مقاومة الإغراء كوسيط في العلاقة بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة

(PP 350 - 368)

https://doi.org/10.21271/zjhs.24.s5.25

Supplementary Vol.24, No.5, 2020

ICEPS 29, 30 JANUARY 2020

FIRST INTERNATIONAL CONFERECE FOR

EDUCATIONAL AND PSYCHOGICAL SCIENCES

المؤتمر الدولي العلمي الاول للعلوم التربوية والنفسية بكلية التربية في جامعة صلاح الدين-اربيل

م.د فارس هارون رشيد علي عبد الرحيم صالح

جامعة القادسية – كلية الآداب – قسم علم النفس

ملخص

الخلاصة: تهدف هذه الدراسة إلى تحديد مقاومة الإغراء كوسيط في العلاقة بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة. تكونت عينة الدراسة من (300) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالأسلوب العشوائي ذو التوزيع المتساوي. ومن أجل قياس هذا الهدف، تبنى الباحثان مقياس مقاومة الإغراء، وأنماط المزاج والإدمان على الإنترنت. وبعد تطبيق هذه المقاييس التي أتسمت بالصدق والثبات، أشارت نتائج الدراسة إلى تمتع الطلبة بأنماط المزاج (الخائف والمتكدر والغاضب)، والإدمان على الإنترنت، إلا أنهم يعانون من تدني مقاومة للإغراء. فضلا عن ذلك ظهر أن تدني مقاومة الإغراء تلعب دور المتغير الوسيط في العلاقة بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة.

الكلمات المفتاحية: مقاومة الإغراء، أنماط المزاج، الإدمان، الإدمان على الإنترنت.

المقدمة

الفصل الأول: الاطار العام للبحث

مشكلة البحث

تقاس صلابة شخصية الطالب الجامعي، وقدرته على تحقيق أهدافه الدراسية، وتوجهه نحو الإنجاز، بما يمتلكه من أمكانيات وموارد تساعده على مقاومة مصاعب الحياة ومغرياتها، إذ يتعرض طلبة الجامعة كل يوم إلى العديد من المثيرات الجذابة والممتعة التي تحاول أن تقف عقبة في تحقيق طموحاتهم، أو تلهيهم عن متطلبات وواجبات دراستهم، مما تسبب لهم الفشل، والشعور بخيبة الأمل، وتعطلهم عن إنجاز مشواره الدراسي وفق السنوات الدراسية المطلوبة. لذا فأن عدم تمتع الطلبة بمقاومة الإغراء يجعلهم يواجهون العديد من المشكلات النفسية والدراسية، إذ وجدت دراسة (Leroy,2012) أن أكثر الطلبة الذين فشلوا في دراستهم كانوا يعانون من تدني قدرتهم على مواجهة المغريات البيئية، عبر تحويل أنتباههم عن أهدافهم المهمة وتوجيهها نحو المغريات الآنية (Leroy,2012,p.263)، كما توصلت دراسة (Fries & Dietz,2007) إلى أن ضعف مقاومة الإغراء لا يدفع الطلبة إلى ترك أهدافهم التعليمية عبر الاندفاع وراء المثيرات الممتعة فحسب، وإنما يجعلهم يشعرون بعدم الكفاية، وتدني تقدير الذات، وتبني معتقدات سلبية حول أنفسهم (مثل أنهم أسوء الطلبة)، مما يجعلهم يدخلون في دوامة الفشل والشعور بالخزي (Fries & Dietz,2007,p.94) وبهذا تؤدي الإمكانية المتدنية لمقاومة الإغراء إلى تعطيل قوى التحكم بالذات، ونفاذ الصبر، وعدم تأجيل الإشباعات الآنية من أجل الحصول على مكافآت أكثر قيمة، وهو الأمر الذي يعرض الأفراد إلى العقوبات والنتائج السيئة (Ang & Lee, 2017,p.291)،

نتيجة لذلك ينتاب الباحثان مجموعة من التساؤلات حول الدور الذي تمارسه مقاومة الإغراء بوصفها متغير وسيط بين العديد من المتغيرات والمشكلات النفسية، وأن يقفا على بعض المسببات التي قد ترتبط مع ضعف مقاومة الطلبة لمغريات الحياة المتنوعة مثل سماتهم وخصائصهم المزاجية، فعلى سبيل المثال أشارت بعض الدراسات النفسية كدراسة (Fry,1975) و (Fedorikhin, A. &

(Patrick,2010 إلى أن بعض الأنماط والسمات المزاجية ينتج عنها أثارة انفعالية مرتفعة تعمل على استنزاف الموارد المعرفية (انخفاض القدرة على المعالجة والتركيز) مما يؤدي إلى التقليل من قوة مقاومة الإغراء، والاندفاع نحو ارتكاب العديد من الأخطاء، وضعف السيطرة على الذات عند مواجهة المثيرات الممتعة (Fry,1975,p.93) و(Fedorikhin & Patrick,2010,p.698) وهو الأمر (المحتمل) الذي قد يفسر لنا انجذاب الطلبة نحو استعمال الشبكة العنكبوتية التي أصبحت جزءا أساسيا من حياتهم اليومية، إذ نلاحظ أن الكثير من الطلبة يندفعون نحو استعمال الإنترنت بشغف شديد، من دون المبالاة بالوقت الذي يسرقه منهم، أو المراعاة لواجبات والتزاماتهم الشخصية والأسرية والدراسية المهمة، وهذا ما يعرض الطلبة إلى الكثير من المشكلات. وبهذا تتمثل تساؤلات هذه الدراسة بالآتي:

1. هل يتمتع طلبة الجامعة بالقدرة على مقاومة الإغراء؟
2. ما هي الأنماط المزاجية الشائعة لدى طلبة الجامعة؟
3. هل يعاني طلبة الجامعة من الإدمان على الإنترنت؟
4. هل تؤدي القدرة على مقاومة الإغراء على الحد من الإدمان على استعمال الإنترنت؟
5. هل أن ضعف مقاومة الإغراء يعمل على زيادة التأثير الانفعالي لبعض الأمزجة على أدمان الإنترنت؟

أهمية البحث

تركز الأهداف التربوية والأكاديمية للجامعات والمراكز العلمية على الكيفية التي يمكن من خلالها خلق شخصية الطالب الجامعي بصورة ناضجة وسليمة صحيا، إذ تؤكد أكثر هذه الأهداف أن من واجب الجامعات الاهتمام بالإمكانيات والقدرات التي تساعد طلبة الجامعة على مواجهة الحياة بقوة وعزيمة، وإعداده إلى سوق العمل بطريقة يحمل معها مجموعة كبيرة من السمات الشخصية الإيجابية.

ويشير علماء النفس التربوي إلى أن مقاومة الإغراء أحدى هذه القدرات والخصائص الإيجابية المهمة للطالب الجامعي، لأنها تعكس مدى مكافحته في قهر الصعوبات الدراسية، وتحمل المغريات الموجودة في المحيط الجامعي، ومواصلة السعي في سبيل تحقيق أهدافه، كذلك أنها تعكس تطور الطالب الأخلاقي، ودرجة تمسكه بقيم ومعايير الجامعة والمجتمع (Al- Qudah, Al-Zboon & Al-Ashqar,2016,p.281)، وتشير نتائج الدراسات مثل دراسة (Hofmann et.al ,2012) إلى أن تمتع الأفراد بمقاومة الإغراء يزودهم بقدرة مرتفعة على ضبط الذات، وتحميهم من الرغبات الجامحة التي تعرضهم للعقاب والخطر، وتمنحهم حصانة ضد العديد من المشكلات والسلوكيات السلبية مثل التدخين وشرب الكحول والإفراط في استعمال الإنترنت والألعاب الإلكترونية (Hofmann et.al ,2012,p.1318)، وهذا ما وجدته دراسة (Galla & Duckworth,2015) التي أهتمت بتعرف مقاومة الإغراء كمتغير وسيط بين العادات غير الصحية والحياة الإيجابية، فتوصلت الدراسة إلى أن مقاومة الإغراء تؤدي إلى زيادة السيطرة الذاتية وتنظيم أسلوب الحياة الصحي، إذ أن هذه المقاومة تعمل على تثبيط الذات وكبح اندفاعتها نحو اتباع السلوكيات غير الصحية (مثل الأفراط في الأكل، والتدخين، وممارسة الجنس بدون وسائل حماية)، فضلا عن ذلك أسفرت نتائج (Haynes et.al,2014) أن مقاومة الإغراء كمتغير وسيط كان لها دور في إدارة الوزن، وممارسة الرياضة، وتجنب المثيرات المغرية، والمحافظة على الأهداف الإيجابية (Haynes et.al,2014,p.534)، واتساقا مع هذه النتائج، وجدت دراسة (Zhang et.al,2015) أن الأفراد الذين سجلوا درجات مرتفعة على مقاومة الإغراء كانوا أكثر سيطرة على رغباتهم في زيادة عدد ساعات استعمال الإنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي، مقايسة بالذين سجلوا درجات منخفضة، إذ لم يستطيعوا مقاومة الجاذبية المستمرة للإنترنت، وكانوا مندفعين نحو الاستمرار في استعماله (Zhang et.al,2015,p.1).

وبهذا تمكن أهمية هذه الدراسة في الكشف عن سيطرة الطلبة على انفعالاتهم ورغباتهم واندفاعاتهم الآنية التي تقف عائقا أمام تحقيق آمالهم المستقبلية، كذلك تحاول أن تحدد مدى استغراقهم في استعمال الإنترنت، وهل وصل ذلك إلى مستوى الإدمان. فضلا عما سبق يمكن أن نحدد فائدة هذه الدراسة في النقاط الآتية:

أ. إنها تعد مؤشرا على مدى تمتع طلبة الجامعة بالقدرة على التوافق الأكاديمي، والاتزان الانفعالي.

ب. تحاول الدراسة أن تكشف عن بعض المسارات والعلاقات السببية التي تؤدي إلى ظهور الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة.

ج.تحاول أن تكشف عن مدى استغراق الطلبة عند استعمال الشبكة العنكبوتية، والانجذاب إلى محركاتها ومحتوياتها.

د. يمكن أن تقدم نتائج هذه الدراسة خدمة للباحثين والمرشدين العاملين في الكليات العلمية.

د. يستفيد من هذه الدراسة كل من:

أ. المراكز البحثية والوحدات الإرشادية في الجامعات العراقية.
ب. وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى تعرف:
1. مقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة.
2. دلالة الفرق على مقياس مقاومة الإغراء وفقا لمتغير نوع طلبة الجامعة (ذكور-إناث).
3. أنماط المزاج لدى طلبة الجامعة.
4. دلالة الفرق على مقياس أنماط المزاج وفقا لمتغير نوع طلبة الجامعة (ذكور-إناث).
5. الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة.
6. دلالة الفرق على مقياس الإدمان على الإنترنت وفقا لمتغير نوع طلبة الجامعة (ذكور-إناث).
7. مقاومة الإغراء كمتغير وسيط بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة القادسية المنتظمين في الدوام الصباحي للعام الدراسي 2019-2020 من الذكور والإناث في الكليات العلمية والإنسانية.

تحديد المصطلحات:

يتحدد البحث الحالي بالمفاهيم الآتية:

أولا. مقاومة الإغراءResistance to Temptation : عرفها لازاروس **Lazarus,1985** بأنها قدرة الفرد على مكافحة أهواءه ورغباته وحاجاته الآنية، وتظهر هذه القدرة على شكل سلوك تجنبي أو انسحابي عند مواجهة المثيرات المغرية، بهدف المحافظة على أهدافه ونجاحه (القره غولي والعكيلي، 2014،ص133)، وتبنى الباحثون هذا التعريف بوصفه التعريف النظري الذي اعتمده صاحب المقياس المتبنى في البحث الحالي.

- التعريف الإجرائي: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي بعد أجابته على مقياس مقاومة الإغراء.

ثانيا. أنماط المزاج Types of Temperament: عرفها بلومان وباص Buss. & Ploman, 1984 بأنها نزعة الأفراد في تقديم الاستجابات والإثارات الانفعالية عند مواجهة المثيرات البيئية، وتقسم على خمسة أنماط (الاجتماعي، والنشط، والخائف، والمتكدر، والغاضب) (Buss. & Ploman, 1984,p.2) وتبنى الباحثون هذا التعريف بوصفه التعريف النظري لصاحب المقياس المتبنى في البحث الحالي.

- التعريف الإجرائي: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي بعد أجابته على مقياس أنماط المزاج.

ثالثا. الإدمان على الإنترنت Internet addiction: عرفه يونج، Young,1998 بأنه اضطراب يظهر نتيجة الانشغال المعرفي المفرط باستعمال الإنترنت، والتفكير القهري حول الاستمرار بمتابعته، مما يؤدي إلى عدم القدرة على إيقاف الرغبة في الوصول إليه، والإصرار على استخدامه (Young,1998,p.237). وتبنى الباحثون هذا التعريف بوصفه التعريف النظري الذي اعتمده صاحب المقياس المتبنى في البحث الحالي.

- التعريف الإجرائي: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي بعد أجابته على مقياس الإدمان على الإنترنت.

الفصل الثاني: الإطار النظري

اولا. مقاومة الإغراء

أهتم علماء النفس في نهاية القرن العشرين بالكيفية التي تجعل الناس ينجحون في مساعيهم طويلة الآجل، إذ تشير الأدبيات إلى أن الأفراد الذين لديهم قدرة على ضبط أنفسهم من أجل تحقيق نتائج مستقبلية مهمة يعد مؤشرا على نجاحهم في وظائفهم وعلاقاتهم السعيدة والتمتع بالصحة البدنية والنفسية. ويعزو هؤلاء العلماء هذا النجاح إلى قدرة الأفراد على مقاومة المغريات،

التي تتمثل بالقدرة على مقاومة الحاجات والرغبات الآنية والمثيرات المغرية من أجل تحقيق أهداف طويلة الآجل (Bernecker and Job , 2019,p.3). تظهر مقاومة الإغراء في محافظة الناس على مسارهم في تحقيق أهدافهم، وعدم الانحراف عنها عندما يتعرضون إلى بعض الملهيات أو المغريات التي قد تسبب فشلهم أو تأخرهم في أداء واجباتهم وعدم الالتزام بمواعيدها المحددة (Grusec et.al,1979,p.233)، لذا نجد أن الذين يضعفون أمام المغريات بسهولة، يتشتتون بسرعة أمام جاذبيتها، ولا يركزون على النتائج السلبية المحتمل مواجهتها، ويتعرضون إلى الكثير من الإحباط، وخيبات الآمل، وعدم الوصول إلى أهدافهم بيسر وسهولة (Kroese,2012,p.8).

وتوجد مجموعة من النظريات والنماذج التي حاولت تفسير مقاومة الإغراء، إذ يفترض نموذج صراع الهدف Goal Conflict Mode الذي قدمه (Fujita,2011) أن مقاومة الإغراء تتمثل بقدرة الفرد على حل الصراع بين رغبته في شيء ومعرفة أنه يجب أن لا يفعل ذلك، إذ أن الفرد يتعرض لقوتين متعارضتين، فمن ناحية ينجذب نحو ما يرغب به، ومن ناحية ثانية تملي عليه الاعتبارات المنطقية والعقلية نحو تجنبه حتى لا يخسر هدفه، ويزداد صراع الفرد كلما كان الشيء المغري ممتعا ومرغوبا بدرجة شديدة مقابل مدى قدرته على ضبط نفسه، فإذا أستطاع تأجيل دوافعه القريبة (الرضا الآني) مقابل الدوافع البعيدة (السعي نحو الهدف) فأنه سيستطيع مقاومة المغريات التي تواجهه (Fujita, 2011,p.354).

وترى نظرية قوة الإرادة التي قدمها باوميستير وزملاؤه Baumeister et.al, 1998 أن معتقداتنا حول ما لدينا من قدرات وإمكانيات تؤثر على قدرتنا في ضبط أنفسنا، ومواصلة سعينا نحو تحقيق أهدافنا وتكيفنا مع البيئة الخارجية، وتفترض النظرية أن الناس عندما يعتقدون أن قوة إرادتهم محدودة الموارد فأنهم يظهرون استنزافا سريعا لقوة الأنا، مما يؤدي إلى تدني قدرتهم على ضبط أنفسهم عند مواجهة مطالب الحياة المرتفعة، والاستسلام بسرعة للمغريات التي تعطل قدرتهم على تحقيق أهدافهم (Dang,2018,p.645) في حين عندما يعتقد الأفراد أن قوة الإرادة ذات موارد غير محدودة، يكونون أكثر قدرة في الحفاظ على أداءهم وضبط أنفسهم أمام صعاب الحياة ومغرياتها وفق مستويات نفسية مرتفعة، ومن ثم فإنهم يحققون المزيد من التقدم نحو تحقيق أهدافهم الشخصية (Job,2017,p.204).

حفزت النظرية السابقة إلى ظهور نظرية التنظيم الذاتي في تفسير مقاومة الإغراء، ترى هذه النظرية أن عملية السعي وتحقيق الأهداف تحكمه مجموعة من الآليات التي تساعد الفرد بالتحكم في إمكانياته وقدراته وأفكاره من أجل اختيار ما هو مناسب وتجنب ما هو غير مناسب عند أداء المهمات البيئية، ويفترض ميتكالف وميشيل Metcalfe & Mischel,1999 اللذان قدما هذه النظرية وجود نظامان يتحكمان بعملية التنظيم الذاتي لمقاومة الإغراء، يطلق عليهما بالنظام البارد والحارhot/cool systems. ويتسم النظام البارد بأنه عقلاني يركز على تحقيق الأهداف ذات الأمد البعيد، في حين يتصف النظام الحار بأنه انفعالي ويستجيب باندفاع إلى المثيرات البيئية، وبما أن هذا النظام الأخير (الحار) يتم تنشيطه عند رؤية المثيرات الجذابة والممتعة، فأن عدم تصدى النظام البارد له سيؤدي إلى الانغماس في هذه المثيرات؛ ومن أجل تفعيل النظام البارد فأنه يجب تحويل انتباهنا وطاقتنا العقلية إلى الإهداف أو المسار الذي نطمح إليه، مما يساعدنا على مقاومة المغريات وتجنبها.

نظرية لازاروس (المصادر المتعددة): قدم عالم النفس أرنولد لازاروس عام 1975 نظريته حول مقاومة الإغراء اعتمادا على المنهج المعرفي السلوكي لأرون بيك، والتبادلية الحتمية لمنظور التعلم الاجتماعي الذي وضعه ألبرت باندورا. يفترض لازاروس أن عملية مقاومة الإغراء تظهر من خلال توسط أفكار بين المثيرات البيئية والسلوك، فنحن عندما نواجه المغريات فأننا نعمد على تفسيرها وتقديرها، ومن ثم نقرر الانصياع لها أو مواجهتها وفق أهدافنا ومعتقداتنا وطموحاتنا، لذا يؤكد "لازاروس" على طريقة أدراك الأفراد للنماذج والمواقف المعروضة أمامهم، وأنهم يستجيبون وفق المعاني والتوقعات والقيم التي يفسرون بها هذه المواقف، فإذا واجه الفرد أحدى المثيرات المغرية في السياق البيئي فأنه سيقوم:

أ. بتفسيرها من خلال إعطاءها قيمة معينة، وكلما كانت معتقدات الأفكار عقلانية فأنها ستزيد قدرته على ضبط الذات، في حين تؤدي الأفكار اللاعقلانية إلى الفشل في عملية المقاومة.

ب. تقييم الفرد المعرفي لفاعليته الذاتية حول قدرته على مقاومة الانجذاب إلى هذه المثيرات أو عدم قدرته على مواجهتها (القرغولي والعكيلي، 2014، ص133).

ويرى "لازاروس" أنه هذه العملية تصاحبها مجموعة من الاستجابات الانفعالية، التي قد تدعم استجابات مقاومة الإغراء أو تعمل على تعطيلها، فإذا شعر الفرد بأن هذه المثيرات تعطل مساره وتوجهه الحياتي فأنها ستولد لديه مشاعر سلبية ومنفرة اتجاه المثيرات البيئية، ومن ثم ستدعم عملية مقاومة الإغراء، في حين أذا تشكلت لدى الفرد استجابة انفعالية إيجابية فأنها ستؤدي إلى انجذاب الفرد نحو المثيرات المغرية والانشغال بها. ووجد "لازاروس" أن الأفراد الذين يكونون سلبيين في تلبية رغباتهم

وحاجاتهم تكون شخصيتهم سلبية وغير توكيدية ويشعرون بالفشل الذاتي، في حين يتسم الأفراد ذوي المقاومة المرتفعة بالمواجهة الايجابية، والقدرة على التوافق مع مصاعب الحياة (القرغولي والعكيلي، 2014، ص133-134).

ثانيا. أنماط المزاج:

ترجع دراسة الأمزجة لدى الناس إلى الحضارة الرومانية القديمة، إذ كان الفلاسفة يفترضون أن المزاج يحدد شخصية الفرد، ويعكس حالته العاطفية ومشاعره، وطريقة تفكيره وتفاعله مع الناس (Martin,2003,p.249)، ويعد أبو قراط من أوائل الأطباء الذين أهتموا بدارسة أنماط المزاج لدى الأفراد، إذ كان أبو قراط يعتقد بوجود أربعة سوائل في جسم الإنسان، يسيطر أحدها على شخصيته، ولها أثرا على تمتعه بالصحة البدنية والعقلية، تتمثل هذه الأمزجة بالسوداوي (المكتئب) والدموي (النشط) والصفراوي (سرعة الغضب) والبلغمي (الخمول) (Kleisiaris, , Sfakianakis, & Papathanasiou,2014,p.1). حفزت هذه النظرية الكثير من الأطباء والعلماء نحو دراسة شخصية الإنسان من خلال الأنماط التي يتمتعون بها، وظهرت نظريات عديدة، أهمها نظرية الطبيب الألماني كرتشمر وشلدون، اللذان قاما (بشكل منفرد) بربط المزاج بالأنماط البدنية (البدين، والعضلي، والواهن)، فيتسم البدين بالمرح وحب الراحة، ويتسم العضلي بالمغامرة والقوة، والواهن بالعزلة (Georges,2012,p.149)، تطورت بعد ذلك نظرية كريسي في الأمزجة، التي وجدت أن الأنماط المزاجية تحدد كيفية ارتباط الشخص بالعالم ، وطريقته في اتخاذ القرارات، وأسلوبه في العيش برفاهية، فضلا عن ارتباطها بالتوظيف والقيادة والدراسة، وتمثلت هذه الأمزجة بالحرفي (يتسم بالعمل الفني، والجرأة والتكيف)، والراعي (يتسم بالثقة، والخدمة، والمسؤولية)، والمثالي (يتسم بالعطف والطيبة والاصالة)، والعقلاني (يتسم بقوة الإرادة، والتحكم الذاتي، والبراعة) (Keirsey,1998,p.23).

-نظرية بلومان وباص،1984: يفترض العالمان روبرت بلومان وأرنولد باص أن المزاج سمة نفسية لها جانب وراثي كبير، إذ يظهر مزاج الفرد في خلال السنوات الأولى من الحياة ويستمر بدرجة مستقرة عبر مرحلة المراهقة والرشد. ووجد "بلومان وباص" أن المزاج يمارس أثرا كبيرا على طريقة تفكير وقدرتنا على تحمل مشاق الحياة ومغرياتها، وهو أحدى الفروق الأساسية حول كيفية أستجابة الأفراد للمثيرات البيئية.

وتوصل "بلومان وباص" في بداية نظريتهما عام 1975 إلى أربعة أنواع من الأمزجة التي تمثلت بالانفعالية emotionality، والنشاط activity، والاجتماعية sociability، والاندفاعية impulsivity، إلا أنهما حذفا المزاج الأخير (الاندفاعية) من خلال دراسات اربعة مراجعات نظرية استعملا خلالها التحليل العاملي. وتوصل "بلومان وباص" في أخر مراجعة نظرية عام 1984 إلى وجود خمسة أنواع من الأمزجة التي تمثلت بالاجتماعية sociability، والنشاطactivity ، وثلاثة أمزجة فرعية للانفعالية تمثلت بالخوف fearfulness، والكدر (العسر)distress ، والغضب anger (Nærde, Røysamb, & Tambs,2004,p.72). وتوصف هذه الأمزجة بالآتي:

1.المزاج الاجتماعي: يميل صاحب هذا المزاج إلى تفضيل وجوده مع الآخرين بدلا من الانعزال عنهم؛ والرغبة في التعرف على أشخاص جدد ، والحفاظ على علاقته معهم لفترات طويلة من الوقت، فضلا عن العمل معهم، ومشاركتهم واجباتهم ومناسباتهم المختلفة.

2.المزاج النشط : يميل صاحب هذا المزاج إلى الإثارة، والعجلة، والانشغال، وبذل المزيد من الطاقة، فنجد النشط يبحث عن بيئات تتسم بالسرعة المرتفعة، والعيش في المناطق المزدحمة (المليئة بالمثيرات المتنوعة)، وزيادة أيقاع الحياة.

3.المزاج الخائف: يميل صاحب هذا المزاج إلى القلق والحذر وعدم الآمن والتردد، وسرعة الهلع، مما يدفع به نحو تجنب المواقف الجديدة، ويعاني من القلق الاجتماعي بدرجة مرتفعة.

4.المزاج المتكدر: يميل صاحب هذا المزاج إلى سرعة الانزعاج، والضيق، والاحباط، وقلة الصبر، وعدم تحمل المصاعب، لهذا نجده يجزع بسرعة، ويستجيب بقوة، ويكون دائم الشكوى والنواح.

5. المزاج الغاضب: يميل صاحب هذا المزاج إلى العبوس، والغلظة، وسرعة الانفعال، والاندفاع، فهو يغضب لأتفه الأسباب، وتحركه ابسط المثيرات المزعجة، ويستجيب لها بالصراخ، والاحتجاج، والضرب (Buss. & Ploman, 1984)

وبهذا الصدد توصلت نتائج هذه النظرية إلى أن كل مزاج يرتبط بمجموعة من المشكلات والاضطرابات النفسية، فعلى سبيل المثال يكون أصحاب المزاج الخائف معرضين للاصابة بإضطراب القلق والرهاب الاجتماعي، ويكون أصحاب المزاج المتكدر والغاضب معرضين للإصابة بالاكتئاب، في حين ارتبط المستوى المنخفض من المزاج الاجتماعي بسمة العصابية (Elovainio et.al , 2015).

ثالثا. الإدمان على الإنترنت:

ظهر مفهوم الإدمان على الإنترنت عام 1996 عندما وضع العالم الأمريكي غولدبيرج Goldberg أستعمال الإنترنت المفرط ضمن تصنيف الاضطرابات النفسية، إذ توصل غولدبيرج إلى أن العديد من المستخدمين يقضون وقتا طويلا في العالم الافترضي (ساعات عديدة) مما يسبب لهم مشكلات جسمية ونفسية مختلفة مثل الإجهاد المفرط والتعب والتسويف في أداء الواجبات الدراسية والمهنية والاجتماعية، ويرى غولدبرج أن هذا الإدمان يختلف عن إدمان العقاقير والكحول، فهو إدمان غير كيميائي إلا أن له تأثيرات مشابهة للمدمن على المواد الكيميائية (Goldberg,1996,p.3).

إن الإدمان على الإنترنت ليس مرضًا، وإنما اضطراب سلوكي يتم التعبير عنه بأشكال مختلفة، مثل الانعزال عن العالم الواقعي، وفقدان التواصل الاجتماعي، والاصابة بالاكتئاب، وظهور خلل في النوم، وتدني الدرجات التحصيلية، والانشغال عن العمل (CAPS,2012,p.3) لذا فأنه أحد أشكال السلوك المضطرب الذي يتميز بالرغبة في استمرار الحالة العاطفية الشخصية الممتعة، التي يتم التعبير عنها عبر تغير النشاط العقلي، والسلوكيات اليومية. ويعني ذلك (وفق المنظور العصبي) أنه عندما يستخدم الأفراد الأنترنت فأن دماغهم يقوم بإفراز الإدرينالين، مما يؤدي ذلك إلى شعورهم بالسعادة ، وهذا ما يجعل الإنترنت بمرور الوقت حاجة حيوية للشعور بالمتعة، في حين أن الانقطاع عنه يسبب الاكتئاب والوحدة. ومن ناحية يوفر الإنترنت (وفق نموذج الدعم الانفعالي) وسيلة للدعم الاجتماعي، والتفريغ عن المشكلات العاطفية والشخصية، والاستمتاع بالأنشطة الترفيهية، وإيجاد الأصدقاء، حيث يكون الحصول على ذلك صعبا في الحياة الحقيقة (Neverkovich et.al,2018,p.1485).

ويشير (النموذج التشخيصي) الذي قدمه (Beard,2005) إلى مجموعة من المعايير التشخيصية التي تحدد إدمان الإنترنت، تتمثل بـ (1) التفكير والانشغال الدائم بالإنترنت؛ (2) يحتاج إلى مزيد من الوقت في استعمال الإنترنت من أجل تحقيق الرضا ؛ (3) الفشل في التحكم باستعمال الإنترنت أو تقليله أو التوقف عنه؛ (4) الشعور بالاضطراب وتغير المزاج أو الاكتئاب أو الانزعاج عند محاولة تقليل استعمال الإنترنت أو التوقف عنه؛ (5) ارتفاع الفترة الزمنية لاستعمال الإنترنت بمرور الوقت .فضلا عن ذلك ، يجب أن يتوفر واحد على الأقل من الإجراءات التالية: (6) تعرض المستخدم للخطر أو فقدان علاقته أو وظيفته أو فرصة تعليمية أو مهنية مهمة بسبب الإنترنت ؛ (7) الكذب على أفراد الأسرة والأصدقاء أو غيرهم من أجل أخفاء مدى مشاركته واستعماله للإنترنت (Beard,2005,p.8).

وبهذا الصدد تشير الدراسات إلى أن نسبة انتشار الإدمان على الإنترنت في أوربا والولايات المتحدة الأمريكية تتراوح بين (1.5- 8.2 %)، وقدرت دراسات أخرى نسبة الانتشار هذا الاضطراب لدى السكان بين 6-18.5% (Neverkovich et.al,2008,p. 1485). في حين قدرت دراسة (Kuss,Griffiths& Binder,2013) أنتشار هذا الادمان لدى طلبة الجامعة بنسبة 3.2%، وأن هذه النسبة تأخذ في الارتفاع كلما عانى الطلبة من الفراغ والملل (Kuss,Griffiths& Binder,2013,p.959). وحدد عالم النفس كيمبرلي يونج Kimberly Young (الرائد في دراسة هذا الاضطراب) أن قضاء الفرد فترة 4-6 ساعات يوميا قد تكون مؤشرا على إدمان الإنترنت، الذي يمكن تصنيفه على خمسة أنواع، تتمثل بالإدمان على غرف الدردشة للمواقع الإباحية، وإدمان العلاقات الإلكترونية أو الصدقات عبر الانترنت، الإدمان على لعب القمار والمزادات والمتاجرة القهرية على الإنترنت، وتصفح الويب القهري والبحث عن قواعد البيانات وتحميلها، وإدمان الألعاب الإلكترونية، وتوصل يونج في دراسته إلى أن 33.3% يعانون من أعراض سيئة لإدمان الإنترنت، وقسمها على ثلاثة مستويات، تمثلت بالمستوى الخفيف mild، والمعتدل moderate، والمرتفعhigh ، ووجد أن 3% من الطلبة يعانون من الإدمان المرتفع، و9.15% لديهم إدمان معتدل، و21.2% لديهم إدمان خفيف (Young,2004,p.402).

نموذج فقدان السيطرة على الدوافع: قدم هذا النموذج عالم النفس "كيمبرلي يونج" الذي عدّ الإدمان على الإنترنت أحد أحدث مجالات اهتمام علم النفس والطب النفسي، إذ يتمثل هذا الاضطراب بمواجهة المستخدمين ضعف القدرة على التحكم باستعمال الإنترنت، مقابل الأفراط في زيادة استخدامه، مما يجعلهم يواجهون مشكلات في المجال الشخصي والاجتماعي والوظيفي. ويفترض "يونج" أن الإدمان على الإنترنت نوع من أنواع فقدان السيطرة على الدوافع، حيث يفقد الفرد قدرته على التحكم في الاندفاعات الداخلية، نتيجة الانشغال المعرفي المفرط المرتبط باستعمال الإنترنت، والتفكير القهري حول الاستمرار بمتابعته، مما يؤدي إلى عدم القدرة على إيقاف الرغبة في الوصول إليه، والإصرار على استعمال الإنترنت، بالرغم من تأثيره على حياة الفرد الشخصية والأسرية والمهنية، والرغبة الملحة في قضاء المزيد من الوقت على شبكة الإنترنت، وظهور رغبة (لهفة) وتوق شديد عندما لا تكون هناك إمكانية لاستخدامه. وقام "يونج" بتطوير علاج معرفي سلوكي (cognitive behavioral therapy) يقوم على إبعاد الفرد عن استعمال الإنترنت لفترة من الزمن، ومن ثم تعرف الأفكار التلقائية السلبية والأخطاء المعرفية التي تتبادر إلى ذهن المستخدم عند عدم استعمال الإنترنت، وملاحظة مشاعر الفرد قبل الوصول إلى الإنترنت وبعده، ويقوم

المعالج بعد ذلك بوضع جدول يتضمن مجموعة من التدريبات المعرفية والتدخلات السلوكية، وتغيير مشاعره تجاه الإنترنت، ومن خلال الدعم والتحفيز وتغيير أفكار المريض، يتم مساعدة المدمن على التخلص من هذا الاضطراب (Young,1998,p.237-238).

الفصل الثالث :إجراءات البحث

***مجتمع البحث وعينته:**

تكوّن مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة القادسية البالغ عددهم (16082) بواقع (7314) طالبا من الذكور و(8768) من الطالبات الاناث للعام الدراسي 2019 -2020. وقام الباحثان بسحب عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المتساوي التي بلغت (300) طالبا من الذكور والاناث من مجتمع البحث، بواقع (150) طالبا من الذكور و(150) طالبة من الاناث، إذ تم سحب هذه العينة من ستة كليات علمية وإنسانية بصورة عشوائية، وهذه الكليات هي(الهندسة والزراعة والعلوم والآداب والتربية والفنون الجميلة) ، وبواقع (50) طالبا وطالبة من كل كلية .

*** أدوات البحث:**

أ. مقياس مقاومة الإغراء : تبنى الباحثان مقياس (القره غولي،2011) والمنشور في أطروحته للدكتوراه الموسومة بـ (الوعي الذاتي وعلاقته بالمواجهة الاجتماعية ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة)، ويتألف المقياس من (19) فقرة ، تتم الإجابة عنها وفق خمسة بدائل تتمثل بـ (تنطبق علي تماما، تنطبق علي كثيرا، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي قليلا، لا تنطبق علي أبدا)، وهو يتسم بالصدق والثبات.

ب. مقياس أنماط المزاج: تبنى الباحثان مقياس (Buss & Plomin, 1984) لقياس أنماط المزاج لدى الراشدين، ويتكون المقياس من (20) فقرة موزعة على خمسة أنماط مزاجية، تتمثل بـ المزاج (الاجتماعي، والنشط، والخائف، والمتكدر، والغاضب) بواقع (4) فقرات لكل نمط مزاجي، وتتم الإجابة على هذا المقياس بواسطة خمسة بدائل تتمثل بـ (تنطبق علي دائما، تنطبق علي، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي قليلا، لا تنطبق علي أبدا)، وبما أن هذا المقياس غير معرب للبيئة العربية، فأن الباحثان قاما باستخراج صدق ترجمته من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء في اللغة الانجليزية.

ج. مقياس الإدمان على الإنترنت: تبنى الباحثان مقياس (مقدادي وسمور،2008) لقياس الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة، والمنشور في المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ضمن المجلد الرابع ، العدد الأول، ويتألف المقياس من (29) فقرة تتم الإجابة عنها وفق أربعة بدائل تتمثل بـ (دائما، غالبا، أحيانا، ابدا)، ويتسم هذا المقياس بالصدق والثبات.

*** صلاحية الأدوات :**

قام الباحثان بعرض أدوات البحث (التعليمات، والفقرات، والبدائل) على (10) محكمين ممن يشهد لهم بالكفاءة في اختصاص علم النفس، ، وقد اعتمدا نسبة اتفاق (80%) فاكثر بهدف تعرف التوافق بين تقديرات المحكمين، ونالت جميع الفقرات موافقتهم مع تعديل صياغة فقرتان في مقياس أنماط المزاج، وفقرة في مقياس الإدمان على الإنترنت. وبهذا بقي مقياس مقاومة الإغراء مكون من (19) فقرة**، و**أنماط المزاج مكون من (20) فقرة، ومقياس الإدمان على الإنترنت من (29) فقرة، وبقيت بدائل الإجابة من دون تعديل.

*** التطبيق الاستطلاعي الأول:**

توجه الباحثان نحو تطبيق أدوات البحث على عينة عشوائية صغيرة من طلبة جامعة القادسية مؤلفة من (25) طالبا وطالبة، بهدف كشف مدى وضوح فقرات المقاييس وتعليماتها وبدائلها، وفضلا عن حساب الوقت المستغرق للإجابة. وتبين للباحثان أن تعليمات المقاييس وفقراتها لا تحمل أي غموض في معناها، واستغرق وقت الإجابة على مقياس مقاومة الإغراء (5) دقائق، ومقياس أنماط المزاج(6) دقائق، ومقياس الإدمان على الإنترنت (8) دقائق.

***تصحيح المقاييس:**

تعتمد أدوات البحث على طريقة ليكرت في الاجابة ، فبعد قراءة طالب الجامعة لمحتوى كل فقرة من فقرات المقاييس، يطلب منه الاجابة وفق ما يراه مناسبا له، وينسجم مع خصائصه، فإذا كانت إجابته على محتوى الفقرة للمقياس بـ (تنطبق علي تماما) وفق مقياس مقاومة الإغراء، و(تنطبق علي دائما) وفق مقياس أنماط المزاج تعطى له (خمسة درجات)، وتعطى للإجابة بـ (دائما) على مقياس الإدمان على الإنترنت (اربع درجات) في حين اذا كانت إجابته على فقرة المقياس بـ (لا تنطبق علي ابدا) لمقياس أنماط

المزاج ومقاومة الإغراء والاجابة بـ (أبدا) تعطى له (درجة واحـدة)، في حـين يصـبح تصـحيح مقيـاس مقاومـة الإغـراء عكسـيا عـلى الفقرات ذات التوجه العكسي ، أي التي تدل على الاستسلام إلى الإغراء.

*** التطبيق الاستطلاعي الثاني (عينة تحليل الفقرات) :** استخرج الباحثان القوة التمييزية لأدوات البحث (مقاومة الإغراء، وأنمـاط المزاج ، والإدمان على الإنترنت) بعد تطبيقها على عينة عشوائية مكونة من (250) طالبا وطالبة مـن جامعـة القادسـية، واسـتخراج التحليل الإحصائي بطريقتين هما :

أ . طريقة المجموعتين المتطرفتين Extreme Groups Method : تم استعمال هذه الطريقـة بعـد أن قـام الباحثـان بترتيـب الدرجات الكلية لاستمارات مقياس (أنمـاط المـزاج، ومقاومـة الإغـراء، والإدمـان عـلى الإنترنـت) تنازليـا ، واخـذ نسـبة 27% مـن الاستمارات التي سجلت اعلى الدرجات (بوصفها مجموعة العليـا) ومثلهـا في الاسـتمارات الـتي سـجلت ادنى الـدرجات (بوصـفها مجموعة دنيا)، وبلغ عدد كل مجموعة (68) استمارة ، ومن أجل تعرف الفروق على استجابات عينة التحليـل الإحصـائي عـلى كـل فقرة من فقرات أدوات البحث، استعمل الباحثان الاختبار التائي (T-test) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجـة حريـة (134) وجـدول (1) يوضح ذلك.

ب . علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس Internal Consistency Method: من أجل اسـتعمال هـذه الطريقـة اسـتخرج الباحثان معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لأدوات البحث (مقاومة الإغـراء، وأنمـاط المـزاج، والإدمـان عـلى الإنترنت) بعد تطبيقها على عينة التحليل الاحصائي، وبينت النتائج ان جميع معاملات الارتباط على هذه الأدوات دالة أحصائيا عند مقارنتها بقيمة معامل الإرتباط الحرجة البالغة (0.133) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية 248 وجدول (1) يوضح ذلك:

جدول (1) القوة التمييزية لمقياس انماط المزاج ومقاومة الإغراء والإدمان على الإنترنت بأسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

المقاييس	رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	معامل ارتباط علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية	النتيجة عند مستوى 0.05
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
مقاومة الإغراء	1	3.6471	1.54306	1.7794	1.25598	7.741	0.398	دالة إحصائيا
	2	2.9118	1.34647	2.1471	1.50883	3.118	0.148	دالة إحصائيا
	3	3.3088	1.37415	1.8676	1.26850	6.355	0.287	دالة إحصائيا
	4	3.4853	1.51108	1.3088	1.02589	9.827	0.473	دالة إحصائيا
	5	3.3235	1.50066	1.4853	0.96958	8.484	0.407	دالة إحصائيا
	6	3.1324	1.46506	2.1324	1.41320	4.051	0.175	دالة إحصائيا
	7	3.0735	1.52899	1.5735	1.02675	6.716	0.373	دالة إحصائيا
	8	3.5588	1.37550	1.9706	1.41390	6.639	0.443	دالة إحصائيا

	9	3.4265	1.63284	1.9118	1.37933	5.844	0.402	دالة إحصائيا
	10	3.4412	1.53936	1.6765	1.22707	7.392	0.433	دالة إحصائيا
	11	3.2500	1.50992	2.1912	1.31872	4.355	0.179	دالة إحصائيا
	12	3.1912	1.45845	2.0882	1.25467	4.727	0.264	دالة إحصائيا
	13	3.5735	1.24967	3.9118	1.45310	-1.455-	-0.166-	غير دالة
	14	3.3676	1.40260	1.2353	0.73541	11.103	0.498	دالة إحصائيا
	15	2.7353	1.33403	2.0882	1.18114	2.995	0.224	دالة إحصائيا
	16	3.1029	1.50759	2.3529	1.43272	2.974	0.187	دالة إحصائيا
	17	3.5441	1.27471	1.5588	1.04213	9.943	0.494	دالة إحصائيا
	18	3.5588	1.45973	2.0147	0.99989	7.196	0.358	دالة إحصائيا
	19	3.5735	1.45905	1.3529	0.74843	11.167	0.502	دالة إحصائيا
النمط المزاجي الاجتماعي		3.7941	1.28782	1.8971	1.19875	8.891	0.375	دالة إحصائيا
	2	4.0294	1.18411	2.4265	1.44879	7.064	0.261	دالة إحصائيا
	3	4.4559	0.79988	1.7647	1.06670	16.645	0.589	دالة إحصائيا
	4	3.9853	1.34378	1.8824	1.16580	9.748	0.396	دالة إحصائيا
النمط المزاجي النشط	1	3.9559	1.09863	1.7794	1.03442	11.894	0.446	دالة إحصائيا
	2	4.1029	1.12156	1.6912	0.99637	13.257	0.537	دالة إحصائيا
	3	3.9706	0.84590	2.0441	1.02846	11.930	0.480	دالة إحصائيا
	4	3.5588	1.28577	1.9118	0.92616	8.571	0.435	دالة إحصائيا

النمط المزاجي الخائف	1	4.0441	0.92129	1.9265	1.04118	12.561	0.574	دالة إحصائيا
	2	4.2647	0.90797	1.7647	0.96379	15.569	0.635	دالة إحصائيا
	3	4.5588	0.65523	1.9853	1.21548	15.369	0.596	دالة إحصائيا
	4	4.1029	1.12156	1.8824	1.04424	11.949	0.541	دالة إحصائيا
النمط المزاجي المتكدر	1	3.7647	1.13450	1.9412	1.17031	9.226	0.429	دالة إحصائيا
	2	4.5000	0.63481	2.1618	1.05957	15.610	0.612	دالة إحصائيا
	3	4.2647	0.94027	2.0294	0.89727	14.182	0.541	دالة إحصائيا
	4	4.2647	0.90797	2.0294	1.26928	11.811	0.517	دالة إحصائيا
النمط المزاجي الغاضب	1	4.3529	1.01870	2.4265	1.38560	9.237	0.313	دالة إحصائيا
	2	3.7353	1.22922	2.0882	1.30138	7.587	0.305	دالة إحصائيا
	3	3.8088	0.96595	1.8088	1.13634	11.058	0.468	دالة إحصائيا
	4	3.6324	1.22053	2.4265	1.37479	5.409	0.184	دالة إحصائيا
الإدمان على الإنترنت	1	2.8529	1.04045	1.2794	0.78883	9.938	0.522	دالة إحصائيا
	2	3.4853	0.90591	1.7500	0.92033	11.081	0.567	دالة إحصائيا
	3	3.2500	0.83532	2.2647	1.01654	6.175	0.472	دالة إحصائيا
	4	3.3382	0.74534	1.5882	0.75775	13.577	0.589	دالة إحصائيا
	5	3.0735	0.96686	1.8824	0.83808	7.677	0.471	دالة إحصائيا
	6	3.4853	0.78213	1.6324	0.86222	13.126	0.595	دالة إحصائيا

7	3.5000	0.96969	1.9265	1.04118	9.120	0.598	دالة إحصائيا
8	3.3529	0.95831	1.3676	0.64425	14.177	0.705	دالة إحصائيا
9	3.3235	1.01395	1.7647	0.79396	9.982	0.571	دالة إحصائيا
10	3.3824	0.77324	1.6618	0.85711	12.291	0.616	دالة إحصائيا
11	3.8235	0.48688	1.6618	0.83951	18.369	0.685	دالة إحصائيا
12	3.8382	0.61354	2.4412	1.12479	8.992	0.508	دالة إحصائيا
13	3.5735	0.75934	2.3088	1.20022	7.343	0.487	دالة إحصائيا
14	3.5441	0.92129	2.4412	1.07039	6.440	0.409	دالة إحصائيا
15	3.7353	0.50719	1.9412	1.00569	13.135	0.664	دالة إحصائيا
16	3.8529	0.60507	2.1912	1.16231	10.458	0.650	دالة إحصائيا
17	3.5882	0.55275	1.7941	1.07285	12.259	0.576	دالة إحصائيا
18	3.4265	0.77875	1.6618	0.76510	13.330	0.639	دالة إحصائيا
19	3.5294	0.85467	1.8529	0.93465	10.915	0.635	دالة إحصائيا
20	3.4706	0.70118	1.6765	1.08506	11.452	0.603	دالة إحصائيا
21	3.7500	0.65506	2.7941	1.00088	6.590	0.364	دالة إحصائيا
22	3.7500	0.58271	1.5735	0.73943	19.064	0.676	دالة إحصائيا
23	2.8235	0.99162	1.7353	0.78451	7.097	0.378	دالة إحصائيا
24	3.6471	0.76811	1.9559	1.16457	9.996	0.571	دالة إحصائيا

	25	3.7206	0.61923	2.4412	0.95233	9.288	0.537	**دالة إحصائيا**
	26	3.7500	0.43623	2.0147	1.07193	12.365	0.559	**دالة إحصائيا**
	27	3.7941	0.40735	1.9265	1.05542	13.613	0.634	**دالة إحصائيا**
	28	3.7059	0.62435	1.7647	0.93230	14.266	0.650	**دالة إحصائيا**
	29	3.5441	0.83637	1.8676	1.03526	10.387	0.577	**دالة إحصائيا**

*** مؤشرات صدق المقياس:** تمثلت بالآتي :

1-الصدق الظاهري Face Validity: وتم عندما عرضت أدوات البحث (مقاومة الإغراء، وأنماط المزاج، والإدمان على الأنترنت) على المحكمين في صلاحية المقاييس.

2 . صدق البناء Construct Validity: تحقق عبر استعمال الباحثان اسلوب المجموعتين الطرفيتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لأدوات البحث.

*** مؤشرات الثبات:** من أجل تحديد ثبات أدوات البحث، اختار الباحثان عينة عشوائية بلغت (60) طالبا وطالبة من طلبة جامعة القادسية، واستعملت الطريقتين الآتيتين :

1ـ اعادة الاختبار : بعد تطبيق أدوات البحث مرتين وبفاصل زمني أمتد على (21) يوماً، تم استخراج معامل ارتباط بيرسون، وظهر أن إعادة الاختبار لمقياس مقاومة الإغراء (0.776)، وأنماط المزاج (المزاج الاجتماعي -0.853، والمزاج النشط 812.0، والمزاج الخائف 0.842، والمزاج المتكدر 0.803، والمزاج الغاضب 0.846)، كذلك بلغت درجة ثبات مقياس الإدمان على الإنترنت (0.882).

2. معادلة ألفا كرونباخ : تبين بعد استعمال معادلة الفا كرونباخ للثبات أن ثبات مقياس مقاومة الإغراء (0.707)، ومقياس انماط المزاج (المزاج الاجتماعي -0.702، والمزاج النشط 736.0، والمزاج الخائف 0.777، والمزاج المتكدر 0.755، والمزاج الغاضب 0.721) كذلك بلغت درجة ثبات مقياس الإدمان على الإنترنت (0.750). وتعد جميع درجات الثبات بالطريقتين السابقتين جيدة إحصائيا عند مقارنتها بمعيار الفا للثبات، الذي يؤكد أن الثبات يكون جيدا اذا بلغ (0,70) فاكثر.

*** المقياس بصيغته النهائية:** اصبح مقياس مقاومة الإغراء يتألف من **(18)** فقرة تتم الإجابة عنها وفق خمسة بدائل، لذا يتراوح المدى النظري بين أعلى درجة للمقياس بواقع(90) كأعلى درجة، و(18) كأدنى درجة،ـ وبمتوسط فرضي (54)درجة؛ في حين بقيّ مقياس أنماط المزاج مكون من (20) فقرة، موزعة على خمسة أنماط مستقلة من المزاج، بواقع (4) فقرات لكل مزاج (الاجتماعي، والنشط، والخائف، والمتكدر، والغاضب)، وبما أن كل نمط يعد مقياسا بحد ذاته، فان الدرجة الكلية تتراوح بين (20) كأقصىـ درجة، و(4) كأدنى درجة، و(12) كمتوسط فرضي؛ كذلك بقيّ مقياس الإدمان على الإنترنت بدون حذف أية فقرة، الذي تراوح مداه النظري بين (116) كأعلى درجة، و(29) كأدنى درجة، وبمتوسط فرضي (72.5) درجة.

*** التطبيق النهائي:** بعد أن استوفى المقياسان شروطهما النهائية من الصدق والثبات، طبقا على عينة قوامها(300) طالبا وطالبة وبواقع 150 من الذكور 150 من الإناث من الكليات العلمية والإنسانية في جامعة القادسية للدراسات الصباحية.

*** الوسائل الإحصائية:** استعمل الباحثان المعادلات في ضوء برنامج الحقيبة الإحصائية SPSS:

1 .الاختبار التائي لعينة واحدة لغرض تعرف دلالة الفرق الاحصائي بين المتوسط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي.

2.الاختبار التائي لعينتين مستقلتين واستعمل في حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس أنماط المزاج ومقاومة الإغراء والإدمان على الإنترنت، وتعرف دلالة الفروق وفق متغير النوع.

3. معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Cofficient استعمل في حساب معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية والعلاقة الارتباطية بين أنماط المزاج ومقاومة الإغراء والإدمان على الإنترنت .

4. معامل ألفا كرونباخ للثبات Coefficient Alpha في حساب الاتساق الداخلي لمقياس أنماط المزاج ومقاومة الإغراء والإدمان على الإنترنت.

5. الارتباط الجزئي : لحساب الارتباط بين المتغيرات عند تثبيت المتغيرات الأخرى .

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول. تعرف مقاومة الإغراء لدى طلبة جامعة القادسية: للتحقق من هذا الهدف استعمل الباحثان الاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة احصائية (0,05) وبدرجة حرية (299)، وجدول (2) يوضح ذلك.

جدول(2) الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس مقاومة الإغراء

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
300	47.0600	10.69756	54	299	-11.237-	1,96	دالة

تشير هذه النتيجة إلى ضعف قدرة طلبة الجامعة على مقاومة الإغراء، ويمكن عزو هذه النتيجة وفق نظرية لازاروس، 1986 إلى أن المراهقين والشباب يتسمون في هذه المرحلة بالاندفاع، والحيوية، وارتفاع مستوى الأثارة الانفعالية، وتجربة الأشياء الجديدة، مما يؤدي ذلك إلى التأثير على مستوى ضبط ذاتهم، ويكونون متعجلين في اتخاذ القرارات، والتصرف من دون حكمة، لهذا نجدهم ينجذبون بسرعة نحو متع الحياة ومثيراتها المغرية، ومحاولة إشباعها بصورة آنية دون التفكير بالعواقب والمكافأة المستقبلية القيمة.

واتسقت هذه النتيجة مع دراسة (طراونة،2018) ودراسة (الطراونة والقضاة،2014) في حين اختلفت مع دراسة (التميمي والساعدي،2017).

* **الهدف الثاني. تعرف دلالة الفرق على مقاومة الإغراء وفقا لمتغير نوع طلبة الجامعة:** لتحقيق هذا الهدف استعمل الباحثان الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عند مستوى دلالة (0,05)، ودرجة حرية (298)، وجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3) الموازنة على مقياس مقاومة الإغراء على وفق متغير النوع (ذكور ، إناث)

الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	150	50.3733	10.29859	298	5.634	1,96	دالة
الإناث	150	43.7467	10.07368				

تشير هذه النتيجة إلى وجود فرق بين الذكور والإناث على مقياس مقاومة الإغراء لصالح الذكور، فرغم أن المتوسطين يشيران إلى ضعف قدرة كلا الجنسين على مقاومة المغريات عند مقارنتهما بالوسط الفرضي إلا أننا نجد أن الذكور كانوا أكثر تمكنا من الإناث على مقاومة المواقف المغرية، ويمكن أن يرجع هذا الفرق إلى متغير الخبرة الحياتية، ففي المجتمع العراقي ينال الذكور فرص حياتية أكثر من الإناث مثل الخروج من المنزل، والسفر، وخبرة المجالس الاجتماعية، والتعرف على العديد من الناس، مما يمنحهم ذلك بعض التجارب حول كيفية مواجهة المواقف المغرية.

وأتسقت هذه النتيجة مع دراسة (التميمي والساعدي،2017) في حين اختلفت مع دراسة (طراونة،2018) ودراسة (الطراونة والقضاة،2014).

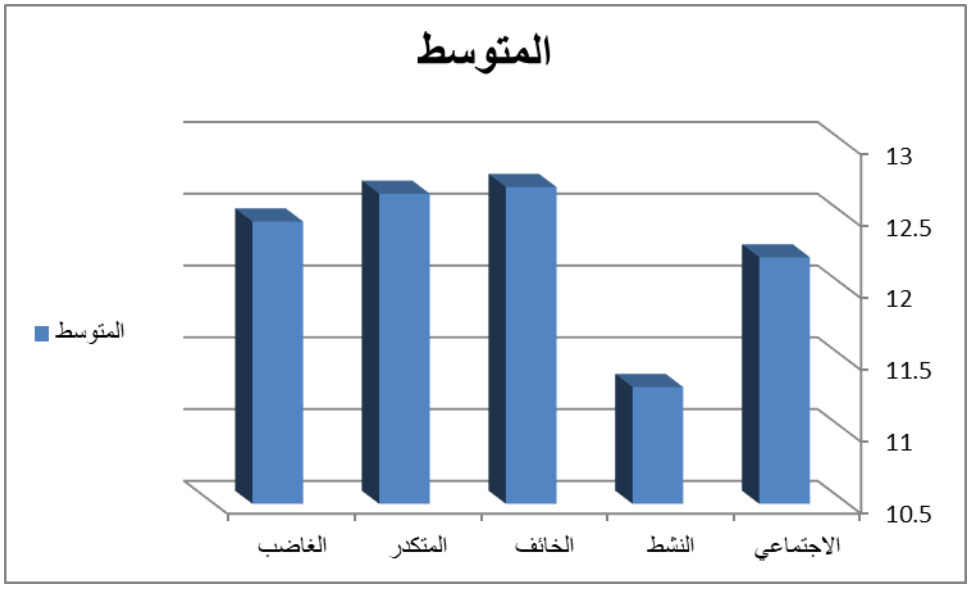
الهدف الثالث. انماط المزاج لدى طلبة جامعة القادسية: للتعرف على انماط المزاج لدى طلبة الجامعة، التجأ الباحثان إلى الاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة احصائية (0.05) ودرجة حرية (299). وجدول (4) يوضح ذلك:

الجدول (4) الاختبار التائي لعينة واحدة لتعرف انماط المزاج لدى عينة البحث

النمط المزاجي	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي لكل نمط	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	التسلسل وفق الوسط الحسابي	مستوى دلالة 0.05
					المحسوبة	الجدولية			

الاجتماعي		12.2167	3.35468	12	1.119	1,96	299	5	غير دال
النشط		11.3133	3.34251	12	-3.558-	1,96	299	4	دال
الخائف	300	12.7067	3.66680	12	3.338	1,96	299	1	دال
المتكدر		12.6600	3.45798	12	3.306	1,96	299	2	دال
الغاضب		12.4667	2.87689	12	2.810	1,96	299	3	دال

يمكن مناقشة الجدول اعلاه بأن النمط الخائف هو النمط أكثر الأنماط شيوعا لدى طلبة جامعة القادسية، إذ بلغ المتوسط الحسابي لهذا النمط (12.7067) بانحراف معياري (3.6668) وقيمة تائية محسوبة (3.338) عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية (299)، في حين لم يتسم طلبة الجامعة بالنمط المزاجي الاجتماعي والنشط عند مقارنة وسطهما الحسابي مع الوسط الفرضي من خلال استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة وكما موضح في الجدول اعلاه. ويبن الشكل (1) الأوساط الحسابية لأنماط المزاج لدى طلبة جامعة القادسية:



شكل (1) الاوساط الحسابية لأنماط المزاج لدى طلبة جامعة القادسية

ويمكن تفسير هذه النتيجة على وفق نظرية (بلومان وباس،1986) أن طلبة الجامعة يميلون إلى الاتسام بالأنماط المزاجية الانفعالية، ولاسيما النمط المزاجي الخائف، إذ يتصف هذا النمط بالحذر والقلق وعدم الأمن والتردد. ورغم أن المنظران يعتقدان أن هذا النمط له صبغة وراثية إلا أن الباحثان يفترضان أن هذا النمط المزاجي ظهر لدى الطلبة نتيجة السياقات الموقفية التي يعيشون فيها، ولاسيما أن الأوضاع الحالية التي يمر بها البلد غير مستقرة، وتميل إلى التقلب وسرعة تغير الأحداث، مما يجعل مزاجهم يتسم بالخوف والقلق. واتسقت هذه النتيجة مع دراسة (أبو مرق وأبو عقيل،2012) ودراسة (عبد اليمة،2012).

*** الهدف الرابع : تعرف دلالة الفرق على انماط المزاج وفقا لمتغير نوع طلبة الجامعة:** لتعرف على أنماط المزاج وفق متغير النوع لجأ الباحثان إلى أستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين من اجل مقارنة الأوساط الحسابية لطلبة الجامعة من الذكور والإناث على أنماط المزاج. وجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق في انماط المزاج على وفق متغير النوع

النمط	العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحرافات المعيارية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	الدلالة
الاجتماعي	الذكور	150	12.1867	3.36860	-0.155-	1,96	غير دالة
	الاناث	150	12.2467	3.35172			
النشط	الذكور	150	11.2000	3.48535	-0.587-	1,96	غير دالة

	الاناث	150	11.4267	3.20098			
الخائف	الذكور	150	13.3333	3.17640	2.999	1,96	دالة
	الاناث	150	12.0800	4.01260			
المتكدر	الذكور	150	12.9733	3.45235	1.573	1,96	غير دالة
	الاناث	150	12.3467	3.44659			
الغاضب	الذكور	150	12.5867	2.88990	0.722	1,96	غير دالة
	الاناث	150	12.3467	2.86845			

تشير هذه النتيجة إلى تقارب الأنماط المزاجية بين الذكور والإناث في النمط (الاجتماعي والنشط والمتكدر والغاضب) في حين يوجد فرق على مقياس النمط المزاجي الخائف بين الذكور والإناث، إذ تبين أن مزاج الذكور أكثر اتساما بالخوف من الإناث، ويمكن أن إرجاع هذه النتيجة إلى أن طبيعة المسؤولية المجتمعية في ظل الظروف الحالية التي يحملها الذكر أكثر من الإنثى (بحكم العرف الاجتماعي)، وبما أن الذكور يشعرون بتحمل مسؤولية أوضاع بلدهم، ومحاولة استرجاع حقوقهم، وتأكيد واجباتهم والتزاماتهم الاجتماعية والسياسية بدرجة أكثر حدة من الإناث، فأن من المحتمل أن يكون الذكور أكثر حذرا وترقبا وقلقا من الإناث. واختلفت هذه النتيجة مع دراسة (عبد اليمة،2012).

الهدف الخامس. تعرف الإدمان على الإنترنت لدى طلبة جامعة القادسية: للتحقق من هذا الهدف استعمل الباحثان الاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة احصائية (0,05) وبدرجة حرية (299)، وجدول (6) يوضح ذلك.

جدول(6) الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الإدمان على الإنترنت

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
300	77.2033	18.00749	72.5	299	4.524	1,96	دالة

تشير هذه النتيجة إلى طلبة الجامعة يدمنون على استعمال الإنترنت، ويمكن تفسير هذه النتيجة وفق نظرية يونج،1998 إلى فقدان الشباب الجامعي السيطرة على دوافعهم، ورغباتهم، وانشغالهم المعرفي المفرط بمواقع الإنترنت وشبكاتها الاجتماعية، وما تحتويه من مقاطع فديو والعاب، لذلك يشكل الإنترنت وسيلة جذب لطلبة الجامعة لا يستطيعون معها أيقاف رغبتهم في استعماله. ويرى الباحثان أن أفراط طلبة الجامعة في استعمال الإنترنت له ما يبرره على الصعيد النفسي والاجتماعي، فمن جهة يحتوي الإنترنت (العالم الافتراضي) على نوافذ وتجمعات وتسلية لا يجدونها في العالم الحقيقي، في حين نجد من جهة ثانية أن العالم الواقعي الذي يعيشون فيه مليء بالفراغ، ولا يلبي طموحات وهواياتهم نتيجة افتقار هذا الواقع إلى الأندية الرياضية والملتقيات الثقافية والفنية، مما شكل الإنترنت وسيلة لجذب الشباب والانشغال به، فضلا عن كونه منفذا لمتابعة الأحداث والأخبار والتطورات الاجتماعية والسياسية السريعة.

واتسقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (الزيدي، 2014) واختلفت مع دراسة (العمار،2014) و(الحوسني،2011).

* **الهدف السادس. تعرف دلالة الفرق على الإدمان على الإنترنت وفقا لمتغير نوع طلبة الجامعة:** لتحقيق هذا الهدف استعمل الباحثان الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عند مستوى دلالة (0,05)، ودرجة حرية (298)، وجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7) الموازنة على مقياس الإدمان على الإنترنت وفق متغير النوع (ذكور ، إناث)

الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	150	76.2667	18.02670	298	0.901	1,96	دالة
الإناث	150	78.1400	17.99964				

تشير هذه النتيجة إلى عدم وجود فرق دال إحصائيا بين الذكور والإناث على مقياس الإدمان على الإنترنت، وهذا يشير إلى أن كل الجنسين من طلبة الجامعة يعانون من إدمان الإنترنت، ويمكن تفسير ذلك إلى تشابه كلا الجنسين بالمعتقدات والأفكار والميول

نحو استعمال الإنترنت، فهما يجدانه وسيلة يتبادلان من خلالها عمليات التواصل الاجتماعي (المراسلات)، والأفكار، والاتجاهات نحو الأحداث والمواضيع والأخبار، كذلك يعد ملتقى ثقافي وتعليمي يطرح من خلاله الطلبة ما يدور حول بيئتهم الجامعية من مستجدات، ويستعملونه في تبادل محاضراتهم وواجباتهم الدراسية، مما شكل الإنترنت وسيلة جذب ممتعة استقطبت كل من الذكور والإناث، ورغم فوائد الإنترنت السابقة إلا أن المشكلة تظهر باعتماد كلا الجنسين على هذه الشبكة العنكبوتية بدرجة مفرطة، وقضاء ساعات طويلة عليها، هو الأمر الذي يجعلهم يبتعدون عن العالم الواقعي ويدمنون على استعمال العالم الافتراضي. واتسقت هذه النتيجة مع دراسة (الزيدي، 2014) ودراسة (العمار،2014) واختلفت مع دراسة (الحسني،2011).

*** الهدف السابع: تعرف مقاومة الإغراء كمتغير وسيط بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت لدى طلبة جامعة القادسية:**

لغرض تعرف مقاومة الإغراء كمتغير وسيط بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة، استعمال الباحثان معامل الارتباط الجزئي، من خلال تعرف العلاقة بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت باستبعاد مقاومة الإغراء عند مستوى دلالة إحصائية (0,05) ودرجة حرية (298)، وجدول(8) يوضح ذلك:

جدول (8) معامل الارتباط الجزئي بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت باستبعاد مقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة

المتغيران المتفاعلان	العلاقة الارتباطية	قيمة اختبار الارتباط	المتغير المستبعد	معامل الارتباط الجزئي	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (0.05)
المزاج الاجتماعي – الإدمان على الانترنت	0.211	3.73	ضعف مقاومة الإغراء	0.171	1.96	دالة
المزاج النشط – الإدمان على الانترنت	0.261	4.67	ضعف مقاومة الإغراء	0.252	1.96	دالة
المزاج الخائف – الإدمان على الانترنت	0.194	3.41	ضعف مقاومة الإغراء	0.152	1.96	دالة
المزاج المتكدر – الإدمان على الانترنت	0.231	4.1	ضعف مقاومة الإغراء	0.202	1.96	دالة
المزاج الغاضب – الإدمان على الانترنت	0.208	3.67	ضعف مقاومة الإغراء	0.197	1.96	دالة
مقاومة الإغراء والأدمان على الإنترنت	0.26	4.65	انماط المزاج	0.22	1.96	دالة

تشير هذه النتيجة إلى وجود علاقة إيجابية بين أنماط المزاج وإدمان الإنترنت، ويمكن أن يرجع ذلك إلى أسباب عديدة، فعلى سبيل المثال يميل النمط الاجتماعي إلى البحث عن الأصدقاء والتفاعل الاجتماعي المستمر والانتماء الى الجماعات المختلفة، وهذا ما توفره شبكة الإنترنت من علاقات اجتماعية ثرية؛ ويميل المزاج النشط إلى الإثارة والانشغال والعيش في بيئات صاخبة والرغبة في زيادة حيوية الحياة، وبما أن الشبكة العنكبوتية مليئة بالمثيرات الجذابة والممتعة والصخب (مثل الافلام والمسلسلات ومقاطع الفديو المتنوعة والترويج) فأن صاحب هذا النمط يجد متعته في استعمال الإنترنت؛ في حين يبحث اصحاب المزاج الخائف عن مصادر الأمن والشعور بالراحة والاستقرار، وقد يجد ذلك المساحات الافتراضية للإنترنت عبر تكوين علاقات الصداقة والبحث عن أشخاص يشعر معهم بالأمان، أما بالنسبة إلى أصحاب المزاج المتكدر والغاضب فأن الإنترنت يشكل لهم وسيلة تكيفية يواجهون من خلالها المثيرات المزعجة والانفعالات السلبية، ويعبرون من خلالها عن شكواهم وغضبهم عبر الكتابة والتعبير عن الذات والتحدث إلى الأخرين واستخدام تقنيات الترفيه، لذا فأنهم يجدون الإنترنت وسيلة للهرب من مضايقات الحياة وإزعاجاتها المستمرة. وبشأن العلاقة الارتباطية بين تدني مقاومة الإغراء وإدمان الإنترنت فأن العلاقة بين المتغيرين منطقية، إذ كلما تدنت قدرة الإفراد على مقاومة سحر الشبكة العنكبوتية فأنهم سيواصلون زيادة عدد ساعاتهم للإنترنت، ويظهر ذلك على شكل استسلام وشعور بالعجز كلما حاولوا الابتعاد عنه، فضلا عن شعورهم بالاكتئاب والوحدة والفراغ.

تفسير العلاقة الارتباطية الجزئية: تشير النتائج السابقة أن استبعاد ضعف مقاومة الإغراء يؤدي إلى تدني درجة العلاقة الارتباطية بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت، وهذا يعني أن تدني مقاومة الإغراء تشترك في زيادة درجة العلاقة الارتباطية بين أنماط المزاج والإدمان على الإنترنت قبل عزلها عن المتغيرين. فعلى الرغم من أن للمزاج تأثيرا في أثارة الفرد نحو مغريات الشبكة العنكبوتية، فأن اتسام الطلبة بضعف مقاومة الإغراء يجعلهم لا يجدون الإمكانية على الابتعاد عنها، مما يجعلهم يدمنون على الإنترنت، ويرغبون في زيادة عدد ساعات استعماله، مقابل إهمال واجباتهم الدراسية والتزاماتهم الاجتماعية والعملية.

***التوصيات:** في ضوء نتائج الدراسة الحالية يوصي الباحثان وزارة التعليم العالي والمؤسسات والمراكز الاكاديمية بالآتي:

1. تعزيز قدرات الطلبة على ضبط الذات وتحمل صعوبات الحياة ومشقاتها، ويمكن ذلك من خلال إخضاع الطلبة إلى برامج إرشادية وعلاجية تزيد من مقاومتهم النفسية للمغريات وتخفض من مستوى إدمانهم للإنترنت.
2. استعمال المكافئات الايجابية كلما أظهر الطلبة قدرة على تأجيل رغباتهم الآنية مثل عدم تأجيل الامتحانات والحضور المبكر للمحاضرات، والالتزام بتأدية الواجبات الدراسية.
3. تفعيل دور الارشاد الجامعي من اجل مساعدة الطلبة الذين يشكون من فقدان قدرتهم على التحكم بساعات الإنترنت.
4. عقد الندوات والاجتماعات وحملات التوعية ونشر الفولدرات النفسية التي تحمي الطلبة من الانغماس في مغريات الشبكة العنكبوتية.

المقترحات: بهدف تحقيق الأهداف والمتغيرات التي لم تتناولها الدراسية الحالية، يقترح الباحثان الآتي:

1. دراسة مقاومة الإغراء كمتغير وسيط بين الضغوط النفسية وإدمان الإنترنت.
2. دراسة مقاومة الإغراء كمتغير وسيط بين الشعور بالفراغ والإدمان على الفيس بوك.
3. دراسة العلاقة بين إدمان الإنترنت ومعتقدات مركز الضبط.

المصادر

- أبو مرق، جمال و أبو عقيل، إبراهيم .(2012). أساليب التنشئة الوالدية وعلاقتها بالحالة المزاجية لدى طلبة جامعة الخليل، **مجلة جامعة الأقصى(سلسلة العلوم الإنسانية)**المجلد السادس عشر، العدد الأول،ص112-144.
- التميمي، محمود كاظم والساعدي، ميثم عبد الكاظم .(2017). مقاومة الإغراء وعلاقتها بالشخصية الناضجة لدى طلبة الجامعة، **مجلة كلية التربية الأساسية**، المجلد 23، العدد97، ص985-1016.
- الحوسني، ناصر بن سليمان بن عبدالله (2011) **. إدمـان الإنترنـت وعلاقتـه بالاكتئاب والعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة نزوى**. رسالة ماجستير غير منـشورة مقدمة إلى كلية الآداب والعلوم الاجتماعية في جامعة نزوى.
- الزيدي، امل علي ناصر (2014) **ادمان الانترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى**.رسالة ماجستير غير منشوره، جامعة نزوى، عمان.
- الطراونة، صبري .(2018).درجة التدين ومقاومة الإغراء والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة مؤتة. **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، مجلد 14 ،عدد 3 ،329 - 339 .
- الطراونة، صبري والقضاة، محمد أمين (2014). العلاقة بين مقاومة الإغراء وأنماط التفكير السائدة لدى الطلبة الجامعيين، **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، مجلد 10 ، عدد 1، ص89-100.
- عبد اليمة ، حسين عبد الزهرة .(2012). الأنماط المزاجية وعلاقتها بأدراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية وفقاً للجنس، **مجلة كربلاء لعلوم التربية الرياضية،** المجلد: 1 الاصدار2، الصفحة123-150.
- العمار، خالد.(2014). إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة دمشق- فرع درعا، **مجلة جامعة دمشق** – المجلد 30 – العدد الأول، ص395-438.
- القره غولي، حسن أحمد والعكيلي، جبار وادي.(2014). **الإنسان ومقاومة الإغراء والاستهواء**، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان.
- القره غولي، حسن أحمد.(2011). **الوعي الذاتي وعلاقته بالمواجهة الاجتماعية ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة**، أطروحة دكتوراه غير منشورة مقدمة إلى كلية التربية في الجامعة المستنصرية.
- (CAPS)Counseling and Psychological Services.(2012). **Internet Addiction: A Brief Summary of Research and Practice** – Current Psychiatry Reviews. George Mason University press.
- Al- Qudah, M. A., Al-Zboon, M. S.& Al-Ashqar, A. A.(2016). The Degree of Resistance to Temptation among the Students of the University of Jordan and its Relationship to the Pattern of Family Upbringing. **European Journal of Social Sciences**,Vol. 52 No 3 July, 2016, pp.280-291

- Ang, C. & Lee, K.(2017). Ability to Resist Temptations of Technology Use: A Qualitative Analysis of Children's Views on Factors Associated with Delay of Gratification. **The Journal of Genetic Psychology Research and Theory on Human Development**, Volume 178, 2017 - Issue 5, Pages 291-297.
- Beard KW.(2005). Internet addiction: a review of current assessment techniques and potential assessment questions. **CyberPsychology & Behavior**. Vol.8(1):7–14
- Bernecker, K and Job ,V.(2019). **Implicit Theories About Willpower in Resisting Temptations and Emotion Control** . the Swiss National Science Foundation .University of Zurich press.
- Buss,A. H. &Ploman,R.(1984). **Temperament: early developing personality traits**. New York: Lawrence Erlbaum Associates.
- Dang, J.(2018). An updated meta-analysis of the ego depletion effect. **Psychol Res.** 2018; 82(4): 645–651.
- Elovainio M et.al.(2015). Temperament and depressive symptoms: what is the direction of the association? **J Affect Disord**. Vol.1;170:203.
- Fedorikhin, A. & Patrick, V. M. (2010). Positive Mood and Resistance to Temptation: The Interfering Influence of Elevated Arousal. **Journal of Consumer Research**, Vol. 37, No. 4 , pp. 698-711
- Fries, S. & Dietz, F. (2007).Learning in the Face of Temptation: The Case of Motivational Interference. **The Journal of Experimental Education**, Vol. 76, No. 1 (Fall, 2007), pp. 93-112
- Fry, P. S.(1975). Affect and resistance to temptation. **Developmental Psychology**, Vol 11(4), 466-472
- Fujita, K. (2011). **On Conceptualizing Self-Control as More Than the Effortful Inhibition of Impulses**. In Kroese, F. M. (e.d). Tricky Treats: How and When Temptations Boost Self-Control .the Netherlands Organization for Scientific Research (NWO).
- Galla, B. M& Duckworth, A.(2015). More Than Resisting Temptation: Beneficial Habits Mediate the Relationship Between Self-Control and Positive Life Outcomes. **Journal of Personality and Social Psychology,** 109(3),, 508-525.
- Georges, P. (2012). "The Meaning of Kretschmer". **Hurly-Burly** 8: 149-168.
- Goldberg, I. (1996). Internet addictive disorder (IAD) diagnostic criteria.In Neverkovich, S. D.(E.D). Students' Internet Addiction: Study and Prevention. EURASIA **Journal of Mathematics, Science and Technology Education**, 14(4):1483-1495.
- Grusec, J. E. et.al.(1979). Learning Resistance to Temptation Through Observation. **Developmental Psychology** ,Vol. 15, No. 3, 233-240.
- Haynes, A et.al.(2015). Reduce temptation or resist it? Experienced temptation mediates the relationship between implicit evaluations of unhealthy snack foodsand subsequent intake. **Psychology & Health**. Volume 30, Issue 5, Pages 534-550.
- Hofmann, W., Baumeister, R. F., Förster, G., & Vohs, K. D. (2012). Everyday temptations: an experience sampling study of desire, conflict, and self-control. **Journal of Personality and Social Psychology**, 102(6), 1318.
- Job, V.(2016). Implicit Theories About Willpower. **Handbook:Self-Regulation and Ego Control** ,P.s 203-225.
- Keirsey D.(1998). **Please Understand Me II: Temperament Character Intelligence**. Prometheus Nemesis Book Company..
- Kleisiaris, C. F., Sfakianakis, C., & Papathanasiou,I. V. (2014). Health care practices in ancient Greece: The Hippocratic ideal. **J Med Ethics Hist Med**. 7: 6.p.1-5.
- Kroese, F. M. (2012). **Tricky Treats: How and When Temptations Boost Self-Control** .The research reported in this dissertation was part of the Toptalent program that was funded by the Netherlands Organization for Scientific Research (NWO).
- Kuss, D. J.,Griffiths, M. D.& Binder, J. F.(2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. **Handbook Computers in Human Behavior**. Volume 29, Issue 3, May 2013, Pages 959-966
- Leroy, V. et.al,.(2012). Resisting the sirens of temptation while studying: Using reappraisal to increase focus, enthusiasm, and performance. **Learning and Individual Differences**, Volume 22, Issue 2, April 2012, Pages 263-268.
- Martin, Brett A. S. (2003). "The Influence of Gender on Mood Effects in Advertising" (PDF). **Psychology and Marketing**. 20 (3): 249–273.
- Metcalfe, J., & Mischel, W. (1999). **A hot/cool-system analysis of delay of gratification: dynamics of willpower**. In Kroese, F. M. (e.d). Tricky Treats: How and When Temptations Boost Self-Control .the Netherlands Organization for Scientific Research (NWO).

- Nærde, A,. Røysamb, E, & Tambs, K.(2004). Temperament in Adults—Reliability, Stability, and Factor Structure of theNTEÆMRPDEER,ARMØYENSAT MINB EA, TDAUMLBTS AS Temperament Survey.**JOURNAL OF PERSONALITY ASSESSMENT**, 82(1), 71–79.
- Neverkovich, S. D. et.al.(2018). Students' Internet Addiction: Study and Prevention. **EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education**, 14(4):1483-1495.
- Young K. (2004). Internet addiction: a new clinical phenomenon and its consequences. **Am Behav Sci**; 48(Suppl.4):402-415
- Young KS.(1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. **Cyberpsychol Behav** 1998; 1: 237-244
- Zhang Y, Mei S, Li L, Chai J, Li J, Du H (2015) The Relationship between Impulsivity and Internet Addiction in Chinese College Students: A Moderated Mediation Analysis of Meaning in Life and Self-Esteem. **PLoS ON**E 10(7): e0131597.

Resistance to Temptation as a Mediator in the relation between Types of Mood and Internet addiction among University students

Faries Haron Rashid Ali Abdulraheem Salih
collage of Art - The University of Al-Qadisiyah

Abstract

Abstract: This study aims to identify resistance to temptation as a Mediator in the relation between types of mood and internet addiction in university students. The sample for the study consisted of (300) students, they are chosen by using random style with equal distribution. In order to measure this aim, the research adopted scales for resistance to temptation, types of mood and internet addiction. The results of the study refers to there are have types of mood (fearfulness, distress and anger) and Internet addiction in university students, but there are not have that resistance to temptation. As well as that lack of resistance to temptation plays the role of the mediator variable in the relationship between types of mood and internet addiction in university students.

Keywords: Resistance to Temptation, Types of Mood, Internet, and Internet addiction.