الخصائص السيكومتريَّة لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة جامعة الأزهر في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافيَّة

إعداد

د/ فاطمة السيد حسن خشبة

أستاذ الصحة النفسية المساعد – كلية الدراسات الإنسانية

بتفهنا الأشراف جامعة الأزهر

الخصائص السيكومتريَّة لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة جامعة الأزهر في ضوء بعض المتغيرات الديموجر افيَّة

فاطمة السيد حسن خشبة

قسم الصحة النفسية– كلية الدراسات الإنسانية بتفهنا الأشراف جامعة الأزهر.

البريد الالكتروني: fatmakhashaba.8@azhar.edu.eg

المستخلص:

هدف البحث الحالي إلى إعداد مقياس للرفاهية الرقميَّة لدى طلبة جامعة الأزهر، وكذلك معرفة مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لديهم، والكشف عمَّا إذا كانت هناك فروقٌ في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى النوع (ذكور ـ إناث) العمر، الكلية (عمليَّة ـ نظريَّة)، وعدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت، وأُجري البحث على عينة مكونة من (١٠١٤) طالبًا وطالبة من طلبة جامعة الأزهر، واستخدمت الباحثة مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة من إعدادها، وأسفرت النتائج عن صلاحية المقياس المُعد من قِبل الباحثة الحالية لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة جامعة الأزهر؛ حيث تميز المقياس بقدر عالٍ من الصدق والثبات؛ ممَّا يشير إلى إمكانية الوثوق به والاعتماد عليه كأداة لقياس الرفاهية الرقمية، وأشارت النتائج إلى تمتع أفراد العينة بمستوى مرتفع من الرفاهيَّة الرقميَّة، كما أشارت إلى عدم وجود فروقٍ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى النوع (ذكور ـ إناث) والعمر في الدرجة الكلية والأبعاد، أما بالنسبة لمتغير الكلية (عمليَّة ـ نظريَّة)، فقد تبين بأنه: لا تُوجد فروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في الدرجة الكلية وبُعد الرضا الرقمي ترجع إلى الكلية (عمليَّة ـ نظريَّة)، ووجود فروقٍ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في بُعد الكفاءة الرقميَّة والأمن والسلامة الرقميَّة لصالح الكلية العمليَّة، وكذلك لا تُوجد فروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في الرفاهيَّة الرقميَّة في الدرجة الكلية وبُعدي الكفاءة الرقميَّة والرضا الرقمي ترجع إلى عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت، ووجود فروقٍ في بُعد الأمن والسلامة الرقميَّة ترجع إلى عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت لصالح (٦ - ٧) ساعات.

الكلمات المفتاحية: الخصائص السيكومترية -الرفاهيَّة الرقميَّة- طلبة جامعة الأزهر.

Psychometric Properties of the Digital Well-Being Scale among Al-Azhar University Students in Light of Some Demographic Variables

Fatma El-Sayed Hassan Khashaba

Assistant Professor of Mental Health, Faculty of Humanities, Tafhana Al-Ashraf, Al-Azhar University.

Email: : fatmakhashaba.8@azhar.edu.eg

ABSTRACT

The aim of the current research is to develop a scale to identify the level of digital well-being among Al-Azhar University students. The study also set to explore whether there are differences in digital well-being due to gender (males - females), age, college (practical - theoretical), and the number of hours spent on the Internet. The study was conducted on a sample of (1014) male and female students at Al-Azhar University. It applied a digital well-being scale prepared by the researcher. The results revealed the validity of the scale prepared by the researcher to measure digital well-being among Al-Azhar University students. The scale demonstrated a high degree of validity and reliability which indicates that it could be relied upon. The findings indicated that the sample members have a high level of digital well-being. They also indicated that there are no statistically significant differences in digital well-being due to gender (males - females) or age, in the total score and dimensions. As for the College variable (practical - theoretical), it was found that: there are no statistically significant differences in the total score and the digital satisfaction dimension due to the type of college (practical - theoretical). However, there are statistically significant differences in the dimension of digital competence and digital security and safety in favor of practical colleges. In addition, the findings showed that there are no statistically significant differences in digital well-being in the total score and the dimensions of digital competence and digital satisfaction due to the number of hours the student spends on the Internet. Nevertheless, there are differences in the dimension of digital security and safety due to the number of hours the student spends on the Internet in favor of (6-7) hours.

Keywords: Psychometric properties - digital well-being - Al-Azhar University Students.

مقدمة البحث:

حظيَ القرن الحادي والعشرون بتطورات تكنولوجيَّة ورقميَّة تركت بصمات واضحة وملموسة في شتى المجالات الحياتيَّة بصفة عامة ومجال تكنولوجيا الاتصالات بصفة خاصة؛ كان من آثارها أن أصبح العالم قرية رقميَّة ذكية صغيرة، وأضحت التقنيات الرقميَّة جزءًا لا يتجزأ من الحياة اليوميَّة، وحدوث تحول في أداء المجتمعات في جميع أنحاء العالم وما تبع ذلك من تنافس كبير بين الشركات العالميَّة في إنتاج أجهزة رقميَّة تتمتع بتقنيات وجودة عالية، مثل: الهواتف الذكيَّة والأجهزة اللوحيَّة، والكمبيوتر المحمول، والكمبيوتر اللوحي، والكمبيوتر المكتبي مع التنافس في التسويق لها بأسعار تنافسيَّة تستقطب مختلف الشرائح والفئات العمريَّة ولا سيَّما جيل المراهقين والشباب من طلبة الجامعة.

ولقد ساهمت التقنيات الرقميَّة في تحسين جودة الحياة لدى الأفراد؛ حيث سهَّلت عليهم سرعة تبادل المعلومات والأفكار ومشاركتها مع الآخرين من مختلف الأماكن والبلدان، وسهولة البحث والاستكشاف للمعلومات في مختلف التخصصات، وسرعة إنجاز الواجبات والمهام الأكاديميَّة، بالإضافة إلى تعزيز الاستقلال والتواصل الاجتماعي، وتكوين صداقات خارج النطاق الجغرافي، مع تنمية المهارات الشخصيَّة ورأس المال النفسي، وكذلك مساعدة الأفراد على اتباع أسلوب حياة صحي متوازن عن طريق زيادة المرونة في الممارسات الأكاديميَّة والمهنيَّة، وتشجيع العادات والممارسات الصحيَّة ...الخ.

وبالرغم من الآثار الإيجابيَّة التي أحدثتها التقنيات الرقميَّة إلا أن الإفراط في استخدامها أدى إلى العديد من الآثار السلبيَّة، مثل: انخفاض معدل الأداء، والتأثير على معدل النوم وجودته وأنماطه، وتقليل الإنجازات في أماكن العمل؛ ممَّا يتسبب في إعاقة اطلاق العنان لأقصى إمكانات الفرد (Thomas et al.,2022,1).

وهذا ما أكدته العديد من الدراسات كدراسة (2015)Bruni et al.,والتي أشارت إلى أن استخدام الوسائط الإلكترونيَّة وخاصة أنشطة الإنترنت والهاتف المحمول المتعلقة بالشبكات الاجتماعيَّة قد أثر في وقت النوم بشكل إيجابي، مثل: تأخير وقت النوم، وانخفاض عدد ساعات النوم، وسوء نوعية النوم لدى المراهقين من طلبة الجامعة، ودراسة (2019)Baturay & Toker والتي أشارت إلى معاناة طلبة الجامعة من مدمني الإنترنت من إهمال الأعمال اليوميَّة، وإعاقة في نمط النوم، والعلاقات السيئة مع الأساتذة، وتدني تقدير الذات، وكذلك الثقة بالنفس، والكفاءة الذاتيَّة والاجتماعيَّة والأكاديميَّة، ودراسة (2021)Ramírez et al.,والتي أشارت إلى أن طلاب الجامعة الذين يلعبون الألعاب الإلكترونيَّة يُعانون من الحرمان من النوم والاختراق والتعرض لمحتوى عنيف، بالإضافة إلى تدني مستوى الأداء الأكاديمي مع التعرض للتنمر الإلكتروني، ودراسة Park & Lee(2022) والتي أشارت إلى معاناة مدمني الهواتف الذكيَّة من ارتفاع مستوى الاكتئاب ونقص الانتباه والتركيز، ومشكلات بالعين، وعادات الأكل غير الصحي، وانخفاض الأداء الأكاديمي، وتدني تقدير الذات مع ارتفاع الميول الانتحارية، ودراسة (2022) Kaya et al.,والتي أشارت إلى معاناة مدمني ألعاب الإلكترونية من نقص الانتباه والكفاءة الشخصيَّة والقصور في المهارات الاجتماعيَّة مع وجود مشكلات في العلاقات الأسريَّة، وارتفاع مستوى العدائيَّة والعزلة الاجتماعيَّة، بالإضافة إلى المعاناة من الإجهاد والشروع في الانتحار.

ويرى (2023,247)Gomes et al.,أن التواجد في الفضاء الرقمي لفترة طويلة يؤثر على الصحة النفسيَّة والجسميَّة للفرد؛ حيث يسبب القلق والاكتئاب وارتفاع مستوى التوتر، وكذلك يؤثر

سلبًا على أنماط النوم ويسبب الأرق، ويزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، وارتفاع ضغط الدم، كما يؤدي إلى ارتفاع مستوى بروتين سي التفاعلي والأنترلوكين (IL-6) حيث يُعدان من المؤشرات الحيوية للالتهابات المزمنة.

ويشير Hasan et al.,(2023,1) إلى معاناة مدمني الهواتف الذكية من ارتفاع معدل انتشار الإصابة بالتهاب المفاصل الروماتويدي، ومخاطر الضعف الجنسي، وسوء نوعية النوم، وفقدان الوزن بين طلاب الجامعات في دولة الإمارات العربيَّة المتحدة.

ويُبين Cao & Li (2023,2) أن مستخدمي التقنيات الرقميَّة بشكل متزايد معرضون إلى مخاطر غير متوقعة، مثل: الإلهاء عن العمل والدراسة، ومشكلات في النوم والصحة، والمماطلة والتسويف والمشاعر السلبيَّة، بالإضافة إلى التأثير على الأنشطة الاجتماعيَّة، وهو ما يسبب الإدمان الرقمي ولمواجهة هذه الصراعات، برز موضوع الصحة والرفاهية الرقميَّة باعتباره اهتمامًا عامًّا وموضوعًا للبحث؛ حيث يركز الباحثون على كيفية الحفاظ على نمط حياة جيد وصحي في العصر الرقمي.

ويُمكن القول إنَّ الآثار السلبيَّة الناجمة عن الاستخدام المفرط للتكنولوجيا والتقنيات الرقمية قد مهَّدت الطريق لإدخال مفهوم جديد يُعرف باسم الرفاهيَّة الرقميَّة لمعالجة المشكلات الأساسيَّة الناجمة عن الاستخدام المفرط وذلك عن طريق العمل على تقليل وقت الشاشة، بالإضافة إلى إنشاء توازن مثالي بين العمل والدراسة والحياة الاجتماعيَّة؛ حيث تركز الرفاهيَّة الرقميَّة على نمط حياة جيد وصحي في العصر الرقمي (Thomas et al.,2022,1).

ويرى Büchi(2021,3); Gennari et al.,(2023,1) أن الأدبيات المتعلقة بالرفاهية الرقميَّة ركَّزت على تأثير التكنولوجيا على الأفراد، في محاولة لتحديد انتهاكات الحياة الرقميَّة التي يُمكن أن تخلق تشوهات في الحياة الحقيقية، وبدأت الأعمال الحديثة بالتفكير في منظور أوسع ووصف الرفاهيَّة الرقميَّة بأنها لا تتعلق فقط بـ "تأثيرات الأفراد (مثل المشاعر الإيجابيَّة)، ولكن أيضًا بالرضا في المجال(مثل علاقات الفرد أو وظيفته)،والرضا العام عن الحياة في بيئة اجتماعيَّة تتميز بالوفرة المستمرة لخيارات استخدام الوسائط الرقميَّة، ويأخذ مفهوم الرفاهيَّة الرقميَّة خطوة إلى الأمام، ويركز بشكل أكبر على التأثير الذي يُمكن أن تحدثه التكنولوجيا أيضًا على المجتمع والمواقف اليوميَّة المتنوعة التي يُمكن أن يكون للتكنولوجيا دورٌ فيها؛ وبالتالي يُمكن اعتبار الرفاهيَّة الرقميَّة جانبًا من مجال أوسع يتعلق بدور التكنولوجيا في الرفاهيَّة الاجتماعيَّة؛ نظرًا لانتشار الوسائط الرقميَّة والاتصال عبر الهاتف المحمول، فإنَّ الاستخدام المسؤول للتكنولوجيا من قبل الأفراد يُمكن أن يكون له تأثير أيضًا على أقرانهم وفي مختلف جوانب حياتهم اليوميَّة.

وقد عكف الباحثون على استكشاف مفهوم "الرفاهيَّة الرقميَّة"، باعتباره مجالًا جديدًا للبحث النفسي ونظرا لكونه موضوعًا جديدًا نسبيًّا، فلا يُوجد تعريف شامل للرفاهية الرقميَّة حتَّى الآن.

فيُعرفها Royal et al.,(2019,733) بشكل أكثر إيجابية، مشيرة إلى كونها "أسلوب حياة"؛ حيث تعمل التكنولوجيا الرقميَّة على تعزيز الصحة والرفاهية المثلى، كما يتضمن "أسلوب الحياة" هذا تكامل جسد الفرد وعقله وروحه لتمكينه من العيش بشكل أكمل داخل المجتمعات البشريَّة والطبيعيَّة والرقميَّة؛ ولذلك فهو يُشير إلى الحالة المثالية من الصحة والرفاهية التي يستطيع كل مواطن رقمي تحقيقها.

كما تُعرف بأنها: كيفية دمج وقت الشاشة والتكنولوجيا الرقميَّة في حياة الفرد بطريقة تحقق له تأثيرًا إيجابيًّا على التعلم والتطوير والنتائج طويلة المدى(Johnston,2021,4) .

ويشير Alhalafawy et al.,(2021,112) إلى كونها مجموعة من المؤشرات السلوكيَّة التي تُشير إلى مستوى عالٍ من الرضا الفردي عن بيئة التعلم الرقميَّة والتي يُمكن تحديدها في ستة عوامل رئيسة بما في ذلك الاستقلالية، والإتقان البيئي، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين، وهدف الحياة، وقبول الذات.

ويذكر Cao & Li (2023,1) بأنها: التوازن بين المخاطر والفوائد المحتملة للمشاركة الرقميَّة، كما يُنظر إليها على أنها استراتيجيَّة أو حل لمنع الإفراط في استخدام التكنولوجيا الرقميَّة، أو حتَّى الإدمان الرقمي.

ويراها Roffarello et al.,(2023,2) بأنها: "تأثير التقنيات الرقميَّة على ما يعنيه أن يعيش الإنسان حياة جيدة في مجتمع المعلومات الرقميَّة".

وتُعد المرحلة الجامعية والتي تقابل مرحلة المراهقة المتأخرة من المراحل التعليميَّة المهمة في حياة الطلبة؛ لكونها تزودهم بمجموعة من المهارات والخبرات الأكاديميَّة والمهنيَّة والحياتيَّة والتي تساعدهم على تكوين وتشكيل هوياتهم وبلورة وصقل شخصيتهم، وتطوير مهاراتهم وقدراتهم وإمكاناتهم على مواجهة ضغوطهم الحياتيَّة، والتكيف معها بفاعلية وكفاءة عالية.

ويرى Dienlin & Johannes(2020,137) أن المراهقين يسعون خلال هذه الفترة إلى تطوير شخصياتهم بنشاط ليكونوا أكثر انفتاحًا وأكثر توجهًا اجتماعيًّا، وأقل قبولًا وأقل ضميرًا وأكثر اندفاعًا وأقل قدرة على تثبيط السلوك، مع التحلي بمزيد من المخاطرة والبحث عن الإثارة، بالإضافة إلى كونهم يستمدون جزءًا أكبر من رفاهيتهم ورضاهم عن الحياة من أقرانهم الآخرين، وخلال تلك الفترة، ينخفض لديهم المستويات العامة للرضا عن الحياة وتقدير الذات وغالبًا ما تكون في أدنى مستوياتها على الإطلاق.

ويرى Zenebe et al.,(2021,3) أن المراهقين خلال تلك المرحلة غالبًا ما يكونون في صراع مع السلطة والمعايير الثقافيَّة والأخلاقيَّة للمجتمع، بالإضافة إلى تعرض البعض منهم لحدوث أزمات عاطفية، غالبًا ما تكون مصحوبة بتغيرات مزاجية وفترات من القلق والسلوك الاكتئابي، والتي يحاول بعض المراهقين محاربتها عن طريق الانسحاب، وتجنب أي اتصال اجتماعي واسع النطاق، وردود الفعل العدوانية، والسلوك الإدماني وهو ما يؤدي بهم إلى الانجذاب إلى عالم الإنترنت كشكل من أشكال التحرر؛ حيث يُعد طلبة الجامعة من أكثر الشرائح والفئات العمرية استخداما للإنترنت والتقنيات الرقميَّة؛ ويرجع ذلك لعوامل عدة، منها: توفر الوقت، وسهولة الاستعمال، والخصائص الجسميَّة والانفعاليَّة والعقليَّة والفسيولوجية والاجتماعيَّة التي يتمتع بها المراهقون في مرحلة المراهقة المتأخرة، بالإضافة إلى وجود إشراف والدي محدود أو معدوم، واستخدام بعض منهم مواقع الإنترنت سرًّا، أو لإنجاز المهام والمشاريع أو التواصل مع الأقران؛ حيث يُعد الإنترنت وسيلة للهروب من الضغوط الحياتيَّة المختلفة، وبمرور الوقت يُمكن أن يؤدي ذلك إلى إدمان الإنترنت، وهذا ما أكدته عديدٌ من الدراسات كدراسة Salama(2020) والتي أشارت إلى أن حوالي ٥٠٪ من طلاب المرحلة الجامعية بمحافظة البحيرة معرضون لخطر الإصابة بإدمان الإنترنت، ودراسة Mboya et al.,(2020) والتي أشارت إلى أن نِسبة انتشار إدمان الإنترنت بلغت ٣١٪ لدى طلاب المرحلة الجامعية، ودراسة Shehata & Abdeldaim(2021) والتي ذكرت أن ٥١,٧% من طلاب

جامعة طنطا يعانون من إدمان الإنترنت بشدة، ودراسة (2022)،.Kumari et al والتي أشارت إلى أن معدل انتشار إدمان الإنترنت بلغ ٧٨,٧% لدى طلبة الجامعة ودراسة (2023)،.Amano et al والتي توصَّلت إلى أن معدل انتشار إدمان الإنترنت بلغ ٥٣,٦% لدى طلبة الجامعة ، ولا شكَّ أن ذلك يؤثر سلبًا على الرضا عن الحياة، والأداء المعرفي، ويؤدي إلى ضعف الأداء الأكاديمي تدني تقدير الذات، واضطراب نقص الانتباه وأعراض فرط النشاط، والانخراط في أنشطة خطرة، كما يرتبط إدمان الإنترنت أيضًا بالاكتئاب واضطراب الوسواس القهري والقلق، لقد وُجد أن جنون العظمة، والعدائية، والقلق، والاكتئاب، والحساسية بين الأشخاص، والوسواس القهري كان أعلى لدى الأشخاص الذين لديهم درجات مرتفعة على مقياس إدمان الإنترنت (Zenebe et al.,2021,3).

وهو ما يؤدي إلى تدني مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة الجامعة، والتي تسهم بدور فعَّال في التخفيف من حدة السموم الرقميَّة ومن الآثار السلبيَّة للإفراط في استخدام التكنولوجيا الرقميَّة؛ لذا يسعى البحث الحالي إلى إعداد مقياس للرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة جامعة الأزهر، وحساب خصائصه السيكومتريَّة ومعرفة مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لديهم ، وكذلك معرفة ما إذا كانت هناك فروقٌ في الرفاهيَّة الرقميَّة لديهم ترجع إلى النوع، العمر، نوع الكلية (نظريَّة – عمليَّة)، عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت.

مشكلة البحث: انبثقت مشكلة الدراسة عن طريق عدة محاور:

أولًا: لاحظت الباحثة بحكم عملها كعضو هيئة تدريس بالجامعة وعن طريق حضورها للعديد من الندوات واللقاءات العملية في بعض الكليات أن العديد من طلبة الجامعة بحكم كونهم جيل الألفية الثالثة، أو كما يطلق عليهم الجيل الرقمي، أو المواطنون الرقميون يمتلكون هواتف ذكية تتمتع بإمكانات عالية تساعدهم على الدخول على مواقع التواصل الاجتماعي والبقاء متصلين متى شاءوا وفي أي وقت، حتَّى إنَّ الباحثة لاحظت أن بعض الطلبة يعانون من التجول العقلي ونقص الانتباه، والشرود الذهني أثناء المحاضرات، وينشغلون بتصفح مواقع الإنترنت أو الدخول على مواقع التواصل الاجتماعي للحديث مع أصدقائهم عبر الواتساب والتليجرام؛ وقد وجدت الباحثة أن بعض الطلبة ينتابهم النُّعاس النهاري أثناء جلوسهم في المحاضرات، وبسؤال الباحثة لهم تبين أن بعض الطلبة يسهرون ساعات طويلة لتصفح مواقع الإنترنت، والتواصل مع أصدقائهم أو لمتابعة اليوتيوب أو التك توك، أو يدخلون على مواقع الألعاب من أجل التسلية والترفيه؛ وهو ما أثَّر بدوره على تحصيلهم وأدائهم الأكاديمي، وليس هذا فحسب، بل إنَّ انجذاب طلبة الجامعة للتكنولوجيا الرقميَّة واستنزافها لمعظم وقتهم كان له آثار عديدة؛ حيث تبين للباحثة عن طريق حديثها مع بعض الطلبة أن العديد منهم يجلسون بالساعات على مواقع التواصل الاجتماعي ولا يستطيعون التحكم في مقدار الوقت المخصص للدخول على الإنترنت أو مواقع التواصل الاجتماعي؛ وقد أثَّر بدوره على هويتهم الثقافيَّة وقيمهم؛ فقد لاحظت الباحثة انتشار العديد من السلوكيات بين طلبة الجامعة والتي لا تتماشى مع قيم المجتمع الشرقي وعاداته وتقاليده، مثل: موضة البنطلونات المقطوعة، وقصات الشعر الغريبة، وملابس الفتيات الملفتة للنظر، بالإضافة إلى استخدام بعض الطلبة للعديد من المصطلحات الغريبة على مجتمعنا الشرقي والمقتبسة من تفاعلهم عبر مواقع التواصل الاجتماعي وليس هذا فحسب، بل إنَّ تأثر طلبة الجامعة بالتقنيات الرقميَّة قد حوَّلتهم إلى كونهم أشبه بالهواتف التي يمتلكونها، فمعظم أنشطتهم الاجتماعيَّة تسجل وتوثق وتنشر على مواقع التواصل الاجتماعي، فالغالبية العظمى منهم غالبًا ما يقومون بوضع

صورهم أو مقاطع الفيديو على مواقع التواصل الاجتماعي حتَّى المشاعر والأحاسيس أصبحت تترجم في شكل تغريدات ومنشورات على الفيس بوك والانستجرام، وأصبحت أفعالهم وحضورهم من وراء الشاشة وعبر حركات افتراضية غابت عنها الروح والجمال الحقيقي، واختفت منها الحماس وردود الفعل وهو ما أسهم بدوره في تدني مستوى رفاهيتهم الرقميَّة، وأثَّر على صحتهم النفسيَّة والجسميَّة وتوافقهم النفسي والاجتماعي، ويفتح الباب إلى تفشي السُّموم الرقميَّة بين طلبة الجامعة.

ثانيًا: بالرغم من توافر بعض الدراسات في البيئة الأجنبيَّة عن الرفاهيَّة الرقميَّة ووجود ندرة شديدة في البيئة العربيَّة عن دراسات تناولت متغير الرفاهيَّة الرقميَّة بمفرده أو مع متغيرات أخرى أو أشارت إلى خصائصه السيكومتريَّة (ذلك في حدود علم الباحثة)، فإنَّ الباحثة لم تعثر (في حدود علمها) على أي دراسة في البيئة العربيَّة تناولت الخصائص السيكومتريَّة لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة؛

ومن ثمَّ كان التوجه لإعداد مقياس يتمتع بخصائص جيدة لقياس مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة الجامعة؛ لذا تتبلور مشكلة البحث الحالي في محاولة الإجابة عن التساؤلات التالية:

*ما مُؤشرات الصدق والثبات لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة؟

*ما مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة جامعة الأزهر؟

*هل تختلف بنية الرفاهيَّة الرقميَّة باختلاف النوع (ذكور ـ إناث) والعمر والكلية (نظريَّة ـ عمليَّة)، وعدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت؟

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إعداد أداة تهدف إلى قياس الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة جامعة الأزهر مع تحديد أبعادها وحساب الخصائص السيكومتريَّة من صدق وثبات، وكذلك معرفة مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لديهم، والكشف عما إذا كانت هناك فروق في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى النوع (ذكور ـ إناث) والعمر والكلية (نظريَّة ـ عمليَّة)، وعدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت.

أهمية البحث:

تتجلى أهمية البحث الحالي فيما يلي:

*أهمية المصطلح الذي يتناوله البحث الحالي والذي يُعد من المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس الإيجابي والذي يؤدي إلى العديد من الآثار الإيجابيَّة، منها: التخفيف من السموم الرقميَّة وآثارها السلبيَّة.

*أهمية الفئة العمرية التي يتناولها البحث الحالي، وهم طلبة الجامعة والتي تُعد من أكثر الفئات والشرائح العمرية استهلاكًا للتقنيات والأجهزة الرقميَّة وما يخلفه ذلك من آثار سلبيَّة تؤثر على مستوى الصحة النفسيَّة والجسميَّة والعقليّة لديهم.

* يُعد هذا البحث بما يقدمه من إطار نظري ومقياس مُعد إضافة للمكتبة العربيَّة؛ وذلك بسبب افتقار المكتبة العربيَّة لوجود مقياس لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة الجامعة، كما يفتح البحث الحالي آفاقًا بحثية جديدة أمام الباحثين لإجراء أبحاث ودراسات في مجال الرفاهيَّة الرقميَّة.

* لفت أنظار القائمين على العملية التعليميَّة والتكنولوجيَّة بضرورة الاهتمام بالرفاهية الرقميَّة وتنميتها لآثارها الإيجابيَّة على شخصية الفرد وتوافقه النفسي والاجتماعي.

مصطلح البحث:

الرفاهيَّة الرقميَّة: Digital Well-being

حالة إيجابية تعكس تمتع الطالب بالكفاءة الرقميَّة والوعي الذي يؤهله للتعامل الآمن والمسؤول مع الأجهزة والتقنيات الرقميَّة بما يحقق له حالة من الرضا في البيئة الرقميَّة، والتوازن بين استخدام الإنترنت وحياته الشخصيَّة؛ فيشعر بالرضا عن تواجده في البيئة الرقميَّة وتتحدد بالدرجة المرتفعة على المقياس المستخدم في البحث.

أدبيات البحث:

لمحة تاريخية عن الرفاهيَّة الرقميَّة:

ظهر مصطلح الرفاهيَّة الرقميَّة لأول مرة في المجال الصناعي عام (٢٠١٢) عندما لاحظ تريستان، الذي كان في ذلك الوقت مديرًا ويعمل في تطبيق البريد الإلكترونيInbox ، أن الإشعارات الصادرة من جهازه تشتت انتباهه باستمرار وكانت نتيجة هذا تقديم عرض تقديمي مكون من (١٤٤) صفحة بعنوان "دعوة لتقليل التشتيت واحترام انتباه المستخدمين". وكما يوحي العنوان، فقد وضع هذا الجهد المبكر الرفاهيَّة الرقميَّة في المقام الأول عن طريق عدسة تقليل عوامل التشتيت غير المرغوب فيها، أو تقليل الاستخدام غير المرغوب فيه للأجهزة المحمولة

(Gilbert & Zachry,2022,238-239).

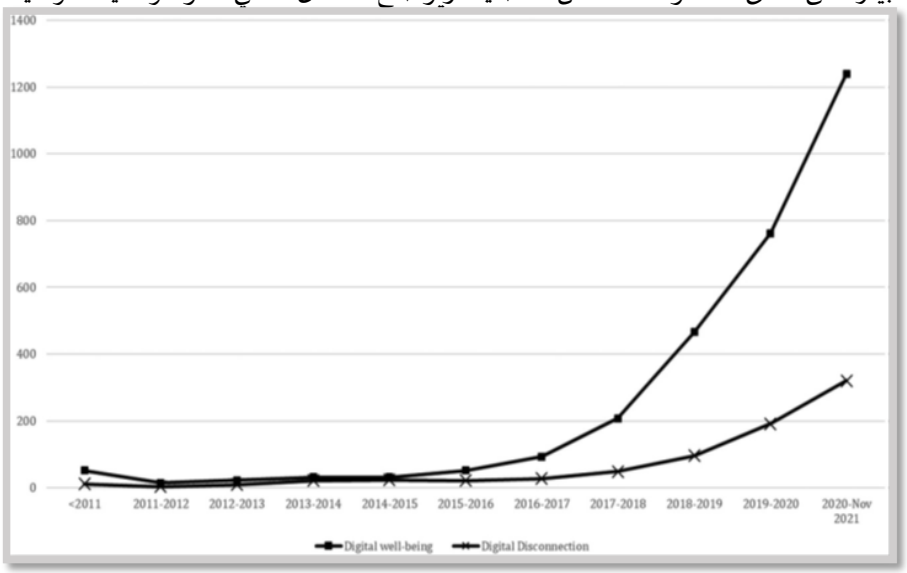
وفي عام (٢٠١٨) أطلقت جوجل Google رسميًّا مجموعتها من الرفاهيَّة الرقميَّة في مؤتمر المطورين السنوي والذي أطلق عليه (I/O 2018) وفي المؤتمر أشار الرئيس التنفيذي ساندر بيتشاي أنه سيتم تعديل منتجات وخدمات Google الحالية لتعكس "قيم الرفاهيَّة الرقميَّة" الأربع: (١) "توفير الوعي"، (٢) "تمكين التحكم"، (٣) "تقديم الفوائد"، و(٤) "ضمان ثقة المستخدم"، كما اقترح بيتشاي أن نظام التشغيل الذي تمَّ إطلاقه حديثًا منGoogle ، Android Pie، إلى جانب ميزات الرفاهيَّة الرقميَّة الأربعة، وهي App Timer (حدود استخدام التطبيق)، وShh (إسكات الجهاز المحمول إذا كان موجهًا نحو الأسفل)،و Wind Down (تدرج اللون الرمادي في الساعات التي تسبق النوم)، و Dashboard (نظرة عامة على استخدام التطبيق عبر الأجهزة)، ستهدف إلى منح المستخدمين "مزيدًا من التحكم في انتباههم"؛ لأنَّ "التكنولوجيا الرائعة يجب أن تعمل على تحسين جودة الحياة، وليس صرف الانتباه عنها. وفيما يتعلق بموقع YouTube أعلن بيتشاي عن: (١) إنهاء المشاهدة المستمرة التلقائية (٢) جدول زمني لملخص الإشعارات (٣) تذكيرات الاستراحة المدرجة (٤) ساعات هادئة محددة ، وادعى بيتشاي أن هذه التغييرات تعكس رؤية Google الجديدة للتجربة عبر الإنترنت التي تعتبر الرفاهيَّة الرقميَّة أحد "مبادئها الرئيسة" ومنذ إعلان بيتشاي، استمرت حملة جوجل لتحسين العمل المباشر لمستخدميها بطرق مهمة ، وفي عام (٢٠١٩) تمَّ عقد مؤتمر بعنوان (I/O 2019) وفي أثناء العرض التقديمي أجرى فريق Prairie وفريق الرفاهيَّة الرقميَّة التابع لشركة جوجل الكثير من الدراسات حول مستخدمي "الهواتف المميزة" في

اليابان، وقد أبلغ هؤلاء المستخدمون عن شعور أكبر بالسيطرة على حياتهم، وشعور أقل بـ FOMO(الخوف من فقدان الشيء)، والمزيد من JOMO (فرحة الضياع). باختصار تهدف جميع الميزات التي قدمتها جوجل بين عامي (٢٠١٨ و٢٠١٩) إلى الترويج للرفاهية الرقميَّة عن طريق الحد من مقدار الوقت الذي يقضيه المستخدمون على الإنترنت، كما تتيح التطبيقات للمستخدمين التنظيم الذاتي للمدة التي يرغبون في قضائها على التطبيق، ثمَّ إعلامهم بلطف بمجرد الوصول إلى هذا الحد وبعد ذلك يتمّ منح المستخدمين ثلاثة خيارات: الاستمرار في استخدام التطبيق لمدة "دقيقة إضافية"، أو "خمس دقائق إضافية"، أو "تجاهل الحد" تمامًا ومهما كان الخيار الذي يختارونه، يتعين على المستخدمين تحمل المسؤولية الشخصيَّة عن استمرار استخدامهم؛ نظرًا لأنَّ تصميم AppTimer يعتمد على فكرة أنه يجب متابعة الرفاهيَّة الرقميَّة عن طريق(١) تعديل استخدام الفرد لـ SMT (٢) التنظيم الذاتي لهذا الاستخدام. (٣) تحمل المسؤولية الشخصيَّة عنه فإنَّ عبء المسؤولية يقع على المستخدم؛ وهذا يعني أنه يُمكن إلقاء اللوم على المستخدمين لضرب خيار "خمس دقائق إضافية" أو "حد التجاهل"؛ ممَّا يزيد من احتمالية الشعور بالذنب والعار عندما يتمّ اختراق الرفاهيَّة الرقميَّة الخاص بهم؛ ونتيجة لذلك، فإنَّ هذا يعفي مقدمي خدمات SMT من المسؤولية عن الرفاهيَّة الرقميَّة لمستخدميهم . (Dennis,2021,4-5)

مفهوم الرفاهيَّة الرقميَّة:

تعد الرفاهيَّة الرقميَّة مفهومٌ ناشئٌ في مجال العلوم الاجتماعيَّة والإنسانيَّة، وحظيَ باهتمام العلماء في مختلف التخصصات بما في ذلك الدراسات الثقافيَّة ومجال التكنولوجيا، والتفاعل بين الإنسان والحاسوب والفلسفة، وعلوم الاتصال وعلم الاجتماع، وعلم النفس، وقد نما استخدامه العلمي بشكل

كبير على مدى السنوات الخمس الماضية، ويوضح الشكل التالي نمو الرفاهيَّة الرقميَّة



يُوضح شكل (١) النمو السنوي لاستخدام مصطلحي الرفاهيَّة الرقميَّة والانفصال الرقمي في المقالات العلميَّة المدرجة في قاعدة بيانات الباحث العلمي لجوجل في ٣ نوفمبر (٢٠٢١) وعلى

الرغم من نموها الهائل، أو ربما بسببه ظلَّ مفهوم الرفاهيَّة الرقميَّة مفهومًا غامضًا تتباين تعريفاته بشكل كبير، فالبعض يُفسّر الرفاهيَّة الرقميَّة على نطاق واسع للغاية؛ حيث يعرفها بأنها: "تأثير التقنيات الرقميَّة، مثل: وسائل التواصل الاجتماعي، والهواتف الذكية، والذكاء الاصطناعي، على رفاهيتنا". ويتوافق مثل هذه التعريف مع منهج تأثير الوسائط التقليدية؛ حيث يتمّ البحث عن ارتباطات خطية بين الجوانب المختلفة لاستخدام الوسائط الرقميَّة ومؤشرات الرفاهيَّة، وقد تمَّ تطوير تعريفات أخرى مؤخرًا، في محاولة لتكون أكثر دقة، وتركز بشكل أكبر على انتشار الوسائط الرقميَّة، والاتصال المحمول في الحياة اليوميَّة (Abeele & Nguyen,2022,167-177).

وتُعرف بأنها: حالة يتمّ فيها الحفاظ على الرفاهيَّة الذاتية في بيئة تتميز بكثرة الاتصالات الرقميَّة et al.,2017,166).

ويرى(Fu et al.,2021,2) أن الرفاهيَّة الرقميَّة كمفهوم شامل يرتبط بتعزيز قدرات المستخدمين ومحو الأميَّة باستخدام الهواتف المحمولة. ويحدد إطار الرفاهيَّة الرقميَّة ثلاث فئات من العوامل المرتبطة بتنمية المعرفة الخاصة بالمستخدمين. ويشير العامل الأول والمعروف أيضًا بالعوامل الخاصة بالفرد إلى الخصائص الاجتماعيَّة والديموغرافيَّة للمستخدمين، مثل: النوع، ومستوى التعليم، والدخل، أما العامل الثاني والذي يشار إليه أيضًا بالعوامل الخاصة بالجهاز، فيشير إلى ميزة الأجهزة المحمولة، مثل: حجم الشاشة والإمكانات التي يتمتع بها الجهاز، ويشير العامل الثالث، الذي تمَّ تجميعه أيضًا كعوامل خاصة بالسياق، إلى الشروط الحدودية لاستخدام هذه الأجهزة المحمولة.

ويذكر(Herden et al.,2021,20) بأنها: كفاءة الفرد في "مواءَمة استخدام التكنولوجيا الرقميَّة مع أهدافه الشخصيَّة طويلة المدى" والتي يُمكن تحقيقها عن طريق "التعامل الناضج والمناسب مع الوسائط الرقميَّة".

ويشير Stankov & Gretzel (2021,4-5) إلى كونها حالة من الرفاهيَّة الشخصيَّة التي يتمّ اختبارها عن طريق الاستخدام الصحي والمسؤول للتكنولوجيا الرقميَّة، أو أنها حماية صحة الشباب والمهنيين العاملين وكبار السنّ، عن طريق تحليل بيانات أجهزة الاستشعار.

ويراها(Al-Mansoori et al.,2021,257) بأنها" شعور إيجابي مرتبط باستخدام التكنولوجيا، يسعى الفرد عن طريقه إلى الحفاظ على التوازن بين حياته الحقيقية وحياته عبر الإنترنت".

ويتفق كلٌّ من (Abdullah et al.,2023,745);Passey (2021,5-6) على كونها

"مصطلح يستخدم لوصف تأثير التقنيات والخدمات الرقميَّة على الصحة النفسيَّة والجسديَّة والاجتماعيَّة والعاطفيَّة للأشخاص".

كما يتمّ تعريف الرفاهيَّة الرقميَّة أو العافية الرقميَّة على أنها التوازن الصحي بين الاتصال بالإنترنت وعدم الاتصال بالإنترنت، والحد من استخدام الأجهزة والموارد الرقميَّة بطريقة تتفق مع الرفاهيَّة الإنسانية العامة في جوانبها الخمسة: العقليَّة والجسديَّة، والاجتماعيَّة والبيئيَّة والماديَّة، ويتطلب الاهتمام بالرفاهية الرقميَّة معرفة إمكانات وتهديدات البيئة الافتراضية، فضلًا عن الكفاءات في استخدامها الأمثل (Kisilowska,2022,168).

كما تُعرف بأنها: "تجربة فردية ذاتية لتحقيق التوازن الأمثل والصحة في استخدام التقنيات الرقميَّة". بالنسبة للكثيرين يتضمن ذلك أن تصبح أكثر تعمدًا في كيفية استخدام الوسائط الرقميَّة، ومواءَمة استخدام الجهاز مع الأهداف العامة (Parry et al.,2023,1; Cao & Li,2023,2).

ويذهب (Roffarello & De Russis 2023,501) إلى أن الرفاهيَّة الرقميَّة: حالة عقلية وجسدية مرتبطة بالتقنيات المفيدة للمستخدم، ويُمكن أن تزيد من أنشطته اليوميَّة. ويتمّ تعزيزها عن طريق التكنولوجيا التي تفيد المستخدم وتجعل الأنشطة اليوميَّة أسهل، كما تعرف بأنها: هي العلاقة الفعَّالة والصحية والمثمرة بين الإنسان والتكنولوجيا بحيث يستطيع عن طريقها إيجاد حالة من التوازن بين عالمه المتصل بالإنترنت وغير المتصل بالإنترنت؛ وبالتالي إقامة علاقة جيدة مع جهازه وخدماته الرقميَّة، كما تعني القدرة على الاستفادة من التكنولوجيا بشكل إيجابي وبناء دون أن تطغى عليها"؛ وبالتالي تتطلب استخدامًا واعيًا ومتعمدًا ومتوازنًا للأجهزة الرقميَّة وخدماتها.

ويُعرفها(Prakashkumar et al.,(2023,651 بأنها المدى الذي يشعر فيه المستخدم أن استخدام أجهزته الرقميَّة يتماشى بشكل جيد مع أهدافه الشخصيَّة والقيمة وطويلة المدى.

تعقيب:

يلاحظ في التعريفات السابقة وجود عدة اتجاهات في تعريف الرفاهيَّة الرقميَّة فبعض الباحثين ركَّز في تعريفه على العلاقة بين المستخدم والتكنولوجيا كتعريف(Roffarello et al.,(2023 في حين ذهب البعض إلى ما هو أبعد من ذلك وأشاروا إلى تأثير التكنولوجيا على مشاعر المستخدمين على وجه الخصوص عن طريق الإشارة إلى أن الرفاهيَّة الرقميَّة هي "الحالة العاطفية التي يُمكن أن تنبع من استخدام التكنولوجيا الرقمية أو تتأثر بها" كتعريف كل من Passey(2021) و Kisilowska (2022) و(2023)Roffarello and De Russis و(2023)Parry et al.,وهناك اتجاهٌ آخر ركَّز في تعريف الرفاهيَّة الرقميَّة على أدوات الرفاهيَّة الرقميَّة التي تمَّ وضعها من

قبل شركة جوجل؛ حيث منحت جوجل الجميع الأدوات التي يحتاجونها لتطوير إحساسهم بالرفاهية الرقميَّة، مع التأكيد على (١) أن التكنولوجيا تمثل أدوات في الحياة، وليس الحياة نفسها؛ لأنها وسيلة افتراضية.(٢) يتمتع المستخدمون بالاستقلالية الكاملة لتصميم الأدوات اللازمة لحماية حياتهم (Al-Mansoori et al.,2023,8).

النماذج والنظريات المفسرة للرفاهية الرقميَّة:

نموذج قبول التكنولوجيا: Technology Acceptance Model(TAM)

يُعد النموذج الذي قدَّمه ديفيس Davis عام (١٩٨٩) هو الأكثر استخدامًا على نطاق واسع في أبحاث نظم المعلومات؛ حيث اعتبر ظهوره تعديلًا للنظرية التي طورها فيشبن وأجزن، ويصف نموذج ATM العوامل والأسباب التي تؤثر على قبول الأفراد أو رفضهم للتكنولوجيا وأجهزة الكمبيوتر ويتضمن خمس بنيات أساسية هي:الاستخدام الفعلي، والاتجاهات تجاه الاستخدام، والنية السلوكيَّة، وسهولة الاستخدام المدركة (الدرجة التي يعتقد بها الفرد أن استخدامه لنظام معين خالٍ من الجهد)، الفائدة المدركة (تصور الفرد أن استخدامه لنظام معين سيحسن من أدائه) وقد أخذ نموذج (TAM) من نظريَّة العمل المنطقي التي اكتشفت معتقدين قوين، هما (PEOU) ويعني سهولة الاستخدام المدركة و(PU) ويعني الفائدة المدركة ويفيد كليهما في التنبؤ بسلوك المستخدمين بشأن التعرف على التقنيات واستخدامها (Martin ,2022,2861-2862).

وفقًا لنموذج ATM فإنَّ قبول التكنولوجيا هو عمليَّة من ثلاث مراحل؛ حيث تؤدي العوامل الخارجية (ميزات تصميم النظام) إلى تحفيز الاستجابات المعرفيَّة (سهولة الاستخدام المدركة والفائدة المدركة) والتي بدورها تشكل استجابة عاطفية (الموقف تجاه استخدام التكنولوجيا / النية)، للتأثير على سلوك المستخدمين. ويؤكِّد النموذج على أنه إذا كان من المتوقع أن يكون التطبيق سهل الاستخدام، زاد احتمال اعتباره مفيدًا للمستخدم؛ وبالتالي زاد كذلك احتمال أن يؤدي ذلك إلى تحفيز قبول التكنولوجيا، وقد تمَّ تطوير هذا النموذج عام (٢٠١٠) على يد روجرز ماهاجان؛ حيث افترض نموذج TAM2 أن القاعدة الذاتية لها علاقة إيجابية بالصورة (الدرجة التي يُنظر بها إلى استخدام الابتكار على أنه يُعزز مكانة الفرد في نظامه الاجتماعي) "وتمَّ دعم هذا الارتباط عن طريق دراسات سابقة تؤكد أن الصورة لها تأثير كبير على السلوك إذا اتبع الأفراد نصيحة أقرانهم للحفاظ على مكانتهم في الجماعة، بالإضافة إلى ذلك، يفترضTAM2 وجود صلة إيجابية بين الصورة والفائدة المدركة عن طريق إظهار السلوك الذي أقرته معايير الجماعة، يحقق الفرد العضوية والدعم الاجتماعي الذي توفره هذه العضوية، بالإضافة إلى تحقيق الهدف المحتمل الذي لا يُمكن أن يحدث إلا عن طريق العمل الجماعي أو عضوية الجماعة؛ لذلك يقترح نموذج TAM2ما يلي: يُمكن للصورة الإيجابيَّة بين الأقران في الجماعة الاجتماعيَّة أن تزيد من احتمالية التصور الإيجابي لإنتاجية التكنولوجيا (Marikyan & Papagiannidis 2023,162-165).

نظريَّة السلوك المخطط: The Theory of Planned Behavior(TPB)

إنَّ نظريَّة السلوك المخطط هي امتداد لنظرية الفعل العقلاني لـ Ajzen & Fishbein التي أصبحت ضرورية بسبب قيود النموذج الأصلي في التعامل مع السلوكيات التي ليس لدى الناس سيطرة إرادية كاملة عليها. كما هو الحال في النظريَّة الأصلية للعمل المنطقي، فإنَّ العامل المركزي في نظريَّة السلوك المخطط هو نية الفرد في أداء سلوك معين، ومن المفترض أن تلتقط النوايا العوامل التحفيزية التي تؤثر على السلوك؛ فهي مُؤشرات على مدى استعداد الأشخاص للمحاولة، وحجم الجهد الذي يخططون لبذله من أجل أداء السلوك. كقاعدة عامة، كلما كانت النية للانخراط في سلوك ما أقوى؛ كان أداؤه أكثر احتمالًا. ومع ذلك، ينبغي أن يكون واضحًا أن النية السلوكيَّة لا يُمكن أن تجد تعبيرًا عنها في السلوك إلا إذا كان السلوك المعني تحت السيطرة الإرادية؛ أي: إذا كان الشخص يستطيع أن يقرر بإرادته أداء السلوك أو عدم القيام به، على الرغم من أن بعض السلوكيات قد تلبي هذا المطلب بشكل جيد، فإنَّ أداء معظمها يعتمد على الأقل إلى حد ما على عوامل غير تحفيزية، مثل: توفر الفرص والموارد اللازمة (على سبيل المثال: الوقت والمال، والمهارات وتعاون الآخرين، وتمثل هذه العوامل مجتمعة سيطرة الأشخاص الفعلية على السلوك. وبقدر ما يكون لدى الشخص الفرص والموارد المطلوبة، وينوي أداء السلوك، يجب عليه أن ينجح في القيام بذلك.

وتفترض نظريَّة السلوك المخطط ثلاثة محددات مستقلة من الناحية المفاهيمية للنية. الأول هو الموقف تجاه السلوك ويشير إلى الدرجة التي يمتلك بها الشخص تقييمًا إيجابيًّا أو سلبيًّا، أو تقديرًا للسلوك المعني. والثاني هو عامل اجتماعي يسمى القاعدة الذاتية؛ ويُشير إلى الضغط الاجتماعي المدرك لأداء السلوك أو عدم القيام به. والثالث هو السوابق السابقة للنية وهي درجة التحكم السلوكي المدرك والتي كما رأينا سابقًا، تُشير إلى السهولة أو الصعوبة الملحوظة في أداء السلوك ويفترض أنها تعكس الخبرة السابقة، بالإضافة إلى العوائق والعقبات المتوقعة. كقاعدة عامة، كلما

كان الموقف والقاعدة الذاتية أكثر ملاءَمة فيما يتعلق بالسلوك؛ زادت السيطرة على السلوك المدرك، وكانت نية الفرد في أداء السلوك قيد النظر أقوى (Ajzen,1991,181-189).

نظريَّة التحديد الذاتي Self Determination Theory (SDT)

تقدم هذه النظريَّة إطارًا لالتقاط العوامل التي تعزز التحفيز البشري. وتحدد المصادر الذاتية والخارجية للتحفيز ودورها في تعزيز التنمية المعرفيَّة والاجتماعيَّة. ويُمكن القول إنَّ الدافع لاستخدامات تطبيقات الرفاهيَّة الرقميَّة للمستخدم يرتبط بعوامل المعاملة الخاصة والتفضيلية (TPB) و(SDT) مثل: الحاجة إلى الشعور بالتحكم في وسائل التواصل الاجتماعي، واستخدام الإشعارات والاستقلال عن ضغط الأقران، دون فقدان القدرة على التواصل مع الآخرين والتواصل معهم عبر الإنترنت (Almourad et al.,2021,3).

طبيعة الرفاهيَّة الرقميَّة:

تتمثل الطبيعة الأساسيَّة للرفاهية الرقميَّة في "التوازن" والذي يعكس معانيَ مختلفة فيما يتعلق بالاستخدام الرقمي، على سبيل المثال: التوازن بين وقت الشاشة والأنشطة الأخرى، وبين اللعب التقليدي واللعب الرقمي، وبين العمل (التحدي) والقدرة على التصرف (المهارات)، وبين العمل والحياة عند إدارة عبء العمل الرقمي، وبين الحمل الزائد والتشتت، وبين موارد الفرد والتحديات التي يواجهها، وبين استخدام التكنولوجيا داخل وخارج الفصل الدراسي، وكذلك التوازن فيما يتعلق بتوجيه الوالدين/ التعليم والتنظيم. وهذا ما جعل مفهوم الرفاهيَّة الرقميَّة مفهومًا معقدًا يُمكن النظر إليه من وجهات نظر متنوعة: الرفاهيَّة الشخصيَّة الرقميَّة، والرفاهيَّة الاجتماعيَّة الرقميَّة، والتوازن بين آثارها السلبيَّة والإيجابيَّة على رفاهية الفرد. ويُمكن اعتبارها في أربعة سياقات: الاجتماعيَّة، والشخصيَّة، والتعليميَّة، فمن المنظور الشخصي، هناك نوعان على الأقل من التوازن: "توازن المتعة (توازن المشاعر الإيجابيَّة والسلبيَّة داخل الشخص ، توازن اليودايمونيا") وتوازن الموارد والتحديات التي تمنح الشخص إحساسًا بالاستقلالية، والإتقان، والهدف، والتواصل مع الناس، فضلًا عن الشعور بالازدهار". وفي الوقت نفسه، من منظور اجتماعي، يُطلب من الآباء والمعلمين تحقيق التوازن بين الموارد الرقميَّة والاستخدام الرقمي في البيئات المنزلية والمدرسة

(Cao & Li,2023,7)

الفرق بين الرفاهيَّة الرقميَّة والرفاهية النفسيَّة:

يُوضح جدول (١) التالي الفرق بين الرفاهيَّة الذاتية والرفاهية الرقميَّة

م	الرفاهيَّة الذاتية	الرفاهيَّة الرقميَّة
التعريف	التقييم الذاتي لنوعية حياة الفرد.	حالة تجريبية من التوازن بين استخدام الشاشة والرضا العام عن الحياة.
النطاق	يتعلق بالحفاظ على المتعة وجوانب الرفاهيَّة.	جانب رئيسي ناشئ لرفاهية الإنسان في عالم الإنترنت الذي يساعد في الحفاظ على الرفاهيَّة الذاتية.
الأبعاد	تشمل العلاقات الإيجابيَّة	تدور حول إدارة العواطف، والعلاقات

م	الرفاهيَّة الذاتية	الرفاهيَّة الرقميَّة
	والعـــرض/ الهـــدف، والمشـــاركة الاجتماعيَّة.	والشعور بالذات في سياق الإنترنت.
القياس	يـتمّ قياسـها مـن حيـث الرضـا عـن الحيـاة، والتـأثير الإيجـابي، والتـأثير السلبي.	يهـدف قيـاس حالـة التـوازن في عـالم الإنترنـت على أساس الجوانب المعرفيَّة والعاطفيَّة.

(Priyanka,2023,19)

الفرق بين الرفاهيَّة والانفصال الرقمي:

هناك سؤال يطرح نفسه، هل الرفاهيَّة الرقميَّة والانفصال الرقمي وجهان لعملة واحدة؟

يُعرف الانفصال الرقمي بأنه: وضع حدود (مؤقتة) لاتصال الشخص بالشاشة والانترنت كوسيلة

لاسـتعادة السـيطرة؛ وبالتـالي اسـتعادة رفاهيـة الفـرد، إنَّ فكـرة أن الأفـراد يقطعـون الاتصـال لاسـتعادة رفـاهيتهم، معترف بهـا في الروايـات حـول التـخلص مـن السـموم الرقميَّـة، والتي غالبًـا مـا تؤكـد رغبـة الأفـراد في الحنين للعـودة إلى "الحيـاة الجيـدة" التي كانـت لـديهم قبـل ظهـور الهـاتف المحمول والاتصال بالإنترنت وعلى ذلك فالانفصال الرقمي عمليَّة تفضي إلى الرفاهيَّة الرقميَّة

(Abeele & Nguyen ,2022,178).

العوامل المؤثرة في الرفاهيَّة الرقميَّة:

هُناك العديد من العوامل المؤثرة في الرفاهيَّة الرقميَّة منها:

(١)العمر: يلعـب دورًا بالغًـا في التـأثر على الرفاهيَّـة الرقميَّـة؛ فقـد تبـين أن البـالغين الأصـغر سـنًّا، وخاصـة جيل الألفيـة الثالثـة، هـم أكثر عرضـة لتجربـة "التـخلص من السـموم الرقميَّـة" بمـا يحقق رفاهيـة رقميَّـة مقارنـة بالأشـخاص مـن الأعمـار الأخـرى، كمـا تبـين أن البـالغين الأصـغر سـنًّا وكبـار السـنّ لـديهم دوافـع مختلفـة للحـد مـن اتصـالهم؛ وهـو مـا قـد يُعـزى إلى اعتمـادهم على الوسـائط الرقميَّـة في أنشـطة الحيـاة اليوميَّـة ومرحلـة الحيـاة. في حـين أن دراسـات الانفصـال غالبًـا مـا تسـلط الضـوء على الصـعوبات التي يواجهـا الكثيرون في إيجـاد تـوازن في اسـتخدام الوسـائط الرقميَّـة، وتبين أن هذا أقل انتشارًا بين المستخدمين الأكبر سـنًّا؛ نظرًا لأنَّ كبـار السـنّ قـد اعتمدوا الوسـائط الرقميَّـة في مراحـل لاحقـة مـن حيـاتهم، فمـن المحتمـل أنهـم أقـل اعتمـادًا على التكنولوجيـا مقارنـة بالأجيـال الشـابة التي نشـأت مـع معظـم التقنيـات الحاليـة، على هـذا النحـو، قـد يواجـه كبـار السـنّ صراعًـا أقل بين اسـتخدام الوسـائط الرقميَّـة وأنشـطتهم ومسـؤولياتهم اليوميَّـة.

(٢)المستوى الاجتماعي والاقتصادي والتعليمي: يلعـب المسـتوى الاجتماعي والاقتصـادي والتعليمي دورًا مهمًّـا في تجـارب الانفصـال الرقمي التي تـؤدي إلى رفاهيـة رقميَّـة؛ فقـد تبـين أن الأشـخاص الحاصلين على شـهادات ومؤهلات عليـا وذوي دخـل أعلى ومكانـة اجتماعيَّـة واقتصـاديَّة مرتفـع هـم أكثر عرضـة للتخلص من السـموم الرقميَّـة (Nguyen et al.,2022,5-6).

(٣)**النوع (ذكور- إناث):** يختلف مفهوم الرفاهيَّة الرقميَّة تبعًا للنوع؛ فقد تبيَّن أن الإناث لديهنَّ تنظيم لعواطفهنَّ أقل من تنظيم الذكور، كما أنهنَّ ينظرن إلى استخدامهنَّ للهواتف الذكية على أنه يمثل مشكلة أكثر من الذكور، كما أن لديهنَّ معتقدات سلبية حول تأثيرات الفيسبوك أكثر من الذكور فعادةً ما يتمّ تنشئتهنَّ اجتماعيًّا لفهم عواطفهنَّ والتعبير عنها وتنظيمها بشكل مختلف عن الذكور؛ وبناءً على ذلك، قد يكنَّ أكثر عرضة للإبلاغ عن المشاعر السلبيَّة والإيجابيَّة فيما يتعلق بتجارب هواتفهنَّ الذكية (Rosič et al.,2023,24).

ويُمكن القول إنَّ السنوات الماضية شهدت ازدهارًا في الأبحاث التي تناولت الفروق المحتملة بين طلبة الجامعات من الذكور والإناث في استخدامهم للتكنولوجيا الرقميَّة منذ بداية القرن مع ظهور مجتمع المعرفة والمعلومات، وقد ظهرت اتجاهات متعددة كالتالي:

الاتجاه الأول:

يرى أن هناك فروقًا في استخدام التكنولوجيا الرقميَّة لصالح الإناث مقارنة بالذكور ويدعم ذلك ما ذكره Aesaert & Braak (2015,9-10) من أن الفتيات بشكل خاص أفضل كفاءة رقميَّة فيما يتعلق بتقديم المعلومات الرقميَّة بطريقة مقبولة اجتماعيًّا؛ حيث يكون المحتوى مفهومًا للمتلقي، وتقديم المعلومات باستخدام تنسيق غير منظم، والتفاعل في المنتدى، وتقييم مدى ملاءَمتها والحكم عليها المعلومات، وإرسال رسائل البريد الإلكتروني إلى أشخاص أكثر شهرة كما يؤكد في أن الفتيات لديهنَّ ثقة أكبر بكثير في كفاءاتهنَّ في التواصل عبر الإنترنت من الأولاد؛ لكون الأنشطة الاجتماعيَّة عبر الإنترنت، مثل: البريد الإلكتروني، واستخدام مواقع الشبكات الاجتماعيَّة هي أنشطة رقميَّة أكثر شيوعًا للفتيات مقارنة بالأولاد؛ ويشير كذلك إلى كون أن الفتيات يتمتعن بخبرة أكبر في أنشطة الاتصال عبر الإنترنت، فقد يؤدي ذلك إلى زيادة الكفاءة الذاتية في الاتصال عبر الإنترنت وهذا بدوره قد ينشط الفتيات للمشاركة في أنشطة اتصال عبر الإنترنت أكثر تحديًا وصعوبة؛ وبالتالي تطوير كفاءات أفضل في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات المتعلقة بالاتصال عبر الإنترنت.

ويذهب(Vázquez-Cano et al.,(2017,2-5 إلى تفوق الإناث في التقنيات الرقميَّة فهنَّ أكثر مهارة في الحصول على كفاءة استراتيجيَّة أكبر في البحث عن المعلومات عبر الإنترنت من الذكور، كما أنهنَّ أكثر استعدادًا لقبول اقتراحات زملاء العمل؛ ممَّا يسلط الضوء على انفتاحهنَّ الأكبر على التأثير الاجتماعي عند استخدام التكنولوجيا، ويُمكن القول إنَّ الإناث يستخدمن العديد من التقنيات الرقميَّة بسرعة أكبر من الذكور كالبريد الإلكتروني، وكذلك أكثر وعيًا ولديهنَّ استعداد إيجابي للتعامل مع التكنولوجيا والأجهزة الرقميَّة.

ويشير Yu(2021,4) إلى كون الإناث أكثر مثابرة والتزامًا من الذكور؛ حيث تتمتع الإناث بتنظيم ذاتي أقوى من الذكور في تعلم التقنيات الرقميَّة؛ ممَّا يؤدي أيضًا إلى نتائج تعلم عبر الإنترنت أكثر إيجابية بشكل ملحوظ من الذكور، وكان أداؤهنَّ أفضل في المشاركة الرقميَّة.

ويرى Alsaadi et al.,(2023, 289) أن الإناث أكثر حرصًا أثناء التفاعلات عبر الإنترنت فيما يتعلق بالسلامة الرقميَّة، وقد يكون ذلك مرتبطًا أيضًا بثقافة المجتمع؛ حيث يجب على الإناث أن تكنَّ أكثر يقظة وحذرًا عند استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والإنترنت. علاوة على ذلك، وبسبب الإغلاق الناجم عن فيروس كورونا المستجد (كوفيد-١٩)، تقضي الإناث عادةً وقتًا أطول على منصات التواصل الاجتماعي؛ وقد أتاح لهنَّ ذلك التعرف على القضايا العالمية والمحلية التي

تصل إلى اتجاهات وسائل التواصل الاجتماعي ومنحهنَّ الفرصة للتواصل والمشاركة بشكل أكثر فعالية.

ويشير Prabhu et al.,(2022,191) إلى أن الأعوام القليلة الماضية شهدت جيلًا من الإناث يتفوقن في استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات وبرغم كونهنَّ قلة في تصميم التقنيات الجديدة فإنَّ الاتجاه يُشير إلى تميزهنَّ فيما يتعلق بممارسات الاستخدام الآمن وفي استخدام الإنترنت للتعلم مع ارتفاع مستوى اهتمامهنَّ بجودة العمل الأكاديمي وطريقة تقديمه، كما أنهنَّ أكثر حذرًا أثناء مشاركة المحتوى الرقمي مع الآخرين.

ويذكر Mari et al.,(2023,3-8) أن الإناث يملن إلى إظهار مزيد من السلوك الإيجابي ويظهر أخلاقيات اجتماعيَّة أقوى أثناء التواصل عبر الإنترنت مقارنة بالذكور الذين يظهرون ميلًا كبيرًا في إظهار إساءة استخدام الهواتف الذكية في المواقف الاجتماعيَّة؛ ممَّا يخلق مشكلات في التواصل والتفاعل مع الآخرين، ويفسر ذلك بأن الإناث اللاتي شاركن في هذه الدراسة كنَّ أكثر قدرة على الحفاظ على العلاقات الشخصيَّة والقدرة على الشعور بالتعاطف في السياقات الاجتماعيَّة مع إبقاء هواتفهنَّ الذكية تحت السيطرة؛ وبالتالي عدم التدخل في علاقتهنَّ وسلوكهنَّ الاجتماعي.

الاتجاه الثاني:

يرى أن الذكور أكثر كفاءة فيما يتعلق بالتقنيات الرقميَّة فيذهب Vázquez-Cano et al.,(2017,13) إلى أن وجود فروقٍ لصالح الذكور يعكس دور التغير التكنولوجي، وخاصة عندما يكون مصممًا لتحسين نوعية الحياة، موجهًا نحو المهام التي يؤديها الذكور أكثر من تلك التي تؤديها الإناث، سواء داخل المنزل أو خارجه. وفي المقابل، فإنَّ غياب المرأة عن مناصب صنع القرار في قطاع الإعلام، بما في ذلك في مجالس الإدارة والهيئات (سواء في القطاع الحكومي أو الخاص) التي تؤثر على سياسة الإعلام، يُساهم في إدامة هذه الحلقة المفرغة من الصور النمطية السلبيَّة المتعلقة بالجنسين.

وتشير نتائج دراسة Hossain et al.,(2023,9) إلى أن الذكور بغضّ النظر عن أعمارهم ومستوى تعليمهم لديهم كفاءة رقميَّة أعلى من الإناث؛ بسبب وجود موقف إيجابي لديهم تجاه التكنولوجيا الرقميَّة، كما أن لديهم كفاءة أعلى في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الرقميَّة، فعلى مرّ السنين، كانت هناك صورة نمطية فيما يتعلق باستخدام التكنولوجيا، وفي المقارنة بين الجنسين تجاه التكنولوجيا، قد يكون لدى الإناث موقف أكثر سلبية تجاه استخدام التكنولوجيا؛ لأنهنَّ أقل مشاركة في الأنشطة التقنية؛ ممَّا ساهم في "الفجوة التكنولوجية بين الجنسين". ويُمكن تفسير هذه الظاهرة بالحلقة المفرغة التي تعزز افتقار الإناث إلى الوقت والجهد والاهتمام وتنمية المهارات في مجال التكنولوجيات الرقميَّة. ويُمكن تفسير ذلك عن طريق حقيقة أن المعايير المتعلقة بالنوع في العديد من الدول الإفريقية تفضل وتحفز الذكور على الانخراط بشكل أكبر في استخدام التكنولوجيا الرقميَّة، ويدعمون الصورة النمطية القائلة بأنَّ الإناث أقل اهتمامًا بالحوسبة والتجارب الرقميَّة من الذكور.

الاتجاه الثالث:

يرى عدم وجود فروقٍ بين الجنسين بسبب تشابه البيئة التعليميَّة والخلفيَّة الثقافيَّة لطلبة الجامعة فضلا عن كون الجيل الحالي من طلبة الجامعة يتمتع بالثقافة الرقميَّة؛ لكونهم ولدوا في العصر الرقمي والثورة التكنولوجية وهذا ما أكدته نتائج العديد من الدراسات كدراسة Guillén-Gámez & Peña (2020) والتي أسفرت عن عدم وجود في الكفاءة الرقميَّة ترجع إلى النوع، ودراسة Abbasi & Hamdi(2022) والتي أسفرت عن عدم وجود فروقٍ في أبعاد المواطنة الرقميَّة، ومنها: الصحة والرفاهية الرقميَّة والأمن الرقمي ترجع إلى النوع، ودراسة(2022)Prabhu et al., والتي أشارت إلى عدم وجود فروقٍ الكفاءة الرقميَّة ترجع إلى النوع، ودراسة القرني والقرني(٢٠٢٣) والتي أشارت إلى عدم وجود فروقٍ في أبعاد المواطنة الرقميَّة (قواعد السلوك الرقمي، القانون الرقمي، الحقوق والمسؤوليات الرقميَّة، الصحة والرفاهية الرقميَّة، الأمن الرقمي) ترجع إلى النوع.

مجالات الرفاهيَّة الرقميَّة:

يرى(2021,112-113)Alhalafawy et al., أن الرفاهيَّة الرقميَّة لها ستة مجالات تمَّ اشتقاقها من مجالات الرفاهيَّة النفسيَّة، وهي:

•**الاستقلالية الرقميَّة**: تُشير إلى استقلالية المتعلمين وقدرتهم على اتخاذ القرارات ومقاومة الضغوط الاجتماعيَّة، والسيطرة على السلوك الشخصي وتنظيمه أثناء التفاعل مع الآخرين عن طريق البيئات الرقميَّة .

الإتقان البيئي: ويعني قدرة الفرد على أن يكون قادرًا على تنظيم الظروف والتحكم في الأنشطة المختلفة، ويشمل ذلك الاستفادة بكفاءة من الظروف المحيطة.

النمو الشخصي: ويشير إلى قدرة المتعلمين على تطوير قدراتهم وفعاليتهم وكفاءتهم في مختلف الجوانب، والحفاظ على مشاعر التفاؤل أثناء ممارسة التعلم الرقمي.

العلاقات الإيجابيَّة مع الآخرين: ويعني قدرة المتعلمين على تكوين صداقات وعلاقات اجتماعيَّة مع الآخرين مبنية على الودّ والتعاطف والثقة المتبادلة، والتفاهم والتأثير، والصداقة والأخذ والعطاء.• **الحياة الهادفة في البيئات الرقميَّة**: ويشير إلى قدرة المتعلمين على تحديد أهدافهم في الحياة، وأن يكون لديهم هدف ورؤية واضحة توجه أفعالهم وسلوكياتهم، بالمثابرة والتصميم على تحقيق أهدافهم.

•**قبول الذات**: ويعني القدرة على تحقيق قبول الذات، والاتجاهات الإيجابيَّة تجاه الذات، والحياة الماضية، وتقبل الجوانب المختلفة لها، بما في ذلك جوانبها الإيجابيَّة والسلبيَّة في بيئات التعلم الرقميَّة.

بينما توصَّل (2023,9-10)Al-Mansoori et al., عن طريق حصره لجميع الدراسات التي أجريت على الرفاهيَّة الرقميَّة إلى سبعة مجالات للرفاهية الرقميَّة، هي: التطورات الشخصيَّة والاجتماعيَّة، وتحسينات التصميم، والتعليم الرقمي، والدعم الصحي، والاعتبارات الأخلاقيَّة، والشموليَّة، والتوصية بالسياسات، وفيما يلي توضيح لتلك المجالات:

التطورات الشخصيَّة والاجتماعيَّة: ويتناول هذا المجال القضايا المتعلقة بالأدوات التي ساعدت على ضبط النفس في استخدام التكنولوجيا والتدخلات لتحسين إدارة الاستخدام الرقمي، وشمل قضايا الرفاهيَّة الرقميَّة التي تتمّ معالجتها عن طريق هذه التدخلات والأدوات، استخدام الإنترنت

والهاتف الإشكالي، والارتباطات الإشكالية بوسائل التواصل الاجتماعي، والمماطلة ومواقع الشبكات الاجتماعيَّة.

تحسين التصميم: يختص هذا المجال بمناقشة وتقييم التكنولوجيا الحالية والتصميمات التكنولوجية المقترحة؛ بهدف تعزيز تجربة المستخدم ورفاهيته؛ وبالتالي يبدو أنه موجه نحو المصممين وصناعة التصميم الرقمي.

التعليم الرقمي: يتضمن هذا المجال الموضوعات التي تتعلق بالتعليم الرقمي ومحو الأميَّة وتأثيرها على تعزيز رفاهية المعلمين عن طريق الدعم الرقمي، بالإضافة إلى ذلك يدعو إلى التوعية حول الاستخدام المتوازن والفعَّال للتكنولوجيا، وحماية خصوصية المستخدم كوسيلة لحماية رفاهيته. وبما أن المحتوى يركز على التعليم، فهذا المجال موجه نحو المستخدمين والمعلمين والمؤسسات التعليميَّة فقط، ولا يشمل مصممي البرامج الرقميَّة أو المنظمين.

الدعم الصحي: ويركز هذا المجال على تقديم الخدمات الرقميَّة للصحة العقليَّة والنفسيَّة وللأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة، وتعتبر هذه الخدمات الرقميَّة جزءًا من دعم رفاهية الأفراد والتي تشمل الرفاهيَّة العاطفيَّة والرقميَّة.

الاعتبارات الأخلاقيَّة: يركز هذا المجال على القضايا الأخلاقيَّة والمهنيَّة كجزء من الحفاظ على الرفاهيَّة الرقميَّة للمستخدمين مثل الحفاظ على خصوصيتهم. دعت الأوراق البحثية في هذه الفئة إلى شفافية التصميم وإجراء التعديلات لدعم الرفاهيَّة الرقميَّة للمستخدمين، وتقليل استخدام استراتيجيات "جذب الانتباه" التي يُمكن أن تسبب مشكلات في الارتباط بالتكنولوجيا؛ حيث تدور معظم الأبحاث في هذه الفئة حول وسائل التواصل الاجتماعي وخصائصها الإدمانية.

الشمولية: ويتضمن هذا المجال الشمولية في التصاميم الرقميَّة كوسيلة لتحقيق الرفاهيَّة الرقميَّة؛ لذا يُعد التصميم غير شامل إذا لم يحقيق الرفاهيَّة الرقميَّة أو تأثر سلبًا بشعور الاستبعاد الذي قد يواجه المستخدم، علاوة على ذلك، يهتم هذا المجال بمعالجة قضايا عدم المساواة والسلطة والقضايا الاجتماعيَّة والاقتصاديَّة كعوامل تؤثر على الشمولية في الاتصال الرقمي؛ ومن ثمَّ الرفاهيَّة الرقميَّة.

التوصية بالسياسات: ويشمل هذا المجال وضع مبادئ توجيهية وسياسات على مستوى الدولة لاستخدام البيانات الضخمة لتعزيز رفاهية المواطنين، ووضع إطار لاستخدام التكنولوجيا المُعززة لخدمة صناعة السياحة.

أبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة:

اقترح يو (٢٠٢١) نموذجًا شاملًا من تسعة أجزاء للرفاهية الرقميَّة: السلامة والأمن الرقميين، والحقوق والمسؤوليات الرقميَّة، والصحة الرقميَّة والرعاية الذاتيَّة، والإبداع الرقمي، والذكاء العاطفي الرقمي، والاتصالات الرقميَّة، والنزعة الاستهلاكيَّة الرقميَّة، والتحول الرقمي والتوظيف وريادة الأعمال، والنشاط الرقمي/ المشاركة المدنية، بالإضافة إلى ذلك، أضاف يو ثلاثة أبعاد إلى إطار الرفاهيَّة الرقميَّة ليعكس بشكل أكبر العلاقة بين الرفاهيَّة الرقميَّة والمواطنة الرقميَّة: المهارات الرقميَّة، والهوية، والتمكين، والوكالة. ومع ذلك، فإنَّ هذا الإطار لديه بعض التداخلات مع المواطنة الرقميَّة، أو الثقافة الرقميَّة. (Yue et al.,2021,23-24)

وذكر Arslankara et al.,(2021,263) أن أبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة تتمثل في الرضا الرقمي والسلامة، والأمن الرقمي، والعافية الرقميَّة.

بينما يرى Gomes et al., (2023,245) أن الرفاهيَّة الرقميَّة تتألف من ثلاثة أبعاد، هي: البُعد العقلي، والبُعد العاطفي، والبُعد البدني.

أدوات الرفاهيَّة الرقميَّة:

ويرى Widdicks(2020,2-3) أن أدوات الرفاهيَّة الرقميَّة تسعى إلى تقليل الضرر الذي يُمكن أن تسببه التكنولوجيا الرقميَّة لحياتنا. وقد تمَّ التركيز على ثلاث أدوات للرفاهية الرقميَّة (الميزات):

(١) الحدود الزمنية والمطالبات، المصممة لتقصير طول الوقت الذي يتفاعل فيه المستخدمون مع جهاز أو خدمة رقميَّة.

(٢) أوضاع "عدم الإزعاج" الاجتماعيَّة، والمصممة لتفعيل الفترات الخالية من استخدام التكنولوجيا لتركيز انتباه المستخدمين على العلاقات وجهًا لوجه.

(٣) حظر التطبيقات والخدمات، والمصممة لمنع الاستخدام أو الإفراط في استخدام تطبيق عبر الإنترنت، تمَّ اختيار هذه الميزات؛ لأنها تدخلات شائعة متوفرة في أدوات الرفاهيَّة الرقميَّة وأدبيات التفاعل البشري؛ وبالتالي فهي مفيدة للاستكشاف الأوَّلي للتكهن بالقضايا المستقبلية من مثل هذه التقنيات ذات الدوافع الإيجابيَّة.

الدراسات السابقة:

هدفت دراسة Arslankara et al.,(2022) إلى تطوير مقياس موثوق وصحيح يهدف لقياس حالة السعادة والمتعة للأفراد الذين يستخدمون البيئات والتقنيات الرقميَّة أثناء استخدام هذه البيئات والناشئة عن استخدامها. لتحقيق هذا الهدف تسعى الدراسة إلى الإجابة عن الأسئلة التالية: (١) ما حالة الموثوقية في مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة؟ (٢) ما مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة للمشاركين؟ وأجريت الدراسة على ٣٦٧ فردًا من مستخدمي التقنيات الرقميَّة وتراوحت أعمارهم ما بين١٤-٥٥ عامًا من مستويات تعليميَّة مختلفة. وقد أسفرت نتائج التحليل الاستكشافي عن وجود ثلاثة عوامل، هي: الرضا الرقمي ويتألف من (٤) عبارات، السلوك الآمن والمسؤول (٤) عبارات، العافية الرقميَّة (٤) عبارات، كما تمَّ استخدام التحليل العاملي التوكيدي وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين ٠,٧٩١ – ٠,٦٥٩ في عامل الرضا الرقمي، و ٠,٥٤٣ – ٠,٧٠٩ في عامل الأمن والمسؤولية الرقميَّة، و٠,٣٨٥ – ٠,٦٦٠ في عامل العافية الرقميَّة وجميعها دالَّة عند مستوى ٠,٠١وقد تمَّ التحقق من ثبات المقياس عن طريق: (١) معامل ألفا لكرونباخ والذي بلغت قيمته ٠,٨٠٨ للبُعد الأول، ٠,٧٣٠ للبُعد الثاني، ٠,٦٦٣ للبُعد الثالث، ٠,٧٩١ للدرجة الكلية، (٢) معامل الثبات بطريقة سيبرمان وبراون وبلغت قيمة معامل الثبات ٠,٥٧١ للرضا الرقمي، و ٠,٦٧٦ للسلوك الأمن والمسؤولية، و٠,٨١٧ للعافية الرقميَّة و ٠,٧٢٨ للدرجة الكلية، (٣) معامل الثبات بطريقة جتمان وبلغت قيمته ٠,٥٧٠ للرضا الرقمي، ٠,٧٤١ للأمن والمسؤولية الرقميَّة، ٠,٧١٦ للعافية الرقميَّة، ٠,٧٥١ للدرجة الكلية ،وتعكس هذا القيم معدل ثبات مرتفع ما يعكس صلاحية المقياس المُعد للقياس كما أسفرت النتائج عن تمتع أفراد العينة بمستوى مرتفع من الرفاهيَّة الرقميَّة.

حاولت دراسة Rosič et al.,(2023) تطوير مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة المدركة مع التحقق من صحته. وأجريت الدراسة على ١٦١ مراهقًا من سلوفينيا تراوحت أعمارهم من ١٢-٢٠ عامًا بمتوسط عمري قدره١٥,٥٧ عامًا وانحراف معياري١,٢٣وقد تمَّ انتقاؤهم من المدارس الثانويَّة السلوفينية، واستخدم الباحثون مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة المكون من (١٩) عبارة والذي أعده خبير في الرفاهيَّة الرقميَّة تعكس التجربة الشخصيَّة لفوائد وعيوب الهاتف الذكي في مرحلة المراهقة، وقد أعد المقياس باللغة الإنجليزية، ثمَّ تمَّت ترجمته إلى اللغة السلوفينية بواسطة اثنين من الناطقين باللغتين الإنجليزية والسلوفينية ثنائي اللغة من غير المشاركين في الدراسة باستخدام إجراء الترجمة الأمامية والخلفية، وقد قام المؤلفون الناطقون باللغة السلوفينية بمراجعة الترجمة، كما تمَّ اختبار مدى سهولة المقياس ووضوح العبارات عن طريق مقابلات عبر الإنترنت. وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي عن وجود ثلاثة عوامل للرفاهية الرقميَّة (المجال الاجتماعي ٦ عبارات، المجال المعرفي ٥ عبارات، والمجال العاطفي ٨ عبارات) وقد تمَّ حساب الثبات عن طريق معامل الثبات اوميجا ماكدونالدز Mcdonald's Omega والذي أسفر عن موثوقية مقبولة إلى جيدة: المعرفي (ω=.75)، الاجتماعي (ω=.86)، العاطفي (ω=.88) وقد تراوحت قيم الارتباط ما بين ٠,١٨:٠,٤٦ ممَّا يُشير إلى أن العوامل الفرعية تمثل أبعادًا مميزة للرفاهية الرقميَّة المدركة في مرحلة المراهقة، كما أسفرت النتائج عن وجود فروقٍ في الرفاهيَّة الرقميَّة المدركة ترجع إلى النوع لصالح الذكور، والعمر لصالح العمر الأصغر، والمسار التعليمي لصالح التعليم العام.

سعت دراسة Gomes et al.,(2023) إلى بناء أداة للرفاهية الرقميَّة مع التحقق من صحتها، أجريت الدراسة على (٣٠١) من المشاركين، وقد اشترط الباحثون في أفراد العينة أن يكون نشطاء رقميًّا أو ممن أمضوا أكثر من ٤ ساعات في بيئة الإنترنت، وقد تراوحت أعمارهم ما بين ٢١-٣٠ عامًا، ولتصميم المقياس تمَّ عمل الخطوات التالية: (١) تحليل المفهوم: قام الباحثون بمراجعة الأدبيات المتعلقة بالرفاهية كخطوة أولى لتصميم المقياس. (٢) صلاحية المحتوى: تمَّ إنشاء لجنة مكونة من ٧ خبراء لتحديد صلاحية محتوى المقياس كالتالي: (اختيار ٣ متخصصين في مجال البحث وتمَّ الاتصال بـ٣ خبراء في علم النفس الإيجابي، وطلب من خبير لغة فحص اللغة والقواعد وبعد النظر في آراء الخبراء تمَّ بناء المقياس وصياغة عباراته، وقد استخدم الباحثون التحليل العاملي التوكيدي الذي أسفر عن وجود ثلاثة أبعاد، هي: البُعد البدني، البُعد العاطفي، البُعد الاجتماعي، وقد بلغت قمة معامل ألفا كرونباخ ٠,٩٢١ وهي قيمة مرتفعة؛ ممَّا يعكس صلاحية المقياس كأداة لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة.

هدفت دراسة Priyanka(2023) إلى وضع تصور لتطوير مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة، وكذلك دراسة دور الكفاءة الذاتية ورأس المال الاجتماعي كمتغيرين وسيطين في العلاقة بين المعرفة الرقميَّة والرفاهية الرقميَّة، ولتحقيق هذه الأهداف تسعى الدراسة إلى الإجابة عن التساؤلات التالية:

(١) كيف تمَّ تصوير الرفاهيَّة الرقميَّة من منظور الخبراء والأكاديميين والمستخدمين النهائيين؟ وما أبعادها؟
(٢) كيف تؤثر المعرفة الرقميَّة على الرفاهيَّة الرقميَّة؟ وكيف ستبدو العلاقة بواسطة الكفاءة الذاتية كمتغير وسيط؟

(٣) كيف تؤثر المعرفة الرقميَّة على الرفاهيَّة الرقميَّة؟ وكيف ستبدو هذه العلاقة بواسطة رأس المال الاجتماعي كمتغير وسيط؟
(٤) كيف يخفف الإدمان الرقمي العلاقة بين المعرفة الرقميَّة والرفاهية الرقميَّة؟
(٥) كيف يخفف الإدمان الرقمي من تأثير الوسيط للكفاءة الذاتية ورأس المال الاجتماعي؟

ولتحقيق ذلك أجريت دراستين: **الأولى** والتي أجريت على (٢٠) فردًا تراوحت أعمارهم ما بين ١٩-٥٥ عامًا بمتوسط عمري قدره ٢٨ عامًا كالتالي: (٦) خبراء في الموضوع وهم الأشخاص الذين لديهم معرفة متخصصة في مجال معين كالرؤساء التنفيذين لشركاء الذكاء الاصطناعي، ومصممي البرمجيات المحترفين والمطورين الذين نصحوا الشركات باعتماد التكنولوجيا، (٧) أكاديميين (معلمون، باحثون ومحترفون متخصصون في موضوع الرفاهيَّة الإنسانية وسلوك المستهلك عبر الإنترنت والتسوق الرقمي)، (٧) مستخدمين نهائيين، وقد تمَّ تحديد مجال الرفاهيَّة الرقميَّة وبناء عبارات المقياس بناءً على المقابلات المتعمقة واستخدمت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي. وقد أسفرت النتائج عن وجود (٤) عوامل للرفاهية الرقميَّة وهي: حالة الرعاية البدنية، حالة المرونة العاطفية، حالة الوكالة، حالة الشركة، كما استخدمت معامل ألفا كرونباخ وقد تراوحت قيم معامل الثبات ما بين ٠,٨١٢ – ٠,٨٧٥ وهي قيم دالَّة؛ ممَّا يدلُّ على صلاحية المقياس المُعد.

الدراسة الثانية: وأجريت على (٥٠٠) مشاركٍ وتراوحت أعمارهم ما بين ٢٠-٤٧ عامًا وبلغ عدد المشاركين الذكور (١٤٠) ذكرًا، وكان الغالبية العظمى من المشاركين في هذه الدراسة من البالغين الذين يقضون ما لا يقل عن ٧ ساعات على الشاشة يوميًّا، واستخدمت الباحثة مقياس مهارات القراءة والكتابة الرقميَّة لـ Ng(2012) ومقياس الكفاءة الذاتية لـ Romppel et al.,(2013) ومقياس رأس المال الاجتماعي عبر الإنترنت لـ Williams (2006) ومقياس الإدمان الرقمي لـ Bergen(2012) ومقياس الرفاهيَّة الرقميَّة الذي تمَّ تطويره في الدراسة الأولى. وأسفرت النتائج عن وجود تأثير مباشر للمعرفة الرقميَّة على الرفاهيَّة الرقميَّة، كما أن الكفاءة الذاتية تتوسط بشكل جزئي في العلاقة بين المعرفة الرقميَّة والرفاهية الرقميَّة، وتوسط رأس المال الاجتماعي عبر الإنترنت العلاقة بين المعرفة الرقميَّة والرفاهية الرقميَّة، كما أسفرت النتائج عن أن الإدمان الرقمي لم يخفف بشكل كبير من التأثير الوسيط للكفاءة الذاتية على الرفاهيَّة الرقميَّة؛ وهذا يُشير إلى أن التأثير غير المباشر لم يكن مشروطًا بالإدمان الرقمي، كما تبين أن الإدمان الرقمي خفف من تأثير الوساطة بين رأس المال الاجتماعي عبر الإنترنت.

تعقيب على الدراسات السابقة:

الأهداف: يلاحظ اتفاق معظم الدراسات السابقة في أهدافها فالغالبية العظمى سعت إلى بناء أو تطوير مقياس للرفاهية الرقميَّة فقط كدراسة Arslankara et al.,(2022) ، ودراسة Gomes et al.,(2023) في حين سعى البعض بالإضافة إلى بناء مقياس للرفاهية إلى معرفة ما إذا كانت هناك فروق في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى النوع، والعمر، والمسار التعليمي كدراسة Rosič et al.,(2023) أو تناولت بالإضافة إلى تطوير مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة معرفة دور رأس المال الاجتماعي والكفاءة الذاتية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين المعرفة الرقميَّة والرفاهية الرقميَّة ودور الإدمان الرقمي في التخفيف من تأثير رأس المال الاجتماعي والكفاءة الذاتية في العلاقة بين المعرفة الرقميَّة والرفاهية الرقميَّة، وقد استفادت الباحثة من هذا التنوع في السعي إلى بناء مقياس للرفاهية الرقميَّة، بالإضافة إلى معرفة مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لدى عينة البحث، وكذلك معرفة ما إذا

كانت هناك فروقٌ في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى النوع، والعمر، والكلية (نظريَّة، عمليَّة، وعدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت، وهو ما يُعد إضافة جديدة في البيئة العربيَّة التي خلت (في حدود علم الباحثة) من أي دراسة سعت لبناء مقياس للرفاهية الرقميَّة أو معرفة مستواها مع التطرق إلى المتغيرات الديموجرافيَّة .

العينة: تناولت الدراسات عينات متنوعة من حيث العمر والعدد كدراسة Arslankara et al.,(2022)، ودراسة Gomes et al.,(2023) ودراسة Priyanka(2023) في حين اقتصر البعض على فئة المراهقين كدراسة Rosič et al.,(2023) وقد استفادت الباحثة من هذا التنوع في اختيار حجم عينة مناسب لإجراء البحث الحالي عليها، كما وجدت الباحثة أن جميع الدراسات قد ضمت ضمن عيناتها الفئة العمرية التي أجرى عليها البحث؛ وهو ما دفع الباحثة إلى اختيار تلك العينة لإجراء البحث عليها لكونها من أكثر الفئات استهلاكا للتقنيات الرقميَّة وبقاء على الإنترنت.

الأدوات: تنوعت المقاييس التي استخدمت لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة، ويلاحظ أن كل المقاييس المستخدمة تمَّ إعدادها من قبل الباحثين أنفسهم؛ حيث حرص كل منهم على إعداد مقياس يتلاءَم مع طبيعة العينة؛ وهو ما دفع الباحثة إلى إعداد مقياس للرفاهية الرقميَّة ليتلاءَم مع طبيعة عينة البحث الحالي.

النتائج: يلاحظ عدم اتفاق الدراسات على أبعاد للرفاهية الرقميَّة؛ فقد توصَّلت كل دراسة إلى أبعاد للرفاهية الرقميَّة غير الأخرى فدراسة Arslankara et al.,(2022) أشارت إلى أن أبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة تتمثل في الرضا الرقمي، والأمن والسلوك الرقمي، والعافية الرقميَّة، بينما توصَّلت دراسة Gomes et al.,(2023) إلى(٣) أبعاد: البُعد البدني، العاطفي، الاجتماعي، وتوصَّلت دراسة Priyanka(2023) إلى (٤) أبعاد هي: حالة الرعاية الذاتية، وحالة المرونة العاطفية، وحالة الوكالة، وحالة الشركة ودراسة Rosič et al.,(2023) والتي أسفرت عن (٣) أبعاد، هي: المجال الاجتماعي، المجال المعرفي، المجال العاطفي، وقد أشارت جميع الدراسات إلى تمتع مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة بمعامل ثبات مقبول، وقد استفادت الباحثة من هذا الاختلاف في انتقاء الأبعاد التي تتلاءَم مع طبيعة العينة، كما أشارت نتائج دراسة Rosič et al.,(2023) إلى وجود فروقٍ في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى النوع والعمر والمسار التعليمي؛ وهو ما دفع الباحثة إلى التحقق من صحة هذه النتيجة ومعرفة ما إذا كانت نتائج البحث الحالي ستتفق مع تلك النتيجة أم تختلف معها وخاصة أنها الدراسة الوحيدة (في حدود علم الباحثة) التي تناولت بصفة مباشرة الفروق في الرفاهيَّة الرقميَّة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافيَّة (النوع، العمر، المسار التعليمي).

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:

١-الاستفادة من الأدوات التي استخدمها الباحثين السابقين في إعداد أداة البحث الحالية.

٢-الاستفادة من التنوع والاختلاف في العيّنات وحجمها التي تمّ إجراء الأبحاث السابقة عليها في اختيار أكثر الفئات استخداما واستهلاكا للتقنيات الرقميَّة والإنترنت وهم طلبة الجامعة.

٣-الاستفادة من الدراسات السابقة في صياغة فروض البحث الحالي وتفسير ومناقشة النتائج.

وفى ضوء ما سبق يمكن صياغة فروض البحث كالتالي:

فروض البحث:

الفرض الأول: يمتلكُ مقياسُ الرفاهيَّة الرقميَّة مُؤشرات صدق مقبولة مع خصائص المقياس الجيدة لدى طلبة جامعة الأزهر.

الفرض الثاني: يمتلكُ مقياسُ الرفاهيَّة الرقميَّة مُؤشرات ثبات مقبولة مع خصائص المقياس الجيدة لدى طلبة جامعة الأزهر.

الفرض الثالث: يُوجد مستوى متوسط من الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة جامعة الأزهر.

الفرض الرابع: لا تُوجد فُروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في مُتوسط استجابات أفراد العيّنة في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير النوع (ذكور - إناث).

الفرض الخامس: لا تُوجد فُروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في مُتوسط استجابات أفراد العيّنة في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير العمر.

الفرض السادس: لا تُوجد فُروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في مُتوسط استجابات أفراد العيّنة في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير الكلية (نظريَّة - عمليَّة).

الفرض السابع: لا تُوجد فُروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في مُتوسط استجابات أفراد العيّنة في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت.

أداة البحث:

مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة (إعداد الباحثة)

مبررات إعداد المقياس: أولًا: افتقار البيئة العربيَّة إلى أداة تقيس الرفاهيَّة الرقميَّة؛ حيث وجدت الباحثة ندرة شديدة في البيئة العربيَّة (في حدود علمها) في المقاييس المخصصة لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة الجامعة، فلم تعثر الباحثة على أي دراسة في البيئة العربيَّة تناولت متغير الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة الجامعة مع متغيرات أخرى أو بمفرده، أو حتَّى أشارت إلى خصائصه السيكومتريَّة؛ وهو ما جعل الباحثة تفكر في إعداد مقياس لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة الجامعة مع حساب خصائصه السيكومتريَّة.

ثانيًا: معظم المقاييس الأجنبيَّة التي استخدمت لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة لم تكن مقاييس أعدت لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة مباشرة، لكن كانت مقاييس تمَّ تطويعها لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة كدراسة Harrington et al., (2015) والتي استخدمت مقياس جودة الحياة الذي أعده Diener et al.,(1985) لتقييم الرفاهيَّة النفسيَّة لدى مرضى الخرف، وكذلك دراسة Gui et al.,(2017) التي استخدمت قائمة الرفاهيَّة النفسيَّة الصادرة عن منظمة الصحة العالمية (١٩٩٨) لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة، ودراسة Docherty et al.,(2022) والتي استخدمت مقياس الرضا عن الحياة الذي أعدَّه Diener et al.,(1985) لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة لدى المستخدمين.

ثالثًا: قلة المقاييس الأجنبيَّة التي أعدت لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة بصورة مباشرة؛ وهو ما شجع الباحثة على إعداد ذلك المقياس؛ ليكون إضافة للمكتبة العربيَّة ويستفيد منه الباحثون في إعداد دراسات عن الرفاهيَّة الرقميَّة.

خطوات إعداد المقياس: مرَّت عمليَّة إعداد المقياس بمجموعة من المراحل حتَّى وصل إلى صورته النهائية، وهي: الاطلاع على التراث السيكولوجي الذي تناول الرفاهيَّة الرقميَّة وعدد من الدراسات الأجنبيَّة، وكذلك عدد من المقاييس التي استخدمت لقياس الرفاهيَّة الرقميَّة والتي تمَّ إعدادها من قبل الباحثين أمثال:(Yue et al.,(2021 و(Arslankara et al.,(2022 و(Gomes et al.,(2023 و(Priyanka (2023 .

منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الذي يرصد الظاهرة في سياقها الطبيعي.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث: استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية: التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي، معامل ألفا لكرونباخ، معامل أوميجا الموزونة، معامل الثبات المركب، معامل الثبات بحذف درجة المفردة، طريقة التجزئة النصفية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعيارى، اختبار ت، تحليل التباين أحادي الاتجاه.

الإجراءات التنفيذية للبحث: تمَّ الاطلاع على الأدبيات النفسيَّة التي تناولت متغير البحث الحالي والدراسات السابقة التي استفادت الباحثة منها في أدبيات البحث، وكذلك في إعداد أداة البحث الحالية، وتفسير ومناقشة النتائج.

العينة: تكونت عينة الدراسة الأساسيَّة من (١٠١٤) طالبًا وطالبة من طلبة جامعة الأزهر بمتوسط عمري قدره (٢٠,١٥)، وانحراف معياري (١,٧٦١)، وتمَّ انتقاؤهم من الكليات التالية، ويوضح الجدول التالي أسماء الكليات والأعداد التي تمَّ انتقاؤها.

جدول (٢) أسماء الكليات والأعداد التي تمَّ اختيارها

م	اسم الكلية	العدد
١	كلية الدراسات الإنسانية بنات بتفهنا الأشراف (قسمى رياض أطفال وتربية)	٣٣١
٢	كلية التربية بنين بتفهنا الأشراف	٣٣٣
٣	كلية العلوم بنين بالقاهرة	٢٠٠
٤	كلية علوم بنات القاهرة	١٥٠

عرض نتائج البحث ومناقشتها:

نتائج الفرض الأول:

ينصُّ الفرض الأول على أنه: يمتلكُ مقياسُ الرفاهيَّة الرقميَّة مُؤشرات صدق مقبولة مع خصائص المقياس الجيدة لدى طلبة جامعة الأزهر.

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة وأبعاده الفرعية على عينة البحث الحالية والبالغ عددهم (١٠١٤) من طلبة جامعة الأزهر، قامت الباحثة بحساب (التحليل العاملي الاستكشافي- التحليل العاملي التوكيدي- الاتساق الداخلي" ارتباط البُعد

بالدرجة الكلية" " ارتباط المفردة بالدرجة الكلية"" ارتباط المفردة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه").

صدق التحليل العاملي الاستكشافي:

*حساب التحليل العاملي لدرجات المقياس باتباع الخطوات الآتية:

*إعداد مصفوفة الارتباطات لمفردات المقياس ٤٨×٤٨ على عينة حساب الخصائص السيكومترية (ن= ١٠١٤).

*حساب مدى كفاية حجم العينة لإجراء التحليل العاملي باستخدام اختبار Kmo Test حيث بلغت قيمة إحصائي اختبارKmo في تحليل هذا المقياس (0.933)؛ أي أكبر من الحد الأدنى الذي اشترطه Kaiser ؛ وبالتالي فإنه يُمكن الحكم بكفاية حجم العينة لإجراء هذا التحليل.

*إجراء التحليل العاملي بطريقة تحليل المكونات الرئيسة لهوتلينج للحصول على العوامل المكونة للمقياس بجذر كامن لهذه العوامل أكبر من الواحد الصحيح.

*تمَّ التوصُل إلى ثلاثة عوامل، وكانت قيم الجذر الكامن للعوامل على التوالي هي: ٩,٠٩٥، ٥,٩٨٣، ٥,٨٠٧.

*لإعطاء معنى نفسي لهذه العوامل الناتجة في كلِّ بُعد، تمَّ عمل التدوير المتعامد للعوامل على الحاسوب بطريقة فاريماكس لكايزر (Kaiser)، واتبعت الباحثة محك كايزرKaiser لاختيار تشبعات الفقرات بالعوامل، والذي يُعتبر التشبعات التي تصل إلى ٠,٣ أو أكثر تشبعات دالَّة.

*وتشير نتيجة التحليل العاملي الاستكشافي بعد التدوير إلى وجود ثلاثة عوامل كما هو موضح بالجدول التالي

جدول (٣) العوامل المستخرجة وتشبعاتها بعد التدوير المتعامد لمصفوفة مفردات مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة

المفردة	الأول	الثاني	الثالث	المفردة	العامل الأول	الثاني	الثالث
1		.641		25	.401		
2		.664		26	.319		
3		.756		27	.447		
4		.593		28	.490		
5		.503		29			.408
6			.530	30	.522		
7		.711		31	.608		
8		.753		32	.649		
9		.702		33	.596		

المفردة	الأول	الثاني	الثالث	المفردة	العامل الأول	الثاني	الثالث
10		.681		34	.526		
11		.654		35	.634		
12		.480		36	.662		
13			.666	37	.672		
14			.805	38	.625		
15			.805	39	.592		
16			.660	40	.416		
17			.725	41	.633		
18	.387			42	.652		
19	.483			43	.605		
20			.529	44	.550		
21			.659	45	.536		
22			.471	46	.550		
23	.535			47	.613		
24		.540		48	.611		
الجذر الكامن				الجذر الكامن	9.095	5.983	5.807
التباين				التباين	%18.948	%12.465	%12.098

تحديد المفردات التي تشبعت على كل عامل: بالنظر إلى جدول السابق للتحليل العاملي بعد التدوير يتضح ما يلي:

إنَّ العامل الأول قد تشبع بالمفردات رقم (١٨، ١٩، ٢٣، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١، ٤٢، ٤٣، ٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٧، ٤٨) وبلغ عددها (٢٦)، وقد كان الجذر الكامن ٩,٠٩٥ بنسبة تباين ١٨,٩٤٨%، وتكشف مضامين هذه المفردات عن امتلاك الطالب مجموعة من المهارات والخبرات والمعارف التي تعكس قدرته على التعامل في البيئة الرقميَّة، مثل: حل المشكلات التي تواجهه، وسهولة إنجاز الواجبات، والتواصل مع الأساتذة والأصدقاء، ومشاركة الملفات أو المناقشات والاجتماعات عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وهو ما يحفز الطالب

على القيام بأعمال متميزة في المستقبل ويزيد من إصراره على تعلم وتجريب كل ما هو جديد؛ وبالتالي يُمكن تسمية هذا العامل (الكفاءة الرقميَّة).

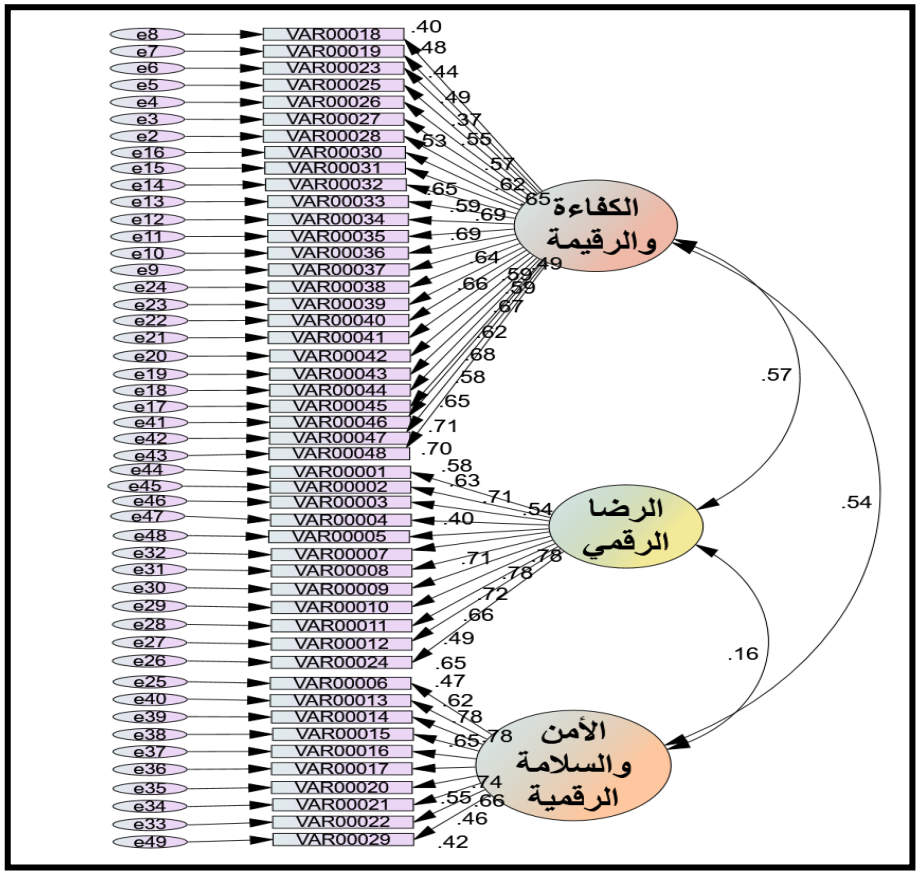
إنَّ العامل الثاني قد تشبع بالمفردات رقم (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٧، ٨،٩، ١٠، ١١، ١٢، ٢٤) وبلغ عددها (١٢)، وقد كان الجذر الكامن ٥,٩٨٣ بنسبة تباين١٢,٤٦٥%، وتكشف مضامين هذه المفردات عن حالة تعبر عن شعور الطالب بمشاعر إيجابية، مثل: الرضا والسرور والمتعة والانسجام نتيجة المميزات والفوائد التي يجنيها عند تعامله مع الأدوات والتقنيات الرقميَّة؛ وبالتالي يُمكن تسمية هذا العامل (الرضا الرقمي).

إنَّ العامل الثالث قد تشبع بالمفردات رقم (٦، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٩) وبلغ عددها (١٠)، وقد كان الجذر الكامن ٥,٨٠٧ بنسبة تباين ١٢,٠٩٨%، وتكشف مضامين هذه المفردات عن الإجراءات والممارسات التي يتخذها الطالب للتعامل الآمن والمسؤول مع الأجهزة والتقنيات الرقميَّة والتي تتضمن الالتزام بالقيم الأخلاقيَّة والإرشادات عند التعامل عبر مواقع التواصل الاجتماعي، تجنب ترويج الشائعات أو الدخول على المواقع المجهولة وحماية خصوصيته، وحسابه الشخصي من الاختراق بوضعه برامج الحماية وتحديثها بصفة دورية مع احترامه خصوصية الآخرين، والتوازن بين الوقت المخصص للشاشة والحياة الشخصيَّة، ويُمكن تسمية هذا العامل (الأمن والسلامة الرقميَّة).

كما يتضح أن جميع المفردات لها تشعبات دالَّة؛ حيث كانت التشعبات أكبر من (٠,٣)؛ وبالتالي لم يتم حذف أي مفردة من المقياس؛ وبذلك لتصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٤٨) مفردة.

التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis

قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي التوكيدي للنتائج باستخدام برنامج التحليل الإحصائي AMOS V23؛ حيث تمَّ إجراء التحليل العاملي التوكيدي على عينة حساب الخصائص السيكومترية، وتمَّ حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية ومعاملات الانحدار اللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالتها، والشكل التالي يُوضح النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي، ويوضح الجدول التالي معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية المستخرجة من التحليل العاملي التوكيدي.



شكل (٢) النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي

جدول (٤) معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي لعينة حساب الخصائص السيكومترية

المفردات	العوامل	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة*	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة*
VAR00037	f1	1.000			.695	
VAR00036	f1	1.003	.052	19.316	.636	***

القيمة الحرجة = قيمة "ت" *

مستوى الدلالة عند ٠,٠١*

المفردات	العوامل	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة*	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة*
VAR00035	f1	1.009	.048	20.928	.691	***
VAR00034	f1	.893	.049	18.104	.595	***
VAR00033	f1	1.008	.051	19.772	.652	***
VAR00032	f1	1.127	.057	19.711	.650	***
VAR00031	f1	1.027	.055	18.774	.618	***
VAR00030	f1	.807	.050	16.195	.531	***
VAR00018	f1	.721	.059	12.138	.396	***
VAR00019	f1	.824	.057	14.568	.476	***
VAR00023	f1	.829	.061	13.535	.442	***
VAR00025	f1	.721	.048	15.022	.491	***
VAR00026	f1	.657	.057	11.480	.374	***
VAR00027	f1	.713	.042	16.881	.554	***
VAR00028	f1	.860	.049	17.465	.573	***
VAR00013	f3	1.539	.116	13.250	.619	***
VAR00014	f3	2.135	.145	14.702	.782	***
VAR00015	f3	1.916	.130	14.708	.783	***
VAR00016	f3	1.778	.131	13.588	.651	***
VAR00017	f3	1.961	.136	14.388	.741	***
VAR00020	f3	1.586	.128	12.401	.547	***
VAR00021	f3	1.761	.129	13.640	.657	***
VAR00001	f2	1.000			.581	
VAR00002	f2	1.232	.076	16.261	.634	***
VAR00003	f2	1.295	.074	17.518	.706	***
VAR00004	f2	1.209	.083	14.510	.543	***
VAR00005	f2	.798	.070	11.376	.404	***

المفردات	العوامل	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة*	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة*
VAR00022	f3	1.644	.148	11.100	.457	***
VAR00038	f1	.932	.047	19.939	.657	***
VAR00039	f1	1.077	.060	17.863	.587	***
VAR00040	f1	.857	.057	15.066	.493	***
VAR00041	f1	1.095	.061	17.813	.585	***
VAR00042	f1	1.031	.051	20.271	.669	***
VAR00043	f1	.962	.051	18.894	.622	***
VAR00044	f1	.888	.043	20.624	.681	***
VAR00045	f1	.930	.053	17.697	.581	***
VAR00046	f1	.948	.048	19.703	.649	***
VAR00047	f1	.999	.047	21.330	.705	***
VAR00048	f1	1.043	.049	21.118	.698	***
VAR00007	f2	1.350	.077	17.521	.706	***
VAR00008	f2	1.533	.082	18.683	.781	***
VAR00009	f2	1.561	.084	18.601	.775	***
VAR00010	f2	1.499	.084	17.760	.721	***
VAR00011	f2	1.183	.070	16.816	.665	***
VAR00012	f2	.817	.061	13.361	.490	***
VAR00024	f2	1.315	.079	16.604	.653	***
VAR00006	f3	1.000			.473	
VAR00029	f3	1.219	.117	10.440	.417	***

يتضح من الجدول السابق أنه تمَّ حساب التحليل العاملي التوكيدي للعوامل المكونة للرفاهيَّة الرقميَّة لدى عينة حساب الخصائص السيكومترية؛ وقد أكدت النتائج أن جميع

معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالَّة عند مستوى ٠,٠١، كما أظهرت النتائج ارتفاع معاملات الانحدار المعياري وجميعها قيم مقبولة. كما تمَّ التأكد من حسن مطابقة النموذج المقترح عن طريق حساب مُؤشرات المطابقة والتي أظهرت جميعها حسن مطابقة النموذج المقترح كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (٥) مُؤشرات حسن المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي للعينة حساب الخصائص السيكومترية

م	مُؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
1	مُؤشر النِسبة بين قيم x2 ودرجات الحرية (CMIN) df	1.663	أقل من (٥)	مقبول
2	مُؤشر حسن المطابقة (GFI)	.٧٥٤	٠ إلى ١	مقبول
3	مُؤشر المطابقة المعياري (NFI)	.٧٢١	٠ إلى ١	مقبول
4	مُؤشر المطابقة النسبي (RFI)	.٧١٩	٠ إلى ١	مقبول
5	مُؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	.٨٩٧	٠ إلى ١	مقبول
6	مُؤشر توكر لويس (TLI)	.٨٧٩	٠ إلى ١	مقبول
7	مُؤشر المطابقة المقارن (CFI)	.٨٠٠	٠ إلى ١	مقبول
8	مُؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	.٠٥٨	٠,٠٨فأقل	مقبول

باستقراء الجدول السابق يتضح أن قيم مُؤشرات المطابقة جاءت في المدى المقبول لحسن المطابقة بعد الاستغناء عن قيمة مربع كاي (X2)؛ وبالتالي تمَّ الاعتماد على قيمة Chi-Square إلى درجات الحرية؛ حيث كانت قيمتها أقل من (٥) حيث بلغ (١,٦٦٣) وهي قيمة جيدة، تقع في المدى المثالي للمؤشر حيث يفترض ألا تزيد هذه القيمة عن (٥).

كما أن قيمة مُؤشر حسن المطابقة (GFI) ٧٥٤. وهي قيمة جيدة، تقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر في المدى من صفر إلى ١ ؛ حيث تُشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة مُؤشر المطابقة المعياري (NFI) ٧٢١. وهي قيمة جيدة، تقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر في المدى من صفر إلى ١ ؛ حيث تُشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة.

كما أن قيمة مُؤشر المطابقة النسبي (RFI) ٧١٩. وهي قيمة جيدة، تقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر في المدى من صفر إلى ١ ؛ حيث تُشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة مُؤشر المطابقة المتزايد (IFI) ٨٩٧. وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر في المدى من صفر إلى ١ ؛ حيث تُشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة مُؤشر توكر لويس (TLI) ٨٧٩. وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر في المدى من صفر إلى ١ ؛ حيث تُشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة.

كما أن قيمة مُؤشر المطابقة المقارن (CFI) ٨٠٠. وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر في المدى من صفر إلى ١ ؛ حيث تُشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA) ٠٥٨. وهي قيمة جيدة، وتقع في المدى المثالي للمؤشر؛ حيث إنها أقل من ٠,٠٨ ممَّا يدلُّ على أن النموذج مطابق بدرجة كبيرة، وهو من أهم مُؤشرات جودة المطابقة؛ حيث تُشير القيم التي تقع في هذا المدى إلى مطابقة جيدة.

كما يتضح أن جميع المفردات لها تشعبات دالَّة؛ حيث كانت تشعبات كل منها أكبر من (٠,٣)؛ وبالتالي لم يتم حذف أي مفردة من المقياس؛ وبذلك لتصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٤٨) مفردة.

الاتساق الداخلي:

وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة

م	الأبعاد	الكفـــــاءة الرقميَّة	الرضـــــا الرقمي	الأمن والسلامة الرقميَّة	الدرجـــة الكلية
1	**الكفاءة الرقميَّة**	1			
2	**الرضا الرقمي**	.536**	1		
3	**الأمـــن والســـلامة الرقميَّة**	.526**	.175**	1	
الدرجة الكلية		.944**	.743**	.606**	1

يتضح من الجدول ما يلي: إنَّ معاملات الارتباط تراوحت بين (0.944،0.175)؛ وبذلك تمَّ التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس.

وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة، والبُعد الذي ينتمي إليه تلك المفردة، ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط بين المفردة والبُعد الذي ينتمي إليه:

جدول (٧) معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبُعد الذي ينتمي إليه

الكفاءة الرقميَّة				الرضا الرقمي		الأمن والسلامة الرقميَّة	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
18	.454**	36	.654**	1	.621**	6	.524**
19	.541**	37	.701**	2	.675**	13	.669**
23	.509**	38	.668**	3	.737**	14	.772**
25	.526**	39	.611**	4	.629**	15	.769**
26	.416**	40	.508**	5	.510**	16	.700**
27	.578**	41	.617**	7	.742**	17	.744**
28	.605**	42	.681**	8	.784**	20	.649**
30	.578**	43	.632**	9	.769**	21	.708**
31	.642**	44	.674**	10	.725**	22	.609**
32	.681**	45	.590**	11	.698**	29	.388**
33	.659**	46	.642**	12	.550**		
34	.598**	47	.688**	24	.670**		
35	.690**	48	.688**				

يتضح من الجدول السابق ما يلي: إنَّ قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (0.388، 0.784)، وأن معظم هذه القيم مقبولة.

كذلك تمَّ حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية، ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٨) معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة

المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
١	.394**	25	.522**
٢	.474**	26	.381**
٣	.469**	27	.541**
٤	.428**	28	.581**
٥	.371**	29	.506**

المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
٦	**.408**	**30**	.522**
٧	**.537**	**31**	.626**
٨	**.536**	**32**	.653**
٩	**.579**	**33**	.631**
١٠	**.517**	**34**	.558**
١١	**.565**	**35**	.634**
١٢	**.557**	**36**	.605**
١٣	**.461**	**37**	.654**
١٤	**.380**	**38**	.613**
١٥	**.364**	**39**	.574**
١٦	**.428**	**40**	.496**
١٧	**.468**	**41**	.571**
١٨	**.425**	**42**	.629**
١٩	**.526**	**43**	.587**
٢٠	**.440**	**44**	.643**
٢١	**.441**	**45**	.548**
٢٢	**.350**	**46**	.607**
٢٣	**.468**	**47**	.651**
٢٤	.614**	48	.665**

يتضح من الجدول السابق ما يلي: إنَّ قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (0.474، 0.665)، وأن هذه القيم مقبولة، وبذلك تمَّ التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس.

نتائج الفرض الثاني:

ينصُّ الفرض الثاني على أنه: يمتلكُ مقياسُ الرفاهيَّة الرقميَّة مُؤشرات ثبات مقبولة مع خصائص المقياس الجيدة لدى طلبة جامعة الأزهر.

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة وأبعاده الفرعية على عينة البحث الحالي والبالغ عددهم (١٠١٤) من طلبة جامعة الأزهر، قامت الباحثة بحساب

(الثبات المركب - معامل أوميجا الموزونة - ثبات ألفا كرونباخ - معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة - التجزئة النصفية - إعادة التطبيق) كالتالي:

***أولًا: الثبات المركب: Composite Reliability**

يعتمد في تقدير الثبات المركب على مساهمات كل متغير مقاس في تفسير عامله مع الأخذ في الحسبان قيم الأخطاء. قامت الباحثة بحساب الثبات المركب (CR) لكلِّ عامل من عوامل النموذج للتأكد من ثبات البنية العاملية لأبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة، وجاءت النتائج كما يبينها الجدول التالي.

جدول (٩) معامل الثبات المركب لأبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة

م	البُعد	CR
١	**الكفاءة الرقميَّة**	**0.931**
٢	**الرضا الرقمي**	**0.894**
٣	**الأمن والسلامة الرقميَّة**	**0.850**
	الدرجة الكلية	**0.943**

عن طريق معاينة نتائج الجدول يتم ملاحظة ثبات البنية العاملية للنموذج؛ حيث تراوحت قيمة معامل الثبات المركب (CR) لكلِّ بُعد ما بين (٠,٨٥٠-٠,٩٣١) وبلغت الدرجة الكلية للمقياس (٠,٩٤٣)، وهي قيم مقبولة؛ ممَّا يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس، وهذا مُؤشر دال على ثبات البنية العاملية للنموذج.

ثانيًا: حساب معامل أوميجا الموزونة: Weighted Omeaga

قامت الباحثة بحساب معامل أوميجا الموزونة لكلِّ عامل من عوامل النموذج؛ للتأكد من ثبات البنية العاملية لأبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة، وجاءت النتائج حسب جدول التالي

جدول (١٠) معامل أوميجا الموزون لأبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة

م	البُعد	ΩW
١	**الكفاءة الرقميَّة**	**0.929**
٢	**الرضا الرقمي**	**0.892**
٣	**الأمن والسلامة الرقميَّة**	**0.851**
	الدرجة الكلية	**0.940**

عن طريق معاينة نتائج الجدول تلاحظ ثبات البنية العاملية للنموذج؛ حيث تراوحت قيمة معامل أوميجا بالنسبة لأبعاد المقياس المستخدم تراوحت بين (٠,٨٥١-٠,٩٢٩)، وبلغت الدرجة الكلية للمقياس (٠,٩٤٠)، وهي قيم مقبولة؛ ممَّا يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس، وهذا مُؤشر دال على ثبات البنية العاملية للنموذج.

ثالثا: معامل ثبات ألفا كرونباخ: استخدمت الباحثة لحساب الثبات على عينة حساب الخصائص السيكومترية معامل ألفا كرونباخ، ويوضح الجدول التالي معامل الثبات لكلِّ بُعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية:

جدول (١١) معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة

م	البُعد	معامل الثبات
1	الكفاءة والرقمية	0.931
2	الرضا الرقمي	0.891
3	الأمن والسلامة الرقميَّة	0.850
	الدرجة الكلية	0.943

باستقراء الجدول السابق يتضح ما يلي: أنَّ قيمة معامل ألفا لكرونباخ بالنسبة لأبعاد المقياس المستخدم تراوحت بين (٠,٨٥٠ و٠,٩٣١)، وبلغت قيمتها للمقياس ككل (٠,٩٤٣، وهي قيم مقبولة؛ ممَّا يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

رابعًا: معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة: استخدمت الباحثة لحساب الثبات على عينة حساب الخصائص السيكومترية معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة، ويوضح الجدول التالي معامل الثبات لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة:

جدول (١٢) قيم معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة

رقم المفردة	معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة	رقم المفردة	معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة
1	.942	25	.941
2	.942	26	.943
3	.942	27	.941
4	.942	28	.941
5	.943	29	.942
6	.942	30	.941
7	.941	31	.941
8	.941	32	.941
9	.941	33	.941
10	.942	34	.941
11	.941	35	.941

رقم المفردة	معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة	رقم المفردة	معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة
12	.941	36	.941
13	.942	37	.941
14	.942	38	.941
15	.942	39	.941
16	.942	40	.942
17	.942	41	.941
18	.942	42	.941
19	.941	43	.941
20	.942	44	.941
21	.942	45	.941
22	.943	46	.941
23	.942	47	.941
24	.941	48	.941

وباستقراء الجدول السابق يتضح ما يلي: إنَّ قيم معاملات الثبات تراوحت بين (٠,٩٤١ : ٠,٩٤٣) وأن جميع هذه المعاملات مقبولة؛ ممَّا يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

خامسا: طريقة التجزئة النصفية: يوضح الجدول التالي معامل ثبات التجزئة النصفية

جدول (١٣) معامل ثبات التجزئة النصفية

المقياس / المعامل	التجزئة النصفية		قيمة(ر)	سبيرمان وبراون Spearman & Brown	جتمان Guttman
	النصف الأول	**النصف الثاني**			
لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة	**0.891**	**0.885**	**0.936**	**0.976**	**0.967**

باستقراء الجدول السابق يتضح ما يلي: إنَّ معاملات الثبات للاختبار تراوحت بين(٠,٨٨٥ : ٠,٩٦٧) وهي معاملات ثبات عالية ودالة إحصائيًّا تدعو للثقة في صحة النتائج.

***معامل الثبات باستخدام طريقة إعادة التطبيق:**

تمَّ حساب ثبات الأداة عن طريق استخدام طريقة إعادة التطبيق، بعد فاصل زمني مقداره أسبوعين، ويوضح الجدول التالي معامل الثبات لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة:

جدول (١٤) قيم معامل الثبات باستخدام طريقة إعادة التطبيق لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة

م	البُعد	معامل الارتباط
١	**الكفاءة الرقميَّة**	**0.936****
٢	**الرضا الرقمي**	**0.968 ****
٣	**الأمن والسلامة الرقميَّة**	**0.880 ****
	الدرجة الكلية	**0.980 ****

وبلغ معامل الثبات للمقياس (**٠,٩٨٠) وهو معامل دال إحصائيًّا؛ ممَّا يدعو للثقة في صحة استخدام المقياس.

الصورة النهائية للمقياس:

ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٤٨) عبارة، ويوضح الجدول التالي الصورة النهائية لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة وتوزيع العبارات على أبعاد المقياس.

جدول (١٥) الصورة النهائية لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة

م	الأبعاد	العبارات	عدد العبارات
1	**الكفـــــــاءة الرقميَّة**	**١٨، ١٩، ٢٣، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١، ٤٢، ٤٣، ٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٧، ٤٨**	٢٦
2	**الرضا الرقمي**	**١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٧، ٨،٩، ١٠، ١١، ١٢، ٢٤**	١٢
3	**الأمـــــــــن والســـــلامة الرقميَّة**	**٦، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٩**	١٠
	المجموع		٤٨

تصحيح المقياس: يتمّ تصحيح المقياس بإعطاء درجة واحدة للاختيار (لا أوافق)، ودرجتين للاختيار (نادرًا ما أوافق)، وثلاث درجات لـ (أوافق بدرجة متوسطة)، وأربع درجات لـ (أوافق)، وخمس درجات للاختيار (أوافق بشدة)؛ وبذلك تتراوح الدرجة على المقياس ما بين (٥- ٢٤٠).

نتائج الفرض الثالث:

ينصُّ الفرض الثالث على أنه: يُوجد مستوى متوسط من الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة جامعة الأزهر.

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة وأبعادها الفرعية على عينة البحث الحالية والبالغ عددهم (١٠١٤) من طلبة جامعة الأزهر، وأظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية على مقياس الرفاهيَّة الرقميَّة وأبعادها الفرعية بلغ (185.2) وبانحراف معياري وقدره (26.08).

وللتعرف على معنوية الفرق بين المتوسطات المحسوبة والمتوسطات تمَّ استخدام اختبار(ت) للمجموعة الواحدة، وتمَّ مقارنة المتوسط الحسابي الفعلي لعينة الدراسة بالمتوسط الافتراضي والذي يُمثل ٥٠% من درجة البُعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يُوضح ذلك:

جدول (١٦) قيمة "ت" لمعرفة الفرق بين المتوسط الفعلي والمتوسط الافتراضي لمقياس الرفاهيَّة الرقميَّة لدى عينة البحث (ن = 1014)

المقياس	المتوسط الافتراضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الكفاءة الرقميَّة	81	106.2	16.75	48.070	0.01
الرضا الرقمي	36	39.5	9.46	11.860	0.01
الأمن والسلامة الرقميَّة	30	39.4	5.33	56.563	0.01
الدرجة الكلية	144	185.2	26.08	50.406	0.01

باستقراء الجدول السابق يتضح:

إنَّ قيمة "ت" لمعرفة الفرق بين المتوسط الفعلي والمتوسط الافتراضي لكلٍّ من أبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة والدرجة الكلية بلغت على التوالي (٤٨,٠٧٠- ١١,٨٦٠ – ٥٦,٥٦٣- ٥٠,٤٠٦) وهى

قيمة دالَّة إحصائيًّا عند مستوى٠,٠١؛ ممَّا يُشير إلى وجود فروقٍ ذات دلالةٍ إحصائيَّة بين المتوسط الفعلي والمتوسط الافتراضي، ويُشير إلى ارتفاع مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لدى عينة البحث وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (2022) ,.Arslankara et al والتي أشارت إلى ارتفاع مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لدى مستخدمي التقنيات الرقميَّة ، ونظرا لندرة الدراسات التي تناولت بشكل مباشر مستوى الرفاهيَّة الرقميَّة ؛ لذا استعانت الباحثة بالدراسات التي احتوى متغيراتها على بعض أبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة للاستفادة منها في تفسير النتائج ، كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة ناجي (٢٠١٩) والتي أسفرت عن وجود مستوى مرتفع في أبعاد المواطنة الرقميَّة، ومنها (الحقوق والمسؤوليات الرقميَّة، الأمن الرقمي، الصحة والسلامة الرقميَّة) وتتفق جزئيا مع نتائج دراسة (2022),.Ogegbo et al والتي أسفرت عن ارتفاع مستوى الكفاءة الرقميَّة لدى طالبات الجامعة بنيجيريا وجنوب أفريقيا ، كما تتعارض جزئيا مع نفس الدراسة والتي أسفرت عن انخفاض مستوى الكفاءة الرقميَّة لدى طالبات الجامعة بأوغندا ورواندا ، وتتعارض هذه النتائج كذلك مع دراسة (2023),.Alsaadi et al والتي أشارت إلى وجود مستوى متوسط إلى منخفض في

المواطنة الرقميَّة بأبعادها (الهوية الرقميَّة، والمشاركة المدنية الرقميَّة، والأخلاق الرقميَّة، ومحو الأميَّة الرقميَّة، والسلامة الرقميَّة، والاتصالات الرقميَّة العالمية).

وتفسر الباحثة وجود مستوى مرتفع من الرفاهيَّة الرقميَّة لدى طلبة الجامعة بأنَّ ذلك راجع إلى ما يلي:

أولًا: الخصائص التي يتمتع بها أفراد عينة البحث الحالي، فطلبة الجامعة من الفئة العمرية التي يطلق عليها المواطنون الرقميون فضلًا عن كونهم من أكثر الشرائح العمرية استهلاكًا للتقنيات الرقميَّة وتطبيقاتها المتعددة التي تطرحها كبرى الشركات الكبرى العالمية كجوجل وأبل؛ وهو ما ساعدهم على الاستفادة من مميزاتها في إنجاز العديد من الأشياء، مثل: المشاريع البحثية، والتصميمات الهندسية لطلبة الكليات العملية، الأبحاث، الترجمة، عمل الفيديوهات والوسائل التعليميَّة، الواجبات الأكاديميَّة، بالإضافة إلى كون التقنيات الرقميَّة أتاحت لهم الفرصة في اكتساب وتنمية العديد من المهارات والخبرات وهو ما ساعدهم على بناء كفاءتهم الرقميَّة التي تتوافق مع العمليات المعرفيَّة اللازمة لتعلمهم الرقمي، كما أنها أتاحت لهم الفرصة لعقد وتوطيد العلاقات الاجتماعيَّة، وتكوين صدقات متعددة مع أفراد من مختلف الجنسيات ولا شكَّ أن هذا أدى إلى رضاهم وسعادتهم بتلك التقنيات الرقميَّة التي سهَّلت إيقاع الحياة لديهم، ووفرت عليهم أعباء الواجبات الأكاديميَّة.

ثانيًا: البيئة التعليميَّة؛ فانتماء الطلبة إلى جامعة عريقة كجامعة الأزهر كان له دورٌ في ثقل وتهذيب شخصية طلبة الجامعة فجعلت لديهم وعي ويقظة تجاه تعاملاتهم الرقميَّة عبر وسائل التواصل الاجتماعي وعبر مواقع الإنترنت بحيث يتمّ التعامل معها بشكل آمن عن طريق تثبيت برامج الحماية من الفيروسات أو القرصنة مع تحديثها بصفة دورية، وكذلك مراعاة كافة الإجراءات الوقائية لمنع التنمر الإلكتروني أو انتهاك الخصوصية، أو القيام بسلوكيات غير صحية عبر الإنترنت، مثل: التنمر، والابتزاز أثناء تواصلهم مع الآخرين.

ثالثًا: طبيعة المجتمع الذي يعيش فيه طلبة الجامعة والذي شهد ثورات في عالم التكنولوجيا والاتصال الرقمي كان لها صدى وأثرٌ فعَّال في البيئة التعليميَّة؛ حيث أُدمجت التكنولوجيا في التعليم وسعت الجامعة إلى التطوير الرقمي والدخول في منظومة التحول الرقمي والتي أجبرت الطلبة على التعامل الرقمي في إنجاز العديد من الأمور، مثل: منظمة الكتاب الإلكتروني، والتقديم للالتحاق بالجامعة الذي يتمّ حاليًا عبر المواقع الإلكتروني للجامعة، وكذلك الحال للتحويل بين الكليات، وكذلك دفع مصاريف الكليات، واختبارات القدرات تتمّ هي الآخر عن طريق الدفع عن طريق الخدمات الإلكترونية، وحاليًا يتمّ إجراء اختبار القرآن الكريم لكلِّ طلبة الجامعة إلكترونيًّا، فضلًا عن حرص الجامعة إلى عقد العديد من الدورات التدريبية للطلبة أون لاين؛ وهو ما أدى إلى جعل الطلبة تهتم بالتقنيات الرقميَّة وتسعى إلى تنمية مهاراتهم لاستخدامها وتوظيفها بالشكل الأمثل.

رابعًا: الظروف التي مرَّ بها طلبة الجامعة خلال الأعوام الماضية والتي شهدت تفشي وباء كورونا والذي ساعدت هي الأخرى على ظهور ما يسمى بالتعلم عن بُعد والذي أجبر الطلبة التي تريد استكمال دراستها إلى الدراسة عبر المنصات التعليميَّة الرسمية وغير الرسمية كالتيمز والزوم والواتساب ...إلخ، والتفاعل مع الآخرين عبر الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي؛ فكل ما سبق

مهَّد الطريق لطلبة الجامعة ليكونوا منفتحين على البيئة الرقميَّة، وهو ما ساعدهم على أن تصبح التكنولوجيا الرقميَّة بتقنياتها جزءًا أصيلًا من حياتهم اليوميَّة.

ويذهب Martzoukou et al.,(2022,752) إلى كون طلبة الجامعة نشأوا مع عصر العولمة والتغيرات الرقميَّة وهو ما ساعد على ارتفاع مستوى كفاءتهم الرقميَّة في العديد من المجالات كالأمن الرقمي، وإدارة السجلات الرقميَّة، والتعامل عبر الإنترنت، بالإضافة إلى قدرتهم على أداء المهام الرقميَّة بكفاءة، وكذلك السلوكيات الرقميَّة مثل التواصل عبر الإنترنت والعمل الجماعي وتبادل المعلومات الرقميَّة، ويُمكن القول إنَّ ذلك يعود إلى كون طلبة يدخلون إلى عالم الجامعة ليس كـ "صفحة بيضاء" رقميَّة (أي بتجارب رقميَّة غير متشكلة إلى حد كبير)، ولكن بالمعرفة الرقميَّة الحالية والسلوك الرقمي والخبرات التي تشكلت عن طريق لقاءات سابقة مع البيئة الرقميَّة، والتي تتأثر بمواقف اجتماعيَّة وثقافيَّة وبيئيَّة مختلفة قد تكون هذه الظروف بمثابة حواجز أو عوامل تمكين لمزيد من التطوير والتعلم الرقمي، قد يكون الافتقار إلى الاتصال الرقمي وقلة فرص تطوير المهارات الرقميَّة، على سبيل المثال: ضمن سلسلة الحياة اليوميَّة للفرد والعمل والسياقات التعليميَّة المترابطة، بمثابة محفز لتطوير المهارات والكفاءات الرقميَّة، والتي قد تكون مخفية أو غير مكتشفة في الرحلات التعليميَّة للطلاب.

ويرى Alsaadi et al.,(2023,282) أن الأحداث التي شهدها العالم مؤخرًا ومنها تفشي ظاهرة كورونا والتي أحدثت تحولًا هائلًا في جميع النواحي والمجالات الحياتيَّة، منها: المؤسسات التعليميَّة، فقد أجبر الإغلاق الناجم عن فيروس كورونا (كوفيد-١٩) الطلاب من جميع المستويات في أنحاء كثيرة من العالم على الاستفادة من الإنترنت والأدوات الرقميَّة كجزء أساسي لمواصلة تعليمهم عن بُعد، فلم يكن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والمنصات التعليميَّة اختياريًّا، بل على العكس من ذلك، أصبح من الضروري استخدامها للمضي قدمًا في عمليَّة التعلم الرسمية في العديد من البلدان وقد كشفت هذه التجربة عن العديد من المشكلات المتعلقة بالاستخدام المسؤول للطلاب للإنترنت، وكانت بعض هذه القضايا تتعلق بنقص المعرفة الرقميَّة، وكان بعضها يتعلق بالأخلاقيات الرقميَّة، مثل: كتابة النصوص والسلامة . وقد أجبر هذا التحول الكبير السلطات التعليميَّة والمؤسسات الحكومية الأخرى على تحمل مسؤولية ضمان أن يكون الطلاب على دراية كاملة بالمعايير المناسبة والسلوك المسؤول المطلوب أثناء استخدام التكنولوجيا، والمشاركة في الحياة الرقميَّة؛ من أجل الاطلاع والتعلم والتواصل مع العائلة والأصدقاء والمجتمعات؛ وهذا يعكس الدور الحاسم الذي تلعبه تلك المؤسسات التعليميَّة في تمكين طلابها بالكفاءات الرقميَّة المطلوبة مع العمل على تحسين وتنمية مستواها للمشاركة بفعالية في مجتمعاتهم والمجتمع الرقمي بأكمله.

ويشير Rosič et al.,(2023,4) إلى أن المراهقين يقضون وقتًا طويلًا في استخدام الهواتف الذكية ولا شكَّ أن الاتصال الدائم الذي توفره لهم هواتفهم الذكية أدى إلى العديد من التجارب التنموية المختلفة بين جيل المراهقين الحاليين من طلبة الجامعة عن تلك التي شهدتها الأجيال السابقة، ولا شكَّ أن استفادة جيل المراهقين الحاليين من مزايا التطبيقات الرقميَّة كان له أبلغ الأثر في الارتقاء بمستوى الرفاهيَّة الرقميَّة لديهم؛ حيث لعبت التقنيات الرقميَّة دورًا في تحسين قدراتهم الرقميَّة بعناية الاتصال بحيث توفر لهم متعة يُمكن التحكم فيها وتدعمهم بأقصى درجة في تحقيق أهدافهم؛ حيث يتعلم المراهقون من طلبة الجامعة إدارة فوائد وعيوب الاتصال، وبمرور الوقت تتحول استراتيجيَّة الإدارة هذه إلى عادة متجذرة تحدد كيفية تجربتهم للاتصال الرقمي في حياتهم المقبلة.

نتائج الفرض الرابع:

ينصُّ الفرض الرابع على أنه: لا توجد فُروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في مُتوسط استجابات أفراد العيّنة في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير النوع (ذكور ـ إناث).

وللتحقق من صحة الفرض تمَّ استخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة Independent Samples T-Test في الكشف عن دلالة الفروق بين استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير النوع (ذكور ـ إناث)، وكانت النتائج كما هي موضحة في الآتي:

جدول (١٧) دلالة الفروق في استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير النوع (ذكور ـ إناث)

الرفاهيَّة الرقميَّة	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المِعْياري	النِسبة التائية	مستوى الدلالة
الكفاءة الرقميَّة	ذكور	533	106.8	16.55	١,٢١٢	٠,٢٢
	إناث	481	105.6	16.96		غيردالَّة
الرضا الرقمي	ذكور	533	39.8	9.21	١,١٧٨	٠,٢٣
	إناث	481	39.1	9.74		غيردالَّة
الأمن والسلامة الرقميَّة	ذكور	533	39.7	5.08	١,٤٩٩	٠,١٣٤
	إناث	481	39.2	5.59		غيردالَّة
الدرجة الكلية	ذكور	533	186.4	25.37	١,٥١٣	٠,١٣١
	إناث	481	183.9	26.82		غيردالَّة

يتبيّن من الجدول السابق أنه:

لا تُوجد فروقٌ دالَّة إحصائيًّا في استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير (النوع ذكور، إناث)؛ وهذا يعني قبول الفرض الصفري وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة Guillén-Gámez & Peña (2020) والتي أسفرت عن عدم وجود فروق في الكفاءة الرقميَّة ترجع إلى النوع، ودراسة Abbasi & Hamdi(2022) التي أسفرت عن عدم وجود فروقٍ في أبعاد المواطنة الرقميَّة، ومنها: الصحة، والرفاهية الرقميَّة، والأمن الرقمي ترجع إلى النوع، ودراسة Prabhu et al.,(2022) والتي أشارت إلى عدم وجود فروقٍ الكفاءة الرقميَّة ترجع إلى النوع، ودراسة القرني والقرني (٢٠٢٣) التي أشارت إلى عدم وجود فروقٍ في أبعاد المواطنة الرقميَّة (قواعد السلوك الرقمي، القانون الرقمي، الحقوق والمسؤوليات الرقميَّة، الصحة والرفاهية الرقميَّة، الأمن الرقمي) ترجع إلى النوع.

وتتعارض هذه النتيجة مع نتائج دراسة Lyons(2011) والتي أشارت إلى وجود فروقٍ في بُعد السلامة الرقميَّة لصالح الإناث مقارنة بالذكور ودراسة Jwaifell(2018) والتي أشارت إلى وجود

فروقٍ في بعد المواطنة الرقميَّة (الأمن الرقمي) لصالح الإناث مقابل الذكور ودراسة Alsaadi et al.,(2023) والتي أشارت إلى وجود فروقٍ في بُعد السلامة الرقميَّة لصالح الإناث ودراسة Yıldız et al.,(2020) والتي أسفرت عن وجود فروقٍ في بُعد الأمن الرقمي لصالح الذكور مقارنة بالإناث ودراسة Rosič et al., (2023) والتي أسفرت عن وجود فروقٍ في الرفاهيَّة الرقميَّة لصالح الذكور مقارنة بالإناث.

وتفسر الباحثة عدم وجود فروقٍ في الرفاهية الرقمية بين طلبة الجامعة (ذكور، إناث) بأن ذلك يرجع إلى كون طلبة الجامعة أكثر وعيًا بالتقنيات الرقميَّة ولديهم المهارات اللازمة للتعامل معها وتوظيفها بشكل إيجابي؛ وهو ما يعكس ارتفاع مستوى الشعور بالراحة والتحكم والأمان عند استخدام التقنيات الرقميَّة، وإدراك أن المعلومات والوسائط الرقميَّة يُمكن أن تسبب تشتيت الانتباه والحمل الزائد والضغط النفسي، وهو ما يجعلهم يقومون بقطع الاتصال عند الضرورة، مع الأخذ في الاعتبار الصواب والأخطاء والعواقب المحتملة لسلوكهم عبر الإنترنت، والتصرف بشكل إيجابي ضد التنمر عبر الإنترنت، والسلوكيات الضارة الأخرى عبر الإنترنت، واستخدام الوسائط الرقميَّة للوصول إلى الخدمات، ومراقبة الظروف الصحيَّة والمشاركة في المجتمع، وإدارة التفاعلات عبر الإنترنت والعالم الحقيقي بطرق تدعم العلاقات الصحيَّة، وتزيد من رضاهم الرقمي (Martzoukou et al.,2022,752).

ويرى Moreno et al.,(2022,2,15) أن استخدام التكنولوجيا الرقميَّة وتطبيقاتها المتعددة ووسائطها أصبح جزءًا لا يتجزأ من حياة معظم المراهقين من طلبة الجامعة والذين تمَّ تصنيفهم على أنهم مواطنون رقميون؛ لتعرضهم للتكنولوجيا الرقميَّة طوال حياتهم؛ وهو ما أدى إلى أن تصبح الأدوات الرقميَّة منسوجة في نسيج حياتهم اليوميَّة وعالمهم وليست منفصلة عنه، فالأدوات والتطبيقات الرقميَّة مثل وسائل التواصل الاجتماعي حفّزت المراهقين من طلبة الجامعة على التعبير عن أنفسهم؛ وهذا أدى إلى زيادة الدعم الاجتماعي والتعلم، وقد وصف المراهقون تجاربهم العاطفية على وسائل التواصل الاجتماعي لتشمل الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة الرقميَّة.

ويؤكّد مورينو وزملائه على أهمية تحفيز الشباب على اعتماد تكنولوجيا الصحة الرقميَّة التي تتضمن عنصرًا اجتماعيًّا؛ لأنها تعزز مهارات الاتصال، وتمكن من الشعور بالانتماء؛ وبالتالي زيادة الدعم الاجتماعي، وهذه العوامل بدورها قد تقلل من التوتر أو المرض الجسدي، وتحسن الصحة النفسيَّة والجسديَّة، وتعزز من مستوى رفاهيتهم في عالمهم الرقمي.

ويشير Holly(2023,1-2) بأنَّ ذلك يعود إلى كون الغالبية العظمى من طلبة الجامعة ويعيشون في عصر يتسم بالتحول الرقمي والذي كان له أبلغ الأثر في اتجاههم إلى التقنيات والتطبيقات الرقميَّة للاستفادة منها في تحقيق العديد من الأشياء؛ حيث يُمكن لمنصات الوسائط الرقميَّة أن تدعم الترابط عن طريق السماح للمراهقين بالحفاظ على العلاقات مع الأصدقاء والعائلة، وإقامة روابط اجتماعيَّة جديدة، ومتابعة اهتماماتهم، والعثور على شبكات الدعم يستخدم المراهقون الوسائط الرقميَّة لبناء إحساسهم بالهوية والغرض والوفاء والمساهمة في مجتمعاتهم، ويُمكن تعزيز التعلم الرسمي وغير الرسمي عن طريق الوسائط الرقميَّة؛ حيث يتمكن المراهقون من الوصول إلى كميات غير مسبوقة من المعلومات والأدوات اللازمة لبناء معارفهم ومهاراتهم؛ وهذا ما أدى إلى شعورهم بالرضا الرقمي.

ويُمكن القول إنَّ الاتصال عبر الإنترنت والتطبيقات التي يُمكن الوصول إليها عن طريق الهواتف المحمولة والأجهزة اللوحية وأجهزة الكمبيوتر نافذة مهمة للمراهقين والشباب على العالم، وإن

اختلف مستويات الوصول الرقمي وتجارب العالم الرقمي بشكل كبير، فالمراهقون والشباب عادة ما يكونون من بين أعلى مستخدمي الوسائط الرقميَّة. وغالبًا ما يعتمد الشباب على الهواتف الذكية للاتصال بالإنترنت واستخدام تطبيقاته المتعدة التي ساعدتهم على الشعور بالرضا الرقمي، فالوسائط الرقميَّة يُمكن أن تحسن وتعزز الرفاهيَّة الرقميَّة للمراهقين والشباب بطرق متعددة، على سبيل المثال: يُمكن للأنظمة الصحيَّة الممكَّنة رقميًّا والمعتمدة على البيانات أن تساعد في تقليل عدم المساواة الصحيَّة، وتحسين جودة الرعاية، وتوفر الرعاية الصحيَّة الرقميَّة فرصًا للعاملين في مجال الصحة للوصول إلى المراهقين في المجتمعات النائية والمحرومة، وللمراهقين لإدارة ومراقبة صحتهم الجسديَّة والعقليَّة يُعد الوصول عبر الإنترنت إلى المعلومات المتعلقة بالصحة فائدة كبيرة حددها الشباب.

نتائج الفرض الخامس:

ينصُّ الفرض الخامس على أنه: لا تُوجد فُروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في مُتوسط استجابات أفراد العيّنة في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير العمر.

وللتحقق من صحة الفرض تمَّ استخدام اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه One Way ANOVA في الكشف عن دلالة الفروق بين استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة، باختلاف العمر، وكانت النتائج كما هي موضحة في الآتي:

جدول (١٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المِعْيارية لاستجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة، باختلاف العمر

الرفاهيَّة الرقميَّة	العمر					
	١٩-١٨		٢١-٢٠		٢٣-٢٢	
	متوسط	انحراف مِعْياري	متوسط	انحراف مِعْياري	متوسط	انحراف مِعْياري
الكفاءة الرقميَّة	105.3	17.10	107.6	16.47	106.5	15.73
الرضا الرقمي	39.3	9.51	39.7	9.54	40.4	8.97
الأمن والسلامة الرقميَّة	39.5	5.13	39.6	5.58	38.7	5.46
الدرجة الكلية	184.1	26.30	186.9	26.15	185.6	24.56

جدول (١٩) دلالة الفروق في استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة، باختلاف العمر

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف"	مستوى الدلالة
الكفاءة الرقميَّة	بين المجموعات	1125.585	2	562.792	2.009	0.135 غير دالة
	داخل المجموعات	283250.424	1011	280.169		
	المجموع	284376.009	1013			
الرضا الرقمي	بين المجموعات	115.673	2	57.837	.645	0.525 غير دالَّة
	داخل المجموعات	90705.108	1011	89.718		
	المجموع	90820.781	1013			
الأمن والسلامة الرقميَّة	بين المجموعات	67.539	2	33.769	1.186	0.306 غير دالَّة
	داخل المجموعات	28775.484	1011	28.462		
	المجموع	28843.023	1013			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	1714.663	2	857.331	1.260	غير دالَّة
	داخل المجموعات	687779.393	1011	680.296		
	المجموع	689494.055	1013			

باستقراء نتائج الجدول السابق يتضح ما يلي: لا تُوجد فروقٌ دالَّة إحصائيًّا في استجابات أفراد مجتمع الدِّراسَة في الرفاهيَّة الرقميَّة، باختلاف العمر فيما يتعلَّق بالدرجة الكلية والأبعاد؛ وهذا يعني قبول الفرض الصفري، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة ناجي (٢٠١٩) والى أسفرت عن عدم وجود فروقٍ في أبعاد المواطنة الرقميَّة التسعة، ومنها: الحقوق والمسؤولية الرقميَّة، والصحة والسلامة الرقميَّة، والأمن الرقمي ترجع إلى العمر، وجزئيًّا مع نتائج دراسة (2021)Zhao et al., والتي أشارت إلى عدم وجود فروقٍ في أحد أبعاد الكفاءة الرقميَّة (سلامة الكفاءة الرقميَّة) ترجع إلى الصف الدراسي، ودراسة (2023) Alsaadi et al., والتي أشارت إلى عدم وجود فروقٍ في المواطنة الرقميَّة بأبعادها(الهويـة الرقميَّـة، والمشـاركة المدنيَّـة الرقميَّـة، والأخـلاق الرقميَّـة، ومحـو الأميَّـة الرقميَّة، والسلامة الرقميَّة، والاتصالات الرقميَّة العالمية) ترجع إلى متغير الصف الدراسي.

وتتعارض هذه النتيجة مع نتائج دراسة (2020) Yıldız et al., والتي أسفرت عن وجود فروقٍ لصالح الفئة العمرية الأصغر (١٨- ٢١)، ودراسة (2022)Tzaflkou et al., والتي أسفرت عن وجود فروقٍ في الكفاءة الرقميَّة ترجع إلى العمر والخبرة بالكمبيوتر ومجال الدراسة، ودراسة Rosič et al., (2023) والتي أسفرت عن وجود فروقٍ في الرفاهيَّة الرقميَّة المدركة تبعًا للنوع والعمر والمسار

التعليمي، ودراسة القرني والقرني (٢٠٢٣) والتي أشارت إلى وجود فروقٍ في أبعاد المواطنة الرقميَّة (قواعد السلوك الرقمي، القانون الرقمي، الحقوق والمسؤوليات الرقميَّة، الصحة والرفاهية الرقميَّة، الأمن الرقمي) ترجع إلى الصف الدراسي لصالح الفئة العمرية الأصغر؛ حيث كانت الفروق لصالح طلاب الصف الأول مقابل الصف الثاني والثالث ودراسة Hossain et al.,(2023) التي أسفرت عن فروق في الكفاءة الرقميَّة لصالح العمر الأكبر.

وتفسر الباحثة عدم وجود فروقٍ في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى العمر بأنَّ تلك النتيجة تُعد منطقية ومقبولة؛ ويرجع ذلك إلى:

أولًا: كون طلبة الجامعة من الفئات العمرية التي ولدت وتربت في العصر الرقمي وهذا ما جعلهم مواطنين رقميين، فهم من الفئات والشرائح العمرية التي تمتلك كفاءات ومهارات رقميَّة جيدة للتعامل مع تكنولوجيا الاتصالات والعالم الرقمي بشكل وأسلوب يعكس سلاسة ويُسر في استخدامها وتفعيلها؛ وذلك ليس بعسير عليهم لكون التكنولوجيا الرقميَّة بتقنياتها باتت تشكل جزءًا كبيرًا من حياتهم وممارساتهم اليوميَّة، وكذلك أضحت أكثر ارتباطًا وتشابكًا مع معظم الأنشطة الحياتيَّة الخاصة بهم، وقد اتضحت كفاءتهم في مقدرتهم على التحكم فيما يتعلق بحماية خصوصيتهم عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وقدرتهم على حماية هواتفهم وأجهزتهم اللوحية من الفيروسات، مع التمكن من التعامل بمرونة ومهارة مع أجهزة الحاسوب وإصداراتها الحديثة، وكيفية إدارة وقتهم عبر الإنترنت لتجنب خطر الإصابة بإدمان الإنترنت.

ثانيًا: الخصائص التي يتمتع بها طلبة الجامعة بحكم المرحلة العمرية التي يمرون بها والتحديات التي تواجههم والمرتبطة بتعليمهم جعلتهم يتطلعون بحب وشغف إلى كل ما هو جديد في مجال التكنولوجيا الرقميَّة واستخداماتها المتعددة، والعمل على توظيفها في تحقيق حالة من الرضا والسعادة عن طريق التواصل وتبادل البيانات والمعلومات إلكتروني، والاعتماد على مصادر المعرفة الرقميَّة في عمليات التعليم والتعلم (إبراهيم و مطر، ٢٠٢٠: ٢٨٣-٢٨٥).

ويُمكن القول إنَّ انجذاب العديد من الفئات العمرية ولا سيَّما طلبة الجامعة إلى التمتع بمميزات التطبيقات التي توفرها العديد من الشركات مثل جوجل وأبل والتي تتيح للطلبة الحصول على مزايا التعلم الموجه ذاتيًا والذي يُمكن الحصول عليه من المصادر الرقميَّة، فالتعلم عبر الإنترنت يتيح للطالب الحصول على المادة العلميَّة لأي محتوى مرتبط بدراسته أو غير مرتبط بها، كما يتيح له فرصة التسجيل في الدورات التدريبية التي يرغب بها في الوقت المناسب له، ومن أي مكان ومن أي جهاز رقمي مع التمتع بالمزايا الخاصة بالدورات أون لاين، وهي إمكانية حفظ الدورة ومراجعتها متى شاء، ويُمكن للاختبارات التفاعلية التي توفر تغذية راجعة فورية أن تساعد الطالب على تقييم تعلمه ومعرفة مدى تقدمه.

ويُشير القرني والقرني (٢٠٢٢ : ٤٢٢-٤٢٣) أن تلاشي الفروق يعود إلى الانتشار الواسع والهائل للثقافة الرقميَّة لدى طلبة الجامعة والتي تعتبر من المهارات الأساسيَّة التي يتمّ بها التعامل في حياتهم اليوميَّة، كما أن حبَّ الفضول والرغبة في الاستكشاف ومعرفة الجديد وخاصة المرتبط بالتطبيقات الرقميَّة أكسبهم مهارة في التعامل مع التقنيات الرقميَّة، ورفع لديهم درجة الوعي بالأمن والمسؤوليَّة الرقميَّة خصوصًا عن التواصل والتفاعل مع الآخرين؛ وهو ما أكسبهم حالة من الرضا عن تفاعلاتهم عبر الإنترنت، ومواقع التواصل الاجتماعي.

ويرى Vercruyssen et al.,(2023,1) أن هناك رغبة ملحة من الأفراد وخصوصًا فئة الأجيال الرقميَّة للتمتع بالتكنولوجيا الرقميَّة ومميزاتها؛ حيث تسمح لهم بالتغلب على الحواجز المادية؛

وبالتالي تسهل الاتصال مع العائلة والأصدقاء البعيدين جغرافيًّا المشاركة الثقافيَّة، والوصول إلى المعلومات، والتسوق، والخدمات المصرفية، والخدمات الصحيَّة من المنزل، فالحصول على المعرفة الرقميَّة اللازمة يُمكن أن يزيد من الاستقلالية، ويعزز الرفاهيَّة الجسديَّة والعقليَّة، ويمنع التدهور المعرفي، ويساعد في الحفاظ على الهوية، وعلى هذا النحو، فإنَّ زيادة الرقمنة لها مزايا بالنسبة للجيل الرقمي ومختلف الفئات العمرية الذين يتمتعون بمهارات وكفاءة رقميَّة كافية. إنَّ الإقبال المتزايد على الخدمات الرقميَّة يؤدي تدريجيًّا إلى مزاحمة البدائل غير الرقميَّة ويجبر الأفراد على دمج التقنيات الرقميَّة كعنصر أساسي في حياتهم اليوميَّة، ويُمكن ملاحظة ذلك في التحول إلى الخدمات المصرفية عبر الإنترنت، والخدمات الإلكترونية، استبدال الاتصال الشخصي بمكالمات الفيديو أو الرسائل النصية، أو روبوتات الدردشة وحتَّى تذاكر وسائل النقل العام أو المتاحف أصبحت تباع عن طريق التطبيقات؛ ومن ثمَّ أصبحت المهارات الرقميَّة ضرورة متزايدة للاندماج والمشاركة الاجتماع في المجتمع الذي اتجه في الرقمنة في مختلف النواحي الحياتيَّة.

ويُشير (Jiménez-Hernández et al.,(2020,3-4 أن الفئة العمرية الأصغر كالشباب الذين ولدوا في عصر تكنولوجيا المعلومات والاتصالات يُعرفون بين الأجيال بأنهم مواطنون رقميون مقارنة بالأجيال السابقة لهم؛ لذا فهم مؤهلون ويمتلكون كفاءة ومهارات رقميَّة تساعدهم على استخدام التكنولوجيا في حياتهم اليوميَّة سواء كان ذلك للتواصل والترفيه أو التعلم، أو إنشاء الملفات والمحتوى، أو حل المشكلات الرقميَّة؛ وهذا يرجع إلى إتقانهم للموارد التكنولوجية بصورة جيدة؛ لذا فهم أكثر كفاءة من الناحية التكنولوجية مقارنة بالأجيال السابقة لهم أو الأكبر منهم عمرًا.

ويذهب (Alférez-Pastor et al.,(2023,1-2 إلى انتشار وتغلغل التكنولوجيا الرقميَّة (تكنولوجيا المعلومات والاتصالات، الهواتف المحمولة وأجهزة الكمبيوتر المحمولة وتطبيقات الويب والألعاب الرقميَّة وأجهزة الكمبيوتر والأجهزة اللوحية، ووسائل التواصل الاجتماعي والأدوات الرقميَّة وغيرها) في الحياة اليوميَّة للشباب مع حرصهم على تفعلها والاستفادة منها في التواصل ودعم إنتاج المعلومات وتخزينها واستخدامها، وكذلك في عمليَّة التعلم؛ حيث كان لتكنولوجيا المعلومات والاتصالات تأثيرٌ كبيرٌ على الإنجازات التعليميَّة للطلاب، فاستخدامها في التعليم جعل من الممكن الوصول إلى مصادر تعليميَّة متعددة بسرعة وسهولة ويُسر وتحسين المواد التعليميَّة، والمشاركة في التعلم ودعم التعلم بنشاط وتعاون، تعزيز الإبداع والتواصل والتفكير النقدي؛ ممَّا أدى إلى أن تكون الدروس أكثر جاذبية أو تفاعلية.

نتائج الفرض السادس:

ينصُّ الفرض السادس على أنه" لا تُوجد فُروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في مُتوسط استجابات أفراد العيّنة في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير الكلية (نظريَّة ـ عمليَّة).

وللتحقق من صحة الفرض تمَّ استخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة Independent Samples T-Test في الكشف عن دلالة الفروق بين استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير الكلية "نظريَّة ـ عمليَّة"، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول الآتي:

جدول (٢٠) دلالة الفروق في استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير الكلية (نظريَّة . عمليَّة)

الرفاهيَّة الرقميَّة	الكلية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المِعْياري	النِسبة التائية	مستوى الدلالة
الكفاءة الرقميَّة	نظريَّة	405	104.8	17.16	2.234	0.01
	عمليَّة	609	107.2	16.41		دالَّة
الرضا الرقمي	نظريَّة	405	40.1	9.65	1.577	0.11
	عمليَّة	609	39.1	9.33		غير دالَّة
الأمن والسلامة الرقميَّة	نظريَّة	405	38.4	5.91	5.018	0.01
	عمليَّة	609	40.1	4.80		دالَّة
الدرجة الكلية	نظريَّة	405	183.4	27.33	1.877	0.06
	عمليَّة	609	186.5	25.16		غير دالَّة

يتبيّن من الجدول السابق : وجود فروقٌ ذات دالَّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة ٠,٠١، في استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير الكلية "نظريَّة، عمليَّة"؛ لصالح المتوسط الأعلى (عمليَّة) في بُعدي الكفاءة الرقميَّة والأمن والسلامة الرقميَّة، ما عدا بُعد الرضا الرقمي والدرجة الكلية؛ فقد تبين بأنه لا تُوجد فروقٌ دالَّة إحصائيًّا؛ وهذا يعني قبول الفرض جزئيًّا.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة السيد وسيد أحمد (٢٠٢٢) والتي أسفرت عن وجود فروقٍ في الأمن الرقمي ترجع إلى التخصص العملي. وتتعارض مع نتائج دراسة الراشد (٢٠١٩) والتي أسفرت عن عدم وجود فروقٍ في المواطنة الرقميَّة بأبعادها ومنها بُعدي المسؤولية الرقميَّة، والأمن ترجع إلى التخصص، ودراسة Alsaadi et al.,(2023) والتي أسفرت عن عدم وجود فروقٍ في أبعاد المواطنة الرقميَّة ومنها بُعد السلامة الرقميَّة ترجع إلى المجال الدراسي.

وتفسر الباحثة وجود فروقٍ في بُعدي الكفاءة الرقميَّة والأمن والسلامة الرقميَّة لصالح الكليات العملية بأنَّ هذه النتيجة منطقية ومقبولة إلى حدّ ما؛ ولعلَّ ذلك يرجع إلى كون طلبة الكليات والتخصصات العملية يتمتعون بمستوى مرتفع من القدرات العقليَّة مقارنة بطلبة الكليات النظريَّة؛ وهو ما جعلهم يتمتعون بمستوى مرتفع في الكفاءة الرقميَّة أكثر من غيرهم؛ وبالتالي يميلون إلى استخدام التفكير العلمي والمنطقي في تصوراتهم للحكم على الأمور(الصمادي،٢٠١٧: ٢٨٠).

ويُشير نصار (٢٠١٨: ١٦٧) إلى أن طبيعة التعلم في الكليات العملية ونظام الدراسة بها يحفز الطلبة على استخدام وتوظيف التكنولوجيا الرقميَّة في دراستهم الأكاديميَّة لإنجاز مشارعهم البحثية أو واجباتهم، أو متابعة الإرشادات والتعليمات التي تنشر على مواقع الكلية ومنصات

التواصل الاجتماعي كالواتساب الفيسبوك؛ وهو ما جعل تعامل الطلبة مع التكنولوجيا الرقميَّة ضرورة أساسية لا يُمكن بأي حال الاستغناء عنها.

ويرى إبراهيم ومطر (٢٠٢٠: ٣٠٨) أن نوعية الدراسة تؤثر بشكل كبير، فطلبة الكليات العملية يتسمون بمجموعة من الخصائص العقليَّة ومهارات العملية التي تؤهلهم بنسبة كبيرة وتيسر لهم فهم مستحدثات التكنولوجيا وتطبيقاتها، وكذلك كيفية واستخدامها ومتابعتها والتي غالبًا ما يستخدمونها ويجيدون توظيفها في دراساتهم الأكاديميَّة.

ويذكر السيد وسيد أحمد (٢٠٢٢ :٤١٢) أن طبيعة الدراسة بالكليات والأقسام ذات التخصص العملي بما تتضمنه من مقررات دراسية قد تستلزم من الطلاب الدخول على الإنترنت، والتعامل مع التطبيقات الرقميَّة، مثل: مواقع التواصل الاجتماعي، ومواقع البحث العلمي، بالإضافة إلى الخصائص التي يتسم بها طلاب التخصصات العمليَّة والتي تتمثل في كونهم أكثر تطلعًا لكلِّ ما هو جديد والرغبة في تعلم واكتساب المزيد من المهارات والخبرات الرقميَّة، وهو ما يساعدهم أكثر من غيرهم على تجنب المخاطر واختراق الخصوصية المرتبطة بالتعامل مع التكنولوجيا الرقميَّة؛ وبالتالي هم أكثر قدرة على حماية كل ما هو متعلق بحريتهم الفكرية.

وتفسر الباحثة عدم وجود فروقٍ في الدرجة الكلية وبُعد الرضا الرقمي بأنَّ طلبة الجامعة اليوم نشأوا في ضوء التكنولوجيا الرقميَّة الحديثة؛ حيث يتمّ التعرف عليهم كمواطنين رقمين، وهذا أكسبهم القدرة على إنشاء وإدارة المحتوى الرقمي والتحكم في أدوات الاتصالات، وحل المشكلات التكنولوجية لمواجهة التحديات التي تفرضها متطلبات اليوم (Zhao et al.,2021,3).

ويُمكن القول إنَّ تغلغل التكنولوجيا الرقميَّة في معظم النواحي الحياتيَّة لطلبة الجامعة ساعدهم على استيعابها بشكل جيد يعكس كفاءة رقميَّة جيدة تتيح لهم الذهاب للتطبيقات الرقميَّة للاستفادة منها في تعليمهم؛ حيث سهلت عليهم كافة الواجبات والأنشطة الأكاديميَّة ومنحتهم الوقت لتنمية قدراتهم ومهارتهم عن طريق الالتحاق بالدورات التي تبث أون لاين وليس هذا فحسب، بل جعلتهم يتواصلون ويتفاعلون مع أصدقائهم مهما بعُدت أماكنهم بسهولة ويُسر؛ وهذا ما جعلهم يشعرون بالرضا الرقمي.

ويشير Abbasi and Hamdi(2020,295) إلى أن تلاشي الفروق بين طلبة الكليات العمليَّة والنظريَّة يرجع إلى تشابه البيئات والتجهيزات التعلمية في مختلف الكليات؛ وربما يعود ذلك إلى وجود اتفاق وتظافر للجهود بين مختلف الكليات بما يضمن إتاحة التكنولوجيا وتطبيق التعلم الإلكتروني.

ويُمكن القول إنَّ تلاشي الفروق قد يعود إلى ما ذكره القرني (٢٠٢١: ٢٤٨) من أن طبيعة العصر الحالي والذي لقب بالعصر الرقمي حيث امتزجت فيه التكنولوجيا الرقميَّة في المجالات الحياتيَّة، وغدت جزءًا رئيسًا من حياة الفرد والمجتمع، وأصبحت في متناول أيدي مختلف الشرائح ولا سيَّما فئة الأطفال والمراهقين، فلم تعُد متطلبًا ثانويًّا يُمكن الاستغناء عنه، بل غدت متطلبًا أساسيًّا وضروريًّا لا يُمكن الاستغناء واكتسبت أهمية كبيرة؛ لكونها سهَّلت عمليات التواصل الاجتماعي والتعليم، والأمور المتعلقة بالصحة وغيرها.

نتائج الفرض السابع:

ينصُّ الفرض السابع على أنه: لا تُوجد فُروقٌ ذات دلالةٍ إحصائيَّة في مُتوسط استجابات أفراد العيّنة في الرفاهيَّة الرقميَّة ترجع إلى متغير عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت.

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه One Way ANOVA في الكشف عن دلالة الفروق بين استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة، باختلاف عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت، وكانت النتائج كما هي موضحة في الآتي:

جدول (٢١) المتوسطات الحسابية والانحرافات المِعْيارية لاستجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة، باختلاف عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت

الرفاهيَّة الرقميَّة	عدد الساعات	المتوسط	الانحراف المعياري
الكفاءة الرقميَّة	أقل من ساعة	106.6	14.47
	ساعة	106.0	18.44
	2-3	106.6	16.64
	4-5	105.5	16.29
	6-7	106.3	16.22
	أكثر7	107.5	17.96
الرضا الرقمي	أقل من ساعة	40.8	8.64
	ساعة	39.1	9.06
	2-3	39.5	9.60
	4-5	39.3	9.82
	6-7	39.0	9.37
	أكثر7	40.3	9.39
الأمن والسلامة الرقميَّة	أقل من ساعة	38.4	6.50
	ساعة	39.2	5.67
	2-3	40.1	4.80
	4-5	38.9	5.54
	6-7	40.4	4.36
	أكثر7	38.5	6.05
الدرجة الكلية	أقل من ساعة	185.9	23.12
	ساعة	184.2	28.52
	2-3	186.2	25.78
	4-5	183.6	25.75
	6-7	185.7	24.32
	أكثر7	186.3	28.18

جدول (٢٢) دلالة الفروق في استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة، باختلاف عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الكفاءة الرقميَّة	بين المجموعات	341.547	5	68.309	.242	0.94 غير دالَّة
	داخل المجموعات	284034.462	1008	281.780		
	المجموع	284376.009	1013			
الرضا الرقمي	بين المجموعات	218.592	5	43.718	.486	0.78 غير دالَّة
	داخل المجموعات	90602.189	1008	89.883		
	المجموع	90820.781	1013			
الأمن والسلامة الرقميَّة	بين المجموعات	487.597	5	97.519	3.467	0.01 دالَّة
	داخل المجموعات	28355.425	1008	28.130		
	المجموع	28843.023	1013			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	1285.603	5	257.121	.377	0.86 غير دالَّة
	داخل المجموعات	688208.452	1008	682.746		
	المجموع	689494.055	1013			

باستقراء نتائج الجدول السابق يتضح ما يلي:

لا تُوجد فروقٌ دالَّة إحصائيًّا في استجابات أفراد مجتمع البحث في الرفاهيَّة الرقميَّة، باختلاف عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت فيما يتعلَّق بالدرجة الكلية والأبعاد؛ ماعدا بُعد الأمن والسلامة الرقميَّة؛ حيث كانت الفروق لصالح (من ٦-٧ ساعات)؛ وهذا يعني قبول الفرض جزئيًّا. لم تعثر الباحثة على أي دراسة (في حدود علمها) تناولت الفروق في الرفاهيَّة الرقميَّة التي تُعزى إلى متغير عدد الساعات التي يقضيها الطالب على الإنترنت؛ لذا استعانت الباحثة بالدراسات التي تناولت بعض من أبعاد الرفاهيَّة الرقميَّة في النتائج والتفسير، وتتعارض هذه النتيجة مع نتائج دراسة ناجي (٢٠١٩) والتي أسفرت عن عدم وجود فروقٍ في المواطنة الرقميَّة بأبعادها، ومنها

(الحقوق والمسؤولية الرقميَّة، السلامة والصحة الرقميَّة، الأمن الرقمي) ترجع إلى مدة استخدام الجهاز.

وتفسر الباحثة عدم وجود فروقٍ في الرفاهيَّة الرقميَّة في الدرجة الكلية وبُعدي الكفاءة الرقميَّة والرضا الرقمي بأنَّ ذلك راجع إلى الدور الجوهري الذي أحدثته تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الرقميَّة في حياة مختلف الشرائح؛ حيث غدت تكنولوجيا المعلومات والاتصالات جزءًا لا غنى عنه في معظم النواحي الحياتيَّة لمستخدمي الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية ولا سيَّما طلبة الجامعة والتي تُعد من أكثر الشرائح العمرية انفتاحًا على شبكات التواصل الاجتماعي بعرض البحث والمعرفة والترفيه والتسلية، ومشاركة المعلومات مع الآخرين، وتكوين الصداقات سواء مع أفراد مقربين منهم (محيط الأسرة والعائلة) أو بعيدين مكانيًّا عنهم، ومتابعة ما يعرضه الآخرون على صفحاتهم، وكذلك في صقل الشخصيَّة وبنائها (Mahdi,2018,120).

وتفسر الباحثة وجود فروقٍ في الرفاهيَّة الرقميَّة في بُعد الأمن والسلامة الرقميَّة لصالح من (٦-٧) ساعات، بأنَّ ذلك يرجع إلى كون طلبة الجامعة الذين يعدون من الطلبة الأكثر استخدامًا للوسائط الرقميَّة هم الأكثر تفاعلًا معها وهم الأجدر على تصور حقوقهم وواجباتهم الرقميَّة مقارنة بالفئة الأقل استخدامًا؛ ويرجع ذلك أيضًا إلى أن طول فترة المكوث على مواقع الإنترنت واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي يكسب الطلبة المهارات والخبرات اللازمة التي تساعدهم على التعامل الآمن وحماية أنفسهم أثناء التفاعل على مواقع الإنترنت المتعددة.

ويرى الصمادي (٢٠١٧: ٢٨٤) أن الطلبة الأكثر استهلاكًا للمواقع الرقميَّة لهم القدرة على تفعيلها في الناحية التعليميَّة، بالإضافة إلى كونهم الأكثر كفاءة فيما يتعلق بعملية الأمن والسلامة الرقميَّة.

ويذهب Sandoval (2019,102) إلى أن المشاركين الذين يقضون عددًا كبيرًا من الساعات على الإنترنت يوميًّا لديهم مهارات أكثر من أولئك الذين يقضون وقتًا أقل على الإنترنت حتَّى لو استخدم المشاركون وقتهم عبر الإنترنت لأغراض تتمثل في الدراسة أو العمل، أو وسائل التواصل الاجتماعي، أو الألعاب والتسلية والترفيه، فقد اكتسبوا المزيد من الخبرات والتعرض للممارسات الرقميَّة في بيئة الإنترنت؛ ممَّا جعلهم يتمتعون بحسّ أمني وسلامة رقميَّة، إنهم يؤمنون أكثر بالحقوق والمسؤوليات الرقميَّة التي يتمتع بها كل مواطن رقمي.

التوصيات:

*إجراء المزيد من الدراسات المكثفة حول موضوع الرفاهيَّة الرقميَّة لقلة تناوله في البيئة العربيَّة.

*عقد المزيد من الدورات وورش العمل التوعوية لطلبة الجامعة حول موضوع الرفاهيَّة الرقميَّة أهميته وآثاره الإيجابيَّة على الفرد والمجتمع.

* عقد ندوات توعوية حول مخاطر السموم الرقميَّة، وكيفية الوقاية منها.

*عمل ورش عمل وندوات توعوية لطلبة الجامعة حول الكفاءة الرقميَّة لزيادة كفاياتهم الرقميَّة فيما يتعلق بإدراك المعرفة والمعلومات، وكيفية الاستفادة منها في حلِّ المشكلات الرقميَّة التي تواجههم،

أو تشارك الملفات أو التعاون مع فريق العمل في البيئة الرقميَّة لإنجاز ما يطلب منهم من واجبات وأنشطة.

*عقد ورش عمل لعرض بعض التجارب الحياتيَّة الإيجابيَّة لطلبة الجامعة حول كيفية الاستفادة من التكنولوجيا الرقميَّة بشكل متوازن في أمورهم الأكاديميَّة والحياة الشخصيَّة.

بحوث مقترحة:

*الرفاهيَّة الرقميَّة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسيَّة والأكاديميَّة لدى طلبة الجامعة.
*الإسهام النسبي لرأس المال النفسي والكفاءة الذاتية في التنبؤ بالرفاهية الرقميَّة لدى طلبة الدراسات العليا.
*نمذجة العلاقات البنائية بين الرفاهيَّة الرقميَّة والمرونة المعرفيَّة والدافعيَّة للإنجاز لدى أعضاء هيئة التدريس.
*الصحة الرقميَّة كمتغير وسيط في العلاقة بين الاحتراق التقني والرفاهية الرقميَّة لدى أعضاء هيئة التدريس.

المراجع

أولًا: المراجع العربيَّة

القرآن الكريم.

السيد، محمد؛ سيد أحمد، وليد. (٢٠٢٢). قيم تعزيز الأمن الرقمي لدى طلاب الجامعات في مصر لمواجهة تحديات الثورة الرقميَّة. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربويَّة والنفسيَّة،١٦(٥) ٣٤٠- ٤٢٧.

الصمادي، هند.(٢٠١٧). تصورات طلبة جامعة القصيم نحو المواطنة الرقميَّة وسُبل تفعيلها في المؤسسات التعليميَّة: دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة القصيم. مجلة دراسات وأبحاث: جامعة الجلفة، ٢٧، ٢٦٦-٢٨٥.

الراشد، خولة.(٢٠١٩). تصور مستقبلي مقترح لتنمية المواطنة الرقميَّة لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية. مجلة العلوم التربويَّة والنفسيَّة، ٣ (٢٣) ١-٢٢.

القرني، ظافر. (٢٠٢١). دور الجامعات السعودية في تعزيز قيم المواطنة الرقميَّة (دراسة تحليلية للمواقع الإلكترونية للجامعات السعودية)، مجلة جامعة الملك عبد العزيز: للآداب والعلوم الإنسانية، ٢٩(٢) ٢٤٧ - ٢٩٠.

القرني، محمد؛ القرني، علي.(٢٠٢٣). درجة الوعي بعناصر المواطنة الرقميَّة لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمدينة جدة. المجلة العربيَّة للتربية النوعية، المؤسسة العربيَّة للتربية والعلوم والآداب، مصر، ٦(٢٣) ٣٩٥- ٤٣٢.

إبراهيم، أسماء؛ مطر، محمد.(٢٠٢٠). المواطنة الرقميَّة ودورها في تعزيز الأمن الفكري لدى طلاب الجامعات المصريَّة "دراسة ميدانية بجامعة المنصورة". مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٤(٦) ٢١٩- ٣٣٨.

ناجي، مها.(٢٠١٩). المواطنة الرقميَّة ومدى الوعي بها لدى طلبة قسم المكتبات والوثائق والمعلومات بجامعة أسيوط: دراسة استكشافية. المجلة العلميَّة للمكتبات والوثائق والمعلومات، ٢(١)،٨١- ١٣٢.

نصار، نور الدين. (٢٠١٩). تصورات طلاب الجامعة العربيَّة المفتوحة بالمملكة العربيَّة السعودية نحو المواطنة الرقميَّة وسُبل تعزيزها: دراسة ميدانية على عينة من طلاب الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربويَّة والنفسيَّة، ٢٧(١)،١٥٢- ١٨٤.

ثانيًا: ترجمة المراجع العربية إلى اللغة الأجنبيَّة :

The Holy Quran.

El-sayed,Mohamed; Sayed Amed,Waleed.(2022). Values of enhancing digital security among university students in Egypt to cope with the digital revolution challenges. Fayoum University Journal of Educational and Psychological Sciences, 16(5) 340- 427.

Al-Sammadi, Hind (2017). Qassim university students' perceptions towards digital citizenship and ways to activate it in educational institutions: a field study on a sample of qassim university students. Journal of Studies and Research: University of Djelfa, 27, 266-285.

Al-Rashed, Khawla. (2019). A proposed future vision for developing digital citizenship among students at Jordanian public universities. Journal of Educational and Psychological Sciences, 3 (23) 1-22.

Al-Qarni, Dhafer. (2021). The role of saudi universities in promoting the values of digital citizenship (an analytical study of the websites of Saudi universities), King Abdulaziz University Journal of Arts and Humanities, 29 (2) 247-290.

Al-Qarni, Muhammad; Al-Qarni, Ali (2023). The degree of awareness of the elements of digital citizenship among middle school students in Jeddah. Arab Journal for Specific Education, Arab Foundation for Education, Science and Arts, Egypt, 6(23) 395- 432.

Ibrahim, Asmaa; Matar, Muhammad (2020). Digital citizenship and its role in enhancing intellectual security among egyptian university students, "a field study at mansoura university." Fayoum University Journal of Educational and Psychological Sciences, 14(6) 219- 338.

Naji, Maha (2019). Digital citizenship and the extent of awareness thereof among students of the department of libraries, documents and Information at assiut university:an exploratory study. Scientific Journal of Libraries, Documents and Information, 2(1), 81- 132.

Nassar, Nour El-Din. (2019). Perceptions of students at the arab open university in the kingdom of saudi arabia towards digital citizenship and ways to enhance it: a field study on a sample of university students. Islamic University Journal for Educational and Psychological Studies, 27(1), 152- 184.

ثالثًا: المراجع الأجنبيَّة:

Abbasi, D., & Hamdi,N.(2020) . The Degree of awareness of the students at the university of jordan towards the concept of digital citizen. Dirasat: Educational Sciences, 47(3), 285–297.

Abdullah,A.,Zaidi,N.,Asar,A(2023). Digital wellbeing: does It matter in malaysian education?in mohd nor hakimin yusoff (Eds.). industry forward and technology transformation in business and entrepreneurship Proceedings of the international conference on entrepreneurship, business and technology (InCEBT) 2022.(pp753-762). London, Springer Nature Singapore Pte Ltd.

Abeele,M., &Nguyen, M. (2022). Digital well-being in an age of mobile connectivity: an introduction to the special issue. Mobile Media & Communication, 10(2):174-189 .

Aesaert,K., & Braak,J.(2015). Gender and socioeconomic related differences in performance based ict competences. Computers & Education, 84, 8-25.

Ajzen,L.(1991).The theory of planned behavior. Human Decision Processes 50(2):179-211.

Alférez-Pastor, M., Collado-Soler, R., Lérida-Ayala, V., Manzano-León, A., Aguilar-Parra, J.,& Trigueros, R. (2023).Training digital competencies in future primary school teachers: a systematic review. Educ. Sci, 13, (461),1-18. https://doi.org/10.3390/.

Alhalafawy, W., Najmi, A., Zaki, M., & Alharthi,M (2021).“Design an adaptive mobile scaffolding system according to students’ cognitive style simplicity vs complexity for enhancing digital well-being,” . International Journal of Interactive Mobile Technologies (iJIM), 15 (13),108-128.

Al-Mansoori,R., Naiseh,M., Al-Thani,D.,& Ali,R(2021). “Digital wellbeing for all: expanding inclusivity to embrace diversity in socio-emotional status. In Electronic Workshops in Computing, 256–261.

Al-Mansoori ,M., Al-Thani ,D.,&Ali,R.(2023). Designing for digital wellbeing: From theory to practice a scoping review. Human Behavior and Emerging Technologies,1-24.

Almourad,M.,Alrobai,A.,Skinner,T.,Hussain,M.,&Ali,R.(2021).Digital wellbeing tools through users lens. Technology in Society ,67 ,101778,1-15.

Alsaadi,M., Alharassi,N., Alsalmi,J., Alkindi,S.(2023).The Practices of digital citizenship among undergraduates at sultan qaboos university in oman during covid-19 in Hamid M. K. Al Naimiy · Maamar Bettayeb · Hussein M. Elmehdi · Ihsan Shehadi (Eds.). Future trends in education post covid-19 teaching, learning and skills driven curriculum(pp281-293) London, Springer Nature Singapore Pte Ltd.

Amano,A., Ahmed,G.,Nigussie,K., Asfaw,H.,Fekadu,G , Hiko,A, Abdeta,T., & Soboka,M. (2023). Internet addiction and associated factors among undergraduate students of jimma university; jimma, south west ethiopia, institutional based cross-sectional study. BMC Psychiatry 23,721,1-10.

Arslankara, V., Demir, A., Öztaş, Ö. & Usta, E., (2022). Digital well-being scale validity and reliability study. Journal of Teacher Education and Lifelong Learning, 4(2), 263-274.

Baturay,M.,& Toker,S.(2019). Internet addiction among college students: some causes and effects. Education and Information Technologies , 24,2863–2885.

Bruni,O; Sette,S., Fontanesi,L., Baiocco,R., Laghi,F.,& Baumgartner,E.(2015).

Technology use and sleep quality in preadolescence and adolescence.

J Clin Sleep Med. , 15,11(12), 1433–1441.

Büchi,M.(2021).Digital well-being theory and research. New Media & Society,1-20. https://doi.org/10.1177/14614448211056851.

Cao, S.,& Li, H. (2023). A scoping review of digital well-being in early childhood: definitions, measurements, contributors, and interventions. Int. J Environ.Res.Public Health, 20, 3510,1-20.

Dennis,M.(2021). Towards a theory of digital well-being: reimagining online life after lockdown. Science and Engineering Ethics,27(32)1-19.

Dienlin,T.,&Johannes,N.(2020). The impact of digital technology use on adolescent well-being. Dialogues Clin Neurosci, 22(2):135-142.

Docherty,N., & Biega,A.(2022) "(Re)Politicizing digital wellbeing: beyond user engagements," in CHI conference on human factors in computing systems, (CHI '22), april 29-may 5, 2022, New Orleans, LA, USA. ACM, New York,NY,USA,1-13. https://doi.org/10.1145/3491102.3501857 .

Fu,S., Chen,X., Zheng,H.,& Ou,M.(2021). Understanding health information literacy of mHealth app users from digital wellbeing perspective: Evidence from regression analysis and fsqca . Library and Information Science Research, 43 ,101108,1-8.

Gennari,R. , Matera,M., Morra,D., Melonio,A.,& Rizvi,M.(2023). Design for social digital well-being with young generations: engage them and make them reflect. International Journal of Human - Computer Studies,137,1- -21.

Gilbert,M.,&Zachry,M.(2022). Digital wellbeing and "meaningless" interactions with mbile devices in Norbert A. Streitz & Shin'ichi Konomi(Eds.) distributed, ambient and pervasive interactions smart living, learning, well-being and health, art and creativity.(pp 235–254), Switzerland, Springer Nature Switzerland AG.

Gomes,R., Mathew,J., Nair,S., Mulasi,A.,& Yadav,P.(2023) . Design and validation of the digital well-being scale. Ricerche di Pedagogia e didattica – Journal of Theories and Research in Education 18, 1,239-251.

Gui, M., Fasoli, M., Carradore, R.(2017).“Digital well-being”. developing a new theoretical tool for media literacy research. Ital. J. Sociol. Educ. **9**, 155–173.

Guillén-Gámez,F., & Peña,M.(2020). Análisis univariante de la competencia digital en educación física: un estudio empírico univariate analysis of digital competence in physical education: an empirical study. RETOS. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 37, 326-332 .

Harrington,K., Fulton,P., Brown,M., Pinchin,J.,& Sharples,S.(2015). “Digital wellbeing assessments for people affected by dementia,” in human-computer interaction: users and contexts 17th international conference, HCI international 2015 los angeles, CA, USA, August 2–7, proceedings, part III HCI, Masaaki Kurosu(Ed) 9171, (pp. 409–418), Springer, Cham, Switzerland.

Hasan,H., Abu Shihab,K., Mohammad,Z., Jahan,H., Coussa,A.,& Faris, M.(2023).Associations of smartphone addiction, chronotype, sleep quality, and risk of eating disorders among university students: A cross-sectional study from Sharjah/United Arab Emirates. Heliyon, 9 , e12882,1-10.

Herden,C.,Alliu,E.,Cakici,A.,Cormier,T.,Deguelle,C.,Gambhir,S.,Griffiths,C.,... Edinger-Schons,L.(2021). Corporate digital responsibility. new corporate responsibilities in the digital age . Nachhaltigkeits Management Forum, 29(1), 13–29.

Holly,L.(2023). Optimising adolescent wellbeing in a digital age. BMJ ,380,1-5.

Hossain, M, Akter ,S., Nishu, N., Khan, L., Shuha, T., Jahan N., Rahman, M., & Khatun, M.(2023).The gender divide in digital competence: a cross-sectional study on university students in southwestern Bangladesh. Front. Educ, 8 ,1-12,1258447. doi: 10.3389/feduc.2023.1258447.

Jiménez-Hernández,D., González-Calatayud,V.,Torres-Soto,A., Mayoral,A.,& Morales,J.(2020). Digital competence of future secondary school teachers: differences according to gender, age, and branch of knowledge. Sustainability, 12, 9473,1-16.

Johnston,K.(2021). Engagement and immersion in digital play: supporting young children’s digital wellbeing.International Journal of Environmental Research and Public Health, 1, 18, 10179,1-13. https:// doi.org/10.3390/ ijerph181910179.

Jwaifell,M(2018). The proper use of technologies as a digital citizenship indicator: undergraduate english language students at al-hussein bin talal university. World Journal of Education,8(3),86-85.

Kaya,A., Türk,N., Batmaz,H.,& Griffiths,M.(2022). Online gaming addiction and basic psychological needs among adolescents: the mediating roles of meaning in life and responsibility. International Journal of Mental Health and Addiction,1-25.

Kisilowska,M(2022). Fear of missing out, information literacy,and digital

wellbeing in Serap Kurbanoğlu ., Sonja Špiranec ., Yurdagül Ünal ., Joumana Boustany ., Denis Kos (Eds.) . Information literacy in a post-truth era(pp 167–175). Switzerland, Springer Nature Switzerland AG.

Kumari,R.,Langer,B.,Gupta,R.,Gupta,R.,Mir,M.,Shafi,B.,Kour,T.,&Ra ina,S. (2022) Prevalence and determinants of Internet addiction among the students of professional colleges in the Jammu region. J Family Med Prim Care, 11,325-329.

Lyons, R. (2012). Investigating student gender and grade level differences in digital citizenship behavior, unpublished (Ph.d) disertation, Walden University, USA.

Mahdi.H.(2018). The awareness of the digital citizenship among the users of social networks and its relation to some variables. International Journal of Learning Management Systems ,6(1),11-25.

Mari,E.,Biondi,S.,Varchetta,M.,Cricenti,C.,Fraschetti,A.,Pizzo,A.,… Quaglieri ,A. (2023). Gender differences in internet addiction: A study on variables related to its possible development. Computers in Human Behavior Reports, 9 ,1-12.

Marikyan, D.&Papagiannidis,S.(2023).Technology acceptance model: a review. in S. Papagiannidis (Ed), Theoryhub book.(pp162-180) available at http://open.ncl.ac.uk / ISBN: 9781739604400.

Martin, T. (2022). A Literature review on the technology acceptance model. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 12(11), 2859 – 2884.

Martzoukou,K., Kostagiolas ,P., Fulton,C., Lauterbach,T.,& Fulton,C.(2022). A study of university law students' self-perceived digital competences. Journal of Librarianship and Information Science, 54(4,) 751–769.

Mboya,I., Leyaro,P., Kongo,A., Mkombe,A., Kyando,E.,& George,J.(2020). Internet addiction and associated factors among medical and allied health sciences students in northern Tanzania: a crosssectional study. BMC Psychology ,8:73,1-8.

Moreno,M.,Binger,K.,Zhao,Q.,Eickhoff,J.,Minich,M.,& Tehranian,Y. (2022). Digital technology and media use by adolescents: latent class analysis.

JMIR Pediatr Parent , 5, 2 ,1-14.

Nageswaran, P., Leedham-Green, K., Nageswaran, H.,& Baptista, A.(2023). Digital wellbeing: are educational institutions paying enough attention? Med Educ,57(3):216-218. doi:10.1111/medu. 14977.

Nguyen ,M., Moritz Büchi,M.,& Geber,S.(2022). Everyday disconnection experiences: exploring people's understanding of digital well-being and management of digital media use. new media & society, 1–22

Ogegbo,A,.Akinrinola,F,. Adegoke, O,. Ifekoya, K,. &Namusoke, Jane(2022). assessment of female university students digital competence: potential implication for higher education in africa. International Journal of Higher Education, 11(3),98-109, https://doi.org/10.5430/ijhe.v11n3p98.

Parry,D., Roux,D.,Morton,J., Pons,R., Pretorius,P.,&Schoeman,A.(2023).

Digital wellbeing applications: Adoption, use and perceived effects. Computers in Human Behavior 139 , 107542,1-12.

Park,Y.,& Lee,S.(2022). Gender differences in smartphone addiction and depression among Korean adolescents: focusing on the internal mechanisms of attention deficit and self-control. Computers in Human Behavior 136 , 107400,1-8.

Passey,D.(2021).Digital technologies - and teacher wellbeing? Educ. Sci, 11, (117)1-24. https://doi.org/10.3390/educsci 11030117.

Prabhu,D., Mallya ,J., Patwardhan,V.,& Nayak,A.(2022). Digital competence and the gender gap: a case study of hospitality students. International Journal of Media and Information Literacy, 7(1),190-196.

Prakashkumar,S., Wadher,A., Pal,S.,& Dhar,D.(2023). Factors influencing adoption and use of digital wellbeing interventions in Amaresh Chakrabarti & Vishal Singh (Eds.) design in the era of industry 4.0, volume 1(pp 649-660),London, Springer Nature Singapore Pte Ltd.

Priyanka,C.(2023). Digital wellbeing: Scale development and integrative model testing unpublished (Ph.D). Faculty of Business, Economics, and Law, Auckland University of Technology.

Ramírez, S., Gana, S., Garcés, S.,Zúñiga, T., Araya, R,.& Gaete, J .(2021). Use

of technology and its association with academic performance and life satisfaction among children and adolescents .Front in Psychiatry, 12,1-12,:764054.doi: 10.3389/fpsyt.2021.764054.

Roffarello,M.,Russis,L.,Lottridge,D.,& Cecchinato ,M .(2023). Understanding digital wellbeing within complex technological contexts. Int. J. Human–Computer Studies 175, 103034,1-3.

Roffarello,A.,& De Russis,L.(2023). Teaching and learning "digital wellbeing". Future Generation Computer Systems, 149, 494-508.

Rosič, J., Carbone, L., Vanden Abeele, M., Lobe, B., & Vandenbosch, L. (2023). Measuring digital well-being in everyday life among slovenian adolescents: the perceived digital well-being in adolescence scale. Journal of Children and Media,1-40.

Royal,C., Wasik, S., Horne, R., Dames, L., Newsome, G.(2019). Digital wellness: Integrating wellness in everyday life with digital content and learning technologies. in handbook of research on transformative digital Content and Learning Technologies(pp. 733–735), IGI Global: Hershey, PA, USA.

Salama,B(2020). Prevalence and associated factors of Internet addiction among undergraduate students at al-beheira governorate, egypt. International Journal of Public Health , 65,905–910.

Sandoval, Z. (2019). Digital citizenship in higher education students. Issues in Information Systems. 20(4) 93-103.

Shehata,W., & Abdeldaim,D.(2021). Internet addiction among medical and non-medical students during COVID-19 pandemic, Tanta University, Egypt.

Environmental Science and Pollution Research , 28,59945–59952.

Stankov,U.,& Gretzel,U.(2021). Digital well-being in the tourism domain: mapping new roles and responsibilities. Information Technology & Tourism , 23:5–17.

Thomas, N., Choudhari, S.,& Gaidhane, A.(2022).‘Digital wellbeing’: the need of the hour in today’s digitalized and technology driven world!. Cureus, 14(8)1-5. : e27743. DOI 10.7759/cureus.27743.

Tzaflkou,K., Perifanou,M., Economides,A.(2022). Development and validation of students’ digital competence scale (SDiCoS). . Int J Educ Technol High Educ ,19(30),1-20.

Vázquez-Cano, Meneses,E.,& García-Garzón,E.(2017). Differences in basic digital competencesbetween male and female university students of Social Sciences in Spain. International Journal of Educational Technology in Higher Education,14,1-16.

Vercruyssen A, Schirmer W, Geerts N and Mortelmans D (2023) How “basic” is basic digital literacy for older adults? Insights from digital skills instructors. Front. Educ,8,1-11,1231701 doi: 10.3389/feduc.2023.1231701

Widdicks,K.(2020). When the good turns ugly: speculating next steps for digital wellbeing tools. in proceedings of the 11th nordic conference on human-computer interaction: shaping experiences, shaping society (NordiCHI '20), October 25–29, Tallinn, Estonia. ACM, New York, NY, USA 6 Pages. https://doi.org/10.1145/3419249.3420117.1-6.

Yıldız,E., Çengel,M.,& Alkan,A.(2020).Determination of digital citizenship levels of university students at sakarya university turkey. International Journal of Higher Education,9(3),300-308.

Yu,Z.(2021). The effects of gender, educational level, and personality on online learning outcomes during the covid-19 pandemic. Int J Educ Technol High Educ,18(1) ,1-17.

Yue, A., Pang, N., Torres, F., & Mambra, S. (2021). Developing an indicator framework for digital wellbeing: perspectives from digital citizenship. NUSCTIC Working Paper Series ,1,1-44.

Zenebe,Y.,Kunno,K.,Mekonnen,M., Bewuket,A., Birkie,M., Necho,M., Seid,M., Tsegaw,M.,&Akele,B.(2021).Prevalence and associated factors of internet addiction among undergraduate university students in ethiopia:a community university-based cross-sectional study. BMC Psychol,9(4),1-10.

Zhao,Y.,Gómez,M..,Llorente,A.,&Zhao, L.(2021).Digital competence in higher education: students' perception and personal factors. Sustainability,13,1-17, 12184. https://doi.org/10.3390/su132112184.