم الأكاديمي من وجهة نظرهم. *المجلة التربوية*، 35(140)، 11-37.
- الشناوي، محمد محروس؛ وعبد الرحمن، محمد السيد. (1994). *المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- عامر، عبد الناصر السيد. (2011). العلاقات السببية بين إدمان الإنترنت والتفضيل الاجتماعي للإنترنت والوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى مدمني الإنترنت. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 21(73)، 333-352.
- عبد المقصود، أماني؛ والسريسي، أسماء. (2001). *مقياس المساندة الاجتماعية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- علي، محمود عبد السلام (2018). *الحملات الإعلامية*. عمان: دار المعنز للنشر والتوزيع.
- الفهمي، فهد. (2019). بناء مقياس للمساندة الاجتماعية المدركة لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة. *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط*، 35(2)، 1-34.
- القرني، محمد سالم محمد. (2011). *إدمان الانترنت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز*. *مجلة كلية التربية جامعة المنصورة*، 3(75)، 100-136.
- الكتاني، فاطمة الشريف. (2002). *القلق الاجتماعي والعُدوانية لدى الأطفال*. لبنان: دار وحي القلم.
- محمد، حسن بدري. (2002). *الحواف الاجتماعية وعلاقته بالأفكار السلبية وبعض المتغيرات الديمغرافية* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الخرطوم، السودان.
- مرسي، صفاء إسماعيل. (2019). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من القلق والوحدة النفسية لدى المسنين من النوعين*. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 29(2)، 231-288.
- نادر، إمتياز. (2017). *كيف تكتشف مرضك النفسي وتتخلص منه: حقيقة المرض النفسي*. عمان: دار حمورابي للنشر والتوزيع.
- النمر، مصطفى صابر. (2016). *الدراما الأجنبية وانحرافات المراهقين السلوكية*. القاهرة: دار العربي للنشر والتوزيع.



هادي، زهرة عباس. (2021). الإدمان الإلكتروني وتداعياته السلبية على سلوك الأطفال من مستعملي الأجهزة الذكية. *المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، 25، 171 - 190
همشري، عمر أحمد. (2019). إدمان استخدام الهواتف الذكية لدى طلبة جامعة الزرقاء وآثاره السلبية عليهم من وجهة نظرهم. *مجلة دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية*، 46، 307 - 325.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Al-Barashdi, Hafidha, Bouazza, Abdelmajid, and AlZubaidi, Abdullqawi. (2014). Psychometric properties of Smartphone Addiction Questionnaire (SPAQ) among Sultan Qaboos University undergraduate students. *Journal of Educational and Psychological Studies*, 8(4): 637-644.
- Bergman, C.S. Pedersen, N.L. & Mc Clean, G. (2008). Genetic mediation of the relationship between social support and psychological well-being. *Psychology and aging*. 6 (4), 640-646.
- Calsyn RJ.; Winter JP. & Bwrger GK. (2005). The relationship between social anxiety and social support in addiction. Attest of competing causal models. *Adolescence*, 40(157) 103-130.
- Casey, B. M. (2012). *Linking psychological attributes to smart phone addiction, face-to-face communication, present absence and social capital* [Doctoral dissertation, The Chinese University of Hong Kong]. School of the Chinese University of Hong Kong.
- Çevik, G. B., & Yildiz, M. A. (2017). The Roles of perceived social support, coping, and loneliness in predicting internet addiction in adolescents. *Journal of Education and Practice*, 12 (1), 64-73.
- Darcin , A. E., Kose, S., Noyan , C. O., Serdar, N., Onat, Y., & Nesrin, D. (2016): Smartphone addiction and its relationship with social anxiety and loneliness. *Behaviour & Information Technology*, 29(8), 919-929.
- Gezgin, D. M. (2018). Understanding patterns for smartphone addiction: Age, sleep duration, social network use and fear of missing out. *Cypriot Journal of Educational Science*, 13(2), 166-177.
- Gulsen, B.C., Adiyemen, M. (2017). The roles of perceived social support, coping, and loneliness in predicting internet addiction in adolescents. *Journal of Education and Practice*, 8(12).
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). Relationships among smartphone addiction, anxiety, and family relations. *Behaviour & Information Technology*, 36(10), 1046-1052.



- Lee, H.; Ahn, H.; Choi, S. & Choi, W. (2014). The SAMS: Smartphone Addiction Management System and Verification. *Journal of Medical Systems*, 38(1),1-10.
- Madueme, H. (2007). Addiction as an Amoral Condition? The Case Remains Unproven. *American Journal of Bioethics*, 7(1), 25-27.
- Okan B., & Ibrahim T. (2018). Effect of perceived social support and psychological resilience on social media addiction among University Students. *Universal Journal of Educational Research* 6(4) 751-758.
- Onder, B.; & Erdsal, H. (2013). Analyzing the relationship between social anxiety, social support and problem-solving approach of University Students. *Education and science*, 38(176), 226-240.
- Pilling S, Mayo-Wilson E, Mavranetzouli I, Kew K, Taylor C, Clark DM; Guideline Development Group. (2013). Recognition, assessment and treatment of social anxiety disorder: summary of NICE guidance. *BMJ*, 22; 346-3541. doi: 10.1136/bmj.f2541.PMID: 23697669.
- Sinsomsack, N., & Kulachai, W. (2018, May). *A study on the impacts of smartphone addiction*. Advances in Social Science, Education and Humanities Research (ASSEHR), 186, 15th International Symposium on Management (INSYMA 2018).
- Smith, A. (2012). *The best (and worst) of mobile connectivity*. Pew Internet & American Life Project, Pew Research Center, November 30, 2012.
- Trepte, S., & Reinecke, L. (2013). The reciprocal effects of social network site use and the disposition for self-disclosure. A longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1102–1112
- Walsh, S, White, K., and Young, R (2007). Over-counteracted? Qualitative exploration of the relationship between Australian youth and their mobile phone. *Adolescence Journal*, 15 (7): 122-135.

مقياس إدمان الهواتف الذكية بصورتها النهائية

- فيما يلي مجموعة من العبارات تتعلق في تقدير درجة استخدامك للهاتف الجوال:

م	العبارة	دائماً (4)	أحياناً (3)	نادراً (2)	أبداً (1)
1	أهمل أداء واجباتي وأعمالي نتيجة استخدام الهاتف الجوال.				
2	أشعر بالإرهاق ونومي غير كاف نتيجة استخدامي المفرط للجوال.				
3	أشعر بالهدوء والراحة عندما استخدم هاتفي الجوال.				
4	أشعر بأن حياتي يملأها الفراغ عندما ابتعد عن هاتفي الجوال.				
5	أشعر بحرية أكثر مع استخدامي للجوال.				
6	استخدام الجوال هو أكثر شيء ممتع أقوم به.				
7	أعتقد أنني غير قادر على العيش بدون جوال.				
8	يشغل الجوال ذهني حتى وأنا لا استخدمه.				
9	سأظل أستخدم الجوال حتى إذا تأثرت حياتي اليومية بذلك.				
10	أشعر بالضيق عندما يقاطعني أحد أثناء استخدامي للهاتف الجوال.				
11	اصطحب جوالي معي عند دخولي دورة المياه حتى وإن كنت متعجلاً لدخولها.				
12	أشعر أن علاقتي بهاتفي الجوال أفضل من علاقتي بأصدقائي.				
13	أشعر بالضيق عندما أكون غير قادر على استخدام جوالي تماماً كشعوري عندما افتقد صديقاً لي.				
14	يخبرني المقربون لي كالأولاد والأصدقاء بأنني أستخدم جوالي كثيراً جداً.				
15	حاولت أكثر من مرة أن أقلل من استخدامي للجوال لكنني فشلت في كل مرة.				
16	أفضل العمل على جوالي عن الخروج مع أسرتي أو أصدقائي.				
17	بطارية جوالي المشحونة تماماً لا تكفيني كثيراً طوال اليوم.				
18	بمجرد أن استيقظ من نومي أطلع في جوالي لأرى سناب شات أو الواتس أب، أو تويتر.				
19	أشعر برغبة ملحة في أن أستخدم جوالي مرة ثانية بعد التوقف عن استخدامه.				
20	اتفحص جوالي باستمرار حتى لا أفقد محادثاتي (في سناب شات، واتس أب، تويتر)				
21	أقضي وقتاً طويلاً جداً في استخدام الهاتف الجوال.				
22	أستخدم جوالي حتى وأنا أتناول طعامي أو أتحدث إلى أحد.				
23	يعاتبني والذي لاستخدامي المفرط للجوال.				
24	أستخدم جوالي وأنا أقود سيارتي.				