

إساءة استخدام الهواتف الذكية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية و القلق لدى عينة من طلاب الجامعة

اعداد

اروه مسعد الرواشدة
باحثة دكتوراة بقسم الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة طنطا

أ.د/ احمد الحسيني هلال
استاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة طنطا

٢٠١٧

إساءة استخدام الهواتف الذكية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية والقلق لدى عينة من طلاب الجامعة

أ.د/ احمد الحسيني هلال
اروه مسعد الرواشدة
استاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
باحثة دكتوراة بقسم الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة طنطا
كلية التربية - جامعة طنطا

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية الى بحث العلاقة بين اساءة استخدام الهواتف الذكية وكل من المهارات الاجتماعية و القلق على عينة من طلاب الجامعة في مصر (ن = ٢٠٠) (٥٢ ذكور) (١٤٨ إناث) ، واستخدمت الدراسة أداة اساءة استخدام الهواتف الذكية ، ومقياس القلق لسبيلرجر ، و مقياس المهارات الاجتماعية ، وتوصلت الدراسة الى : وجود علاقة إرتباطية دالة وسالبة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية والمهارات الاجتماعية ، و وجود علاقة إرتباطية دالة وسالبة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية والقلق ، إمكانية التنبؤ بإساءة استخدام الهواتف الذكية من خلال كل من القلق و المهارات الاجتماعية .

الكلمات المفتاحية:-

الهواتف الذكية ، إساءة استخدام الهواتف الذكية ، المهارات الاجتماعية ، القلق ، طلاب الجامعة

Smartphone Abuse and Social Skills, Anxiety Among University Students

Professor

Ahmad Helal

**Professor and Head Mental Health
Department
College of Education _Tanta Unverstiy**

Arwah Al_rawashdeh

**Mental Health Researcher
College of Education _Tanta Unverstiy**

Abstract

The study aimed to Investigated the relationship between smartphone abuse and social skill , anxiety among university students(N=200) (52 males) (148 famales) , the study mang scales for assessment variables .The results of study indicates to :There a correlation between smartphone abuse and social skills and there There a correlation between smartphone abuse and anxiety ,We can predect with smartphone abuse from anxiety and social skills.

Key Words:

Smartphone , abuse use, social skill , anxiety , unverstiy students.

أولاً : مقدمة الدراسة :

يعتبر الاتصال هو المحرك الرئيسي لحياة الانسان ، فهو الوسيلة الأساسية لفهم الواقع و التعامل مع بيئته وبناء العلاقات مع الآخرين ، لذا حرص الإنسان على تطوير هذه العملية ووسائلها بشكل يجعلها اكثر سرعة وفاعلية خلال مراحل حياته ،وجعلها تتماشى مع احتياجاته وتطلعاته المستقبلية ، فطور الوسائل والطرق المتعددة في ايصال الرسائل الى الغير وبناء المجتمع ، فمنذ بداية الوجود البشري على وجه الأرض وطرق الاتصال حاضرة وبقوة ،وكانت تتطور بتطور هذه الحاجة واتساع ابعادها ، فانقل انسان من أساليب الاتصال البدائية القائمة على قدراته الجسدية او قدرات الحيوانات التي كان يسخرها في خدمة مصالحه ، الى أساليب وطرق اكثر تطورا ، قائمة على أحدث طرق التكنولوجيا الحديثة.

ومن أهم أدوات الاتصال الحديثة التي تنتشر على نطاق واسع الهواتف ، والتي نمت معدل استخدامها في السنوات العشر الأخيرة بشكل سريع ومنها الهواتف المحمولة و التي تعمل على أحد أنظمة التشغيل الحديثة عالية الأداء حيث يمكنها الاتصال بشبكة الإنترنت ، وقد سميت بالذكية لما تتمتع به من خصائص ومميزات ،كإرسال الرسائل النصية المصورة، وإرسال واستقبال البريد الالكتروني، وخدمة دفع المشتريات ،والضرائب المستحقة ، وتحديد الموقع GPS، والتطبيقات المختلفة، ومواقع التواصل الاجتماعي(الفيس بوك ، وتويتر، وإنستاجرام ، و الواتس اب)، وغيرها من الخدمات والتطبيقات .

لقد بدأ يظهر لدى الكثير من المجتمعات نتيجة للاستخدام غير المتوازن وغير المسؤول ،آثاراً سلبية نفسية، واجتماعية، و صحية ، بدأت تثير اهتمام التربويين والمختصين ، حيث اهتمت العديد من الدول بدراسة اساءة الاستخدام الهواتف الذكية، مثل الولايات المتحدة الامريكية ،واليابان ،الصين ،كوريا الجنوبية ،ماليزيا، تاوان ،استراليا ،تركيا ،و بولندا وغيرها من الدول ،وتجدر الإشارة الى أن هذه الدول كانت السبابة الى دراسة ظاهرة إدمان الإنترنت .

تنتشر الهواتف الذكية بين مختلف الفئات العمرية ،من أطفال ،وشباب، و مسنين ، قد نرى أطفال لا تتجاوز أعمارهم الخامسة يمضون

أوقات ليست بالقليلة يمارسون الألعاب المسلية من خلال هذه الهواتف ، وكذلك المراهقين حيث تثير الهواتف فضولهم وتمنحهم الاستقلالية الشخصية التي يرغبونها، وإثبات الهوية، والمكانة الاجتماعية مقارنة بأصدقائهم، وتمنح الشباب الاتصال المتواصل مع الاصدقاء والاهل .

والهواتف الذكية غيرها من كوسيلة من وسائل الاتصال الحديث هي سلاح ذو حدين ، ففي الوقت الذي تخلق حالة من الملائمة والتوافق والتكيف مع روح العصر ومقتضيات التطور في الاطار الذي يرسخ القيم التربوية والاخلاقية السليمة ،يمكن ان يوظف في الاتجاه المعاكس وسيتحول الى اداة تخريب وهدم ضارة بالقيم الانسانية، ويؤثر اساءة استخدام الهاتف الذكي اجتماعيا ، كتأثيرها على علاقة الشخص بأسرته واصدقائه (Rush;2011) وتفضيل البعض العزلة مع هواتفه ، تؤثر سلباً على المهارات الاجتماعية (Casey;2012)، يفضل الشباب الهاتف كوسيلة للتواصل مع المجتمع المحيط بهم ، وتجنب المواقف التي تتطلب المشاركة والتفاعل الاجتماعي، نتيجة لما يعانيه الشباب من القلق الاجتماعي فيعتبر الهاتف اداة يمكن من خلالها تعويض ما يعانيه الفرد من عزلة وضعف في التفاعل الاجتماعي (Lee:2014).

،ويزداد الانشغال بالهاتف والرغبة الملحة في الاستخدام في الاوقات التي تزداد فيها وطأة القلق والتوتر (Hong;2012) فيلجأ الفرد الى استخدام المبالغ فيه للهاتف لتخفيف من حدة هذا الشعور وقد تظهر مؤشرات هذا الاضطراب في الخسائر المادية كزيادة الانفاق على الهواتف، اضطراب العلاقات الاسرية ،وخلل العلاقات الشخصية .

ولقد تعددت مسميات الهاتف الذكي من بلد إلى أخرى فيسمى في بعض البلدان بالجوال وفي دول أخرى بالنقال والمحمول و الخليوي ، إلا أن استخدامه أو الانتفاع به لا يختلف من بلد إلى آخر ، ويعرف الباحثان الهاتف المحمول: بأنه جهاز إرسال يستخدم موجات الراديو، التي تسمح بنقل الإشارة إلى المستقبل في محيط جغرافي يسمى الخلية، وحين يتم استقبال الإشارة يتم تحويلها مباشرة إلى شبكة التليفونات المركزية.

و تتأثر مجتمعاتنا كغيرها من المجتمعات بظاهرة اساءة استخدام الهواتف المحمولة الذكية ،مما قد يتطلب تسليط الضوء وإعطاء الاهتمام ، لتأثير هذه الظاهرة على مجتمعاتنا العربية .

ثانياً : أهمية وتمثل أهمية الدراسة الحالية في :

١. أهمية دراسة ظاهرة تمثل روح العصر بشكل مباشر وواضح وفعال كاستخدام الهواتف الذكية هو أبرز مظهر من مظاهر الحداثة ومن مظاهر التغير الاجتماعي الآن .
٢. ندرة الدراسات العربية _في حدود علم الباحثان_ والتي تناولت ظاهرة إساءة استخدام الهواتف الذكية من الناحية النفسية .
٣. تتناول ظاهرة حديثة منتشرة بين أفراد المجتمع وخاصة فئة الشباب وهي إساءة استخدام الهواتف الذكية وهل تؤثر بشكل سلبي ام إيجابي على الوظائف النفسية : معرفية ، انفعالية ، سلوكية.
٤. تحاول الدراسة التعرف على استخدام للهواتف الذكية لدى مجتمعاتنا العربية، وهل يدعم سلوك الاعتماد على تكنولوجيا مستوردة ام ميزة تتصل بسياق الحياه الاجتماعية .
٥. المردود الاقتصادي السلبي لهذه الظاهرة كالوقت الثمين الذي يهدر في إساءة الاستخدام والتكلفة المادية المرتبطة بثمن الهاتف وثمن الأشتراك في خدمات الأنترنت المختلفة .

الدراسة

تهدف الدراسة الحالية الى بحث العلاقة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية وكل المهارات الاجتماعية والقلق عند طلاب الجامعة .

ثالثاً : مشكلة الدراسة

تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة عن الاسئلة التالية :

١. هل توجد علاقة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية وكل من المتغيرات التالية : المهارات الاجتماعية والقلق لدى طلاب الجامعة.
٢. هل يمكن التنبؤ بإساءة استخدام الهواتف الذكية من خلال متغيري المهارات الاجتماعية و القلق لدى طلاب الجامعة ؟

رابعاً : أهداف الدراسة

١. الكشف عن العلاقة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية وكل من المتغيرات التالية الاندفاعية ،القلق ،والمهارات الاجتماعية عند طلاب الجامعة من الجنسين.
٢. إمكانية التنبؤ بإساءة استخدام الهواتف الذكية من خلال متغيري القلق والمهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة من الجنسين.

خامساً : مصطلحات الدراسة

١. اساءة استخدام الهواتف الذكية :

هو الاستخدام المفرط للهاتف الذكي بطريقة قد تؤدي الى ظهور مشكلات (اقتصادية، النوم، قهرية، او مشاكل الاعتماد) لدى الفرد المستخدم، وعادة ما تعتبر فرع لمشكلة اكبر وهي إدمان التكنولوجيا، الذي أصبح متفشيا والبعض أيد تضمينه كتصنيف تشخيصي للإدمان في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية.(Choliz ; 2010).

وتعرف اساءة استخدام الهواتف الذكية إجرائياً:

درجة الفرد على مقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية المستخدم في الدراسة الحالية

٢. المهارات الاجتماعية :

هي قدرة الفرد على أن يعبر بصورة لفظية وغير لفظية عن مشاعره وآرائه وأفكاره للآخرين، وأن ينتبه ويدرك في الوقت نفسه الرسائل اللفظية وغير اللفظية عن مشاعره وآرائه وأفكاره للآخرين . (Tang, & Qin; 2015; 1)

تعريف المهارات الاجتماعية إجرائياً: درجة الفرد على مقياس المهارات الاجتماعية المستخدم في الدراسة الحالية.

٣- القلق:

هو حالة من الخوف الغامض الذي يعتري الفرد ويسبب له كثيرا من الكدر والضيق والالام ، و الانزعاج ، والشخص القلق يتوقع الشر دائما ويبدوا متشائما متوتر الاعصاب ويفقد الثقة بنفسه و مضطربا ويفقد القدرة على التركيز . (سيجموند فرويد ،١٩٨٣، ١٣)

هو حالة توتر شامل مستمر نتيجة توقع خطر تهديد فعلي او ،الشعور بالاختناق ،الاكثار من التبول ،عدم النوم العميق ، ازدياد عدد ضربات القلب ،فقدان الشهية .

(نبيلة الشورجي،٢٠٠٣، ١٣٨)

تعريف القلق إجرائياً: درجة الفرد على مقياس القلق المستخدم في الدراسة الحالية.

سادساً : لإطار النظري

١. التكنولوجيا الحديثة في مجال الاتصال:

وتعرف التكنولوجيا بأنها "التطبيق العملي للاكتشافات العلمية والاختراعات وخاصة في مجال الصناعة التي يتمخض عنها البحث العلمي.(يعقوب العبيد ،١٩٩٨، ١٩)

وعرفت ايضاً بأنها: المجموع الكلي للمعرفة المكتسبة والخبرة المستخدمة في إنتاج السلع والخدمات، في نطاق نظام اجتماعي اقتصادي معين، من أجل إشباع حاجة المجتمع التي بدورها تحدد كم ونوع السلعة /الخدمة. (محمد الزعبي ،١٩٩٨، ٥٨)

ويعرف الاتصال اصطلاحاً "نقل الافكار والمشاعر والمعلومات والتأثيرات" بالإضافة للتوزيع والتفاوض.

وتعرف (جيهان رشتي، ١٩٧٨، ٥٢) الاتصال بأنه: العملية التي يقوم من خلالها القائم بالاتصال منبهات (عادة، رموز، لغوية) لكي يعدل سلوك الافراد الآخرين مستقبلي الرسالة. ويقصد بثورة تكنولوجيا الاتصالات، تلك التطورات التكنولوجية، في مجالات الاتصالات التي حدثت في الربع الأخير من القرن العشرين، والتي اتسمت بالسرعة والانتشار والتأثيرات الممتدة، إلى الأفراد داخل المجتمع الواحد او المجتمعات وتشمل ثلاث مجالات:

١. ثورة الحواسيب الالكترونية التي امتزجت بوسائل الاتصال والانترنت مثالا على ذلك.
٢. ثورة المعلومات والانفجار المعرفي الضخم المتمثل في الكم الهائل من المعرفة.
٣. ثورة وسائل الاتصال المتمثلة في تكنولوجيا الاتصال الحديثة التي بدأت بالاتصالات السلوكية واللاسلكية.

ومن تطورات التكنولوجيا الهامة ايضاً هو ظهور شبكة الأنترنيت Internet الذي يعد من أهم وأعظم وسائل تكنولوجيا الاتصال وهي اختصار لكلمتين (Network International) الشبكة العالمية للمعلومات (محمد أحمد، ٢٠٠٤، ١٧٦).

وهي شبكة تكنولوجية ضخمة جدا، تربط عشرات الملايين من أجهزة الحاسوب المنتشرة حول العالم، عن طريق بروتوكولات متعددة وتعمل بواسطتها على تبادل المعلومات الهائلة، والمعارف المتنوعة، في مختلف مناحي الحياة البشرية، والطبيعية، هي مجدية اقتصاديا في الكثير من الاستخدامات (جودت سعادة وعادل السرطاوي، ٢٠٠٣، ٦٧).

٢. التأثيرات السلبية لاستخدام الهواتف الذكية

كان الهدف من تطوير أجهزة الاتصالات المحمولة والتي باتت متداولة بأيدي الصغار قبل الكبار هو خدمة البشرية، وجعلها أكثر رفاهية من خلال استخدامها بشكل ايجابي إلا إنه تم إساءة استخدامها، سبب العديد من المشكلات لعدم القدرة على السيطرة على مخرجات هذه الخدمة ، مما كان لها آثار عكسية، وأصبحت أضرارها أكثر من على الفرد، والمجتمع (Dlodlo et al., 2015:p, 207).

وقد أدت إساءة استخدام هذا الهواتف في المجتمع إلى انتهاك أعراض وخصوصية البعض، وانتشار الفضائح مما أدى إلى تدمير أسر وتفككها ووقوع حالات طلاق عديدة إذ قام الكثير بالنقاط صور لفتيات وسيدات وشباب في أوضاع مخلة خلصة في أماكن خاصة بهم كبيوتهم وصلات الأفرح والجامعات والمدارس. (Hadlington et al., 2015)

وقد أشار (Hong et al., 2012:p, 152) إلى تحول تلك التقنية إلى مصدر قلق ويؤس بعدما أسئى استخدامها لاسيما لدى شرائح المجتمع المختلفة، وخاصة طلاب الجامعة، فقد

زادت وتطورت إلى درجة إن بعض الشبان درجوا على بث هذه السموم جراء الإصابة بلوثة تبادل الصور الفاضحة والخليعة وتصويبها نحو الأرقام بطريقة عشوائية، مما يؤدي في كثير من الأحيان إلى حدوث الكثير من المشاكل.

ويوضح (Doruin;2015:p,176) ان اساءة استخدام تكنولوجيا الاتصال ومنها الهاتف الذكي حفزت على وجود بعض الظواهر الاجتماعية والنفسية ، منها ظاهرة المحتوى الجنسي في استخدام تطبيقات هذا الجهاز مثل (الفيس بوك ،تويتر ،سناب شات) للتواصل الجنسي ،في ارسال رسائل ذات مضموم او ايعاء جنسي، مقاطع فيديو والصور .

ومن اهم الاثار السلبية الناتجة ايضاً عن استخدام تقنية الهواتف الذكية ضعف العلاقات الاجتماعية بين أفراد الأسرة الواحدة كالأبناء والوالدين أصبحت المقولة القائلة : أن الإنسان اجتماعي بطبعه تتراجع وبدأت في الاضمحلال فلا بأس أن نقول اليوم أن الإنسان تكنولوجي بطبعه، إذ أصبح ينبهر وينجذب لأحدث وأذكى وسائل التماور وافتقارها إلى التغذية الراجعة وتبادل الأفكار والمشاعر، وكأن البحث عن الحلول لمشاكله في العالم الافتراضي افضل من البحث في العالم الواقعي .

إن امتلاك الفرد لوسائل التكنولوجيا بما فيها الهواتف الذكية ،التي تجعله خاصة المراهق يقضي ساعات مع جهازه، وبمرور الزمن يكون هذا المراهق مدمنا عليها ، ولأنه لا تمارس عليه سلطة تعسفية، أو بالعكس نجده يدخل في مواقع سهلة الممارسة، وهذا ما يجعله يترك الحياة الاجتماعية الطبيعية، ونتيجة قضاء ساعات طويلة مع الهاتف وتطبيقاته المختلفة ، فسندج الطفل أو المراهق لا يختلط بالناس ولا يعاشرهم ، ويصبح متعودا على العزلة الاجتماعية، على الرغم من أنه كان يحب العشرة الاجتماعية قبل الإدمان. (Huang et al., 2004:p,50)

ويعد الشباب بصفة عامة من أكثر الفئات استخداماً للهواتف في كل الثقافات ، لأنهم في عملية دائمة من إقامة شبكة شاملة من الأصدقاء التي تتجاوز حدود العائلة التي نشأوا وترعرعوا فيها، بحيث لا يمكن للآباء من ممارسة الرقابة على أبنائهم، حيث جعل علاقات الأبناء سرية وغير معروفة، وكذلك أصبح الشباب يتقنون علاقاتهم أكثر من كونها سطحية، فالمفهوم بالانحدار الأخلاقي، والعلاقة بين الانحدار الأخلاقي واستخدام الهاتف الجوال في إقامة علاقات شخصية أكثر من استخدامه في العمل والتجارة، وذلك يوضح الصورة السلبية لاستخدام الجوال من قبل الشباب . (ماجد جبران وحسن صلوي ، ٢٠٠٧ ، ٦١)

٣. إساءة استخدام الهواتف الذكية

نظرا لاكتساب الهواتف الذكية شعبية كبيرة، بدأ الباحثون في دراسة طرق استخدام هذه التقنية في التفاعل مع الآخرين، وأصبح الفرد كثير الاعتماد على الهاتف الذكي فظهر الاهتمام المتزايد لدراسة الاعتماد على الهواتف الذكية أو مشكلة إساءة استخدام الهواتف الذكية ويمكن

تعريفها بأنها: استخدام الهاتف الذكي بطريقة تسبب ظهور مشكلات (اقتصادية، النوم، قهرية، أو مشاكل الاعتماد) لدى الفرد المستخدم، وعادة ما تعتبر فرع لمشكلة اكبر وهي الإدمان الالكتروني، الذي أصبح متفشياً والبعض أيد تضمينه كتصنيف تشخيصي للإدمان في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية . (Choliz ; 2010)

ويشترك مدمن الهواتف الذكية في بعض الخصائص النفسية مع مدمني اشكال اخرى للإدمان كالإدمان السلوكي والالكتروني، مثل (الثقة بالنفس، والاندفاعية)، وهي عوامل خطر مشتركة بين انواع مختلفة من الادمان الالكتروني ونظراً لهذه العوامل المشتركة اقترح (Billieux; 2012)، ان يتم تصنيف ادمان الهواتف الذكية نوعاً فرعياً من الإدمان التكنولوجي ، وقد نوه إلى ان هناك خصائص قد لا تكون مشتركة بين الانواع المختلفة للإدمان التكنولوجي مثل: وهم السيطرة او المهارات الاجتماعية ، لذلك اقترح (Billieux;2012) أن يتم التركيز على نوع النشاط الالكتروني او على موقع او تطبيق معين يدمنه الشخص بدلا من التركيز على التقنية نفسها، فهناك اشخاص يستخدمون هواتفهم الذكية بشكل أساسي في المكالمات الصوتية، وقد يستخدمه شخص آخر لمواقع التواصل الاجتماعي، ولأن التقنيات المحمولة الحديثة وحتى مواقع الانترنت نفسها مثل الفيس بوك Facebook، قد أصبحت متعددة الوظائف، فإنه يجب على الباحثين ان يركزوا على النشاط الذي يُمارَس بإفراط مثل(المكالمات الصوتية، ومواقع التواصل الاجتماعي)، بدلا من التقنية نفسها (Billieux; 2012).

من أوائل الدراسات التي اهتمت بإدمان الهواتف المحمولة دراسة اجراها (Bianch & Phillip; 2005) ، في استراليا وقد تم تصميم مقياساً لقياس مشكلة الاستخدام للهواتف المحمولة (MPPUS) ، منذ ذلك الوقت درس باحثون آخرون الاستخدام المشكل للإنترنت على مجموعات سكانية مختلفة (الشباب، المراهقين، و البالغين)، وعبر الثقافات المختلفة وجد نوعاً من الاتساق في روابط الاستخدام وقد وجد أن النساء ومحبي الحداثة (Ezoe et al; 2009) (Beranuy et al, 2009) هم الاكثر عرضة لتسجيل استخدام مشكل للهواتف الذكية، وسجلت بعض الدراسات علاقات ايجابية وسجلت اخرى علاقات سلبية بين هذه الخصائص وبين الاستخدام الاشكالي للهواتف الذكية، وقد يعزى اختلاف النتائج الى العوامل الاجتماعية والتاريخية والثقافية أو المنهجية.

وقد اجرى (Yen et al;2009) دراسة في تايوان على عينة من المراهقين اظهرت ان (٩٤،٨%) قد عانوا من عرض واحد من أعراض الاستخدام المشكل للهواتف الذكية، وان (٧١،٦%) منهم عانوا من أربعة أعراض من أعراض الاستخدام المشكل للهواتف الذكية ، ومن أهم الأعراض تناقص الوقت المخصص للأنشطة الاجتماعية أو الأكاديمية او الترفيهية بسبب

استخدام الهاتف الذكي ، مصحوبا بمشكلات اقتصادية ، وضعف الأداء الأكاديمي، والعلاقات السيئة مع الأهل والاصدقاء وافراد الاسرة .

وجد (Smith; 2012) أن عددا لا بأس به من الامريكيين (١١%) يرون انهم يقضون اوقاتاً اكثر من اللازم على اجهزتهم الذكية، وتزداد الى (٧,١٦) بين البالغين من ٢٤_١٨ سنة، وان الحاجة للتواصل وسلوكيات الاستخدام القهري شائعة عند ثلثين الامريكيين بين عمر ١٨-٣٤ سنة وانهم ينامون وهواتفهم بجانبهم حتى يستطيعوا قراءة الرسائل النصية والرد عليها (Smith; 2012).

وأشار (Rosen et al., 2013) الى أن إساءة استخدام الهواتف الذكية يمثل عامل مشترك في اضطرابات القلق و اضطراب ضبط الاندفاعية واضطرابات المزاج والأكتئاب .

٤. ادمان الهواتف الذكية

إن الاستخدام المفرط للهاتف الذكي اخذ الإنسان إلى اتجاهاً اخر لم يكن بالحسبان عندما صممت هذه الأداة، التي كان الهدف منها خدمة الفرد وتسهيل أمور حياته، فازداد الاعتماد عليه وقد اعتبره بعض الباحثين انه يمثل إدماناً سلوكياً كأحد أنواع الإدمان غير الكيماوية مثل الانترنت والقمار المرضي والتسوق القهري وإدمان العاب الفيديو . (Bilieux, 2012:p 122) فالمدمنون على الهواتف النقالة كما أشارت نتائج دراسة (Volkom et al., 2014,) يهملون مجموعة من الأنشطة المهمة في حياتهم مثل (العمل، الدراسة)، وينعزلون عن أصدقائهم وأسرتهم، و ينكرون مشكلاتهم الحياتية وينشغلون بالهاتف النقال، ويعتقدون بأهمية الاتصال بالآخرين من خلال الهاتف النقال.

في هذا السياق قدم Torrecillas الخبير في مجال الإدمان النفسي أن حوالي ٤٠% من الشباب و الراشدين يستخدمون يوميا هواتفهم النقالة لمدة تزيد علي أربع ساعات من أجل إجراء المكالمات أو لإرسال واستقبال الرسائل النصية (Madueme; 2007:p , 25).

إلى جانب الاعتماد على معايير إساءة استخدام المواد، فقد تم استخدام المعايير المطبقة على تشخيص إدمان الإنترنت في تشخيص الإدمان على الهاتف النقال الذي ينظر إليه على أنه اضطراب يتضمن عدم القدرة على ضبط الاندفاعية طبقاً ل :

- فقدان السيطرة علي مقدار وقت استخدام الهاتف.
- الأشتهاء الزائد وضياح الوقت .
- مواجه الفرد لمشكلات اجتماعية ومهنية ومالية ناتجة عن سوء الاستخدام .
- تحمل كل أعراض الادمان

(Hsu et al., 2012 :p , 105-106)

وفي الدليل التشخيصي الإحصائي الخامس DSM_5 ذكر أن إدمان الهاتف الذكي ينبغي أن يتوفر فيه المحكات التشخيصية الآتية:

- ١- الاستخدام المفرط وهو الذي يرتبط بفقدان الإحساس بالوقت وإهمال البواعث والاحتياجات الأساسية.
 - ٢- أعراض الانسحاب ويمثل الشعور بالغضب والكدر والاكتئاب عندما لا يكون الهاتف أو الانترنت متوافرين.
 - ٣- التحمل ويشمل الحاجة إلى جهاز محمول أو حاسوب أفضل وأكثر في البرامج والتطبيقات أوفي ساعات الاستخدام.
 - ٤- التأثير السلبي ويشمل الكذب والجدال وضعف التحصيل والانجاز والعزلة الاجتماعية والوهن والضعف الجسدي (Pearson & Hussain; 2015 : p,18) (Enez et al; 2015:p,)
- 30.

وقد أوضح (Lubman et al., 2004:p, 1491) إن الاستخدام المرضي لوسائل الاتصال غير المباشرة مثل الانترنت أو الهواتف المحمولة يتضمن سلوكيات مرضية، وأفكار مشوهة .

وأضاف (Tossel L et al., 2015:p, 37) (Volkom et al., 2014 :p, 557) أن السلوكيات المرضية تتضمن مشكلات شخصية في العمل أو الدراسة، وتجاهل الأصدقاء والمسؤوليات الأسرية والشخصية، وظهور أعراض الانسحاب التي تتجلى في سرعة الغضب، وتغيير في نمط الحياة، وانخفاض عام في الأنشطة الجسدية، والحرمان من النوم، أو تغيير في نمط النوم، وذلك عند التمكن من الاستخدام المرضي لوسائل الاتصال غير المباشرة مثل الانترنت .

٥. النظريات المفسرة لظاهرة لادمان التكنولوجيا

أ- التحليل النفسي لظاهرة الإدمان:

يفسر أصحاب هذه الاتجاه الإدمان على تعاطي المخدرات يرتبط باضطراب في الشخصية دون أن يكون هذا الاضطراب مصحوباً بأية أعراض مرضية عقلية، ويتمثل الإدمان بهذه الصورة في المبالغة في تعاطي المخدر حتى يبطل فعل مراكز الكف في الجهاز العصبي المركزي، فيقوم الفرد بعمل أشياء وأمور غير مقبولة، من قبل القيم والتقاليد الاجتماعية، ولا تتفق هذه الأعمال، ولا تتناسب مع طبيعة الموقف الموجود فيه الفرد، إذ تتسم بالغرابة والشذوذ، وإذا وصل الفرد إلى حالة الاعتياد أو الاعتماد الفسيولوجي في تعاطي المخدر او الادمان، فإن هذه الظاهرة بلا شك ترجع لاضطراب في شخصية الفرد . (Pontes et al., 2015:p , 411)

إن تعاطي المخدرات والإدمان عليها وفق هذه النظرية هو نتيجة إحياب لا يقوى الراشد على مواجهة آثاره النفسية بحل واقعي مناسب، سواء أكان ذلك نتيجة لضخامة الإحياب، أو لاستعداد في النمو قوامه عدم القدرة على احتمال الإحياب (Ko et al., 2014 :p, 1377) فتؤدي نتائج الإحياب للنفس إلى توتر يؤدي إلى النكوص، وظهور أنماط من السلوك تميز مراحل الطفولة خلاصاً من الموقف المحبط، ولذا فإن التعاطي أو الإدمان ما هو إلا عملية هروبية، تعني تدمير جانب من جوانب الموضوعات، وجانب من المشاعر، ومن الأنا الذي يخبيء هذه المشاعر، أي تزوير الواقع النفسي وإنكاره (Hussong et a.l, 2013:p, 863).

ويرى المحللين النفسيين، أن الإدمان ما هو إلا نكوص لمرحلة الطفولة، ومبدأ اللذة، والنظريات التحليلية المعاصرة اعتمدت على نظرية العلاقات، والتي تفسر الإدمان كاستجابة لاحقة لقصور في بناء الذات وميكانيزم تكيفي، وبهذا فهو يعتبر محاولة من قبل الفرد للقضاء على القصور في الشخصية منذ الطفولة، والتفاعلات المضطربة مع الوالدين من المراحل الأولى من الحياة، كما تفترض نظرية التحليل النفسي أن التعاطي والإدمان ما هو إلا محاولة ذاتية لتخفيف الذات وهي أحد التيارات السيكوديناميكية الحديثة، فالإدمان ليس مجرد الهروب من المشاكل، أو الرغبة في الإحساس بالنشاط أو تدمير الذات، فالإدمان في هذه الحالة هو نوع من التخفيف الذاتي للتخلص من المشاكل النفسية، والآلام الانفعالية. (Craparo et al., 2014 :p, 304)

ب- التفسير البيولوجي:

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن الإدمان ما هو إلا مرض وراثي ذو أساس جيني، وتوصلوا إلى تلك النتائج من خلال الدراسات التي تمت على التوائم المتماثلة والمتشابهة، ودراسة أبناء مدمني الكحول ، ورغم النتائج إلا أن الدراسات التي أجريت على أطفال أسر المدمنين في كل من شمال أمريكا وغرب أوروبا، قد أوضحت أن الأطفال الذين ينتمون إلى آباء مدمنين للكحوليات يشيع بينهم الإدمان، حيث أن الأبناء الذين ينحدرون من آباء مدمنين يزيد معدل الانتشار بينهم على نحو أربعة أمثال معدل الأبناء الذين ينحدرون من آباء غير مدمنين.

(Bonnet et al., 2015 :p , 221)(Racine et al., 2015 :p, 10)

وتعتمد التفسيرات البيولوجية للتعاطي والإدمان، على أساس أن مخ الإنسان يحتوي على مواد كيميائية تقوم بنقل الإشارات من خلية إلى خلية أخرى.

فالتفسيرات البيولوجية تؤكد على أن التكوين البيولوجي للفرد هو المحدد الرئيسي لسلوكه، هذا السلوك الذي يتأثر بعامل الوراثية والبيئة المحيطة بالفرد التي تولد لديه الاستعداد لتعاطي المواد المخدرة والإدمان عليها. (Bernardi; 2015 :p, 12269)

ج _ التفسير الاجتماعي لظاهرة الإدمان:

تنطلق التفسيرات الاجتماعية لهذه الظاهرة من كون الإدمان يعدّ سلوكاً منحرفاً، وهو عدم مسايرة المعايير الاجتماعية، وترى معظم الدراسات التي حاولت تفسير الإدمان بتحليل المشاكل الاجتماعية، والخاصة بعدم التوافق الاجتماعي، أي أن الأفراد يرفضون معايير الجماعة الكبرى، وغالباً ما يحاولون تكوين جماعات فرعية تضم رفاقهم في التعاطي، أو أي صورة من صور الانحرافات الأخرى، ويحقق الفرد فيها إشباعاً لحاجاته الاجتماعية، وبالتالي يصبح من الصعب استعادة تكامله في المجتمع الأكبر.

لقد تعددت وجهات النظر الاجتماعية، فالإتجاه الوظيفي حاول في تفسيره لمشكلة تعاطي المخدرات والإدمان عليها التركيز على إبراز ما قد يصيب البناء الاجتماعي من اضطرابات وتناقضات، وما يمارسه من ضغوط على أفرادها، تدفعهم في نهاية الأمر إلى اللجوء إلى الإدمان. (Heydari et al., 2014 : p , 19)

ويرى الوظيفيون أيضاً أن التفكك الاجتماعي يعد أحد الأسباب الرئيسية للإدمان، أي أنه عندما تفقد مؤسسات المجتمع سيطرتها على أفرادها خلال فترات التغيير السريع، ينتشر الإدمان، وهنا يصبح له وظائف غير سوية. (Konkoljy Thege et al., 2015 : p , 4224)

في حين يذهب علماء اجتماع آخرون إلى أن البنية الاجتماعية تلعب دوراً مهماً في الدفع بالاتجاه نحو الإدمان، فمثلاً تلعب العلاقات الأسرية دوراً مهماً في الدفع باتجاه الإدمان. (McCullough; 2013 :p , 247)

ثانياً : المهارات الاجتماعية

١ . مفهوم المهارات الاجتماعية:

تعددت تعريفات المهارات الاجتماعية نتيجة اختلاف وجهات النظر حول مفهومها؛ لأنها مفهوم مرّن له استخدامات مختلفة وتضمينات نظرية وعملية عديدة، ولا يوجد اتفاق بين الباحثين والعلماء على تعريف موحد يمكن اعتماده أو قبوله بشكل كامل؛ لأنها تعكس وجهة نظر صاحبها، وفيما يلي عرض لبعض هذه المفاهيم:

وهي قدرة الفرد على أن يكون ماهراً اجتماعياً أو كفؤاً، ويظهر مودته للناس، ويبدل جهده ليساعد الآخرين ويكون دبلوماسياً (لبقاً) في معاملته لأصدقائه وللاغرب، ويتعاون مع الأصدقاء، والشخص الماهر اجتماعياً يتميز بأنه ليس أنانياً، بل يحب الآخرين ويساعدهم. (محمد الحسانين، ٢٠٠٣، ٥٤).

كما عرفها بوك بأنها قدرات نوعية للتعامل الفعال مع الآخرين في مواقف محددة بالشكل، الذي يحقق أهدافاً معينة، سواء فيما يتعلق بالشخص أو الآخرين. (Buke; 1991:p , 87).

٢. خصائص المهارات الاجتماعية:

على الرغم من أن تعريف المهارة الاجتماعية يمثل مشكلة في حد ذاته، أدت إلى تعدد التعريفات المقدمة لها، فإن هناك خصائص أساسية مميزة عديدة لمفهوم المهارات الاجتماعية، أهمها ما يلي:

- يشمل مفهوم المهارة الاجتماعية الكفاءة Competence and Proficiency والخبرة في أداء الفرد لنشاطاته الاجتماعية ومختلف أشكال تفاعلاته مع الآخرين.
- يتمثل جوهر أى مهارة اجتماعية في القدرة على تحقيق نتيجة فاعلة في الاختبارات من أجل الوصول إلى هدف مرغوب.
- أن المهارات الاجتماعية تشتمل قدرة الفرد على الضبط المعرفي لسلوكه (عبد الحميد سعيد حسن، ٢٠٠٧، ٣١١).
- يهدف الفرد من وراء سلوكه إلى الحصول على التدعيم الاجتماعي من البيئة التي يعيش فيها، بالشكل الذي يحقق له التوافق النفسي والاجتماعي.
- تتحدد المهارات الاجتماعية في ضوء جوانب معينة من سلوك الفرد وخصاله، وفي إطار ملاءمتها للموقف الاجتماعي. (شعبان رضوان، ٢٠٠٦، ٧).

٣. مكونات المهارات الاجتماعية:

تتكون المهارات الاجتماعية من شقين رئيسيين هما الشق السلوكي والشق المعرفي تعرض لهما الباحثة فيما يلي:

- أ- **المكونات السلوكية:** تشير المكونات السلوكية للمهارات الاجتماعية إلى كثافة السلوك التي تصدر من الفرد، والتي يمكن ملاحظتها عندما يكون في موقف تفاعل مع الآخرين، ويمكن القول أن تلك المكونات تنقسم الى تصنيفين هما:
 - **سلوك اجتماعي لفظي:** وهذا النوع من السلوك له أهمية كبرى في مواقف التفاعل الاجتماعي، فهو الذي يعمل على نقل الرسالة بشكل مباشر، ومن أمثلته إبداء الطلب مباشرة، رفض طلب معين، الشكر أو الثناء، وهكذا.
 - **سلوك اجتماعي غير لفظي:** وهذا السلوك لا يقل أهمية عن السلوك اللفظي، وتشمل لغة الجسد والإيماءات، والتواصل البصري، حجم الصوت وتعبيرات الوجه، وهذه السلوكيات لها المصدقية الأكثر في التعبير من السلوك اللفظي (El-Daw, & Hammoud, 2015, 147).

ب- **المكونات المعرفية:** وهي غير ظاهرة أو غير ملحوظة، وتشمل أفكار الفرد واتجاهاته ومدى معرفته بالاستجابات المناسبة في المواقف الاجتماعية، وفهم السياقات الاجتماعية، وبالتالي

التصرف بما يناسب الموقف، ويقصد بالجانب المعرفي الوعي بالأنظمة الاجتماعية التي تحكم السلوك في موقف ما، ويلاحظ في بعض الاضطرابات النفسية والعقلية، أن يصدر من المرضى سلوكيات لا تناسب الموقف، بل ما يميز مضطربي اكتئاب الهوس الدوري فعل عكس متطلبات الموقف، مثل الضحك في موقف مثير للحزن. (Dereli, & Karakuş; 2011: p , 732)

٤. تصنيف المهارات الاجتماعية:

تعددت التصنيفات التي اهتمت بالمهارات الاجتماعية، ويعرض الباحث هنا بعضاً منها على سبيل المثال لا الحصر: تصنف (دينا الظاهر ٢٠٠٨، ص ٣١) على النحو التالي:

- **مهارات التواصل:** وتشمل قدرة الفرد على توصيل المعلومات التي يرغب في نقلها للآخرين لفظياً أو غير لفظي من خلال التحدث والحوار والإشارات الاجتماعية، وكذلك قدرته على الانتباه إلى المتحدث وتلقي الرسائل اللفظية وغير اللفظية من الآخرين وأدراكها وفهم مغزاها والتعامل في ضوءها.

- **مهارات التأييد والمساندة:** وتشمل إعطاء الاهتمام الكافي للشخص الآخر وتشجيعه عندما يذكر شيئاً ذا قيمة، والمداعبة المرحة، وتقديم المساعدة أو المقترحات عندما تطلب منه.

- **مهارة المشاركة والتعاطف:** وتشمل تيسير إقامة علاقات وثيقة وودية مع الآخرين، وإدارة التفاعل معهم على نحو يساعد على الاقتراب منهم والتقرب إليهم ليصبح الشخص أكثر قبولاً لديهم.

- **مهارات الضبط والمرونة:** وتشمل قدرة الفرد على التحكم بصورة مرنة في سلوكه اللفظي والانفعالي، خاصة في مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين. وتعديله بما يتناسب مع ما يطرأ على تلك المواقف من مستجدات لتحقيق أهداف الفرد؛ بالإضافة إلى معرفة السلوك الاجتماعي الملائم للموقف.

صنف (عبد الهادي الخطيب ٢٠١٠، ص ٤٧) فقد صنف المهارات الاجتماعية إلى:

- **مهارة التواصل الاجتماعي مع الآخرين:** وتعني القدرة على نقل الأفكار إلى الآخرين والتفاعل معهم بالوسائل المتعددة، كالكلمات المنطوقة والمكتوبة، والرسوم والصور والخرائط والهاتف وغيرها من الوسائل الأخرى.

- **مهارة الذوق الاجتماعي مع الآخرين:** تعني قدرة الفرد على أداء أفضل صورة في تعامله مع الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة، من أجل الوصول للانسجام والتلاؤم مع الآخرين، وتتمثل في احترام الذات واحترام الآخرين وفن التعامل مع الآخرين وفن السلوك والتصرف الراقى والمقبول اجتماعياً.

- مهارة القدرة على الحوار مع الآخرين: تعني قدرة الفرد على محاوره الآخرين بفاعلية وتفاعل وثقة، تجعله قادرًا على التصرف في المواقف الاجتماعية بذكاء، من خلال قدرته على إقناع الآخرين في جميع مناحي حياته التي تتطلب ذلك.

- مهارة التعاون مع الآخرين: تعني قدرة الفرد على التعاون والتفاعل وتقديم المساعدة للآخرين مع مشاركته إياهم في الأنشطة المختلفة، التي يمكن له من خلالها تنمية الثقة بنفسه، والقدرة على التكيف مع الآخرين.

ثالثاً : القلق

يعرف القلق بأنه : حالة تؤثر تأثير شامل ومستمر نتيجة لتهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث ويصحبها خوف غامض وأعراض نفسية وجسمية

(Gask, & Chew-Graham ; 2014: p , 2)

هو حالة تنشأ من الأفكار والأحاسيس والثروات التي لا تتسجم مع ما يتوقعه الإنسان في نفسه فيشعر بأنه لم يعد مطلقاً سيداً لنفسه ومقدراً لمعياره . (Tayama et al .,2015: p, 2)

كما يعرف بأنه : حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاوله الفرد للتكيف . (Casado & Dereshiwsky; 2001: p, 539)

١. النظريات المفسرة للقلق:

أ- القلق عند فرويد:

يرى فرويد أن القلق يظهر في الأصل كرد فعل لحالة خطر ويعود للظهور كلما حدثت حالة خطر من ذلك النوع ، وأن سبب القلق عند الطفل تعود إلى صدمة الميلاد ورد فعله تجاهها وهو لا يدرك سببها وأن حالة غياب الأم وعدم حصول الطفل على إشباع حاجاته عن طريقها وزيادة توتره الناشئ عن عدم إشباعها فيتكرر الخطر ، ويواجه الطفل الخطر من جديد والطفل يحاول أن يحمي نفسه من الخطر الناتج عن عدم الإشباع وزيادة التوتر لديه وهي حالة يكون فيها الطفل عاجزاً.

وأن افتقار الطفل لحاجاته وتطور القلق لديه مع تطور التفاعل بين فعاليات الشخصية من جهة أخرى ، ويتحدث عن ظهور القلق في المرحلة القضيبية التي يمر بها الطفل في مراحل نموه ثم يتحدث عن نمو الأنا الأعلى أو الرقيب الاجتماعي وظهور القلق الخلفي ، ويعود القلق إلى الظهور أمام الخطر أي أمام الموضوع الذي يخشى فقدانه (رشاد عبد العزيز ، ١٩٩٣ ، ١٦٩).

ويتحدث فرويد عن قلق الخصاء أي انفصال الفرد عن أعضائه التناسلية أما في حلة القلق الخلفي فيرى فرويد بأنها ناتجة عن التقدم الحاصل للطفل مع نموه لأن تقدم نمو

الطفل يحدث تأثير في مضمون الخطر وبناء على ذلك أن قلق الطفل يبدأ بقلقه من فقدان الأم حتى يصل إلى القلق من الخصاص ، كما أن الطفل يقلق من غضب الأنا الأعلى أو فقدان حبه . (Gask & Chew-Graham; 2014 : p, 1-2).

ب _ القلق عند دولار وميلر :

يرى كل من دولار وميلر بأن عصاب القلق هو نتائج خبرة الفرد وهو سلوك متعلم وهو يخضع لقوانين التعلم التي نعرف بعضها ونجهل البعض الآخر ويريان بأنه ناتج عن صراع بين دافعين قويين يقودان الفرد إلى استجابة غير مناسبة ، ويريان بأن العصابي شخص غير قادر على حل صراعات لأنه لا يفهم أسبابها بوضوح لأنها مبهمة لديه وهو عاجز لغويًا عن وصف القوى المتصارعة في نفسه وهو من وجهة نظرهما شخص تعيس وغبي وغير قادر على التمتع بالحياة ويعاني من الأرق والقلق وعدم الشعور بالراحة والتهدج والكتب الجنسي والمخاوف والصراعات ، ويريان بأن الأعراض العصابية التي تسبب له الشقاء إلا أنها تخفف من صراعاته ، لذلك تصبح هذه الأعراض معززة وأن الطفل يتعلم العصاب بشكل لا شعوري بسبب عقاب والديه له قبل أن يكون قادرًا على استخدام اللغة ولا يستطيع الطفل تفسير قلقه لأنه لا يعيه ولذلك يلجأ إلى الكتب ، وأن أعراض القلق هي نتاج لصراعات مخفية غير مدركة عند الفرد ، وأن أساليب التنشئة الأبوية الخاطئة في تعليم الأبناء التناقضات من خلال توجيهاتهم لهم تسبب لديهم القلق . (McAllister-Williams & Sarah Yates; 2014 : p , 46-47).

سابعاً : الدراسات السابقة

قام (Chen & Lever; 2005) بدراسة هدفت التعرف علي العلاقة بين الهاتف النقال والشبكة الاجتماعية ، والإنجاز الأكاديمي: دراسة مقارنة بين طلبة من الولايات المتحدة الأمريكية، وتايوان تكونت عينة الدراسة من (٦٨٦) طالباً وطالبة في مرحلة البكالوريوس، تم اختيارهم بطريقة متيسرة، إذ تم توزيع (٥١٨) استبانة علي طلبة من الولايات المتحدة الأمريكية، و (١٦٧) طالباً من تايوان. وقد أشارت النتائج إلي وجود علاقة موجبة بين استخدام الهاتف النقال والعلاقة مع الأصدقاء والوالدين لدي كل من العينتين، كما أشارت النتائج إلي أن الطلبة الذين يستخدمون الهاتف النقال بكثافة لديهم علاقة أفضل مع زملائهم ووالديهم، كما تبين أن الاستخدام المتكرر للهاتف النقال يؤثر في الإنجاز الأكاديمي والدراسي لدي طلبة أفراد عينة الدراسة.

حاول (Engelderg,E, & Sjoberg,L. ;2004) بحث مدى الارتباط بين المهارات الشخصية و الشخصية والذكاء الانفعالي باستخدام الانترنت ، حيث تكونت عينة الدراسة على

(٤١) من طلاب جامعة استكهولم ،تم تقييم الذكاء الانفعالي بمقاييس الأداء المشتقة من تحديد وتسمية الانفعالات التعبيرية التي تظهر على وجه المستخدم والتي فسرت من واقع السياق الاجتماعي.

وأظهرت النتائج بأن هناك علاقة موجبة قوية بين استخدام الانترنت و الوحدة والالتزام بالقيم الذاتية و المهارات الاجتماعية ، وإلى ضعف العلاقة بين العمل والراحة والذكاء الانفعالي واستخدام الإنترنت ،اي أن الأشخاص الذين يستخدمون الإنترنت بكثرة ولفترات طويلة يشعرون بالوحدة ذو قيم منحرفة ويفتقرون الى المهارات الانفعالية والاجتماعية .

اهتم (James & Drennan ; 2005) بالتعرف على الخصائص الشخصية للمستخدمين المدمنين على الهواتف النقالة، وتحديد العوامل التي تسهم في زيادة استخدام المدمنين له. إذ تم جمع بيانات من ثمانية أشخاص من خلال إجراء مقابلات معمقة، اعتبروا أنفسهم مدمنين على الهواتف النقالة، أشارت النتائج إلي وجود مدى واسع من سمات الشخصية لدي هؤلاء المدمنين، ومن أبرزها: الانخراط في أنشطة قهرية لاستخدام الهاتف النقال، كما أن هناك العديد من الخصائص الموقفة تؤثر في الاستخدام المكثف للهاتف النقال تضمنت استخدام الكحول، والمواقف الباعثة علي الاكتئاب، إضافة إلي وجود مدى واسع من التبعات المرتبطة بالإدمان على الهاتف النقال ومنها : تدمير العلاقات الاجتماعية.

هدفت دراسة (Kamibeppu & Sugiura ; 2005) إلى معرفة تأثير الهاتف النقال على صداقات الطلبة في المرحلة الثانوية في طوكيو. تكونت عينة الدراسة من (٦٥١) طالباً وطالبة في الصف الحادي عشر، تم اختيارهم من مس مدارس ثانوية في طوكيو، إذ بلغت نسبة الاستجابة على استبيانات الدراسة (٨٨%) من مجمل عينة الدراسة، كما أن من يستخدم الهاتف النقال من أفراد عينة الدراسة بلغ (٤٩,٣%). وقد أشارت النتائج إلى أن الطلبة يستخدمون الهاتف النقال لأغراض البريد أكثر من (١٠) مرات يومياً، وقد عبر الطلبة ذو الميل الاجتماعي المرتفع أن امتلاك الهاتف النقال مفيد للصدقة وكما تبين أن الانشغال بالبريد الالكتروني ليلاً يجعلهم يستيقظون متأخرين، وهم يعتقدون بأهم لا يمكنهم العيش بدون هاتف نقال

هدفت دراسة (Louis, 2005) الى التعرف على أعراض الإدمان المرتبطة باستخدام الهاتف النقال، والتعرف على الارتباط بين مظاهر الإدمان وبعض المتغيرات النفسية، مثل: البحث عن المتعة وقت الضجر، وتقدير الذات، بالإضافة إلي استكشاف كيف تسهم المتغيرات النفسية في أعراض الإدمان لدي عينة عشوائية مكونة من (٦٢٤) فرداً، تراوحت أعمارهم ما بين (٢٤-٢٨) سنة، إذا أجري تحليلاً عاملياً استكشافياً لتحديد العوامل الأربعة الشائعة لمظاهر الإدمان ، وهي (فقدان السيطرة ، والقلق ، والانسحاب ، وانخفاض الإنتاجية)، حيث أشارت النتائج إلى أن الأفراد الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الإدمان على الهاتف

النقال، حصلوا على درجات منخفضة على مقياس تقدير الذات، كما أوضحت نتائج تحليل الانحدار المتعدد بأن الإناث ذوات تقدير الذات المنخفض أكثر استعداداً للإيمان على الهاتف النقال، كذلك تبين بأن الوقت الذي يقضيه الفرد في التفاعل مع الأصدقاء وجها لوجه تنبئ بشكل قوي بمستوى الاستخدام الاجتماعي للهاتف النقال، كما كان متوقفاً فإن الاستخدام الكثيف للهاتف النقال ارتبط بظهور أعراض الإدمان على الهاتف النقال بدرجة أعلى .

أجرى (lu,X .et al; 2011) هذه الدراسة بهدف التعرف على مدى الاعتماد على الوسائل التقنية الحديثة (الانترنت والرسائل النصية) من خلال الهواتف الذكية، بلغ حجم العينة (١٦٤) فرداً، (٩٢) رجلاً و (٥٤) امرأة، جرى استخدام استبانة إيمان الهواتف الذكية ومقياس التصور الذاتي للرسائل النصية ومقياس القلق والاكتئاب ، جرى تقسيم إيمان الانترنت الى مستويات: إيمان خفيف، إيمان شديد ، وأظهرت النتائج الى ان نسبة الادمان الخفيف (٣٣,٧%) عند الرجال (٢٤,٦%) عند النساء وأن إيمان الرسائل النصية على الهواتف الذكية تنتشر بنسبة (٣,١%) عند الرجال و(٥,٤%) عند النساء ووجود علاقة إيجابية بين ادمان الهواتف الذكية والقلق و الاكتئاب .

هدفت الدراسة التي اجراها (Cheever, N.A., & et al; 2014) الى التعرف على أثر استخدام أجهزة الهواتف الذكية على مستوى القلق بين المستخدمين العاديين للهواتف الذكية ، و مستخدمي الهواتف بشكل متوسط ، ومستخدمي الهواتف بشكل مفرط ، أجريت الدراسة على عينة تتكون من (١٦٣) مشاركاً ، فتم استخدام مقياس سبيلبيرجر للقلق ومقياس مدة الاستخدام اللاسلكي للهواتف ، وأظهرت النتائج أن مستوى القلق يزداد عند مستخدمي الهواتف الذكية بشكل مفرط وعند مستخدمي الهواتف بشكل متوسط ، وأن الاستخدام المستمر للهواتف المحمولة الذكية يؤدي الى اعتماد هذه الاجهزة و زيادة مستوى القلق عند الابتعاد عنها .

حاولت دراسة (Rosen,L.D , et al; 2013) بحث تأثير استخدام التكنولوجيا او وسائل التواصل الاجتماعي مثل (الفيس بوك) وعلاقته في القلق ، و السلوكيات المرتبطة باستخدام التكنولوجيا ، و علاقة استخدام التكنولوجيا وبشكل خاص الفيس بوك ببعض الأعراض السريرية لستة انواع من الاضطرابات الشخصية (الشخصية الانطوائية ، النرجسية ، والمعادي للمجتمع ، و القهري ،وجنون العظمة والتمثيلي "الذي يحاول جلب انتباه الاخرين ")، وثلاثة من اضطرابات المزاج (الاكتئاب الشديد ، الاكتئاب الخفيف ، والهوس ثنائي القطبين) .

بلغ حجم العينة (١١٤٣) مشارك من كافة الفئات العمرية في جنوب كاليفورنيا في الولايات المتحدة الأمريكية ، حيث بلغ عدد الذكور (٤٦٠) وعدد الإناث (٦٨٣)، تم استخدام استبانة عن طريق الإنترنت لتقييم هذه المتغيرات ، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي و القلق .

اجرى (Bian, M., & Leung, S ; 2014) دراسة هدفت الى استكشاف دور السمات النفسية مثل: الخجل، والوحدة، والمكانة الاجتماعية، وأنماط استخدام الهواتف الذكية في التنبؤ على إدمان الهواتف الذكية، أجريت الدراسة على عينة تتكون من (٤١٤) طالباً جامعياً في الصين، تم جمع البيانات عن طريق استطلاع بواسطة الانترنت للطلاب الذين يستخدمون خدمة الانترنت، حددت نتائج التحليل العاملي خمسة أعراض للإدمان على الهواتف الذكية وهي: تجاهل النتائج السلبية، الانشغال، عدم القدرة على التحكم بالدافع، فقدان الإنتاجية، والشعور بالقلق والضياع، تشير النتائج الى ان الذين حققوا مستوى مرتفع من الشعور بالوحدة والخجل لديهم فرصة أعلى لإدمان الهواتف الذكية، وهناك ارتباط عكسي بين المكانة الاجتماعية والوحدة، وأوضحت الدراسة ان زيادة استخدام الهواتف لأغراض مختلفة معلوماتية، اجتماعية، و البحث عن الفائدة، يزيد من فرصة ظهور أعراض إدمان الهواتف الذكية مثل: الانشغال، الشعور بالقلق والضياع، وهذا يعني انه يؤثر على المكانة الاجتماعية.

فروض الدراسة

١. يوجد معامل ارتباط دال احصائياً بين إساءة استخدام الهواتف الذكية و المهارات الاجتماعية لدى افراد عينة الدراسة من طلاب الجامعة .
٢. يوجد معامل ارتباط دال احصائياً بين إساءة استخدام الهواتف الذكية والقلق لدى افراد عينة الدراسة .
٣. يمكن التنبؤ بإساءة استخدام الهواتف الذكية من خلال متغيرات القلق والمهارات الاجتماعية لدى افراد عينة الدراسة من طلاب الجامعة .

إجراءات الدراسة :

اولاً : عينة الدراسة

و تتكون عينة الدراسة من (٢٠٠) من طلاب الجامعات وتنقسم الى (٥٢) من الذكور و(١٤٨) من الإناث ، يتراوح اعمار العينة من (١٨-٢٢) عام من مختلف التخصصات الجامعية.

ثانياً : الأدوات المستخدمة في الدراسة :

اولاً : مقياس إساءة استخدام الهواتف الذكية (إعداد الباحثان)

تم الاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت اساءة استخدام الهواتف الذكية و علاقتها ببعض المتغيرات النفسية وتأثيره على الفئات العمرية المختلفة ، والأدوات التي صممت لقياسها ، وبالإضافة الى الاطلاع على بعض مقاييس إساءة استخدام الهواتف الذكية مثل :

١. مقياس إدمان الهواتف الذكية (Choliz M; 2012) .

٢. مقياس إساءة استخدام الهواتف الذكية (Lopes-Fernandez ; 2017) .

٣. مقياس إدمان الهواتف الذكية (Koo; 2009) .

٤. مقياس مشاكل استخدام الهواتف الذكية (Merlo,et al; 2013)

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة والمقاييس المتوفرة تم تحديد العبارات التي تخدم وتحقق الهدف التي يسعى المقياس الى تحقيقه، وبلغت عدد عبارات المقياس (٢٩) عبارة تتناسب مع الفئة العمرية المستهدفة في الدراسة وهي طلاب الجامعة .

ثانياً : تصحيح المقياس

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٩) عبارة وتم اختيار الفقرات التي تقيس مدى إساءة استخدام الهواتف الذكية، وتم اختيار مستوى الاستجابات (ابداً ، نادراً ، احياناً ، غالباً ، دائماً) ، وتعطى الاستجابة حسب اتجاهها إحدى القيم التالية (١،٢،٣،٤،٥) وبذلك تكون اعلى درجة تساوي (١٤٥) وهي تدل على مستوى مرتفع جداً من إساءة استخدام الهواتف الذكية ، وادنى درجة هي (٢٩) وهي تدل على مستوى منخفض من إساءة استخدام الهواتف الذكية .

ثالثاً : صدق مقياس إساءة استخدام الهواتف الذكية :

١- صدق المحكمين :

قامت الباحثان في هذه الخطوة بصياغة عبارات المقياس ورأت في صياغة العبارات أن تتسم بالقصر ، والوضوح ، ولا تحمل العبارة الواحدة أكثر من معنى بحيث يسهل فهم المفحوصين لها ، ثم عرض العبارات على (١٠) من المحكمين ذوي الخبرة من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس في بعض الجامعات ، استبعد الباحثان العبارات التي قلت النسبة المئوية لاتفاق المحكمين عليها عن نسبة (٨٠ %) لغموضها ، أو عدم إفادتها في قياس إساءة استخدام الهواتف الذكية وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس بعد مرحلة التحكيم هو (٢٩ عبارة) .

٢- الصدق العاملي :

تم إجراء تحليل عاملي بطريقة المكونات الأساسية لهوتلينج لمقياس " اساءة استخدام الهواتف الذكية" (٢٩ مفردة) على عينة قوامها (١٥٠) من طلاب الجامعة ، وبعد التدوير المتعامد بطريقة (الفاريمكس) (Varimax) ؛ أسفر التحليل العاملي عن وجود خمسة عوامل مستقلة هي على النحو التالي :

العامل الأول (الانسحاب) والعامل الثاني (ضعف التحكم) والعامل الثالث (التحمل) ، والعامل الرابع (الإصرار/ الاضطرار) ، والعامل الخامس (إهدار الوقت) ويبين الجدول (١) أرقام العبارات وتشبعاتها ، والجذر الكامن ونسبة التباين العاملي والتباين الكلي.

جدول (١)

تشبعات العبارات على العوامل الخمسة لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية

العامل الخامس (إهدار الوقت)		العامل الرابع (الإصرار/ الاضطرار)		العامل الثالث (التحمل)		العامل الثاني (ضعف التحكم)		العامل الأول (الانسحاب)	
التشبعات	رقم العبارة في المقياس	التشبعات	رقم العبارة في المقياس	التشبعات	رقم العبارة في المقياس	التشبعات	رقم العبارة في المقياس	التشبعات	رقم العبارة في المقياس
٠.٣٦	٨	٠.٣٤	٢٥	٠.٤٧	١١	٠.٤٣	١٩	٠.٤٤	١
٠.٣٤	٩	٠.٥٧	٢٦	٠.٥٢	١٢	٠.٦٦	٢٠	٠.٤٨	٢
٠.٣١	١٣	٠.٥٩	٢٧	٠.٦٦	١٤	٠.٥٠	٢١	٠.٦٥	٣
٠.٤٩	١٨	٠.٧٤	٢٨	٠.٦١	١٥	٠.٨١	٢٢	٠.٧٧	٤
٠.٧٦	٢٤	٠.٥٠	٢٩	٠.٤٩	١٦	٠.٤٨	٢٣	٠.٧٦	٥
				٠.٤٥	١٧			٠.٥٩	٦
								٠.٦٦	٧
								٠.٤٧	١٠
٢.٠٧		٢.١٦		٢.٣٩		٢.٨٣		٤.٥٥	
%٧.١٤		%٧.٤٧		%٨.٢٦		%٩.٧٦		%١٥.٧٠	
٤٨.٣٣%									التباين الكلي

ووفق المحكات الأساسية التي وضعها كايزر لقبول العامل وإخضاعه للتفسير فإن قيمة الجذر الكامن لجميع العوامل تعتبر جيدة حيث أنها أكبر من الواحد الصحيح ، ويفسر هذا العامل نسبة تتراوح بين (٧,١٤ _ ١٥,٧٠) من التباين الكلي .
رابعاً : ثبات مقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية بأسلوبين هما :

١- طريقة ألفا كرونباخ : تم حساب الثبات لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية بطريقة ألفا كرونباخ ، على عينة قوامها (ن=١٥٠) من الطلاب الذكور والإناث في الجامعة ، وقد جاءت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (٢) .

جدول (٢)

معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية

الأبعاد والدرجة الكلية	عدد العبارات	معامل الثبات (ألفا كرونباخ)
------------------------	--------------	-----------------------------

٠.٨٠١	٨	البعد الأول (الانسحاب)
٠.٦٩٧	٥	البعد الثاني (ضعف التحكم)
٠.٦٨٠	٦	البعد الثالث (الاحتمال)
٠.٧٠١	٥	البعد الرابع (الإصرار/ والاضطرار)
٠.٦١٧	٥	البعد الخامس (إهدار الوقت)
٠.٨٧٩	٢٩	الدرجة الكلية للمقياس

ومن الجدول رقم (٢) يتضح أن معاملات الثبات لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية جميعها معقولة وذلك لجميع أبعاد المقياس ، وكذلك الدرجة الكلية ، حيث تراوحت معاملات الثبات بين (٠.٦١٧ - ٠.٨٧٩) للعينة المصرية ، وهذا يؤكد تمتع المقياس وأبعاده بدرجة مقبولة من الثبات .

٢- طريقة إعادة التطبيق :

تم حساب الثبات لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية بطريقة إعادة التطبيق ، على عينة قوامها (ن=١٥٠) من الطلاب الذكور والإناث في الجامعة بفاصل زمني أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني، وكانت قيم معاملات الثبات كما بينها الجدول (٣):

جدول (٣)

قيم معاملات الثبات لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية

معاملات الثبات للعينة المصرية	الأبعاد والدرجة الكلية
٠.٩٦٥	البعد الأول (الانسحاب)
٠.٩٤٥	البعد الثاني (ضعف التحكم)
٠.٩٦٨	البعد الثالث (الاحتمال)
٠.٩٧٢	البعد الرابع (الإصرار/ والاضطرار)
٠.٩٤١	البعد الخامس (إهدار الوقت)
٠.٩٩٥	الدرجة الكلية للمقياس

ومن جدول (٣) يتضح معاملات الثبات لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية بطريقة إعادة التطبيق مرتفعة ، فقد تراوحت معاملات الثبات بين (٠.٩٤١ - ٠.٩٩٥) للعينة وهي تشير إلى ارتفاع ثبات مقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية.

خامساً: الاتساق الداخلي :

تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس " اساءة استخدام الهواتف الذكية" على عينة قوامها (١٥٠) من طلاب الجامعة ، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه ، وكذلك معامل الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس ، ويوضح جدول (٤) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الأبعاد الثلاثة والدرجة الكلية للبعد .

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الأبعاد الخمسة والدرجة الكلية للبعد فى مقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية.

البيد الاول		الثاني		الثالث		الرابع		الخامس	
معامل الارتباط	رقم العبارة بالمقياس	معامل الارتباط	رقم العبارة بالمقياس	معامل الارتباط	رقم العبارة بالمقياس	معامل الارتباط	رقم العبارة بالمقياس	معامل الارتباط	رقم العبارة بالمقياس
١	**٠.٦٣	١٩	**٠.٤٨	١١	**٠.٥٥	٢٥	**٠.٥٣	٨	**٠.٤٨
٢	**٠.٥٧	٢٠	**٠.٧٦	١٢	**٠.٣٦	٢٦	**٠.٦٠	٩	**٠.٣٦
٣	**٠.٦٧	٢١	**٠.٤١	١٤	**٠.٢٨	٢٧	**٠.٦٣	١٣	**٠.٢٦
٤	**٠.٦٢	٢٢	**٠.٥٢	١٥	**٠.٤٨	٢٨	**٠.٤٦	١٨	**٠.٤٨
٥	**٠.٥٢	٢٣	**٠.٣٩	١٦	**٠.٣٨	٢٩	**٠.٣٦	٢٤	**٠.٣٨
٦	**٠.٤٢			١٧					
٧	**٠.٥٦								
١٠	**٠.٣٨								

**دالة عند مستوى ٠.٠١

ويوضح من الجدول (٤) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الأبعاد الخمسة وجميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) ، وهو مما يشير إلى مستوى مرتفع من صدق الاتساق الداخلي.

وقامت الباحثة بحساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية أيضاً بحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية كما يوضحه جدول (٥) :

جدول رقم (٥)

معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية للعينة المصرية

	البيد الأول	البيد الثانى	البيد الثالث	البيد الرابع	البيد الخامس	المقياس ككل
البيد الأول	-	**٠.٥٥	**٠.٤٧	**٠.٤٨	**٠.٤٣	**٠.٨٣
البيد الثانى		-	**٠.٤٤	**٠.٣٥	**٠.٤٢	**٠.٧٣
البيد الثالث			-	**٠.٤٥	**٠.٤٥	**٠.٧٤

**٠.٧٣	**٠.٤٦	-				البعد الرابع
**٠.٦٩	-					البعد الخامس
-						المقياس ككل

** دالة عند مستوى ٠.٠١

ومن جدول (٥) يتضح ارتفاع معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية لمقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية للعينة المصرية وبعضها البعض ، وكذلك الدرجة الكلية للمقياس بصورة كبيرة ، مما يصعب المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق أي أنه يقيس ما أعد لقياسه.

ثانياً : مقياس القلق لسبيلبيرجر

تم إعداد هذا الاختبار من قبل (Speilberger ; et al 1966)، و قام بتعريبه وتقنيته أحمد محمد عبد الخالق .

تحتوي هذه القائمة على مقياسين فرعيين ،حالة القلق ،وسمة القلق ،ويشتمل مقياس حالة القلق (الصورة ١_١) على عشرين عبارة تهدف إلى تقدير او قياس ما يشعر به المفحوص فعلاً في هذه اللحظة (الآن) ويشتمل على مقياس سمة القلق (الصورة ١_٢) على عشرين عبارة تهدف إلى تقدير او قياس ما يشعر به المفحوص بوجه عام .

الخصائص السيكومترية للمقياس :

أولاً : صدق مقياس القلق:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس " القلق " على عينة قوامها (ن = ١٥٠) من طلاب الجامعة المصرية ، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس ، وفيما يلي جدول (٦) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس في مقياس القلق .

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة

٠.٥٣	٣١	٠.٥٣	٢١	**٠.٢٤	١١	**٠.٤٥	١
**٠.٤٤	٣٢	**٠.٣٩	٢٢	**٠.٤٥	١٢	**٠.٦١	٢
**٠.٥٠	٣٣	**٠.٢٥	٢٣	**٠.٧١	١٣	**٠.٥٥	٣
**٠.٤٤	٣٤	**٠.٤٥	٢٤	**٠.٥٧	١٤	**٠.٥٧	٤
**٠.٤٧	٣٥	**٠.٥٣	٢٥	**٠.٥٢	١٥	**٠.٥١	٥
**٠.٥٢	٣٦	**٠.٤٩	٢٦	**٠.٥٦	١٦	**٠.٤٨	٦
**٠.٥٦	٣٧	**٠.٤٣	٢٧	**٠.٤٣	١٧	**٠.٤١	٧
**٠.٣٨	٣٨	**٠.٣٩	٢٨	**٠.٣٨	١٨	**٠.٤٦	٨
**٠.٥١	٣٩	**٠.٥٤	٢٩	**٠.٣٨	١٩	**٠.٥٤	٩
**٠.٣٥	٤٠	**٠.٢٧	٣٠	**٠.٤٢	٢٠	**٠.٥٩	١٠

**دالة عند مستوى ٠.٠١

ويتضح من الجدول (٦) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من مقياس القلق والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (٠.٢٧ - ٠.٧١) وجميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) ، وهو ما يشير إلى مستوى مرتفع من صدق الاتساق الداخلي لمقياس القلق على عينة التقنين

ثانياً : ثبات مقياس القلق:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس القلق بأسلوبين هما :

١- طريقة ألفا كرونباخ : تم حساب الثبات لمقياس القلق بطريقة ألفا كرونباخ ، على عينة قوامها (ن=١٥٠) من الطلاب الذكور والإناث ، وقد جاءت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (٧) .

جدول (٧)

معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس القلق

معامل الثبات ألفا كرونباخ	عدد العبارات	الدرجة الكلية
٠.٩٤٦	٤٠	الدرجة الكلية للمقياس

ومن الجدول رقم (٧) يتضح أن معاملات الثبات لمقياس القلق جميعها مرتفعة وذلك للمقياس ككل ، وهذا يؤكد تمتع المقياس وأبعاده بدرجة مقبولة من الثبات .

٢- طريقة إعادة التطبيق :

تم حساب الثبات لمقياس القلق بطريقة إعادة التطبيق ، على عينة قوامها (ن=١٥٠) من الطلاب الذكور والإناث ، بفواصل زمنية أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني، وكانت قيم معاملات الثبات كما بينها الجدول (٨):

جدول (٨)

قيم معاملات الثبات لمقياس القلق

الدرجة الكلية	معاملات الثبات للعينة المصرية
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٨٧٩

ومن جدول (٨) يتضح أن معاملات الثبات لمقياس ٠.٨٧٩ وهي تشير إلى ثبات مرتفع

ثالثاً: مقياس المهارات الاجتماعية

١. وصف المقياس

وضع هذا المقياس (Riggio) عام ١٩٨٦ وذلك بعد إجراء عدة بحوث في مجال الاتصال اللفظي وغير اللفظي ، وقد صمم هذا المقياس ليكون أداة سيكولوجية تستخدم في تقدير المهارات الاجتماعية او مهارات الاتصال ، وهو عبارة عن أداة لتقدير الذاتي ، ويتكون من (١٠٥) لكل مقياس فرعي ، وتقيس تلك المقاييس الفرعية مهارات اجتماعية اساسية ومتنوعة ، وتعكس الدرجة الكلية للمقياس مستوى شامل للمهارات الاساسية التي تكون مؤشراً للكفاءة الاجتماعية او الذكاء الاجتماعي ، وهذه الاداة ملائمة للتطبيق على المراهقين والراشدين ، وقد قام السمدوني (١٩٩١) بتعريب هذا المقياس وتقنيته على البيئة المصرية، تم الاعتماد في الدراسة الحالية على مقياس المهارات الاجتماعية الذي اعده السمدوني ، وتألف المقياس من (١٠٥) فقرة ، موزعة على سبعة أبعاد (التعبير الانفعالي ، الحساسية الانفعالية ، الضبط الانفعالي ، التعبير الاجتماعي ، الحساسية الاجتماعية ، الضبط الاجتماعي ، المراوغة الاجتماعية) ، وضعت كل فقرة بحيث تصف كل منها سلوكاً يمارسه الفرد في حياته ، ويحدد المستجيب معدل حدوث السلوك ، ويستجاب لكل فقرة بتحديد مستوى ممارسة الفرد للسلوك الوارد في الفقرة حسب المقياس (-٤، -٣، -٢، -١، ٠، ١، ٢، ٣، ٤).

٢. الخصائص السيكومترية للمقياس:

صدق مقياس المهارات الاجتماعية::

اولاً: الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس " المهارات الاجتماعية" على عينة قوامها (ن = ١٥٠) من طلاب الجامعة المصرية ، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، وكذلك معامل الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس ،

وفيما يلي جدول (٩) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الأبعاد الثلاثة والدرجة الكلية للبعد .

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الأبعاد الخمسة والدرجة الكلية للبعد في مقياس المهارات الاجتماعية

معامل الارتباط بالبعد الاول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع
**٠.٥٤٣	**٠.٣٤٨	**٠.٥٦٠	**٠.٣٨٠	**٠.٣٣٥	**٠.٤٧١	**٠.٤٩٥
**٠.٦٤٤	**٠.٤٠٣	**٠.٥٣٢	**٠.٤٢٥	**٠.٤٥٥	**٠.٤٨٣	**٠.٣١٩
**٠.٢٥٨	**٠.٤٥١	**٠.٤١٥	**٠.٦٢١	**٠.٥١٢	**٠.٤٠١	**٠.٣٨٧
**٠.٤٩٢	**٠.٤٩٧	**٠.٣٦٩	**٠.٥٢١	**٠.٦٢١	**٠.٣٣١	**٠.٣٥٦
**٠.٣٥٥	**٠.٤٨٢	**٠.٢٢٨	**٠.٣٥٨	**٠.٧٠٣	**٠.٣٥٢	**٠.٣٨٩
**٠.٥٨١	**٠.٤٧٣	**٠.٣٥٤	**٠.٦٨٧	**٠.٦٥٢	**٠.٣٤٢	**٠.٤٧٣
**٠.٥٦٢	**٠.٤٠٩	**٠.٣٥٧	**٠.٤٢٥	**٠.٣٥٨	**٠.٤١٦	**٠.٥٨٢
**٠.٦٢١	**٠.٣٨٧	**٠.٤٩٠	**٠.٦٣٢	**٠.٦٢١	**٠.٤٥١	**٠.٦٢٣
**٠.٥٣٠	**٠.٤٥٨	**٠.٥٢٣	**٠.٤٥٢	**٠.٤١٢	**٠.٥٦٨	**٠.٤٧١
**٠.٥١٥	**٠.٥١٢	**٠.٥٥٢	**٠.٤١٢	**٠.٤١٠	**٠.٥٨٨	**٠.١٩٧
**٠.٢٣٩	**٠.٤٧٧	**٠.٥١٣	**٠.٤٥٢	**٠.٤٦٦	**٠.٤٢٥	**٠.٤١٠
**٠.٢٩٩	**٠.٢٨٣	**٠.٥٠٩	**٠.٣٨٩	**٠.٣٠٩	**٠.٦٣٥	**٠.٣١٢
**٠.٤٣٨	**٠.٤١٢	٠.٧٠٢	٠.٤٧٧	**٠.٣٨٩	**٠.٦٨٨	**٠.٥٠٢
**٠.٤٠٧	**٠.٦٢٠	٠.٤٢٥	٠.٤٦٦	**٠.٤٧٥	**٠.٦٩٩	**٠.٧٤٧
**٠.٥٣٥	**٠.٤٢٣	٠.٦٨٥	٠.٣٨٩	**٠.٥٨٢	**٠.٤٧٥	**٠.٤٨٠

**دالة عند مستوى ٠.٠١ *دالة عند مستوى ٠.٠٥

ويتضح من الجدول (٩) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الأبعاد السبعة والدرجة الكلية لكل بُعد جميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) ، أو (٠.٠٥) وهو ما يشير إلى مستوى مرتفع من صدق الاتساق الداخلي لعبارات الأبعاد السبعة ، مما يشير إلى صدق المقياس لقياس المهارات الاجتماعية .

وقامت الباحثان بحساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس المهارات الاجتماعية أيضا بحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية كما يوضحه جدول (١٠)

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية.

المقياس ككل	البعد السابع	البعد السادس	البعد الخامس	البعد الرابع	البعد الثالث	البعد الثاني	البعد الأول	
٠.٦٧٧**	٠.٤٨٥**	**٠.٣٠٥	٠.٣١٧**	**٠.٤٠١	**٠.٤١٢	**٠.٤٣٥	-	البعد الأول
**٠.٥٥٤	**٠.٤٥٢	**٠.٣٩٢	**٠.٣٨٩	**٠.٣٥٢	**٠.٦١٦	-		البعد الثاني
**٠.٣٣١	**٠.٧٥٢	**٠.٤٥١	**٠.٤٥٢	**٠.٤٨٥	-			البعد الثالث
**٠.٧١٠	**٠.٦٥٢	**٠.٣٢٨	**٠.٤٧٢	-				البعد الرابع
**٠.٤٩٦	**٠.٤٥٨	**٠.٤٠٩	-					البعد الخامس
**٠.٥٥٩	**٠.٤٩٥	-						البعد السادس
**٠.٣٨٢	-							البعد السابع
-								المقياس ككل

** دالة عند مستوى ٠.٠١

ومن جدول (١٠) يتضح ارتفاع معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية لمقياس المهارات الاجتماعية ، وبعضها البعض ، وكذلك الدرجة الكلية للمقياس بصورة كبيرة ، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق أي أنه يقيس ما أعد لقياسه.

ثانياً : ثبات مقياس المهارات الاجتماعية:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس المهارات الاجتماعية بأسلوبين هما :

١- طريقة ألفا كرونباخ : تم حساب الثبات لمقياس المهارات الاجتماعية بطريقة

ألفا كرونباخ ، على عينة قوامها (ن=١٥٠) من الطلاب الذكور والإناث ، وقد جاءت

النتائج كما يوضحها الجدول رقم (١١) .

جدول (١١)

معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس المهارات الاجتماعية

الأبعاد والدرجة الكلية	عدد العبارات	معامل الثبات ألفا كرونباخ للعينة الاردنية
التعبير الانفعالي	١٥	٠.٧٤٥
الحساسية الانفعالية	١٥	٠.٧٠٢
الضبط الانفعالي	١٥	٠.٧٨٦
التعبير الانفعالي	١٥	٠.٨٥٦
الحساسية الاجتماعية	١٥	٠.٨١٥
الضبط الاجتماعي	١٥	٠.٧٣٣
المراوغة الاجتماعية	١٥	٠.٨٢١
الدرجة الكلية للمقياس	١٠٥	٠.٧٨١

ومن الجدول رقم (١١) يتضح أن معاملات الثبات لمقياس المهارات الاجتماعية جميعها معقولة وذلك لجميع أبعاد المقياس ، وكذلك الدرجة الكلية ، حيث تراوحت معاملات الثبات بين (٠.٧٠٢ - ٠.٨٥٦) ، وهذا يؤكد تمتع المقياس وأبعاده بدرجة مقبولة من الثبات .

٢- طريقة إعادة التطبيق :

تم حساب الثبات لمقياس المهارات الاجتماعية بطريقة إعادة التطبيق ، على عينة قوامها (ن=١٥٠) من الطلاب الذكور والإناث بفواصل زمنية أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني، وكانت قيم معاملات الثبات كما بينها الجدول (١٢):

جدول (١٢)

قيم معاملات الثبات لمقياس المهارات الاجتماعية

الأبعاد والدرجة الكلية	معاملات الثبات للعينة المصرية
التعبير الانفعالي	٠.٨٧٤
الحساسية الانفعالية	٠.٨٩٥
الضبط الانفعالي	٠.٩٥٤
التعبير الانفعالي	٠.٩٢٦
الحساسية الاجتماعية	٠.٩٦٣
الضبط الاجتماعي	٠.٨٩٥
المراوغة الاجتماعية	٠.٩٤٢
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٨٩٥

ومن جدول (١٢) يتضح أن معاملات الثبات لمقياس المهارات الاجتماعية بطريقة إعادة التطبيق مرتفعة ، فقد تراوحت معاملات الثبات بين (٠.٨٧٤ - ٠.٩٥٤) وهى تشير إلى ارتفاع ثبات مقياس المهارات الاجتماعية.

نتائج البحث وتفسيرها

أولاً: النتائج المتعلقة بالفرض الأول :

توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين اساءة استخدام الهواتف الذكية والمهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعات المصرية .

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين درجات مقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية ومقياس المهارات الاجتماعية

المهارات الاجتماعية ككل	السابع	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الاول	أبعاد المهارات الاجتماعية أبعاد الاساءة
٠.١٢-	-	٠.٠٤-	*٠.١٨	**٠.٢٦	٠.٤	**٠.٢١-	**٠.١٩-	الاول
**٠.٢٢-	-	-	-	*٠.١٥-	٠.١١-	٠.٠١-	٠.٠٢	الثاني
٠.١٣-	٠.١٢-	-	٠.٠٣	**٠.٢٢	**٠.٢٢-	٠.٠٤-	٠.٠٣	الثالث
**٠.٢٤-	-	-	-	-	**٠.٥٧	**٠.٥٢-	**٠.٥٤-	الرابع
**٠.٢٤-	-	٠.٠٩	٠.٠٢-	٠.٠١	٠.١٣	**٠.٢٧-	**٠.٣١-	الخامس
٠.٣٣**-	-	٠.٠٢-	-٠	٠.٠٧	*٠.١٤	**٠.٣٨-	**٠.٣٦-	الاساءة ككل

**دالة عند مستوى ٠.٠١

* دالة عند مستوى ٠.٠٥

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠١ = ٠.١٨١ وعند مستوى ٠.٠٥ = ٠.١٣٨

يتضح من نتائج الجدول السابق (١٣) ما يلي :

- وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين اساءة استخدام الهواتف الذكية و البعد الاول من المهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة.
- وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين اساءة استخدام الهواتف الذكية و البعد الثاني من المهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة.
- وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين اساءة استخدام الهواتف الذكية و البعد الثالث من المهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة .
- عدم وجود علاقة ارتباطية بين اساءة استخدام الهواتف الذكية و البعد الرابع من المهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة.

- عدم وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين اساءة استخدام الهواتف الذكية و **البعد الخامس** من المهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعات المصرية.
- عدم وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين اساءة استخدام الهواتف الذكية و **البعد السادس** من المهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة.
- وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين اساءة استخدام الهواتف الذكية و **البعد السابع** من المهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة.
- وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين اساءة استخدام الهواتف الذكية والمهارات الاجتماعية " **ككل** " لدى طلاب الجامعة .
- ويرجع الباحثان هذه النتيجة الى أن الهواتف الذكية تمثل وسيلة مثالية للتعبير عن الذات لدى طلاب الجامعة فهي وسيلة توفر اتصالاً فعالاً بالانترنت لا تختلف في ذلك عن أي جهاز حاسب ،وتوفر للفرد القدرة على استخدام وسائط متعددة ، فالأفراد مرتفعي المهارات الاجتماعية يستخدمونها لعرض أفضل للذات باستخدام خصائص تغيير الصور ، وإضافة عناصر، وحذف عناصر أخرى ، وتحسين جودة الصورة وإضافة أصوات وإضافة خصائص أخرى كثيرة تساعد مرتفعي المهارات الاجتماعية على تقديم أنفسهم لأكبر عدد من أصدقائهم على المواقع الاجتماعية بفاعلية كبيرة . وهي وسيلة فعالة لاختفاء الذات عبر إنشاء حسابات وهمية بإسماء وهويات مزيفة يستطيع الفرد من خلالها الحديث بلا خجل، أو إظهار مهاراته الاجتماعية المضطربة تمثل الكتابة فيها اللغة الاساسية بدلا من الكلام ،أو أن يقوم الفرد من خلال هذه الحسابات الوهمية بالإطلاع على أخبار الآخرين بدون أي ظهور شخصي له .
- وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من : (Lee et el ; 2014) والتي هدفت بحث مدى الارتباط بين المهارات الشخصية و الشخصية والذكاء الانفعالي باستخدام الانترنت ، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة موجبة قوية بين استخدام الانترنت و الوحدة والالتزام بالقيم الذاتية ، وإلى ضعف العلاقة بين العمل والراحة والذكاء الانفعالي واستخدام الإنترنت ،اي أن الأشخاص الذين يستخدمون الإنترنت بكثرة ولفترات طويلة يشعرون بالوحدة و قيم منحرفة ويفتقرون الى المهارات الانفعالية والاجتماعية ، بينما اهتم (James & Drennan ; 2005) الى التعرف على الخصائص الشخصية للمستخدمين المدمنين على الهواتف النقالة، وتحديد العوامل التي تسهم في زيادة استخدام المدمنين له. وأشارت النتائج إلي وجود مدى واسع من سمات الشخصية لدي هؤلاء المدمنين، ومن أبرزها: الانخراط في أنشطة قهرية لاستخدام الهاتف النقال، كما أن هناك

العديد من الخصائص الموقفية تؤثر في الاستخدام المكثف للهاتف النقال تضمنت استخدام الكحول، والمواقف الباعثة علي الاكتئاب، إضافة إلي وجود مدى واسع من التبعات المرتبطة بالإدمان على الهاتف النقال ومنها تدمير العلاقات الاجتماعية.

نتائج الفرض الثاني :

يوجد معامل ارتباط دال احصائياً بين إساءة استخدام الهواتف الذكية والقلق .

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين بين درجات مقياس اساءة استخدام الهواتف الذكية

ومقياس القلق لدى طلاب الجامعة

القلق ككل	القلق
	ابعاد الاساءة
**٠.٥٩-	الاول
-٠.٠٨	الثاني
٠.١٣	الثالث
**٠.٣٩-	الرابع
**٠.٤٩-	الخامس
**٠.٥٤-	الاساءة ككل

**دالة عند مستوى ٠.٠١

* دالة عند مستوى ٠.٠٥

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠١ = ٠.١٨١ وعند مستوى ٠.٠٥ = ٠.١٣٨

يتضح من نتائج الجدول السابق (١٥) مايلي :

- وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين القلق و البعد الاول من اساءة استخدام الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة.
- عدم وجود علاقة ارتباطية بين القلق و البعد الثاني من اساءة استخدام الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة.
- عدم وجود علاقة ارتباطية بين القلق و البعد الثالث من اساءة استخدام الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة.
- وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين القلق و البعد الرابع من اساءة استخدام الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة.
- وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين القلق و البعد الخامس من اساءة استخدام الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة .
- وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين اساءة استخدام الهواتف الذكية "ككل" والقلق " ككل " لدى طلاب الجامعة.

ويمكن تفسير تلك النتائج كما يلي :

- انه عند فقدان الفرد لحياته الاجتماعية الطبيعية، يتوجب عليه البحث عن حياة أخرى بديلة (العالم الافتراضي)، مما يجعله يصنع لنفسه عالماً آخر وهو عالم تصويري، أصبح سهلاً ومتاحاً في كل وقت وحين من صباح أو مساء، يوجد لنفسه أصدقاء افتراضيين من كل أرجاء العالم ، مما يقلل من القلق والتوتر لديهم .
- وأن اساءة استخدام تكنولوجيا الاتصال ومنها الهاتف الذكي حفزت على وجود بعض الظواهر الاجتماعية والنفسية ، منها ظاهرة المحتوى الجنسي في استخدام تطبيقات هذا الجهاز مثل : الفيس بوك ، تويتر ، سناب شات للتواصل الجنسي ، في ارسال رسائل ذات مضموم او احياء جنسي، مقاطع فيديو، وصور ، وهذا يمكن ان يقلل من القلق والتوتر الجنسي لديهم .
- ويشير الادمان السلوكي إلى الأعراض الإنسحاب Withdrawal Symptoms: وهي مشاعر عدم الراحة أو السعادة و الآثار الفسيولوجية التي يمكن أن تحدث عن الانقطاع عن النشاط استخدام الهواتف الذكية أو تقليبه فجأة مثل : الارتعاش والكآبة وحدة الطبع أو غيرها.
- وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من : نتائج دراسة (Cheever et al 2014;) التي هدفت الى التعرف على أثر استخدام أجهزة الهواتف الذكية على مستوى القلق بين المستخدمين العاديين للهواتف الذكية ، و مستخدمي الهواتف بشكل متوسط ، ومستخدمي الهواتف بشكل مفرط ، واطهرت النتائج أن مستوى القلق يزداد عند استخدامي الهواتف الذكية بشكل مفرط وعند مستخدمي الهواتف بشكل متوسط ، وأن الاستخدام المستمر للهواتف المحمولة الذكية يؤدي الى اعتماد هذه الاجهزة و زيادة مستوى القلق عند الابتعاد عنها ، ونتائج دراسة (Lee et el ; 2014) التي هدفت الى التعرف على الجانب المظلم في استخدام الهواتف الذكية في تايوان ، وأظهرت النتائج الى ان الاستخدام القهري للهواتف الذكية وتوتر التكنولوجيا يرتبطان ارتباطاً ايجابياً مع السمات النفسية منها :فقدان السيطرة ، و قلق التفاعل الاجتماعي ،والحاجة الى اللمس ، ونتائج دراسة (Bian & Leung ; 2015) والتي هدفت الى استكشاف دور السمات النفسية مثل: الخجل ،والوحدة ، والمكانة الإجتماعية ، وأنماط استخدام الهواتف الذكية في التنبؤ على إدمان الهواتف الذكية حددت نتائج التحليل العاملي خمسة أعراض للإدمان على الهواتف الذكية وهي :تجاهل النتائج السلبية ، الإنشغال ،عدم القدرة على التحكم بالدافع ، فقدان الإنتاجية ،والشعور بالقلق والضياع ، و تشير النتائج الى ان الذين سجلوا مستوى مرتفع من الشعور بالوحدة والخجل لديهم

فرصة أعلى لإدمان الهواتف الذكية، وهناك ارتباط عكسي بين المكانة الاجتماعية والوحدة ، وأوضحت الدراسة ان زيادة استخدام الهواتف لأغراض مختلفة معلوماتية ، اجتماعية ، و البحث عن الفائدة ،يزيد من فرصة ظهور أعراض إدمان الهواتف الذكية مثل :الانشغال ، الشعور بالقلق والضيق ، وهذا يعني انه يؤثر على المكانة الاجتماعية .

نتائج الفرض الثالث :

يمكن التنبؤ بإساءة استخدام الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة المصرية من خلال المتغيرات القلق و المهارات الاجتماعية.

وللتحقق من هذا الفرض استخدم الباحثان تحليل الانحدار المتعدد التدريجي stepwise ، وقد استبعد الباحثان الدرجة الكلية للمقاييس (المهارات الاجتماعية والقلق) من نموذج الانحدار عند المعالجة الاحصائية- كأحد شروط الانحدار - للحصول على نتائج دقيقة وفيما يلي تفصيلا للنتائج .

جدول (١٥)

العوامل المنبئة بدرجات طلاب الجامعة في اساءة استخدام الهواتف الذكية

العوامل المنبئة	نموذج الانحدار
القلق	١
المهارات الاجتماعية	٢

يتضح من الجدول السابق :

- بالنسبة لطلاب الجامعة المصرية: يمكن بناء نموذج للانحدار يتكون من خطوتين - معادلتين- وقد كانت العوامل المنبئة بدرجات طلاب الجامعة في اساءة استخدام الهواتف الذكية بالترتيب هما (القلق - المهارات الاجتماعية) .

جدول (١٦)

قيم معامل الارتباط المتعدد ونسبة التباين المفسر للمتغيرات المنبئة (القلق-المهارات الاجتماعية) .

نموذج الانحدار	معامل الارتباط	مربع معامل الارتباط (حجم التأثير)	مربع معامل الارتباط* (المصحح)	الخطأ المعياري المقدر
١	٠.٥٣٧	٠.٢٨٩	٠.٢٨٥	٤.٢٨
٢	٠.٦١٦	٠.٣٨٠	٠.٣٧٣	٤.٠١

(١) المنبئ الاول: القلق

٢) المنبئ الثاني : القلق والمهارات الاجتماعية

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- معامل ارتباط المنبئ الاول (القلق) بدرجة طلاب الجامعة المصرية في اساءة استخدام الهواتف الذكية بلغ ٠.٥٣٧ كما بلغ مربع معامل الارتباط ٠.٢٨٩ (والمصحح = ٠.٢٨٥) وهذا يدل على ان ٢٨.٥% من التباين في المتغير التابع (اساءة استخدام الهواتف الذكية) يمكن تفسيره في ضوء القلق وهذا يدل على حجم اثر متوسط.
 - معامل ارتباط المتغيريين المنبئيين الاول والثاني معا (القلق والمهارات الاجتماعية) بدرجة طلاب الجامعة في اساءة استخدام الهواتف الذكية بلغ ٠.٦١٦ كما بلغ مربع معامل الارتباط ٠.٣٨٠ (والمصحح = ٠.٣٧٣) وهذا يدل على ان ٣٧.٣% من التباين في المتغير التابع (اساءة استخدام الهواتف الذكية) يمكن تفسيره في ضوء القلق والمهارات الاجتماعية وهذا يدل على حجم اثر متوسط.
- ويوضح الجدول الاتي الدلالة الاحصائية لتقييم نموذج الانحدار

جدول (١٧)

قيمة "ف" لتحليل التباين ودلالاتها لنموذج الانحدار

المنبئات	النموذج	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة
المنبئ ١	الانحدار	١٤٧٨.٢٦	١	١٤٧٨.٢٦	٨٠.٣٦	٠.٠١
	البواقي	٣٦٤١.٩٢	١٩٨	١٨.٣٩		
	الكلية	٥١٢٠.١٩	١٩٩			
المنبئ ٢	الانحدار	١٩٤٤.٥٨	١	١٩٤٤.٥٨	٦٠.٣١	٠.٠١
	البواقي	٣١٧٥.٦١	١٩٨	١٦.١٢		
	الكلية	٥١٢٠.١٩	١٩٩			

يتضح من الجدول السابق ان قيمة (ف) لدلالة تحليل التباين للمنبئ الاول (القلق) وللمنبئ الثاني (القلق والمهارات الاجتماعية) ذو دلالة احصائية ، ويختبر الجدول السابق الفرضية الصفرية ان معامل الارتباط المتعدد في مجموعة الافراد يساوي صفرا، وقد تم رفض هذا الفرض نظرا لدلالة (ف) ، ويوضح الجدول الاتي قيم معاملات الانحدار المعيارية (بيتا) وغير المعيارية.

جدول (١٨)

قيم معاملات الانحدار المعيارية (بيتا) وغير المعيارية.

معاملات الارتباط		قيمة (ت) ودلالاتها		المعاملات المعيارية	المعاملات غير المعيارية		نموذج الانحدار
الجزء*	**الجزئي	الدلالة	قيمة (ت)	المعاملات المعيارية (Beta)	الخطأ المعياري	المعاملات غير المعيارية (B)	
		٠.٠١	٣٤.٥٠		٤.٥٥	١٥٧.١٤	1 ثابت الانحدار
٠.٥٣٦-	٠.٥٣٧-	٠.٠١	٨.٩٦	٠.٥٣٧-	٠.٠٤	٠.٣٥٦-	القلق
		٠.٠١	٨.٦٢		١١.٥٣	٩٩.٥١	2 ثابت الانحدار
٠.٣٥٧-	٠.٤١٣-	٠.٠١	٦.٣٥	٠.٣٩٥-	٠.٠٤	٠.٢٦١-	القلق
٠.٣٠٢	٠.٣٥٨	٠.٠١	٥.٣٧	٠.٣٣٤	٠.٠٩	٠.٥٠١	المهارات الاجتماعية

* معامل الارتباط الجزئي partial correlation هو الارتباط بين متغيرين مع عزل تأثير المتغير الثالث عن كلاهما.
* معامل ارتباط الجزء part correlation هو الارتباط بين متغيرين مع عزل اثر متغير ثالث من احدهما فقط (ممدوح عبدالمنعم الكنانى، ٢٠٠٢، ٣٩٢).

يتضح من الجدول السابق ما يأتي:

أ- بالنسبة للمعاملات غير المعيارية والتي في ضوئها يمكن صياغة معادلة الانحدار:

• بالنسبة للمنبئ الاول (القلق) :-

درجات طلاب الجامعة المصرية في اساءة استخدام الهواتف الذكية = ثابت الانحدار + (معامل انحدار × درجة القلق)

اساءة استخدام الهواتف الذكية = ١٥٧.١٤ + (٠.٣٥٦- × درجة القلق)

وقد كانت قيمة (ت) المقابلة لثابت الانحدار ومعامل الانحدار دالة احصائيا

• بالنسبة للمنبئ الثاني (القلق و المهارات الاجتماعية) :-

درجات طلاب الجامعة المصرية في اساءة استخدام الهواتف الذكية = ثابت الانحدار + (معامل انحدار القلق × درجة القلق) + (معامل المهارات الاجتماعية × درجة المهارات الاجتماعية)

اساءة استخدام الهواتف الذكية = ٩٩.٥١ + (٠.٢٦١- × القلق) + (٠.٥٠١ × درجة الاندفاعية)

وقد كانت قيمة (ت) المقابلة لثابت الانحدار ومعامل الانحدار دالة احصائيا

ب- بالنسبة للمعاملات المعيارية (بيتا).

وتستخدم لمقارنة العوامل المختلفة ، ومعيارية تعني ان هذه القيم الخاصة بكل متغير تم تحويلها للمقياس نفسه بحيث نستطيع مقارنتها مع بعضها .

ويتضح من الجدول السابق ان قيمة بيتا الاكبر كانت لمتغير القلق وقد بلغ (0.537) وهذا يعنى ان هذا المتغير هو الاكثر اسهاما في تفسير درجات طلاب الجامعة المصرية في اساءة استخدام الهواتف الذكية مقارنة بمتغير المهارات الاجتماعية والقلق ، وذلك عند استبعاد التباين الذي يفسره متغير المهارات الاجتماعية والقلق . وقد بلغت قيمة بيتا لمتغير المهارات الاجتماعية (0.334) علما بان كانت قيمة (ت) المقابلة كانت دالة احصائيا.

٢) بالنسبة لمعامل الارتباط الجزئي ومعامل ارتباط الجزء

- بلغت قيمة معامل الارتباط الجزئي بين درجات طلاب الجامعة المصرية في اساءة استخدام الهواتف الذكية و القلق بعد استبعاد المهارات الاجتماعية من كلاهم (-) 0.537) كما بلغت قيمة معامل الارتباط الجزئي بين درجات طلاب الجامعة في اساءة استخدام الهواتف الذكية والانذفاعية بعد استبعاد متغير المهارات الاجتماعية من كلاهما (0.358) ، وهذا يدل على اسهام اكبر لمتغير القلق في تلك العلاقة.

- بلغت قيمة معامل ارتباط الجزء بين درجات طلاب الجامعة افي اساءة استخدام الهواتف الذكية ومعامل القلق بعد استبعاد المهارات الاجتماعية من متغير القلق (-) 0.536) كما بلغت قيمة معامل الارتباط الجزء بين درجات طلاب الجامعة المصرية في اساءة استخدام الهواتف الذكية والمهارات الاجتماعية بعد استبعاد متغير القلق من متغير المهارات الاجتماعية (0.302) وهذا يدل على اسهام اكبر لمتغير القلق في تلك العلاقة.

- ويمكن تفسير ذلك في أن عامل القلق والمهارات الاجتماعية يمكن من خلالها بالتنبؤ بدرجة استخدام الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة ، أي أن اساءة استخدام الهواتف الذكية يرجع إلى - وفقاً لنظرية العادة - إلى الاستخدام المنكر للهواتف المحمول مثلا إذا كان الأفراد واقعين تحت تأثير ضغوط أو قلق فإنهم يقوون هذه العادة من اجل تخفيف الضغط، فكلما زاد انجذاب الأفراد اتجاه الهواتف الذكية زادت الفرصة بأن تصبح عادة لديهم ، وبالتالي يفترض هذا النموذج أن الطلبة المعتادين على استخدام الهواتف المحمولة كأداة اتصال يصبحون أكثر اعتمادية على الهواتف المحمولة ، إن فهم العوامل المؤثرة على قلق الاتصال بالهواتف الذكية عند طلاب الجامعة يساعد

أصحاب الأعمال على المحافظة على نسبة عملائهم او زيادتها، ويساعد العاملين في المجال التربوي في فهم دور انتشار الهواتف الذكية قد يكون السبب في شيوع المزيد من المشكلات عند الطلاب، ومساعدة الأسر والمجتمع والمدرسة في خلق بيئة افضل للوصول الى السوك السليم في استخدام الهواتف الذكية.

- وتتفق تلك النتائج مع دراسة كل من (Phillips & Bianch ; 2005) والتي اهتمت بالتعرف إلى القدرة التنبؤية لمجموعة من المتغيرات النفسية في الاستخدام المشكل للهاتف النقال، وبشكل أكثر تحديداً فإن الدراسة هدفت التعرف على العلاقة بين سمة الانبساطية وتقدير الذات والنرجسية، والجنس والعمر والاستخدام المشكل للهاتف النقال. وأشارت النتائج إلى أن الاستخدام المشكل للهاتف النقال يرتبط مع متغيرات الجنس، العمر ، والانبساطية ، ولم يرتبط إيمان الهاتف النقال بشكل دال مع كل من متغيرات تدني مفهوم الذات والنرجسية .

التوصيات :-

1. التوعية بأهمية الاتصال المباشر في الحياة الاجتماعية للشخص ، والتركيز على عدم الأفرط في استخدام الهاتف الذكي في بناء العلاقات وتوظيفها ، والاندفاع وراء امكانيات التكنولوجيا الاتصالية ، مما يسمح بتعميق الهوه الاجتماعية في العلاقات .
2. ضرورة قيام المدارس بإطلاق حملات تعمل على توعية الطلاب عن مخاطر المبالغة في استخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة وخاصة الهواتف الذكية ، وتأثيراتها الاجتماعية والاقتصادية و الصحية على الطلاب .
3. اطلاق برامج تساعد على ترشيد استخدام الهواتف الذكية ، ومساعدته على عدم الوقوع في فخ الاستهلاك الذي يقود الى الإنفاق المسرف وجعله يستغل الهاتف الذكي بطريقة عملية بعيداً عن الاستخدامات الغير مفيدة .
4. تضافر الجهود بين مختلف المؤسسات الاجتماعية (وسائل الاعلام ، الدولة ، المدرسة ، الأسرة) بحيث يعمل على مساعدة الشباب على امتلاك القدرات و المؤهلات التي تجعلهم قادرين على تجنب التأثيرات السلبية الناجمة عن استخدام هذه الأداة .
5. قيام الجامعات بوضع مادة كمتطلب جامعة اجباري تكون مرتبطة بمخاطر وسائل التكنولوجيا الحديثة و اشكال الادمان السلوكي الحديث و الاضرار الناجمة عنها نفسياً و اجتماعياً وصحياً .

البحوث المقترحة:-

- إساءة استخدام الهوات الذكية وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية .

- مدى فاعلية العلاج السلوكي في ادمان الهواتف الذكية لدى عينة من الأطفال .
- مدى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في علاج ادمان الهواتف الذكية لدى عينة من الراشدين .

أولاً: المراجع العربية

- جيهان احمد رشتي . (١٩٧٨) : الاسس العلمية لنظريات الاعلام .دار الفكر العربي ،القاهرة.
- دينا الظاهر (٢٠٠٨) : فاعلية برنامج ارشادي في تنمية المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى المعاقات حركياً . رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
- رشاد عبد العزيز . (١٩٩٣) : علم النفس الديني ،مؤسسة المختار، القاهرة .
- سعادة جودت وعادل السرطاوي. (٢٠٠٣) : استخدام الحاسوب والإنترنت في ميادين التربية والتعليم ،دار الشروق، عمان ،الاردن
- سليموند فرويد. (١٩٨٩) : الكف والعرض والقلق ، ترجمه محمد عثمان نجاتي ،دار الشروق ،القاهرة .
- شعبان رضوان . (٢٠٠٦) : بعض سمات الشخصية ذات النمط الفصامي وعلاقتها بمهارات التواصل الانفعالي و الاجتماعي، دراسات نفسية ، ١٦(١).
- عبدالحميد سعيد حسن .(٢٠٠٩) : دراسة مقارنة بالمهارات الاجتماعية بين الأطفال ذوي صعوبات التعلم و العاديين في سلطنة عُمان ، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية ، ١ ، (١)، ٦٩-١١٢.
- عبد الهادي الخطيب. (٢٠١٠). برنامج إرشادي مقترح لتنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى أبناء الشهداء في قطاع غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- محمد الحسانين. (٢٠٠٣) : المهارات الاجتماعية كدالة لكل من الجنس والاكنتاب وبعض المتغيرات النفسية الأخرى. دراسات نفسية ١٣ (١)، ١٩٥-٢٢٥.
- ماجد جبران و حسن صلوي . (٢٠٠٨) : الآثار الاجتماعية لاستخدامات الهاتف الجوال على الشباب السعودي دراسة اجتماعية، رسالة ماجستير غير منشورة .
- محمد سالم احمد. (٢٠٠٤) : تكنولوجيا التعلم الالكتروني ،مكتبة الرشد ،الرياض .
- محمد الزعبي. (١٩٩٨) : التغيير الاجتماعي .دار النهضة العربية :القاهرة.
- ممدوح عبد المنعم الكنانى.(٢٠٠٢) : الاحصاء الوصفي والاستدلالي فى العلوم السلوكية والاجتماعية ، ط ٢ ، القاهرة: دار النشر للجامعات.
- نبيله عباس الشوريجي . (٢٠٠٢): المشكلات النفسية للأطفال :اسبابها وعلاجه، دار النهضة العربية ،القاهرة.
- يعقوب فهد العبيد . (١٩٩٨) : التنمية التكنولوجية .الدار الدولية ،القاهرة

- Anthony, K. (2013). Review of iDisorder: Understanding our obsession with technology and overcoming its hold on us. *British Journal Of Guidance & Counselling*, 41(5), 609-611.
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X., & Chamarro, A. (2009). Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 25, 1182–1187.
- Bernardi, R. E. (2015). Advances in nicotine research in Addiction Biology. *Addiction Biology*, 10, 220-230.
- Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61-79.
- Billieux, J., Van der Linden, M., d'Acremont, M., Ceschi, G., & Zermatten, A. (2007). Does impulsivity relate to perceived dependence on and actual use of the mobile phone?. *Applied Cognitive Psychology*, 21(4), 527-537.
- Bonnet, U.), & Mahler, H.). (2015). Synthetic cannabinoids: Spread, addiction biology & current perspective of personal health hazard. *Fortschritte Der Neurologie Psychiatrie*, 83(4), 221-231.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyberpsychology and Behavior*, 8, 39–51.
- Billieux, J. (2012). Problematic use of the mobile phone: A literature review and a pathways model. *Current Psychiatry Reviews*, 8, 299–307.
- Blaszczynski, A. (2006). Internet Use: In Search of an Addiction. *International Journal Of Mental Health And Addiction*, 4(1), 7-9.
- Bucke, R.(1991) Temperament, Social skills and the communication of emotion: A developmental interactionist view in: D. Gelbert & I. Connolly (Eds.) Personality, social skills and psychopathology: An individual difference approach, *New York: Plenum Press*, 85-105.
- 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).
- Cheever, N. A., Rosen, L. D., Carrier, L. M., & Chavez, A. (2014). Out of sight is not out of mind: The impact of restricting wireless mobile device use on anxiety levels among low, moderate and high users. *Computers in Human Behavior, 37*, 290-297.
- Chen, Y.-F., & Lever, K. M. (2005, April). Relationships among mobile phones, social networks, and academic achievement: A comparison of US and Taiwanese college students. Paper presented at the meeting of the Hungarian Academy of Sciences Conference. Budapest, Hungary.
- Choliz, M. (2010). Mobile phone addiction: A point of issue. *Addiction, 105*(2), 373–374.
- Chóliz, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: the test of mobile phone dependence (TMD). *Prog Health Sci, 2*(1), 33-44.
- Craparo, G., Messina, R., Severino, S., Fasciano, S., Cannella, V., Gori, A., & ... Baiocco, R. (2014). The Relationships Between Self-Efficacy, Internet Addiction and Shame. *Indian Journal Of Psychological Medicine, 36*(3), 304-307.
- Dereli, E., & Karakuş, Ö. (2011). An Examination of Attachment Styles and Social Skills of University Students. *Electronic Journal Of Research In Educational Psychology, 9*(2), 731-744
- Dlodlo, N. (2015). Salient indicators of mobile instant messaging addiction with selected socio-demographic attributes among tertiary students in South Africa. *South African Journal Of Psychology, 45*(2), 207-222.
- Drouin, M. (2015). Sexual communication in the digital age. *The Wiley Handbook of Psychology, Technology and Society, 176-191*.
- El-Daw, B., & Hammoud, H. (2015). The Effect of Building Up Self-esteem Training on Students' Social and Academic Skills. *Procedia - Social And Behavioral Sciences, 190*(Proceedings of 2nd Global Conference on Psychology Researches (GCPR-2014) 28-29 November 2014, University of Barcelona, Barcelona, Spain 28-29 November 2014, University of Barcelona, Barcelona, Spain), 146-155.
- Enez Darcin, A., Noyan, C., Nurmedov, S., Yilmaz, O., & Dilbaz, N. (2015). Smartphone Addiction in Relation with Social

- Anxiety and Loneliness Among University Students in Turkey. *European Psychiatry*.
- Engelberg, E., & Sjöberg, L. (2004). Internet use, social skills, and adjustment. *CyberPsychology & Behavior*, 7(1), 41-47.
- Ezoe, S., Toda, M., Yoshimura, K., Naritomi, A., Rei, D., & Morimoto, K. (2009). Relationships of personality and lifestyle with mobile phone dependence among female nursing students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37, 231–238.
- Gask, L. and Chew-Graham, C. (2014). Psychosocial Interventions in the Community for Anxiety and Depression. In L. Gask and C. Chew-Graham (Eds.), *ABC of anxiety and depression (53-57)* Oxford: John Wiley & Sons, Ltd
- Griffiths, M. (2001). Excessive Internet and computer use: Implications for education. *Education & Health*, 19(2), 23-29.
- .Heydari, A., Dashtgard, A., & Moghadam, Z. E. (2014). The effect of Bandura's social cognitive theory implementation on addiction quitting of clients referred to addiction quitting clinics. *Iranian Journal Of Nursing & Midwifery Research*, 19(1), 19-23.
- Hadlington, L. (2015). Cognitive failures in daily life: Exploring the link with Internet addiction and problematic mobile phone use. *Computers In Human Behavior*, 51(PA), 75-81.
- Hong, F., Chiu, S., & Huang, D. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers In Human Behavior*, 28, 2152-2159.
- Hsu, S. H., & Marlatt, G. A. (2012). Addiction syndrome: Relapse and relapse prevention. In H. Shaffer, D. A. LaPlante, S. E. Nelson, H. Shaffer, D. A. LaPlante, S. E. Nelson (Eds.) *APA addiction syndrome handbook, Vol. 2: Recovery, prevention, and other issues (pp. 105-132)*. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Hussong, A. M., Burns, A. R., Solis, J. M., & Rothenberg, W. A. (2013). Future Directions in the Developmental Science of Addictions. *Journal Of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 42(6), 863-873.
- Hung, S.Y., Ku, C.Y., & Chang, C.M. (2003). Critical factors of WAP services adoption: An empirical study. *Electronic Commerce Research and Applications*, 2(1), 42–60.

- Hyun, J., Lee, K., Kim, J., & Park, C. (2014). Abstract thinking, risk-taking, and impulsivity: Implication for the smart phone addiction of adolescent. *Information (Japan)*, *17(10B)*, 5175-5180.
- Ko, C., Liu, T., Wang, P., Chen, C., Yen, C., & Yen, J. (2014). The exacerbation of depression, hostility, and social anxiety in the course of Internet addiction among adolescents: a prospective study. *Comprehensive Psychiatry*, *55(6)*, 1377-1384.
- Koo, H. Y. (2009). Development of a cell phone addiction scale for Korean adolescents. *Journal of Korean Academy of Nursing*, *39(6)*.
- Konkolö Thege, B., Colman, I., el-Guebaly, N., Hodgins, D. C., Patten, S. B., Schopflocher, D., & ... Wild, T. C. (2015). Social judgments of behavioral versus substance-related addictions: A population-based study. *Addictive Behaviors*, *42*, 24-31.
- 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.
- Lee, Y. K., Chang, C. T., Lin, Y., & Cheng, Z. H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, *31*, 373-383.
- Lopez-Fernandez, O. (2017). Short version of the Smartphone Addiction Scale adapted to Spanish and French: Towards a cross-cultural research in problematic mobile phone use. *Addictive behaviors*, *64*, 275-280.
- Lubman, D. I., Yücel, M., & Pantelis, C. (2004). Addiction, a condition of compulsive behaviour? Neuroimaging and neuropsychological evidence of inhibitory dysregulation. *Addiction*, *99(12)*, 1491-1502.
- Lu, X., Watanabe, J., Liu, Q., Uji, M., Shono, M., & Kitamura, T. (2011). Internet and mobile phone text-messaging dependency: Factor structure and correlation with dysphoric mood among Japanese adults. *Computers in Human Behavior*, *27(5)*, 1702-1709.
- James, D., & Drennan, J. (2005). Exploring addictive consumption of mobile phone technology. In Australian and New Zealand Marketing Academy conference, Perth, Australia.

- Madueme, H. (2007). Addiction as an Amoral Condition? The Case Remains Unproven. *American Journal Of Bioethics*, 7(1), 25-27.
- Merlo, L. J., Stone, A. M., & Bibbey, A. (2013). Measuring problematic mobile phone use: development and preliminary psychometric properties of the PUMP scale. *Journal of addiction, 2013*.
- Mccullough, L., & Anderson, M. (2013). Agency lost and recovered: A social constructionist approach to smoking addiction and recovery. *Addiction Research & Theory, 21(3)*, 247-257..
- Pearson, C., & Hussain, Z. (2015). Smartphone use, addiction, narcissism, and personality: A mixed methods investigation. *International Journal Of Cyber Behavior, Psychology And Learning*, 5(1), 17-32.
- Pontes, H. M., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). Clinical psychology of Internet addiction: a review of its conceptualization, prevalence, neuronal processes, and implications for treatment. *Neuroscience & Neuroeconomics*, 4, 11-23.
- Quanbeck, A. R., Gustafson, D. H., Marsch, L. A., McTavish, F., Brown, R. T., Mares, M., & ... McDowell, H. (2014). Integrating addiction treatment into primary care using mobile health technology: protocol for an implementation research study. *Implementation Science*, 9(1), 1-22.
- Smith, A. (2012). The best (and worst) of mobile connectivity. Pew Internet & American Life Project. Retrieved November.
- Tang, F., & Qin, P. (2015). Influence of Personal Social Network and Coping Skills on Risk for Suicidal Ideation in Chinese University Students. *Plos ONE*, 10(3), 1-13.
- Tossell, C. c., Kortum, P. p., Shepard, C. c., Rahmati, A. a., & Lin Zhong, I. (2015). Exploring Smartphone Addiction: Insights from Long-Term Telemetric Behavioral Measures. *International Journal Of Interactive Mobile Technologies*, 9(2), 37-43.
- Torrecillas, L. (2007). Mobile phone addiction in teenagers may cause server psychological disorder. *Medical Studies, 14*, 11-13.
- Turel, O., & Serenko, A. (2010). Is Mobile Email Addiction Overlooked?. *Communications Of The ACM*, 53(5), 41-43.
- Racine, E., Bell, E., Zizzo, N., & Green, C. (2015). Public discourse on the biology of alcohol addiction: implications for

- stigma, self-control, essentialism, and coercive policies in pregnancy. *Neuroethics*, 8(2), 177-186.
- Rosen, L. D., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). Is Facebook creating “iDisorders”? The link between clinical symptoms. *Computers in Human Behavior*, 29, 1243–1254.
- Rush, S. (2011). Problematic use of smart phones in the workplace: an introductory study. BArts (Honours) thesis. Central Queensland University, Rockhampton Available: <http://hdl.cqu.edu.au/10018/914191>.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., Khosla, U. M., & McElroy, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of affective disorders*, 57(1), 267-272.
- Takao, M., Takahashi, S., & Kitamura, M. (2009). Addictive personality and problematic mobile phone use. *Cyberpsychology and Behavior*, 12, 501–507.
- Tang, J., Chen, M., Yang, H., Chung, T., & Lee, Y. (2015). Personality traits, interpersonal relationships, online social support, and Facebook addiction. *Telematics And Informatics*, 33(1), 102-108.
- Volkom, M. V., Stapley, J. C., & Amaturio, V. (2014). Revisiting the Digital Divide: Generational Differences in Technology Use in Everyday Life. *North American Journal Of Psychology*, 16(3), 557-574.
- Wu, A. M., Cheung, V. I., Ku, L., & Hung, E. P. (2013). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *Journal of behavioral addictions*, 2(3), 160-166.
- Yen, C., Tang, T., Yen, J., Lin, H., Huang, C., Liu, S., & Ko, C. (2009). Symptoms of problematic cellular phone use, functional impairment and its association with depression among adolescents in Southern Taiwan. *Journal of Adolescence*, 32, 863–873.