

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة

م.م سهى عبد علي حسين

جامعة الكوفة

suhaa.alrube@uokufa.edu.iq

تاريخ استلام البحث : ٢٠٢٦/٦/٢

تاريخ قبول البحث : ٢٠٢٦/٦/٢٨

المستخلص:

يهدف هذا البحث إلى تعرف العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة , إذ قامت الباحثة باختيار عينة من طلبة الجامعة مقدارها (٣٠٠) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالأسلوب العشوائي ذو التوزيع المتساوي, وعملت الباحثة على بناء مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي, في حين قامت الباحثة باعتماد مقياس لقياس مقاومة الإغراء, وبعد تطبيق هذان المقياسان اللذان أتبنا بالصدق والثبات, وجدت نتائج البحث أن طلبة الجامعة يدمنون على مواقع التواصل الاجتماعي, ولديهم ضعف في مقاومة الإغراء, ووجود علاقة ارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وانخفاض مقاومة الإغراء .

الكلمات المفتاحية: الإدمان, الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي, مقاومة الإغراء .

The relation between Social Media Addiction and Resistance to Temptation among University students

Assist.Lec. Suha Abd Ali Hussein

University of Kufa

suhaa.alrube@uokufa.edu.iq

Date received: 2/6/2026

Acceptance date: 28/6/2026

Abstract:

This research aims to identify the relationship between social media addiction and resistance to temptation among university students. The researcher selected a sample of (300) male and female university students who were selected using a random method with equal distribution. The researcher worked on building a social media addiction scale, while the researcher adopted a temptation resistance scale. After applying these two valid and reliable scales, the research results found that university students are addicted to social media, have a weakness in resisting temptation, and there is a correlation between social media addiction and low temptation resistance.

Keywords: Addiction, Addiction Social Media Addiction, Resistance to Temptation.

مشكلة البحث:

تُعد مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة جذب لدى الكثير من الشباب، وذلك لما تقدمه من وسيلة للاتصال والخدمات الاجتماعية والترفيهية، إذ نجد أن هذه المواقع توفر للمستخدمين الكثير من المعلومات، والحصول على الصور ومقاطع الفيديو والألعاب والموسيقى، والوصول إلى الأخبار بدرجة سريعة جداً.

ورغم هذه الخدمات فإن الأدبيات النفسية والطبية بدأت تُشير إلى أن الأفراد أصبحوا منقادين إلى مواقع التواصل الاجتماعي على مدى ساعات طويلة، مما ترك ذلك الكثير من الأضرار النفسية والجسمية لدى المستخدمين، إذ كلما زاد جلوس الفرد أمام الأنترنت فإنه يصبح أكثر استعمالاً له، وقد يتطور ذلك إلى اضطراب سلوكي، لكون استعمال الفرد للأنترنت (٣٨) ساعة أسبوعياً يجعل الفرد مدمن عليه (Haghighi, 2011, p.2)، وتذكر الإحصائيات أن المراهقين والشباب هم أكثر الفئات إفراطاً في استعمال الأنترنت، وأن حوالي (٧٢٪) يعانون من آثار بدنية ونفسية شديدة (Kendell, 1998, p.12).

وهذا ما أشارت إليه دراسة عبد الوهاب (٢٠١٤) في أن كثرة استعمال مواقع التواصل الاجتماعي والأنترنت يرتبط بالعديد من المشكلات والاضطرابات النفسية التي تتمثل بالقلق، والاكتئاب، والوحدة النفسية، وانخفاض الثقة بالنفس، وضعف التفاعل الاجتماعي (عبد الوهاب، ٢٠١٤، ص ١٠٥)، ووجدت دراسة السيد (٢٠٠٩) أن الاستعمال المفرط لهذه المواقع يترك آثاراً جسدية ونفسية عديدة، وتتمثل الآثار الجسمية بزيادة الوزن، وضعف البصر، واضطراب النوم والتغذية، في حين تمثلت الآثار النفسية للأنترنت بالقلق، واضطراب الذاكرة، والاكتئاب، والتأخر الدراسي، وانخفاض المستوى التحصيلي، وفقدان العلاقات الأسرية، ووجدت الدراسة أيضاً أن الاستعمال المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي يرتبط بمجموعة من السمات السلبية في الشخصية مثل زيادة العزلة، والخجل، والسلبية (السيد، ٢٠٠٩، ص ١٧٦-١٧٧). وبهذا الصدد وجدت دراسة كوب وآخرون (Coope et al., 2004) أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ارتبط مع زيادة مشاهدة الأنشطة الجنسية عبر الإنترنت، والبحث عن المواد الإباحية، ومشاهدة الصور غير الأخلاقية، وتعلم السلوكيات الجنسية غير الصحية (Coope et al., 2004, p.129).

وبما أن الأفراد الذين يقضون أوقات طويلة على مواقع التواصل الاجتماعي يواجهون صعوبة في تنظيم وقتهم، وأنشطتهم، وأعمالهم الدراسية والأسرية، فهل أن ذلك يأتي من ضعف قدرتهم على مقاومة مغريات هذه المواقع، وما تقدمه من مثيرات جذابة وممتعة، لاسيما أن الدراسات النفسية تشير إلى قوة شخصية الفرد تقاس بما

يمتلكه من قدرة على تحدي مغريات الحياة، التي قد تقف أمام تحقيق طموحاتهم وتلهمهم عن إنجاز واجباتهم الدراسية، وتؤدي بهم إلى الفشل، والإخفاق الدراسي. فوجدت دراسة ليروي (Leroy, 2012) التي أجريت على عينة من طلبة الجامعة، أن الذين أخفقوا في امتحاناتهم وواجباتهم الدراسية كانوا يعانون من ضعف القدرة على مواجهة المغريات الاجتماعية والإلكترونية، وكذلك إهمال واجباتهم وتحويل أنتمباههم إلى المغريات الآنية (Leroy, 2012, p.263)، كما توصلت دراسة فريس وديتز (Fries & Dietz, 2007) إلى أن تدني القدرة على مقاومة الإغراء التي تظهر في الحياة اليومية، يجعلهم ينغمسون في المثيرات الممتعة، وهو ما يؤدي إلى الشعور بعدم الكفاية، وضعف قوة، ويدخلون في دوامة الشعور بالخزي (Fries & Dietz, 2007, p.94)، وليس ذلك فحسب بل وجدت دراسة فيدوريكن وباتريك (Fedorikhin & Patrick, 2010) إن الاستسلام للمغريات يستنزف الطاقات العقلية، ويضعف ذاكرة الفرد، ويجعله يندفع إلى ارتكاب الكثير من الأخطاء الشخصية والأخلاقية (Fedorikhin & Patrick, 2010, p.698) وبهذا تتحدد مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن التساؤل الآتي: هل يرتبط ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بمقاومة الإغراء عند طلبة الجامعة ؟.

أهمية البحث:

بعد ظهور الثورة التكنولوجية والمعلوماتية الحديثة في القرن الواحد والعشرين، وسيطرة العالم الرقمي والافتراضي على حياة الإنسان، أصبحت مساعدة الأفراد على التعايش مع هذا الواقع بصورة صحية وسليمة إحدى أهم الأهداف التي تعمل المؤسسات النفسية والتربوية على تحقيقها، إذ يمكن أن يقلل ذلك من إدمان استخدام شبكات التواصل الاجتماعي، والإفراط في استخدام الأنترنت، والمواقع الإباحية، ومن ثم ستعكس هذه الإجراءات بدورها على خلق أفراد أصحاء نفسياً وبدنياً، وهذا ما أشارت إليه نتائج الدراسات النفسية والتربوية، إذ وجدت دراسة بويز وآخرون (Boies, et al., 2004) أن مساعدة الطلبة على استعمال الأنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي بطريقة مفيدة، يؤدي نتائج إيجابية عديدة، منها مثل السيطرة على رغباتهم وحاجاتهم النفسية، وتوظيف الأنترنت بطريقة تخدم تحصيلهم الدراسي، والحصول على المعلومات العلمية، ودعم علاقاتهم الاجتماعية (Amanda & Craig, 2017, p.3) كذلك وجدت دراسة يونغ (Young, 1996) أن الأفراد الذين يستعملون مواقع التواصل الاجتماعي وغرف المحادثة والأخبار بدرجة معتدلة تكون علاقاتهم التفاعلية أكثر ثراء وانفتاحاً مقارنة بالذين يدمنون عليها (المرواني، ٢٠١٦، ص٧).

وتوصلت دراسة مؤيد (٢٠١٦) أيضا إلى أن الطلبة الذين يستعملون مواقع التواصل الاجتماعي بدرجة معتدلة، ولم يصلوا إلى حالة الإدمان عليها، كانوا يتسمون بحسن المزاج، ويقضون أوقات فراغهم بصورة طيبة، ويتسمون بعلاقات اجتماعية حقيقية (وليست زائفة)، ولم تتأثر قيمهم الاجتماعية بدرجة كبيرة، كذلك لم يعانون من مشاعر الاكتئاب والقلق وتدني صورة الذات (مؤيد، ٢٠١٦، ص ٢٣٦).

وهذا ما أتسق مع بعض نتائج دراسة مزاغني وحمري (٢٠٢٠)، إذ وجد الباحثان أن إدمان التواصل على المواقع الاجتماعية ارتبط سلبيا مع التوافق الشخصي والأسري، إذ كلما أنخفض استخدام طلبة الجامعة لهذه المواقع التواصلية، أدى ذلك إلى شعور الطلبة بالأرتياح والرضا عن الذات، وأصبحت علاقاتهم الأسرية أكثر تماسكا وطيبة (مزاغني وحمري، ٢٠٢٠، ص ٦٠٥).

وبما أن الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يختلف بين الأفراد بحسب مهاراتهم واستخدامهم لهذه المواقع، فهل يمكن أن ينتج هذا الاختلاف عن قدرة الطلبة على تأجيل إشباع حاجاتهم ومقاومة المغريات التي تقدمها شبكات التواصل الرقمية، لاسيما أن الانسجام بمقاومة الإغراء يمكن أن تحمي الأفراد من الوقوع بالعديد من المخاطر الصحية والمشكلات الاجتماعية كالتدخين والسرقة والغش والإباحية، وهذا ما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة، إذ وجدت دراسة هوفمان (Hofmann, et al. (2012) أن مقاومة الإغراء لها علاقة كبيرة بقدرة الطلبة على ضبط النفس، وحمايتهم من الرغبات الجامحة والأخطاء والتجاوزات التي تعرضهم للعقوبات القانونية والتأديبية، كذلك تعمل مقاومة الإغراء على حماية الطلبة من الانغماس بسلوكيات التدخين والألعاب الإلكترونية (Hofmann, et al., 2012, p.1318)، ووجدت دراسة زاهنج (Zhang, et al. (2015) أن الطلبة الذين حققوا درجات مرتفعة على مقياس مقاومة الإغراء أتمموا بقدرتهم على ضبط رغباتهم وعدد ساعات استعمال الأنترنت، ومشاهدة المواد الإباحية (Zhang (et al., 2015, p.1)، وفي دراسة أخرى يذكر الطراونة (٢٠١٦) أن مقاومة الإغراء يساهم في دعم النمو الأخلاقي وتطوير القيم الأخلاقية والمعايير الاجتماعية المقبولة في المجتمع (الطراونة، ٢٠١٦، ص ٣٠٠).

وبهذا تمكن أهمية البحث في ضوء تعرف مدى انغماس الطلبة في مواقع التواصل الاجتماعي وتأثير ذلك على شخصيتهم وأفكارهم ورغباتهم، فضلا عن أن أهمية هذه الدراسة تظهر في الآتي:

- تُعد مؤشراً على مدى تمتع طلبة الجامعة بالصحة النفسية، وقدرتهم على التوافق النفسي والأكاديمي، ومدى جودة علاقاتهم الاجتماعية.

- يحاول البحث أن تكشف عن العلاقات الارتباطية بين ظهور الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقامة الإغراء.
- يمكن أن يقدم البحث نتائج مفيدة تخدم الباحثين والعاملين مراكز البحوث النفسية. ويستفيد من هذه الدراسة كل من:
 - الشعب والمراكز الإرشادية في الجامعات العراقية.
 - وزارة التعليم العالي والبحث العلمي العراقية.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى تعرف:

١. إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.
٢. دلالة الفرق على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور-إناث).
٣. مقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة.
٤. دلالة الفرق على مقياس مقاومة الإغراء وفقاً لمتغير الجنس (ذكور-إناث).
٥. العلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة الكليات العلمية والإنسانية للدراسة الأولية الصباحية في جامعة القادسية للعام الدراسي ٢٠٢٥-٢٠٢٦ من الذكور والإناث.

تحديد المصطلحات:

أولاً. إدمان مواقع التواصل الاجتماعي **Social Media Addiction**:

عرفه كل من:

- عزب (٢٠٠١): "الاعتماد النفسي للمداومة على ممارسة التعامل مع شبكات التواصل الاجتماعي لفترات طويلة ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية" (المرواني, ٢٠١٦, ص ١٤).
- كيمبرلي يونج (1998) **Kimberly Young**: "أنشغال الفرد المتواصل بمواقع الشبكة العنكبوتية الاجتماعية, بسبب فقدان قدرته في السيطرة على رغباته ودوافعه, ورغبته المتواصلة في متابعتها, واستعمالها, مع تأثيرها على حياة الفرد الشخصية والأسرية والدراسية" (Young, 2007, p.671).

- يونس (٢٠١٦) : " الرغبة التي لا يمكن السيطرة عليها في تقليل استخدام مواقع التواصل الاجتماعي, والأفراط في استخدام هذا العالم الافتراضي وعدم الشعور بهدر الوقت أمام هذه المواقع مع تجاهل والاستغناء عن أداء أعمال أخرى في حياة الفرد" (يونس ٢٠١٦, ص. ٢٤).

وتبنت الباحثة تعريف **كيمبرلي يونج (1998) Kimberly Young** بوصفه التعريف النظري الذي سيتم في ضوءه بناء مقياس إيمان مواقع التواصل الاجتماعي, وتفسير نتائج البحث الحالي, والذي يعرف إجرائياً الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي بعد أجابته على مقياس إيمان مواقع التواصل الاجتماعي .

ثانياً. مقاومة الإغراء Resistance to Temptation :

عرفها كل من:

- لازاروس (1975) Lazarus : " قدرة الفرد على مكافحة أهواءه ورغباته وحاجاته الآنية, وتظهر هذه القدرة على شكل سلوك تجنبى أو انسحابى عند مواجهة المثيرات المغرية, بهدف المحافظة على أهدافه ونجاحه" (القره غولي والعكيلي, ٢٠١٤, ص١٣٣).
 - منصور وآخرون (١٩٨٩): " حالة من التعلم الإحجامي يعزف فيها الفرد عن الأقدام نحو مثير يجذبه أو يغويه لأنه يعد خاطئاً أو لا أخلاقياً " (المهداوي والدليمي, ٢٠١٥, ص٣٧٦)
 - الطراونة (٢٠١٨) : " حالة يعزف فيها الفرد عن القيام بسلوك لأنه يعتبر غير أخلاقي, ولا يتماشى مع معايير مجتمعه" (الطراونة, ٢٠١٨, ص٣٣٢).
- وتبنت الباحثة تعريف لازاروس (١٩٧٥) بوصفه التعريف النظري الذي اعتمده صاحب المقياس المتبنى في البحث الحالي , والذي يعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي بعد أجابته على مقياس مقاومة الإغراء.

▪ إطار نظري :

أولاً. إيمان التواصل على المواقع الاجتماعية:

لقد شكل استخدام التكنولوجيا قلماً كبيراً لدى العديد من الباحثين في علم النفس, وذلك نتيجة التأثيرات السلبية المحتملة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي, رغم الفائدة التي تقدمها للمستخدمين. إذ ينشغل السكان في العالم بمنصات التواصل الاجتماعي التي هي مساحات افتراضية على الإنترنت تسهل التفاعل والاتصال

والتواصل في الوقت الفعلي، لذا أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي جزءاً لا يتجزأ من حياة الإنسان، وحلت محل الممارسات الاجتماعية التقليدية في التواصل بين الأشخاص (Blanco,2024,p.1)

نتيجة هذا الانغماس المتزايد ظهر مفهوم الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي كأحد المفاهيم الحديثة في دراسات علم النفس المرضي، فضلاً عن كونه أحد أنواع الإدمان السلوكي الذي يتميز بالقلق المفرط عند التوقف في استعمال وسائل التواصل الاجتماعي، مدفوعاً برغبة لا يمكن السيطرة عليها وتحت الفرد على التسجيل والدخول في هذه الوسائل واستخدامها، لذلك نجد أن الفرد يخصص الكثير من الوقت والجهد في هذه المواقع الاجتماعية مما يضعف قدرة الفرد على التوافق مع مجالات الحياة المهمة الأخرى (Hilliard,2014,p.2).

واتساقاً مع ما سبق تظهر لدى المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي مجموعة من الأعراض النفسية يمكن في ضوءها تشخيصهم كمدمنين، وتتمثل هذه الأعراض بتعديل الحالة المزاجية عند الاستخدام (إذ يؤدي التفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي إلى تغيير إيجابي في الحالة العاطفية)، الانغماس السلوكي (الاستغراق المعرفي والانفعالي بوسائل التواصل الاجتماعي)، التسامح (يتمثل بالاستخدام المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي بمرور الوقت)، وأعراض الانسحاب (الشعور بأعراض جسدية وعاطفية غير سارة عند تقييد أو إيقاف استخدام وسائل التواصل الاجتماعي)، الصراع (ظهور المشكلات الشخصية التي تنشأ بسبب استخدام وسائل التواصل الاجتماعي)، والانتكاس (عودة الأفراد المدمنين بسرعة إلى الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي بعد فترة من الامتناع (Pérez et al., 2012, p.427-428)).

إن مشكلة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي تظهر في مخاطر الإفراط في استخدامها، إذ غالباً ما يؤدي هذا الإدمان إلى تجاهل الفرد للضروريات الأساسية للحياة مثل النوم والتفاعلات الشخصية مع الأصدقاء وإداء المهام اليومية والدراسية، كما يتجلى أيضاً في حالات عاطفية وسلوكية غير صحية، بما في ذلك الصراعات الشخصية، كذلك ارتبط هذا الإدمان باضطراب الأكل مثل الإفراط في تناول الطعام، وتدني احترام الذات والصحة العقلية والأداء الأكاديمي، كذلك ارتبط هذا النوع من الإدمان بزيادة أعراض الاكتئاب والقلق

نتيجة ضعف القدرة على التعامل مع ضغوط الحياة؛ والشعور بالسخط والحزن والتشاؤم، وقد يؤدي إلى إهمال الصحة البدنية والإصابة بالمرض وإهمال النظافة الشخصية (Blanco, 2024, p.2)

و تشير الدراسات أن أكثر من ٥٠٪ من المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي هم من فئة المراهقين والشباب، إذ يقضي هؤلاء أكثر من مرة ونصف من وقتهم في هذه المواقع مقيسة بالأعمار الأخرى من الراشدين وكبار السن، وقد يرجع ذلك إلى ما توفر هذه المواقع من فرص كبيرة للتعارف، والجنس، وممارسة الألعاب، وتبادل المعلومات (Sümen, A & Evgin, 2021, p.2265). وتقدر الدراسات أن الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة بلغ الجامعات بلغ ١٨.٤ ٪ (٩٥ ٪ فاصل الثقة: ١٤.٧-٢٢.٦ ٪)، وهو ينتشر لدى الذكور والإناث بنسب متقاربة (Salari et al., 2023, p.1).

وتوجد عدة تفسيرات لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، فتعزو النظرية العصبية والطبية إلى أن التغريدات والإعجابات والرسائل ومقاطع الفيديو في مواقع (التك توك والفيس بوك والسناپ شات، والانستغرام) تحفز منطقة المكافأة في الدماغ، وإنتاج مادة كيميائية تدعى بالدوبامين، إذ تعمل هذه المادة كالمخدرات في الجسم، والشعور بالمتعة، لذا تنتج دوائر عصبية تعمل على استمرار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (Hilliard, 2014, p.4). في حين ترى النظرية السلوكية أن الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يظهر نتيجة المكافأة الخارجية التي يتلقها الفرد عند استخدامها، مثل الحصول على أعجاب أو تغريده، فتؤدي هذه العملية إلى عقد اقتران شرطي بين استخدام مواقع التواصل والتعزيزات القادمة منها، وهو ما يؤدي إلى استمرار الأفراد في استخدامها. أما النظرية المعرفية السلوكية فتري أن الاستخدام المرضي لمواقع التواصل الاجتماعي يظهر نتيجة إدراك الفرد للفوائد والأرباح النفسية والمادية التي يجنيها من هذه الشبكة، مثل التواصل مع الأصدقاء، والحصول على المعلومات الجنسية، والترفيه، وممارسة الألعاب، لذلك مادام الفرد يعتقد أن هذه الشبكات توفر له الراحة والمتعة وتسد وقت فراغه، فإنه يؤدي إلى الأدمان عليها (Pontes et al. 2015, p.12).

وبهذا الصدد طورت عالمة النفس **كيمبرلي يونج (1998) Kimberly Young** من النظرية المعرفية السلوكية نموذج فقدان السيطرة على الدوافع، إذ يفترض أن هذا الإدمان هو أحد أنواع فقدان السيطرة على

الدوافع، كون الفرد يفقد قدرته على التحكم في اندفاعاته الداخلية، مما يؤدي إلى زيادة انشغاله المعرفي بمواقع التواصل، والرغبة القهرية في متابعتها، وضعف القدرة على إيقاف هذه الرغبة بالرغم من تأثير هذا الإدمان على حياة الفرد الشخصية والأسرية والأكاديمية، وهذا يشكل لدى الفرد رغبة (لهفة) وتوق شديد إلى التواجد على مواقع التواصل الاجتماعية (Young,1998,p.237-238).

ثانياً. مقاومة الإغراء :

يعد مفهوم الإغراء من المفاهيم الحديثة التي أهتمت بها دراسات النمو الأخلاقي، وعلم النفس الشخصية، إذ حاول الباحثين تعرف لماذا ينساق بعض الأفراد وراء المغريات والشهوات والأعمال الضالة بينما نجد آخرين يقاومون هذه المثيرات من أجل تحقيقها بصورة مقبولة حتى لو تطلب ذلك تأجيل لفترة طويلة من الزمن (النواجحة وعوض، ٢٠٢١، ص ١١٨).

وتتنوع مظاهر السلوكيات الإغوائية لدى الشباب بحسب طبيعة حاجتهم والمثيرات التي يتعرضون لها، وضغوط والأقران مثل التعرض إلى إغراء التدخين، وتناول المخدرات، والغش في الامتحانات، وعادة ما تستجيب الشخصية التي تميل إلى الإغواء تحت تأثير التقليد، وعدم مقاومة المغريات الخارجية، وحب الاستعراض، والإعجاب بالذات، والمزاج المنفتح، وفقدان السيطرة على كبح الشهوات، والاستماع بشهوات النفس، وغلبة الهو على الأنا، والتمرد على المعايير والقواعد الأخلاقية، وضعف الوعي الذاتي (الطروانة، ٢٠١٨، ص ٣٣٠).

ويذكر القره غولي والعكلي (٢٠١٤) مجموعة من الأسباب تجعل الأفراد يضعفون أما المغريات منها الحرمان العاطفي، وتدني الصلابة النفسية، وسهولة الاستثارة والتوتر، والمشكلات الأسرية، والفقر المادي، وتبني الأفكار الخاطئة (النواجحة وعوض، ٢٠٢١، ص ١١٨). وبهذا الصدد يصنف الباحثين في العلوم النفسية، مثل الإغراء المادية وعادة ما يستجيب له الأفراد المحرومين مادياً، والإغراء العاطفي الذي ينتج عن قلة إشباع الحاجة إلى الحب والاحترام والحنان، والإغراء الفكري الذي يتمثل بضعف قدرة الفرد على تحليل الأفكار ومقاومتها والانقياد لها بسهولة، كذلك يوجد إغراء الأقران عبر تقليد ما يلبسه الأقران ويقومون به من سلوكيات خطير كالتدخين وشرب الكحول والسرقعة، وإغراء المواد الإباحية ومواقع شبكات الأنترنت مثل الفيس بوك والتويتر والانستغرام (الطروانة، ٢٠١٦، ٢٩٨).

لذا يمكن القول أن مقاومة الإغراء يتمثل بقدرة الأفراد على ضبط أنفسهم من أجل تحقيق نتائج مستقبلية مهمة، فهي مؤشرا مهما على نجاحهم في وظائفهم وعلاقاتهم الاجتماعية والحصول على موارد وممتلكات مادية كثيرة. وتظهر مقاومة الإغراء في ضوء تحمل ضغوط الحاجات والرغبات الآنية، والصمود أمام المثيرات المغرية من أجل تحقيق مكاسب بعيدة الأجل (Bernecker and Job , 2019,p.3)، لذلك نجد إن الناس المقاومين للمغريات يحافظون على مسارهم عند الشروع بتحقيق مهمة معينة، ولا تلهيهم أو تأخرهم في أداء أعمالهم، وكثيرا ما يشعرون بالذنب إذا ما انجرفوا بعض الوقت إليها (Grusec et.al,1979,p.233).

وتوجد مجموعة من النظريات التي يمكن أن تفسر مقاومة الإغراء، فيرى سيجموند فرويد إن مهمة مقاومة الإغراء من واجبات الأنا التي تحاول أن تتفاوض مع الهو (مركز اللذة والشهوات) من أجل إقناعها على تأجيل رغباتها وملحات غرائزها لحين مجيء الوقت المناسب لذلك، وبطريقة يمكن أن يرضى عنها المجتمع، في حين أن ضعف الأنا يؤدي إلى سيادة الهو والاستسلام للمغريات (الزغول وآخران، ٢٠١٩، ص ٨٦).

وترى نظرية كولبرج في أن مقاومة الإقناع تتطور في ضوء النمو الأخلاقي وذلك عندما يتماشى الفرد مع قوانين المجتمع الأخلاقية الذي يعيش فيه ويتفاعل، لذا ترى هذه النظرية إلى مفهوم مقاومة الإغراء بوصفه دليل على النمو الأخلاقي، فهو يشير إلى فهم كيفية تطوير الفرد للقيم الأخلاقية والمعايير السلوكية المقبولة في المجتمع الذي يعيش فيه. أما النظرية السلوكية فتؤكد على العوامل البيئية والاجتماعية، وما تعطيه من تعزيزات تؤثر على سلوك الأفراد وتعلمهم، فنرى أن هذه النظرية على العوامل الاجتماعية التي تؤثر في تطور الضمير لدى الفرد ، والذي يتأثر بالثواب والعقاب والتعلم بالملاحظة، وتتنظر إلى مقاومة الإغراء بوصفها سلوكيات متعلمة من قبل الوالدين والمعلمين، حتى تصبح هذه السلوكيات موجبات داخلية تدفع بالفرد إلى مقاومة المغريات، والشعور بالذنب ومعاقبة الذات عن الخضوع لها (الطراونة، ٢٠١٦، ص ٣٠٠).

لذا يختلف الأفراد في درجة هذه القدرة، فهناك من يكون سلبيا عند تلبية رغباته وحاجاته، وهؤلاء يستسلمون بسرعة وينساقون وراء غرائهم بسبب التعلم الخاطئ أو الإحساس بعدم الأهمية، بينما نجد أن بعض الأفراد يقاومون بصورة مباشرة ويستعملون أساليب ناجحة في التعامل معها (عبد الرحمن، ٢٠١٩، ص ٦٠).

نظرية لازاروس (1975) Lazarus (المصادر المتعددة):

قدم عالم النفس أرنولد لازاروس عام ١٩٧٥ Lazarus نظريته حول مقاومة الإغراء اعتماداً على المنهج المعرفي السلوكي لأرون بيك، والتبادلية الحتمية لمنظور التعلم الاجتماعي الذي وضعه ألبرت باندورا. يفترض لازاروس أن مقاومة الإغراء حالة أكثر مما هي سمة، تتوقف على قدرات الأفراد وتحملهم وصلابتهم عند مكافحة المغريات والأهواء (عبد الرحمن، ٢٠١٩، ص ٦٠).

وتظهر هذه الحالة عبر توسط المنظومة المعرفية (الأفكار والمعتقدات والمعلومات) بين المثيرات البيئية (تشمل المغريات) والسلوك (اندفاع الفرد مقابل أحجامه)، فنحن عندما نواجه المغريات فأنا نقوم بتحليلها وتفسيرها، ومن ثم نتأخذ قرارات معين حول الانسياق لها أو مقاومتها وفق حاجتنا ورغباتنا، لذا يؤكد "لازاروس" على طريقة فهم الأفراد للمثيرات الموجودة في السياق الذي يتفاعل معه، والمعاني والتوقعات الخاصة، فإذا واجه الفرد إحدى المثيرات المغرية في السياق البيئي فإنه سيقوم:

أ. فهم المثيرات وتقييمها وإعطائها قيمة معينة.

ب. تقييم الفرد لفاعليته الذاتية حول قدرته على مقاومة الانجذاب إلى هذه المثيرات أو عدم قدرته على مواجهتها (الطراونة، ٢٠١٦، ص ٣٠٠).

ويرى "لازاروس" أنه هذه العملية تصاحبها مجموعة من الاستجابات الانفعالية، التي قد تدعم استجابات مقاومة الإغراء أو تعمل على تعطيلها، فإذا شعر الفرد بأن هذه المثيرات تعطل مساره وتوجهه الحياتي فأنها ستولد لديه مشاعر سلبية ومنفرة اتجاه المثيرات البيئية، ومن ثم ستدعم عملية مقاومة الإغراء، في حين إذا تشكلت لدى الفرد استجابة انفعالية إيجابية فأنها ستؤدي إلى انجذاب الفرد نحو المثيرات المغرية والانشغال بها. ووجد "لازاروس" أن الأفراد الذين يكونون سلبيين في تلبية رغباتهم وحاجاتهم تكون شخصيتهم سلبية وغير توكيدية ويشعرون بالفشل الذاتي، في حين يتسم الأفراد ذوي المقاومة المرتفعة بالمواجهة الإيجابية، والقدرة على التوافق مع مصاعب الحياة (القرغولي والعكيلي، ٢٠١٤، ص ١٣٣-١٣٤).

■ مجتمع البحث وعينته:

تألف مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة القادسية، الذين بلغ عددهم (١٦٦٤٢) طالباً وطالبة بواقع (٧٨٠٤) من الذكور و(٨٨٣٨) من الإناث، وذلك حسب إحصائية العام الدراسي ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤ وقامت الباحثة باختيار عينة من طلبة جامعة القادسية بالأسلوب العشوائية الطبقي ذو التوزيع المتساوي بمقدار (٣٠٠) طالباً من الذكور والإناث من مجتمع البحث، بواقع (١٥٠) طالباً من الذكور و(١٥٠) طالبة من الإناث من ستة

كليات علمية وإنسانية , وهذه الكليات هي (الهندسة, والإدارة والاقتصاد, والتقانات الإحيائية, والآداب , والقانون والفنون الجميلة) , وبواقع (٥٠) طالبا وطالبة من كل كلية .

أداتا البحث:

(١) مقياس إيمان مواقع التواصل الاجتماعي: قامت الباحثة ببناء المقياس حسب نموذج "يونج" في فقدان السيطرة على الدوافع, وتألف المقياس من (٢٩) فقرة تتم الإجابة عنها وفق أربعة بدائل تتمثل بـ (دائماً, غالباً, أحياناً, أبداً).

(٢) مقياس مقاومة الإغراء : تبنت الباحثة مقياس القره غولي (٢٠١١), والمنشور في أطروحته للدكتوراه الموسومة بـ (الوعي الذاتي وعلاقته بالمواجهة الاجتماعية ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة), وقد تألف المقياس من (١٩) فقرة تهتم بقياس مقاومة الإغراء , ويتم الإجابة على المقياس وفق طريقة ليكرت, وبمدرج خماسي البدائل, هي (تنطبق علي تماماً, تنطبق علي كثيراً, تنطبق علي أحياناً, تنطبق علي قليلاً, لا تنطبق علي أبداً).

صلاحية الأدوات :

قامت الباحثة بعرض مقياس إيمان مواقع التواصل الاجتماعي, ومقياس مقاومة الإغراء حسب (التعليمات, والفقرات, والبدائل) على (١٢) من المحكمين في أقسام العلوم النفسية والتربوية, ومن الذين يتمتعون بالألقاب العلمية (أستاذ- أستاذ مساعد), وقد اعتمدت نسبة اتفاق بين إجابات المحكمين على فقرات المقياسين بنسبة (٨٠٪) فاكتر, ونالت جميع فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي موافقة المحكمين مع تعديل صياغة فقرة في مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي. وبهذا بقي مقياس مقاومة الإغراء مكون من (١٩) فقرة, ومقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي, مؤلف من (٢٩) فقرة, ولم تعدل بدائل الإجابة من قبل المحكمين.

التطبيق الاستطلاعي الأول:

اختارت الباحثة عينة عشوائية صغيرة من طلبة جامعة القادسية, بمقدار (٢٥) طالباً وطالبة, وذلك من أجل الكشف مدى وضوح فقرات المقياسين وتعليماتهما وبدائلهما لأجابة, كذلك قامت الباحثة بحساب متوسط الوقت المستغرق للإجابة. وظهر للباحثة أن تعليمات المقياسين وفقراتهما واضحة من ناحية المعنى, واستغرق وقت الإجابة على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (٩) دقائق, في حين بلغ متوسط الإجابة على مقياس مقاومة الإغراء (٦) دقائق.

تصحيح المقياسين:

اعتمدت الباحثة كما ذكرت في وصف المقياسين طريقة ليكرت في الإجابة، فبعد قراءة الطالب الجامعي كل فقرة من فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس مقاومة الإغراء، تطلب منه الباحثة الإجابة بصدق وصراحة وفق ما يراه مناسباً له من إجابة، فإذا كانت إجابته على محتوى الفقرة للمقياس ب (تنطبق علي تماماً) وفق مقياس مقاومة الإغراء، تعطى له (خمسة درجات)، وتعطى للإجابة ب (دائماً) على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (أربع درجات) في حين إذا كانت إجابته على فقرة مقياس مقاومة الإغراء ب (لا تنطبق علي أبداً) والإجابة ب (أبداً) لمقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي تعطى له (درجة واحدة)، ويصبح تصحيح مقياس مقاومة الإغراء عكسياً على الفقرات ذات التوجه العكسي، أي التي تدل على الاستسلام إلى الإغراء.

التطبيق الاستطلاعي الثاني (عينة تحليل الفقرات) : استخرجت الباحثة القوة التمييزية لمقياسي البحث (الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، ومقاومة الإغراء) بعد تطبيقها على عينة عشوائية مكونة من (٣٠٠) طالبا وطالبة من جامعة القادسية، واستخراج التحليل الإحصائي بطريقتين هما :

أ . **طريقة المجموعتين المتطرفتين Extreme Groups Method :** لأجل ذلك قامت الباحثة بترتيب الدرجات الكلية لاستمارات مقياس (الإدمان على الإنترنت، ومقاومة الإغراء) تنازلياً، وأخذ نسبة مقدارها ٢٧٪ من استمارات طلبة الجامعة في عينة التحليل الإحصائي التي سجلت أعلى الدرجات (بوصفها مجموعة العليا) ومثلها في الاستمارات التي حازت على أدنى الدرجات (بوصفها مجموعة دنيا)، وبلغ عدد كل مجموعة (٨١) استمارة، ومن أجل الكشف عن الفروق الإحصائية على إجابات العينة عينة لكل فقرة من فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس مقاومة الإغراء، استعملت الباحثة معادلة الاختبار التائي (T-test) وفق مستوى دلالة (0.05) وقيمة جدولية (1.96) ودرجة حرية (160) وجدول (١) يوضح ذلك.

ب . **علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس Internal Consistency Method :** استعملت الباحثة معادلة معامل ارتباط بيرسون لتعرف العلاقة بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الإدمان على الإنترنت ومقياس مقاومة الإغراء) وذلك بعد تطبيقهما على عينة التحليل الإحصائي، وظهر أن جميع معاملات الارتباط لهاتين الأداتين دالة إحصائياً عند مقارنتها بقيمة معامل الارتباط الحرجة البالغة (٠.١١٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية ٢٩٨ وجدول (١) يوضح ذلك:

جدول (١) القوة التمييزية لمقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء بأسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

المقياس	رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	معامل ارتباط علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية	النتيجة عند مستوى 0.05
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
مقاومة الإغراء	١	3.7431	1.64376	1.6694	1.15598	7.941	0.388	دالة
	٢	2.999	1.84647	2.4571	1.50993	3.818	0.208	دالة
	٣	3.3088	1.37415	1.8676	1.26850	6.355	0.297	دالة
	٤	3.6853	1.55108	1.2088	1.32589	9.927	0.483	دالة
	٥	3.6265	1.00666	1.3353	0.96008	8.984	0.487	دالة
	٦	3.4324	1.46546	2.0324	1.31330	4.651	0.155	دالة
	٧	3.3735	1.58569	1.5335	1.12675	6.816	0.373	دالة
	٨	3.5388	1.37370	1.9236	1.40870	6.839	0.453	دالة
	٩	3.4335	1.63334	1.9148	1.37553	5.944	0.422	دالة
	١٠	3.4422	1.56536	1.6875	1.24707	7.592	0.463	دالة
	١١	3.2487	1.50332	2.1542	1.32272	4.555	0.149	دالة
	١٢	3.2612	1.45765	2.5462	1.27657	4.827	0.274	دالة
	١٣	3.5435	1.32967	3.9765	1.44760	-1.354	-0.126	غير دالة
الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي	١٤	3.3236	1.40540	1.2873	0.7761	11.021	0.448	دالة
	١٥	2.7763	1.33332	2.0432	1.14564	2.899	0.224	دالة
	١٦	3.1659	1.52359	2.388	1.43652	2.873	0.167	دالة
	١٧	3.5221	1.25451	1.3487	1.01113	9.783	0.444	دالة
	١٨	3.5878	1.42773	2.0437	0.88978	8.001	0.338	دالة
	١٩	3.5708	1.45943	1.3556	0.76832	11.299	0.555	دالة
	٢٠	2.8779	1.04325	1.2745	0.73383	9.994	0.521	دالة
	٢١	3.8803	0.90541	1.7523	0.90034	11.781	0.577	دالة
	٢٢	3.2555	0.83532	2.2657	1.76654	6.275	0.572	دالة
	٢٣	3.6381	0.76531	1.5452	0.77775	12.977	0.489	دالة
	٢٤	3.4735	0.97386	1.4824	0.82808	7.977	0.572	دالة
	٢٥	3.6853	0.78265	1.4324	0.80221	13.526	0.695	دالة
	٢٦	3.5654	0.93369	1.6265	1.04268	8.920	0.698	دالة
	٢٧	3.3529	0.95831	1.3676	0.64425	14.177	0.725	دالة
	٢٨	3.3235	1.01395	1.7647	0.79396	9.982	0.561	دالة
	٢٩	3.9824	0.77364	1.9448	0.55722	12.435	0.621	دالة
	٣٠	3.8445	0.48548	1.6658	0.83351	18.569	0.662	دالة
	٣١	3.9382	0.61354	2.0412	1.15479	9.002	0.547	دالة
	٣٢	3.5655	0.75534	2.3688	1.21122	7.443	0.490	دالة
	٣٣	3.5241	0.92159	2.4432	1.07033	6.470	0.419	دالة
	٣٤	3.6653	0.54719	1.9112	1.32569	13.235	0.624	دالة
	٣٥	3.8829	0.63207	2.1212	1.14331	10.433	0.633	دالة
	٣٦	3.5992	0.54375	1.7921	1.07335	12.221	0.578	دالة
	٣٧	3.4201	0.77803	1.6614	0.76550	13.430	0.619	دالة
	٣٨	3.5004	0.88767	1.8533	0.93765	10.955	0.615	دالة

دالة	0.623	11.452	1.08006	1.5765	0.70198	3.5706	٢٠
دالة	0.374	6.560	1.11088	2.7841	0.65436	3.7532	٢١
دالة	0.573	19.164	0.73643	1.5435	0.58371	3.7522	٢٢
دالة	0.478	7.397	0.75451	1.7543	0.97162	2.8275	٢٣
دالة	0.541	9.986	1.16857	1.9569	0.76311	3.6431	٢٤
دالة	0.539	9.278	0.94233	2.3412	0.61873	3.8206	٢٥
دالة	0.539	12.265	1.07103	2.0176	0.43623	3.7806	٢٦
دالة	0.664	13.563	1.15542	1.9245	0.42735	3.7741	٢٧
دالة	0.640	14.561	0.95231	1.7633	0.64731	3.7159	٢٨
دالة	0.570	10.491	1.13026	1.8776	0.80637	3.6441	٢٩

مؤشرات صدق المقياس:

يعد الصدق من الخصائص اللازمة في بناء المقاييس كونه يشير الى قدرة المقياس على قياس الخاصية التي وضع من اجل قياسها (فرج، 1980، ص360). واستخرج للمقياس الحالي مؤشرات الصدق الآتية:

١. الصدق الظاهري: تم التحقق من صدق مقياس (إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ومقاومة الإغراء) ظاهرياً في ضوء صلاحية المقاييس.

٢. مؤشرات صدق البناء: تم تحقق منها عبر استعمال اسلوب المجموعتين الطرفيتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية.

مؤشرات الثبات:

يقصد بالثبات مدى اتساق المقياس في ما يزودنا به من معلومات عن سلوك الأفراد (أبو حطب وصادق، ١٠١، ص١٩٩١)، ويعد حسابه أمراً ضرورياً وأساسياً في القياس، ومن أجل تحديد ثبات مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، اختارت الباحثة عينة عشوائية بلغت (٦٠) طالباً وطالبة من طلبة جامعة القادسية، واستعملت الطريقتين الآتيتين:

١. إعادة الاختبار: بعد تطبيق مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، ومقاومة الإغراء على مرتين وبفاصل زمني بلغ (٢١) يوماً، تم استخراج الثبات بواسطة معامل ارتباط بيرسون، وظهر أن إعادة الاختبار لمقياس مقاومة الإغراء (٠.٧٨٥)، وبلغت درجة ثبات مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي (٠.٨٧١).

٢. معادلة ألفا كرونباخ: بعد استعمال الباحثة معادلة الفا كرونباخ للثبات بلغ مقياس مقاومة الإغراء (٠.٧٣٧)، في حين بلغت درجة ثبات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (٠.٧٣٠). وتعد درجات الثبات جيدة إحصائياً عند مقارنتها بمعيار الفا كرونباخ، الذي يرى أن الثبات يكون جيداً اذا بلغ (0,70) فأكثر.

■ **المقياس بصيغته النهائية:** أصبح مقياس مقاومة الإغراء يتألف من (١٨) فقرة تتم الإجابة عنه وفق خمسة بدائل للإجابة، لذا يبلغ المدى النظري بين أعلى وأدنى درجة للمقياس بين (٩٠) و(١٨) درجة، وبوسط فرضي مقداره (٥٤) درجة؛ في حين بقي مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بدون حذف أية فقرة، الذي تراوح مداه النظري بين (١١٦) كأعلى درجة، و(٢٩) كأدنى درجة، وبمتوسط فرضي (٧٢.٥) درجة.

■ **الوسائل الإحصائية:** استعملت الباحثة مجموعة من المعادلات الإحصائية في ضوء برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS:

١. الاختبار التائي لعينة واحدة وهدفه تعرف الفرق الإحصائي بين المتوسط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي للمقياس.

٢. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وهدفه حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس مقاومة الإغراء، وتعرف دلالة الفروق وفق متغير الجنس.

٣. معامل ارتباط بيرسون واستعمل في حساب معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية والعلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء.

٤. معامل ألفا كرونباخ للثبات في حساب الاتساق الداخلي لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء.

■ عرض النتائج وتفسيرها :

الهدف الأول. تعرف إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة القادسية: حتى تتأكد الباحثة من هذا الهدف فإنها قامت باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة إحصائية (0,05) وبدرجة حرية (299)، وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
300	76.9043	18.02759	72.5	299	4.921	1.96	دالة

تشير هذه النتيجة إلى طلبة الجامعة يدمنون على استعمال مواقع التواصل الاجتماعي، ويمكن تفسير ذلك وفق نموذج يونج (١٩٩٨) Young إلى أن طلبة الجامعة ليس لديهم سيطرة على دوافعهم، ورغبتهم عند استعمال مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا ما يجعلهم يستغرقون كثيرا في المحادثات وتناقل الأخبار والألعاب

الموجودة فيها، ونشر الصور ومقاطع الفيديو. وقد يأتي ذلك كون هذه المواقع تشكل وسيلة جذب لطلبة الجامعة لا يستطيعون معها أيقاف رغبتهم في استعماله.

واتسقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (الزبيدي، ٢٠١٤) واختلفت مع دراسة (العمار، ٢٠١٤) و(الحوسني، ٢٠١١).

الهدف الثاني. تعرف دلالة الفرق على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفق متغير الجنس: حتى تتحقق الباحثة من هذا الهدف فإنها استعملت الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عند مستوى دلالة (0,05)، ودرجة حرية (298)، وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) المقارنة على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفق متغير الجنس (ذكور ، إناث)

الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	150	75.9997	18.00690	298	0.908	1,96	دالة
الإناث	150	78.0100	17.96664				

تشير هذه النتيجة إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين الذكور والإناث على مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، وتشير هذه النتيجة إلى طلبة الجامعة من الذكور والإناث يعانون من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا يرجع بطبيعة الحال إلى أن كلا الجنسين يمتلكون معتقدات وافكار واتجاهات إيجابية نحو استعمال مواقع التواصل الاجتماعي، كونها تشبع حاجاتهم العاطفية والاجتماعية، عبر تبادل الرسائل والاتصال والاطلاع على المواد الترفيهية، إذ أن هذه المواقع عبارة عن ملتقى اجتماعي يتبادل في ضوء الطلبة هواياتهم وأفكارهم ومشاريعهم ومحاضراتهم الدراسية، مما شكلت هذه المواقع وسيلة جذب ممتعة استقطبت كل من الذكور والإناث. واتسقت هذه النتيجة مع دراسة (الزبيدي، ٢٠١٤) ودراسة (العمار، ٢٠١٤) واختلفت مع دراسة (الحسني، ٢٠١١).

الهدف الثالث. تعرف مقاومة الإغراء لدى طلبة جامعة القادسية: حتى تتحقق الباحثة من هذا الهدف فإنها استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة احصائية (0,05) وبدرجة حرية (299)، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس مقاومة الإغراء

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
300	47.654	10.68856	54	299	-11.201	1,96	دالة

تشير النتيجة في الجدول أعلاه إلى أن طلبة الجامعة يعانون من ضعف قدرة على مقاومة الإغراء، وأنهم يستسلمون بسرعة للمثيرات الجذابة والمغرية، ويمكن عزو هذه النتيجة وفق نظرية لازاروس (١٩٧٥) Lazarus إلى أن الخصائص العمرية للشباب في هذه المرحلة العمرية يتسمون بالاندفاعية، والحيوية، وحب الأثارة الانفعالية، وتجربة الأشياء المثيرة، مما يؤثر على ضبط ذاتهم، ويجعلهم متسرعين في اتخاذ القرارات، والتصرف بطريقة متهورة، لهذا نجدهم يستسلمون إلى متع الحياة ومثيراتها المغرية، ومحاولة إشباعها بصورة آنية دون التفكير بالعواقب والمكافأة المستقبلية القيمة.

واتسقت هذه النتيجة مع دراسة (طراونة، ٢٠١٨) ودراسة (الطراونة والقضاة، ٢٠١٤) في حين اختلفت مع دراسة (التميمي والساعدي، ٢٠١٧).

الهدف الرابع. تعرف دلالة الفرق على مقياس مقاومة الإغراء وفقا لمتغير الجنس: لتحقيق هذا الهدف استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عند مستوى دلالة (0,05)، ودرجة حرية (298)، وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) الموازنة على مقياس مقاومة الإغراء على وفق متغير النوع (ذكور ، إناث)

الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	150	50.5673	10.99851	298	5.748	1,96	دالة
الإناث	150	43.2457	10.07361				

تشير النتيجة في الجدول أعلاه إلى أن الذكور أكثر مقاومة للإغراء مقارنة بالإناث، وقد يرجع هذا الفرق إلى طبيعة الحياة الانفعالية للإناث، وسرعة استجابتها العاطفية، فضلا عن ذلك قد يمارس متغير الخبرة الحياتية لدى الذكور دورا كبيرا في تطوير قدرتهم على المقاومة، ففي المجتمع العراقي ينال الذكور فرص حياتية أكثر من الإناث مثل الخروج من المنزل، والسفر، وخبرة المجالس الاجتماعية، والتعرف على العديد من الناس، مما يمنحهم ذلك بعض التجارب حول كيفية مواجهة المواقف المغرية.

واتفقت نتيجة البحث مع دراسة (التميمي والساعدي, ٢٠١٧) في حين اختلفت مع دراسة (طراونة, ٢٠١٨) ودراسة (الطراونة والقضاة, ٢٠١٤).

الهدف الخامس: تعرف العلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة: لغرض تعرف العلاقة بين متغيري البحث استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون, واختبار قيمة معامل الارتباط في ضوء استعمال الاختبار التائي لمعامل ارتباط بيرسون عند مستوى دلالة إحصائية (0,05) ودرجة حرية (298), وجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦) معامل الارتباط بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة

المتغيران	العينة	العلاقة الارتباطية	قيمة الاختبار التائي	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة (0.05)
إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقاومة الإغراء	300	0.265	4.74	1.96	دالة

تشير هذه النتيجة إلى وجود علاقة إيجابية بين تدني مقاومة الإغراء وإدمان الطلبة على مواقع التواصل الاجتماعي, بمعنى كلما انخفضت قدرة الطلبة على مقاومة المغريات البيئية فإنهم يستعملون مواقع التواصل الاجتماعي بدرجة مفرطة, وزيادة عدد ساعات استعمال هذه المواقع, وهذا يرجع بطبيعة الحال إلى فقدان سيطرة على دوافعهم الشخصية, والانغماس بملذاتهم, وسحر الشبكة العنكبوتية التي تقدم الكثير من وسائل الترفيه كالألعاب ومحادثات الشات والفرص في التعبير عن الذات والقدرات.

▪ **التوصيات:** في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة كل من وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ووزارة الاتصالات والمؤسسات والمراكز الصحية والنفسية بالآتي:

١. تقديم البرامج العلاجية للطلبة الذين يعانون من الإدمان على الأنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي.
٢. تقديم ورش العمل التي تهدف إلى تحصين الطلبة من الانجذاب وراء المغريات الآنية من أجل الحصول على مكاسب بعيدة المدى مثل الحصول على الشهادة وفرص العمل.
٣. تدريب الطلبة على كيفية تنظيم أوقاتهم, والاستعمال الصحيح لمواقع وشبكات الإنترنت, فما شأن ذلك أن يساعدهم على عدم الوقوع ضحية الاستخدام المفرط للإنترنت والانشغال بأمور ومهام أكثر أهمية في حياتهم مثل الدراسة وتطوير الذات.
٤. تفعيل دور الإرشاد الجامعي من أجل مساعدة الطلبة الذين يشكون من فقدان قدرتهم على التحكم بساعات الإنترنت.

٥. عقد الندوات والحوارات ونشر المنشورات النفسية التي تحمي الطلبة من الانغماس في مغريات الشبكة العنكبوتية.

المقترحات: بهدف تحقيق الأهداف والمتغيرات التي لم تتناولها الدراسة الحالية، تقترح الباحثة الآتي:

١. دراسة العلاقة بين مقاومة الإغراء وبعض الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والوسواس القهري.

٢. دراسة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية.

دراسة العلاقة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والعصابية.

المصادر:

- أبو حطب، فؤاد وأمال، صادق. (١٩٩١). مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- التميمي، محمود كاظم والساعدي، ميثم عبد الكاظم. (٢٠١٧). مقاومة الإغراء وعلاقتها بالشخصية الناضجة لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية الأساسية، المجلد ٢٣، العدد ٩٧، ص ٩٨٥-١٠١٦.
- الحوسني، ناصر بن سليمان بن عبدالله (٢٠١١). إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة نزوى. رسالة ماجستير غير منشورة مقدمة إلى كلية الآداب والعلوم الاجتماعية في جامعة نزوى.
- الزغول، رافع عقيل وآخرون (٢٠١٩). نظريات الشخصية. دار المسيرة. عمان.
- الزبيدي، أمل علي ناصر (٢٠١٤) ادمان الانترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى، عمان.
- السيد، محمود علي أحمد (٢٠٠٩). الإفراط في استخدام الانترنت وبعض متغيرات الشخصية لدى طلاب. مجلة التربية وعلم النفس، المجلد الثالث، العدد الثاني.
- الطراونة، صبري. (٢٠١٨). درجة التدين ومقاومة الإغراء والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة مؤتة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد ١٤، عدد ٣، ٣٢٩ - ٣٣٩.
- الطراونة، صبري والقضاة، محمد أمين (٢٠١٤). العلاقة بين مقاومة الإغراء وأنماط التفكير السائدة لدى الطلبة الجامعيين، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد ١٠، عدد ١، ص ٨٩-١٠٠.
- الطراونة، صبري (٢٠١٨). درجة التدين ومقاومة الإغراء والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة مؤتة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد ١٤، عدد ٣، ص ٣٢٩ - ٣٣٩.
- الطراونة، صبري حسن (٢٠١٦). تطوير مقياس لمقاومة الإغراء لطلبة الجامعات الأردنية ومطابقة فقراته مع نموذج أندريش في نظرية الاستجابة للفقرة مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد الحادي والثلاثون، العدد الرابع، ص ٢٩٧-٣٢٠.
- عبد الرحمن، عبير (٢٠١٩). مقاومة الإغراء وعلاقته بأساليب التنشئة الأسرية لدى عينة من طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة. مجلة رعاية وتنمية الطفولة، العدد ١٧، ص ٥١-٩٦.

- عبد الوهاب, أمانى عبد المقصود (٢٠١٤). إدمان الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من الشباب الجامعي. المجلة العلمية لكلية التربية النوعية, العدد الثاني, (الجزء الثالث).
- العمار, خالد. (٢٠١٤). إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة دمشق - فرع درعا, مجلة جامعة دمشق - المجلد ٣٠ - العدد الأول, ص ٣٩٥-٤٣٨.
- فرج, صفوت. (1980). القياس النفسي, القاهرة, دار الفكر العربي.
- القره غولي, حسن أحمد والعكيلي, جبار وادي. (٢٠١٤). الإنسان ومقاومة الإغراء والاستهواء, ط١, مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع, عمان.
- القره غولي, حسن أحمد. (٢٠١١). الوعي الذاتي وعلاقته بالمواجهة الاجتماعية ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة, أطروحة دكتوراه غير منشورة مقدمة إلى كلية التربية في الجامعة المستنصرية.
- المرواني, سعد (٢٠١٦). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلاب والطالبات في مرحلة المراهقة. مجلة كلية الآداب - جامعة بنها, العدد ٤٦, ص ٣٢-١.
- مزغراني, حليلة وحمري, صارة (٢٠٢٠). إدمان مواقع التواصل الاجتماعية وعلاقته بالتوافق الشخصي والأسري لدى الطالب الجامعي. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية المجلد ٥, العدد ٢, ص: ٦٠٥-٦٣٢.
- المهداوي, عدنان محمود عباس والدليم, فيصل جمعه نجم عبدالله. (٢٠١٥). أثر برنامج إرشادي في تنمية مقاومة الإغراء لدى طلاب المرحلة الإعدادية. مجلة ديالى, العدد الخامس والستون, ص ٣٧٢-٣٩١.
- مؤيد, هيثم جوده. (٢٠١٦). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمنظومة القيم الاجتماعية والأخلاقية لدى الشباب الجامعي المصري والسعودي. مجلة الصحافة, المجلد ٦, العدد ٦, ص ٢٣٣-٣٥٥.
- النواجحة, زهير عبد الحميد وعوض, حسني محمد (٢٠٢١). الهوية الأخلاقية وعلاقتها بمقاومة الإغراء لدى الطلبة المراهقين. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية, العدد ٢, ص ١١٨-١٤٥.
- يونس بسمه حسين عيد. ٢٠١٦. إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة, رسالة ماجستير مقدمة إلى جامعة الأزهر, فلسطين.
- Amanda L. G & Craig S. C (2017): Cybersex Addiction Among College Students: A Prevalence Study, Sexual Addiction & Compulsivity. Journal of Treatment and Prevention Volume 24, Issue 1-2, p.1-11.
- Ang, C. & Lee, K.(2017). Ability to Resist Temptations of Technology Use: A Qualitative Analysis of Children's Views on Factors Associated with Delay of Gratification. The Journal of Genetic Psychology Research and Theory on Human Development, Volume 178, 2017 - Issue 5, Pages 291-297.
- Bernecker, K and Job ,V.(2019). Implicit Theories About Willpower in Resisting Temptations and Emotion Control . the Swiss National Science Foundation .University of Zurich press.
- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use: XLVII. Parameters of Internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the Internet usage survey. Psychol. Rep. 80: 879-882.

- Cooper, A., Delmonico, D. L., Griffin-Shelley, E., & Mathy, R. M. (2004). Online sexual activity: An examination of potentially problematic behaviors. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 11, 129–143. doi:10.1080/10720160490882642
- Fries, S. & Dietz, F. (2007). Learning in the Face of Temptation: The Case of Motivational Interference. *The Journal of Experimental Education*, Vol. 76, No. 1 (Fall, 2007), pp. 93-112
- Fry, P. S.(1975). Affect and resistance to temptation. *Developmental Psychology*, Vol 11(4), 466-472
- Grusec, J. E. et.al.(1979). Learning Resistance to Temptation Through Observation. *Developmental Psychology* ,Vol. 15, No. 3, 233-240.
- Haghighi,B.T.(2011). Internet addiction. and dependency: A case study in UNITEN, Malaysia. *Information Technology and Multimedia(ICIM) International Conference on*.14-16 Nov.,pp1-4.
- Hilliard, J.(2014). Social Media Addiction. *Addiction Center supports SAMHSA. Recovery Worldwide, LLC*
- Hofmann, W., Baumeister, R. F., Förster, G., & Vohs, K. D. (2012). Everyday temptations: an experience sampling study of desire, conflict, and self-control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1318.
- Job, V.(2016). Implicit Theories About Willpower. *Handbook:Self-Regulation and Ego Control* ,P.s 203-225.
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: the vulnerability of college students. *Cyber psychology behavior*, 1, 11–17.
- Landa-Blanco, M et al.(2024). Social media addiction relationship with academic engagement in university students: The mediator role of self-esteem, depression, and anxiety. *Heliyon* 10 (2024) e24384,p.1-10.
- Leroy, V. et.al.,(2012). Resisting the sirens of temptation while studying: Using reappraisal to increase focus, enthusiasm, and performance. *Learning and Individual Differences*, Volume 22, Issue 2, April 2012, Pages 263-268.
- Pérez, W. A et al.(2012). SOCIAL NETWORKS ON THE INTERNET, SLEEP PATTERNS AND DEPRESSION. *Teaching and Research in Psychology*, 17 (2), 427-436
- Pontes, H. M et al.(2015).Clinical psychology of Internet addiction: a review of its conceptualization, prevalence, neuronal processes, and implications for treatment. *Neuroscience and Neuroeconomics* 2015:4 11–23.
- Salari, N et al.(2023). The global prevalence of social media addiction among university students: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Public Health* 2023:1-14
- Sümen, A & Evgin, D.(2021). Social Media Addiction in High School Students: A Cross-Sectional Study Examining Its Relationship with Sleep Quality and Psychological Problems. *Child Indicators Research*; Volume 14, pages 2265–2283
- Young K. (2004). Internet addiction: a new clinical phenomenon and its consequences. *Am Behav Sci*; 48(Suppl.4):402-415
- Young KS.(1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychol Behav* 1998; 1: 237-244

Zhang Y, Mei S, Li L, Chai J, Li J, Du H (2015) The Relationship between Impulsivity and Internet Addiction in Chinese College Students: A Moderated Mediation Analysis of Meaning in Life and Self-Esteem. PLoS ONE 10(7): e0131597.