

الإدمان على الأجهزة الإلكترونية الحديثة وعلاقتها بالتنظيم الذاتي لدى التلاميذ المقبلين على  
اجتياز شهادة البكالوريا

دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ المتدرسين بالمرحلة النهائية من التعليم الثانوي بولاية باتنة  
**Addiction to modern electronic devices and their relationship to self-regulation coming  
to pass the baccalaureate certificate of pupils**  
**Field study on a sample of pupils studying at the final stage of secondary education in the  
state of Patna**

خديجة بن فليس  
مخبر التطبيقات النفسية في الوسط العقابي

-جامعة باتنة 1-الجزائر

khadidja.benflis@univ-batna.dz

الهام بوكثير\*  
مخبر التطبيقات النفسية في الوسط العقابي

-جامعة باتنة 1-الجزائر.

ilham.bouketir@univ-batna.dz

تاريخ القبول : 2023/11/28

تاريخ الاستلام: 2023/9/15

ملخص:

تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن العلاقة بين ادمان الأجهزة الإلكترونية الحديثة وعلاقتها بالتنظيم الذاتي لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا حيث تمت إجراءات الدراسة ببعض مؤسسات ولاية باتنة، على عينة من التلاميذ بلغ عددهم 110 تلميذا، تم الاعتماد في ذلك على مقياس ادمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة ومقياس التنظيم الذاتي بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل الى النتائج التالية: الهاتف المحمول أكثر الأجهزة الإلكترونية استخداما لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا، كما ان الدردشة في مواقع التواصل الاجتماعي أكثر الأنشطة تفضيلا على الجهاز ، يوجد مستوى متوسط من التنظيم الذاتي ، ولا توجد علاقة ارتباطية بين ادمان استخدام الأجهزة الإلكترونية والتنظيم الذاتي لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا .  
الكلمات المفتاحية: الإدمان الإلكتروني؛ التنظيم الذاتي؛ امتحان شهادة البكالوريا.

**Abstract:**

The present study aims to reveal the relationship between the addiction of modern electronic devices and their relationship to self-regulation of pupils coming to pass the baccalaureate exam. The study procedure was conducted in some institutions of the State of Patna on a sample of 110 pupils, relied on a modern electronic device addiction scale and a self-regulation scale based on the correlative analytical descriptive curriculum and after statistical processing the results were achieved: Mobile phone is the most widely used electronic device of pupils coming to pass the baccalaureate exam. Chatting on social media sites is the most preferred activity on the device. There is an average level of self-regulation. There is no correlation between the addiction of using electronic devices and self-regulation of pupils coming to pass the baccalaureate exam.

**Keywords:** Electronic addiction; Self-regulation; Baccalaureate certificate exam.

## مقدمة:

تشهد الحياة المعاصرة تغيرا في نواحي متعددة، اذ يواكب العام تقديما تقنيا يصاحبه انفجار سكاني ومعرفي، وهناك اجماع بين العديد من الباحثين على ان وسائل الاتصال الحديثة "الالكترونيات" قد فتحت عصرا جديدا من عصور الاتصال والتفاعل بين الافراد والمجتمعات وفي وفرة المعلومات والمعارف والتسلية والترفيه لمستخدميها، ولكن على الجانب الاخر، هناك مخاوف من الاثار النفسية والاجتماعية والتربوية التي قد تحدثها، وبما ان الشريحة الأوفر حظا في استخدام هذه الأجهزة الالكترونية هي فئة الشباب خاصة المراهقين منهم الذين يمرون بفترة حرجة فترة المراهقة والتي تعد من اهم المراحل العمرية التي يمر بها الفرد، حيث يواجه فيها صراعات قد تؤدي به الى مشكلات نفسية واجتماعية مختلفة كالإدمان الالكتروني، وعليه جاءت دراستنا هذه كمحاولة لتسليط الضوء على ظاهرة الإدمان على الأجهزة الالكترونية لدى المراهقين المتدربين لاسيما المقبلين منهم على محطة مفصلية وحاسمة في حياتهم المستقبلية الا وهي شهادة البكالوريا.

## 1- إشكالية الدراسة:

الانسان كائن اجتماعي بطبعه، لذلك كان تفاعله مع الاخرين واتصالهم به ضروريا لتلبية

## حاجاته

وقد بدأ الاتصال الاجتماعي بسيطا معتمدا على الرموز والاشارات والاصوات، التي هي لغة ابتدائية للتفاهم بين أولى الجماعات، ثم تطور بتطور حياة الانسان وخبراته اللغوية والثقافية والاجتماعية، فانتقل الاتصال الاجتماعي من لغة الإشارة الى اللغة المكتوبة، ثم وصل الى ما هو عليه الان في وقتنا بفضل التقدم المعرفي والتكنولوجي في الاتصال، حيث تشهد الحياة المعاصرة تقديما تقنيا في وسائل الاتصال بوجود هذه الأجهزة

الالكترونية كالهواتف الذكية، الحواسيب المحمولة والمنزلية، اللوحة الالكترونية وغيرها، والتي أسهمت في تسهيل حياة الافراد واختصرت الكثير من الجهد والوقت.

حيث أصبح بالإمكان تحقيق الاتصال والتواصل والحصول على العديد من الخدمات والمعلومات التي تقدمها لشتى الفئات العمرية، وعلى كل حال اصبح للجميع تقريبا صلة بهذه الأجهزة وبالتقنيات المرتبطة بها، وعلى الرغم من فوائدها الاجتماعية والإيجابية، الا انها لا تخلوا من نواحي سلبية تؤثر على مستخدميها، حيث يقضي الكثيرون ساعات طويلة في استخدام هذه الأجهزة، حتى ان بعضهم يستخدمها بشكل متواصل، الا ان المشكلة لا تكمن في الجهاز في حد ذاته فاستخدام هذه الأجهزة ضروري في عصر السرعة

والتواصل لكنه حين يسيطر على الفرد ويبعده عن الواقع الاجتماعي والمهني والدراسي يتحول الاستخدام الى ادمان.

والادمان غالبا ما يرتبط بالكحول والمخدرات والجنس والقمار فقلما يفكر الفرد في موضوع الإدمان الالكتروني الذي يعد واقع مرضي مس جميع فئات المجتمع والمراهقين منهم خاصة، كم ان اثاره تعدت مجال المشكلات النفسية والاجتماعية لتصل الى المشكلات التربوية والأكاديمية ولعل أبرزها تلك المتعلقة بالتنظيم الذاتي.

ان التنظيم الذاتي يشير الى قدرة الفرد على التخطيط والتوجيه ومراقبة السلوك في مواجهة الظروف المتغيرة والمشاركة الفعالة ومراقبة مدى التقدم نحو انجاز الأهداف باستخدام استراتيجيات فعالة حيث يرى (Zimmerman) ان تحسين التنظيم الذاتي يتأثر بعوامل داخلية خاصة بالطالب وعوامل خارجية خاصة بالنموذج الذي يشرح الخطوات امام الطلبة، ويلعب التعلم المنظم ذاتيا دورا أساسيا ومهما في حياة التلاميذ لأنه

يؤدي الى ارتفاع مستوى الإنجاز لديهم في كل المهام التي يقوم بها بصفة عامة والمهام الأكاديمية بصفة خاصة كما ان استخدام استراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا يؤدي الى اندماج التلاميذ في محتوى المادة التعليمية وبالتالي اكتساب المعرفة وتحقيق الأهداف بشكل أكبر، وبذلك يعتبر مظهرا مهما في النجاح الأكاديمي.

ان التطور التكنولوجي والتقني الذي يعيشه العالم قد صاحبه كثرة عناصر اللهو وعوامل التشتت بالنسبة للتلاميذ وما صاحبه أيضا من استخدام المراهقين للكثير من الوسائل كالهاتف المحمول، العاب الفيديو، العاب الكومبيوتر...، قد يجعل هذه الفئة من الطلاب يعانون من سوء التنظيم الذاتي في عملية التعلم، وعدم القدرة على مواصلة دراستهم الأكاديمية بشكل جيد ووضع اهداف واضحة، وبالتالي عدم تخطيطهم لوقت الدراسة وعدم استخدام استراتيجيات تعلم محددة تمكنهم من تذكر المواد الدراسية على نحو أفضل.

فالمتعلم المنظم ذاتيا يملك القدرة على مراقبة أدائه وتحديد أهدافه وتطبيق الاستراتيجيات المناسبة بحيث يكون مدفوعا نحو التعلم، ومن هذا المنطلق سندسعى في دراستنا هذه الى التعرف عن العلاقة بين ادمان استخدام الأجهزة الالكترونية الحديثة والتنظيم الذاتي لدى المتدربين بالمرحلة النهائية من الطور الثانوي المدمنين الكترونيا من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

1. ماهي أكثر الأجهزة الالكترونية الحديثة استخداما لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين الكترونيا؟
2. ماهي أكثر الأنشطة تفضيلا في الجهاز الالكتروني لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين الكترونيا؟
3. ما هو مستوى التنظيم الذاتي لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين الكترونيا؟
4. هل توجد علاقة بين الإدمان على استخدام الأجهزة الالكترونية والتنظيم الذاتي لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين الكترونيا؟

#### 2-فرضيات الدراسة:

1. نتوقع ان تكون الهواتف الذكية أكثر الأجهزة استخداما من قبل التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين الكترونيا.
2. نتوقع ان تكون الألعاب الإلكترونية أكثر الأنشطة استخداما وتفضيلا لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين الكترونيا.
3. نتوقع ان يكون مستوى التنظيم الذاتي منخفض لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين الكترونيا.
4. توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الإدمان الالكتروني والتنظيم الذاتي لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين الكترونيا.

#### 4- أهمية الدراسة:

- 4.1. الأهمية النظرية: تظهر من خلال تناولنا لموضوع مستجد ظهر حديثا في علم النفس وهو الإدمان الالكتروني والذي يعكس الاقبال المتزايد لدى المستخدمين لهذه الأجهزة الالكترونية باختلاف أعمارهم وفئاتهم ومستوياتهم في المجتمع، أيضا معرفة اثاره على المراهقين من الناحية التربوي خاصة وانه أصبح من السهل لهم الحصول عليها ومن الصعب الاستغناء عنها.
- 4.2. الأهمية التطبيقية: تكمن الأهمية التطبيقية من خلال - مساعدة المختصين في علم النفس على وضع خطط وبرامج ارشادية لمدمني الأجهزة الالكترونية في تخطي هذه المشكلة.

- تُمكن المراهقين من معرفة خطورة الافراط في استخدامها والادمان عليها والاثار المترتبة عنها من اجل التعامل الأمثل والاصح معها.

-ارشاد الأولياء والمربين في الوسط التربوي على ضبط استخدام هذه الأجهزة الإلكترونية بالقدر المعتدل.

- اجراء بحوث مشابهة وربطها بمتغيرات أخرى ذات أهمية عملية للفرد والمجتمع.

#### 5- التعريف الاجرائي لمتغيرات الدراسة:

##### 1.5. تعريف الإدمان الإلكتروني:

"هو رغبة ملحة ومتزايدة في قضاء أكبر وقت ممكن امام الجهاز الإلكتروني، وهو نوع من البحث الحسي للمثيرات او النشاطات العديدة بهدف تحقيق الاشباع، يتولد عنه الانشغال الذهني والانقطاع عن الواقع فتتأثر حالة الفرد النفسية والسلوكية والاجتماعية والأكاديمية"(السويلمي،2014،22). ويعرف اجرائيا: بأنه تلك الدرجة التي يحصل عليه التلميذ على مقياس ادمان استخدام الاجهزة الإلكترونية.

##### 2.5. تعريف التنظيم الذاتي:

هو التحكم في السلوك الذي يتحقق من خلال ملاحظة الافراد لسلوكهم وادائهم، والتخطيط له، والحكم عليه وتقويمه وفقا للمعايير الشخصية لهم، والاستجابة له إيجابا او سلبا تبعاً للمثيرات التي يتعرضون لها (القيسي ولطيف،2016،631). ويعرف اجرائيا: بأنه تلك الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ المدمن الكترونيا على مقياس التنظيم الذاتي.

#### 6- الدراسات السابقة والتعليق عليها:

1.6. دراسة برتيمه سميحة (2017): الألعاب الإلكترونية والعنف المدرسي دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ متوسطة الشهيد عروك قويدر، هدفت الدراسة للكشف عن العلاقة بين الألعاب الإلكترونية والعنف المدرسي سواء العنف المادي أو العنف الغير مادي، والاطلاع على واقع الألعاب الإلكترونية بين أوساط الأطفال الجزائريين ومدى تأثيرها على سلوكياتهم، ومحاولة كشف مختلف الجوانب المحيطة بهذه الظاهرة.

وأجريت الدراسة على عينة من التلاميذ الذين يمارسون الألعاب الإلكترونية والذين يتراوح سنهم بين 10 و18 سنة بمتوسطة عروك قويدر " الوادي "، وقد تكونت العينة من (100) تلميذ وتلميذة تم

اختيارهم بالطريقة غير العشوائية القصدية أو العمدية. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، لأنه الأنسب لمعالجة هذه الظاهرة، واعتمدت الباحثة الأدوات التالية في دراستها: الملاحظة، استمارة تم تصميمها من قبل الباحثة خاصة بالتلاميذ الذين يلعبون بالألعاب الإلكترونية بالإضافة إلى المقابلة وقد توصلت إلى النتائج التالية: أن هناك علاقة ارتباطية بين الألعاب الإلكترونية والعنف المادي، أن هناك علاقة ارتباطية بين الألعاب الإلكترونية والعنف غير المادي، أغلبية مفردات العينة يقلدون أبطالهم المفضلين في الألعاب الإلكترونية ويتقمصون شخصياتهم حسب مبادئ وقيم البطل الذي يفضلونه، أبرزت الدراسة أن الألعاب الإلكترونية ليست تسلية بريئة فهي محكومة بالمنظومة القيمية لمنتجها والتي ليست ذاتها لدى المجتمع الجزائري.

2.6. دراسة حليلة إبراهيم أحمد الفيلكاوي (2017): أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت. تهدف هذه الدراسة للتعرف على أهم المشكلات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت المرتبطة باستخدامهم للموبايل، وإلقاء الضوء على بعض العوامل التي تؤدي لإدمان الموبايل أجريت الدراسة على عينة من الطالبات التي تتراوح أعمارهن ما بين (18-24) سنة بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت، وتكونت عينة الدراسة من (306) طالبة، منهن (202) طالبة مدمنة لاستخدام الموبايل و (104) طالبة غير مدمنة للموبايل من بين تخصصات علمية وأدبية واستخدمت الباحثة مقياس إدمان الموبايل من إعدادها ومقياس المشكلات النفسية من إعداد الباحثة. اعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الوصفي المقارن وقد توصلت الباحثة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات الطالبات على مقياس إدمان الموبايل ودرجاتهم على جميع أبعاد مقياس المشكلات النفسية، عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات مدمني الموبايل (تخصصات أدبية وعلمية) على الدرجة الكلية للمقياس، وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات مدمني الموبايل والمستخدمين العاديين على جميع أبعاد مقياس المشكلات النفسية، عدا بعد التحصيل والإنجاز الأكاديمي، وقد كانت الفروق على جميع الأبعاد في اتجاه المستخدمين المدمنين.

7.6. دراسة MATUGA (2009): استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً وعلاقته بتوجهات الأهداف، ومراقبة الذات والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من الطلبة الجامعيين. وهدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً وتوجهات الأهداف، ومراقبة الذات، والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين، أجريت الدراسة على عينة من الطلبة الجامعيين الذين يدرسون

مساقات الكترونية في الأحياء والجيولوجيا وعلوم البيئة في الولايات المتحدة الأمريكية، حيث تكونت عينة الدراسة من (40) طالب وطالبة من طلبة السنة الأولى (17) منهم من الذكور و (23) من الإناث ، تم استخدام مقياس (MSLQ) المكون من ( 10 ) فقرات حول الدافعية (20) فقرة حول استراتيجيات التعلم وإدارة المصادر، وأظهرت نتائج الدراسة أن توجهات الأهداف عملت على زيادة دافعية الطلبة نحو التعلم ،وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين توجهات الأهداف وكافة استراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا في بيئة التعلم، ومراقبة الذات وجود أثرين إتيقان الأهداف ومراقبة الذات في زيادة تحصيل الطلبة، لا توجد علاقة بين التحصيل واستراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا

9.. دراسة BAIL ET TACHIYAMA ET ZHONG (2008): التدريب على مهارات التعلم المنظم ذاتيا وأثره على التحصيل الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، وهدفت الدراسة للتعرف على أثر تدريب الطلبة على مهارات التعلم المنظم ذاتيا أثناء دراسة مساق معين على التحصيل الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. أجريت الدراسة على طلبة جامعة "هاواي" ، حيث بلغت عينة الدراسة التجريبية (157) طالب وطالبة منهم (79) طالب وطالبة للمجموعة التجريبية و (78) طالب وطالبة للمجموعة الضابطة، استخدم الباحثون المنهج الأكثر ضبطا وهو المنهج التجريبي، وقد أظهرت الدراسة النتائج التالية: أن المجموعة التجريبية التي درست مساقا في التعلم المنظم ذاتيا كان تحصيلها في ذلك المساق أعلى من تحصيل المجموعة الضابطة التي لم تتلق مثل هذا التدريب، كما أن طلاب المجموعة التجريبية كانوا أقل عرضة للرسوب في المساقات الدراسية الأخرى.

#### 7-التعليق على الدراسات السابقة:

تناولت الدراسات السابقة المتغيرات التالية الإدمان الإلكتروني، التنظيم الذاتي، كل على حدى وربطها بمتغيرات اخرى دون الأخذ بعين الاعتبار العلاقة بين المتغيرين في ان واحد، كما هو في الدراسة الحالية كما اهتمت الدراسة الحالية بفئة المراهقين المتمدرسين عكس الدراسات السابقة التي تباينت المستويات التي اختيرت منها عينات الدراسة بين تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتلاميذ المرحلة المتوسطة وطلاب الجامعة أيضا هناك اختلاف في خصائص العينة من متفوقين وموهوبين، وأسوياء وذوي صعوبات التعلم.

## 8- ادمان استخدام الأجهزة الالكترونية Addiction to the use of electronic devices:

### 1.8. تعريف الإدمان addiction:

-يعرف الادمان على انه " البحث المقنع عن حالة عاطفية او نوع معين من الخبرة او حالة داخلية ويمكن احداثها اما عن طريق المنتجات (المؤثرات العقلية) او عن طريق الأنماط السلوكية الطعام الأنشطة" (Blaissaoui, Bechka.2020.736).

والجدير بالذكر هنا ان الحديث عن الإدمان الالكتروني يشير ال امرين لابد من تواجدهما معا وهي شبكة الأنترنت والوسيلة الالكترونية في حالة الافراط في استخدامها، فالجهاز دون شبكة كالجسد بلا روح وشبكة الأنترنت دون جهاز الكتروني لا يمكن تفعيلها واستغلال خدماتها.

### 2.8. معايير تشخيص الادمان على الأجهزة الالكترونية:

اقترح ( YOUNG ) في البداية خمسة معايير ثم اعتمد على نموذج اخر مستخدما فيه ثمانية من المعايير التشخيصية العشرة الموجودة في الدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات العقلية للمقامرة المرضية تتمثل في الانشغال بالسلوك أي الرغبة المفرطة في أداء السلوك والانخراط فيه على حساب الأنشطة الأخرى (Sussman & Alan,2011,4027).

الحاجة الى قضاء أكبر وقت ممكن على الجهاز للحصول على نفس الشعور الذي تحصل عليه من قبل اظهار الجهود المتكررة لتقليل وقت استخدام الجهاز او الشبكة، التهيج او الاكتئاب، البقاء على اتصال عبر الجهاز او الأنترنت أكثر مما هو مخطط له، تعرض العمل او الدراسة او العلاقات الاجتماعية للخطر بسبب الاستخدام المفرط، الكذب بخصوص عدد الساعات التي يقضيها المدمن على الجهاز او الأنترنت، شعور المدمن ان الجهاز او الشبكة شكل من اشكال التنظيم العاطفي.

على الرغم من ان (YOUNG) كان احد الرواد الأوائل في وضع معايير التشخيص الا ان بعض العناصر قيد النظر من قبل بعض الباحثين والمهتمين بهذا المجال، حيث اقترح (Beard Wolf) ان شعور المدمن بالاكتئاب والغضب يمكن انكارها والتلاعب بها من قبل المدمنين مما يضر بدقة التشخيص، ومن اجل اجراء التشخيص بشكل ادق اقترح هذا الأخير ملاحظة العناصر الخمسة الأولى على الشخص المدمن والتي ترتبط حتما بالعناصر الثلاثة الأخيرة التي تعبر عن مشكلات اجتماعية او عملية ناجمة عن الاستخدام المفرط للجهاز او الشبكة (De Abreu.et al,2008,158).

### 3.8. مراحل الإدمان الإلكتروني: يمر استخدام الفرد للجهاز أو الشبكة بمراحل إلى أن يصبح إدماناً

ب:

أ-مرحلة الاستخدام العادي: تسمى أيضاً بمرحلة التجربة أو الفضول حيث تتميز بالرغبة في استكشاف ما يقدمه هذا الجهاز أو الشبكة والشعور بالاستمتاع في ذلك وكل شخص معرض لهذه المرحلة.

ب-مرحلة الإفراط: وهنا يستمر الفرد في إشباع ذلك الفضول والرغبة بشكل منتظم ودوري حتى يصبح جزءاً من حياته اليومية ويصبح عادة متكررة.

ج- مرحلة الإدمان: وفي هذه المرحلة يكون الفرد أسيراً للجهاز أو الشبكة بشكل لا يمكن الاستغناء عنها

حيث يشعر كما أنه لم يعد قادراً على التعامل أو العيش بشكل طبيعي دونها (نش والعبوزي، 2023، 115).

9- أشكال الإدمان الإلكتروني: تتعدد الأجهزة بتعدد استخداماتها والهدف منها وهي تعتمد في تشغيلها بشكل جزئي أو كلي على شبكة الانترنت فالاستخدام المعتدل لها يعكس إيجابياتها التي لا يمكن إنكارها أما التجاوز المرضي في استغلالها هو المؤشر عن الإدمان عليها، وهذا ما أشار إليه البروفيسور "تيجزة" أنه في بداية الثمانيات ظهر نوع جديد من الإدمان في الجزائر وهو الإدمان على التلفزيون والألعاب الإلكترونية والانترنت وشبكات التواصل الاجتماعي أين يقضي الفرد مدة طويلة في استعمالها ما يؤدي به إلى مشكلات صحية ومهنية ونفسية (بوزار، 2021، 164) وفيما يلي عرض لأهم الأجهزة واستخداماتها لدى الأفراد:

1.9. الإدمان على الألعاب الإلكترونية: هي أنشطة لها قواعد محددة يشترك فيها لاعبون في نزاع مصطنع بحيث يكون له نتاج يقاس بشكل كمي، متاحة بصيغة رقمية عادة ما تشتغل على منصات متنوعة كشبكات الانترنت والحاسوب والتلفاز والهواتف النقالة والفيديو والأجهزة المحمولة (Pep, 2011, 657).

وفي هذا السياق أشار كل من باجي وخناش (2021) أن منظمة الصحة العالمية اعتبرت هذا الشكل من الإدمان على الألعاب الإلكترونية ضمن تصنيفها الحادي عشر للأمراض اضطراباً من اضطرابات الصحة العقلية (بلخماس ومروش، 2023، 109).

2.9. الإدمان على الهواتف الذكية: هي أجهزة تحتوي على أنظمة متطورة لتشغيلها كنظام الاندرويد ونظام الايزو وغيرها، يمكن من خلالها القيام بالعديد من الأمور فهي لا تقتصر على الاستقبال والارسال كالهواتف القديمة، بل يمكن من خلالها القيام بعمليات التصفح وتحميل العديد من التطبيقات والعديد من الخدمات كما أنها تعمل على خاصية اللمس (طاقطة، 2018).

3.9. الإدمان على أجهزة الحاسوب: للحاسوب أنواع مختلفة فمنها المنزلي ومنها المحمول ومنها اللوحي يستخدم لكتابة البيانات والاحتفاظ بالملفات وارسال البريد لعب الألعاب والعديد من المزايا (دعدوع، 2019).

4.9. الإدمان على شبكة الانترنت: هي شبكة اتصالات ومعلومات عالمية تتمتع بجاذبية كبيرة لدى المستخدمين لما توفره لهم من معارف ومعلومات في مختلف المجالات وفي وقت وجيز الى ان أصبح العالم بما فيه قرية صغيرة (السروجي، 2021، 177).

مما سبق يمكن القول ان الاجهزة الالكترونية تعتبر وسائل تكنولوجية لم يعد بإمكان المجتمع المعاصر الاستغناء عنها او تجاهل خدماتها، وهي مع مرور الوقت تتطور لذلك تعد وسائل محايدة يبقى استخدام الافراد لها والمراهقين خاصة هو الذي يحدد ما إذا كانت نافعة أوضاره، كما ان طرق الاستخدام واشكاله هو الذي يجعل اثارها سلبية او إيجابية.

## 10- التنظيم الذاتي self-regulation:

### 1.10. تعريف التنظيم الذاتي:

يرى Bernadette Noël التنظيم الذاتي على انه: مجموعة الظواهر التي من خلالها ينشط الأفراد و يكتسبون المعارف و التأثيرات و السلوكيات الموجهة نظاميا للوصول نحو الهدف (180، 2012، Bernadette).

### 2.10. أنواع التنظيم الذاتي:

-يجد Piaget أن قدرة الفرد على التنظيم الذاتي جزء من حياته العقلية وأن التنظيم الذاتي ينمو ويتطور بفعل التفاعل المستمر بين الفرد والبيئة ولقد حدد Piaget ثلاثة أنواع من تنظيم الذات وهي:

• تنظيم الذات المستقل: ويتم هنا تنظيم الأداء أثناء عملية اكتساب المعرفة ويقوم الفرد بتعديل افعاله وتصرفاته.

• تنظيم الذات الفعال: ويشير إلى قدرة الفرد على اختيار الفرضيات وتطبيقها.

• تنظيم الذات الواعي: ويشير إلى قدرة الفرد على الصياغة العقلية للنظريات القابلة للاختبار وفي هذا التنظيم تظهر قدرة الفرد على التفكير التأملي وتوضيح ما وراء المعرفة (المومني وخزعلي، 2016، 462).

- أما Moilanen فهو يرى بأن التنظيم الذاتي يمكن أن يصنف على حسب معيار الإطار الزمني إلى:

• التنظيم الذاتي طويل المدى: وهو القدرة على التخطيط المستمد والواسع والإعداد للأحداث البعيدة مع تقديم الأفعال الماضية وتطوير خطط جديدة وضبط الاندفاعات وتوجيه الجهود على مدى فترة طويلة من الزمن.

• التنظيم الذاتي قصير المدى: وهو ضبط الاندفاع بالسلوك وضبط الانتباه والانفعالات في اللحظة الراهنة في السياق المباشر الحالي (عبد الهادي، 2016، 157) "

3.10. استراتيجيات التنظيم الذاتي ومراحلها: تعددت واختلفت تصنيفاتها حيث

- قام Zimmerman إلى تقسيم مراحل التنظيم الذاتي إلى ثلاث مراحل أساسية:

1. التخطيط: والذي يتضمن تحديد الاهداف والتخطيط الاستراتيجي لتحقيقها بالاعتماد على الفعالية الذاتية والضبط الداخلي.

2. مراقبة التسيير: وتعتمد هذه المرحلة على تركيز الانتباه، التعليم الذاتي ومراقبة الذات.

3. التفكير الذاتي: ويتضمن التقييم الذاتي، الإسناد السببي، ردود الأفعال الذاتية والتكيف الذاتي (Fréchette, 2008, 39).

12- خصائص المتعلم المنظم ذاتيا: يمتاز المتعلمون المنظمون ذاتيا بسلوكيات مختلفة عن باقي

المتعلمين العاديين وهاته السلوكيات تمتاز بخصائص وهي كالآتي:

يعبرون عن احتياجاتهم ورغباتهم وأفكارهم لفظيا، يركزون انتباههم ليكونوا متحمسين وفضوليين في النشاطات الجديدة، يحددون أهداف تقريبية لأنفسهم، يكتفون الاستراتيجيات الفعالة لتحقيق تلك

الأهداف، يراقبون انجازاتهم بدقة، يعيدون تنظيم السياقات المادية والاجتماعية الخاصة بهم

لجعلها متناغمة مع أهدافهم، يطبقون مبدأ الإدارة الذاتية للوقت بفعالية، يعززون النتائج

لأسبابها، واعون بالعلاقات الإستراتيجية بين العمليات والنواتج التنظيمية، يتفادون العقبات التي

تعرقل أهداف تعلمهم ولهم القدرة على التغلب عليها (أبو الخير، 2013، 471).

- يرى باندورا Bandura أن التلميذ المنظم ذاتيا هو ذلك التلميذ الذي يحاول تعلم كيف يبدأ الاستذكار

ويركز على ممارسة التعلم في مختلف المواقف سواء كان بمفرده أو مع أقرانه ومن سماته: متعلم واثق

من نفسه، مجتهد متقن لعمله، بارع واسع الحيلة، شخص مثابر هادف له غايات محددة، يمتلك القدرة على تقويم أدائه في ضوء الغايات التي وضعها لنفسه، يمتلك القدرة على تعديل أدائه، قادر على إحداث وتوجيه خبراته التعليمية، شخصية إستراتيجية (بارع في التخطيط)، لديه القدرة على اختيار إستراتيجية تعلم لمعالجة المشكلة المطروحة، يراقب فعالية الإستراتيجية، لديه الدافعية للاندماج في موقف التعلم (بوقفة، 2013، 63).

مما سبق يمكن القول ان التعلم المنظم ذاتيا ليس اكتساب للمعلومات فحسب بل يتعدى ذلك ليكون عملية فاعلة يبني فيها المتعلم المعلومة والمهارة ليساهم في تحسين مستوى الإنتاج لديه وذلك من خلال ضبط سلوكه من خلال تصورات واعتقاداته عن النتائج المترتبة عن هذه السلوكيات وذلك من خلال تحديده للأهداف الأكاديمية التي يريد تحقيقها بواسطة استعماله لاستراتيجيات مدروسة وفعالة.

#### منهج الدراسة:

استخدمت في الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي، باعتباره مناسباً لأغراض هذه الدراسة.

#### 13- عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (110) تلميذا مقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا، تم اختيارهم بطريقة قصدية من جمعيات الدروس الخصوصية لولاية باتنة، وقد مثلت العينة نسبة 55% من المجتمع الأصلي وقد توزعت العينة حسب الخصائص التالية:

الجدول 01: "يوضح خصائص أفراد العينة الأساسية حسب متغير الجنس".

الجنس	العدد	النسبة المئوية
الذكور	23	20.90%
الإناث	87	79.10%
المجموع	110	100%

المصدر: (بيانات الدراسة الميدانية)

يتضح من الجدول رقم (1) ان نسبة الاناث في العينة (79,10%) اعلى من نسبة الذكور (20,90%).

#### 14- أدوات الدراسة الأساسية:

1. مقياس إدمان الأجهزة الإلكترونية: يتألف المقياس من جزأين الجزء الأول يحتوي على المعلومات الأولية التي تتكون من 8 أسئلة، وضع لكل سؤال منها عدد من الاختيارات يختار منها الفرد ما يتناسب معه، والجزء الثاني هو المقياس الذي يتكون من (27) فقرة، منها (26) عبارة موجبة و (1) عبارة

سالبة، حيث يقوم المفحوص بالإجابة على البدائل: " نعم –أحيانا- لا " فتمنح للعبارة الموجبة (3) درجات عن كل إجابة ذات البديل " نعم" و(2) عن كل إجابة ذات البديل " أحيانا" (1) للإجابات ذات البديل " لا "، أما العبارة السلبية فتمنح (1) درجة للإجابة ذات البديل " نعم " و (2) درجات للإجابة ذات البديل "أحيانا" (3) درجات للإجابة ذات البديل " لا".

الجدول 02: "يوضح العبارات الموجبة والسالبة لمقياس الإدمان الإلكتروني".

العبارات الموجبة	العبارات السالبة
26-25-24-23-22-21-20-19-18-17-16-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1	27

المصدر (بيانات الدراسة الأساسية)

## 2. الخصائص السيكومترية لمقياس ادمان الأجهزة الإلكترونية:

### • صدق درجات المقياس:

الجدول 03: "يوضح نتائج اختبارات بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على مقياس إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية".

القيمة	الفئة العليا	الفئة الدنيا
ن	8	8
$\bar{X}$	70,63	47,38
Y	0,91	3,88
ت المحسوبة	16,459	
درجة الحرية	14	
مستوى الدلالة	0,01	

المصدر (بيانات الدراسة الأساسية)

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا بلغ (70.63) بانحراف معياري قدره (0.91)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للفئة الدنيا (47.38) بانحراف معياري قدره (3.88) وبحساب درجة الحرية التي قدرت بـ (14) وقيمة (ت) المحسوبة التي بلغت (16.459)، فهي قيمة دالة عند مستوى (0.01) مما يدل على صدق المقياس.

### • ثبات درجات المقياس:

الجدول 04: "يوضح معامل الثبات المقياس إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية"

المؤشرات الإحصائية	البنود الفردية	البنود الزوجية
قيمة الفا كرو نباخ	**0,874	
قيمة معامل الارتباط (r) المحسوبة	**0,893	
تصحيح الطول بمعادلة سيرمان براون	**0,943	
الدلالة الإحصائية	دال احصائية	

\*\*تعني أن معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0.01

نلاحظ أن قيمة ألفا كرو نباخ بلغت (0.874)، ومعامل الارتباط (ر) المحسوب (0.893)، وبعد تصحيح الطول بمعادلة سييرمان - براون أصبحت النتيجة (0.943) وهي معاملات كلها دالة عند مستوى (0.01) مما يدل على وجود قدر مرتفع من الثبات للمقياس يمكن الاعتماد عليه.

### 3- مقياس التنظيم الذاتي:

يتكون المقياس من (28) فقرة موزعة بالتساوي في أربعة محاور وهي: وضع الهدف والتخطيط الاحتفاظ بالسجلات والمراقبة، التسميع والحفظ، طلب المساعدة، يقوم المفحوص بالإجابة على البدائل (موافق بشدة - موافق - غير متأكد - غير موافق - غير موافق بشدة) فتمنح (5) درجات للبديل " موافق بشده" و (4) درجات للبديل "موافق"، و (3) درجات للبديل "غير متأكد"، و (2) درجات للبديل ("غير موافق")، و (1) درجة للبديل "غير موافق بشدة"، حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (28-140) درجة

الجدول 05: " يوضح توزيع فقرات مقياس التنظيم الذاتي على الأبعاد"

الابعاد	الفقرات
وضع الهدف والتخطيط	25_21-17-31-9-5-1
الاحتفاظ بالسجلات والمراقبة	25_21-17-31-9-5-1
التسميع والحفظ	27-23-19-15-11-7-3
طلب المساعدة الاجتماعية	28-24-20-16-12-8-4

المصدر: (بيانات الدراسة الميدانية)

### 4- الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الذاتي:

#### • صدق درجات المقياس:

أ- طريقة صدق الإنسان الداخلي: بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح ذلك.

الجدول 06: " يبين معاملات الارتباط بين المحاور والدرجات الكلية للمقياس التنظيم الذاتي".

الابعاد	معامل الارتباط
وضع الهدف والتخطيط	**0,845
الاحتفاظ بالسجلات والمراقبة	**0,833
التسميع والحفظ	**0,839
طلب المساعدة الاجتماعية	**0,835

\*\* تعني أن معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0.01.

## ب-طريقة صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

الجدول رقم 07: "يبين نتائج اختبار (ت) بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على مقياس التنظيم الذاتي".

الفئة الدنيا	الفئة العليا	القيمة
8	8	ن
83	121,50	$\bar{X}$
6,32	4,10	Y
14,44		ت المحسوبة
14		درجة الحرية
0,01		مستوى الدلالة

المصدر: (بيانات الدراسة الميدانية)

نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا بلغ (121.50) بانحراف معياري قدره (4.10)، بينما بلغ

المتوسط الحسابي للفئة الدنيا (38) بانحراف معياري قدره (6.32)، وبحساب درجة الحرية التي قدرت بـ (14) درجة وقيمة (ت) المحسوبة التي بلغت (14.44)، إذن هي قيمة دالة عند مستوى (0.01) مما يدل على صدق المقياس.

## • ثبات درجات المقياس:

الجدول 08: "يبين معامل الثبات لمقياس التنظيم الذاتي".

المؤشرات الإحصائية	البنود الفردية	البنود الزوجية
قيمة الفا كرو نباخ	**0,878	
قيمة معامل الارتباط (ر) المحسوبة	**0,678	
تصحیح الطول بمعادلة سيرمان براون	**0,808	
الدلالة الإحصائية	دال إحصائية	

\*\*تعني أن معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0.01

نلاحظ أن قيمة ألفا كرو نباخ بلغت (0.878)، ومعامل الارتباط (ر) المحسوب (0.678)، وبعد تصحيح الطول بمعادلة سيرمان براون أصبحت النتيجة (0.808) وهي معاملات دالة عند مستوى (0.01) مما يدل على وجود قدر مرتفع من ثبات المقياس يمكن الاعتماد عليه والثوق به.

## 5- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضيات:

1.5. "نتوقع أن يكون الهاتف المحمول أكثر الأجهزة الإلكترونية استخداما من قبل التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا"

الجدول 09: "يوضح تكرارات الأجهزة الإلكترونية".

النسبة المئوية	التكرارات	الأجهزة الإلكترونية
30.98%	105	الهاتف المحمول
12.69%	43	الكمبيوتر
16.52%	56	الحاسوب المحمول
17.69%	60	التلفاز
7.96%	27	أجهزة الألعاب الإلكترونية
13.87%	47	اللوحة الإلكترونية
0.29%	1	غير ذلك
100%	339	المجموع

المصدر (بيانات الدراسة الميدانية)

يتضح من الجدول أن نسبة استخدام الهاتف المحمول بلغت (30.98)، وهي بذلك تعد أعلى نسبة. • بناء على البيانات المتحصل عليها من تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى من خلال حساب التكرارات والنسب المئوية، يمكننا القول إن الهاتف المحمول هو أكثر الأجهزة الإلكترونية استخداما لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا المدمنين على الأجهزة الإلكترونية الحديثة. وجاءت هذه النتيجة متفقة مع نتائج دراسة "مريم ماضي" (2013) التي توصلت إلى أن الهاتف النقال هو الأكثر شيوعا لدى الشباب، كما أنه ليس لديهم القدرة على التخلي عنه، ودراسة "غويل خليفة" (2008) التي أكدت أن الهاتف النقال في الوسط التربوي للمرحلة الثانوية يعد وسيلة لتحقيق استقلالية التلميذ والمراهق وإثبات ذاته أمام أقرانه، بالإضافة إلى عدم إمكانية المراهق الاستغناء عن الهاتف النقال الذي أصبح جزءا من أسلوب حياته ووسيلة لإشباع الرغبات العاطفية وهذا ما ذهب إليه (Tomi Ahomen) في دراسته، إلى أن أول وسيلة جماهيرية تستعمل استعمالا مكثفا، حيث أنه من بين 10 أشخاص هناك 7 منهم يحملون هواتفهم المحمولة بشكل دائم حتى خلال النوم، وفي نفس السياق جاءت دراسة "خلود إبراهيم القسي" (2000) بالنتائج التالية حول دوافع استخدام الهاتف الخليوي وهي:

\* دوافع نفسية: تتمثل في حب الظهور والتميز وتوفير الأمان والاطمئنان والرغبة في التجديد، والابتكار، والاستقلالية، وتجنب العزلة.

\* دوافع اجتماعية: تعني المحافظة على المكانة الاجتماعية، وتحقيق القبول الاجتماعي.

\* دوافع وضعية: إدارة الشؤون الخاصة، والسيطرة على المواقف والحالات الطارئة.

وهذا ما أشارت إليه أيضا نتائج دراسة الباحث (Kwon) حول دوافع استخدام الهاتف الخليوي في كوريا الجنوبية وهاواي، حيث يتجسد استخدامه في الحالات الطارئة، والبقاء على اتصال دائم مع

الأفراد الآخرين، أما الدوافع الداخلية هي المتعة في استخدام الهاتف المحمول والشعور بالاستقلالية وعدم الشعور بالوحدة، وتوقعات متعلقة بالضغوط الاجتماعية ويقصد بها توقعات الآخرين مواكبة التغيرات الاجتماعية.

ويمكن عزو ذلك أيضا إلى طبيعة المرحلة التي يمر بها التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا وهي فترة المراهقة ومالها من خصائص وحاجات تميزها عن باقي المراحل كالحاجة إلى الحب والتقبل، الحاجة إلى الأمن إلى تحقيق وتأكيد الذات، الحاجة إلى الاستقلال إلى الإشباع الجنسي، الحاجة إلى مكانة الذات.

بالإضافة إلى أن تطبيقات الهاتف المحمول المتعددة أدت إلى خلق اهتمامات جديدة لدى مستخدميها، كما أن هذه التطبيقات سمحت للمراهق بالتعبير عن نفسه وخلق عالم خاص به لا يضم إلا من يرغب فيه أيضا تعدى الهاتف النقال بتطبيقاته وظيفته الأساسية من مجرد جهاز يستخدم للاتصال والتواصل مع الغير إلى جهاز يعيش فيه كل مراهق حياته الخاصة، فأصبح مكتبا متنقلا ينجز من خلاله الأعمال، ويسجل ويحفظ فيه الأسرار والمعلومات، والمواعيد والتذكير بها ... الخ

كما أن الطبيعة المتحركة وسهولة حمله وخفته ومصاحبته للفرد في كل مكان وسرعة أدائه الأثر البالغ في تفضيله، بالإضافة إلى انخفاض تكلفته شرائه مقارنة بباقي الأجهزة الإلكترونية الأخرى.

2.5.. "نتوقع أن تكون الألعاب الإلكترونية أكثر الأنشطة تفضيلا لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين إلكترونيا".

الجدول رقم 10: "يوضح تكرارات الاستخدامات المفضلة".

النسب المئوية	التكرارات	الاستخدامات المفضلة في الجهاز الإلكتروني
20.45%	90	الدرشة في مواقع التواصل الاجتماعي
13.63%	60	ممارسة الألعاب الإلكترونية
18.40%	81	الاستماع للموسيقى والأغاني
11.59%	51	البحث عن معلومات علمية
6.60%	29	متابعة البرامج الدينية
5.69%	25	تصفح الصحف والمجلات
6.37%	28	الاطلاع على البريد الإلكتروني
2.73%	12	البحث عن المواقع الجنسية
3.41%	15	متابعة الأخبار السياسية
10.23%	45	تصفح المواقع المختلفة
0.90%	4	غير ذلك/اذكرها
100%	440	المجموع

المصدر (بيانات الدراسة الميدانية)

يتضح أن الدردشة مع الآخرين في مواقع التواصل الاجتماعي بلغت أعلى نسبة (20.45%)، تليها ممارسة الألعاب الالكترونية بـ (13) وفي الأخير تصفح المواقع الجنسية بـ (2.73%).

• بناء على البيانات المتحصل عليها من تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية من خلال حساب عدد التكرارات والنسب المئوية، يمكننا القول ان الدردشة في مواقع التواصل الاجتماعي أكثر الاستخدامات لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا المدمنين الكترونياً.

وجاءت هذه النتيجة متفقة مع نتائج دراسة مريم نومار (2012) التي توصلت في نتائجها إلى أن النسبة الأكبر من عينة الدراسة تقضي أكثر من 3 ساعات في استخدام الفيسبوك ويفضل أغلبهم خدمة التعليقات والدردشة بالدرجة الأولى.

كما أشارت دراسة عبد الرحيم (2013) في نتائجها إلى أن استخدامات الطلاب لمواقع التواصل الاجتماعي لأغراض اجتماعية أكثر من استخداماتها للأغراض الأكاديمية، وأن الطلاب الذين لديهم هواتف نقالة ذكية كانت استخداماتهم لهذه المواقع أكثر من أقرانهم الذين يملكون هواتف عادية.

وفي نفس السياق أشارت نتائج دراسة عبد الصادق (2014) إلى أن النسبة الأكبر والمقدرة بـ (73.5%) بين عينة الدراسة تستخدم مواقع الشبكات الاجتماعية بغرض إقامة علاقات الصداقة والتحدث مع الآخرين، والأقل نسبة (9.1%) من أجل الدراسة والبحث العلمي، كما أظهرت أيضاً نتائج دراسة معتوق (2013) إلى أن الهواتف الذكية جاءت في المرتبة الأولى كأحد أدوات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، فكانت أغراض الغالبية منهم هو التواصل مع الأصدقاء والدردشة في هذه الفضاءات، بالإضافة إلى ما توصلت إليه دراسة لعياضي (2012) من نتائج تمثلت في أن (85%) من أفراد العينة يشتركون في مواقع التواصل الاجتماعي لمقاومة الملل، وذلك من خلال تشكيل مجموعات من الأصدقاء والتعرف عليهم والتحدث معهم في تلك الشبكات.

بينما لم تتفق دراسة آل سعود (2014) مع نتائج الفرضية، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن دوافع استخدام الشباب لمواقع التواصل الاجتماعي الحصول على الأخبار ومعرفة أبرز القضايا السياسية العالمية والبحث عن الأحداث المهمة في مقدمة الدوافع لتليها الأسباب والدوافع الخاصة بالتواصل والتواصل مع الآخرين.

وهذا ما أشار إليه استطلاع رأي بعنوان: "الشباب وشبكة التواصل الاجتماعي" وقام به مركز شؤون المرأة (2011) إلى أن الأنشطة التي يمارسها الشباب على شبكات التواصل الاجتماعي تأتي في مقدمتها كتابة تعليقات على مقالات و مواد منشورة ثم تليها قراءة تعليقات وأخبار الأصدقاء، بعدها الدردشة

والمحادثات لتنتهي بزيارة المواقع الإخبارية، ويعزى عدم الاتفاق مع الفرضية ربما إلى الفئة العمرية التي تم تطبيق الدراسة عليها والحصول على هذه النتائج، فالشباب لديهم أهداف غير توجهات المراهقين. كما يمكن أن تعزى نتائج الفرضية إلى خصوصية هذه المرحلة التي يمر بها التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا، حيث أن المراهقين في هذه الفترة يميلون إلى إشباع حاجات متنوعة منها: الحاجة الاجتماعية حيث أن الفرد خاصة في مرحلة المراهقة بحاجة لأن يبدأ حياته الاجتماعية بالتواصل كراشد مع بقية أعضاء المجتمع، لكن الذي يحدث غالبا أن المجتمع لا يتعامل معه على أنه راشد فيجد لنفسه في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي إشباعا لهذه الحاجة ومن منظور اجتماعي آخر لا بد أن يكون لطبيعة مجتمعنا المحافظ الأثر لتحقيق الفرضية خاصة وأن معظم أفراد العينة إناث حيث يتحتم على الأسرة وضع قواعد على خروج الفتاة من بيتها لغير المدرسة أو الجامعة، أو العمل، الأمر الذي قد يجعل الفتاة تشعر بأنها محتاجة لمزيد من الحرية والمساحة وبهذا تجعل مواقع التواصل الاجتماعي فضاء لإقامة علاقات وصدقات والتحدث مع الآخرين إشباعا لهذه الحاجة. أيضا الحاجة لمعرفة الجنس الآخر حيث يحتاج المراهق في هذه المرحلة للتعرف والاتصال مع الجنس الآخر وبالنظر أيضا إلى مجتمعنا المحافظ فإن هذه الحاجة يصعب إشباعها ضمن العلاقات الاجتماعية العامة وبهذا يجد المراهق فضاءات التواصل الاجتماعي ملاذا لإشباعها، وكذا حاجته للترفيه والتسلية خاصة أن ما يفصلهم عن مرحلة الطفولة ليس بالكبير. الحاجة للمعرفة؛ يحتاج الفرد في هذه المرحلة إلى المعرفة الواسعة، إذ أن حب المعرفة والمغامرة سمة تتجلى في هذه المرحلة وفضاءات التواصل الاجتماعي تزود المراهقين بمعرفة عميقة لما يتوفر لديها من تنوع في كافة المجالات.

3.5. نتوقع أن يكون مستوى التنظيم الذاتي منخفض لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا المدمنين على استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة "

الجدول 11: " يوضح مستويات التنظيم الذاتي لدى عينة الدراسة".

النسبة المئوية	التكرار	المجال	مستوى التنظيم الذاتي
18.18%	20	82-28	منخفض
68.18%	75	117-83	متوسط
13.63%	15	140-118	مرتفع
100%	110	المجموع	

المصدر (بيانات الدراسة الميدانية)

نلاحظ أن مستوى التنظيم الذاتي المتوسط بلغ أكبر نسبة، حيث قدرت (68.18%) مقارنة بالمستوى المنخفض (18.18%) والمستوى المرتفع (13.63%) مما يدل على عدم تحقق الفرضية.

• بناء على البيانات المتحصل عليها من تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة وذلك من خلال حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، دلت النتائج على وجود مستوى متوسط من التنظيم الذاتي لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا المدمنين على استخدام الاجهزة الالكترونية الحديثة.

اتفقت نتائج الدراسة مع ما جاء في الدراسات السابقة، حيث تشير دراسة عبد اللطيف مومني، وقاسم على (2015) في نتائجها إلى أن مستوى التنظيم الذاتي لدى عينة الدراسة متوسط.

واتفقت معه في ذلك دراسة (Bameri Et Jenaamdi 2015) ، حيث أشارت نتائج دراستهما إلى أن الطلبة في المرحلة الثانوية يمتلكون درجة متوسطة من التنظيم الذاتي.

وفي نفس السياق أشارت أيضا نتائج دراسة صالح عليان درادكة (2018) أن مستوى تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في السعودية جاء بدرجة متوسطة.

وقد يعود السبب في ذلك حسب دراسة (عبد اللطيف مومني) إلى أن طبيعة المرحلة العمرية للطلبة الجامعيين، فهم لا يزالون تحت تأثير تبعات مرحلة المراهقة، لارتباط التنظيم الذاتي بضبط المشاعر والمعتقدات والسلوك، كما انه في مرحلة المراهقة يعاني المراهق من صعوبات في ضبط مشاعره وسلوكياته وبالتالي فإن عدم الاستقرار النفسي والفكري لدى الطلبة ينعكس سلبا على قدرتهم على ملاحظة سلوكياتهم (الملاحظة الذاتية)، وعلى تقييم ذواتهم (الحكم الثاني) مما يؤدي إلى انخفاض مستوى كفاءتهم في تنظيم ذواتهم، وهذا ما أشار إليه "بياجي" إلى أن التنظيم الذاتي ينمو ويتطور مع تقدم العمر، واختلفت هذه النتيجة مع ما توصل إليه الطائي (2014) في أن الطلبة الجامعيين يمتلكون درجة مرتفعة من التنظيم الذاتي.

ولعل اختلاف نتائج الفرضية مع هذه الدراسة يرجع إلى عينة الدراسة وخصائصها والمرحلة الدراسية وحجمها، أيضا قد يعود السبب إلى الأداة المستخدمة في قياس مستوى التنظيم الذاتي التي تختلف عن أداة القياس في الدراسة الحالية.

وقد تعزى نتائج الفرضية إلى أن التلاميذ لا يزالون في سن المراهقة، غير قادرين على تقييم أدائهم الأكاديمي بشكل فعال أو التخطيط الجيد لوضع أهداف أكاديمية عامة أخرى خاصة سعيا لتحقيقها.

إن تعارض نتائج هذه الفرضية مع ما تم توقعه بوجود مستوى منخفض من التنظيم الذاتي لدى عينة الدراسة ربما يعزى إلى خصوصية المرحلة الفاصلة في مسارهم الدراسي وهي شهادة البكالوريا

التي أظهرت لديهم نوع من التنظيم الذاتي ولو بدرجة متوسطة مقارنة بما يصاحب أفراد عينة الدراسة من إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة ضف إلى ذلك أنه لم تعد النظرة للمتعلمين على أنهم مستقبلون للمعلومات بل أكثر من ذلك، فهم نشطون في إعادة بناء المعرفة الموجودة وربطها بالمعرفة السابقة مما يسهم في تكوين بنية معرفية أكثر استقرارا للتنظيم الذاتي.

4.5. توجد علاقة ارتباطية سالبة بين ادمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة والتنظيم الذاتي لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين الكترونيا".

الجدول 12: "يوضح معامل الارتباط بين الإدمان الإلكتروني والتنظيم الذاتي".

المعالجة الإحصائية	الإدمان الإلكتروني	التنظيم الذاتي
عدد افراد العينة	110	
معامل الارتباط	-0,075	
درجة الحرية	108	
الدلالة الاحصائية	غير دال احصائيا	

المصدر (بيانات الدراسة الميدانية)

من خلال الجدول يتبين أن قيمة معامل الارتباط قد بلغت (- 0.075) وهي قيمة غير دالة إحصائيا مما يدل على أنه لا توجد علاقة بين كل من الإدمان الإلكتروني والتنظيم الذاتي، وعليه فالفرضية غير محققة.

دلت نتائج معامل الارتباط بيرسون (R)، أنه لا توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الإدمان الإلكتروني والتنظيم الذاتي لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا المدمنين استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة.

• لم تتطابق نتائج الفرضية مع أي دراسة من الدراسات السابقة لأنها لم تتناول نفس المتغيرات التي تناولتها الدراسة الحالية، لكنها كانت تدرس كل متغير على حدا مع متغيرات أخرى كدراسة شذى السويلمي (2014) بعنوان " إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي والثقة بالنفس حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية والثقة بالنفس والتفاعل الاجتماعي.

ودراسة عديلة غانمي (2017) بعنوان إدمان الانترنت وعلاقته بكل من سمات الشخصية (العوامل الستة عشر) وظهور بعض الاضطرابات السلوكية المرتبطة بالصحة، حيث أظهرت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة ارتباطية سلبية بين إدمان الأنترنت وسمات الشخصية من بينها التنظيم الذاتي.

وبالرجوع إلى الدراسة الميدانية وما لوحظ على أفراد العينة أن الفترة التي طبقنا فيها أدوات الدراسة كانت فترة حساسة جدا لاقتراب موعد البكالوريا، وبالتالي التلميذ حتى ولو كان مدمنا سيكون لديه

تنظيم ذاتي استعداداً لها، كما أن أساتذة الدروس الخصوصية يشهد لهم بالكفاءة في مجال التدريس، وعلى هذا الأساس. تم اختيارهم من قبل التلاميذ وبالتالي لديهم القدرة على إيصال الفكرة وتبسيطها من خلال استخدامهم لاستراتيجيات منظمة في التعليم، وهذا ما ينعكس بالإيجاب على المتعلم، بالإضافة إلى الأساتذة وما يمارسونه في هذه الفترة القريبة من اجتياز الشهادة من أنواع الضبط على التلميذ لتنظيم ذاته واستعدادا لها، ولا ننسى المساندة والدعم المعنوي والنفسي الذي يتلقاه التلاميذ في هذه المرحلة من الأهل والحرص على مواكبة الدروس، ووضع خطط دراسية، وتقديم المساعدة والنصائح في طريقة المراجعة والتنظيم، كما نشير إلى أهم نقطة وهي مكانة النجاح في شهادة البكالوريا لدى المراهق باعتبارها مرحلة انعطاف لحياته المستقبلية وبالتالي يحاول اثناء اجتيازها إبعاد كل المثيرات الخارجية حتى وإن كان إدمان.

الخاتمة:

تعد الأجهزة الالكترونية من الوسائل التكنولوجية الأكثر استخداما واقبالا عليها في عصرنا هذا، وكما ان لكل تكنولوجيا جديدة إيجابيات لا يمكن انكارها او الاستغناء عنها فان لها سلبياتها أيضا في حال الافراط وسوء الاستخدام فقد أسهم تنوع هذه الأجهزة ووفرتها في خلق جيل جديد من المدمنين على استخدامها في جميع دول العالم خاصة المراهقين منهم، وقد توصلت الدراسة الحالية إلى النتائج التالية:

- أن الهاتف المحمول هو أكثر الأجهزة الإلكترونية استخداما من قبل التلاميذ المدمنين إلكترونيا.
- الدردشة مع الآخرين في مواقع التواصل الاجتماعي أكثر الأنشطة تفضيلا لدى التلاميذ المدمنين إلكترونيا.
- وجود مستوى متوسط من التنظيم الذاتي لدى التلاميذ المدمنين الكترونيا.
- عدم وجود علاقة سالبة بين الإدمان الإلكتروني والتنظيم الذاتي لدى أفراد العينة.
- وتبقى النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة رهينة البيئة المحلية، لذلك نقترح مجموعة من التوصيات:
- حرص الوالدين على تحديد زمن استخدام هذه الأجهزة الإلكترونية بحيث لا تتعدى الحد المعقول حتى لا يتحول المستخدم السوي إلى مدمن.
- ضرورة تعلم المراهق كيفية الاستخدام الآمن للأجهزة الإلكترونية والاستفادة من مزاياها وتجنب عيوبها وأخطارها.

- توعية المراهقين بالمخاطر والمشكلات سواء النفسية أو الاجتماعية أو الأكاديمية التي قد تواجههم جراء الاستخدام المفرط لهذه الأجهزة.
- تضمين المناهج التعليمية الأنشطة الرياضية والترفيهية التي تلبى احتياجات التلاميذ، وتخرجهم من الانغماس في العالم الافتراضي.
- بناء برامج تدريبية تساعد المراهق في اكتساب استراتيجيات التنظيم الذاتي وتنميتها، وفتح دورات تكوينية للمعلمين لتكوينهم في كيفية استخدام هذه الاستراتيجيات مع المتعلمين خاصة المقبلين منهم على اجتياز شهادة البكالوريا.
- تقديم برامج إرشادية وعلاجية للمدمنين على استخدام الأجهزة الالكترونية خاصة المراهقين منهم من أجل الوقاية والتخفيف من الآثار والنتائج السلبية المترتبة عنها، وتوعية الآباء والأمهات حول الاستخدام المفرط لهذه الأجهزة.

## المراجع

- أبو الخير، احمد احمد. (2013). اثر برنامج قائم على مهارات التنظيم الذاتي في تنمية المهارات الحياتية وعادات الاستذكار لدى طلاب المدرسة الثانوية. *مجلة العلوم التربوية*، 21 (2)، 481-517.
- السروجي، فاطمة. (2021). ادمان الانترنت وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى الشباب: دراسة ميدانية. *مجلة البحوث*، (3)، 175-228.
- المومني، عبد اللطيف عبد الكريم، خزعلي، قاسم محمد. (2016). التنظيم الذاتي لدى عينة من الطلبة الجامعيين وقدرته التنبؤية في تحصيلهم الدراسي، *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*، 10 (3)، 461-475.
- السويلي، شذى بنت علي محمد. (2014). ادمان استخدام الأجهزة الالكترونية الحديثة وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي والثقة بالنفس: دراسة مقارنة بين طالبات المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض [رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية قسم علم النفس].
- <https://bts-academy.com › uploade › file › pdf-955>
- القيسي، عبد الغفار عبد الجبار، لطيف، شيماء محمد. (2016). قياس تنظيم الذات لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية للبنات*، (2)، 27-643.
- بلخماس، يمينة، ميروش، قيس. (2023). أثر طلاق الوالدين على تقدير الذات لدى المتدرب المدمن على الألعاب الالكترونية. *مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف*، 8 (1)، 103-118.
- بوقفة، ايمان. (2013). الكفاءة الذاتية الاكاديمية واستراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا لدى المراهقين ذوي صعوبات التعلم والاسوياء [رسالة ماجستير، جامعة سطيف]. <http://dspace.univ-setif2.dz › xmlui › handle › setif2>
- دعـدوع، شهيرة. (2019). ما هو تعريف الأجهزة الالكترونية. استرجع في 12 سبتمبر، 2023 من <https://mawdoo3.com>
- طاقاطة، شيرين. (2018، سبتمبر 27). تعريف الأجهزة الذكية. استرجع في 12 سبتمبر، 2023 من <https://mawdoo3.com>
- عبد الهادي، سامر. (2018). التنظيم الذاتي لدى هيئة التدريس في جامعة أبو ظبي في دولة الامارات العربية. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، 7 (21)، 151-164.
- نش، حدة، الربيع، العبوزي. (2023). مخاطر الإدمان على الأطفال ودور الأسرة في حمايتهم. *مجلة افاق علم الاجتماع*، 13 (1)، 124-106.
- بوزار، يوسف. (2021). المخدرات الرقمية شكل جديد للإدمان. *مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف*، 6 (2)، 152-169.
- Abreu , C, N., Karam, R, G., Góes, D, S., Spritzer, D, T. (2011). Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão Internet and videogame addiction: a review, *Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da FMUSP Ambulatório Integrado dos Transtornos do Impulso (AMITI)*, 30(2).156-167 <https://doi.org/10.1590/S1516-44462008000200014>
- Bellaissaoui, T, & Bechka, A. (2020). Défi de sante mental chez les jeunes : De L'addiction aux portables aux drogues électroniques. *Les annles de luniversite d'Alger I*, 34(2).732-747.
- Bernadette, N.(2012). L'apprentissage autorégulé entre cognition et motivation..*Revue française de pédagogie*, (180).133-135 <https://doi.org/10.4000/rfp.3831>

Fréchette, S. (2008). *Auto régulation de l'apprentissage de l'exercice du rôle de soutien à la motivation de l'élève au secondaire dans le cadre de formation des enseignants* [thèse de doctorat en éducation université de Québec à Montréal].

Pep.,K.(2011). A study on the playing of computer game. Class success and attitudes of parents

To primary school student. *educational reserch and reviews*,6(9).657-663.

Sussman, S, & Alan.N.S.(2008). Considering the definition of addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(10).4025-4038. doi:10.3390/ijerph8104025