Journal of Humanities and Social Sciences Studies
مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية
ISSN: 2663-7197
DOI: 10.32996/jhsss
Journal Homepage: www.al-kindipublisher.com/index.php/jhsss

الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية

د. ايمان كايد احمد حامد- جامعة العلوم الإسلامية العالمية-- عمان - الاردن

تاريخ استلام البحث: 2026/04/19	تاريخ نشر البحث: 2026/05/24	المجلد: 8	العدد: 5

الملخص بالعربيه:
هدفت هذه الدّراسة إلى استقصاء العلاقة بين الاستخدام المفرط لمواقع التّواصل الاجتماعي والاغتراب النّفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن، إلى جانب تحديد مستويات هذين المتغيرين، والكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في التّقديرات التي تُعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي، ولتحقيق هذه الأهداف، اعتمدت الدّراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وطُبقت على عينة مكونة من (339) طالباً وطالبة، ولجمع البيانات، طورت الدّراسة مقياسين علميين؛ الأول مقياس الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي بأبعاده الثلاثة (الانشغال الذهني، الانسحاب والتوتر، الصراع وتدهور العلاقات)، والثاني مقياس الاغتراب النّفسي بأبعاده الثلاثة (فقدان الشعور بالانتماء، فقدان الهدف، العجز)، حيث تم التّحقق من دلالات صدق البناء الدّاخلي ومعاملات الثّبات للمقياسين، وقد أظهرت النّتائج أن مستوى الاستخدام المفرط لمواقع التّواصل الاجتماعي لدى الطّلبة جاء بدرجة متوسطة، في حين جاء مستوى الاغتراب النّفسي لديهم بدرجة مرتفعة، كما كشفت النّتائج عن وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين الاستخدام المفرط لمواقع التّواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي، بينما أشارت نتائج تحليل التّباين الثّنائي إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الاستخدام المفرط أو الاغتراب النّفسي تُعزى لمتغيري الجنس أو الفرع الأكاديمي، وبناءً على هذه النّتائج، توصي الدّراسة بضرورة تبني برامج إرشادية مدرسية تهدف إلى تعزيز المهارات النّفسية والاجتماعية لدى الطّلبة، وتوعيتهم بمخاطر الاستخدام المفرط للشبكات الاجتماعية للحد من مشاعر الاغتراب وتعزيز ارتباطهم بالواقع.
الكلمات المفتاحية: مواقع التواصل الاجتماعي، الاغتراب النّفسي، طلبة المرحلة الثانوية.

Excessive Social Media Use and Its Relationship to Psychological Alienation among High School Students

Dr. Eman Kayed Ahmad Hamed, World Islamic Sciences and Education University, Amman, Jordan

Corresponding Author: Dr. Eman Kayed Ahmad Hamed, **E-mail**: eman.hamed@wise.edu.jo

RECIEVED: 19 April 2026 **PUBLISHED:** 24 May 2026 **DOI:** 10.32996/jhsss.2026.8.5.20

Abstract in English
This study aimed to investigate the relationship between excessive social media use and psychological alienation among high school students in Jordan, determine the levels of both variables, and identify statistically significant differences in estimates attributed to gender and academic track. To achieve these objectives, a descriptive correlational approach was adopted, and the study was conducted on a sample of (339) students. Data was collected using two scientific scales developed for this purpose: the "Excessive Social Media Use" scale, comprising three dimensions (Mental Preoccupation, Withdrawal and Anxiety, and Conflict and Deterioration of Relationships), and the "Psychological Alienation" scale, comprising three dimensions (Loss of Sense of Belonging, Loss of Purpose, and Powerlessness). Construct validity and reliability coefficients were verified for both scales. The results indicated that the level of excessive social media use among students was "moderate," while the level of psychological alienation was "high." Furthermore, the results revealed a positive, statistically significant correlation between excessive social media use and psychological alienation. Meanwhile, the two-way ANOVA results indicated no statistically significant differences in the levels of excessive social media use or psychological alienation attributed to gender or academic track. Based on these findings, the study recommends adopting school counseling programs designed to enhance students' psychological and social skills, raise their awareness regarding the risks of excessive social media use, mitigate feelings of alienation, and strengthen their connection to reality.
Keywords: Social Media, Psychological Alienation, High School Students

المقدمة:

تُعد شبكات التّواصل الاجتماعي (Social Media) السّمة الأبرز للعصر الرّقمي الحالي، حيث أصبحت جزءًا بنيويًا في كافة تفاعلات الحياة اليومية، وأصبحت الفضاء الافتراضي الأكثر جذبًا لفئة الشّباب والمراهقين، حيث أنّ هذا الانغماس الرقمي تجاوز حدود الاستخدام الوظيفي ليصبح نمطًا استهلاكيًا يؤثر بشكل مباشر على الصّحة النّفسية والتّوافق الاجتماعي للمستخدمين، لاسيما في ظل التّسارع التّكنولوجي المستمر (Twenge & Campbell, 2019)، ويعكس المجتمع الأردني هذا الواقع بوضوح، حيث تشهد المملكة كثافة عالية في استخدام هذه المنصات، مما يضع المؤسسات التّربوية أمام تحديات حقيقية في فهم تأثيراتها (العبسي، 2022).

وتكتسب مرحلة المرحلة الثانوية في الأردن (بصفوفها العاشر، والحادي عشر، والثاني عشر) أهمية استراتيجية؛ فهي تمثل مرحلة التشكيل الأساسي للهوية الشخصية والمهنية للطلبة في مختلف مساراتهم التعليمية (الأكاديمية والمهنية). وفي ظل التنوع الاجتماعي والاقتصادي بين المدارس الحكومية والخاصة، تظهر ضغوط وتحديات متنوعة تدفع الطلبة نحو استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كآلية دفاعية للهروب من عبء الواقع الدراسي، وهو ما قد يؤدي إلى نتائج عكسية تؤثر في جودة حياتهم النفسية بجميع فئاتهم (أبو غزال، 2021).

إنّ هذا الاستخدام المكثف والهروب من الواقع يمهد الطّريق لظهور مشاعر الاغتراب النّفسي(Psychological Alienation) ، وهو مفهوم يشير إلى حالة من الانفصال الشّعوري والوجداني للفرد عن ذاته وعن مجتمعه المحيط، حيثُ أنّ الطّالب المغترب يعاني من فقدان المعنى والعزلة الاجتماعية، ويشعر بأنّ البيئة المدرسية الواقعية أصبحت غريبة عنه ولا تلبي احتياجاته المتنامية (الخوالدة، 2020).

وقد كشفت العديد من الدّراسات العربية عن وجود علاقة وثيقة بين كثافة التّفاعل الرّقمي وتدني مستوى التّوافق النّفسي؛ إذ تشير دراسة (الشرعة وبني يونس، 2023) إلى أنّ طلبة الثّانوية العامة في الأردن الذين يعانون من ضغوط امتحانات عالية يميلون أكثر للانفصال عن واقعهم الاجتماعي عند زيادة استخدام التّقنية، ومع أنّ دراسة (العزب والعسلي، 2024) بحثت في علاقة هذه الشبكات بالهوية الاجتماعية، إلا أنّ هناك حاجة ملحة لتقصي دورها في تعزيز الاغتراب تحديدًا لدى طلبة المدارس الأردنية.

وعلى الرّغم من حداثة الارتباط بين التّكنولوجيا والاعتلالات النّفسية، إلا أنّ الجذور النّظرية لمفهوم الاغتراب النّفسي (Psychological Alienation) تعود إلى الأدبيات السّوسيولوجية والفلسفية الكلاسيكية؛ حيث شكّلت أطروحات كارل ماركس (Marx, 1844) اللّبنة الأولى لفهم انفصال الفرد عن ذاته ونتاج عمله ومجتمعه نتيجة القوى الخارجية الضّاغطة، ثم انتقل المفهوم من الفضاء الفلسفي إلى الحيز السّيكومتري الإمبراطوري على يد ميلفن سيمان(Seeman, 1959) ، الذي يُعد المرجع الأصيل والأبرز في هذا المجال، حيث صاغ نظرية متكاملة حددت خمسة أبعاد جوهرية للاغتراب هي: العجز، وفقدان المعنى، واللامعيارية، والعزلة الاجتماعية، والغربة الذاتية، ومنذ ذلك الحين، تطور المفهوم ليتجاوز سياقه الصّناعي التّقليدي إلى سياقٍ رقمي معاصر، حيث يرى الباحثون أنّ الاستخدام المفرط للفضاء الافتراضي قد ولّد نمطًا جديدًا من الاغتراب يتمثل في الانفصال الوجداني عن الواقع المعاش لصالح واقع بديل لا يلبي الاحتياجات النّفسية العميقة (الشرعة وبني يونس، 2023).

بناءً على ما تقدم، تتبلور مشكلة الدّراسة الحالية في الرّغبة بالكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الاستخدام المفرط لمواقع التّواصل الاجتماعي والاغتراب النّفسي لدى طلبة المرحلة الثّانوية في الأردن، إنّ أهمية هذه الدّراسة تكمن في تقديم إطار تفسيري حديث يساعد المرشدين التّربويين في فهم هذه الظّاهرة الرّقمية وتطوير استراتيجيات وقائية تحد من الآثار السّلبية للاغتراب الرّقمي، وهو ما يمثل إضافة نوعية للمكتبة الأكاديمية الأردنية في ظل قلة الدّراسات التي تناولت هذين المتغيرين معاً لهذه الفئة العمرية (القضاة، 2025).

وتتبلور مشكلة الدّراسة الحالية في ملاحظة تنامي ظاهرة الانغماس الرقمي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمختلف صفوفهم ومساراتهم التعليمية (الأكاديمي والمهني)، إنَّ هذا النمط من الاستخدام الكثيف، سواء في المدارس الحكومية أو الخاصة، أدى إلى فجوة في التواصل الاجتماعي الواقعي، مما ولد شعوراً بالاغتراب النفسي والاغتراب عن الذات، نتيجة المقارنات الاجتماعية المستمرة والعيش في فضاءات افتراضية معزولة عن متطلبات الواقع المدرسي والاجتماعي المتباين (العرادة، 2020).

ومن هنا، يسعى البحث الحالي للإجابة عن التساؤل الرئيس: ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين الاستخدام المفرط لمواقع التّواصل الاجتماعي والاغتراب النّفسي لدى طلبة المرحلة الثّانوية في الأردن؟ وينبثق عنه الأسئلة المحددة الآتية:

1. ما مستوى الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي الأكثر شيوعاً لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن؟
2. ما مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(0.05) في مستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغير (الجنس، والفرع الأكاديمي)؟
5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(0.05) في مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية تعزى لمتغير (الجنس، والفرع الأكاديمي)؟

حيث تسعى الدّراسة الحالية إلى تحقيق مجموعة من الأهداف العلمية والميدانية المنبثقة مباشرة من أسئلة البحث، وذلك للكشف عن واقع العلاقة بين المتغيرين لدى طلبة المرحلة الثانوية في البيئة الأردنية، وتتمثل أهداف الدّراسة الحالية في الآتي:

- تحديد مستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن، ومعرفة مدى انتشار هذه الظاهرة في أوساطهم.

- الكشف عن مستوى الاغتراب النفسي السائد لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتحديد أبعاده الأكثر بروزاً في ظل المتغيرات الرقمية المعاصرة.
- التحقق من وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي ودرجات الاغتراب النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.
- تقصي الفروق في العلاقة الارتباطية بين الاستخدام المفرط للاجتماعي والاغتراب النفسي والتي قد تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، لفهم الخصوصية السيكولوجية لكل فئة.

وتتمثل أهمية هذه الدّراسة في جانبين رئيسين:

الأهمية النّظرية:

- يمكن أن تسهم في إثراء المعرفة لدى الباحثين والمهتمين في مجالات الإرشاد النّفسي والتّربوي حول طبيعة المتغيرات الرّقمية الحديثة (كالاغتراب الرّقمي) وسبل فهمها وتحليل تداعياتها على البناء النّفسي للمراهقين.
- يمكن أن تسهم الدّراسة في إبراز أهمية الوعي السّيكولوجي بالتّعامل مع التّقنية، وتوضيح كيف يتحول الاستخدام المفرط من وسيلة تواصل إلى عائق يسبب انفصالًا وجدانيًا وعزلة اجتماعية لدى طلبة المرحلة الثّانوية.
- يمكن أن تسهم الدّراسة في إثراء الأدبيات البحثية المحلية والعربية، وذلك بتقديم نتائج تطبيقية مستمدة من البيئة الأردنية (طلبة التوجيهي)، مما يوفر قاعدة معرفية قيمة تساعد في فهم أعمق للتّحديات النّفسية المعاصرة التي تواجه الشّباب في السّياق المحلي.

الأهمية التّطبيقية:

- قد تسهم الدّراسة في تحسين أداء المرشدين التّربويين من خلال تزويدهم بمؤشرات علمية دقيقة حول أعراض الاغتراب النّفسي النّاتج عن الإفراط الرّقمي، مما يمكنهم من تشخيص الحالات المعرضة للخطر في المدارس بفاعلية أكبر.
- يمكن أن تقدم الدّراسة دليلاً علمياً يساعد في تصميم برامج إرشادية (وقائية وعلاجية) تهدف إلى تعزيز التّوافق النّفسي والاجتماعي لدى الطلبة، والحد من مشاعر العزلة والضّياع التي قد يسببها الغرق في الفضاء الافتراضي.
- يمكن الاستفادة من نتائج الدّراسة في وزارة التّربية والتّعليم والمؤسسات التّربوية في تصميم وتطوير ورش عمل تدريبية للمرشدين الجدد، تلبي الاحتياجات الفعلية للطّلبة في كيفية إدارة وقتهم الرقمي وحماية صحتهم النّفسية.
- قد تسهم الدّراسة في دعم البيئة المدرسية، فمن خلال فهم العلاقة بين الاستخدام المفرط والاغتراب، يمكن للمدرسة تفعيل أنشطة اجتماعية واقعية تعيد دمج الطّالب في محيطه المادي، مما ينعكس إيجابًا على تحصيله العلمي وجودة حياته النّفسية.
- يمكن أن تقدم **الدّراسة نموذجًا تفسيريًا قابلًا للتّعميم في** سياقات أردنية مشابهة، مما يفتح آفاقًا لتعميم الفائدة وتوسيع نطاق الأثر الإيجابي للحد من ظاهرة الاغتراب النّفسي الرّقمي في المجتمع.

التعريفات والمفاهيم الإجرائية:

الاستخدام المفرط لمواقع التّواصل الاجتماعي(Excessive Use of Social Media)

التعريف الاصطلاحي: يُعرف بأنه نمط من الاستخدام غير التكيفي لمنصات التواصل الاجتماعي، يتميز بعدم القدرة على التحكم في وقت الاستخدام، مما يؤدي إلى تداعيات سلبية على المستويات النفسية والاجتماعية والأكاديمية للفرد (أبو جدي، 2020)

التعريف الإجرائي :هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي المستخدم في هذه الدراسة، والذي يقيس تكرار ومدة الاستخدام ومدى سيطرته على حياة الطالب اليومية.

الاغتراب النّفسي(Psychological Alienation)

التعريف الاصطلاحي: هو شعور الفرد بالانفصال عن ذاته وعن المجتمع المحيط به، ويتجسد في الإحساس بالعزلة، وفقدان المعنى، واللامبالاة تجاه المعايير الاجتماعية السائدة (الشرعة، 2021).

التعريف الإجرائي**:** هو الشعور بالانفصال والعزلة الذي يعبر عنه طلبة المرحلة الثانوية في الأردن، ويُقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الاغتراب النفسي المعتمد في هذه الدراسة بأبعاده المختلفة.

طلبة المرحلة الثّانوية(High School Students)

التعريف الإجرائي: هم جميع الطلبة المنتظمين على مقاعد الدراسة في الصفين الحادي عشر والثاني عشر (التوجيهي) في المدارس الحكومية والخاصة التابعة لوزارة التربية والتعليم الأردنية للعام الدراسي 2026/2025.

وتتحدد الدّراسة الحالية بالحدود الآتية:

الحدود الموضوعية: تقتصر هذه الدّراسة على تقصي العلاقة بين الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي (بأبعاده: فقدان الانتماء، فقدان الهدف، العجز)، وتتحدد النتائج بالخصائص السيكومترية للمقاييس المستخدمة.

الحدود البشرية: طلبة المرحلة الثانوية في الأردن الذين تتوفر لديهم إمكانية الوصول إلى شبكة الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي.

الحدود المكانية: تُطبق هذه الدراسة في المملكة الأردنية الهاشمية (عبر الفضاء الرقمي).

الحدود الزمانية: يتم تطبيق هذه الدراسة وجمع بياناتها خلال العام الدراسي 2026/2025.

محددات الدّراسة: تم تحديدها فيما ألت إليه نتائج الدّراسة، ومن خلال الخصائص السيكومترية لأدوات الدّراسة ومنهجية البحث المستخدمة.

الإطار النظري والدراسات السابقة

تُشير الدّراسات النّفسية الحديثة إلى أن الاستخدام المفرط (Excessive Use) لمنصات التّواصل الاجتماعي يتجاوز كونه سلوكاً زمنياً، ليصل إلى إحداث حالة من الاستنزاف الوجداني (Emotional Exhaustion) وتدني الكفاءة الذاتية، حيث أثبتت دراسة (Keles et al., 2020)في مراجعة منهجية شاملة أن الإفراط الرّقمي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بزيادة مستويات القلق والشعور بالوحدة لدى المراهقين، وفي سياق أكثر حداثة، تؤكد دراسة (Brailovskaia et al., 2022)أن الاستخدام المفرط يقلل من القدرة على الضبط الانفعالي ويؤدي إلى الاحتراق الرقمي، مما يعزز من مشاعر الاغتراب عن الذات والواقع نتيجة المقارنات الاجتماعية القهرية التي تتم عبر هذه المنصات.

إنّ جوهر الاستخدام المفرط كمتغير مستقل في هذه الدّراسة يكمن في الاستغراق النّفسي الزائد الذي يولد نوعًا من الانفصال عن الواقع المعاش؛ فبينما يظل المستخدم العادي قادرًا على الموازنة بين حياته الرقمية والواقعية، يميل الطالب ذو الاستخدام المفرط إلى جعل الفضاء الافتراضي مرجعيته الأولى للإشباع العاطفي، وهو ما يفسر الارتباط الجدلي بظاهرة الاغتراب؛ إذ إنّ كثافة الوجود الافتراضي تضعف الروابط الإنسانية العميقة وتُدخل الطّالب في دوامة من العزلة الشعورية والنّفور من الذّات الواقعية (عاشور، 2025).

لا تتوقف تداعيات الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي عند حدود استنزاف الوقت، بل تمتد لتؤثر في البناء القيمي والمعرفي للمراهق. حيث تبرز خطورة هذا الإفراط في كونه مُنبئاً (Predictor) قوياً بظهور اضطرابات في مفهوم الذات؛ فالاستغراق الرقمي يعرض الطالب لتيارات ثقافية وقيمية متصارعة، مما يولد لديه حالة من التشتت وعدم الاستقرار في تحديد هويته الشخصية والاجتماعية (العصيمي، 2020)، ويرتبط هذا الاضطراب في الهوية ارتباطاً وثيقاً بظاهرة **الاغتراب**؛ إذ إنّ فقدان المعايير الواضحة للذات في الفضاء الافتراضي يجعل الطالب يشعر بالغربة عن واقعه الحقيقي وعن منظومة القيم الأسرية والمجتمعية التي ينتمي إليها.

حيث أن هناك علاقة ارتباطية وثيقة بين شعور الفرد بالاغتراب وتدني مستوى أمنه النفسي؛ إذ إن الطالب الذي يعاني من الاغتراب يشعر بفقدان السند الاجتماعي والقبول، وهي مشاعر تتعمق عندما يستبدل الطالب علاقاته الواقعية بتفاعلات افتراضية هشّة، وبناءً على ذلك، فإن الاستخدام المفرط يعمل كعامل معجل لنشوء مشاعر العزلة والضياع، مما يجعل الطالب مغترباً عن ذاته وعن مجتمعه نتيجة فقدان الطمأنينة النفسية التي يوفرها التواصل الاجتماعي الحقيقي (العازمي، 2021).

وعلى ضوء ما تقدم، تتبدى خطورة الاستخدام المفرط في كونه عملية إحلال تدريجي للواقع الافتراضي محل الواقع المادي، مما يؤدي إلى ما يُعرف بـ الاحتراق الرقمي (Digital Burnout) وتآكل الروابط الاجتماعية الحقيقية(Brailovskaia et al., 2022) ، إنّ هذا الانتقال الوجداني يفسر لماذا يدرك طالب الثانوية بيئته المدرسية كبيئة غريبة أو منفرة؛ حيث تصبح المعايير والقيم التي تحكم الفضاء الرقمي هي المرجعية الأساسية له، بينما تتحول التزاماته الأكاديمية والاجتماعية الواقعية إلى عبء يثير لديه مشاعر العجز وفقدان المعنى (الشرعة، 2021)، وبناءً على هذه الرؤية التكاملية، فإن دراسة الاغتراب النفسي في ظل الإفراط الرقمي تتطلب أدوات قياس دقيقة لا ترصد فقط كمية الوقت، بل ترصد نوعية التأثير الوجداني والانفصال الشعوري الذي يحدثه هذا الانغماس في بنية الشخصية(Keles et al., 2020) .

التعقيب على الدراسات السابقة:

بالنظر إلى الأدبيات السابقة التي استعرضتها الدراسة، يتبين وجود إجماع بحثي متصاعد على أن الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي يتجاوز كونه ظاهرة سلوكية زمنية ليتحول إلى مُحفز لاضطرابات نفسية عميقة، فقد اتفقت الدراسات الأجنبية مثل (Keles et al., 2020; Brailovskaia et al., 2022) والدراسات العربية (مثل العصيمي، 2020؛ العازمي، 2021) على أن هذا الاستغراق الرقمي يفكك الروابط الاجتماعية الواقعية ويقود الفرد نحو الاغتراب بأبعاده المتعددة؛ كالعجز، وفقدان المعنى، والعزلة، إن القيمة المضافة لهذا التراكم المعرفي تكمن في التحول المنهجي الواضح من مجرد رصد الاستهلاك الزمني إلى تحليل الأثر الوجداني، حيث بات جلياً أن التفاعلات الافتراضية الهشة تعزز من مشاعر الاحتراق الرقمي وتخلق هوية مشتتة للمراهق، مما يضعف قدرته على الضبط الانفعالي والانتماء لمحيطه الواقعي.

وعلى الرغم من أهمية هذه الدراسات في تأصيل العلاقة بين المتغيرات، يرى الباحث أن غالبية تلك البحوث استندت إلى بيئات ثقافية مغايرة أو ركزت على فئات عمرية جامعية، مما يفتح مجالاً بحثياً خصباً لاستقصاء خصوصية المجتمع المدرسي الأردني، ومن هنا، تأتي هذه الدراسة لتبني على ما انتهت إليه الأدبيات السابقة، مع تميزها بالتركيز على طلبة المرحلة الثانوية الذين يمرون بضغط أكاديمي ونمائي مضاعف، مما يجعل استجابتهم للاغتراب النفسي الناجم عن الإفراط الرقمي حالة تستوجب الدراسة العميقة، إن هذا التعقيب يبرز ضرورة الانتقال من التنظير العام إلى التشخيص الميداني، وهو ما تسعى هذه الدراسة لتحقيقه من خلال فحص العلاقة بين متغيري الدراسة في ظل الظروف التربوية المحلية، واضعةً بذلك لبنة إضافية في فهم الطبيعة الوجدانية للمراهق في العصر الرقمي.

منهج الدراسة :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي لكونه المنهج الأنسب لموضوع الدّراسة الحالية.

وتكونت عينة الدّراسة من (349) من طلبة المرحلة الثانوية (ذكورًا وإناثًا) من المدارس الحكومية والخاصة في الأردن تم اختيارهم بطريقة العينة المتيسّرة.

ولتحقيق أهداف الدّراسة قام الباحثة بتطوير الأدوات الآتية:

أولاً: مقياس الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي

سعت الباحثة إلى تطوير مقياس يقيس درجة الانغماس الرقمي لدى الطلبة، وقد تم تبني المقياس بعد مراجعته وتعديله ليلائم خصائص عينة الدراسة. يتكون المقياس في صورته النهائية من (24) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد رئيسة، وهي:

1. **بُعد الانشغال الذهني :**ويقيس مدى سيطرة التفكير في المنصات الرقمية على ذهن الطالب واهتماماته اليومية.
2. **بُعد الانسحاب والتوتر :**ويختص برصد ردود الفعل الانفعالية (مثل القلق والملل والتوتر) التي تظهر على الطالب عند انقطاع الاتصال أو تقليص استخدامه للمنصات.
3. **بُعد الصراع وتدهور العلاقات :**ويهدف إلى قياس مدى تأثير الاستخدام المفرط على علاقة الطالب بمحيطه الاجتماعي وواجباته المدرسية وتدهور جودة تواصله الواقعي.

ثانياً: مقياس الاغتراب النفسي

استندت الدراسة في بناء هذا المقياس إلى أطر نظرية متخصصة (مستخلص من مقياس الهواري، 2022)، وتم تكييفه ليعكس تجربة الطلبة في البيئة المدرسية الأردنية. يتكون المقياس من (24) فقرة موزعة بالتساوي على ثلاثة أبعاد أساسية هي:

1. **بُعد فقدان الشعور بالانتماء :**ويقيس مدى إحساس الطالب بالغربة عن مجتمعه المدرسي وضعف روابطه مع زملائه.
2. **بُعد فقدان الهدف :**ويركز على مدى شعور الطالب بغياب الغاية الواضحة في حياته وتشككه في جدوى طموحاته الدراسية.
3. **بُعد العجز :**ويستقصي شعور الطالب بضعف الحيلة، وسلب الإرادة، وعدم القدرة على التأثير في مجريات حياته الواقعية ومستقبله الدراسي.

إجراءات الصدق والثبات :ولضمان كفاءة الأدوات علمياً، تم التحقق من الصدق الظاهري للمقاييس من خلال عرضها على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص للتأكد من وضوح الفقرات ومناسبتها للأهداف. كما تم التحقق من صدق البناء الداخلي وثبات المقاييس باستخدام معادلة (كرونباخ ألفا) على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة، حيث أظهرت النتائج معاملات ثبات واتساق داخلي مرتفعة ومناسبة لأغراض البحث العلمي.

طريقة تصحيح الأداة :اعتمدت الدراسة في تصحيح الفقرات على تدريج ليكرت الثلاثي (أوافق، محايد، لا أوافق)، حيث يتم منحها درجات (3، 2، 1) على التوالي. وقد تم اعتماد متوسطات حسابية محددة للحكم على مستوى الاستخدام المفرط والاغتراب النفسي لدى الطلبة، بناءً على معادلة حساب طول الفئة للمستويات الثلاثة (المنخفض، المتوسط، المرتفع).

نظراً لطبيعة الدّراسة التي تبحث في (الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي)، فقد تم تطبيق أداة الدراسة إلكترونياً عبر منصات التّواصل الاجتماعي الأكثر شيوعاً بين الطلبة (مثل: إنستغرام، وتليجرام، وواتس آب)، وقد تم اعتماد أسلوب العينة المتاحة (Convenience Sampling) لجمع البيانات، حيث نُشر رابط الاستبانة بشكل يتيح لطلبة المرحلة الثانوية في الأردن المشاركة طوعياً، ولضمان دقة البيانات، تم تضمين فقرات في مقدمة الاستبانة للتأكد من انطباق شروط العينة على المشاركين (أن يكون الطالب في المرحلة الثانوية، وفي الصفوف المطلوبة)، مع التأكيد على سرية البيانات وعدم جمع أي معلومات شخصية تحدد هوية المشارك.

تم اختيار أبعاد (فقدان الانتماء، وفقدان الهدف، والعجز) دون غيرها من أبعاد الاغتراب النفسي نظراً لاتساقها المباشر مع طبيعة المتغير المستقل في هذه الدراسة وهو (الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي)، فالباحثة ترى أن الانغماس الرقمي الكثيف لدى طلبة الثانوية يؤدي بالضرورة إلى فقدان الانتماء للواقع الفيزيائي والمدرسي لصالح الانتماء الافتراضي، كما أن حالة الاستغراق في المحتوى الرقمي المشتت تضعف من قدرة الطالب على تحديد غاياته المستقبلية مما يكرس شعوره بـ فقدان الهدف من المذاكرة والتحصيل، أما اختيار بُعد العجز، فيأتي لتفسير حالة فقدان السيطرة التي يعيشها الطالب أمام إغراءات المنصات الرقمية، حيث يشعر بأنه مسلوب الإرادة وغير قادر على إدارة وقته أو تغيير واقعه الأكاديمي، مما يجعل هذه الأبعاد الثلاثة هي الأكثر قدرة على قياس ظاهرة الاغتراب في سياقها الرقمي المعاصر.

أما فيما يتعلق باختصار المقياس والاكتفاء بـ (24) فقرة موزعة بالتساوي على الأبعاد المختارة، فقد جاء ذلك لضمان الصدق الظاهري ومناسبة الأداة لخصائص عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية (العاشر، الحادي عشر، الثاني عشر)؛ حيث يراعي هذا الاختصار المنهجي تجنب ملل المستجيب وضمان دقة الاستجابات في ظل الضغوط الزمنية التي يعيشها هؤلاء الطلبة، وقد اعتمدت الباحثة في آلية العمل على استلال الفقرات الأكثر ارتباطاً بالبيئة المدرسية من مقياس (الهواري، 2022)، مع إعادة صياغتها لتلائم السياق الثقافي والأكاديمي الأردني، ومن ثم عرضها على مجموعة

من المحكمين المختصين للتأكد من قدرتها على قياس المتغيرات بوضوح، وبذلك، تقدم هذه الأداة المختصرة مؤشراً سيكومترياً دقيقاً يجمع بين الرصانة النظرية والواقعية التطبيقية، مما يسهل عملية جمع البيانات وتحليلها إحصائياً بما يخدم أهداف الدراسة الحالية.

قامت الباحثة بتبني مقياس (سراج الدين وشاهين، 2023) لقياس الاستخدام المفرط، ومقياس (الهواري، 2022) لقياس الاغتراب النفسي، وقد أجرت الباحثة تعديلات لغوية طفيفة لضمان مواءمة الفقرات مع البيئة التربوية الأردنية وخصائص طلبة المرحلة الثانوية، ولضمان الصدق الظاهري للأداة، عُرضت بصورتها الأولية على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص، وبناءً على آرائهم استقرت الأداة بصورتها النهائية.

الطريقة والاجراءات

تكونت عينة الدراسة من (339) من طلبة المرحلة الثانوية في الأردن، والجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً للجنس والفرع الأكاديمي.

جدول (1): توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً للجنس والفرع الأكاديمي.

المتغير	مستويات المتغير	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	97	28.6
	أنثى	242	71.4
الفرع الأكاديمي	أكاديمي	311	91.7
	مهني (BTEC)	28	8.3
المجموع		339	100.0

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الاغتراب النفسي

الخصائص السيكوميترية لمقياس الاغتراب النفسي بصورته الحالية:

- صدق البناء الداخلي

للتحقق من صدق البناء للمقياس تم تطبيقه على عينة استطلاعية تكونت (30) من طلبة المرحلة الثانوية، من خارج عينة الدراسة ومن داخل المجتمع، وتم استخراج قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الاستجابات على ارتباط الفقرة مع البُعد لمقياس الاغتراب النفسي، كما هو مبين في الجدول (2)

جدول (2): معامل ارتباط الفقرة مع البُعد والدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي

فقدان الشعور بالانتماء			فقدان الهدف			العجز		
رقم	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	رقم	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	رقم	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية
1	.652**	.581**	9	.699**	.635**	17	.656**	.615**
2	.657**	.596**	10	.668**	.622**	18	.688**	.609**
3	.645**	.535**	11	.647**	.581**	19	.684**	.638**
4	.646**	.600**	12	.669**	.620**	20	.667**	.524**
5	.627**	.598**	13	.681**	.608**	21	.667**	.566**
6	.623**	.551**	14	.659**	.594**	22	.636**	.524**
7	.567**	.555**	15	.646**	.600**	23	.709**	.621**
8	.602**	.526**	16	.542**	.528**	24	.695**	.632**
ارتباط البعد بالدرجة الكلية		.904**	ارتباط البعد بالدرجة الكلية		.917**	ارتباط البعد بالدرجة الكلية		.877**

** دال احصائيًا عند مستوى الدلالة (0.01)
*دال احصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2) أن قيم معاملات ارتباط الفقرة بالأبعاد تراوحت بين (0.542- 0.709)، اما قيم معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.524- 0.638)، وتراوحت معاملات ارتباط الابعاد بالدرجة الكلية للمقياس بين (0.877-0.917)، وقد تم اعتماد معيار قبول الفقرة أن يكون معامل ارتباط الفقرة بالبعد أعلى من (0.30)، بذلك بقي المقياس مكونًا من (24) فقرة.

- دلالات الثبات

تم التحقق من ثبات المقياس من خلال استخراج ثبات الاتساق الداخلي بمعادلة كرونباخ ألفا عن طريق تطبيق المقياس عينة استطلاعية تكونت (30) من طلبة المرحلة الثانوية، من خارج عينة الدراسة ومن داخل المجتمع، والجدول (3) يبين معاملات ثبات أبعاد المقياس.

جدول (3): معاملات ثبات أبعاد مقياس الاغتراب النفسي

البعد	معامل الاتساق الداخلي
مقياس الاغتراب النفسي ككل	0.916
فقدان الشعور بالانتماء	0.777

فقدان الهدف	0.806
العجز	0.828

يبين الجدول (3) أن معاملات ثبات المقياس وأبعاده جيدة فقد تراوحت بين (0.777-0.916) وهي معاملات أعلى من (0.60)، مما يدل على تمتع المقياس بثبات جيد، وبذلك تم اعتماد المقياس بصورته النّهائيّة حيث تكون من (24) فقرة.

تصحيح المقياس:

صُــحح المقياس باســتخدام تدريج ليكرت الثلاثي لقياس مســتوى الاغتراب النفســي، وعينت الدرجات على النحو التالي: لا أوافق (1 درجة)، محايد (2 درجتان)، أوافق (3 درجات)، حيث اتخذت جميع الفقرات اتجاه إيجابي، كما كان الحكم على متوسطات الاغتراب النفسي وفق المعادلة التالية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{الحد الأعلى – الحد الأدنى}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \frac{3\text{-}1}{3} = \frac{2}{3} = 0.67$$

وتم توزيع المتوسطات الحسابية على النحو التالي:

المستوى المنخفض يتراوح ما بين (1.00- 1.67).

المستوى المتوسط يتراوح ما بين (1.68- 2.34).

المستوى المرتفع يتراوح ما بين (2.35- 3.00).

ثانياً: مقياس الاستخدام المفرط:

الخصائص السيكوميترية لمقياس الاستخدام المفرط بصورته الحالية:
- صدق البناء الداخلي

للتحقق من صدق البناء للمقياس تم تطبيقه على عينة استطلاعية تكونت (30) من طلبة المرحلة الثانوية، من خارج عينة الدراسة ومن داخل المجتمع، وتم استخراج قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الاستجابات على ارتباط الفقرة مع البُعد لمقياس الاستخدام المفرط، كما هو مبين في الجدول (4)

جدول (4): معامل ارتباط الفقرة مع البُعد والدرجة الكلية لمقياس الاستخدام المفرط

الانشغال الذهني			الانسحاب والتوتر			الصراع وتدهور العلاقات		
رقم	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	رقم	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	رقم	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية
1	.746**	.572**	9	.744**	.655**	17	.694**	.623**
2	.717**	.547**	10	.633**	.543**	18	.722**	.605**
3	.747**	.592**	11	.681**	.576**	19	.645**	.567**
4	.637**	.533**	12	.660**	.605**	20	.686**	.593**
5	.698**	.494**	13	.675**	.536**	21	.723**	.631**
6	.646**	.447**	14	.732**	.669**	22	.480**	.416**
7	.618**	.515**	15	.668**	.583**	23	.699**	.639**
8	.781**	.616**	16	.749**	.667**	24	.730**	.684**
ارتباط البعد بالدرجة الكلية		.772**	ارتباط البعد بالدرجة الكلية		.873**	ارتباط البعد بالدرجة الكلية		.884**

** دال احصائيًا عند مستوى الدلالة (0.01)
*دال احصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (4) أن قيم معاملات ارتباط الفقرة بالأبعاد تراوحت بين (0.480- 0.781)، اما قيم معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.416- 0.684)، وتراوحت معاملات ارتباط الابعاد بالدرجة الكلية للمقياس بين (0.772-0.884)، وقد تم اعتماد معيار قبول الفقرة أن يكون معامل ارتباط الفقرة بالبعد أعلى من (0.30)، بذلك بقي المقياس مكونًا من (24) فقرة.

- دلالات الثبات

تم التحقق من ثبات المقياس من خلال استخراج ثبات الاتساق الداخلي بمعادلة كرونباخ ألفا عن طريق تطبيق المقياس عينة استطلاعية تكونت (30) من طلبة المرحلة الثانوية، من خارج عينة الدراسة ومن داخل المجتمع، والجدول (5) يبين معاملات ثبات أبعاد المقياس.

جدول (5): معاملات ثبات أبعاد مقياس الاستخدام المفرط

البعد	معامل الاتساق الداخلي
مقياس الاستخدام المفرط ككل	0.913
الانشغال الذهني	0.850
الانسحاب والتوتر	0.845

الصراع وتدهور العلاقات	0.824

يبين الجدول (5) أن معاملات ثبات المقياس وأبعاده جيدة فقد تراوحت بين (0.824-0.913) وهي معاملات أعلى من (0.60)، مما يدل على تمتع المقياس بثبات جيد، وبذلك تم اعتماد المقياس بصورته النّهائيّة حيث تكون من (24) فقرة.

تصحيح المقياس:

صُـحح المقياس باســتخدام تدريج ليكرت الثلاثي لقياس مســتوى الاســتخدام المفرط، وعينت الدرجات على النحو التالي: لا أوافق (1 درجة)، محايد (2 درجتان)، أوافق (3 درجات)، حيث اتخذت جميع الفقرات اتجاه إيجابي، كما كان الحكم على متوسطات الاستخدام المفرط وفق المعادلة التالية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{الحد الأعلى – الحد الأدنى}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \frac{3\text{-}1}{3} = \frac{2}{3} = 0.67$$

وتم توزيع المتوسطات الحسابية على النحو التالي:

المستوى المنخفض يتراوح ما بين (1.00- 1.67).

المستوى المتوسط يتراوح ما بين (1.68- 2.34).

المستوى المرتفع يتراوح ما بين (2.35- 3.00).

المعالجة الإحصائية

للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام برنامج SPSS لفحص الأسئلة الآتية:

- للإجابة عن سؤالي الدراسة الأول والثاني تم استخراج الانحرافات المعيارية والمتوسطات الحسابية.
- للإجابة عن سؤال الدراسة الثالث تم استخراج معامل ارتباط بيرسون.
- للإجابة عن سؤال الدراسة الرابع والخامس استخدام تحليل التباين الثلاثي (3-Way ANOVA).

نتائج الدراسة

نتائج السؤال الأول: ما مستوى الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن، والجدول (1) يبين النتائج:

جدول (1)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن

الرقم	الابعاد	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
2	الانسحاب والتوتر	1	1.82	0.52	متوسط
1	الانشغال الذهني	2	1.79	0.49	متوسط
3	الصراع وتدهور العلاقات	3	1.66	0.53	منخفض
مستوى الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي			1.75	0.46	متوسط

يتضح من الجدول (1) أن المتوسطات الحسابية لأبعاد الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن تراوحت بين (1.66-1.82)، وجاء في المرتبة الأولى بعد الانسحاب والتوتر بمتوسط حسابي (1.82)، ويليه الانشغال الذهني بمتوسط حسابي (1.79)، وجاء في المرتبة الأخيرة الصراع وتدهور العلاقات بمتوسط حسابي (1.66)، وكان مستوى الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن متوسطًا إذ بلغ المتوسط الحسابي له (1.75) بانحراف معياري (0.46).

نتائج السؤال الثاني: ما مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن، والجدول (2) يبين النتائج:

جدول (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاغتراب النفسي

الرقم	الابعاد	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
2	فقدان الهدف	1	1.93	0.58	مرتفع
1	فقدان الشعور بالانتماء	2	1.78	0.57	مرتفع
3	العجز	3	1.77	0.55	مرتفع
مستوى الاغتراب النفسي			1.83	0.48	مرتفع

يتضح من الجدول (2) أن المتوسطات الحسابية لأبعاد الاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن تراوحت بين (1.77-1.93)، وجاء في المرتبة الأولى بعد فقدان الهدف بمتوسط حسابي (1.93)، ويليه فقدان الشعور بالانتماء بمتوسط حسابي (1.78)، وجاء في المرتبة الأخيرة العجز بمتوسط حسابي (1.77)، وكان مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن متوسطًا إذ بلغ المتوسط الحسابي له (1.83) بانحراف معياري (0.48).

نتائج السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية؟

للإجابة على هذا السؤال تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية، والجدول (3) يوضح النتائج:

جدول (3)

قيم معامل ارتباط بيرسون بين الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي

أوجه لمقارنة		الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي			
		الاستخدام ككل	الانشغال الذهني	الانسحاب والتوتر	الصراع وتدهور العلاقات
الاغتراب النفسي	الاغتراب النفسي ككل	.530**	.457**	.452**	.518**
	فقدان الشعور بالانتماء	.331**	.286**	.265**	.340**
	فقدان الهدف	.501**	.433**	.426**	.491**
	العجز	.509**	.438**	.454**	.480**

* دلالة عند مستوى α= 0.05 ** دلالة عند مستوى α= 0.01

يتضح من الجدول (3) وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية إذ بلغ معامل الارتباط (0.530)، ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي وابعاد الاغتراب النفسي إذ تراوحت معاملات الارتباط بين (0.331-0.509)، ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين ابعاد الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي إذ تراوحت معاملات الارتباط بين (0.452-0.518)، ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين ابعاد الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي وابعاد الاغتراب النفسي إذ تراوحت معاملات الارتباط بين (0.265-0.491)، وهي قيم دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.05).

نتائج السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(0.05) في مستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغيري (الجنس، والفرع الأكاديمي)؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي، والجدول (4) يبين النتائج.

الجدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي

المتغير	مستويات المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكر	1.73	0.43
	أنثى	1.76	0.47
الفرع الأكاديمي	أكاديمي	1.75	0.46
	مهني (BTEC)	1.82	0.47

يبين الجدول (4) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق الظاهرية ذات دلالة إحصائية تم استخدام تحليل التباين الثنائي (2-Way ANOVA)، والجدول (5) يبين النتائج.

الجدول (5)

تحليل التباين الثنائي (2-Way ANOVA) للفروق في المتوسطات الحسابية لمستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الجنس	.191	1	.191	.894	.345
الفرع الأكاديمي	.231	1	.231	1.079	.300
الخطأ	71.862	336	.214		
المجموع	72.185	338			

يبين الجدول (5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) في مستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي، حيث بلغ قيم ف (0.894، 1.079) وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

نتائج السؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(0.05) في مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية تعزى لمتغير (الجنس، والفرع الأكاديمي)؟

للإجابة عن هذا السـؤال تم اسـتخراج المتوسـطات الحسـابية والانحرافات المعيارية لمسـتوى الاغتراب النفسـي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي، والجدول (6) يبين النتائج.

الجدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاغتراب النفسي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي

المتغير	مستويات المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكر	1.81	0.47
	أنثى	1.84	0.48
الفرع الأكاديمي	أكاديمي	1.84	0.48
	مهني (BTEC)	1.73	0.42

يبين الجدول (6) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى الاغتراب النفسي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق الظاهرية ذات دلالة إحصائية تم استخدام تحليل التباين الثنائي (2-Way ANOVA)، والجدول (7) يبين النتائج.

الجدول (7)

تحليل التباين الثنائي (2-Way ANOVA) للفروق في المتوسطات الحسابية لمستوى الاغتراب النفسي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الجنس	.006	1	.006	.025	.875
الفرع الأكاديمي	.251	1	.251	1.101	.295
الخطأ	76.601	336	.228		
المجموع	76.910	338			

يبين الجدول (7) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) في مستوى الاغتراب النفسي تعزى لمتغيري الجنس والفرع الأكاديمي، حيث بلغ قيم ف (0.025، 1.101) وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات

1. مناقشة نتائج السؤال الأول (مستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي)

أظهرت النتائج أن مستوى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن جاء بدرجة متوسطة، وتُعزى هذه النتيجة إلى أن الطلبة في هذه المرحلة العمرية يدمجون التكنولوجيا كجزء بنيوي في تفاعلات حياتهم اليومية، إلا أنهم لا يزالون يوازنون -إلى حد ما- بين هذا الاستخدام والالتزامات الأكاديمية والواقعية، كما يشير هذا المستوى إلى أن استخدام المنصات لدى الطلبة لا يزال ضمن نطاق الاستهلاك الذي لم يصل بعد إلى مرحلة الإدمان الرقمي الكامل، رغم أنه يتجاوز الحدود الوظيفية في بعض الأحيان.

2. مناقشة نتائج السؤال الثاني (مستوى الاغتراب النفسي)

كشفت النتائج أن مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة جاء بدرجة مرتفعة، يمكن تفسير ذلك بأن مرحلة الثانوية العامة في الأردن تفرض ضغوطاً أكاديمية واجتماعية كبيرة، مما يدفع الطلبة للجوء إلى الفضاء الافتراضي كآلية دفاعية للهروب من عبء الواقع الدراسي، هذا الهروب يعزز شعور الطالب بالعزلة عن بيئته المدرسية، ويولد لديه إحساساً بفقدان المعنى، وهو ما يتوافق مع أدبيات مفهوم الاغتراب النفسي التي تشير إلى أن الفرد المغترب يعاني من فقدان المعنى والعزلة الاجتماعية.

3. مناقشة نتائج السؤال الثالث (العلاقة بين الاستخدام المفرط والاغتراب النفسي)

أكدت نتائج الدراسة وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي، تؤيد هذه النتيجة الإطار النظري الذي وضعه ميلفن سيمان (Seeman, 1959) حول أبعاد الاغتراب (العجز، فقدان المعنى، العزلة) ، حيث إن الاستغراق الرقمي الكثيف يعمل كعامل معجل لنشوء مشاعر العزلة والضياع؛ فكلما زاد الطالب من وجوده الافتراضي، ضعف ارتباطه بالواقع الفيزيائي والمدرسي، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Keles et al., 2020) التي أشارت إلى أن الإفراط الرقمي يرتبط بزيادة مستويات القلق والشعور بالوحدة، ويؤدي إلى الانفصال عن الواقع لصالح واقع بديل لا يلبي الاحتياجات النفسية العميقة.

4. مناقشة نتائج السؤالين الرابع والخامس (الفروق تبعاً للمتغيرات الديموغرافية)

أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الاستخدام المفرط أو الاغتراب النفسي تعزى لمتغيري الجنس أو الفرع الأكاديمي. تشير هذه النتيجة إلى أن ظاهرة الاغتراب الرقمي هي ظاهرة عالمية ومشتركة تلامس كافة فئات الطلبة في المجتمع الأردني بغض النظر عن جنسهم أو مسارهم التعليمي، هذا يعني أن البيئة الرقمية أصبحت فضاءً موحداً للتأثيرات النفسية، وأن ضغوط العصر الرقمي تتجاوز الفروق الفردية التقليدية بين الذكور والإناث أو بين الأكاديمي والمهني.

ثانياً: الاستنتاجات

خلصت الدّراسة إلى أن الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن يمثل منبئاً قوياً لزيادة مشاعر الاغتراب النفسي، وعلى الرغم من أن الطلبة يمارسون هذا الاستخدام بمستوى متوسط، إلا أن أثره على سلامتهم النفسية مرتفع، مما يؤكد أن الإفراط في الفضاء الافتراضي يؤدي إلى تآكل الروابط الاجتماعية الحقيقية ويضعف من قدرة الطالب على التكيف مع واقعه التعليمي والاجتماعي.

ثالثاً: التوصيات

بناءً على ما تقدم، توصي الدراسة بالآتي:

- ضرورة تفعيل دور المرشدين التربويين في المدارس لتصميم برامج وقائية تهدف إلى التربية الرقمية الواعية، وتوعية الطلبة بمخاطر الانغماس الرقمي وتأثيراته على صحتهم النفسية.
- تفعيل الأنشطة المدرسية الواقعية التي تعيد دمج الطلبة في مجتمعهم المادي، لتقليل الشعور بالعزلة والضياع المرتبط بالاغتراب.
- تصميم ورش عمل تدريبية للمرشدين التربويين الجدد حول كيفية تشخيص أعراض الاغتراب النفسي المرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت.
- إجراء دراسات طولية (Longitudinal Studies) تتبع أثر الاستخدام المفرط على نمو الشخصية لدى الطلبة على مدار سنوات المرحلة الثانوية.
- إجراء دراسات نوعية (Qualitative Studies) تعتمد على المقابلات المتعمقة لفهم لماذا يرى الطلبة أنفسهم مغتربين في مدارسهم، وكيف يساهم الفضاء الرقمي في تعزيز هذه النظرة.

رابعاً: محددات الدراسة

تتحدد نتائج هذه الدراسة بالإطار المنهجي المعتمد، حيث اقتصرت على عينة من طلبة المرحلة الثانوية في الأردن خلال العام الدراسي 2026/2025، كما أن النتائج ترتبط بالخصائص السيكومتريّة للمقاييس التي استخدمت لجمع البيانات، لذا، ينبغي الحذر عند تعميم النتائج على سياقات ثقافية أو عمرية مختلفة عن مجتمع الدراسة.

المراجع باللغة العربية:

- **أبو غزال، معاوية .(2021)** الاستخدام المفرط للإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن .□□□□□□ *الأردنية في العلوم التربوية*، 17(2)، 155-172.
- **الحراحشة، محمد** .(2023) .المرونة النفسية وعلاقتها بالاستخدام المفرط للشبكات الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية .*مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)*، 37(4)، 789-812.
- **الخوالدة، سناء .(2020)** الاغتراب النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى المراهقين في محافظة العاصمة عمان .*مجلة دراسات: العلوم التربوية*، الجامعة الأردنية، 47(3)، 210-228.
- **الزيود، أحمد** .(2021) .*الإرشاد النفسي والتربوي: تطبيقات ونماذج* .عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- **الشرعة، رائد، وبني يونس، محمد .(2023)** التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بضغوط الامتحانات لدى طلبة الثانوية العامة في الأردن .*المجلة التربوية الأردنية*، 8(1)، 45-63.
- العازمي، سميرة. (2021). الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلبة مرحلة الماجستير بجامعة الطائف .*مجلة العلوم التربوية و النفسية*..148-180 ,(1)5
- **العبسي، محمد .(2022)** أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في القيم الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية .*مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)*.
- **العرادة، نايف محمد** .(2020) .شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمستوى الاغتراب النفسي لدى طلاب جامعة الكويت .*مجلة كلية التربية (جامعة المنوفية)*
- **العزب، محمد، والعسلي، هشام .(2024)** العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي والهوية الاجتماعية لدى طلبة الجامعة .*مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية*، جامعة ذمار، 6.(4)
- **العصيمي، عادل بن محمد** .(2020) .الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي كمنبئ لأزمة الهوية لدى عينة من طلاب الجامعة .*مجلة كلية التربية - جامعة كفر الشيخ*، 20(2)، 1-42
- **القضاة، أسماء .(2025)** الهروب الافتراضي وآثاره السلوكية لدى المراهقين في المجتمع الأردني .*مطبعة الجامعة الأردنية: عمان*.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Brailovskaia, J., Margraf, J., & Köllner, V. (2022). Social media use, mental health and flow-experience: A comparative study. *Journal of Affective Disorders Reports*, 9, 100367.

Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79-93.

Marx, K. (1932). *Economic and Philosophic Manuscripts of 1844*. (Original work written 1844). Moscow: Progress Publishers.

Seeman, M. (1959). On the meaning of alienation. *American Sociological Review*, 24(6), 783-791.

Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2019). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271-283.

Vismara, M., et al. (2024). Digital Alienation and Mental Health: The impact of excessive screen time on adolescent development. *Computers in Human Behavior*.