الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني

د. حفيظة بنت سليمان البراشدية
مجلس البحث العلمي
سلطنة عمان
hafidhaalbarashdi@gmail.com

د. سعيد بن سليمان الظفري
قسم علم النفس
كلية التربية – جامعة السلطان قابوس
saidldhafri@gmail.com

http: //dx.doi.org/10.12785/jeps/210214

الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني

د. حفيظة بنت سليمان البراشدية
مجلس البحث العلمي
سلطنة عمان

د. سعيد بن سليمان الظفري
قسم علم النفس
كلية التربية – جامعة السلطان قابوس

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية. وقد تم تطبيق هذا المقياس على عينة عشوائية من طلبة الجامعات والكليات الحكومية والخاصة بسلطنة عمان. وقد تكونت عينة الدراسة من ٢٥٠٧ طالبا وطالبة، منهم ٨٦٨ ذكور، ١٦٣٩ إناث. تم أولا التحقق من مؤشرات صدق المقياس بعرض المقياس على المحكمين، ثم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي، والذي كشف عن وجود ثلاثة عوامل رئيسية هي: البروز والانتكاس، والتحمل والصراع، تعديل المزاج والانسحاب، فسرت ما نسبته ٥٩,٦٪ من التباين الكلي، ثم حسبت معاملات الارتباط المصححة لارتباط كل فقرة بالبعد الذي تنتمي له، وقد تراوحت بين ٠,٤٤ –٠,٧١. كما اختبر الصدق التلازمي للمقياس مع مقياس النوموفوبيا، وبلغ معامل الارتباط بين المقياسين ٠,٧٠. ثانيا تم التحقق من مؤشرات ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا لكرونباخ، وقد بلغ معامل ثبات المقياس ككل وللأبعاده الثلاثة ٠,٩٢، ٠,٨١، ٠,٨٥، ٠,٨١ على التوالي. كما تم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية، وقد بلغ ٠,٨٧. وقد أكدت هذه النتائج تمتع المقياس بخصائص سيكومترية مرتفعة.

الكلمات المفتاحية: الخصائص السيكومترية، الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية، الشباب العماني.

* تاريخ تسلم البحث: ٢٠١٩/٣/٤م * تاريخ قبوله للنشر: ٢٠١٩/٧/٢م

The Psychometric Properties of the Social Networking Sites (SNS) Addiction Scale among Omani Youth

Dr. Hafidha S. AlBrashdi
Ministry of Education
Sultanate of Oman

Dr. Said S. Aldhafri
College of Education
Sultan Qaboos University

Abstract

The current study aimed at investigating the psychometric properties of the SNS addiction scale. The scale was applied to a random sample of 2507 students 868 males, 1639 females from public and private universities and colleges in Oman. First, the indicators of the validity was verified by presenting the scale to the arbitrators. Then the exploratory factor analysis was conducted. It revealed three main factors: emergence and relapse, endurance and conflict, moodiness and withdrawal. The factors explained 59.6% of the total variance. Then, corrected correlation coefficients for the association of each item with its dimension were calculated. They ranged from 0.71 to 0.44. The concurrent validity was applied using Nomophobia Questionnaire. The correlation coefficient between the two measures was 0.70. Second, reliability of the scale was verified using Cronbach alpha coefficient for the scale as a whole and its three dimensions (0.92, 0.85, 0.81, and 0.81 respectively). Moreover, Guttman split-half coefficient was calculated, which reached 0.87.

Keywords: Psychometric properties, SNS addiction, Omani youth.

الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني

د. حفيظة بنت سليمان البراشدية
مجلس البحث العلمي
سلطنة عمان

د. سعيد بن سليمان الظفري
قسم علم النفس
كلية التربية – جامعة السلطان قابوس

المقدمة

شهدت السنوات الأخيرة اهتمام الباحثين بقياس الاستخدام المفرط والإدمان على موقع الشبكات الاجتماعية كالفيسبوك، وتويتر، والإنستجرام، وغيرها من المواقع. ورغم أنه لا يوجد تشخيص رسمي لإدمان مواقع الشبكات الاجتماعية في علم الأمراض النفسية (American Psychiatric Association, 2013)، إلا أن هذا لا يعني أن الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية غير موجود، (Andreassen & Pallesen, 2014). بل إن هذ النوع من الإدمان آخذ في الازدياد، جنبا إلى جنب مع دخول تكنولوجيا الاتصالات الحديثة كالهواتف الذكية وأجهزة الكمبيوتر المحمولة واللوحية (Andreassen & Pallesen, 2014).

أشارت نتائج بعض الدراسات الحديثة إلى ارتفاع معدلات انتشار الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية وعلى وجه التحديد موقع فيسبوك، إذ تصل هذه النسبة إلى٢٪ بين البالغين في الولايات المتحدة (Sussman, Lisha, & Griffiths, 2011)، بينما تصل إلى ١,٦٪ بين طلبة الجامعات في نيجيريا (Alabi, 2012). كذلك وصلت نسبة إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية إلى ٨,٦٪ بين طلبة الجامعات في بيرو (Wolniczak et al., 2013)، في حين أنها تصل إلى ١٢٪ بين جملة مستخدمي الشبكات الاجتماعية عبر الهاتف الذكي في الصين (Wu, Cheng, Ku, & Hung, 2013)، وإلى ٣٤٪ بين طلبة الجامعات في الصين (Wan, 2009).

وقد أشار العلماء إلى وجود تشابهات مذهلة بين الإدمان الكيميائي كالإدمان على المخدرات، وبين الإدمان على السلوكيات غير الكيميائية المستمرة بشكل مفرط كالإدمان على القُمار، والانترنت، والهواتف الذكية، ومواقع الشبكات الاجتماعية. قد تم مؤخرا تصنيف السلوك المفرط والقهري المرتبط باستخدام مواقع الشبكات الاجتماعية والانترنت كإدمان سلوكي. وعلى الرغم من أنه لايزال غير معترف به رسميا، إلا إنه أصبح جزءا لا يتجزأ من علم

الأمراض النفسية الحالية (Andreassen, 2015).

ولقد وضع جريفث (Griffiths, 2005) نموذجا شهيرا لتفسير الإدمان السلوكي أسماه نموذج "المكونات" أو القواسم المشتركة وهو يقدم تفسيرا للعوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية المشتركة (biopsychosocial) التي تسهم في حدوث الإدمان السلوكي. فقد وجد أن هناك عددا من المكونات المشتركة المميزة لكافة أنواع الإدمان السلوكي هي: البروز، وتعديل المزاج، والتسامح، والانسحاب، والصراع، والانتكاس. وقد أشار لوجود العديد من الأدلة المتنامية التي تثبت بأن السلوكيات المفرطة من كل الأنواع تحتوي على الكثير من القواسم المشتركة. وإن اتباع نهج انتقائي لدراسة السلوك الإدماني هو الطريقة الأكثر واقعية في هذا المجال. وقد بني جريفتث هذا النموذج في ضوء المعايير الستة للإدمان السلوكي لبراون (Brown, 1993)، وهي: البروز، والتحمل، وتعديل المزاج، والانسحاب، والصراع، والانتكاس.

أما فيما يتعلق بأعراض الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية، فقد ركزت العديد من الأدبيات السابقة بشكل أساس (Andreassen, 2015). على أعراض الإدمان على الفيسبوك لكونه أكثر مواقع الشبكات الاجتماعية شيوعا واستخداما، في حين رصد عدد قليل من الدراسات أعراض الاستخدام المفرط للشبكات الاجتماعية الأخرى، فضلا عن قلة الدراسات التي تناولت ميول الإدمان نحو مواقع الشبكات الاجتماعية بشكل عام (Andreassen, 2015). وتتمثل أعراض إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية في الآتي: ١) البروز (salience)؛ حيث يقضي مدمنو الشبكات الاجتماعية الكثير من الوقت في التفكير في استخدامها، وكيف يمكنهم تكريس المزيد من الوقت لها، ٢) التحمل (tolerance)؛ حيث نجد أن مدمني مواقع الشبكات الاجتماعية يقضون في استخدامها وقتا أطول بكثير مما كان مقصودا في البداية، مع الشعور بالرغبة في زيادة الاستخدام أكثر وأكثر من أجل تحقيق نفس المستوى من المتعة، ٣) تعديل المزاج (mood modification)؛ حيث ينخرط مدمنو مواقع الشبكات الاجتماعية في استخدام تلك المواقع لشغل أنفسهم عن التفكير في هموم الحياة، والحد من مشاعر الذنب، والقلق، والأرق، والعجز، والاكتئاب، أو من أجل نسيان المشاكل الشخصية، ٤) الانسحاب (withdrawal)؛ ويكون عندما يمنع مدمنو مواقع الشبكات الاجتماعية من استخدامها لأي سبب من الأسباب فتظهر عليهم أعراض انسحابيه تتمثل في الاضطراب أو الانفعال إذا لم يتمكنوا من الانخراط في تلك المواقع، ٥) الانتكاس (relapse)؛ حيث لا يستجيب عادة مدمنو مواقع الشبكات الاجتماعية لنصيحة الآخرين فيما يتعلق بتقليل الوقت الذي يقضونه في التواصل الاجتماعي، لكونهم حاولوا مرارا تقليص استخدامها دون نجاح، ٦) الصراع

(conflict)؛ حيث يعطي مدمنو الشبكات الاجتماعي أولوية أقل لممارسة الهوايات، والدراسة أو العمل، والأنشطة الترفيهية، وممارسة الرياضة، مع تجاهل شركائهم وأفراد أسرتهم، أو الأصدقاء بسبب الاستخدام المفرط للشبكات الاجتماعية، ٧) المشكلات (problems)؛ حيث غالبا ما يستخدم مدمنو مواقع الشبكات الاجتماعية في مشكلات تجعلها تؤثر سلبا على صحتهم البدنية، ونوعية نومهم، وعلاقاتهم الاجتماعية، ورفاهيتهم (Andreassen, 2015).

وقد قام الباحثان بمراجعة الدراسات السابقة ذات العلاقة والمنشورة خلال الفترة من (٢٠١٨-٢٠١٠)، وذلك من أجل التعرف إلى المقاييس التي استخدمتها في قياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومنها، دراسة ولسون، وفولنزير، وويت (Wilson, Fornasier & White, 2010)، التي استخدمت مقياس الميول الإدمانية نحو مواقع الشبكات الاجتماعية. طبقت الدراسة على عينة مكونة من (٢٠١) طالبا وطالبة، تتراوح أعمارهم بين ١٧ و٢٤ عاما. وقد بينت النتائج تمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة. أما دراسة إلفانستون، ونولر (Elphinston & Noller, 2011) فقد طورت استبيانا لقياس تدخل الفيسبوك، وهو مبني على معايير الإدمان السلوكي على التكنولوجيا. ويتكون الاستبيان من ثماني فقرات. بينت النتائج أن الاتساق الداخلي للمقياس بلغ ٠,٨٥. كما طبق التحليل العاملي للمقياس وأظهرت النتائج أن عاملا وحدا فسر التباين بنسبة ٤٩,٢ ٪.

ولاستكشاف ظاهرة الإدمان على الفيسبوك بين طلاب الجامعات في ماليزيا وتحديدا لدى الإناث، استخدمت دراسة صوفيا، وعمر، وبولونج، وعثمان (Sofiah, Omar, Bolong, & Osman, 2011) مقياس الإدمان على الفيسبوك وهو مكون من ١١ فقرة. طبقت هذه الدراسة على ٣٨٠ طالبة من المستخدمات للفيسبوك. وقد بينت النتائج تمتع المقياس وأبعاده بمعاملات اتساق مرتفعة حيث تراوحت بين ٠,٧٠ - ٠,٨٠.

وأجرى أندرسون وآخرون (Andreassen, Torsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012) دراسة هدفت إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس بيرغن لإدمان الفيسبوك، وقد تكون الصورة الأولية للمقياس من ١٨ فقرة، تعكس كل ثلاث فقرات أحد المعايير الستة للإدمان وهي: البروز، وتعديل المزاج، والتحمل، والانسحاب، والصراع، والانتكاس. طبقت الدراسة على عينة مكونة من ٤٢٣ طالبا وطالبة. وقد طبق المقياس الجديد مع عدد من المقاييس الأخرى مثل مقياس التواصل الاجتماعي على الانترنت، والاتجاهات نحو الفيسبوك، ومقاييس أخرى. بعد ظهور النتائج تم الإبقاء على ست فقرات فقط، وهي التي تحتوي على أعلى نسبة ارتباط مع المقياس الكلي. ويتكون المقياس في صورته النهائية من

ستة أبعاد رئيسية وهي: البروز، وتعديل المزاج، والتسامح، وأعراض الانسحاب، والصراع، والانتكاس. وتتم الاستجابة لها باستخدام مقياس ليكرت الخماسي ١: أبدا إلى ٥: دائما، بحيث تشير الدرجات الأعلى إلى مستويات أعلى من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي. ويتم تصنيف المشاركين في مستوى الإدمان وفقا لدرجة القطع الأحادي (أي درجة ٤ أو أعلى في كل فقرة من الفقرات الستة). وقد بلغ معامل ثبات ألفا لكرونباخ ٠,٨٣، بينما بلغ معامل ثبات إعادة التطبيق بعد ثلاثة أسابيع ٠,٨٢. كما كان هناك تقارب في درجات إدمان الفيسبوك مع درجات الإدمان على المقاييس الأخرى. ووجدت الدراسة أيضا علاقة ارتباطية موجبة بين الإدمان على الفيسبوك وبعض عوامل الشخصية كالعصبية والانبساط.

وطورت دراسة توريل وسيرنكو (Turel & Serenko, 2012) مقياسا للإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يعتمد على التعرف على النتائج السلبية المصاحبة لإدمان مواقع الشبكات الاجتماعية، مقابل التعزيز الإيجابي الذي يولده الإفراط في استخدام تلك المواقع. استفادت الدراسة من مقياس تشارلتون ودانفورث (Charlton & Danfort) لإدمان الألعاب على الإنترنت، وقد تكون المقياس من ٥ فقرات. طبقت الدراسة على ١٩٤ من مستخدمي موقع الشبكات الاجتماعية. وأظهرت النتائج تمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة؛ حيث بلغ معامل ألفا لكرونباخ ٠,٧٠.

أما دراسة لي، وتشيونغ، وثاداني (Lee, Cheung, & Thadani, 2012) فقد استخدمت مقياس الإشكاليات العامة في استخدام الفيسبوك، وهو مكون من ٧ فقرات وقد تم تطويره بناء على مقياس الإشكاليات العامة في استخدام الانترنت. وهدفت الدراسة إلى اختبار أثر النموذج المعرفي السلوكي المتقدم في التنبؤ باستخدام الفيسبوك. شملت عينة الدراسة ٢٠٠ من مستخدمي الفيسبوك منهم ٤٨٪ ذكور، و٥٢٪ إناث، وقد أظهرت النتائج تمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة؛ حيث بلغ معامل ألفا لكرونباخ لأبعاد المقياس: التنظيم الذاتي ٠,٨٩، تعديل المزاج ٠،٨٥، النتائج السلبية ٠,٨٦، وتفضيل التواصل الاجتماعي عبر الإنترنت ٠,٨٧. وقد استخدمت الدراسة الصدق التقاربي والتميزي بينما لم تستخدم التحليل العاملي.

أما دراسة كام وإسبولان (Çam & Isbulan, 2012) فقد استخدمت مقياس الإدمان على الفيسبوك لجمع البيانات، وهو مقياس مكون من ٢٠ فقرة تتم الاستجابة لها وفقا لتدرج ليكرت السداسي، وقد تم بناؤه في ضوء اختبار يونج للإدمان على الأنترنت. هدفت الدراسة إلى تسليط الضوء على ظاهرة إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية لدى طلبة كلية التربية. وقد شملت عينة الدراسة ١٢٥٧ طالبا وطالبة في جامعة ساكرايا بتركيا. تم التحقق من الخصائص

السيكومترية للمقياس وكانت جيدة حيث طبق التحليل العاملي وقد فسرت أحد أبعاد المقياس ٤٠,٩٣٪ من التباين، وكان معامل ألفا لكرونباخ للمقياس ٠,٩٢.

وقام الأبي (Alabi, 2012) بقياس مستوى الإدمان على الفيسبوك بين الطلاب الجامعيين في نيجيريا مستخدما مقياس الإدمان على الفيسبوك الذي طوره أندرسون وآخرون (Andreassen et al., 2012) وقد طبقت الدراسة على عينة طبقية مكونة من ١٠٠٠ طالب وطالبةٍ من أربع جامعات في جنوب غرب نيجيريا. وقد بينت النتائج تمتع المقياس بدرجة ثبات جيدة، حيث بلغ معامل ألفا لكرونباخ ٠,٧٣.

ولاستكشاف العوامل التي تسهم في الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية وتحليل العلاقة بين الاعتماد على مواقع الشبكات الاجتماعية وتعديل المزاج، استخدمت دراسة تشيك، وجوه، وشاين (Cheak, Goh, & Chin, 2012) ثلاثة مقاييس هي: مقياس الإدمان على الشبكات الاجتماعية، واستبانة الاعتماد على مواقع الشبكات الاجتماعية، ومقياس تعديل المزاج، وقد تم توزيع الاستبيانات على عينة مكونة من ٣٤٣ طالبا وطالبة في إحدى الجامعات الخاصة في ماليزيا. وقد بينت النتائج تمتع مقياس الإدمان على الشبكات الاجتماعية بخصائص سيكومترية جيدة؛ حيث كشف التحليل العاملي عن أربعة أبعاد هي: الفوائد الاجتماعية التبعية الاجتماعية على الانترنت عبر شبكات التواصل الاجتماعي، والرضا وتشكل العادات. بلغ تراوحت درجة الثبات للابعاد الأربعة ٠,٧٨، ٠,٩٠، ٠,٩٢، ٠,٩١ على التوالي.

وطور كوك وغولياغسي (Koc & Gulyagci, 2013) مقياسا للإدمان على الفيسبوك بناء على المقياس الذي أعده أندرسون وآخرون (Andreassen et al., 2012) وهو يتكون من ٨ فقرات. وهدفت الدراسة لاستكشاف إدمان الفيسبوك بين طلاب الجامعات التركية، والكشف عن العوامل السلوكية والديموغرافية والنفسية التي يمكنها التنبؤ بإدمان الفيسبوك. وتم تقييم صدق بناء المقياس وصلاحيته للتطبيق على الطلبة التركيين من خلال التحليل العاملي. وقد طبق على عينة مكونة من ٤٤٧ طالبا وطالبة من طلبة الجامعات التركية. وقد أظهرت النتائج تمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة. وقد كشفت نتائج التحليل العاملي عن وجود خمسة أبعاد هي: الوقت الأسبوعي للاستخدام، والدوافع الاجتماعية، والاكتئاب الشديد، والقلق، والأرق. واستطاعت هذه العوامل التنبؤ بإيجابية بإدمان الفيسبوك. كما تراوح معامل ألفا لكرونباخ لأبعاد المقياس ٠,٧٨ -٠,٨٧.

واستخدم بالاكريشنان، وشميم (Balakrishnan & Shamim, 2013) مقياسا للإدمان على الفيسبوك بهدف استكشاف نمط استخدام الفيسبوك، والدوافع النفسية والسلوكية

المؤدية للاستخدام المفرط والإدمان على الفيسبوك. كما أسفر التحليل العاملي عن وجود خمسة دوافع رئيسية لاستخدام الفيسبوك هي: التواصل الاجتماعي، والفوائد النفسية، والترفيه، والتعبير عن الذات، وتعزيز المهارات. أما بالنسبة إلى أعراض الإدمان السلوكي فقد كشف التحليل العاملي عن أربعة أبعاد رئيسية هي: البروز، وفقدان السيطرة، والانسحاب، والانتكاس. كما أظهرت النتائج تمتع المقياس بدرجات ثبات عالية تراوحت بين ٠,٨٧-٠,٩٢.

بينما استخدم ولنيكزاك وآخرون (Wolniczak et al., 2013) استبانة الاعتماد على الفيسبوك المكونة من ٨ فقرات لقياس العواقب السلبية للإدمان على الفيسبوك في حياة الطلبة الجامعيين. وكان الهدف من هذه الدراسة تقييم الارتباط المحتمل بين الاعتماد على الفيسبوك وسوء نوعية النوم لدى الطلبة. وأجريت دراسة على عينة مكونة من ٤١٨ طالبا وطالبة من طلبة الجامعة في بيرو، منهم ٣٢٢ من الإناث، بلغ متوسط أعمارهم ٢٠,١ سنة. أظهرت النتائج تمتع المقياس بدرجات ثبات جيدة؛ حيث بلغ معامل ألفا لكرونباخ ٠,٨٦.

واستنادا إلى النظرية الإدراكية الاجتماعية استخدم وو وآخرون (Wu et al., 2013)، مقياس اتجاهات الإدمان نحو مواقع الشبكات الاجتماعية لفحص تأثيراتها على المخرجات المتوقعة، والكفاءة الذاتية في الانترنت، وسمة الاندفاع في استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية عبر الهواتف الذكية. تكونت عينة الدراسة من ٢٧٧ مستخدما من مستخدمي الهواتف الذكية في ماكاو منهم ١١٦ ذكرا، و١٦١ أنثى؛ متوسط أعمارهم = ٢٦,٦٢سنة. أظهرت النتائج تمتع المقياس بدرجات ثبات جيدة؛ حيث بلغ معامل ألفا لكرونباخ ٠,٩٢.

وفي تايوان استخدم هونغ، هوانغ، ولين، وشيو (Hong, Huang, Lin & Chiu, 2014) مقياسا للإدمان على الفيسبوك، وهو مكون من ١٢ فقرة تم بناؤه وتطويره باستخدام اختبار يونج للإدمان على الانترنت، وذلك لاستكشاف الخصائص النفسية للطلبة المدمنين على استخدام الفيسبوك. تكونت عينة الدراسة من ٢٤١ طالبا وطالبة. اعتمد المقياس تدرج ليكرت السداسي حيث تتراوح الدرجات من ١ = لا تتفق على الإطلاق إلى ٦ = يتوافق تماما. في هذه الدراسة، تم إجراء تحليل عاملي للمقياس وتم استخلاص أربعة عوامل فسرت ٧٧,١٤ ٪ من التباين. تم تسمية العوامل الأربعة كالآتي: الانسحاب (ثلاثة فقرات)، والتسامح (ثلاثة فقرات)، ومشاكل الحياة (ثلاثة فقرات)، والرضا البديل (ثلاثة فقرات). وكان الاتساق الداخلي للمقاييس الفرعية ٠,٧٧٢، ٠,٨٤، ٠,٨٠، ٠,٨٧ على التوالي، أما الاتساق الداخلي الكلي فقد كان ٠,٩٢. مما يدل على تمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة.

كما طور سعودي (٢٠١٤) مقياسا لإدمان الفيسبوك معتمدا على عدة مقاييس منها مقياس بيرغن لقياس إدمان الفيسبوك لأندرسون وآخرون (Andreassen et al., 2012)، ومقياس إدمان الانترنت لطلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية لعائض مفرح العصيمي (٢٠١١)، وذلك للتعرف إلى الكيفية التي يؤثر بها إدمان الفيسبوك على التوافق الأسري للطالب الجامعي، ويتكون المقياس من ٣٠ عبارة تقيس درجة إدمان الفيسبوك، تمت صياغة العبارات بطريقة ايجابية في شكل موجه لقياس الإدمان مع تقييد الإجابة بثلاثة خيارات هي: نعم، أحيانا، لا، بحيث تشير الإجابة نعم إلى وجود إدمان قوي وتعطى مقابلها ثلاثة درجات، بينما الإجابة (أحيانا) تعطى لها درجتان وتشير إلى درجة إدمان متوسط والإجابة (لا) تعطى لها الدرجة واحد وتشير إلى عدم وجود إدمان. وقد اعتمدت الدراسة على طريقتين للتحقق من ثبات المقياس هما حساب معامل الثبات جتمان للتجزئة النصفية، وقد بلغ ٠,٧٢، وحساب الثبات عن طريق إعادة الاختبار وقد بلغ ٠,٧٩، بينما تم التحقق من صدق المقياس من خلال حساب معامل الصدق الذاتي وقد بلغ ٠,٨٨.

وقامت دراسة سالم، والمنيع، وأندرسون (Salem, Almenaye, & Andreassen, 2016) بالتحقق من الخصائص السيكومترية للنسخة العربية من مقياس بيرغن للإدمان الفيسبوك. طبقت الدراسة على عينة مكونة من ٨٣٥ من مستخدمي الفيسبوك كالآتي: الإناث = ٧١١، الذكور = ١٢٤؛ الجامعيين = ٤٩٤، طلاب الدراسات العليا = ٣٤١. وفي هذه الدراسة، تم تكييفُ النسخة المكونة من ٦ فقرات من مقياس بيرغن لإدمان فيسبوك (Bergen Facebook Addiction Scale -BFAS) للغة العربية؛ حيث تمت الترجمة بواسطة مترجم محترف من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية. ثم قام مترجمان محترفان ثنائيّا اللّغة بمراجعة المقياس. وتتكون النسخة العربية من المقياس من ستة أبعاد رئيسية وهي: البروز، وتعديل المزاج، والتسامح، وأعراض الانسحاب، والصراع، والانتكاس. وتتم الاستجابة باستخدام مقياس ليكرت الخماسي ١: أبدا إلى ٥: دائما، بحيث تشير الدرجات الأعلى إلى مستويات أعلى من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي. ويتم تصنيف المشاركين في مستوى الإدمان وفقا لدرجة القطع الأحادي (أي درجة ٤ أو أعلى في كل فقرة من الفقرات الستة)، وتسأل الفقرات عن مدى تكرار الأعراض خلال العام الماضي. وتتراوح الدرجات الإجمالية من ٦ إلى ٣٠. ولقد كان الاتساق الداخلي للمقياس مرتفعا؛ حيث بلغ معامل الثبات لكرونباخ ٠,٨٨. وتجدر الإشارة إلى أن معامل كرونباخ للنسخة الأصلية كان ٠,٨٣.

واستخدمت دراسة بونتيس وتايلور ووستافروبلوس (Pontes, Taylor, & Stavropoulos, 2018) بطارية من الأدوات النفسية القياسية لاختبار تفضيلات مواقع التواصل الاجتماعي وأنماط استخدامها، ومقياس بيرغن للإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ومقياس تفضيل التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت، ومقياس الإدراك غير المتكيف، ومقياس الخوف من فقدان الهاتف (النوموفوبيا)، ومقياس التنظيم العاطفي، ومقياس الاضطراب النفسي العام لدي الشباب. أظهرت النتائج تمتع مقياس بيرغن للادمان على مواقع التواصل الاجتماعي بدرجات ثبات عالية حيث بلغ معامل ألفا لكرونباخ ٠,٨٦.

هذا ويقدم الجدول ١ ملخصا لمقاييس الإدمان على الشبكات الاجتماعية التي استخدمتها الدراسات السابقة، وعدد فقراتها، وخلفيتها النظرية.

جدول (١)

قائمة بمقاييس الإدمان على الشبكات الاجتماعية وعدد فقراتها وخلفيتها النظرية

المقاييس	الدراسات التي استخدمت المقياس	عدد الفقرات	الخلفية النظرية/ مبني على
١. مقياس بيرغن لإدمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction Scale	(Andreassen, et al., 2012) (Pontes et al., 2018) (Masters, 2015) (Salem et al., 2016) سعودي (٢٠١٤) (Salem, Almenaye, & Andreassen, 2016)	٦ أو ١٨×	أعراض الإدمان السلوكي لبراون، نموذج مكونات الإدمان لغريفيث، ومعايير الإدمان التشخيصية
٢. استبانة الاعتماد على الفيسبوك Facebook Dependence Questionnaire	(Wolniczak et al., 2013)	٨	استبانة الإدمان على الانترنت
٣. مقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية Social Networking Website Addiction Scale	(Turel & Serenko, 2012)	٥	مقياس تشارلتون ودانفورث Charlton &Danfort لإدمان الألعاب على الإنترنت (نسخة قصيرة)
٤. مقياس الإدمان على الفيسبوك Facebook Addiction Scale	(Hong et al., 2014)	١٢	اختبار يونج نلإدمان Young على الأنترنت
٥. مقياس الإدمان على الفيسبوك Facebook Addiction Scale	(Koc & Gulyagci, 2013)	٨	اختبار يونج Young للإدمان على الانترنت ومقياس الإشكاليات العامة لاستخدام الانترنت
٦. ميول الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية Addictive Tendencies Towards SNSs	(Wu et al., 2013)	٢٠	اختبار يونج Young للإدمان على الأنترنت

تابع جدول (١)

المقاييس	الدراسات التي استخدمت المقياس	عدد الفقرات	الخلفية النظرية/ مبني على
٧. مقياس الإدمان على الفيسبوك Facebook Addiction Scale	(Balakrishnan et al., 2013)	٣٠	مكونات الإدمان السلوكي لبراون Brown
٨.مقياس الإشكاليات العامة في استخدام الفيسبوك Generalized Problematic Facebook Use Scale	(Lee et al., 2012)	٧	مقياس الإشكاليات العامة لاستخدام الانترنت
٩. مقياس الإدمان على الفيسبوك Facebook Addiction Scale	(Çam & Isbulan, 2012)	٢٠	اختبار يونج Young's للإدمان على الأنترنت
١٠.مقياس أعراض الإدمان على الفيسبوك Facebook Addiction Symptoms Scale	(Alabi, 2012)	١٥	اختبار يونج Young للإدمان على الأنترنت
١١. مقياس الاعتماد والادمان على مواقع الشبكات الاجتماعية Social Networking Dependency and Addiction Scale	(Cheak et al., 2012)	٣١	مقياس المشكلات استخدام الانترنت، ومقياس الاستخدام المرضي للإنترنت
١٢. استبانة تدخل الفيسبوك Facebook Intrusion Questionnaire	(Elphinston & Noller, 2011)	٨	أعراض الإدمان السلوكي لبراون واستبيان مشاركة الهاتف النقال
١٣. مقياس الإدمان على الفيسبوك Facebook Addiction Scale	(Sofiah et al., 2011)	١١	لم يتم توضيح المصدر
١٤. مقياس الميول نحو الادمان Addictive Tendencies Scale	(Wilson et al., 2010)	٣	مقياس الإدمان على الهاتف النقال

*توجد نسختان قصيرة وطويلة

ويظهر من خلال الجدول ١ أنه يوجد ما يزيد عن ١٤ مقياسا لقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية، يركز معظمها على قياس إدمان الفيسبوك لكونه من أكثر المواقع استخداما. إلا أن مقياس بيرغن للإدمان على الفيسبوك يعد من أكثر المقاييس المستخدمة لقياس إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية. هو يتوفر بنسختين القصيرة ٦ فقرات، والطويلة ١٨ فقرة طوره كل من أندرسون وآخرون (Andreassen et al., 2012) وفقا لنظرية الإدمان العام، ومعايير الإدمان لبراون. ويتكون من ستة أبعاد رئيسية وهي: البروز، وتعديل المزاج،

والتسامح، وأعراض الانسحاب، والصراع، والانتكاس وتتم الاستجابة لفقراته من خلال تدرج ليكرت الخماسي حيث تتراوح الاستجابات من (نادر جدا – في كثير من الأحيان)، ومع تحديد عدد مرات ظهور الاعراض. وتتراوح الدرجة الكلية من ٦ إلى ٣٠، مع تحديد درجة القطع ب > ٣ على أربعة معايير على الأقل من معايير الإدمان الستة. وقد اختبر المقياس على عينة نرويجية مكونة من ٤٢٣ طالبا وطالبة. وقد أظهرت النتائج تمتع المقياس بمعامل اتساق داخلي مرتفع؛ حيث بلغ معامل الثبات لكرونباخ ٨٨, ٠، وهناك نسخة معدلة من المقياس تتعلق بإدمان مواقع الشبكات الاجتماعية هي مقياس بيرغن للإدمان على الشبكات الاجتماعية.

لذا سعت الدراسة الحالية إلى تطوير مقياس عربي لقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية يتمتع بخصائص سيكومترية عالية ليكون داعما للباحثين العرب المهتمين بموضوع التكنولوجيا الحديثة ووسائل الاتصالات والمعلومات وآثارها النفسية والاجتماعية على الفرد والمجتمع.

مشكلة الدراسة

أصبحت مواقع الشبكات الاجتماعية وسيلة فعالة للتواصل الاجتماعي ولا غنى عنها بين جميع فئات المجتمع وفئة الشباب على وجه الخصوص؛ لكونها تساعد في التعارف والتواصل بين الأشخاص والمجتمعات. ويستخدم الشباب تلك المواقع من أجل تكوين الصداقات، وتبادل المعلومات، والترفيه، والتعاملات التجارية وغيرها من الأغراض. ومن الملاحظ أن نسبة انتشار تلك المواقع واستخدامها بين الشباب وتحديدا طلبة الجامعات يزداد يوماً بعد يوم، كما يتنوع استخدامهم لها بين ما هو إيجابي وما هو سلبي فضلا عن قوة تأثيرها على علاقاتهم الاجتماعية ومستواهم الأكاديمي، إذ يبدأ استخدام تلك المواقع بطلب العضوية ثم يتحول إلى إدمان تدريجيا.

وفي السلطنة يتزايد استخدام الشباب العمانيين لمواقع الشبكات الاجتماعية بشكل ملحوظ، وبشكل عام يزيد معدل استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بين الذكور عن الإناث. ففي دراسة أجراها المركز الوطني للإحصاء والمعلومات (٢٠١٥)، وجدت أن نصف الذكور في العينة يستخدمون مواقع الشبكات الاجتماعية بشكل يومي مقابل٣٧٪ فقط من الإناث. كما وجدت الدراسة أن استخدام مواقع شبكات التواصل الاجتماعي يزيد بارتفاع المستوى التعليمي، حيث أن ٥٨٪ من الشباب الحاصلين على تعليم أعلى من الثانوي يترددون على تلك المواقع بشكل يومي مقابل ٣٤٪ فقط للحاصلين على تعليم أقل من الثانوي. كما تقل كثافة

استخدام مواقع التواصل الاجتماعي مع تقدم العمر، حيث نجد أن ٤٧٪ من الشباب في الفئة العمرية ١٨- ٢٤سنة يستخدمون تلك المواقع يومياً مقابل ٣٩٪ للشباب في الفئة العمرية الأكبر ٢٥-٢٩ سنة.

ومن هنا تتمحور مشكلة الدراسة الحالية؛ فعلى الرغم من كثافة وتزايد استخدام الشباب لمواقع الشبكات الاجتماعية، إلا أنه لا توجد دراسات -على حد علم الباحثين- تناولت إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية في البيئة العربية والخليجية نظرا إلى حداثة الموضوع ولعدم توافر مقاييس ملائمة، وقد حاول بعض الباحثين تعريب مقياس إدمان الفيسبوك (سعودي، ٢٠١٤؛ Salem, Almenaye, Andreassen, 2016) إلا أن هناك عددًا من المواقع الأخرى المفضلة لدى الشباب، وثمة أيضًا عدد من المواقع والتطبيقات الاجتماعية الجديدة التي تظهر باستمرار. فعلي سبيل المثال نجد أن الفيسبوك لا يعتبر من الشبكات الاجتماعية الأكثر تفضيلا لدى الشباب العمانيين مقارنة بالواتساب، والانستجرام، والتويتر، وجوجل+، وذلك حسب ما كشفت عنه بعض الدراسات الحديثة التي طبقت في السلطنة (البراشدية والظفري، ٢٠١٧؛ الغافري، ٢٠١٦).

ومن الملاحظ أنه على مستوى السلطنة هناك ندرة شديدة في الدراسات التي تناولت موضوع الإدمان على وسائل التكنولوجيا الحديثة كالهواتف الذكية، وتطبيقاتها، والأجهزة اللوحية، وأجهزة الألعاب الالكترونية، وتأثيراتها السلبية على الفرد والمجتمع رغم تزايد الحاجة لمثل هذا النوع من الدراسات، فعلى سبيل المثال تشير دراسة الحوسني (٢٠١١) أن نسبة انتشار إدمان الإنترنت بين طلبة جامعة نزوى بلغت ٩, ٤٪، أما دراسة البراشدية (Al-Barashdi, 2015) فقد كشفت عن أن ١, ٣٣٪ من طلبة جامعة السلطان قابوس مدمنون على استخدام الهواتف الذكية. وفي دراسة ماسترز (Masters, 2015) تبين أن أكثر موقع للتواصل الاجتماعي يدمن طلبة العلوم الصحية بجامعة السلطان قابوس على استخدامه هو اليوتيوب.

وبالتالي، فإن الهدف الرئيسي للدراسة الحالية هو تطوير مقياس عربي لقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية واختباره على عينة من طلاب الجامعات والكليات الحكومية والخاصة في سلطنة عمان والتحقق من الخصائص السيكومترية له.

أسئلة الدراسة

سعت الدراسة الحالية للإجابة عن الأسئلة الآتية:

١- ما مؤشرات الصدق لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني؟

٢- ما مؤشرات الثبات لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني؟

أهداف الدراسة

١- هدفت الدراسة الحالية إلى تطوير مقياس إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني، والتحقق من الخصائص السيكومترية له، كما تهدف إلى:

٢- تحديد مؤشرات الصدق للمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني.

٣- الكشف عن مؤشرات الثبات لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني.

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية

تظهر أهمية هذه الدراسة من خلال مساهمتها في إثراء الأدبيات النفسية والاجتماعية حول ظاهرة إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية كإحدى وسائل التكنولوجيا الحديثة التي تزايد عدد مستخدميها في الآونة الأخيرة بشكل واضح، واتسع نطاق تأثيراتها المباشرة على ثقافة الأفراد والمجتمعات. الأمر الذي يدعو لتسليط الضوء على هذه الظاهرة في مجتمعنا العماني من خلال تطوير مقياس للإدمان على تلك المواقع والذي سيكون الأول عربيا حسب علم الباحثين مما سيمكن من دراسة طبيعة العلاقة بين ظاهرة إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني ودوافع الإدمان، ويأمل الباحثان أن تكون هذه الدراسة تمهيدا لإجراء عدد من الدراسات الأخرى التي تتناول موضوعات مماثلة بصورة علمية وشاملة بما يسهم في تحقيق التراكم المعرفي والبحثي.

الأهمية التطبيقية

يُتوقع أن تسهم الدراسة في تزويد المرشدين النفسين والاجتماعين بمقياس يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة وكافية لقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية مما سيسهم في تقليل نسبة الإدمان والحد من الآثار السلبية المرتبة علية وتوفير التوعية والإرشاد الكافية عن أضراره على الفرد والمجتمع ولا سيما فئة الشباب العماني وبالأخص طلبة الجامعات والكليات.

مصطلحات الدراسة

مواقع التواصل الاجتماعي: هي مواقع إلكترونية عبر الإنترنت، تتيح للأفراد إقامة شبكات اجتماعية من خلال التعريف بأنفسهم واهتماماتهم وتوجهاتهم، واختيار أصدقائهم ضمن مجموعات قد تكون مفتوحة أو مغلقة أو سريّة، كما تتيح تبادل ونشر الموادّ المكتوبة والصّور

وأفلام الفيديو ومجموعة من الأدوات التي تسهل عملية الاتصال والتواصل (الزبون وأبو صعيليك، ٢١٤، ص. ٧).

الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي: يعرف الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بأنه "القلق المفرط المصاحب لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ويكون الفرد فيه مدفوعا بدافع قوي لتسجيل الدخول إلى أو استخدام تلك المواقع، وتكريس الكثير من الوقت والجهد لها بشكل يعرقل أنشطته الاجتماعية الأخرى، الدراسة أو العمل، علاقاته الشخصية، وصحته النفسية والبدنية"(Andreassen & Pallesen, 2014, p. 4054).

الشباب العماني: هم الطلبة العمانيون الدارسون في الجامعات والكليات الحكومية والخاصة داخل السلطنة والمقيدون بمؤسساتهم حتى نهاية عام ٢٠١٧، والبالغ عددهم ١٣١٤٧٨ طالبا وطالبة؛ منهم ذكور: ٥٣٨٧١، وإناث: ٧٧٦٠٧ (المركز الوطني للإحصاء والمعلومات، ٢٠١٧).

حدود الدراسة

حدود موضوعية: اقتصر هذه الدراسة على تطوير مقياس إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني.

حدود زمانية: اقتصر تطبيق الدراسة الحالية خلال الفترة من سبتمبر إلى مايو ٢٠١٨.

حدود بشرية: اقتصر تطبيق الدراسة الحالية على فئة الشباب العمانيين الدارسين بمؤسسات التعليم العالي الحكومية والخاصة داخل السلطنة.

المنهجية والإجراءات

تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي لهذه الدراسة؛ حيث تم جمع المعلومات عن طريق أداة الدراسة وهي مقياس إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية، وبعد ذلك تم تفريغ البيانات الخام عن طريق برنامجSPSS الإحصائي. وتم تحليل هذه المعلومات تحليلا كميا، وذلك من خلال مجموعة من الاختبارات التي تجيب عن أسئلة الدراسة، وبعد ذلك تم تفسير النتائج في ضوء الجانب النظري وخصوصية بيئة المجتمع العماني وثقافته، ونُوقِشَتْ النتائج بالمقارنة مع الدراسات السابقة وإظهار نقاط الاتفاق والاختلاف بينها مع التعليل لهذا الاختلاف إن وجد.

مجتمع الدراسة

شمل مجتمع الدراسة جميع طلبة الجامعات والكليات الحكومية والخاصة الدارسين في

سلطنة عمان والبالغ عددهم ١٣١٤٧٨ طالبا وطالبة؛ منهم ذكور: ٥٣٨٧١، وإناث: ٧٧٦٠٧ (المركز الوطني للإحصاء والمعلومات، ٢٠١٧).

عينة الدراسة

تم تطبيق الدراسة على عينة عشوائية من طلبة الجامعات والكليات الحكومية والخاصة الدارسين في سلطنة عمان بلغ حجمها ٢٥٠٧ طالبا وطالبة؛ منهم ذكور: ٨٦٨، وإناث: ١٦٣٩، ويوضح الجدول ٢ الخصائص الديموغرافية لهم.

جدول (٢)
الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة ن=٢٥٠٧

المتغيرات	الفئات	ذكور	إناث	المجموع
مستوى الدخل	مرتفع	٢٦٤	٣٨٦	٦٥٠
	متوسط	٣٨٧	٧٤٣	١١٣٠
	منخفض	٢١٧	٥١٠	٧٢٧
السنة الدراسية	الأولى	٢٠١	٣٦٩	٥٧٠
	الثانية	١٦٩	٣١٦	٤٨٥
	الثالثة	٢١٩	٣٦٠	٥٧٩
	الرابعة	١٥٣	٣٠٩	٤٦٢
	الخامسة	٧٨	٢٢٢	٣٠٠
	السادسة فأكثر	٤٨	٦٣	١١١
المعدل التراكمي	أقل من ٢,٠٠	١١٨	١٧١	٢٨٩
	٢,٠٠-٢,٤٩	٢٣٥	٣٨٠	٦١٥
	٢,٥٠-٢,٩٩	٢٧٧	٤١١	٦٨٨
	٣,٠٠ فأعلى	٢٣٨	٦٧٧	٩١٥
عدد ساعات الاستخدام	١-٢ ساعة	٢٢٢	٢٧٠	٤٩٢
	٣-٤ ساعات	٣٠٧	٥٧٦	٨٨٣
	٥-٦ ساعات	١٦٤	٤٠٢	٥٦٦
	أكثر من ٦ ساعات	١٧٥	٣٩١	٥٦٦
وسائل التواصل الاجتماعي المفضلة	WhatsApp	٥٥٥	٩١١	١٤٦٦
	Twitter	٥٣	٨٩	١٤٢
	Instagram	١٣٦	٢٩٣	٤٢٩
	Facebook	١٨	١٠	٢٨
	Google +	٠	٢	٢
	Snapchat	١٩	٣٣	٥٢
	أخرى	٣١	١٦٣	١٩٤

أدوات الدراسة

• **مقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية SNS Addiction Scale:** وهو استبيان من إعداد الباحثين، مكون من ١٨ فقرة تتم الاستجابة عليها وفق مقياس ليكرت السباعي (ينطبق تماما- لا ينطبق تماما)، تم تطويره بالرجوع إلى الأدبيات والدراسات السابقة حول موضوع إدمان مواقع الشبكات الاجتماعية، وهو مبني على نظرية الإدمان السلوكي لبراون ونموذج المكونات أو القواسم المشتركة للإدمان السلوكي لجريفتث (Brown, 1993; Griffiths, 2005)، وبالرجوع لمعايير الإدمان التشخيصية الرسمية (American Psychiatric Association, 2000)، وهو يتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية على النحو الآتي:

-البروز والانتكاس: يشير هذا البعد إلى أن استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية يصبح النشاط الأكثر أهمية في حياة الفرد، ويهيمن على تفكيره (الانشغال)، ومشاعره (الرغبة الشديدة)، وسلوكه (الاستخدام المفرط). كما يشير إلى فشل محاوت التوقف بعد فترات من الامتناع عن ممارسة الاستخدام، والانتكاس نتيجة سيطرة مشاعر الرغبة في الاستخدام، ويشمل هذا البعد ٦ فقرات هي: ١، ٥، ٦، ٩، ١٣، ١٥.

- التحمل والصراع: ويشير هذا البعد إلى أن عملية الإدمان، يبدأ فيها شخصٌ ما باستخدام مواقع الشبكات الاجتماعية بشكل معقول، ولكن تدريجيا تتزايد كمية الوقت الذي يقضيه في استخدام تلك المواقع ليحقق نفس مستوى الإشباع الأولي، وهو ما يولد صراعات داخلية وخارجية، وقد تشمل هذه الصراعات الحجج والإهمال والأكاذيب وحتى الخداع بين المدمن والناس من حوله لتغطية الآثار السلبية الناتجة عن الاستخدام المفرط، ويشمل ٦ فقرات هي: ٣، ٢، ٤، ١٠، ١٢، ١٤.

- تعديل المزاج والانسحاب: أن الخبرات الذاتية والمشاعر التي تصاحب استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية وتسبب الإدمان عليها هي مشاعر النشوة، و الإشباع، والاسترخاء، والهروب من القلق والتوتر والهموم؛ إلا أنه عندما يقل استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية أو ينخفض فجأة أو يتوقف تتولد لدى المدمن مشاعر غير سارة، وتشمل أعراضًا انسحابيه مثل: تعكر المزاج، والتهيج، ولكن قد تشمل أيضا بعض الأعراض الفسيولوجية، مثل هز الارجل وغيرها من الأعراض، ويشمل ٦ فقرات هي: ٧، ٨، ١١، ١٦، ١٧، ١٨.

• **استبيان رهاب الخوف من فقدان الهاتف الذكي- النموفوبيا: (NMP-Q) Nomophobia** وقد تم تصميمة من قبل والش وآخرين (Walsh et al., 2010). وتتألف من ثلاثة أقسام رئيسية هي: الخصائص الديمغرافية، واستخدام الهواتف الذكية، وأعراض النموفوبيا. تم

تصميم المقياس خصيصا لطلاب المرحلة الجامعية وشملت المتغيرات الديمغرافية العمر والجنس وسنة الدراسة والكلية أو الجامعة. أما قسم استخدام الهاتف الذكي، فقد شمل مدة ملكية الهواتف الذكية، ومتوسط الوقت الذي يقضيه يوميا باستخدام الهاتف الذكي، وتكرارات مرات التحقق، وعدد المكالمات الهاتفية الصادرة / الواردة في اليوم، وعدد الرسائل النصية المرسلة / المستلمة يوميا، وعدد رسائل البريد الإلكتروني التي يتم إرسالها / استلامها يوميًا وعدد التطبيقات على الهاتف الذكي، وعدد جهات التواصل. أما قسم أعراض النموفوبيا فيتكون من ٢٠ فقرة تم الاستجابة لها وفقا لمقياس ليكرت من ٧ نقاط، حيث أن الرقم ١ يعني "لا أوافق بشدة" و٧ أوافق بشدة". ويتم احتساب مجموع النقاط من خلال مجمل استجابات الفرد لكل فقرة، لتحديد درجة الرهاب والتي تتراوح من ٢٠ إلى ١٤٠، حيث أعلى درجات تقابلها أكبر شدة للرهاب. ويتم تفسير درجات المقياس على النحو الآتي: ٢٠ تشير إلى عدم وجود الرهاب؛ ٢١- ٦٠ تشير إلى مستوى معتدل من الرهاب؛ ٦١- ١٠٠ تشير إلى مستوى عالي من الرهاب، ١٠١- ١٤٠ تشير إلى مستوى رهاب شديد.

إجراءات الدراسة

١- تصميم أداة الدراسة

٢- التحقق من صدق الأداة بعدة طرق منها الصدق الظاهري وتم عن طريق عرض أداة الدراسة على عدد من المحكمين من ذوي الاختصاص، والصدق العاملي باستخدام برنامج spss، والصدق التلازمي عن طريق حساب معامل الارتباط بين أداة الدراسة الحالية واستبيان النموفوبيا بعد تطبيق الأداتين على عينة استطلاعية ن=٢٣٧.

٣- التحقق من ثبات أداة الدراسة باستخدام معامل ثبات ألفا لكرنباخ، وباستخدام معامل جوتمان للتجزئة النصفية.

٤- تطبيق أداة الدراسة على العينة الفعلية.

نتائج الدراسة

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

نص السؤال الأول على: "ما مؤشرات الصدق لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني؟" وللإجابة عن هذا السؤال تم التحقق من مؤشرات الصدق الآتية:

١- الصدق الظاهري (صدق المحكمين): تم التعرف إلى مؤشرات الصدق الظاهري لمحتوى مقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية بعرضه على عشرة محكمين من قسم علم النفس بجامعة السلطان قابوس، وقد تم الأخذ بالملاحظات والاقتراحات التي أجمع عليها ٨٠ ٪ من المحكمين، حيث تم تعديل أو حذف أو إضافة الفقرات اللازمة، فأصبح الاختبار بصورته النهائية مكوناً من ١٨ فقرة.

٢- صدق البناء أو الصدق العاملي: تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي للمقياس للتعرف على البنية العاملية له، عن طريق تحليل المكونات الأساسية لهوتلنج Principal Component Analysis، مع إجراء التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس Varimax Rotation، وقد تم قبول التشبعات التي لا تقل عن محك جيلفورد ٠,٣ في كل عامل. وقد بلغت قيمة مقياس كايزر- ماير –أولكن Kaiser-Meyer-Olkin ٠,٩٢٣، ودرجة اختبار بارتلت Bartlett ٢٢٣٩,٣٩، وهي دالة إحصائيا عند مستوى دالة ٠,٠٠١. وقد كشف التحليل عن وجود ثلاثة عوامل رئيسية فسرت ما نسبته ٥٩,٦٪ من التباين الكلي، على النحو الآتي: ٤٤,٢٥٪، ٩,٢٣٪، ٦,١٣٪ للعامل الأول والثاني والثالث على التوالي، وتشبعت في العامل الأول ٦ فقرات تراوح تشبعها بين ٠,٥٧ و٠,٧٧، وتشبعت في العامل الثاني ٦ فقرات، تراوحت تشبعاتها ما بين ٠,٣٧ و٠,٧٩. أما العامل الثالث فقد تشبعت فيه ٦ فقرات، تراوح تشبعها ما بين ٠,٤٦ و٠,٧١. وتمثل هذه العوامل الأبعاد الآتية: البروز والانتكاس، والتحمل والصراع، وتعديل المزاج والانسحاب، ويوضح الجدول ٣ نتائج التحليل العاملي للمقياس.

جدول (٣)
نتائج التحليل العاملي لعبارات مقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية

الفقرات	العوامل		
	الأول	الثاني	الثالث
٢-أهملت واجباتي ومسؤولياتي نظرا لكثرة الوقت الذي أقضيه في استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية.	٠,٧٤		
٣-أقضي وقتا طويلا في استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية.	٠,٦٩		
٤-حاولت كثيراً تقليل استخدامي لمواقع الشبكات الاجتماعية، ولكنني لم ألتزم.	٠,٨٠		
١٠-أجد نفسي أستخدم مواقع الشبكات الاجتماعية لوقت أطول مما خططت له.	٠,٧٧		
١٢-الوقت الذي أقضيه في استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية في تزايد مستمر.	٠,٥٧		
١٤-حاولت تقليل الوقت الذي أقضيه في استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية، ولكن من دون جدوى.	٠,٧٣		
١-أشعر بمتعة أكبر عندما أزيد استخدامي لمواقع الشبكات الاجتماعية.		٠,٧٤	

تابع جدول (٣)

الفقرات	العوامل		
	الأول	الثاني	الثالث
٥-يتعكر مزاجي عندما أُمنع من استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية لسبب ما.		٠,٥٧	
٦-أُشغل نفسي باستخدام مواقع الشبكات الاجتماعية لأنسى همومي ومشاكلي الشخصية.		٠,٥٥	
٩-عندما أستخدم مواقع الشبكات الاجتماعية يتحسن مزاجي وأتخلص من الكآبة.		٠,٧٧	
١٣-أتواصل مع أفراد عائلتي وأصدقائي عبر مواقع الشبكات الاجتماعية أكثر من الحياة الواقعية.		٠,٣٧	
١٥-أشعر بالاسترخاء عند استخدامي لمواقع الشبكات الاجتماعية.		٠,٧٩	
٧-نصحني الآخرون بتقليل استخدامي لمواقع الشبكات الاجتماعية ولكنني لم استمع إليهم.			٠,٤٦
٨-أخفي عن والديّ مقدار الوقت الذي أقضيه في استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية.			٠,٥٢
١١-أغضب وأتوتر عندما لا أستطيع استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية لسبب ما.			٠,٦٤
١٦-وقعت في المتاعب أكثر من مرة بسبب استخدامي لمواقع الشبكات الاجتماعية أثناء المحاضرات/ العمل.			٠,٥٨
١٧-أشعر بالتوتر والقلق في كل مرة أقرر فيها التوقف عن المشاركة في مواقع الشبكات الاجتماعية.			٠,٦٩
١٨أفكر كثيرا في النقاشات التي قمت بها في مواقع الشبكات الاجتماعية مؤخرا.			٠,٧١
الجذر الكامن	٧,٩٦	١,٦٦	١,١٠
التباين المفسر ٥٩,٦١٪	٤٤,٢٥	٩,٢٣	٦,١٣

٣-الاتساق الداخلي Consistency: تم التعرف إلى مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية من خلال حساب معاملات الارتباط المصححة لارتباط كل فقرة مع البعد الذي تنتمي إليه Corrected Item-Total Correlation، وذلك للتعرف على انتماء وارتباط كل فقرة بالبعد الذي وضعت فيه. وقد أظهرت النتائج أن جميع معاملات الارتباط كانت دالَّةً إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ أو أكثر، بحيث تراوحت ما بين ٠,٤٤ - ٠,٧١. وبالتالي نستنتج أن هذه الفقرات تقيس فعلا ما يقيسه البعد الذي تنتمي إليه في جميع أبعاد المقياس الثلاثة، الأمر الذي يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة صدق عالية، ويوضح ذلك الجدول ٤.

جدول (٤)
معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه على مقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية

الابعاد	أرقام الفقرات	١	٥	٦	٩	١٣	١٥
البروز والانتكاس	معاملات الارتباط	٠,٥٨	٠,٦٧	٠,٦٦	٠,٦٧	٠,٦٧	٠,٧١
التحمل والصراع	أرقام الفقرات	٢	٣	٤	١٠	١٢	١٤
	معاملات الارتباط	٠,٤٤	٠,٥٨	٠,٦٦	٠,٦٣	٠,٣٨	٠,٦٥
تعديل المزاج والانسحاب	أرقام الفقرات	٧	٨	١١	١٦	١٧	١٨
	معاملات الارتباط	٠,٥٢	٠,٥٤	٠,٥٦	٠,٥٣	٠,٦٦	٠,٤٩

٤-الصدق التلازمي: تم التعرف إلى مؤشرات الصدق التلازمي لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية من خلال حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية له والدرجة الكلية لمقياس النموفوبيا. وقد بلغ معامل الارتباط بين المقياسين ٠,٧٠. وهو ما يشير إلى وجود إلى ارتباط قوي، ودال إحصائيا بين الدرجة الكلية للمقياسين، أي أن الزيادة في المقياس الأول تؤدي للزيادة في المقياس الثاني والعكس صحيح. مما يشير إلى أن مقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية يتمتع بدلالة صدق مناسبة ودالة إحصائيًا.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

نص السؤال الثاني على: "ما مؤشرات الثبات لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني؟" وللإجابة عن هذا السؤال تم التحقق من مؤشرات الثبات الآتية:

١-معامل ثبات ألفا لكرونباخ Cronbach's Alpha: تم التوصل إلى مؤشرات الثبات لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية من خلال حساب معامل ثبات ألفا لكرونباخ. وقد بلغ معامل الثبات للمقياس ككل ٠,٩٢، وهي قيمة مناسبة لأغراض تطبيق هذه الدّراسة، ويوضح الجدول ٥ معامل الثبات للمقياس ككل ولأبعاده الثلاثة.

جدول ٥
معاملات ثبات ألفا لكرونباخ لمقياس الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي وأبعاده

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	معامل الثبات
التحمل والصراع	٦	٠,٨٥
تعديل المزاج والانسحاب	٦	٠,٨١
البروز والانتكاس	٦	٠,٨١
المقياس ككل	١٨	٠,٩٢

٢-معامل ثبات جوتمان للتجزئة النصفية : كما تم التأكد من مؤشرات الثبات لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية من خلال حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة الصفية Guttman Split-Half Coefficient، والذي بلغ ٠,٨٧ وهي قيمة مناسبة لأغراض تطبيق هذه الدّراسة، ويوضح الجدول ٦ معامل الثبات للمقياس ككل ولجزئية الفقرات الفردية، والفقرات الزوجية.

جدول (٦)
معاملات الثبات لمقياس الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي بطريقة التجزئة النصفية

أجزاء المقياس	عدد الفقرات	معامل الثبات
الجزء الأول	٩	٠,٨٧
الجزء الثاني	٩	٠,٨٦
معامل الارتباط بين النصفين	١٨	٠,٧٧
معامل جوتمان للتجزئة النصفية	١٨	٠,٨٧

مناقشة النتائج

فيما يتعلق بالسؤال الأول ونصه: "ما مؤشرات الصدق لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني"؟ تم التحقق من توافر مؤشرات صدق المقياس عبر أساليب متنوعة، أولا بعرض المقياس على المحكمين، ثانيا من خلال إجراء التحليل العاملي الاستكشافي للتحقق من سلامة البنية العاملية للمقياس، والذي كشف عن وجود ثلاثة عوامل رئيسية هي: البروز والانتكاس، والتحمل والصراع، وتعديل المزاج والانسحاب، فسرت ما نسبته ٥٩,٦ ٪ من التباين الكلي، وذلك على النحو الآتي ٢٥,٤٤٪، ٢٣,٩٪، ١٣,٦٪ للعامل الأول والثاني والثالث على التوالي، وتتقارب هذه النسبة مع ما وجدته دراسة كام وإسبولان (Çam & Isbulan, 2012) حيث طبق التحليل العاملي الاستكشافي، ووجدت أن أحد أبعاد المقياس فسرت ٤٠,٩٣ ٪ من التباين الكلي. ثالثا، حُسبت معاملات الارتباط المصححة لارتباط كل فقرة في المقياس بالبعد الذي تنتمي إليه، وقد كانت جميعها دالة إحصائيا وتراوحت بين ٠,٤٤-٠,٧١. رابعا، طبق الصدق التلازمي للمقياس مع مقياس النوموفوبيا، وبلغ معامل الارتباط بين المقياسين ٠,٧٠ مما يؤكد صدق المقياس. ويتفق هذا مع نتائج دراسة بونتيس وتايلور ووستافروبلوس (Pontes, Taylor, & Stavropoulos, 2018) التي استخدمت مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، مع مقياس النوموفوبيا. وقد بينت نتائج الدراسة أن النوموفوبيا، وقد فسرت النسبة الأكبر من التباين في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ٠,٣٨ = β، وكانت لها

المساهمة التنبؤية الأقوى بالإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي. وتؤكد النتائج السابقة تمتع المقياس بمؤشرات صدق عالية ودلالة إحصائيا.

أما فيما يتعلق بالسؤال الثاني ونصه: "ما مؤشرات الثبات لمقياس الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الشباب العماني"؟ فقد تم التحقق من مؤشرات ثبات المقياس بطريقتين. أولا، باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وقد بلغ معامل ثبات المقياس ككل ولأبعاده الثلاثة ٠,٩٢، ٠,٨١، ٠,٨٥، ٠,٨١ على التوالي. وتؤكد النتائج السابقة تمتع المقياس بمؤشرات ثبات عالية وذات دلالة إحصائيا. وتتفق هذه النتيجة تماما مع نتائج عدد من الدراسات السابقة ومنها (Çam & Isbulan, 2012; Cheak, Goh & Chin, 2012; Hong, Huang, Lin & Chiu, 2014) والتي كانت معامل ثبات ألفا لكرونباخ لمقاييس الإدمان المستخدمة بها تحديدا ٠,٩٢. ثانيا، تم حساب معامل ثبات مقياس الدراسة الحالية بطريقة التجزئة النصفية، وقد بلغ ٠,٨٧، وتتقارب هذه النتيجة مع نتيجة دراسة سعودي (٢٠١٤) التي بينت نتائجها أن معامل ثبات جتمان للتجزئة النصفية لمقياس الإدمان على الفيسبوك الذي طورته، هو ٠,٧٢.

وفي ضوء مناقشة النتائج السابقة يتبين تمتع المقياس الذي طورته الدراسة بمؤشرات صدق وثبات عالية ودالة إحصائيا، وعليه يمكن القول بأن المقياس يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة، مما يجعله صالحا للتطبيق والاستخدام ويمكن الوثوق بنتائجه.

الخلاصة والتوصيات

في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحثان باستخدام المقياس في تشخيص حالات الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي في مراكز الإرشاد في الجامعات والكليات، وفي المدارس، وأماكن العمل أيضًا. كما يوصيان باستخدام المقياس لأغراض الإرشاد الوقائي كإجراء استباقي لمكافحة حدوث الإدمان قبل وقوعه وتجنب زيادة عدد حالات التعرض له نظرا لتأثيراته السلبية على إنتاجية الطلبة والعمال وحتى على ربات البيوت حيث يلهيهن عن الاهتمام بالأطفال وشؤون الأسرة، إذ لا توجد فئة مؤمنة ضده حتى فئة الأطفال نظرا إلى ازدياد اقتنائهم للهواتف الذكية والأجهزة اللوحية. كما يقترح الباحثان استخدام المقياس في إجراء المزيد من الدراسات ومنها على سبيل المثال:

- دراسة الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى ربات البيوت.
- دراسة الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى الموظفين بالقطاع الحكومي.
- دراسة الإدمان على مواقع الشبكات الاجتماعية لدى طلبة المدارس الصفوف ٥-١٢.

المراجع

البراشدية، حفيظة سليمان، والظفري، سعيد سليمان (٢٠١٧). استخدام طلبة جامعة السلطان قابوس لشبكات التواصل الاجتماعي: الدوافع والاشباعات المتحققة. ورقة قدمت في المؤتمر العلمي الدولي الثاني لقسم الاعلام "المجتمع العربي وشبكات التواصل الاجتماعي في عالم متغير"، ٣١/١٠-٢ /١١/ ٢٠١٧م، جامعة السلطان قابوس، مسقط.

الحوسني، ناصر بن سليمان بن عبدالله (٢٠١١). إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة نزوى. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى، سلطنة عمان.

سعودي، عبد الكريم (٢٠١٤). إدمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار. دراسات نفسية وتربوية. مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية. ١٣(١٢)، ٤١-٥٢.

العصيمي، سلطان عائض مفرح (٢٠١٠). إدمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، المملكة العربية السعودية.

المركز الوطني للإحصاء والمعلومات (٢٠١٥). ملخص نتائج استطلاع قيم الشباب العماني. تم الاسترجاع من https://ncsi.gov.om/Elibrary/LibraryContentDoc/bar_Explore%20the%20values%20of%20Omani%20youth_e533af48-8941-43eb-84bf-cda4abc94d32.pdf بتاريخ ٦/٧/ ٢٠١٧م.

المركز الوطني للإحصاء والمعلومات (٢٠١٧). إحصاءات التعليم العالي. الإصدار ٦. تم الاسترجاع من https://www.ncsi.gov.om/Elibrary/LibraryContentDoc/bar_Higher%20Education%206%20Issue_c705f789-8429-452d-b9bd-4a95f991d650.pdf

Alabi, O. F. (2012). A survey of Facebook addiction level among selected Nigerian university undergraduates. *New Media Mass Commun, 10,* 70–80.

Al-Barashdi, H. S. (2015). *Smartphone Usage, Gratifications and Addiction among Sultan Qaboos University Undergraduates: A Mixed-Approach Investigation*. (Unpublished thesis), Sultan Qaboos University, Muscat, Sultanate of Oman.

American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders*. 4th Ed., text rev. Washington, DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association, DSM-5 Task Force. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™* (5th Ed.). Arlington, VA, US: American Psychiatric Publishing, Inc. http://dx.doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596.

Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports, 2,* 175–184. http://dx.doi .org/10.1007/s40429-015-0056-9.

Andreassen, C. S., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction: An overview. *Current Pharmaceutical Design, 20,* 4053– 4061. http://dx.doi .org/10.2174/13816128113199990616.

Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychol Rep, 10,* 501–17.

Balakrishnan, V., & Shamim, A. (2013). Malaysian Facebookers: motives and addictive behaviours unraveled. *Computer Hum Behav, 29,* 1342–9.

Brown, R. I. (1993). *Some contributions of the study of gambling to the study of other addictions*. In W. R. Eadington, & J. Cornelius (Eds), Gambling behavior and problem gambling. Reno, NV: University of Nevada Press.

Çam, E., & Isbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. *Turk Online J Educ Technol, 11,* 14–9.

Cheak, A. P., Goh, G. G., & Chin, T. S. (2012). *Online social networking addiction: exploring its relationship with social networking dependency and mood modification among undergraduates in Malaysia*. Proceedings in the Conference Management, Economics and Finance, 247–62.

Elphinston, R. A., & Noller, P. (2011). Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. *Cyberpsychol Behav Soc Netw, 14*,631–5.

Griffiths, M. D. (2005). A components model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Subsance Use, 10,* 191–197.

Hong, F., Huang, D., Lin, H., & Chiu, S. (2014). Analysis of the psychological traits, Facebook usage, and Facebook addiction model of Taiwanese university students. *Telematics Inform, 31,* 597– 606.

Koc, M., & Gulyagci, S. (2013). Facebook addiction among Turkish college students: the role of psychological health, demographic, and usage characteristics. *Cyberpsychol Behav Soc Netw, 16,* 279–84.

Lee, Z. W., Cheung, C. M., & Thadani, D. R. (2012). *An investigation into the problematic use of Facebook*. Proceedings of the 45th Hawaii International conference on System Sciences, 1768–76. doi: 10.1109/HICSS.2012.106.

Masters, K. (2015). Social Networking Addiction among Health Sciences Students in Oman. *Sultan Qaboos University Med J, 15*(3), 357–363. doi: 10.18295/squmj.2015.15.03.009.

Pontes, H. M., Taylor, M., & Stavropoulos, V. (2018). Beyond "Facebook Addiction": The role of cognitive-related factors and psychiatric distress in social networking site addiction. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, (21)4, 1-8. doi: 10.1089/cyber.2017.0609Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). The uses and abuses of Facebook: a review of Facebook addiction. *J Behav Addict., 3,* 133–48.

Salem, A. A., Almenaye, N. S., & Andreassen, C. S. (2016). A psychometric evaluation of Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) of university students. International Journal of Psychology and Behavioral Sciences, 6(5), 199-205.

Sofiah, S., Omar, S. Z., Bolong, J., & Osman, M. N. (2011). Facebook addiction among female university students. *Revista De Administratie Publica Si Politici Sociale., 2,* 95-109.

Sussman, S., Lisha, N., & Griffiths, M. (2011). Prevalence of the addictions: a problem of the majority or the minority?. *Evaluation & the health professions, 34*(1), 3-56.

Turel, O., & Serenko, A. (2012).The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *Eur J Inf Syst., 21,* 512–28.

Walsh, S. P., White, K. M., & McD Young, R. (2010). Needing to connect the effect of self and others on young people's involvement with their mobile phones. *Australian Journal of Psychology, 62*(4), 194-203.

Wan, C. (2009). *Gratificatons and loneliness as predictors of campus-SNS websites addiction and usage pattern among Chinese college students*. (unpublished thesis). Chinese University of Hong Kong, Hong Kong, China.

Wilson, K., Fornasier, S., & White, K. M. (2010). Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. *Cyberpsychol Behav Soc Netw, 13,*173–7.

Wolniczak, I., Cáceres-DelAguila, J. A., Palma-Ardiles, G., Arroyo, K. J., Solís-Visscher, R., Paredes-Yauri, S., ... & Bernabe-Ortiz, A. (2013). *Association between Facebook dependence and poor sleep quality: a study in a sample of undergraduate students in Peru*. *PloS one, 8*(3), 1-5.

Wu, A. M. S., Cheng, V. I., Ku, L.,& Hung, E. P. W. (2013). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *J Behav Addict., 2,*160–6.