

# الملخص العربي

تلعب وسائل الاعلام الالكترونى دورًا أساسيًا في حياة جميع الناس. وعلى مر السنين اصبح النمو السريع للتكنولوجيا بأشكالها العريضة تأثير على حياة الطلاب وتفاعلهم كأكثر فئه استخداما لوسائل الاعلام الالكترونى. غيّرت أجهزة التلفزيون ومشغلات التسجيل وأجهزة الكمبيوتر وأجهزة الكمبيوتر المحمولة وأجهزة تسجيل الفيديو (مسجل فيديو كاسيت) الطريقة التي تعلّم بها الطلاب واصبحت وسيله للاستمتاع والاكتشاف والبقاء على اتصال بالعالم الخارجى . في العقدين الماضيين ، تم ربط هذه الأجهزة أو استبدالها بالهواتف الخلوية وأجهزة I-Pods ومشغلات MP3 وأقراص DVD وأجهزة المساعد الرقمي الشخصي (المساعدون الرقميون الشخصيون).

في الوقت الحاضر ، يعتمد طلاب الجامعة بشكل كبير على الوسائط الإلكترونية والإنترنت للبحث عن المعلومات ، SNS ، الترفيه ، التسوق عبر الإنترنت ، والألعاب عبر الإنترنت ، من بين أمور أخرى. يعتبر الطلاب ، وخاصة الطلاب الجامعيين الذين تتراوح أعمارهم بين 19 و 24 عامًا ، أكثر عرضة لإساءة استخدام وسائل الاعلام الالكترونى والتي قد تتميز بعدم الاستقرار العاطفي وضعف الأداء الأكاديمي. يعد استخدام التقنيات مثل شبكات التواصل الاجتماعي والإنترنت أحد أهم العوامل التي يمكن أن تؤثر على الأداء التعليمي للطلاب بشكل إيجابي أو سلبي.

تشمل الآثار السلبية لإساءة استخدام وسائل الاعلام الإلكترونية القلق والاكتئاب ومشكلات الصحة البدنية والتغيب عن المدارس والتعب والعزلة الاجتماعية. هذا بالإضافة إلى تدني احترام الذات ، والاكتئاب ، والملل ، واضطراب فرط الحركة الناقص الانتباه. استخدام الهواتف المحمولة المرتبطة أيضًا بأعراض الصداع ، وجع الأذن ، وصعوبة التركيز ، والتعب ، بالإضافة إلى أعراض العضلات والعظام.

## أهداف الدراسة:-

الهدف من هذه الدراسة هي تقييم تأثير سوء استخدام وسائل الاعلام الالكترونيه على الصحة بين طلاب الجامعات من خلال:

تقييم الصحة الجسمانيه لمستخدمى وسائل الاعلام الالكترونى لدى طلاب الجامعه.

📊 تقييم الحالة النفسية لمستخدمي وسائل الاعلام الالكتروني لدى طلاب الجامعة.

📊 تقييم الحالة الاجتماعيه لمستخدمي وسائل الاعلام الالكتروني لدى طلاب الجامعة.

📊 تقييم تأثير وسائل الاعلام الالكتروني على التحصيل الدراسي لطلبه الجامعة.

### أسئلة البحث :-

- 1) ما هي أنواع الوسائط الإلكترونية التي يتعرض لها طلاب الجامعة ؟
- 2) ما هي آثار إساءة استخدام وسائل الاعلام الالكتروني على الصحة الجسمانيه لطلبة الجامعة؟
- 3) ما هي آثار إساءة استخدام وسائل الاعلام الالكتروني على الحالة النفسية لطلبة الجامعة؟
- 4) ما هي آثار إساءة استخدام وسائل الاعلام الالكتروني على الحالة الاجتماعيه لطلبة الجامعة؟
- 5) هل هناك علاقة بين إساءة استخدام الوسائط الالكترونية والتحصيل الدراسي لطلاب الجامعة؟

### طرق وأدوات البحث :-

#### تصميم البحث :-

دراسة وصفية لإجراء هذه الدراسة.

#### مكان البحث :-

جرت هذه الدراسة بكلية التمريض, كلية العلاج الطبيعي, كلية الخدمه الاجتماعيه والتمويه وكلية الاعلام بجامعة بني سويف.

#### العينة :-

تم استخدام عينة متعددة المراحل في هذه الدراسة

المرحلة الاولى : يوجد بجامعة بني سويف 29كلية ، قمت بتقسيمهم إلى كليات نظرية وكليات عملية ، تم اختيار 2 كلية من كل نوع بشكل عشوائي.

المرحلة الثانية : تم اختيار 4 كليات وهم كلية التمريض ، كلية العلاج الطبيعي ، كلية الخدمة الاجتماعية والتمويه وكلية الاعلام. 1037 طالب في كلية التمريض ، 830 طالب في كلية العلاج الطبيعي ، 500 طالب في كلية الخدمة الاجتماعية والتمويه 620 طالب في كلية الاعلام.

المرحلة الثالثة : تم اخذ 10 % من كل كلية مختاره عشوائيا ، 103 من كلية التمريض ، 83 من كلية العلاج الطبيعي ، 50 من كلية الخدمة الاجتماعية والتمويه ، 62 من كلية الاعلام (اجمالي عدد الطلاب 298 طالب). تم اختيار ال 298 طالب عشوائيا من كل الفرق الدراسيه (ذكور واناث).

### الأدوات المستخدمة في جمع البيانات :-

تم استخدام اداه واحده اعدھا الباحث لتحقيق هدف دراسه مكونه من 4 اجزاء وهم:.

الجزء الأول:صممت لجمع بيانات عن الخصائص الاجتماعية الديموغرافية وكذلك عن استخدام الطلاب لوسائل الاعلام الالكتروني.

الجزء الثاني : صممت لجمع بيانات عن اراء طلاب الجامعه عن سوء استخدام وسائل الاعلام الالكتروني و العوامل التي تجذب الطلاب لاستخدام وسائل الاعلام الالكتروني.

الجزء الثالث : صممت لجمع بيانات عن التحصيل الدراسي لطلبه الجامعه.

الجزء الرابع : صممت لجمع بيانات عن تأثير سوء استخدام وسائل الاعلام الالكتروني على الصحه بين طلاب الجامعات.

يمكن توضيح نتائج دراسه كما يلي:

أظهر تحليل للخاصية الاجتماعية والديموغرافية أن متوسط + SD العمر هو  $20 \pm 1.6$  سنة مع متوسط العمر 21 سنة و 55% منهم من الإناث.

أظهر تحليل تأثير إساءة استخدام الوسائط الإلكترونية على الصحة الجسمانية للطلاب بأن ثلث طلاب الجامعة يعانون من مشاكل النوم وثلثهم يعانون من قلة التركيز وان أكثر من نصف طلاب الجامعة يشعرون بالصداع بعد استخدام الوسائط الإلكترونية وثلثهم يشعرون بألم في العين وأن أكثر من نصفهم لديهم زيادة في الوزن.

أظهر تحليل تأثير إساءة استخدام الوسائط الإلكترونية على الصحة النفسية للطلاب بأن خمس طلاب الجامعة يعتقدون أنهم مدمنون للإلكترونيات ، نصفهم لديهم الرغبة عندما يغلقون أجهزة الكمبيوتر الخاصة بالعودة اليه بعد قليل وأكثر من نصفهم يتقنون هواتفهم وهو أول ما يفعلونه عند الاستيقاظ و آخر شيء يفعلونه قبل النوم و أن جميع طلاب الجامعة يفضلون وضع هواتفهم في غرفه النوم خلال الليل.

أظهر تحليل تأثير إساءة استخدام الوسائط الإلكترونية على الصحة الاجتماعيه للطلاب أن أكثر من ثلثي طلاب الجامعة يشعرون أن علاقاتهم الاجتماعية مع إخوانهم أصبحت ضعيفة وأن أقل من الثلثين يشعرون بأن علاقاتهم الاجتماعية مع أصدقائهم وأقاربهم وأولياء أمورهم أصبحت ضعيفة أيضا وأن أكثر من ثلثي طلاب الجامعة يفضلون الدردشة مع الأصدقاء عبر الإنترنت بدلاً من إجراء المقابلات معهم وأن نصفهم اتفقوا بان مواقع التواصل الاجتماعي والانترنت تساهم في تعليم سلوكيات سلبية.

أوضح تحليل تأثير إساءة استخدام الوسائط الإلكترونية على التحصيل الدراسي أن هناك ارتباطاً مهماً للغاية بين التحصيل الدراسي واستخدام الوسائط الاجتماعية .

## استنتاجات دراسه:

بعد اجراء دراسه الحاليه وجد ما يلي:

يقضي طلاب الجامعة الكثير من الوقت في استخدام الوسائط الإلكترونية مثل الهاتف الذكي والإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي وخاصةً الفيسبوك للدردشة مع الأصدقاء والترفيه. نتيجة لسوء استخدام وسائل الإعلام الإلكترونية من قبل طلاب الجامعة ، هناك آثار سلبية على الصحة البدنية والنفسية والاجتماعية والإنجاز الأكاديمي. أكثر الأعراض شيوعاً التي أبلغ عنها الطلاب هي آلام الرقبة وألم في العين وزيادة الوزن والصداع ورهاب القلة والاكئاب والعزلة الاجتماعية وضعف العلاقة الاجتماعية مع الإخوة وأولياء أمورهم. هناك علاقة كبيرة بين ساعات استخدام الوسائط الإلكترونية والصحة الاجتماعية. هناك علاقة سلبية بين إساءة استخدام الوسائط الإلكترونية والتحصيل الدراسي

في ضوء هذه النتائج يمكن التوصيه بالآتى:

📌 تشجيع معرفة الطلاب فيما يتعلق بآثار الوسائط الإلكترونية الضارة على جسم الإنسان في شكل تدريب في المناهج الدراسية في الكلية.

📌 إشراك الطلاب في انشطه داخل الكلية بدلاً من إنفاق الكثير من الوقت في استخدام الوسائط الإلكترونية.

**مزيد من البحث حول:**

📌 برامج التوعية بأهمية وجها لوجه التفاعل وجها لوجه وكيفية إجراء الاتصالات المناسبة.