

The Predictive Ability of Social Media Addiction and Social Isolation in Loneliness Among Al-Quds Open University Students

Prof. Mohammed Ahmed Shaheen*¹, Lecturer \ Ilham Omar Aldeek¹

¹ Al-Quds Open University | Palestine

Received:

13/02/2023

Revised:

23/02/2023

Accepted:

01/03/2023

Published:

30/06/2023

* Corresponding author:

mshahindura@gmail.com

Citation: Shaheen, M.

A., & Aldeek, I. O. (2023).

The Predictive Ability of
Social Media Addiction
and Social Isolation in

Loneliness Among Al-

Quds Open University

Students. *Journal of*

Educational and

Psychological Sciences,

7(22), 117 – 135.

[https://doi.org/10.26389/](https://doi.org/10.26389/AJSRP.N130223)

[AJSRP.N130223](https://doi.org/10.26389/AJSRP.N130223)

2023 © AJSRP • National

Research Center, Palestine,

all rights reserved.

• Open Access



This article is an open

access article distributed

under the terms and

conditions of the Creative

Commons Attribution (CC

BY-NC) [license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Abstract: The study aims to identify the predictive ability of communication addiction and social isolation in feeling lonely among Al-Quds Open University students, using the descriptive correlational approach, and applying the research tools on a random cluster sample, consists of 282 male and female students. The results show a moderate level for social media addiction, social isolation, and psychological loneliness, with an average of (3.21, 2.66, 2.58), respectively. The results indicates that there are no statistically significant differences in social media addiction, social isolation, and feelings of psychological loneliness, due to: gender, place of residence. The results reveals that there is a direct, statistically significant correlation between feelings of psychological loneliness and both social media addiction and social isolation, where value of the Pearson correlation coefficient is (.440 and .846), respectively. The results show that there is a statistically significant effect of social isolation in predicting the feeling of psychological loneliness. Social isolation shows (71.6%) of the percentage of variation in the feeling of psychological loneliness, i.e., the social isolation variable has an important and fundamental role in predicting the feeling of psychological loneliness, while the social media addiction does not contribute in predicting the level of loneliness. The study recommends the provision of psychological counseling centers in universities to detect students who are addicted to social networks and suffer from psychological loneliness, to provide counseling programs suitable for their needs, and suggesting conducting more research on psychological loneliness and its association with social media addiction in different age groups

Keywords: Social isolation - psychological loneliness - social media addiction - university students.

القدرة التنبؤية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة

أ.م.د/ محمد أحمد شاهين*¹، المحاضرة / إلهام عمر الديك¹

¹ جامعة القدس المفتوحة | فلسطين

المستخلص: هدف البحث التعرف إلى القدرة التنبؤية لإدمان وسائل التواصل والعزلة الاجتماعية في الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتطبيق أدوات البحث على عينة عشوائية عشوائية، بلغ حجمها (282) طالباً وطالبة. أظهرت النتائج مستوى متوسط لكل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، بمتوسط (3.21، 2.66، 2.58) على التوالي. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن. وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباط طردية دالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية وكل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية؛ إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0.440..0.846) على التوالي. وأوضحت النتائج وجود أثر دال إحصائياً للعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية، فقد وضحت العزلة الاجتماعية (71.6%) من نسبة التباين في الشعور بالوحدة النفسية؛ أي أن متغير العزلة الاجتماعية له دور مهم وأساس في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية، بينما لم يسهم متغير إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بمستوى الشعور بالوحدة النفسية. وأوصت الدراسة بتوفير مراكز إرشاد نفسي في الجامعات للكشف عن الطلبة المدمنين على شبكات التواصل الاجتماعي، ويعانون من الشعور بالوحدة النفسية، وتوفير برامج إرشادية مناسبة لاحتياجاتهم، واقتراح إجراء مزيد من البحوث حول الشعور بالوحدة النفسية وارتباطه بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى فئات عمرية مختلفة.

الكلمات المفتاحية: العزلة الاجتماعية – الشعور بالوحدة النفسية – إدمان وسائل التواصل الاجتماعي – طلبة الجامعة.

1- المقدمة والإطار النظري.

اجتاحت وسائل التواصل الاجتماعي الحياة في الآونة الأخيرة، وفرضت سيطرتها على جميع الأفراد وتجاوز عدد مستخدميها مئات الملايين، وتواجدت في كل منزل وبين أيدي الجميع، ما جعله سلاح ذو حدين، فهي تسهل التواصل مع الآخرين وجعل العالم قرية صغيرة تجولها بدون تذكرة سفر عبر جهاز إلكتروني صغير من جهة، أو تكون حاجزاً بين تواصل الفرد مع أقرب الناس إليه، ومصدراً للاضطراب والتأثيرات السلبية على صحته واستقراره من جهة أخرى.

تُعرف وسائل التواصل الاجتماعي بأنها خدمات تقدم عبر الإنترنت تسمح لمستخدميها ببناء لمحة عامة عنهم وفق نظام محدد، ويتم فيها توضيح قائمة المستخدمين والمشاركين بتبادل الاتصالات معها وعرض اتصالات الغير وقبولها أو رفضها ضمن الشبكة (القيسي، 2014). ويُستفاد من شبكات التواصل الاجتماعي في التواصل الشخصي، والتعليم، والعمل الحكومي، والمشاركة الإخبارية (جيوسي، 2015). وهناك تنوع في وسائل التواصل الاجتماعي بين شبكات التواصل الاجتماعي الداخلية، وشبكات التواصل الاجتماعي الخارجية، وأبرزها (تويتر، وفيس بوك، وواتس أب، وإنستغرام، والتيك توك) (موسى، 2021).

وعلى الرغم من الفوائد المتعددة والمتنوعة لوسائل التواصل الاجتماعي، إلا أن لها تأثيرات سلبية متنوعة أيضاً، وبخاصة إذا وقع الفرد ضحية لإدمانها، فهي تؤثر على الصحة النفسية والجسدية، ويمكن أن تؤدي إلى مشكلات، مثل: إهمال الأنشطة والعلاقات الاجتماعية الواقعية، وتأثيرات صحية متنوعة، وإهمال الواجبات المتعلقة بالدراسة أو العمل، وتغيير عادات النوم والأكل (Macur & Pontes, 2018).

يذكر جريفيث وآخرون (Griffiths et al., 2014: 122-132) أن هناك ثلاث نماذج نظرية تفسر الإدمان السلوكي، هي: النموذج المعرفي السلوكي؛ ويؤكد هذا النموذج على أن الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ينبعث من المعارف اللاتكيفية، والذي يتم تضخيمه بعوامل بيئية متنوعة تؤدي أخيراً إلى الإدمان. بينما يؤكد نموذج المهارات الاجتماعية على أن الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ينبثق من افتقاد مهارات العرض الذاتي وتفضيل التواصل الافتراضي عن التفاعلات المباشرة، ويؤدي في النهاية إلى الإدمان. أما النموذج الاجتماعي المعرفي؛ فيؤكد على أن الاستخدام الشاذ لوسائل التواصل الاجتماعي ينبثق بسبب توقع النتائج الإيجابية التي تتجمع مع فاعلية الذات المتعلقة بالإنترنت، والتنظيم الذاتي الناقص المرتبط بالإنترنت، ويؤدي في النهاية إلى الإدمان.

وطبقاً للنظرية النفسية الدينامية فإن أصل إدمان وسائل التواصل الاجتماعي ينبع من الصدمات النفسية أو النقص الانفعالي في الطفولة، وسمات الشخصية، والمكانة النفسية الاجتماعية. وطبقاً لنظرية الضبط الاجتماعي، فإن الإدمان يختلف وفقاً للعمر، الجنس، والمكانة الاقتصادية. وترى النظرية السلوكية أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يدعم الفرد بمكافآت كالهروب من الواقع والتسلية، وبناءً على النظرية المعرفية، فإن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي يحدث بسبب الأخطاء المعرفية، للهروب من المشكلات الداخلية والخارجية (Azizi et al., 2019).

وأشار الزيدي (2014) إلى أن هناك مجموعة من الأسباب التي تدفع بمستخدمي شبكة الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي إلى الإدمان على الإنترنت والمتمثلة بضعف في كيفية التعامل مع الضغوط الحياتية واليومية، وضعف مواجهة المشكلات. كذلك ضعف إشغال الوقت والفرغ، بهويات متنوعة، وضعف إقامة علاقات اجتماعية جيدة بسبب الخجل أو الانطواء على النفس. بالإضافة إلى الشعور بالخواء النفسي والوحدة والهروب من الواقع بضرب من الخيال في علاقات تفتقد فيها الحميمية مع الآخر، وتجنب مواجهة الآخر وجهاً لوجه.

وينظر إلى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي باعتباره سلوكاً نمطياً سلبياً في استخدام أدوات التواصل الاجتماعي الإلكترونية لفترات طويلة، يقضيها الفرد مع مواقع ذات جاذبية خاصة دون ضرورة مهنية أو أكاديمية، وبشكل يضر به وبالعلاقات الاجتماعية ليصبح معتمداً عليها في تلبية حاجاته النفسية وغير قادر على الاستغناء عنها،

مع الشعور بالضيق والتوتر في حال عدم القدرة على متابعتها، وتؤدي إلى تأثيرات سلبية على حياته النفسية والاجتماعية (الصبان، 2019).

وهناك الكثير من المعطيات التي تشير إلى أن من أبرز الآثار التي يسببها إدمان وسائل التواصل الاجتماعي هي الشعور بالعزلة الاجتماعية، وفي الوقت ذاته تعد العزلة الاجتماعية من الأسباب التي قد تدفع الأفراد تجاه الإفراط في استخدام الإنترنت، وبخاصة وسائل التواصل الاجتماعي. ولعل من الأسباب التي تدفع الطلبة إلى العزلة الاجتماعية هو عدم التوافق وإحباط الحاجات الأساسية، ما يدفع بالفرد للتذمر من الحياة، فيشعر بالفراغ والملل وبالتالي الابتعاد عن الأشخاص المحيطين به، وهذا بدوره يقود إلى حالة يجد فيها الفرد نفسه منغمساً في استخدام المواقع الإلكترونية، ومنها بشكل خاص مواقع التواصل الاجتماعي (ابريعم، 2013).

وأشارت نتائج العديد من الدراسات إلى أن أغلب الأشخاص الذين يقضون ساعات متواصلة أمام الإنترنت يعانون من علاقات اجتماعية ضعيفة، والعزلة الاجتماعية، والانعزال التام عن المجتمع، وهي تصبح غير إرادية وتكون نتيجة خبرة ضاغطة يمر بها الفرد، فتؤثر كثيراً على شخصيته وعلاقته بالمحيطين ومنهم المهمين في حياته (باشه وآخرون، 2021).

وتمثل العزلة الاجتماعية مظهراً من مظاهر الاغتراب، التي تدفع الفرد إلى تجنب الاتصال بالآخرين (محمد، 2003). وتصف العزلة الاجتماعية غياب الاتصال الاجتماعي، ويمكن أن تؤدي إلى الشعور بالوحدة. إنها حالة من الانقطاع عن الشبكات الاجتماعية العادية، والتي يمكن أن تنجم عن عوامل، مثل: فقدان القدرة على الحركة، أو البطالة، أو المشكلات الصحية، التي تحول بين الفرد والمشاركة في أي أنشطة نتيجة الشعور بالغبية عن الآخرين (DiCaprio, 1976).

أكد أدلر Adler أن الشعور بالعزلة يرجع إلى فشل تربية الوالدين أو حرمانهم الطفل من الحب والعطف، ما يؤدي إلى شعوره بالنقص (مصطفى، 2012). وتؤكد هورني "Horney" على أن اضطراب علاقات الفرد الاجتماعية ينشأ منذ طفولته وتفاعله مع الآخرين؛ حيث يرجع شعور الفرد بالعزلة إلى إساءة الوالدين له في طفولته أو حرمانه من الحب والعطف والتشجيع، ما يؤدي إلى شعوره بالنقص مقارنة بالكبار، وهذا يؤدي إلى اضطراب علاقته الشخصية المتبادلة، فالفرد حين يخفق في محاولاته للحصول على الدفء والعلاقات المشبعة مع الآخرين، فإنه يعزل نفسه عنهم ويفرض أن يربط نفسه بهم ويتحرك بعيداً عنهم (مظلوم، 2014). ويرى أصحاب النظرية المعرفية وعلى رأسهم إيليس "Ellis" أن الأفكار والمعتقدات غير المنطقية تسهم في إظهار السلوك غير المنطقي وسلوك العزلة الاجتماعية، وأن المنعزلين اجتماعياً يقومون بعقاب أنفسهم ويخلقون قدراً كبيراً من عدم الراحة والاضطراب في علاقاتهم مع الآخرين (شاهين، 2016).

ويُنظر إلى العزلة الاجتماعية على أنها حالة الحد الأدنى من الاتصال بالآخرين، وهي تختلف عن الشعور بالوحدة، فهي حالة ذاتية من المشاعر السلبية حول انخفاض مستوى الاتصال الاجتماعي عما هو مرغوب فيه (Peplau & Perlman, 1982). تتضمن بعض التعريفات الشعور بالوحدة كشكل من أشكال العزلة الاجتماعية (Hawthorne, 2006)، بينما يذكر البعض الآخر أن الوحدة هي رد فعل عاطفي على العزلة الاجتماعية (Heinrich & Gullone, 2006). وليس بالضرورة أن يتعايش المفهوم مع بعضهما، فقد يكون الشخص معزولاً اجتماعياً لكن ليس وحيداً أو مرتبطاً اجتماعياً، لكنه يشعر بالوحدة (Australian Psychological Society, 2018; Relationships) (Australia, 2018).

عرفت الوحدة النفسية في الدليل التشخيصي "DSM5" على أنها "ميل للشعور والإدراك والتصرف والتفكير بطرق متسقة نسبياً عبر الوقت والمواقف قد يعتبر الشعور بالوحدة النفسية موجوداً في الأفراد المنفصلين والمعرضين للكآبة والانفراديين مع تفاعلات شخصية محدودة وتقييد الخبرة والتعبير العاطفي أي انخفاض القدرة على المتعة ومع

ذلك إذا كان وحده سيكون مجرد سمة وليس كياناً مرضياً" (American Psychiatric Association, 2013). وتشير الوحدة النفسية إلى تجربة غير سارة ذاتية ينتج عنها النقص الملحوظ في العلاقات الاجتماعية للفرد، كما أنها ترتبط بالعديد من النتائج السلبية الجسدية والعقلية والصحية، مثل: المرض، ومشكلات القلب والأوعية الدموية، والقلق، والاكتئاب، والتوتر (Latikka, 2022).

كما أشار القحطاني (Alqahtani, 2020) إلى أن من خصائص الوحدة النفسية كمفهوم تختلف عن العزلة الاجتماعية، وهي تمثل إدراك الفرد بوجود خلل في نسيج العلاقات الاجتماعية. وقد يكون هذا الخلل كمي كعدم وجود عدد كافٍ من الأصدقاء، أو يكون كيمي كنقص المودة والمحبة مع الآخرين. كما تعتبر الوحدة النفسية عامل خطر رئيس للاكتئاب والتفكير في الانتحار، ويكون لها تأثير على الصحة النفسية والسيولوجية بطريقة قد تسبب حدوث تدهور معرفي، وحدث بعض الأمراض واضطراب النوم، وتراجع أداء الفرد وقدرته على ممارسة أنشطته اليومية.

ووصف فرويد "Freud" الشعور بالوحدة النفسية باعتباره يمثل تنافر الهو "Id" والأنا "Ego" والأنا العليا "Super ego"، فينتج سوء في التكيف والتوافق، يبدأ بالفرد ذاته وينتقل إلى المحيطين به، وتعود أسبابها إلى عزلة وانسحاب نشأت أثناء الطفولة تسمى بالقلق العصبي الطفولي، فيما ذهب أدلر "Adler" إلى شعور سببه نقص الاهتمام الاجتماعي للفرد، فيصبح عارض عصبي قد تعود أسبابه إلى نشأته في الطفولة، وتناولها كارل يونغ "Carl Jung" كعملية نمو للفرد بعلاقته مع الآخرين تهدف إلى النمو بالبنية الأساسية لديه من "القناع، الظل، الأنيماس، الأنيموس"؛ حيث يحاول الفرد التوافق مع الحياة حوله، فإذا عجز عن ذلك ينتج لديه الشعور بالوحدة النفسية (شاهين، 2019).

ويمكن أن يعزى الشعور بالوحدة إلى المواقف الاجتماعية، وهي تركز على النواقص أو المشكلات والصعوبات القائمة في البيئة باعتبارها أسباباً حتمية مؤدية للوحدة النفسية. كما إن الفروق الفردية أو ما يعرف بمجموعة الخصائص الشخصية تسهم في تحديد مستوى شعور الأفراد بالوحدة النفسية، مثل: الخجل، والانطواء، وتدني تقدير الذات، والعصابية، مع وجود اختلافات في درجات الشعور بها. وتنقسم العوامل الخطر فيها إلى عوامل ذاتية تتعلق بخصائص وسمات الشخصية كالانطواء إلى درجة العزلة، والعوامل الموقفية التي يكون سببها شبكة العلاقات الاجتماعية التي تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية (Weiss, 1973).

2- الدراسات السابقة:

هدفت دراسة لاتيكا (Latikka, 2022) التعرف إلى دور استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في الشعور بالوحدة والضيق النفسي قبل وأثناء جائحة كورونا؛ باستخدام المنهج الوصفي التحليلي من خلال استخدام بيانات طولية تمثيلية على الصعيد الوطني (ن=735)، جمعت ما بين الأعوام 2017-2020 عن السكان الفنلنديين. أظهرت النتائج أن الشعور بالوحدة لم يزداد بين السكان الفنلنديين خلال الجائحة، وأشارت النتائج إلى أن وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن توفر موارد اجتماعية ذات مغزى خلال أوقات التباعد الاجتماعي، لكنها لا تستطيع الحماية من الضائقة النفسية الشديدة بين أولئك الذين يشعرون أنهم في كثير من الأحيان وحيدون.

وسعت دراسة حمروش (2021) إلى الكشف عن العلاقة بين الفيسبوك والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين، باستخدام المنهج الوصفي التحليلي على عينة من (90) طالباً وطالبة. أظهرت النتائج أن موقع الفيسبوك يحتل موقع الصدارة كموقع تواصل اجتماعي مفضل لدى الشباب، كما أن مستخدمي الموقع هي فئة الشباب، الذين أعمارهم ما بين (18-26) عام، وهي أكثر الشرائح العمرية تأثراً بهذا الموقع. وتمثلت أهم الأبعاد السلبية لموقع الفيسبوك على الطلبة في العزلة الاجتماعية، والإدمان، وتقليل التواصل مع الأصدقاء، وإنشاء لغة شبابية جديدة.

وحددت دراسة موسى (2021) مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة ود مدني الأهلية، باستخدام المنهج الوصفي التحليلي، على عينة من (183) طالب جامعي، وأظهرت النتائج وجود مستوى متوسط في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة، ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي تبعاً لنوع اللغة المستخدمة في التواصل، والمواد الثقافية المفضلة.

وهدف دراسة كيري وقحل (2021) التعرف إلى العلاقة بين القابلية للاستهواء وإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة من (530) طالباً وطالبة من جامعة جازان، وكشفت النتائج عن انخفاض مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة، ووجود علاقة ارتباطية بين القابلية للاستهواء وإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، كما اختلف متغير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لصالح الذكور، وطلبة سكان المدينة، ولم توجد فروق في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي باختلاف نوع الكلية.

وحاولت دراسة عمران (2021) التحقق من إمكانية تنبؤ كل من الشعور بالوحدة النفسية، والقلق من فيروس كورونا، والدعم الاجتماعي المدرك، في إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة كلية التربية بأسبوط، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة (104: 98 إناث، 6 ذكور)، وتوصلت النتائج إلى إمكانية تنبؤ كل من الشعور بالوحدة النفسية، والقلق من فيروس كورونا، والدعم الاجتماعي المدرك في إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة، وأسفرت نتائج تحليل المسار عن مؤشرات حسن مطابقة جيدة للنموذج المقترح.

وسعت دراسة فيرولين (Verolien, 2021) للتعرف إلى تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على المراهقين في التعامل مع مشاعر القلق والوحدة النفسية أثناء الحجر الصحي. استخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال إجراء دراسة استقصائية بين (2165) مراهقاً بلجيكيًا، تتراوح أعمارهم ما بين (13-19) عاماً. أظهرت النتائج أن الشعور بالوحدة كان له تأثير سلبي أكبر على سعادة المراهقين، كما أشار المشاركون القلقون إلى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في كثير من الأحيان للبحث بنشاط عن طريقة للتكيف مع الوضع الحالي، وبدرجة أقل كوسيلة للبقاء على اتصال مع الأصدقاء والعائلة. كما أشارت النتائج إلى أن المشاركين الذين شعروا بالوحدة كانوا أكثر ميلاً لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي للتعامل مع نقص التواصل الاجتماعي.

وسعت دراسة باشه وآخرون (2021) إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (60) طالباً، وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى متوسط في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية، وحددت مستويات إدمان مواقع التواصل المرتفعي الإدمان والأقل من المتوسط وفوق المتوسط، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط مدمني مواقع التواصل الاجتماعي وغير مدمني مواقع التواصل في العزلة الاجتماعية، ما يشير إلى وجود أثر لمستوى الإدمان على العزلة الاجتماعية؛ حيث لوحظ أن مدمني التواصل أكثر عزلة من غير مدمني مواقع التواصل الاجتماعي.

وحللت دراسة بلاسكو وآخرون (Blasco et al., 2020) إدمان مواقع شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالقلق لدى عينة من طلبة الجامعة عددها (361) (طلبة الكلية، الماجستير، والدكتوراه)، بما يشكل نسبة (87.5%) إناث، و (12.5%) ذكور، وجرى قياس إدمان مواقع شبكات التواصل الاجتماعي باستخدام استبيان إدمان شبكات التواصل الاجتماعي (SNA) the Social Network Addiction، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والقلق.

وهدف دراسة بوفيزية (2019) للتعرف إلى العلاقة الارتباطية بين العزلة الاجتماعية والاعتراب النفسي لدى الشباب بعد التعرض والاستخدام الكثيف لمواقع التواصل الاجتماعي، باستخدام المنهج الوصفي التحليلي، على عينة من (300) طالباً وطالبة من جامعة المنيا، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية بين

استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى العينة المدروسة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في متوسط درجاتهم على مقياس العزلة الاجتماعية والاعتراب النفسي تبعاً لمتغير الجنس. وقد استفيد من الدراسات السابقة في بناء الإطار النظري للدراسة الحالية، وتحديد صياغة المشكلة وتحديد أهدافها وأهميتها، بما يتناسب مع التطور في الدراسات اللاحقة. ويتمتع موضوع هذه الدراسة بالجدة والأصالة؛ حيث يمثل طلبة الجامعة فئة رئيسة من الشباب الفلسطيني، الذين تجاوزوا مرحلة المراهقة أو لا يزالون في مرحلتها الأخيرة، باعتبارها تمثل مرحلة حساسة ومهمة من مراحل النمو النفسي والاجتماعي للأفراد. فقد كان من الضروري دراسة واقع تعامل هذه الفئة من الشباب مع وسائل التواصل الاجتماعي، وبخاصة بعد تأثيرات جائحة كورونا، وانعكاس ذلك على سلوكياتهم الاجتماعية، التي قد تصل أحياناً إلى الشعور بالوحدة وصولاً إلى العزلة الاجتماعية.

مشكلة البحث وأسئلته:

يُعرف المراهقون ومنهم الطلبة بأنهم من مستخدمي الوسائط الاجتماعية بكثافة للتواصل مع الأصدقاء والشعور بالتحسن. على سبيل المثال، كشفت دراسة نوعية بين المراهقين ممن يعانون من الاكتئاب أن الشباب قد يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي للتعامل مع الانعزال والسلبية في حياتهم (Radovic et al., 2017). ومع ذلك، تربط العديد من الدراسات الاستخدام المكثف لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية بقضايا الصحة النفسية، فاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي يزيد من الشعور بالوحدة والقلق لديهم (Hunt et al., 2018). بالإضافة إلى ذلك، تشير هذه الدراسات إلى أن الأفراد الذين يفتقرون إلى المهارات الاجتماعية يزيد استخدامهم للإنترنت للتعامل مع الشعور بالوحدة (Kim et al., 2009; Indian & Grieve, 2014). وأظهرت دراسة عكاشة (2021) ارتباط الإدمان لدى الطلبة بالشعور بالوحدة النفسية، فكان من المهم الوقوف على واقع الشعور بالوحدة النفسية وربطه بمتغيري إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين في فلسطين. وعليه، تلخص مشكلة البحث في الأسئلة الآتية:

1. ما مستوى كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟
2. هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: الجنس، مكان السكن؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: الجنس، مكان السكن؟
4. هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: الجنس، مكان السكن؟
5. هل يمكن التنبؤ في الشعور بالوحدة النفسية من خلال إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟

أهداف البحث:

سعى البحث إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- 1- الكشف عن مستوى كل من: إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة.

- 2- تحديد طبيعة الفروق في كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، لدى الطلبة تبعاً لمتغير: الجنس، مكان السكن.
- 3- الكشف عن القدرة التنبؤية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة.

أهمية البحث:

- الأهمية النظرية: تنبع أهمية البحث من أهمية المتغيرات التي تناولها، وهو بالتالي قد يشكل إضافة إلى الأدب النظري في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، لندرة الدراسات التي ربطت متغيرات الدراسة مجتمعة، وعلى فئة مهمة وهي طلبة الجامعة في المجتمع الفلسطيني، وانعكاس الفترة الطويلة لجائحة كورونا على هذه المتغيرات لدى مجتمع الطلبة والشباب بشكل عام.
- الأهمية التطبيقية: تتمثل الأهمية التطبيقية للبحث في أن نتائجه قد تقدم للعاملين في مجال الإرشاد والصحة النفسية بيانات حديثة ما بعد جائحة كورونا مباشرة، تتعلق بمتغيرات كانت ذات اهتمام في أثناء الجائحة، وهي: إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، والإشارة من خلالها إلى الأولويات والاحتياجات الإرشادية التي يمكن أن تقدم للفئات كافة، وبخاصة فئة الشباب ومهم طلبة الجامعات، وذلك للتعامل مع ما برز من مشكلات نتيجة هذه الجائحة.

حدود البحث:

- الحدود الموضوعية: القدرة التنبؤية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في الشعور بالوحدة النفسية.
- الحدود البشرية: طلبة البكالوريوس في فروع المحافظات الشمالية لجامعة القدس المفتوحة
- الحدود المكانية: فروع جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الشمالية. (فروع: رام الله والبيرة، وسلفيت، ونابلس).
- الحدود الزمانية: طُبق هذا البحث في العام 2022م.

التعريفات لمتغيرات البحث:

- إدمان وسائل التواصل الاجتماعي: عرف السعودي (2014: 44) إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بأنه: "الاستخدام المستمر لمواقع التواصل الاجتماعي مرات عديدة في اليوم الواحد لمدة زمنية ليست قصيرة لا يستطيع معها المستخدم التوقف أو التخلي عن هذا الاستخدام لإحساسه بأعراض مشابهة لتلك التي يعيشها المدمن". ويقاس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الدرجة التي يحصل عليها المُستجيبون على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي المطور لأغراض الدراسة الحالية.
- العزلة الاجتماعية: عرف جيرسون وبيرلمان (Gerson & Perlman, 1979: 258) العزلة الاجتماعية بأنها: "العجز عن بناء علاقات اجتماعية مصحوبة بإحساس بعدم الارتياح". وتقاس العزلة الاجتماعية من خلال الدرجة التي يحصل عليها المُستجيبون على مقياس العزلة الاجتماعية المطور لأغراض الدراسة الحالية.
- الشعور بالوحدة النفسية: يعرف الشعور بالوحدة النفسية بأنه: "إحساس الفرد بفجوة نفسية تباعد بينه وبين الأشخاص، وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر معها بافتقار التقبل والود والحب من جانب الآخرين؛ بحيث يترتب عليه حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مثمرة مشبعة مع أي من الأشخاص، وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله" (قشقوش، 1988: 9). ويقاس الشعور بالوحدة

النفسية من خلال الدرجة التي يحصل عليها المُستجيبون على مقياس الشعور بالوحدة النفسية المطور لأغراض الدراسة الحالية.

3- منهجية البحث وإجراءاته.

اعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي، باعتباره المنهج الملائم للبحث وتحقيق أهدافها، فهو يقوم بدراسة وفهم ووصف الظاهرة وصفاً دقيقاً من خلال المعلومات والأدبيات السابقة، ولا يعتمد فقط على جمع المعلومات، إنما يقوم بالربط وتحليل العلاقة بين متغيرات البحث للوصول إلى الاستنتاجات المطلوبة.

مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من جميع طلبة جامعة القدس المفتوحة في فلسطين، والبالغ عددهم (38,000) وفقاً لإحصائية عمادة القبول والتسجيل والامتحانات. أما عينة البحث، فقد اختيرت بالطريقة العشوائية العنقودية، من فروع: رام الله والبيرة، وسلفيت، ونابلس، وبلغ حجمها (282) طالباً وطالبة؛ أي ما نسبته (7%) من الطلبة، والجدول (1) يوضح توزيع عينة البحث حسب متغيراته الديمغرافية (التصنيفية):

جدول (1) توزع عينة البحث حسب متغيراته الديمغرافية (التصنيفية)

المتغير	الفئات	العدد	النسبة %
الجنس	ذكر	145	51.4
	أنثى	137	48.6
	المجموع	282	100
مكان السكن	قرية	161	57.1
	مدينة	81	28.7
	مخيم	40	14.2
	المجموع	282	100

أدوات البحث:

أولاً- مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي: بعد الاطلاع على الدراسات السابقة، والمقاييس ذات العلاقة بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، ومنها: دراسة (Chu et al., 2021)، ودراسة (Conor, 2020)، ودراسة (Vasty, 2012)، أعدت الصورة الأولية لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي. تكون مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي في صورته الأولية من (15) عبارة، وقد مثلت جميع العبارات الاتجاه الإيجابي لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي.

ثانياً- مقياس العزلة الاجتماعية: بعد الاطلاع على دراسة (Rahiem et al., 2021)، ودراسة كونور (Conor, 2020)، ودراسة راضي وحسن (2020)، أعدت الصورة الأولية لمقياس العزلة الاجتماعية. تكون مقياس العزلة الاجتماعية في صورته الأولية من (24) عبارة، وقد مثلت جميع العبارات الاتجاه الإيجابي للعزلة الاجتماعية، باستثناء العبارات: (1، 5، 17، 21): إذ عكست الأوزان عند تصحيحها، وذلك لصياغتها بالاتجاه السلبي.

ثالثاً- مقياس الشعور بالوحدة النفسية: بعد الاطلاع على الدراسات التي تناولت الشعور بالوحدة النفسية، ومنها: دراسة (Hopmeyer et al., 2020)، ودراسة (Nazal et al., 2020)، ودراسة (شكري وعشري، 2020): ودراسة (Lodeder, 2016)، ودراسة (شاهين، 2014)، أعدت الصورة الأولية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية. تكون مقياس الشعور بالوحدة النفسية في صورته الأولية من (20) عبارة، وقد مثلت جميع العبارات الاتجاه الإيجابي

للشعور بالوحدة النفسية، باستثناء العبارات: (4، 5، 7، 8، 12، 17، 18)؛ إذ صيغت بالاتجاه السلبي، فَعكست الأوزان عند تصحيحها.

وقد طُلب من المستجيب تقدير إجابته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للعبارات كما يلي: دائماً (5) درجات، غالباً (4) درجات، أحياناً (3) درجات، نادراً (2) درجتان، أبداً (1)، درجة واحدة. ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة، حُولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات، وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: مستوى منخفض (2.33 فأقل)، مستوى متوسط (2.34-3.67)، ومستوى مرتفع (3.68-5).

الصدق الظاهري لمقاييس البحث: للتحقق من الصدق الظاهري لمقاييس البحث الثلاثة، عُرِضت في صورتها الأولية على (10) محكمين يحملون درجة الدكتوراه في العلوم التربوية والنفسية، واعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول العبارة. وبناءً على ملاحظاتهم، لم تحذف أي عبارة، واقتصرت الملاحظات على تعديل بعض العبارات، وصولاً إلى الصورة المعدة للتطبيق على العينة الاستطلاعية، وفحص الصدق والثبات لمقاييس البحث.

صدق البناء لمقاييس البحث: طبقت مقاييس البحث على عينة استطلاعية مكونة من (36) طالب وطالبة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، ومن خارج عينة البحث، وحُسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط العبارات مع الدرجة الكلية لكل مقياس، وكانت النتائج كالآتي:

جدول (2) قيم معاملات ارتباط عبارات مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=36):

العبارة	الارتباط مع الدرجة الكلية		
1	.23	9	.60**
2	.63**	10	.59**
3	.74**	11	.65**
4	.79**	12	.72**
5	.17	13	.82**
6	.48**	14	.60**
7	.58**	15	.84**
8	.62**		

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (** p < .01) (* p < .05)

يلاحظ من الجدول (2) أن معامل ارتباط العبارات: (1، 5)، كانت ذات درجة غير دالة إحصائياً، أما باقي العبارات فتراوحت معاملات ارتباطها ما بين (.48-.84)، وكانت دالة إحصائياً؛ إذ ذكر جارسيا (2011، Garcia) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (.30- أقل أو يساوي .70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (.70) تعتبر قوية، لذلك حذفت العبارات (1، 5)، فأصبح عدد عبارات المقياس (13) عبارة.

جدول (3) قيم معاملات ارتباط عبارات مقياس العزلة الاجتماعية مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=36):

العبارة	الارتباط مع الدرجة الكلية	العبارة	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	.30*	13	.84**
2	.31*	14	.80**
3	.47**	15	.12
4	.40**	16	.89**
5	.57**	17	.90**
6	.77**	18	.78**

العبارة	الارتباط مع الدرجة الكلية	العبارة	الارتباط مع الدرجة الكلية
7	.76**	19	.18
8	.76**	20	.30*
9	.85**	21	.75**
10	.86**	22	.76**
11	.86**	23	.71**
12	.12	24	.31*

**دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .01$)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (3) أن معامل ارتباط العبارات: (12، 15، 19)، كانت غير دالة إحصائياً، أما باقي العبارات فقد تراوحت معاملات ارتباطها ما بين (.30-.90)، وكانت دالة إحصائياً، فحذفت العبارات (12، 15، 19)، وأصبح عدد عبارات المقياس (21)، عبارة.

جدول (4) قيم معاملات ارتباط عبارات مقياس الشعور بالوحدة النفسية (ن=36):

العبارة	الارتباط مع الدرجة الكلية	العبارة	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	.72**	11	.79**
2	.79**	12	.75**
3	.09	13	.44**
4	.78**	14	.66**
5	.32*	15	.71**
6	.46**	16	.66**
7	.85**	17	.66**
8	.50**	18	.51**
9	.52**	19	.55**
10	.76**	20	.75**

**دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .01$)

يلاحظ من الجدول (4) أن قيمة معامل ارتباط العبارة (3)، كان غير دال إحصائياً، أما باقي العبارات فقد تراوحت ما بين (.32-.85)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، فحذفت العبارة (3)، وأصبح عدد عبارات المقياس (19)، عبارة.

ب) الثبات لمقاييس البحث: استخدم ثبات الاتساق الداخلي لكل مقياس، باستخدام معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية، والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5) قيم معاملات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمقاييس البحث

الأداة	عدد العبارات	كرونباخ ألفا
إدمان وسائل التواصل الاجتماعي	13	.90
العزلة الاجتماعية	21	.94
الشعور بالوحدة النفسية	19	.92

يتضح من الجدول (5) أن قيمة معامل ثبات كرونباخ ألفا لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بلغت (.90)، أما قيمة معامل الثبات لمقياس العزلة الاجتماعية، فبلغت (.94)، بينما بلغت قيمة معامل الثبات لمقياس الشعور بالوحدة النفسية (.92)، وتعتبر هذه القيم مرتفعة. وعليه، يمكن تطبيق المقاييس الثلاثة على عينة البحث الأصلية.

4- نتائج البحث ومناقشتها.

- النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: "ما مستوى كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟ وللإجابة؛ حُسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية لكل متغير لدى الطلبة، والجدول (6) يوضح ذلك:

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمستوى لمتغيرات الدراسة الثلاثة

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
الدرجة الكلية لمقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي	3.21	0.828	متوسط
الدرجة الكلية لمقياس العزلة الاجتماعية	2.66	0.740	متوسط
الدرجة الكلية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية	2.58	0.731	متوسط

يتضح من الجدول (6) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بلغ (3.21)، ومستوى متوسط. كما يتضح أن المتوسط الحسابي للعزلة الاجتماعية بلغ (2.66)، بمستوى متوسط، وبلغ المتوسط الحسابي للشعور بالوحدة النفسية (2.58)، بمستوى متوسط أيضاً. وتتفق الدرجة المتوسطة لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي في الدراسة الحالية مع دراسة (موسى، 2021)، ودراسة (باشه وآخرون، 2021)، في أن إدمان الإنترنت لدى الطلبة جاء بدرجة "متوسطة". أما دراسة كيرري وقحل (2021)، فبينت انخفاض مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة. وتعزى هذه النتيجة إلى الرغبة الملحة للطلبة في متابعة كل الأخبار والمستجدات التي تدور حول العالم، ومشاهدة الفيديوهات والمقاطع المسلية باستمرار عبر صفحاتهم الشخصية، وكذلك الهروب من الضغوط النفسية والاجتماعية والظروف القاسية التي يمر بها المجتمع الفلسطيني؛ إذ يرى هؤلاء الطلبة أن هذه المواقع هي تفرغ لهم من الكبت والملل وملء لوقت فراغهم. إن سهولة استخدام الإنترنت وسرعة التصفح له في أي وقت بسبب توافر الإنترنت عبر مختلف الأجهزة ومنها الهاتف المحمول، سواء داخل الجامعة، أم في العمل، أم في المنزل، وحتى في الأماكن العامة، أتاح للأفراد فرصة استخدام هذه الوسائل بكل سهولة ولوقت أطول، دون أية قيود أو وقت زمني محدد، وهذا بالتأكيد يساهم في زيادة مداومة الأفراد على التصفح، والذي قد يقود بهم إلى الإدمان.

أما التقدير المتوسط على مقياس العزلة الاجتماعية، فقد توافقت مع دراسة (باشه وآخرون، 2021)، التي بينت نتائجها وجود مستوى متوسط في العزلة الاجتماعية لدى الطلبة. ويتوافق هذا مع ما أكدته المدرسة السلوكية بأن لجوء بعض الأفراد إلى العزلة الاجتماعية كوسيلة للتوافق النفسي، هو بسبب الإهمال الذي يلقيه الفرد في طفولته المبكرة من والديه أو المحيطين به، وقلة العلاقات والتفاعلات والمعاملة القاسية في التنشئة، والذي بدوره يؤدي إلى عدم التفاعل الإيجابي وعدم الشعور بالأمان والطمأنينة. ويمكن تفسير ذلك باعتبار أن الطلبة لديهم شعور بعدم وجود من يشاركهم آرائهم واهتماماتهم، والحساسية من النقد، فأدى ذلك إلى حالة متوسطة من ابتعادهم عن المشاركة الاجتماعية والثقافية، وباعتبار أن التفاعلات مع الآخرين لم تعد تلبى المعايير الاجتماعية لديهم؛ فالفردية التي باتت تغزوا مجتمعاتنا العربية حتى لو كانت بشكل متدرج، وما رافقها من توجه ملموس نحو استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، ساهمت في تعزيز ممارسة الطلبة سلوك العزلة الاجتماعية، نتيجة التردد وتجنب المبادرة في التواصل مع الآخرين أو أداء أنشطة معهم، أو شعورهم بعدم الارتياح عند مخالطة الآخرين والتفاعل معهم حتى من أقرانهم، وقد يكون ترددهم هذا ناتج عن درجة الشك والتشاؤم حول المستقبل، وإدراك للمجتمع أنه غير ثابت ومليء بالأشخاص غير الموثوق بهم، فيجدون صعوبة في المبادرة الاجتماعية وتقديم أنفسهم للآخرين.

وكانت تقديرات عينة البحث للشعور بالوحدة النفسية بمستوى متوسط أيضاً، وقد أشارت عينة البحث بنسبة مئوية بلغت (59.8%) إلى انقطاع علاقاتهم بمعظم الأصدقاء منذ فترة طويلة. ويمكن إرجاع هذه النتيجة

للأوضاع السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي يمر بها المجتمع الفلسطيني، وذلك بسبب الضغوط التي يتعرض لها الطالب، والتي أثرت على نواحي حياتهم كافة؛ حيث يتعرض أفراد المجتمع الفلسطيني لفرض قيود على تحركاتهم وسفرهم وممارسة أنشطتهم والتردد من الحركة أحياناً بسبب الأوضاع الأمنية، وشعورهم بالضجر والملل والخوف من الوضع القائم وعدم وجود أمان لحياتهم ومستقبلهم، وقلة الثقة بمحيطهم الاجتماعي، ما يدفعهم إلى أن يكونوا أكثر عزلة وانطواءً، وفقدان القدرة على التعامل بإيجابية مع النشاطات الاجتماعية.

- النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: "هل توجد فروق دالة إحصائية في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: الجنس، مكان السكن؟ وللإجابة؛ حُسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة باختلاف متغير: الجنس، مكان السكن، والجدول (7) يبين ذلك:

جدول (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة البحث على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي		المستوى	المتغيرات
الانحراف المعياري	المتوسط		
0.831	3.21	ذكر	الجنس
0.828	3.21	أنثى	
0.809	3.27	قرية	مكان السكن
0.836	3.09	مدينة	
0.881	3.18	مخيم	

يتضح من الجدول (7) وجود فروق ظاهرية بين متوسطات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي في ضوء توزيعها حسب متغيري الدراسة. وللكشف عن دلالة هذه الفروق، فقد أجري تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" ("3-way ANOVA "without Interaction")، والجدول (8) يبين ذلك:

جدول (8) تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	0.355	1	0.355	0.522	.471
مكان السكن	1.243	2	0.621	0.914	.402
الخطأ	185.579	273	0.680		

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

يتضح من الجدول (8) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) في إدمان وسائل التواصل الاجتماعي تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن. واختلفت هذه النتيجة من نتائج دراسة (كريري وقحل، 2022)، التي بينت نتائجها وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي لصالح الذكور، وكذلك مع دراسة (بوفنيزية، 2019)، التي بينت وجود فروق دالة في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس. وتعزى هذه النتيجة إلى الانتشار الواسع للإنترنت في المجتمع وسهولة استخدامه وقلة تكاليفه، وهذا ساعد بأن يكون الاستخدام متاح من قبل الأفراد في الفئات العمرية والاقتصادية كافة؛ حيث بات غير مقصور على فئة معينة في المجتمع، ويستخدمه الذكور والإناث بغض النظر عن فئاتهم العمرية وبشكل منتظم، كما أنه بات غير محصور على سكان المدن دون القرى والمخيمات، كون المدن تكون عادةً متطورة من ناحية الخدمات أكثر من القرى؛ إذ إن شبكات الإنترنت استطاعت الوصول إلى المناطق كافة حتى النائية منها، فالأفراد في هذه المناطق

يتصفحون الإنترنت مثل باقي الأفراد في المدن، وحتى لا يختلف الاستخدام نوعاً عن حجم الاستخدام في دول العالم، وهذا ما قلل من وجود فروق في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والإدمان عليها.

- النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: "هل توجد فروق دالة إحصائية في العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: الجنس، مكان السكن؟ وللإجابة: حُسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للعزلة الاجتماعية لدى الطلبة باختلاف متغير: الجنس، مكان السكن، والجدول (9) يبين ذلك: جدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس العزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن

العزلة الاجتماعية		المستوى	المتغيرات
الانحراف المعياري	المتوسط		
0.710	2.70	ذكر	الجنس
0.772	2.62	أنثى	
0.740	2.69	قرية	مكان السكن
0.772	2.56	مدينة	
0.672	2.74	مخيم	

يتضح من الجدول (9) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية للعزلة الاجتماعية في ضوء توزيعها حسب متغيري البحث. وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس العزلة الاجتماعية، فقد أُجري تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" ("3-way ANOVA "without Interaction")، والجدول (10) يبين ذلك: جدول (10) تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس العزلة الاجتماعية لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير: الجنس، التخصص، مكان السكن

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	1.005	1	1.005	1.892	.170
مكان السكن	0.829	2	0.415	0.780	.459
الخطأ	145.099	273	0.531		

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

يتضح من الجدول (10) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) في العزلة الاجتماعية تعزى إلى متغير: الجنس، ومكان السكن. وتعزى النتيجة إلى أن العزلة الاجتماعية سواءً أكانت مؤقتة أم دائمة، إنما هي حالة تصيب الشخص منذ طفولته، وتستمر في التفاقم كلما تقدم به العمر، ويكون الشخص فيه مجبراً على البقاء وحيداً، فمهما بذل من جهد لا ينجح في التواصل مع المجتمع من حوله بدرجة كافية. كذلك فإن العزلة الاختيارية تتمثل باختيار الشخص البقاء بمفرده بعض الوقت، بسبب تعرضه لصدمة ما أو موقف معين أثر فيه سلباً وزعزع إيمانه بذاته وبالأخرين، فتزداد مشاعر الإحباط والحزن والألم لديه مع الوقت، وتزداد معها حالة العزلة، حتى يبتعد الشخص تماماً عن كل معارفه وعلاقاته الشخصية، بغض النظر عن جنسه، وسواءً أكان من سكان القرية أم المدينة في ظل التقارب بين بيئة القرية والمدينة في الواقع الفلسطيني، وباعتبار الظروف العامة التي يعيشها الشباب الفلسطيني تحت الاحتلال.

- النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: "هل توجد فروق دالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير: الجنس، مكان السكن؟ وللإجابة: حُسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة باختلاف متغير: الجنس، مكان السكن، والجدول (11) يبين ذلك:

جدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن

الشعور بالوحدة النفسية		المستوى	المتغيرات
الانحراف المعياري	المتوسط		
0.704	2.63	ذكر	الجنس
0.759	2.53	أنثى	
0.730	2.56	قرية	مكان السكن
0.743	2.54	مدينة	
0.709	2.74	مخيم	

يتضح من الجدول (11) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية على مقياس الشعور بالوحدة النفسية في ضوء توزيعها حسب متغيري البحث. وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية، فقد أجري تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" (3-way ANOVA "without Interaction")، والجدول (12) يبين ذلك:

جدول (12) تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	1.854	1	1.854	3.776	.053
مكان السكن	0.889	2	0.445	0.905	.406
الخطأ	134.031	273	0.491		

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

يتضح من الجدول (12) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) في الشعور بالوحدة النفسية تعزى إلى متغير: الجنس، مكان السكن. وتعزى هذه النتيجة إلى أن الشعور بالوحدة يمكن أن نعزوه إلى المواقف الاجتماعية، التي تركز على النواقص أو المشكلات والصعوبات القائمة في البيئة الفلسطينية وما تتضمنه من ظروف سياسية واقتصادية باعتبارها أسباب مؤدية للوحدة النفسية. كما يعزى الشعور بالوحدة النفسية إلى مجموعة الخصائص الشخصية، التي تساعد الأفراد على الشعور بالوحدة النفسية قلة الانبساطية والعصابية في الظروف الصعبة التي يمر بها الشباب الفلسطيني، وهي بالتالي حاجة كل الأفراد للشعور بالانتماء والحاجة للحب والمشاركة الوجدانية، والحاجة إلى وجود طرف آخر يفهم المشاعر والأحاسيس المختلفة، والحاجة لوجود من يُشعر المرء بالاحتياج إليه. وفي حالة عدم إشباع الفرد ذكراً كان أم أنثى وهمها كان مكان سكنه للحاجات الثلاث يشعر الفرد بالفراغ، ما يفاقم لديه شعور الإحساس بالوحدة، فكانت الفروق غير دالة في الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة غير دالة باختلاف جنسهم أو مكان سكنهم.

• النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: "هل يمكن التنبؤ في الشعور بالوحدة النفسية من خلال إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة؟ وللإجابة: استخرج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين والشعور بالوحدة النفسية وكل من: إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة، والجدول (13) يوضح ذلك:

جدول (13) معاملات ارتباط بيرسون بين الشعور بالوحدة النفسية وكل من: إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة (ن=282)

العزلة الاجتماعية	الشعور بالوحدة النفسية	إدمان وسائل التواصل الاجتماعي
	1	

العزلة الاجتماعية	إدمان وسائل التواصل الاجتماعي	الشعور بالوحدة النفسية	إدمان وسائل التواصل الاجتماعي
	1	.440**	
1	.534**	.846**	العزلة الاجتماعية

**دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .01$)

يتضح من الجدول (13) وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطلبة؛ إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (.440)، وجاءت العلاقة طردية موجبة، ووجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية؛ إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (.846)، وجاءت العلاقة طردية موجبة، ووجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة؛ إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (.534)، وجاءت العلاقة طردية موجبة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج باشه وآخرون (2021)، التي أظهرت جود علاقة ارتباط إيجابية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين، وأظهرت دراسة بوفنزيه (2019) وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة، وهذا ما أكدته دراسة باشه وآخرون (2021) بأن مدمني وسائل التواصل الاجتماعي أكثر عزلة من غير مدمني وسائل التواصل الاجتماعي، وأظهرت نتائج دراسة (عمران، 2021) وجود علاقة ارتباط دالة بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة باعتبار أن أنماط الحياة الجديدة والمتمثلة بالاعتماد على وسائل التواصل في التفاعل بين الأفراد، قد حفزت المدمنين على وسائل التواصل الاجتماعي من التركيز على الاتصال عبر شاشات الجوال بدلاً من التواصل المباشر بينهم وبين الأفراد. كما أن تصفح الإنترنت ومواقع التواصل قد تكون مهرباً وملاًزماً لهؤلاء الأفراد من واقعهم، وبخاصة في ظل المعاناة من الضغوطات والتوترات، لذلك يلجأ هؤلاء الأفراد إلى قضاء وقت طويل على هذه المواقع للترفيه عن أنفسهم والتخلص من مشكلاتهم أو على الأقل التخفيف منها، فهي قد تكون منفذاً لهم في تلبية احتياجاتهم وتحقيق رغباتهم التي يعجزون عن تحقيقها في الواقع الحقيقي.

أما بخصوص وجود علاقة طردية موجبة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة، فهي تتفق مع نتائج دراسة (Verolien, 2021)، التي أشارت إلى أن عينة الدراسة الذين شعروا بالوحدة كانوا أكثر ميلاً لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي للتعامل مع نقص التواصل الاجتماعي. وتعزى هذه النتيجة إلى أن طلبة الجامعة عندما يشعرون بالضيق والتوتر وإحساسهم بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والود والحب، يجعلهم ذلك أكثر إقبالاً على استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مفرط، ووجود فجوة نفسية تُباعد بينهم وبين أشخاص الوسط المحيط يزيد مستوى الشعور بالوحدة النفسية لديهم؛ حيث إن إدمان الطلبة على وسائل التواصل الاجتماعي يشعرهم بالوحدة النفسية والعزلة عن المحيطين بهم، وبالتالي يفضل بعض الطلبة الانسحاب من المحيط الاجتماعي وتفضيل شبكات التواصل الاجتماعي على غيرها من العلاقات والتفاعلات الإنسانية.

ومن أجل قياس تأثير مساهمة كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة، استخدم معامل الانحدار المتعدد التدريجي (Stepwise Multiple Regression)، باستخدام أسلوب الإدخال (Stepwise)، والجدول (14) يوضح ذلك:

جدول (14) نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي لتأثير مساهمة كل من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة

المتغير	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية		قيمة ت	مستوى الدلالة	معامل الارتباط (R)	التباين المفسر R ²	معامل الارتباط المعدل	النموذج
	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	المعيارية بيتا	قيمة ت						
الثابت	.353	.087		4.065	.000					1
العزلة الاجتماعية	.836	.031	.846	26.578	.000	.846 ^a	.716	.715		

قيمة "ف" المحسوبة للعزلة الاجتماعية = 706.393 دالة عند مستوى دلالة 0.000.

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

Excluded Variables (المتغيرات المستبعدة)						
Model	Beta In	t	Sig.	Partial Correlation	Collinearity Statistics	
					Tolerance	VIF
1	إدمان وسائل التواصل الاجتماعي	-.016 ^b	-.424	.672	-.025-	.715

يتضح من الجدول (14) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) للعزلة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية، وأن متغير العزلة الاجتماعية قد وضح (71.6%) من نسبة التباين في الشعور بالوحدة النفسية، أي أن متغير العزلة الاجتماعية له دور مهم وأساس في التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية. أما فيما يتعلق بمتغير إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، فإنه لم يسهم بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بمستوى الشعور بالوحدة النفسية. وتجدر الإشارة إلى أن قيم عامل تضخم التباين (VIF) للنماذج التنبؤية الاثنان كانت متدنية؛ ما يوضح عدم وجود إشكالية التساهمية المتعددة (Multicollinearity)، التي تشير إلى وجود ارتباطات قوية بين المتنبئات. وعليه، يمكن كتابة معادلة الانحدار: $(y = .353 + .836x)$ ؛ أي كلما تغيرت العزلة الاجتماعية درجة واحدة يحدث تغير طردي موجب في الشعور بالوحدة النفسية بمقدار (0.836).

بينت دراسة عمران (2021) مطابقة النموذج المقترح للعلاقات بين إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، والشعور بالوحدة النفسية، والقلق من فيروس كورونا لدى طلبة جامعة أسيوط، وأشارت دراسة فيرولين (Verolien, 2021) إلى أن المشاركين الذين شعروا بالوحدة كانوا أكثر ميلاً لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي للتعامل مع نقص التواصل الاجتماعي. ومع ذلك، فإن استراتيجيات التأقلم هذه لم تكن مرتبطة بشكل كبير بمشاعر السعادة لديهم. ويمكن عزو هذه النتيجة باعتبار أن من أهم أعراض العزلة الاجتماعية تجنب المبادرة إلى التحدث مع الآخرين والشعور بعدم الارتياح لمخالطة الآخرين والتفاعل معهم، إضافة إلى تجنب المناقشات الجماعية وصعوبة المبادرة الاجتماعية في تقديم أنفسهم للآخرين وتجنب العلاقات الشخصية مع الآخرين، كذلك سوء التوافق الاجتماعي للفرد في علاقاته مع الآخرين وتجنب الفرد الاتصالات الاجتماعية، ونتيجة هذه الأعراض تضعف العلاقات والتفاعلات بين الفرد والمحيط، ما يصل به إلى حد كبير من التفكك أو حتى الانقطاع في العلاقات والتفاعلات، والتي تؤدي أيضاً إلى نقص في المهارات الاجتماعية التي يمتلكها الفرد للتواصل مع الآخرين، وهذا بدوره يقود إلى الإحساس بالوحدة النفسية، فيزداد الشعور بالخجل والخوف من التعامل مع الآخرين، وتجنب بناء علاقات والتواصل معهم، والانخفاض في تقدير الذات، والشعور بالغرابة وعدم الرضا عن الحياة، والاكتئاب والملل والرفض من الآخرين، وهذا ما يسبب لهم الشعور بالوحدة النفسية.

التوصيات والمقترحات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها هذا البحث، يوصي الباحثان ويقترحان ما يلي:

- 1- قيام عمادة شؤون الطلبة وأعضاء هيئة التدريس بعقد محاضرات وندوات متخصصة تناقش فيها تطورات الإنترنت وتقنيات الاتصال الشخصي، وانعكاساتها على البناء الاجتماعي وسبل الاستفادة منها على نحو إيجابي.
- 2- تفعيل التعاون والتنسيق بين مؤسسات المجتمع المدني والمحلي والإعلام والوحدات الإرشادية في المدارس والجامعات لنشر الوعي وبيان مخاطر الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، من خلال برامج وقائية تركز على الاستخدام الواعي لهذه المواقع.
- 3- قيام المؤسسات التعليمية بتطوير برامج وتطبيقات تعليمية مرتبطة بالمنهج الدراسية بهدف خلق بيئة تعليمية بدلاً من تركيز الشباب على استخدام هذه الأجهزة في الجانب الترفيهي فقط.
- 4- توفير بدائل وأنشطة لانهجية يومية للطلبة لإشغال أوقات فراغهم وتنمية مواهبهم كالرياضة، والقراءة، وإشغالهم بما هو مفيد في حياتهم ويعزز دورهم في الحياة.
- 5- توفير مراكز إرشاد نفسي في الجامعات الفلسطينية للكشف عن الطلبة المدمنين على شبكات التواصل الاجتماعي، ويعانون من زيادة الشعور بالوحدة النفسية، وتوفير برامج إرشادية مناسبة لاحتياجاتهم.
- 6- إجراء المزيد من البحوث حول الشعور بالوحدة النفسية وربطه بمتغيرات نفسية أخرى قد تلعب دوراً مهماً في مستوى ارتفاعه وانخفاضه لدى الطلبة.

المصادر والمراجع.

أولاً- المراجع بالعربية:

- ابرييم، سامية. (2013). إدمان الإنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية (دراسة ميدانية لعينة من طلبة جامعة أم البواقي). مجلة الآداب والعلوم الاجتماعية، 12(1)، 231-246.
- باشه، الشيماء وشوكت، عواطف ومحمد، هدى. (2021). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى المراهقين. مجلة بحوث العلوم الانسانية والاجتماعية، 1(5)، 136-162.
- بوفينزية، خزيمه. (2019). تصفح الشباب لمواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة حمد الصديق بن حي-جيجل- الجزائر.
- جيوسي، مجدي. (2015). واقع الأسرة العلاقات العامة من وجهة نظر أولياء أمور في مدينة طولكرم. المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية- سلسلة العلوم الإنسانية، 17(2)، 1605-2587.
- حمروش، امينة. (2021). الفيسبوك وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى الطالب الجامعي. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة محمد الصديق بن يحيى-جيجل، الجزائر.
- راضي، مؤيد وحسن، براء. (2020). اضطراب إدمان الإنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة واسط، 3(38)، 1075-1090.
- الزيدي، أمل. (2014). إدمان الإنترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة نزوى، عُمان.
- السعودي، عبد الكريم. (2014). إدمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطلاب الجامعي: دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار. مجلة دراسات نفسية وتربوية، 1(13)، 41-52.
- شاهين، محمد. (2014). إدمان الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين. دراسات عربية في التربية وعلم النفس: رابطة التربويين العرب، السعودية، 36(3)، 138-162.
- شاهين، محمد. (2016). إدمان الإنترنت. القاهرة: دار العلوم العربية للنشر والتوزيع.
- شاهين، محمد. (2019). نظريات الشخصية. عمان: داروائل للنشر والتوزيع.
- شهري، أمل وعشري، ولاء. (2020). إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والقلق لدى طالبات الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 28(2)، 444-472.

- الصبان، محمد. (2019). إدمان الطلبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالأمن النفسي والتورط في الجرائم السيبرانية. *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية*، 6(2)، 267-293.
- عكاشة، حمدي. (2021). إدمان الإنترنت وعلاقته بمستوى الطموح والضغط النفسية لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة في المحافظات الجنوبية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس المفتوحة، رام الله، فلسطين.
- عمران، فاطمة. (2021). النموذج البنائي للعلاقات بين إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية والقلق الاجتماعي من فيروس كورونا والدعم الاجتماعي المدرك بين طلبة كلية التربية. *المجلة التربوية*، كلية التربية، جامعة سوهاج، 2(93)، 919-1008.
- القبيسي، لما. (2014). الذكاء الأخلاقي لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية مستخدمات وغير مستخدمات للتويتر. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض، السعودية.
- قشقوش، إبراهيم. (1988). مقياس الشعور بالوحدة النفسية. القاهرة: مكتبة الأنجلو مصرية.
- محمد، عادل. (2003). مقياس العزلة الاجتماعية. القاهرة: دار الإرشاد.
- مصطفى، ضفاف. (2012). أثر برنامج إرشادي لتخفيف العزلة الاجتماعية لدى طالبات المرحلة المتوسطة. *مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، 1(203)، 1369-1391.
- مظلوم، حسين. (2014). العزلة الاجتماعية وعلاقتها بالاستهواء لدى الأطفال. *مجلة العلوم الإنسانية*، 1(22)، 184-195.
- موسى، إخلص. (2021). إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسط طلبة الجامعات وأثره على الهوية الثقافية (دراسة ميدانية لعينة من طلبة جامعة ودمدني الأهلية، والية الجزيرة، السودان). *مجلة العلوم الاجتماعية- المركز الديمقراطي العربي، ألمانيا - برلين*، 19، 64-87.

ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- Alqahtani, F. (2020). Relationship between Level of Internet Addiction, Loneliness and Life Satisfaction among College of Health and Rehabilitation Sciences Students at Princess NourahBint Abdulrahman University. *MNJ*, 5(2), 55-74 55.
- American Psychiatric Association [APA]. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. American Psychiatric Pup.
- Australian Psychological Society. (2018). *Australian loneliness report: A survey exploring the loneliness levels of Australians and the impact on their health and wellbeing*. Melbourne: APS.
- Azizi, S. M., Soroush, A., & Khatony, A. (2019). The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical science: across-sectional study. *BMC Psychology*, 7(28), 1-8.
- Blasco, R. L., Coscolluela, C. L., & Robres, A.Q. (2020). Social Network Addiction and Its Impact on Anxiety level Among University Students. *Students. Sustainability*, (12), 5397-5405.
- Chu, X., Li, Y., Wang, P., Zeng, P., & Lei, L. (2021). Social support and cyberbullying for university students: The mediating role of internet addiction and the moderating role of stress. *Current Psychology*, 1-9.
- Conor, L. (2020). *Social Isolation, Fear of Missing Out, and Social Media Use in Deaf and Hearing College Students. A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Science in Experimental Psychology*. College of Liberal Arts.
- DiCaprio, N. S. (1976). *The good life: models for a healthy personality*. Prentice Hall.
- Garcia, E. (2011). A tutorial on correlation coefficients, information- retrieval-18/7/2018. <https://pdfs.semanticscholar.org/c3e1/095209d3f72ff66e07b8f3b152fab099eadea.pdf>.
- Gerson, A. C., & Perlman, D. (1979). Loneliness and expressive communication. *Journal of Abnormal Psychology*, 88(3), 258.

- Griffiths, M. D., Kuss, D. J. & Demetrovics, Z. (2014). Social Networking Addiction: An Overview of Preliminary finding in K. P. Rosenberg & L.C. Feder (Eds), Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment, (pp.119-142), UK, London: Elsevier.
- Hawthorne, G. (2006). Measuring social isolation in older adults: development and initial validation of the friendship scale. *Social Indicators Research*, 77:521–48.
- Heinrich, L. & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26:695–718.
- Hopmeyer, A., Terino, B., Adamczyk, K., Corbitt Hall, D., DeCoste, K., & Troop-Gordon, W. (2020). The Lonely Collegiate: An Examination of the Reasons for Loneliness Among Emerging Adults in College in the Western United States and West-Central Poland. *Emerging Adulthood*, 1-23.
- Hunt, MG. Marx, R., Lipson, C., et al. (2018). No more FOMO: limiting social media decreases loneliness and depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(10), 751–768.
- Indian, M. & Grieve, R. (2014). When Facebook is easier than face-to-face: social support derived from Facebook in socially anxious individuals. *Personality and Individual Differences*, 59:102–106.
- Kim, J., LaRose, R., Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic internet use: the relationship between internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology & Behavior*, 12:451–455.
- Latikka, R. (2022). Loneliness and psychological distress before and during the COVID-19 pandemic: Relationships with social media identity bubbles. *Social Science & Medicine*. (293), January 2022, 114674
- Lodeder, G. (2016): Adolescent loneliness and social skills: Agreement and discrepancies between self, Meta-and Peer-Evaluations. *Journal of Youth & Adolescence*, 45(12), 2406-2416.
- 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
- Nazzal, F. I., Cruz, O., & Neto, F. (2020). Psychological predictors of loneliness among Palestinian university students in the West Bank. *Transcultural Psychiatry*, 57(5), 688-697.
- Peplau, L. & Perlman, D. (1982). Perspectives on Loneliness. In: Peplau L & Perlman D (eds). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. New York: Wiley.
- Radovic, A., Gmelin, T., Bradley, S., et al. (2017). Depressed adolescents: Positive and negative use of social media. *Journal of Adolescence*, (55), 5–15.
- Rahiem, M. D., Krauss, S. E., & Ersing, R. (2021). Perceived Consequences of Extended Social Isolation on Mental Well-Being: Narratives from Indonesian University Students during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10489
- Relationships Australia. (2018). Is Australia experiencing an epidemic of loneliness? Findings from 16 waves of the Household Income and Labor Dynamics of Australia Survey. Canberra: Relationships Australia.
- Verolien, C. (2021). How Adolescents Use Social Media to Cope with Feelings of Loneliness and Anxiety During COVID-19 Lockdown. *ORIGINAL ARTICLES*. 24(4), 250-257.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. The MIT Press.