

الإدمان الرقمي وعلاقته بالملل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة

مثنى محمد حميد عبدالله

muthanamh93@gmail.com

وزارة التربية - مديرية تربية كركوك

Digital Addiction and its Relationship to Academic

Boredom Among Middle School Students

Muthana Mohammed Hameed

Ministry of Education

Kirkuk Directorate of Education

المستخلص:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الإدمان الرقمي والملل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة، في ظل الانتشار المتزايد لاستخدام الأجهزة الرقمية ووسائل التواصل والتطبيقات الإلكترونية في الحياة اليومية للطلبة. ويُعد الإدمان الرقمي من الظواهر السلوكية التي تتمثل في الاستخدام المفرط والمتكرر للتقنيات والأجهزة الرقمية بصورة قد تؤثر في تنظيم الوقت والأنشطة اليومية، في حين يمثل الملل الأكاديمي حالة من انخفاض الاهتمام والدافعية والانخراط في المواقف والأنشطة التعليمية، وما يرتبط بها من شعور بالفقر والرتابة أثناء التعلم. اعتمد البحث المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الموضوع وأهدافه، وتكونت عينته من طلبة المرحلة المتوسطة، بهدف الكشف عن مستوى الإدمان الرقمي ومستوى الملل الأكاديمي لديهم، فضلاً عن التعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرين. وقد استند البحث إلى مقاييس مناسبة لقياس الإدمان الرقمي والملل الأكاديمي لدى أفراد العينة، مع مراعاة الخصائص النفسية والتربوية للمرحلة العمرية المستهدفة. الكلمات المفتاحية: الإدمان الرقمي، الملل الأكاديمي، طلبة المرحلة المتوسطة، التكنولوجيا الرقمية.

Abstract

The present study aims to investigate the nature of the relationship between digital addiction and academic boredom among middle school students, in light of the increasing prevalence of digital devices, social media, and electronic applications in students daily lives. Digital addiction is regarded as a behavioral phenomenon characterized by excessive and recurrent use of digital technologies and devices in a manner that may affect time management and daily activities. Academic boredom, on the other hand, refers to a state of diminished interest, motivation, and engagement in educational situations and activities, accompanied by feelings of monotony and disengagement during the learning process.

Keywords: Digital Addiction ,Academic Boredom, Middle School Students ,Digital Technology.

مشكلة البحث:

يعتبر الإدمان الرقمي ظاهرة واسعة النطاق في عصر التكنولوجيا الحديثة ، وهذی الظاهرة أثرت بشكل كبير على تحصيل الطلبة ، حيث أصبح الطلبة يقضون وقتاً طويلاً أمام الشاشات الالكترونية المختلفة وهذا الوقت يذهب هدرًا بلا فائدة وبدون افادة ، حيث اصبحت الوسائل الرقمية جزءاً أساسياً من الحياة اليومية للطلبة ، لما توفره من إمكانيات واسعة في التواصل والترفيه والوصول الى المعلومات والمحتوى التعليمي ، الا أن الاستخدام المتزايد وغير المنضبط لهذه الوسائل قد يتحول من استخدام وظيفي الى نمط سلوكي يتسم بالانشغال المفرط وصعوبة التحكم في مدة الاستخدام بما قد ينعكس على الجوانب النفسية والاجتماعية والاكاديمية لدى الطلبة ، وغالباً ما يتطلب هذا التطور والتقدم التكنولوجي اجراء بعض التغييرات في حياتنا اليومية ، استخدام هذا التكنولوجيا بصورة صحيحة وسليمة تخدم افراد المجتمع ،وتحقق نتائج ايجابية (مطر ، ٢٠١٥)، دراسة (ابو العطاء، ٢٠١٩) هدفت الدراسة الى استكشاف العلاقة بين ادمان الانترنت والوحدة ، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، شملت العينة ٣٠٠ فرد ،واستخدمت أدوات الدراسة مقياس إدمان الانترنت ومقياس الوحدة النفسية ، تم تطويرها من قبل الباحث ،اظهرت النتائج

وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين إدمان الانترنت والوحدة النفسية لدى الطلاب . يعد الملل الأكاديمي من الظواهر النفسية المرتبطة بالخبرة التعليمية للطلبة، إذ قد تظهر عندما يفقد الطالب الشعور بالحيوية والاهتمام تجاه الموقف التعليمي، او عندما تتكرر الخبرات والانشطة الدراسية بصورة لا تتلاءم مع حاجاته ودوافعه وقدراته، ولا يقتصر أثر هذه الحالة على شعور الطالب بالملل والضجر داخل الصف بل قد تمتد انعكاساتها الى مستوى مشاركته في العملية التعليمية ودافعيته نحو التعلم (ماجد، ٢٠١٩، صفحة ١٦٥). وأكدت دراسة بوخطة وجعفر (٢٠١٨) الملل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية، هدفت الدراسة لمعرفة مستوى الملل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية والكشف عن الفروق تبعاً لمتغير التخصص الدراسي (علمي | ادبي) وتم الاعتماد على مقياس الملل الأكاديمي، ومن نتائجها : الملل الأكاديمي لدى عينة الدراسة مرتفع، ووجد فروق دالة احصائية في الملل الأكاديمي تبعاً لمتغير التخصص الدراسي . ، لو بحثنا اليوم لوجدنا ان ظاهرة الملل الأكاديمي قد انشرت بصورة مخيفة في المدارس العراقية بصورة خاصة والمجتمع والاسرة بصورة عامة .

على ضوء ما تقدم نتحدد مشكلة الدراسة في السؤال التالي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الإدمان الرقمي والملل الأكاديمي.

أهمية البحث: تتبع أهمية البحث من كون الإدمان الرقمي أصبح ظاهرة اساسية في حياتنا ، وبالتالي فإن اية ظاهرة تؤثر سلباً على الطلبة تنعكس على المجتمع ، وبما أن ظاهرة الإدمان الرقمي التي سادت ونشرت في وقتنا الحاضر اثرت سلباً على تحصيل الطلبة و علاقاتهم وشخصياتهم وتفاعلهم ، الامر الذي يستدعي دراسة هذه الظاهرة والحد منها ووضع الحلول الكفيلة بالتقليل من انعكاسها و مخاطرها على الطلبة ومستواهم الدراسي ، واجرى أبو النور (٢٠٢٢) دراسة استكشفت الآثار السلبية لشبكات التواصل الاجتماعي على الافراد حيث استخدم الاستبيان لجمع البيانات وتكونت العينة العشوائية من (٢٠٥) وظهرت النتائج أن الهواتف الذكية مؤثرة بإيجاب وسلب ، فالاستخدام المفرط يضر بالقيم والاتجاهات الدينية والاجتماعية والثقافات كما اشارت الدراسة الى أثار إيجابية للتطبيقات المفيدة . أهمية النظر الى الإدمان الرقمي على انه مشكلة دراسية حقيقية تستدعي التدخل العلاجي ، فالعلاقة بين الاستخدام المفرط للتكنولوجيا والملل الأكاديمي ليست مجرد علاقة سطحية بل هي سببية ومعقدة (أبو النور، ٢٠٢٢، صفحة ١٩)، ان سلوك الفرد يتأثر كبير باتجاهاته تجاه الآخرين وتوقعاته منهم ويعتمد نجاح التفاعل الاجتماعي على مهارات الفرد اللفظية وغير اللفظية في التواصل والتفاعل مع الآخرين حيث تختلف هذي المهارات من فرد الاخر وقد ظهرت التقنيات الرقمية لتغير الطريقة التي تتفاعل بها اجتماعياً في عالمنا وقد شهدت التقنيات الرقمية ظهور ثقافات وتقاليد وعادات جديدة ووسائل تواصل جديدة ، حيث انتشرت في كافة جوانب الحياة اليومية كوسيلة للتواصل والحوار والتفاعل ونقل الافكار بين الناس، أصبحت التلغونات المحمولة بمختلف فئاتها والجهزة اللوحية جزءاً أساسياً حياتنا اليومية ويقضي الكثيرون منا اوقاتاً طويلة أمام شاشاتها ، ولم يكن الاطفال ببعيد عن هذا الأمر ، أصبحت رؤية طفل دون الخامسة وهو يلعب بأحد هذه الهواتف أمراً غير مستغرب بل ان بعض الامهات تلجأ الى الهاء طفلها الرضيع من خلال الهاتف ، ولا تعلم الأم بانها تعمل على تدمير طفلها والمضار التي سوف تلحق به مستقبلاً، ويؤدي بقاء الطفل ملازماً للهاتف المحمول الى خلف هوة وفراغ بينه وبين والديه وأشقائه والمقربين منه وتصبح لديه نظرة تشاؤمية وشخصية هشة ومنعزلة وتفكير محدود على مدى بعيد ، يعد الملل الأكاديمي من الظواهر النفسية والتربوية التي تستحق اهتماماً ودراسة لكونها متزايدة في البيئة التعليمية ، لما قد يترتب عليه من أثار في خبرة وتحصيل الطالب التعليمية وتفاعله مع المواقف الدراسية ، ويكتسب الملل الأكاديمي أهمية خاصة بوصفه احد الانفعالات المرتبطة بالمواقف التعليمية التي تؤثر على مستوى الطلبة ، إذ لا يقتصر على مجرد الشعور بعدم الاهتمام ، وقلة الحماس وانما يرتبط بانخفاض الدافعية والانخراط في التعلم ، وضعف المشاركة في الانشطة الدراسية ، وتراجع الجهد والمثابرة ، وقد بينت الدراسات والابحاث ان الملل الأكاديمي يُعد انفعالاً سلبياً ومثبطاً للنشاط ، ويرتبط بصورة سلبية بمشاركة الطلبة وأدائهم الأكاديمي ،

وتهدف هذه الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين الإدمان الرقمي وبالميل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة **أهداف البحث:** يهدف البحث

الحالي التعرف على:

١. التعرف على الإدمان الرقمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

٢. التعرف على الملل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

٣. التعرف على العلاقة الارتباطية بين الإدمان الرقمي والملل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة المتوسطة في محافظة كركوك - ناحية العباسي للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦)

تحديد المصطلحات:

تضمن البحث الحالي مجموعة من المصطلحات التي تحتاج الى تعريف لها هي:

اولاً. الإدمان الرقمي وعرفه :

١. ابو الحسن (٢٠٢٠) الادمان الرقمي : هو نمط من السلوك المرتبط بالافراط في استخدام التكنولوجيا الرقمية والانترنت ، بحيث يتجاوز الفرد الحدود المعتادة او المقبولة للاستخدام ، وقد ينعكس سلبياً على الجوانب الدراسية والاجتماعية والنفسية (ابو الحسن ، ٢٠٢٠ ، صفحة ١٩)
 ٢. سالم (٢٠١١) الإدمان الرقمي : أنه حالة عدم القدرة على السيطرة والتحكم في المشاعر على الاستخدام المفرط للمواقع الالكترونية مما يؤثر سلبياً على ممارسة الطالب الطبيعية وعلى مهامه الحياتية بشكل طبيعي (سالم ، ٢٠١١ ، صفحة ١٣٧).
 ٣. سهام (٢٠١٦) الادمان الرقمي : هو حالة من الاستخدام المرضي لأدوات التكنولوجيا مما يؤدي الى ظهور اضطراب في السلوك العام (سهام ، ٢٠١٦ ، صفحة ٧).
 ٤. Greenfield (٢٠٠٥) الإدمان الرقمي بأنه :عدم القدرة على الخلي عن الأجهزة الالكترونية ، ما له من نتائج مضره وهو بذلك لا يختلف عن إدمان السكائر ،المواد المخدرة ، الكحول (Greenfield, 2005, p. 28)
- التعريف النظري للإدمان الرقمي :** هو استخدام الطالب للشبكات الرقمية بشكل مفرط وسليبي وبصورة مستمرة ، بطريقة لا تتفق مع معايير السواء فيصبح الطالب مضطرباً ومكتئباً مما يؤثر سلباً على نموه النفسي والاجتماعي والاكاديمي والصحي ، (اعداد الباحث) .
- التعريف الاجرائي :** هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على المقياس .
- ثانياً. الملل الأكاديمي عرفه :**

١. علاق وميلود (٢٠١٦) بأنه : شعور او حاله داخلية لدى المعلم تدفعه الى تشتت الانتباه والغياب الذهني وقلة التركيز في الموقف التعليمي والاحساس بالخمول والكسل والضجر والضيق والغربة في النوم وانخفاض النشاط والاعتزال عن التفاعل الاجتماعي وهذا قد يكون مؤقتاً او مستمراً حسب الوقت الذي يقضيه المتعلم اما الشاشة (علاقة و مليود، ٢٠١٦ ، صفحة ٢٩٥).
 ٢. بوفلجة (٢٠١٦) الملل الأكاديمي: هو غياب الأهتمام والرغبة بالدراسة وبغناصرها مما يؤدي الى الشرود وعدم التركيز واللامبالاة وقلة الحماس (بوفلجة، ٢٠١٦ ، صفحة ٢٩) .
 ٣. مظلوم (٢٠١٤) بأنه : حالة من تشتت الانتباه ، والكفاءة العلمية المنخفضة والتي تثير الانهاك والتعب والخمول لدى الطالب وهذا يؤدي بدوره الى ضعف التحصيل الدراسي (مظلوم ، ٢٠١٤ ، صفحة ٢٢٣).
 ٤. هشام (٢٠١٩) بأنه استعداد نفسي غير سار يشعر فيه الطلاب بالرتابة وفقدان الاثارة ،والاحساس بالتعب ،وفقدان الاهتمام بالدراسة ، الخمول والهروب من المدرسة سبب الملل والضجر (الخولي ، ٢٠١٩ ، صفحة ٣٤٦) .
- التعريف النظري للملل الأكاديمي :** لقد تبني الباحث تعريف (عبداللطيف -٢٠٢٠): بأنه حالة وجدانية غير سارة تضيي على المتعلم حالة من الرغبة في تجنب الدراسة ،والشعور بالملل والكسل عند القيام بالأنشطة الأكاديمية ، وانخفاض مستوى الدافعية الذاتية والاستعداد والمثابرة لإنجاز تكاليفها (عبداللطيف ، ٢٠٢٠ ، صفحة ٤٥٠).
- التعريف الاجرائي :** هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على المقياس
- الإطار النظري والدراسات السابقة**

• أولاً. الإدمان الرقمي:

المقدمة : الإدمان الرقمي هو سلوك إدماني يتعلق باستخدام الأجهزة الرقمية تعلق بشكل مفرط ، بما في ذلك الهواتف المحمولة ، والأترنت ، والعبا الفيديو ، ووسائل التواصل الاجتماعي ، وهذا الإدمان انتشر بين افراد المجتمع بشكل كبير حيث أصاب كل الفئات العمرية ، ولا يقتصر هذا الإدمان على فئة الرجال بل حتى النساء اصبوا بهذا المرض من الإدمان وبالأخص فئة الفتيات لهن النصيب الاكبر من هذا السلوك ، ونتيجة لهذا الإدمان حدثت الكثير من المشاكل داخل الاسر العراقية ، ووضح (Cam&Nur ، ٢٠١٥) أن الإدمان الرقمي يشكل مشكلة صحية عامة وخطيرة ، ويتعرض طلاب المدارس بصفة خاصة للعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية ، إذ زاد مقدار الوقت ال يقضيه الطلاب على الإجهزة الرقمية الى الحد الذ يجعلهم يشعرون بالملل والضيق والتوتر عندما لا يستطيعون استخدامها ، ونتيجة للإفراط في الاستخدام والاعتماد المتزايد ، فان ذلك يؤثر على العديد من جوانب الحياة ويسبب أعراضاً نفسية ، جسدية ، مرضية ،من خلال المنبهات البصرية (Cam, 2015, p. 181). وعُرف الإدمان الرقمي من قبل الجمعية الأمريكية لطب الادمان (ASAM) وكذلك الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA)

(، بأنه :مرض مزمن أولي يصيب المكافأة ،والدوافع ،والذاكرة ،والدوائر ذات الصلة بالدماغ ويؤدي الخلل في هذه الدوائر الى مظاهر بيولوجية ،ونفسية ، واجتماعية ، واخلاقية وروحية ، ومعظم الدراسات والابحاث التي أجريت على الدماغ ، ووظيفته اكدت ان العديد من السلوكيات قد تؤدي الى الإدمان الكيميائي .ومن ثم يرى الباحث ان الإدمان الرقمي مصدر قلق وخوف لما له من اضرار على افراد المجتمع العراقي بشكل عام والطلبة بشكل خاص ، بسبب هدر الوقت المخصص للدراسة والنمو الى وقت لاستخدام الهواتف الذكية ،

انواع الإدمان الرقمي :

١. **إدمان ألعاب الفيديو :** ويتمثل في كونه سلوك اعتمادي على الانترنت يقضي الافراد اكثر اوقاتهم في اللعب ، وهذا الألعاب أثرت بدرجة كبيرة على مستوى الطلبة الدراسي لانهم يقضون اوقات طويلة امام شاشات الهواتف المحمولة للعب ، واصبحت هذي الألعاب مصدر للتسلية والسهر والهروب من الواقع وقلة التفاعل الاسري ، وتجد بعض اللعب تجمع اكثر من (١٠) اشخاص من مختلف دول العالم ، ويستخدم خلال اللعب الفاظ وكلمات منافية للدين والقيم والعادات الاجتماعية (سهام م.، ٢٠١٦، صفحة ٧) .
٢. **إدمان الانترنت :** هو سلوك جديد يدفع الافرد الى الاعتماد على الانترنت ، ويدفع هذا السلوك الافراد الى التعامل المتواصل مع الشبكة لفترات طويلة دون انقطاع ، وهذا هو الادمان الرقمي ويعتبر مشكلة جديدة دخلت المجتمع العراقي واثارها واضحة من هدم للأفكار والعادات و تكونت ثقافات جديدة مخالفة للثقافات العراقية الاصلية .
٣. **إدمان الهاتف الذكي :** اصبح اليوم الهاتف الذكي جزءاً من حياتنا ولا يمكن الاستغناء عنه ، وهذا الادمان هو الاشتياق الملح لاستخدام الهاتف الذكي بشكل مفرط و وسلي ، وهذا يعتبر من اكثر نواع الادمان انتشارا في الوقت الحاضر بسبب عدد الافراد الذين يمتلكون الهواتف الذكية ، وهذا ادى الى الكثير من حوادث السير والتفكيك الاسري وضياح مستقبل كثير من الطلبة و الطلاق وهدم القيم الفاضلة ، واصبح امتلاك الهاتف الذكي يصيب كل الفئات العمرية حتى ممن لم تتجاوز اعمارهم ست سنوات وهنا تكمن المشكلة الحقيقية .
٤. **إدمان التواصل الاجتماعي :** ويتمثل هذا الادمان في الاستخدام الكثير لمواقع التواصل الاجتماعي بشكل ادمان مثل الفيس بوك والتويتر ومنصة تيك توك والفا بير وكثير من المواقع ، وهذا الاستخدام يؤدي العزلة والتوتر والقلق والانسحاب الاجتماعي .
٥. **إدمان التسوق الالكتروني :** هذا النوع من الادمان يعتبر ظاهرة حديثة دخلت الى مجتمعنا الحاضر، حيث اصبح الافراد مدمنين على التسوق عبر الانترنت رغم انه اكثر البضائع او الحاجات التي يطلبها الفرد تأتي مخالفة للشروط والمواصفات التي طلبها الزبون ، وهذا الادمان يؤدي الى انفاق مبالغ مالية كبيرة دون تفكير مسبق (١٦) .

أسباب الإدمان الرقمي :

١. **الاحتياجات النفسية :** أن الادمان الرقمي يمثل وسيلة او طريقة للهروب من المشكلات اليومية و الضغوط النفسية التي انتشرت بشكل كبير اليوم ، وهذا الادمان يصيب الافراد العاطلين عن العمل لانه يعتبر مصدر لقضاء الوقت والتسلية .
٢. **الفراغ العاطفي :** وهو اخطر الانواع لما له من اثار سلبية على الافراد، ان لجوء الفرد الى العالم الالكتروني قد يمنح الفراغ العاطفي او التعامل مع الشعور بالوحدة ، عندما يمر الفرد بأزمة عاطفية او زوجية فإنه يلجأ الى عالم الالكترونيات لتعويض الفراغ العاطفي او سد النقص الذي يصيبه ، حيث يصبح هذا العالم البديل والمكان ملاذاً مؤقتاً لذلك .
٣. **التحفيز الدائم :** ان وسائل التواصل الاجتماعي والعب الفيديو و الارباح توفر حافزاً مستمرا من خلال الاعجابات والمكافآت والتعليقات مما يشجع الافراد على الاستخدام المفرط للجهاز الالكتروني ، مثل ربح مادي او العاب مثيرة للتشويق ، وكشف الاشياء غير المألوفة ، وهذا كلها تحفز الفرد للاستخدام المفرط.
٤. **الهروب من الواقع :** يلجأ اليوم كثير من الناس الى الهروب من الواقع الحقيقي الى العالم الالكتروني للتخلص من المشاكل الحياتية والاسرية والدراسية (صباح ، ٢٠١٨) .

النظريات المفسرة للإدمان الرقمي:

• النظرية المعرفية السلوكية :

ترى النظرية المعرفية السلوكية ان الادمان الرقمي لا ينتج عن كثرة استخدام الوسائل الرقمي بحد ذاتها، وانما يتطور من خلال تفاعل الافكار والمعتقدات غير التكيفية مع المشاعر والسلوك ، فعندما يواجه الفرد ضغوطاً او مشكلات نفسية او اجتماعية ، قد يلجأ الى استخدام الانترنت او التطبيقات الرقمية او الهاتف المحمول بوصفها وسيلة للهروب من المشاعر السلبية او تخفيفها ، ومع تكرار هذا السلوك يتعزز استخدام الوسيلة

الرقمية ويصبح أكثر صعوبة في السيطرة عليه ، فالطالب عندما يقضي وقته داخل الدرس وبدون الأجهزة الالكترونية لمدة ساعات سوف يشعر بالملل و الضجر لانه اعتاد على استخدام الهاتف والأجهزة الأخرى . ويشير (Devis ٢٠٠١) الى ان الاستخدام المرضي للإنترنت يرتبط بدرجة كبيرة بوجود معتقدات وافكار معرفية غير تكيفية ،وان هذه الافكار تؤدي دوراً مهماً في نشأة الاستخدام المرضي واستمراره ،كما ميز بين الاستخدام المرضي المحدد المرتبط بنشاط معين ،والاستخدام المرضي العام الذي يتضمن نمطاً واسعاً من السلوكيات المرتبطة بالإنترنت . ومن هذا المنظور ،يمكن تفسير الايمان الرقمي لدى طلبة المرحلة الاعدادية بأن الطالب قد يلجأ الى الهاتف او الانترنت هرباً من الملل ،الضغوط الدراسية ،القلق ،المشاعر السلبية ،فيجد في الاستخدام الرقمي إشباعاً مؤقتاً او تشبهاً لا نتباهه ،ومع تكرار ذلك تتكون علاقة تعزيزية بين الشعور غير المريح والاستخدام الرقمي ، مما قد يؤدي الى زيادة مدة الاستخدام او صعوبة التحكم فيه ، وانعكاس ذلك على الدراسة والعلاقات الاجتماعية والانشطة اليومية ، والتفاعل الاسري (Davis , 2001, p. 187).

ثانياً. الملل الأكاديمي

المقدمة: يتميز العصر الحالي بالتقدم العلمي والتطورات السريعة في كافة مجالات الحياة، واصبحت المادة العلمية التي يتلقاها الطلبة كبيرة ومتطورة، وقد لا يستطيع الطلبة استيعابها او فهمها، وتخزينها بشكل جيد والتعامل معها بفهم واسع، وكل هذي المتطلبات سببت الملل والضجر وقلة الاهتمام بالدراسة، وقد اصبحت اساليب التدريس وتقويمها لا تتناسب مع طبيعة الطلاب. الامر الذي قد يؤدي الى تسرب الملل لدى الطلبة وقلة الدافعية، ويتطلب الامر الكثير من العمل على تكييف الطلبة للتصدي لمظاهر الملل الأكاديمي. وهذه الظاهرة تعتبر مشكلة اساسية في مجال التعليم، بل حتى على مستوى حياتنا اليومية أصبحنا نعاني من الملل والاكتئاب وقلة التفاعل مع الآخرين وانعدم روح التعاون والعزوف عن العلاقات الاجتماعية ، وهذا قد يكون بسبب الظروف الاقتصادية او السياسية او الأجهزة الالكترونية او الضغوط النفسية التي يمر بها البلد **أسباب الملل الأكاديمي:**

أشارت جيورجي (Giorgi ٢٠١٧) الى ان الشعور بالملل الأكاديمي قد يحدث بسبب ماياتي :

١. عدم قدرة الطالب على التحكم او اختيار الانشطة اليومية وهذا قد يسبب الملل.
 ٢. تكرار النشاط نفسه في كل مرة وبنفس الطريقة ولفترات طويلة يسبب الملل ،الطالب بحاجة الى تنوع الانشطة وتغيير الطريقة والدعم والتشجيع .
 ٣. عدم تنظيم الوقت وهذا من اكثر الاسباب التي قد تؤدي الى الملل الأكاديمي ،اخيار الوقت المناسب ضرورة مهمة.
 ٤. المستويات المنخفضة من التحفيز الذهني ، الطالب يحتاج الى التحفيز والتشجيع من قبل الاهل والمدرسة ، وهذا يؤدي بدوره الى تقديم افضل المستويات.
 ٥. نظرة الطالب اليوم الى الدراسة هي نظرة متدنية لظروف التعيين والمشاكل الاقتصادية .وبهذا ينظر الطلبة الى الدراسة بعدم الاهمية والجدوى
- النظريات المفسرة للملل الأكاديمي:**

اختلفت زوايا الرؤيا للباحثين والدارسين في مفهوم الملل ،فتعددت النظريات المفسرة لهذه المفهوم:

- **النظرية المعرفية:** تركز على ما يتوقعه الشخص من البيئة المحيطة به كشيء ممل وغير متغير ،فهذي البيئة غير قادره توفير الانشطة والحاجات التي يشعر الشخص بالرضا الكافي فيؤدي ذلك الى اصابة الشخص بالملل ، وتفسر النظرية الملل على انه حالة تنشأ نتيجة الطريقة التي يدرك بها الطالب الموقف التعليمي ويفسره معرفياً، ولا سيما عندما يرى الى ان الناشط الدراسي يفتر الى التحدي والمعنى والمشاركة، وتنطلق النظرية من ان الانفعالات التي يعيشها الطالب اثناء التعلم لا تنتج عن الموقف التعليمي بصورة مباشرة ،وانما تتأثر بالطريقة التي يقوم بها الطالب الموقف معرفياً، ولا سيما من حيث ادراكه لقدراته على التحكم في النشاط الأكاديمي ،ومدى القيمة او الاهمية التي يمنحها له ،وعندما يشعر الطالب بان النشاط التعليمي لا يمثل قيمة مهمة له، او أن مستوى التحدي لا يتناسب مع قدراته يمكن ان يظهر لديه الملل الأكاديمي (الحمدي، ٢٠١٩، صفحة ٢٠٠).

الدراسات السابقة

الدراسات المتعلقة بالملل الأكاديمي :

الدراسات المتعلقة بالإدمان الرقمي :

• **دراسة عثمان (٢٠٢١)** "العلاقة بين متابعة الانستغرام وتأثيرها على تطوير مهاراتهم الاجتماعية" هدفت الدراسة الى فهم العلاقة بين متابعة الشباب لإنستغرام وتأثيرها على تطوير مهاراتهم الاجتماعية حيث تم اختيار عينة الدراسة من متابعي إنستغرام ، وتضمنت العينة (٢٠٠) فرد يتجاوزون سن ١٨ عاماً ، وقد اظهرت النتائج ان التعرض لهذا المحتوى بشكل عام يؤثر إيجابياً على تنمية مهارات الشباب الاجتماعية ، مما لا شك فيه ان الافراد الذين يقضون اوقاتهم على التواصل الاجتماعي يزيد من تفاعلهم في العالم الافتراضي وتنمية المهارات الاجتماعية ، وعلى العكس يؤثر سلباً على التفاعل الاسري والتواصل الاجتماعي داخل المجتمع ، ولم يتم رصد تأثير محدد لنوع محتوى معين اوصت الدراسة بضرورة توجيه الشباب لاستخدام وسائل الاتصال الاجتماعي بشكل ايجابي لتعزيز قدراتهم الاجتماعية والتواصل الفعال بين الآخرين. قد اختلف معه هذي الدراسة لان الآثار التي تظهر من تأثير وسائل التواصل الاجتماعي بشكل سلبي وصحي اجتماعي على افراد المجتمع اليوم .

• **دراسة (٢٠٢٠) Mohammed)** "علاقة الادمان الرقمي بقضايا الصحة النفسية" هدفت الدراسة الى كشف علاقة الادمان الرقمي بقضايا الصحة النفسية مثل الاكتئاب، الملل الأكاديمي، التوتر القلق، حيث يستخدم طلاب الجامعة غالباً الاجهزة الرقمية للتعامل مع المشاعر السلبية، كما توصلت الى ان الادمان الرقمي غير المنضبط يمكن ان يتوسط التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لقلة النوم على اعراض الاكتئاب، والهدف من هذا البحث بيان كيفية تأثير مستوى الادمان الرقمي على جودة النوم، وهذا طبيعي حيث كلما قل معدل النوم ادى الى اضطرابات في جودة النوم، ويؤثر على الصحة الجسمية والنفسية والاجتماعية.

• **دراسة بوخطة وجعفر (٢٠١٨)** "الملل الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" هدفت الدراسة لمعرفة مستوى الملل الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية والكشف عن الفروق تبعاً لمغير التخصص (أدبي|علمي) وتم الاعتماد على مقياس الملل الأكاديمي لتيسير الخوالة (٢٠١٣) المكون من ٣١ فقرة ومن نتائجها: مستوى الملل الأكاديمي لدى عينة الدراسة مرتفع، ووجد فروق دالة احصائياً في الملل الأكاديمي تبعاً لمتغير التخصص الدراسي.

• **دراسة عرفه (٢٠٢١)** "الملل الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية" هدفت الدراسة الى التعرف على طبيعة العلاقة بين الملل الاكاديمي والكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعتي الخليل وبوليتكنك فلسطين في محافظة الخليل ،وهدف الدراسة الى معرفة الفروق بين الملل الاكاديمي والكفاءة الذاتية تبعاً لمتغيرات كل من الجنس والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي والجامعة والكلية ،واقامت ببناء اداة الدراسة وهي مقياس الملل الاكاديمي الذي يتكون من (٣٩) فقرة ومن اهم نتائجها : ان درجة الملل الاكاديمي لدى جامعتي الخليل وبوليتكنك في محافظة الخليل جاءت متوسطة ، واطهرت النتائج عدم وجود فروق دالة احصائياً في الملل الاكاديمي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والكلية.

منهجية البحث وإجراءاته: يسعى الباحث من خلال هذا الجزء إلى عرض منهجية البحث، متمثلة بوصف المجتمع واختيار العينة، والإجراءات المتبعة التي استند إليها الباحث، في اختيار ادوات البحث واستخراج الخصائص السيكومترية للملائمة لها، فضلاً عن تحديد الوسائل الإحصائية المناسبة المستخدمة في تحليل البيانات.

منهجية البحث: اتبع الباحث في بحثه الحالي المنهج الوصفي (Descriptive Research) (العلاقات الارتباطية) كونه انسب المناهج، لدراسة الارتباط بين المتغيرات، اذ ان المنهج الوصفي يدرس الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفياً وكمياً، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، اما التعبير الكمي فيعطينا ارقاماً ويوضح مقدار هذه الظاهرة (عبيدات وآخرون، ٢٠١٢: ٢٨٩).

مجتمع البحث: تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بطلبة المرحلة المتوسطة محافظة كركوك - ناحية العباسي للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦)، وقد بلغ مجتمع البحث (٢٠٠) طالب وطالبة، بواقع (١٢٢) طالباً بلغت نسبتهم (٦١٪)، و (٧٨) طالبة بلغت نسبتهن (٣٩٪) والجدول (١) يوضح ذلك جدول (١) مجتمع البحث موزعاً بحسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة
ذكور	١٢٢	٦١٪
اناث	٧٨	٣٩٪
المجموع	٢٠٠	١٠٠٪

ثالثاً: عينة البحث: لجئ الباحث إلى اختيار عينة عشوائية طبقية لكي تكون ممثلة للطبقات المختلفة في المجتمع الأصلي. إذ تم اختيار عينة بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة بواقع (١٢٢) طالب و (٧٨) وطالبة، وكما موضح في جدول (٢).

عينة البحث موزعة بحسب الجنس

الجنس	العدد
ذكور	١٢٢
إناث	٧٨

أداتا البحث:

أولاً: مقياس الإدمان الرقمي: بعد اطلاع الباحث على الاطر النظرية ، والأدبيات السابقة لموضوع البحث ، فقد قام الباحث بتبني مقياس (الحكيم، ٢٠٢٣) لقياس الإدمان الرقمي حيث يتكون المقياس من (٢٧) فقرة بأسلوب العبارات التقريرية بتدرج ثلاثي وكالاتي (تطبق علي تماماً ، تطبق علي احياناً، لا تطبق علي)، على وفق مفتاح التصحيح الذي يشير إلى إعطاء الدرجة (٣) للبديل الأول (تطبق علي تماماً) والدرجة (٢) للبديل الثاني (تطبق علي احياناً) والدرجة (١) للبديل الثالث (لا تطبق علي) ، ويتكون المقياس من ثلاث مجالات هي (ادمان الأجهزة الالكترونية ، ادمان الانترنت ، ادمان الألعاب الالكترونية). لذا فإن أعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب عن اجابته على فقرات المقياس هي (٨١) درجة وأقل درجة يمكن ان يحصل عليها هي (٢٧) درجة والمتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٥٤) درجة.

صلاحية فقرات المقياس: تم عرض فقرات المقياس على مجموعة محكمين في مجال التربية وعلم النفس يبلغ عددهم (١٠) محكماً لغرض الحكم على مدى وضوح التعليمات وفهم العبارات للمستجيب وقد تمت الموافقة على جميع الفقرات من قبل المحكمين بنسبة أكثر من (٨٠٪) وعليه فقد أصبح مقياس الإدمان الرقمي مكوناً من (٢٧) فقرة موزعة على ثلاث مجالات.

إعداد تعليمات المقياس: أعد الباحث تعليمات للمقياس تضمنت كيفية الإجابة عن فقراته، وحثَّ المستجيبين على الدقة في الإجابة، وإعطاء مثال يوضح كيفية الإجابة وقد أخفى الباحث الهدف من المقياس حتى لا يتأثر المستجيب به عند الإجابة. وقد طلب الباحث من المستجيب وضع علامة (✓) تحت البديل الذي يمثل إجابته على مقياس ثلاثي التدرج.

التطبيق الاستطلاعي: طبق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (٢٠) طالب وطالبة بواقع (١٠) طلاب، و(١٠) طالبات بهدف معرفة مدى وضوح وفهم تعليمات وعبارات المقياس وحساب الوقت المستغرق في الإجابة لذا طلب الباحث من المستجيبين قراءة تعليمات المقياس وفقراته بكل دقة والاستفسار عن أي غموض في التعليمات أو المقياس وقد تبين من هذه التجربة فهم المستجيبين لتعليمات المقياس، ووضوح فقراته، إذ تراوح الوقت المستغرق في الإجابة بين (١٢-١٩) دقيقة، بمتوسط يبلغ (١٥) دقيقة.

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الإدمان الرقمي:

أولاً: تمييز الفقرات: لقد تحقق من قوة الفقرات في التمييز بين الافراد بتطبيق المقياس على عينة التحليل الإحصائي والبالغة (٢٠٠) طالب وطالبة ، وقد ضُحَّت الإجابات، ثم احتسبت الدرجة الكلية لكل استمارة، وقد رتب جميع الاستمارات من أعلى درجة كلية إلى أدنى درجة كلية، بعد ذلك حددت المجموعتين الطرفيتين بنسبة (٢٧ %) من الافراد وبذلك أصبح عدد الافراد في كل مجموعة (٥٤) فرد وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples t-test) لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين الطرفيتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس تبين أنَّ القيم التائية المحسوبة تتراوح بين (٩,٣٢٢ - ٤,٤٥١) وهي أكبر من القيمة الجدولية التي تبلغ (١,٩٨) بدرجة حرية (١٠٦) ومستوى ثقة (٠,٠٥).

ثانياً: أسلوب الاتساق الداخلي: تمَّ حساب علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه باستعمال معامل ارتباط بيرسون، لعينة التحليل الإحصائي (٢٠٠) فرد، وقد كانت قيم معامل ارتباط دالة احصائياً اذ كانت قيمها المحسوبة أعلى من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) والبالغة (٠,١٣٩).

الخصائص السيكمترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس:

قد تحقق في مقياس الإدمان الرقمي الصدق بنوعيه:

١- الصدق الظاهري: تم التحقق من هذا الصدق لمقياس الإدمان الرقمي من خلال عرضه بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال التربية وعلم النفس إذ بلغ عددهم (١٠) وكما مر ذكره في إجراءات تبني المقياس.

٢- صدق البناء: تم التحقق من هذا النوع من الصدق للمقياس من خلال القوة التمييزية للفقرات والاتساق الداخلي كما مر ذكره سابقاً.

ثانياً: ثبات المقياس: لقد تم التأكد من ثبات مقياس الإدمان الإلكتروني من خلال معادلة الفاكرونباخ إذ استخدمت إجابات عينة التحليل الإحصائي البالغ حجمها (٢٠٠) فرد، وكانت قيمة معامل ثبات المقياس باستعمال معادلة الفا كرونباخ (٠,٨٤) مما يشير إلى انسجام الفقرات فيما بينها. وهو مؤشر جيد على ثبات المقياس، إذ أكد كرونباخ أن المقياس الذي معامل ثباته عالٍ هو مقياس دقيق.

ثانياً مقياس الملل الأكاديمي: لأجل تحقيق أهداف البحث الحالي وفيما يتعلق بقياس الملل الأكاديمي وبعد ان اطلع الباحث على الإطار النظري والدراسات السابقة. قام الباحث بتبني مقياس (العبيدي، ٢٠٢٤)، حيث يتكون المقياس من (٣٢) فقرة، وقد حدد الباحث امام كل فقرة ثلاث بدائل هي: (دائماً، احياناً، ابداً). ويعتمد التقييم على إعطاء درجة (٣) للبديل (دائماً) والدرجة (٢) تعطى للبديل (احياناً) والدرجة (١) للبديل (ابداً). لذا فإن أعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب عن اجابته على فقرات المقياس هي (٩٦) درجة وأقل درجة يمكن ان يحصل عليها هي (٣٢) درجة والمتوسط الفرضي للمقياس مقداره (٦٤) درجة.

صلاحية فقرات المقياس: قام الباحث بعرض مقياس الملل الأكاديمي على (١٠) من السادة المحكمين المختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية وعُدلت في ضوء ملاحظاتهم صياغة بعض الفقرات وقد تمت الموافقة على جميع الفقرات من قبل المحكمين بنسبة أكثر من (٨٠٪) وعليه فقد أصبح مقياس الملل الأكاديمي مكوناً من (٣٢) فقرة.

إعداد تعليمات المقياس: سعى الباحث إلى أن تكون تعليمات المقياس واضحة ودقيقة، والتأشير يكون بعلامة (√) تحت البديل الذي ينطبق على المستجيب من بين البدائل الخمسة إذ طلب من المستجيبين الاجابة عنه بكل صراحة وصدق لغرض البحث العلمي، ولا توجد هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ما تعبر عن رأيهم، وأن الاجابة لا يطلع عليها أحد سوى الباحث، علماً أن الوقت المستغرق في استجابات على المقياس (١٥) دقيقة.

التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

أولاً: تمييز الفقرات: لقد تحقق من قوة الفقرات في التمييز بين الافراد بتطبيق المقياس على عينة التحليل الإحصائي والبالغة (٢٠٠) طالب وطالبة ، وقد صُحّحت الإجابات، ثم احتسبت الدرجة الكلية لكل استمارة، وقد رتب جميع الاستمارة من أعلى درجة كلية إلى أدنى درجة كلية، بعد ذلك حددت المجموعتين الطرفيتين بنسبة (٢٧ %) من الافراد وبذلك أصبح عدد الأفراد في كل مجموعة (٥٤) فرد وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples t-test) لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين الطرفيتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس تبين أن القيم التائية المحسوبة تتراوح بين (٣.٧٨١- ٨.٥١٠) وهي أكبر من القيمة الجدولية التي تبلغ (١,٩٨) بدرجة حرية (١٠٦) ومستوى ثقة (٠,٠٥) .

ثانياً: أسلوب الاتساق الداخلي: تم حساب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، باستعمال معامل ارتباط بيرسون، لعينة التحليل الإحصائي (٢٠٠) فرد، وقد كانت قيم معامل ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس دالة احصائياً إذ كانت أعلى من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) والبالغة (٠,١٣٩).

الخصائص السيكمترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس:

قد تحقق في مقياس الملل الأكاديمي الصدق بنوعيه:

١- الصدق الظاهري: تم التحقق من هذا الصدق للمقياس من خلال عرضه بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال التربية وعلم النفس إذ بلغ عددهم (١٠) وكما مر ذكره في إجراءات تبني المقياس.

٢- صدق البناء: تم التحقق من هذا النوع من الصدق للمقياس من خلال القوة التمييزية للفقرات والاتساق الداخلي كما مر ذكره سابقاً.

ثانياً: ثبات المقياس: لقد تم التأكد من ثبات مقياس فاعلية الذات الانفعالية بطريق الفاكرونباخ وكالاتي:

■ معادلة الفا كرونباخ: لحساب قيمة ثبات الفا استخدمت إجابات عينة التحليل الإحصائي البالغ حجمها (٢٠٠) فرد، وكانت قيمة معامل ثبات المقياس باستعمال معادلة الفا كرونباخ (٠,٨٧) مما يشير إلى انسجام الفقرات فيما بينها. الوسائل الاحصائية استخدم الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة واستعان بالحقبة الاحصائية (SPSS) في معالجة البيانات واستخراج النتائج، وكما يأتي:

١- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) استخراج معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسين واستخراج العلاقة الارتباطية بين المتغيرين.

٢- الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي للمقياسين.

٣- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج التمييز لفقرات المقياسين.

٤- معادلة الفاكرونباخ: لاستخراج الثبات للمقياسين.

عرض النتائج ومناقشتها: يتضمن هذا الجزء عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها على وفق الأهداف المحددة وتفسير هذه النتائج ومناقشتها بحسب الإطار النظري والدراسات السابقة وخصائص المجتمع الذي تمت دراسته في البحث الحالي، ومن ثم الخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات، ويمكن عرض النتائج كما يأتي:

الهدف الاول: التعرف على الإدمان الرقمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة. لتحقيق هذا الهدف قام الباحث بأخذ استجابات العينة على المقياس المتكون من (٢٧) فقرة. وأظهرت نتائج البحث إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قد بلغ (٧١,٧٦٥) درجة وبانحراف معياري قدره (١١,٩١٢) درجة، وعند معرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (٥٤) درجة، تبين ان الفرق دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢١,٠٩٠) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦)، وبدرجة حرية (١٩٩) وهذا يعني ان عينة البحث يمتلكون ادمان رقمي والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس الإدمان الرقمي

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
الإدمان الرقمي	٢٠٠	٧١,٧٦٥	١١,٩١٢	٥٤	٢١,٠٩٠	١,٩٦	دالة

يمكن تفسير ارتفاع مستوى الإدمان الرقمي لدى عينة البحث في ضوء ما طرحه النظرية المعرفية السلوكية التي أشرت إليها في الإطار النظري؛ إذ يلجأ الطالب في هذه المرحلة العمرية (المراهقة المبكرة) إلى الأجهزة الرقمية كوسيلة للهروب من الضغوط الدراسية أو المشاعر السلبية أو الملل، ومع تكرار هذا السلوك يتعزز الاستخدام ويصعب ضبطه، وهذا يتطابق مع ما أشار إليه Davis (٢٠٠١) من أن الأفكار المعرفية غير التكيفية تؤدي دوراً في نشأة الاستخدام المرضي واستمراره.

كما يمكن ربط هذه النتيجة بالأسباب التي عرضتها سابقاً لظاهرة الإدمان الرقمي، وخاصة عامل "التحفيز الدائم" الذي توفره وسائل التواصل الاجتماعي وألعاب الفيديو من خلال الإعجابات والمكافآت الفورية، إضافة إلى سهولة توفر الهواتف الذكية لدى هذه الفئة العمرية وقلة الرقابة الأسرية على مدة الاستخدام. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Nur, & Cam, 2015) التي بينت أن الإدمان الرقمي يمثل مشكلة صحية عامة تصيب طلاب المدارس بشكل خاص.

الهدف الثاني: التعرف على الملل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

لتحقيق هذا الهدف قام الباحث بأخذ استجابات العينة على المقياس المتكون من (٣٢) فقرة. وأظهرت نتائج البحث إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قد بلغ (٧٣,٠٢) درجة وبانحراف معياري قدره (٨,١٠) درجة، وعند معرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (٦٤) درجة، تبين أن الفرق دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٥,٧٤٨) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦)، وبدرجة حرية (١٩٩) وهذا يعني أن عينة البحث يمتلكون مللاً أكاديمياً والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس الملل الأكاديمي

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
الملل الأكاديمي	٢٠٠	٧٣,٠٢	٨,١٠	٥٤	١٥,٧٤٨	١,٩٦	دالة

يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النظرية المعرفية للملل التي ذكرتها، والتي ترى أن الملل ينشأ عندما يدرك الطالب أن الأنشطة الدراسية تقتصر إلى التحدي والمعنى والمشاركة الفاعلة. وتتفق هذه النتيجة مع ما أورده جيورجي (Giorgi, 2017) من أسباب للملل الأكاديمي، مثل تكرار النشاط الدراسي بالطريقة نفسها لفترات طويلة، وضعف قدرة الطالب على اختيار أنشطته، وانخفاض مستويات التحفيز الذهني المقدم له من الأسرة والمدرسة. كما يمكن أن تُعزى هذه النتيجة إلى طبيعة المرحلة العمرية نفسها، حيث تزداد حاجة طلبة المتوسطة إلى التنويع والتحفيز المستمر، فإذا لم تلبي أساليب التدريس التقليدية هذه الحاجة شعر الطالب بالرتابة وفقدان الاهتمام، وهذا يتفق مع نتائج دراسة بوخطة وجعفر (٢٠١٨) التي وجدت مستوى مرتفعاً من الملل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية أيضاً، مما يشير إلى أن هذه الظاهرة ليست محصورة بمرحلة دراسية معينة بل تمتد عبر المراحل الدراسية المختلفة.

الهدف الثالث: التعرف على العلاقة الارتباطية بين الإدمان الرقمي والملل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

قام الباحث بإيجاد العلاقة الارتباطية لعينة البحث الرئيسة البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة بين متغيري البحث (الإدمان الرقمي) و (الملل الأكاديمي)، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون، ظهرت قيمة معامل الارتباط كما موضحة بالجدول (٥).

جدول (٥) قيم معاملات الارتباط بين الإدمان الرقمي والملل الأكاديمي

العدد	قيمة معامل الإدمان الرقمي والملل الأكاديمي		القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
			المحسوبة	الجدولية	
٢٠٠	٠,٤٣٢		٦,٨٥٧	١,٩٦	دالة

يتبين من الجدول اعلاه الاتي:

أن قيمة معامل الارتباط بين الإدمان الرقمي والملل الأكاديمي بلغت (٠,٤٣٢) وهي علاقة طردية ولمعرفة دلالة العلاقة استخدم الباحث الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (٦,٨٥٧) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨)، وهذا يعني أنه كلما ارتفع إدمان الرقمي لدى الفرد، شعر الفرد بالملل الأكاديمي. ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أنه كلما زاد إدمان الطالب على الوسائل الرقمية، ارتفع لديه مستوى الشعور بالملل الأكاديمي، والعكس صحيح. ويمكن تفسير ذلك في ضوء ما ذكره أبو النور (٢٠٢٢) من أن العلاقة بين الاستخدام المفرط للتكنولوجيا والملل الأكاديمي ليست مجرد علاقة سطحية بل هي سببية ومعقدة، إذ إن الطالب المعتاد على التحفيز السريع والمستمر الذي توفره الألعاب الإلكترونية ووسائل التواصل الاجتماعي (من خلال الإشعارات والمكافآت الفورية) يجد صعوبة في التكيف مع وتيرة الموقف الصفّي التقليدي الأبطأ والأقل تحفيزاً، فينشأ لديه شعور بالرتابة وفقدان الاهتمام أثناء الدراسة. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Mohammed (٢٠٢٠) التي كشفت عن علاقة الإدمان الرقمي بقضايا نفسية عدة منها الملل الأكاديمي تحديداً، إضافة إلى أن الوقت الذي يستنزفه الاستخدام المفرط للأجهزة الرقمية يقلل من الوقت والطاقة الذهنية المتاحة للانخراط في الأنشطة الدراسية.

- ادماج موضوع الاستخدام الرقمي المتوازن ضمن البرامج والأنشطة المدرسية، بما يساعد الطلبة على تنظيم أوقات استخدام الهواتف والأجهزة الإلكترونية .
- إعداد برامج إرشادية نفسية تربوية تستهدف خفض السلوكيات المرتبطة بالادمان الرقمي، وتنمية مهارات إدارة الوقت، وضبط الذات .
- توفير بيئة صافية أكثر تفعلاً وتشويقاً من خلال اعتماد الأنشطة التعاونية، والمناقشة، والتعلم النشط، وحل المشكلات. لتخفيف الملل الأكاديمي
- تفعيل دور المرشدين التربويين في الكشف عن الطلبة الذين تظهر لديهم حالات الملل الأكاديمي والعمل على معالجتها.
- إجراء دراسة مقارنة حول الادمان الرقمي والملل الأكاديمي وفق متغير الجنس (ذكور – إناث) لمعرفة طبيعة الفروق بينهما .
- إقامة دورات وندوات للطلبة وعوائلهم حول موضوع الادمان الرقمي واثاره النفسية والصحية والتربوية .
- إجراء دراسة تتناول دور مناخ المدرسة في الحد من الملل الأكاديمي والادمان الرقمي لدى الطلبة .

المصادر العربية:

١. أبو النور نسرین محمد (٢٠٢٢). الآثار السلبية لاستخدام الهواتف المحمولة على العلاقات الاجتماعية، مجلة الآداب، بور سعيد .
٢. بوفلجة، غياث (٢٠١٦). مؤشرات الملل والمتعة في المدرسة في المدرسة، دار لالة صيفة، جامعة وهران.
٣. علاقة، كريمة مليود (٢٠١٦). إشكالية الملل عند الطالب الجامعي، جامعة وهران .
٤. عبداللطيف، محمد سيد محمد (٢٠٢٠). الملل الأكاديمي نموذج العلاقات السببية بين الضجر الأكاديمي وشفقة الذات وجودة الحياة، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر .
٥. سالم، محمود (٢٠١١). إدمان الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة كلية التربية .
٦. سهام، مطشر (٢٠١٦). الادمان على الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة ابحاث .
٧. مظلوم، مصطفى علي (٢٠١٤). فعالية برنامج إرشادي لتخفيف الضجر لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس .
٨. هاشم، محمد الخولي (٢٠١٩). دور الملل والارضاء كوسيطيين بين تأثير العبء المعرفي على استراتيجيات المواجهة الفعالة لدى مرتفعات ومنخفضات القدرة على التحصيل الدراسي، مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ
٩. الحميدي، حسن عبدالله وعلي اليوسف (٢٠١٩) الضجر الأكاديمي وعلاقته بعبادات العقل لدى طلبة جامعة الكويت، كلية التربية الأساسية .
١٠. عثمان، صفا (٢٠٢١) العلاقة بين متابعة الشباب لموقع الانستغرام وتنمية مهاراتهم الاجتماعية، المجلة المصرية

لبحوث الرأي العام،

المصادر الأجنبية

- 1- Cam,H.H,Nur(2025) :study on the prevalence of Internet addiction and its association with psychological.
- 2- Giorgi,A(2017) Boredom <https://www.healthline.com>.
- 3- Mohammed ,A, Emad ,S.Amira ,A.I. .Aleya ,G.El., Aysar (2020) Exploring Association between Internet Addiction ,Depressive Symptoms ,and sleep Disturbance.
- 4- Davis,R.A.(2001) A cognitive –behavioral model of pathological internet use (PIU) Computers in Human Behavior.