



معلومات البحث

تاريخ الاستلام: 2023/07/07

تاريخ القبول: 2023/12/20

Printed ISSN: 2352-989X

Online ISSN: 2602-6856

انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري

-دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الهواتف الذكية-

The repercussions of smartphone addiction on the Algerian teenager -A field study on a sample of smartphone users-

نعيم بوعموشة

جامعة تامنغست (الجزائر)، naim.bouamoucha@univ-tam.dz

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، من خلال دراسة على عينة من مستخدمي الهواتف الذكية. وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وأداة الاستمارة لجمع البيانات من المبحوثين الذين قدر عددهم بـ 140 شاب مراهق ببعض أحياء مدينة جيجل. وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: بلغت متوسطات تقديرات العينة للانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية (2.69) بانحراف معياري (0.568)، أي أنها تقع ضمن متوسطات التقدير (موافق). أما متوسطات تقديرات العينة للانعكاسات النفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية (2.51) بانحراف معياري (0.575)، والتي تقع ضمن متوسطات التقدير (موافق). بينما بلغت متوسطات تقديرات العينة للانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية (2.23) بانحراف معياري (0.592)، والتي تقع ضمن متوسطات التقدير (محايد). وحسب هذه النتائج يتضح بأن انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري متعددة، ويتضح انعكاسها بشكل كبير على الجانب الصحي والنفسي.

الكلمات المفتاحية: الإدمان، الهاتف الذكي، المراهق.

ABSTRACT

This study aimed to identify the repercussions of smartphone addiction on Algerian adolescents, through a study on a sample of smartphone users. The researcher used the descriptive approach and the questionnaire tool to collect data from the respondents, who were estimated to be 140 young adolescents in some neighborhoods of the city of Jijel. The study reached a set of results, the most important of which are: The mean estimates of the sample for the health repercussions of smartphone addiction were (2.69) with a standard deviation of (0.568), meaning that they fall within the average estimate (OK). As for the mean of the sample's estimates of the psychological repercussions of smartphone addiction, it is (2.51) with a standard deviation of (0.575), which falls within the average estimate (OK). While the mean of the sample's estimates for the health repercussions of smartphone addiction was (2.23) with a standard deviation of (0.592), which falls within the average estimate (neutral). According to these results, it is clear that the repercussions of smart phone addiction on the Algerian teenager are multiple, and its reflection is evident in a large way on the health and psychological side.

Keywords: addiction, smartphone, teenager.

. مقدمة:

عرف القرن الحادي والعشرون العديد من المكتشفات التكنولوجية والرقمية، والتي أحدثت تغيرات واضحة في المجتمع الجزائري. ولعل أهم المكتشفات الرقمية في الحياة المعاصرة الهواتف الذكية التي تجاوزت حدود التوقعات الخاصة بالدور الذي يمكن أن تلعبه في حياة الناس. إذ تحظى باهتمام وإقبال جميع فئات المجتمع خاصة فئة المراهقين، نظرا لما تتمتع به الهواتف الذكية من جاذبية فنية وتقنية ومزايا عديدة، ومحملة بكم هائل من التطبيقات، مما جعلها وسيلة أساسية في حياتهم لا يمكن الاستغناء عنها أو تجاهلها. وهو ما جعل الشاب المراهق اليوم ينشأ في محيط تقني ثقافي جديد، أدى إلى خلق تناقضات فكرية وسلوكية، خاصة وأن العديد من المراهقين يستخدمون الهواتف الذكية بشراهة. لذا ومن منطلق المسؤولية العلمية والاجتماعية اخترنا البحث في هذا الموضوع الذي فرضه الدور المتزايد الذي باتت تلعبه الهواتف الذكية في حياة المراهق؛ والذي يستخدمها بطريقة لافتة تستدعي الاهتمام. حيث بات لزاما دراسة هذه الظاهرة للوقوف على تأثيراتها وانعكاساتها النفسية والاجتماعية وحتى الصحية، ومحاولة تلافي سلبياتها أو على الأقل الحد منها. آملي أن يكون هذا البحث بداية لمزيد من الدراسات الميدانية حول هذه الظاهرة الاجتماعية الهامة.

2. الإطار العام للدراسة:

1.2. إشكالية الدراسة:

يعد الهاتف الذكي نتاجا للتقدم التكنولوجي والتقني المعاصر، ما جعل الانسان اليوم قادرا على الاتصال والتواصل مع العالم بأسره صوتا وصورة، وأصبحت معطيات التقنية الحديثة متنوعة ومتوفرة بكثرة، ما أدى إلى تغير سلوك الأفراد واتجاهاتهم، وتأثر علاقاتهم وقيمهم. ففي الوقت الذي أصبحت فيه الهواتف الذكية تساهم في تسهيل عملية الاتصال والتواصل وتبادل المعلومات، باتت في المقابل تهدد كيان واستقرار الحياة الاجتماعية، خاصة وأن أكثر الفئات الاجتماعية إقبالا على استخدام الهواتف الذكية فئة الشباب المراهقين، كونهم الأكثر تأثرا وقابلية للتغيير والتطوير.

ونظرا للتأثيرات التي يمكن أن تلعبها الهواتف الذكية في حياة المراهقين باتت تطرح اليوم إشكاليات بالغة التعقيد والصعوبة، تحتم علينا أن نولي اهتماما بالغا بالشباب المراهقين، وأن نعمل على تحقيق توازن اجتماعي ونفسي في حياتهم. خصوصا وأن كثيرا من المراهقين يقضون ساعات طويلة في استخدام الهواتف الذكية بشكل غير طبيعي، همهم الوحيد هو الحصول على المتعة التي يرغبون فيها من مختلف التطبيقات، وهو ما يؤثر بشكل أو بآخر على نموهم المعرفي والنفسي والجسدي. وهو ما أدى إلى تباين الاتجاهات نحو استخدام الهواتف الذكية بين مؤيد ومعارض، وبين من يحسن استخدامها وبين من يسيء ذلك، والسعي نحو إبعاد المستخدم من خانة الخطر إلى عقلانية الاستخدام.

إذ يتفق العديد من الباحثين على أن الجلوس الطويل في استخدام الهاتف الذكي يؤدي إلى أضرار صحية تتعلق بالعيون والجملة العصبية وبنية الجسم، وكذا التهرب من الدراسة والواجبات المدرسية وعدم التركيز داخل الصف. كما أن فئة كبيرة من المراهقين مستخدمي الهواتف الذكية أصبحوا يعيشون في عزلة عن الآخرين مهملين كل ما عليهم من ارتباطات وواجبات، كما تقل لديهم مهارات التواصل، كثيرون الانطواء والوحدة، ومنهم من يشعر بالقلق والانزعاج عند محاولة التوقف أو التقليل من استخدام الهاتف الذكي كونه أصبح جزءا من تفاصيل حياتهم. وعلى هذا الأساس تم طرح السؤال الرئيس التالي: ما هي انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري؟

ويندرج تحت هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

- هل هناك انعكاسات صحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري؟
 - هل هناك انعكاسات نفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري؟
 - هل هناك انعكاسات اجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري؟
- 2.2. فرضيات الدراسة:**

1.2.2. الفرضية الرئيسية:

- تتعدد انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.

2.2.2. الفرضيات الفرعية:

- هناك انعكاسات صحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.
- هناك انعكاسات نفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.
- هناك انعكاسات اجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.

3.2. أهمية الدراسة:

تأتي أهمية هذه الدراسة من أهمية الموضوع الذي تتناوله، فمما لا شك فيه أن الهواتف الذكية أضحت اليوم ظاهرة تكنولوجية جديدة وأكثر جاذبية، تتماشى والتطور الحاصل في مجال التكنولوجيا الرقمية. وتعد شريحة الشباب المراهقين أكثر فئات المجتمع إقبالا على شراء أو اقتناء مستحدثات التكنولوجيا، والأكثر استخداما لها والتعامل معها مقارنة بالشرائح العمرية الأخرى، لاسيما الهواتف الذكية. والملفت للانتباه أن بعض المراهقين أصبحوا أكثر تعلقا باستخدام الهواتف الذكية نظرا للتطبيقات المختلفة التي تتضمنها، ووصلوا إلى مرحلة الإدمان عليها، وهو ما يحيلنا للانعكاس السلبي الذي يمكن أن ينجر عن ذلك. لذا بات لزاما التعاطي مع هذه الظاهرة بالدراسة والوقوف على انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.

4.2. أهداف الدراسة:

- يسعى الباحث من خلال هذه الدراسة إلى التعرف على انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري كهدف رئيسي، كما تسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:
- التعرف على الانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.
 - التعرف على الانعكاسات النفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.
 - التعرف على الانعكاسات الاجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.
 - الوصول لصياغة بعض التوصيات والمقترحات للتقليل من انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.

5.2. مفاهيم الدراسة:

1.5.2. الإدمان:

يقصد بالإدمان لغة "المدافمة على الشيء أو الاعتماد المضطرب عليه". (عبد الحليم، 2008، ص87).

كما يعرف الإدمان بأنه "المدامة على تعاطي مواد معينة، أو القيام بنشاطات معينة لمدة طويلة، بقصد الدخول في حالة من النشوة أو استبعاد الحزن والاكتئاب". (قمر وآخرون، 2008، ص 64). ويعرف إدمان الهاتف الذكي بأنه "نوع من الإدمان السلوكي المرتبط بمجموعة من الأعراض السلبية مثل تجاهل العواقب الضارة والانشغال، وعدم القدرة على التحكم في الرغبة، وفقدان الانتاجية والشعور بالقلق والضيق". (البراشدية، 2021، ص 246).

التعريف الإجرائي: يقصد بالإدمان في هذه الدراسة الدرجة التي يتحصل عليها المبحوث مستخدم الهاتف الذكي من خلال الاستبيان.

2.5.2. الهاتف الذكي:

يعرف الهاتف الذكي بأنه "جهاز محمول يعمل وفق نظام تشغيل متطور يمزج بين تقديم خدمات الهواتف التقليدية والحاسب الشخصية بطريقة احترافية تتيح لمستخدميه تلقي المعلومات والتواصل مع الناس وإنجاز المهمات المختلفة". (تيتون، صنهاجي، ص 127).

الهواتف الذكية هي "الهواتف المحمولة المتقدمة التي لديها إمكانيات متعددة مثل: الكاميرا، ومشغل الموسيقى، ومسجل الصوت، والمساعد الرقمي الشخصي، فتترب من مستوى تعقيد أجهزة الكمبيوتر لأن لديها تطبيقات مماثلة مثل معالجة كلمات الهاتف المحمول وجدول البيانات والبريد الإلكتروني والانترنت، وقد أدى ارتفاع مستوى تفاعل هذه الهواتف المحمولة إلى تصنيفها على أنها هواتف ذكية". (البراشدية، 2021، ص 247).

ويعرف فضيل دليو الهاتف الذكي بأنه "عبارة عن جهاز اتصال صغير الحجم مربوط بشبكة الاتصالات اللاسلكية والرقمية تسمح ببث واستقبال الرسائل الصوتية والنصية والصور عن بعد وبسرعة فائقة". (تيتون، صنهاجي، 2020، ص 127).

3.5.2. المراهق:

المراهقة كلمة أصلها لاتيني تعني الاقتراب المتدرج من النضج الجنسي والانفعالي. وفي اللغة العربية راهق الغلام: قارب الحلم، ويقال راهق الغلام الحلم مراهقا". (غباري، أبو شعيرة، 2015، ص 223). والمراهق هو "الفرد في فترة المراهقة". (شحاتة، النجار، 2003، ص 268).

ويعرف معجم العلوم الاجتماعية الشباب المراهق بأنهم "الأفراد في مرحلة المراهقة أي الأفراد بين مرحلتَي البلوغ الجنسي والنضج، ويستعمله بعض العلماء ليشمل المرحلة من العاشرة حتى سن الحادية عشر، إلا أن الفترة التي تنتهي منها مرحلة الشباب غير محددة وقد قيدها البعض إلى سن الثلاثين". (جزار، 2012، ص 87).

التعريف الإجرائي: يقصد بالمراهق في هذه الدراسة عينة من التلاميذ ببعض ثانويات مدينة جيجل، تتراوح أعمارهم ما بين خمسة عشر سنة وتسعة عشر سنة، والذين أجريت معهم الدراسة الميدانية.

3. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.3. مجالات الدراسة:

1.1.3. المجال المكاني: هو المكان الذي تمت فيه الدراسة الميدانية، ويتمثل في بعض أحياء مدينة جيجل، وهي حي موسى، حي العقابي، حي أيوف، حي مزغيطن، حي مصطفى، حي أولاد عيسى، حي 40 هكتار، حي المقاسب.

2.1.3. المجال البشري: ويقصد به عدد الأفراد المبحوثين الذين أجريت معهم الدراسة الميدانية، ويتمثل في عينة من المراهقين مستخدمي الهواتف الذكية، حيث تم تطبيق أداة الدراسة على 140 شاب (ة) مراهق (ة).

3.1.3. المجال الزمني: تم إجراء هذه الدراسة خلال شهري مارس وأفريل لسنة 2023.

2.3. منهج الدراسة:

يعتبر المنهج الوصفي هو المنهج الأنسب والأكثر ملائمة لهذه الدراسة التي تتناول انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري. ويعرف المنهج الوصفي على أنه "مجموع الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث". (عباد، 2009، ص 62).

3.3. أداة الدراسة:

قام الباحث في هذه الدراسة باستخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات الميدانية، ويشير الاستبيان إلى "تلك الأداة التي يستخدمها الباحث الاجتماعي في جمع البيانات المتعلقة بموضوع بحثه من المبحوثين (الأفراد)، وهي عبارة عن مجموعة من الأسئلة أو العبارات المكتوبة والمزودة بإجاباتها المحتملة والمعدة بطريقة منهجية، يطلب فيها من المبحوثين الإشارة إلى ما يعتقدون أنه يمثل رأيهم حول السؤال المطروح أو العبارة المقترحة". (دليو، 2014، ص 217).

ولإخراج أداة الدراسة (الاستبيان) في صورة تجيب عن أسئلة الدراسة، قسمها الباحث كما يلي:

* الجزء الأول: وتضمن البيانات الشخصية الخاصة بوصف مجتمع الدراسة، والتي يتم من خلالها تحديد هوية وخصائص المبحوثين، وقد تضمن 04 أسئلة.

* الجزء الثاني: وقد تضمن 20 عبارة تمثل انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، وقد جاءت موزعة كالتالي:

الجدول رقم (01): يبين توزيع محاور وعبارات الاستبيان

أرقام العبارات كما وردت في الاستبيان	عدد العبارات	المحور
من 1 إلى 6	6	الأول الانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.
من 7 إلى 13	7	الثاني الانعكاسات النفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.
من 14 إلى 20	7	الثالث الانعكاسات الاجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.

وقد استخدم الباحث لمعرفة انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري مقياس ليكرت

الثلاثي لقياس درجة إجابة المبحوثين على عبارات الاستبيان، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (02): يبين البدائل المحتملة للإجابة على عبارات الاستبيان

الاستجابة	غير موافق	محايد	موافق
الدرجة	1	2	3

صدق أداة الدراسة وثباتها:

أ- **صدق أداة الدراسة:** قام الباحث بحساب الصدق الظاهري أو صدق المحكمين، من خلال عرضها بصورتها الأولية على 06 محكمين، حيث طلب من كل محكم إبداء رأيه بخصوصه مدى وضوح الصياغة، ومدى مناسبة وشمولية وانتماء كل عبارة لمحورها. وفي ضوء ملاحظات المحكمين تم إجراء التعديلات المطلوبة التي اتفق عليها 90% منهم. حيث تضمن الاستبيان في صورته الأولية 24 عبارة، وقد تركزت ملاحظات المحكمين في تعديل الصياغة لبعض العبارات وحذف أخرى، وتغيير موضع بعض العبارات في المحور.

ب- **ثبات أداة الدراسة:** تم التأكد من ثبات أداة الدراسة من خلال حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ، انطلاقاً من عينة حجمها 50 مبحوث. وقد جاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (03): قيم ألفا لمعاملات ثبات الأداة

المحور	عدد العبارات	قيمة ألفا كرونباخ
الأول	6	0.861
الثاني	7	0.873
الثالث	7	0.860
الاستبيان ككل	20	0.864

يلاحظ من الجدول أن أداة الدراسة تتمتع بدرجة ثبات عالية حيث تراوحت قيم ألفا بين (0.873) في حدها الأعلى للمحور الثاني و(0.860) في حدها الأدنى للمحور الثالث، في حين بلغت قيمة ألفا العام للأداة (0.864) وهي قيم مرتفعة جداً، مما يعني أن معامل الثبات للمحاور مرتفع.

4.3. عينة الدراسة وطريقة اختيارها:

قام الباحث في هذه الدراسة باختيار عينة مكونة من 140 شاب مراهق (ة) من مستخدمي الهواتف الذكية بطريقة قصدية. وقد جاء اختيار هذه العينة على أساس حر من قبل الباحث وحسب طبيعة بحثه بحيث يحقق هذا الاختيار هدف الدراسة، وتعرف العينة القصدية بأنها "هي العينة التي يستخدم فيها الباحث الحكم الشخصي على أساس أنها هي الأفضل لتحقيق أهداف الدراسة". (عباس وآخرون، 2014، ص 229).

5.3. أساليب المعالجة الإحصائية:

استخدمت الدراسة برنامج التحليل الإحصائي SPSS لمعالجة البيانات، حيث تم حساب التكرارات والنسب المئوية، وحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور الاستبيان وعباراته. كما تم حساب معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات أداة الدراسة.

4. تحليل ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية:

لقد حددت بدائل الاستجابة أمام كل فقرة ثلاثة مستويات لمعرفة انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، بحسب تقديرات فئات العينة وهي: (موافق، محايد، غير موافق). وللحكم على آراء العينة أعطيت التقديرات الوصفية تقديرات كمية كما يلي: (غير موافق = 1)، (محايد = 2)، (موافق = 3). وقد تم تحويل التكرارات من بيانات تقع بمستوى القياس الاسمي على المقياس الثلاثي، إلى درجات تقع بمستوى القياس الفئوي لتسهيل عملية تصنيفها إلى ثلاثة مستويات بحسب مدى متوسط التكرارات، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (05): درجة اتجاه الشباب الجزائري نحو انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على الشباب الجزائري

مدى الدرجات	1 - 1.66	2.33 - 1.67	3 - 2.34
مستويات الاتجاه	غير موافق	محايد	موافق

وسيتم عرض النتائج على مستوى كل فئة على حدة على النحو التالي:

1.4- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة المتعلقة بالفرضية الأولى: هناك انعكاسات صحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري

سيتم عرض نتائج استجابات عينة الدراسة نحو الانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، على النحو التالي:

الجدول رقم (06): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات فئات عينة الدراسة للانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري

الترتيب بحسب الاستبيان	الانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الإجابة
6	أشعر بإجهاد في العين بعد قضاء ساعات طويلة أمام شاشة الهاتف الذكي.	2.81	0.595	1	موافق
4	أشعر بالصداع بسبب كثرة استخدامي للهاتف الذكي.	2.77	0.620	2	موافق
1	أصاب بالإجهاد والتعب في يدي من كثرة استخدام الهاتف الذكي.	2.73	0.622	3	موافق
2	أشعر بالآلام في ظهري بسبب كثرة استخدامي للهاتف الذكي.	2.64	0.657	4	موافق
5	أعاني من الإرهاق بسبب استخدامي المستمر للهاتف الذكي.	2.29	0.679	5	محايد

3	أعاني من اضطرابات في النوم.	2.12	0.698	6	محايد
---	-----------------------------	------	-------	---	-------

يلاحظ من الجدول رقم (06) أن هذا المحور شمل 6 عبارات خاصة بالانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، حيث جاءت تقديرات عينة الدراسة بين (2.81-2.12) وانحراف معياري بين (0.698-0.595). وموزعة على ثلاثة مستويات للتقدير هما:

المستوى الأول: تقديرات ضمن مدى المتوسطات (2.81-2.64)، ومدى انحراف معياري بين (0.595-0.657) وهي تقع ضمن متوسطات التقدير (موافق)، وتشمل (4) عبارات وتشكل 66.67% من عبارات المحور. حيث احتلت العبارة 6 (أشعر بإجهاد في العين بعد قضاء ساعات طويلة أمام شاشة الهاتف الذكي) المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (2.81) وانحراف معياري قدر بـ (0.595)، تليها العبارة 4 (أشعر بالصداع بسبب كثرة استخدامي للهاتف الذكي) في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.77) وانحراف معياري قدر بـ (0.620)، بعدها العبارة 1 (أصاب بالإجهاد والتعب في يدي من كثرة استخدام الهاتف الذكي) في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (2.73) وانحراف معياري قدره (0.622)، ثم العبارة 2 (أشعر بالآلام في ظهري بسبب كثرة استخدامي للهاتف الذكي) في المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي بلغ (2.64) وانحراف معياري قدر بـ (0.657).

المستوى الثاني: تقديرات ضمن مدى المتوسطين (2.29-2.12)، ومدى انحراف معياري بين (0.679-0.698) وهي تقع ضمن متوسطات التقدير (محايد)، وتشمل (2) عبارتين وتشكل 33.33% من عبارات المحور. هما على التوالي العبارة 5 (أعاني من الإرهاق بسبب استخدامي المستمر للهاتف الذكي) المرتبة الخامسة بمتوسط حسابي بلغ (2.29) وانحراف معياري قدر بـ (0.679)، تليها العبارة 3 (أعاني من اضطرابات في النوم) في السادسة بمتوسط حسابي بلغ (2.12) وانحراف معياري قدر بـ (0.698).

وحسب هذه النتائج يتضح بأن هناك انعكاسات صحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، ويظهر ذلك فيما يلي: الشعور بإجهاد في العين بعد قضاء ساعات طويلة أمام شاشة الهاتف الذكي، الشعور بالصداع بسبب كثرة استخدام الهاتف الذكي، الإجهاد والتعب في اليد من كثرة استخدام الهاتف الذكي، الشعور بالآلام في الظهر بسبب كثرة استخدام الهاتف الذكي.

2.4- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة المتعلقة بالفرضية الثانية: هناك انعكاسات نفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري

سيتم عرض نتائج استجابات عينة الدراسة نحو الانعكاسات النفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، على النحو التالي:

الجدول رقم (07): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات فئات عينة الدراسة للانعكاسات النفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري

الترتيب بحسب الاستبيان	الانعكاسات النفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الإجابة
8	أصبحت أسيرا لشاشة هاتفي الذكي.	2.76	0.547	1	موافق

7	أشعر بالتوتر إذا انقطعت عن هاتفي الذكي.	2.69	0.563	2	موافق
11	أشعر بأن الحياة دون هاتف ذكي لا تطاق.	2.56	0.572	3	موافق
13	أشعر بالاكئاب عندما لا أستخدم هاتفي الذكي.	2.28	0.596	4	محايد
9	أشعر بالندم لطول فترة استخدامي لهاتفي الذكي.	2.11	0.618	5	محايد
12	أجد صعوبة في التركيز على دراستي بسبب اشتياقي لاستخدام هاتفي الذكي.	1.98	0.634	6	محايد
10	أشعر بأن حياتي مرتبطة بهاتفي الذكي.	1.54	0.688	7	غير موافق

يلاحظ من الجدول رقم (07) أن هذا المحور شمل 7 عبارات خاصة بالانعكاسات النفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، حيث جاءت تقديرات عينة الدراسة بين (1.54-2.76) وانحراف معياري بين (0.547-0.688). وموزعة على ثلاثة مستويات للتقدير هي:

المستوى الأول: تقديرات ضمن مدى المتوسطات (2.56-2.76)، ومدى انحراف معياري بين (0.547-0.572) وهي تقع ضمن متوسطات التقدير (موافق)، وتشمل (3) عبارات وتشكل 42.86% من عبارات المحور. حيث احتلت العبارة 8 (أصبحت أسيرا لشاشة هاتفي الذكي) المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (2.76) وانحراف معياري قدر بـ (0.547)، تليها العبارة 7 (أشعر بالتوتر إذا انقطعت عن هاتفي الذكي) في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.69) وانحراف معياري قدر بـ (0.563)، بعدها العبارة 11 (أشعر بأن الحياة دون هاتف ذكي لا تطاق) في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (2.56) وانحراف معياري قدره (0.572).

المستوى الثاني: تقديرات ضمن مدى المتوسطات (1.98-2.28)، ومدى انحراف معياري بين (0.596-0.634) وهي تقع ضمن متوسطات التقدير (محايد)، وتشمل (3) عبارات وتشكل 42.86% من عبارات المحور. حيث احتلت العبارة 13 (أشعر بالاكئاب عندما لا أستخدم هاتفي الذكي) المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي بلغ (2.28) وانحراف معياري قدر بـ (0.596)، تليها العبارة 9 (أشعر بالندم لطول فترة استخدامي لهاتفي الذكي) في المرتبة الخامسة بمتوسط حسابي بلغ (2.11) وانحراف معياري قدر بـ (0.618)، بعدها العبارة 12 (أجد صعوبة في التركيز على دراستي بسبب اشتياقي لاستخدام هاتفي الذكي) في المرتبة السادسة بمتوسط حسابي بلغ (1.98) وانحراف معياري قدره (0.634).

المستوى الثالث: وشمل (1) عبارة واحدة تقع ضمن متوسطات التقدير غير موافق وتشكل 14.28% من عبارات المحور. وهي العبارة 10 (أشعر بأن حياتي مرتبطة بهاتفي الذكي) في المرتبة السابعة بمتوسط حسابي بلغ (1.54) وانحراف معياري قدر بـ (0.688).

وحسب هذه النتائج يتضح بأن هناك انعكاسات نفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، ويظهر ذلك فيما يلي: أنهم أسيروا لشاشة الهاتف الذكي، الشعور بالتوتر عند الانقطاع عن الهاتف الذكي، الشعور بأن الحياة دون هاتف ذكي لا تطاق.

3.4- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة المتعلقة بالفرضية الثالثة: هناك انعكاسات اجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري

سيتم عرض نتائج استجابات عينة الدراسة نحو الانعكاسات الاجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، على النحو التالي:

الجدول رقم (08): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات فئات عينة الدراسة للانعكاسات الاجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري

الترتيب بحسب الاستبيان	الانعكاسات الاجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الإجابة
15	يشكو مني الآخرون بسبب الوقت الذي أقضيه أمام شاشة هاتفي الذكي.	2.72	0.588	1	موافق
14	يمنعني الجلوس أمام شاشة هاتفي الذكي من قضاء وقت أطول مع أصدقائي.	2.63	0.576	2	موافق
20	استخدامي للهاتف الذكي باستمرار جعلني أفقد الكثير من أصدقائي.	2.42	0.601	3	موافق
19	أجد صعوبة في الحفاظ على علاقاتي مع الآخرين.	1.99	0.634	4	محايد
16	أتجنب المشاركة في المناسبات الحياتية والعائلية.	1.86	0.672	5	محايد
17	أحس بعدم انتمائي إلى المجتمع الذي أعيش فيه.	1.61	0.698	6	غير موافق
18	أشعر أن الزيارات للأقارب مضيعة للوقت.	1.53	0.709	7	غير موافق

يلاحظ من الجدول رقم (08) أن هذا المحور شمل 7 عبارات خاصة بالانعكاسات الاجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، حيث جاءت تقديرات عينة الدراسة بين (1.53-2.72) وانحراف معياري بين (0.588-0.709). وموزعة على ثلاثة مستويات للتقدير هي:

المستوى الأول: تقديرات ضمن مدى المتوسطات (2.42-2.72)، ومدى انحراف معياري بين (0.588-0.601) وهي تقع ضمن متوسطات التقدير (موافق)، وتشمل (3) عبارات وتشكل 42.86% من عبارات المحور. حيث احتلت العبارة 15 (يشكو مني الآخرون بسبب الوقت الذي أقضيه أمام شاشة هاتفي الذكي) المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (2.72) وانحراف معياري قدر بـ (0.588)، تليها العبارة 14 (يمنعني الجلوس أمام شاشة هاتفي الذكي من قضاء وقت أطول مع أصدقائي) في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.63) وانحراف معياري قدر بـ (0.576)، بعدها العبارة 20 (استخدامي للهاتف الذكي باستمرار جعلني أفقد الكثير من أصدقائي) في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (2.42) وانحراف معياري قدره (0.601).

المستوى الثاني: تقديرات ضمن مدى المتوسطين (1.86-1.99)، ومدى انحراف معياري بين (0.672-0.634) وهي تقع ضمن متوسطات التقدير (محايد)، وتشمل (2) عبارتين وتشكل 28.57% من عبارات المحور. حيث

احتلت العبارة 19 (أجد صعوبة في الحفاظ على علاقتي مع الآخرين) المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي بلغ (1.99) وانحراف معياري قدر بـ (0.634)، تليها العبارة 16 (أجنب المشاركة في المناسبات الحياتية والعائلية) في المرتبة الخامسة بمتوسط حسابي بلغ (1.86) وانحراف معياري قدر بـ (0.672).

المستوى الثالث: تقديرات ضمن مدى المتوسطين (1.53-1.61)، ومدى انحراف معياري بين (0.698-0.709) وهي تقع ضمن متوسطات التقدير (غير موافق)، وتشمل (2) عبارتين وتشكل 28.57% من عبارات المحور. هما على التوالي العبارة 17 (أحس بعدم انتمائي إلى المجتمع الذي أعيش فيه) المرتبة السادسة بمتوسط حسابي بلغ (1.61) وانحراف معياري قدر بـ (0.698)، تليها العبارة 18 (أشعر أن الزيارات للأقارب مضيعة للوقت) في المرتبة السابعة بمتوسط حسابي بلغ (1.53) وانحراف معياري قدر بـ (0.709).

وحسب هذه النتائج يتضح بأن هناك انعكاسات اجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، ويظهر ذلك فيما يلي: شكوى الآخرين بسبب الوقت الذي يقضونه أمام شاشة الهاتف الذكي، يمنعهم الجلوس أمام شاشة الهاتف الذكي من قضاء وقت أطول مع الأصدقاء، استخدام الهاتف الذكي باستمرار جعلهم يفقدون الكثير من أصدقائهم.

4.4- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة المتعلقة بالفرضية الرئيسية: تتعدد انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري

سيتم عرض نتائج استجابات عينة الدراسة على أساس انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري، على النحو التالي:

الجدول رقم (09): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات فئات عينة الدراسة لانعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري

ترتيب المحور حسب الاستبيان	انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة الإجابة
المحور الأول	هناك انعكاسات صحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري	2.69	0.568	1	موافق
المحور الثاني	هناك انعكاسات نفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري	2.51	0.575	2	موافق
المحور الثالث	هناك انعكاسات اجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري	2.23	0.592	3	محايد

يلاحظ من الجدول رقم (09) المتعلق بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور أداة الدراسة الآتي:
بلغت متوسطات تقديرات العينة للانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية (2.69) بانحراف معياري (0.568)، أي أنها تقع ضمن متوسطات التقدير (موافق). أما متوسطات تقديرات العينة للانعكاسات النفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية (2.51) بانحراف معياري (0.575)، أي أنها تقع ضمن متوسطات التقدير

(موافق). بينما بلغت متوسطات تقديرات العينة للانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية (2.23) بانحراف معياري (0.592)، والتي تقع ضمن متوسطات التقدير (محايد). وحسب هذه النتائج يتضح بأن انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري متعددة، ويتضح انعكاسها بشكل كبير على الجانب الصحي والنفسي.

5. خاتمة:

مما لا شك فيه أن للهواتف الذكية دورا كبيرا في توجيه سلوك المستخدمين والتأثير فيهم، ومع أن طبيعة هذا التأثير ومداه لم تقرر كحقيقة علمية ثابتة، لكن الدراسات لم تنفها. فعملية التأثير والتأثر شيء مركب تتداخل فيها عوامل عدة كشخصية المستخدم، وبيئته الاجتماعية، وتشكيله الثقافي، ونفوذ قوى الضغط الاجتماعي في المجتمع. وبالتالي فإن وسيلة تكنولوجية كالهاتف الذكي أصبحت على هذا القدر من التأثير، وهذا الشكل من الانتشار الواسع، فمن الطبيعي أن تثير ردود فعل مختلفة بين مؤيد ومعارض لها. وعليه وبناء على ما تم التوصل إليه من نتائج، يوصي الباحث بما يلي:

- الاستخدام المعتدل والمعقول للهواتف الذكية وخاصة عند اقتنائها واستعمالها في سن مبكر، ف شراء الواحد لهاتف ذكي لطفله يمكن اعتباره بمثابة تأشيرة للمرور إلى العالم الخارجي مبكرا، في الوقت الذي تعتبر فيه الأسرة بمثابة المرجعية الأساسية لتكوين شخصية الشاب المراهق.

- حرص الأولياء والآباء على مراقبة أبنائهم أثناء استخدام الهاتف الذكي وترشيد نمط وعادات استخدامه، وعدم تركهم فريسة وأسرى للحياة الافتراضية من وراء الشاشة، فكلما كانت حرية الاستخدام متروكة أمامهم زاد احتمال إدمانهم على هذه الوسيلة أو التعرض لسلبياتها.

- ردم هوة التواصل الأسري أو الفجوة التواصلية ما بين الآباء والأبناء من خلال متابعة أدق التفاصيل في حياتهم بما يحمي المراهقين من الانزلاق أو الوقوع فريسة للوسائل التكنولوجية وخاصة الهاتف الذكي، والتدخل في الوقت المناسب لحماية من سلبياته ووقوعهم ضحية للإدمان الإلكتروني.

- تعزيز الحوار الأسري بين الآباء والأبناء وتوطيد العلاقات الاجتماعية المبنية على التفاهم والحوار والصراحة، مما يسمح بردم الهوة الاجتماعية في العلاقات الأسرية، وتشجيعهم على زيادة فعاليتهم في الحياة الواقعية ويكسب المراهقين تجارب وخبرات مباشرة في الحياة.

- ضبط وقت استخدام الشباب المراهقين للهواتف الذكية، وعدم الجلوس أمام شاشاتها لساعات طويلة، حتى لا يقعوا ضحية الإدمان على هذه الأجهزة وتطبيقاتها من جهة، وحفاظا على سلامتهم الجسدية وعدم التقصير في مختلف الأنشطة اليومية كالرياضة والدراسة والنوم وتأدية الصلاة من جهة أخرى.

- إجراء دراسات أخرى يتم من خلالها استطلاع آراء عينات أكبر من مستخدمي الهواتف الذكية، للاقترب أكثر من فهم سلوك الخطر على المراهقين وفهم تأثيرات الهواتف الذكية على مستخدميها، حيث توجد مؤشرات أخرى لم تتعرض لها الدراسة الحالية.

6. قائمة المراجع:

- البراشدية، حفيظة. (2021). مستويات الإدمان على الهواتف الذكية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس وعلاقته ببعض المتغيرات، المجلد 14، العدد 1، مجلة دراسات نفسية وتربوية، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر.

- تيتون، كريمة وصنهاجي، جمال. (2020). الهاتف الذكي كوسيط تعليمي للانتقال من التعليم الجامعي التقليدي إلى التعليم الجامعي الإلكتروني، المجلد 11، العدد 1، مجلة الآداب والعلوم الاجتماعية، جامعة علي لونيسي البليلة، الجزائر.
- جزار، ليلي أحمد. (2012). الفيسبوك والشباب العربي. ط1، مكتبة الفلاح، الكويت.
- دليو، فضيل. (2014). مدخل إلى منهجية البحث في العلوم الانسانية والاجتماعية، دار هومة، الجزائر.
- شحاتة حسن، النجار زينب. (2003). معجم المصطلحات التربوية والنفسية، ط1، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.
- عباس، محمد خليل وآخرون. (2014). مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط5، دار المسيرة، عمان.
- عبد الحليم، أنوار حافظ. (2008). مشاكل البطالة والإدمان، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية.
- عياد، أحمد. (2009). مدخل لمنهجية البحث الاجتماعي، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- غباري، نادر أحمد وأبو شعيرة، خالد محمد. (2015). سيكولوجية النمو الانساني بين الطفولة والمراهقة، ط1، مكتبة المجتمع العربي، عمان.
- قمر، عصام توفيق وآخرون. (2008). المشكلات الاجتماعية المعاصرة مداخل نظرية تجارب عربية وأساليب المواجهة، ط1، دار الفكر، عمان.
7. الملاحق:

أخي (أختي) الفاضل (ة) أرجو تعاونك معي في هذه الدراسة التي تهدف للتعرف على انعكاسات إدمان استخدام الهاتف الذكي على المراهق الجزائري، وذلك بملء هذا الاستبيان بوضع علامة (X) أمام الخيار الذي يوافق رأيك بكل موضوعية، حتى يتسنى لي الوصول إلى نتائج دقيقة. وأحيطكم علما بأن إجاباتكم سرية ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

البيانات الشخصية:

- 1- الجنس: ذكر () أنثى ()
- 2- السن: أقل من 16 سنة () من 16 سنة إلى أقل من 18 سنة () أكثر من 18 سنة فأكثر ()
- 3- مكان الإقامة:
- 5- مدة استخدام الهاتف الذكي: أقل من سنة () من سنة إلى أقل من ثلاث سنوات () أكثر من ثلاث سنوات ()

الخوَر الأول: الانعكاسات الصحية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.

العبارة	موافق	محايد	غير موافق
1- أصاب بالإجهاد والتعب في يدي من كثرة استخدام الهاتف الذكي.			

العنوان: انعكاسات إدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري
بوعموشة نعيم

2-	أشعر بالآلام في ظهري بسبب كثرة استخدامي للهاتف الذكي.		
3-	أعاني من اضطرابات في النوم.		
4-	أشعر بالصداع بسبب كثرة استخدامي للهاتف الذكي.		
5-	أعاني من الإرهاق بسبب استخدامي المستمر للهاتف الذكي.		
6-	أشعر بإجهاد في العين بعد قضاء ساعات طويلة أمام شاشة الهاتف الذكي.		

المحور الثاني: الانعكاسات النفسية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.

العبارة	موافق	محايد	غير موافق
7- أشعر بالتوتر إذا انقطعت عن هاتفي الذكي.			
8- أصبحت أسيرا لشاشة هاتفي الذكي.			
9- أشعر بالندم لطول فترة استخدامي لهاتفي الذكي.			
10- أشعر بأن حياتي مرتبطة بهاتفي الذكي.			
11- أشعر بأن الحياة دون هاتف ذكي لا تطاق.			
12- أجد صعوبة في التركيز على دراستي بسبب اشتياقي لاستخدام هاتفي الذكي.			
13- أشعر بالاكتمال عندما لا أستخدم هاتفي الذكي.			

المحور الثالث: الانعكاسات الاجتماعية لإدمان استخدام الهواتف الذكية على المراهق الجزائري.

العبارة	موافق	محايد	غير موافق
14- يمنعني الجلوس أمام شاشة هاتفي الذكي من قضاء وقت أطول مع أصدقائي.			
15- يشكو مني الآخرون بسبب الوقت الذي أقضيه أمام شاشة هاتفي الذكي.			
16- أبتجب المشاركة في المناسبات الحياتية والعائلية.			
17- أحس بعدم انتمائي إلى المجتمع الذي أعيش فيه.			
18- أشعر أن الزيارات للأقارب مضيعة للوقت.			
19- أجد صعوبة في الحفاظ على علاقتي مع الآخرين.			
20- استخدامي للهاتف الذكي باستمرار جعلني أفقد الكثير من أصدقائي.			

