

The Interactive Mediation of Social Support in the Relationship between Digital Addiction and Academic Depression

الوساطة التفاعلية للدعم الاجتماعي في العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي

Ghada Khaled Eid

غادة خالد عيد

Associate Professor, Department of Educational Psychology, College of Education, Kuwait University, Kuwait.

أستاذ مشارك ، قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة الكويت، الكويت

Received:15/01/2026 Revised:01/01/2026 Accepted:16/12/2025

تاريخ التقديم: 2025/12/16 تاريخ ارسال التعديلات: 2026/01/01 تاريخ القبول: 2026/01/15

الملخص:

هدفت الدراسة إلى بحث الدور الوسيط والتفاعلي للدعم الاجتماعي المدرك في العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي من خلال التطبيق على (١٠٨١) طالب وطالبة من مختلف كليات جامعة الكويت. واعتمدت الدراسة على مقياس للإدمان الرقمي، ومقياس بيك للاكتئاب الأكاديمي، ومقياس الدعم الاجتماعي المدرك. وأظهرت النتائج: أن مستوى الإدمان الرقمي جاء متوسطاً بين الطلبة، بينما كان مستوى الاكتئاب الأكاديمي منخفضاً، في حين أظهر الدعم الاجتماعي المدرك مستوى مرتفعاً. كما بينت نتائج معامل ارتباط بيرسون وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي، وعلاقة ارتباطية سالبة قوية بين الدعم الاجتماعي المدرك والاكتئاب الأكاديمي. أما فيما يتعلق بالدور الوسيط بالدعم الاجتماعي المدرك، فقد تبين أنه يلعب دوراً وسيطاً جزئياً بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي. كذلك، أوضحت نتائج التحليل المتعدد للمجموعات وجود اختلافات بين الذكور والإناث في قوة بعض العلاقات داخل النموذج؛ حيث كانت العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي أعلى لدى الذكور، بينما بدت العلاقة الوقائية للدعم الاجتماعي مع الاكتئاب الأكاديمي أكثر قوة لدى الإناث، وذلك ضمن حدود طبيعة التصميم الارتباطي للعينة الحالية.

الكلمات المفتاحية: الإدمان الرقمي، الاكتئاب الأكاديمي، الدعم الاجتماعي المدرك، جامعة الكويت

Abstract:

The study aimed to examine the mediating and moderating roles of perceived social support in the relationship between digital addiction and academic depression. A descriptive correlational design was employed, and the study was conducted on a sample of 1,081 male and female students from various colleges at Kuwait University. The study utilized a Digital Addiction Scale, the Beck Depression Inventory adapted for academic depression, and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support. The findings indicated that the level of digital addiction among students was moderate, whereas the level of academic depression was low, while perceived social support was found to be high. Pearson correlation results also revealed a positive and statistically significant correlation between digital addiction and academic depression, as well as a strong negative correlation between perceived social support and academic depression. Regarding mediation, perceived social support was found to play a partial mediating role in the relationship between digital addiction and academic depression. Moreover, multi-group analysis showed gender differences in the strength of certain relationships within the model: the association between digital addiction and academic depression was stronger among males, whereas the protective association between perceived social support and academic depression appeared stronger among females, within the limitations of the correlational design of the current sample.

Keywords: Digital addiction, Academic Depression, Perceived Social Support, Kuwait University

مقدمة

النظرية المعرفية السلوكية أن الإدمان الرقمي ينشأ عن معتقدات وأفكار غير واقعية لدى الفرد حول ضرورة التواصل المستمر عبر الإنترنت لمتابعة الأحداث من حوله (عامر، 2022). وأخيراً، تفسر نظرية التنظيم الذاتي هذا الإدمان بأنه ناجم عن ضعف القدرة على ضبط السلوك والتحكم في الدوافع أمام محفزات البيئة الرقمية (سليمان، 2025).

وفي سياق التأثيرات السلبية للإدمان الرقمي، توصلت بحوث عديدة (Han et al., 2025؛ Ghanim et al., 2022؛ Gao & Tien, 2025) إلى وجود ارتباط سلبي بين ارتفاع مستويات الإدمان الرقمي وتدني الأداء الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة (حداد والزيتاوي، 2002). كما تبين أن الاستخدام المفرط للتكنولوجيا يؤثر سلباً في مستوى التركيز والانتباه، ويضعف الكفاءة الذاتية، ويزيد من مشاعر الوحدة والعزلة الاجتماعية. ومن الجانب النفسي، يرتبط الإدمان الرقمي أيضاً بارتفاع معدلات الاكتئاب بين الشباب. كما كشفت تحليلات حديثة (Paiva et al., 2025) أن نسب الاكتئاب بين طلبة الجامعات عالمياً بلغت مستويات مقلقة؛ إذ يعاني نحو 35.41% من الطلبة من أعراض اكتئاب خفيفة، و13.42% منهم يعانون من اكتئاب حاد، وتشير هذه البيانات إلى أن الاضطرابات النفسية بين الطلبة أصبحت ظاهرة علمية تتفاقم بفعل الإفراط في استخدام التكنولوجيا الرقمية.

وفي ظل هذه المعطيات، يبرز الاكتئاب الأكاديمي كأحد أبرز التحديات النفسية أمام طلبة الجامعات في العصر الرقمي. ويعرّف الاكتئاب الأكاديمي بأنه حالة مزمنة من المشاعر السلبية المرتبطة مباشرة بالبيئة الدراسية، وتشمل مشاعر الحزن وانخفاض الدافعية والشعور بالفشل وضعف التركيز والتعب المزمن (حسين وصالح وشعبان، 2022؛ كامل، 2022). ويتميز هذا النوع من الاكتئاب بارتباطه الخاص بالخطط التعليمية، مما يجعله متميزاً عن الاكتئاب العام (الشعلان، 2011). وقد تناولت الأدبيات النفسية تفسير هذه الحالة عبر عدة نظريات؛ من أبرزها النموذج المعرفي لآرون بيك الذي يشير إلى الثلاث المعرفي السلبي المكون من النظرة السلبية إلى الذات والعالم والمستقبل (المطابقة، 2015). كما تطرح نظرية العجز المكتسب أن الإخفاق الأكاديمي المتكرر يؤدي إلى ترسيخ مشاعر العجز واليأس والإحباط لدى الطالب (العجمي، 2020).

وتؤكد بعض الدراسات (Jiang et al., 2022؛ Chen et al., 2022) أن العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب هي علاقة تفاعلية ثنائية الاتجاه. فمن ناحية، قد يسهم الإفراط في استخدام التكنولوجيا الرقمية في نشوء الاكتئاب نتيجة ما يخلفه من شعور بالعزلة والذنب والحرمان من النوم. ومن ناحية أخرى، يمكن أن يدفع الاكتئاب بالأفراد إلى زيادة الاعتماد على الوسائط الرقمية كوسيلة للهروب من مشكلاتهم الواقعية (Taş, 2019؛ Zhao et al., 2023). وبذلك، فإن العلاقة بين الإدمان والاكتئاب ليست أحادية الجانب، بل هي تفاعل متبادل يفاقم الاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعات.

شهد مجال الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات خلال السنوات القليلة طفرة رقمية غير مسبوق، جعلت الهواتف الذكية ومواقع التواصل الاجتماعي جزءاً أساسياً من حياة الأفراد، خاصة لدى فئة الشباب. وأصبحت المنصات الرقمية قناة رئيسة للتفاعل والتواصل والترفيه، إلا أن تصاعد الاستخدام دون ضوابط أدى إلى بروز مشكلات سلوكية ونفسية مستجدة مرتبطة بالإفراط في استخدام الوسائط الرقمية، وهو ما دفع العديد من الباحثين إلى دراسة هذه الظاهرة (عبدالمالك، 2024؛ البعجاوي، 2025). كما أوضحت بعض الدراسات أن هذا التطور التقني أحدث تحولاً ملحوظاً في أساليب التواصل، وأسهم في إعادة تشكيل بعض القيم الاجتماعية، بما ارتبط بظهور أنماط جديدة من الضغوط والاضطرابات النفسية (Aderinto, 2022؛ Paiva et al., 2025).

وقد ظهر بالتوازي مع هذا التحول مفهوم جديد في علم النفس يعرف بـ“*” الإدمان الرقمي “*”， وهو يشير إلى الاستخدام المفرط والقهري للوسائط الرقمية بما يؤثر سلباً في مختلف جوانب حياة الفرد، وخاصة أدائه الأكاديمي وصحته النفسية (عزوز، 2020؛ بدوي، 2022). وتشير عدة دراسات (الزعي وكري، 2019؛ Merenkova et al., 2021؛ Jiang et al., 2022؛ Chen et al., 2022؛ الصبوة، 2025) إلى ارتباط هذا النمط من الإدمان باضطرابات نفسية متعددة، منها القلق والاكتئاب واضطرابات النوم وتدهور العلاقات الاجتماعية.

كما كشفت الدراسات الاستقصائية الحديثة أن الإدمان الرقمي أصبح شائعاً بين طلاب الجامعات بمعدلات تندر بالخطر. فقد أفادت منظمة الصحة العالمية أن قرابة 23% من الشباب عالمياً يعانون من إدمان الإنترنت والأجهزة الذكية، وترتفع هذه النسبة إلى نحو 35% في بعض الدول الآسيوية المتقدمة تقنياً. وعلى المستوى العربي، أوضحت دراسة (Orabi, 2024) أن 73.2% من طلاب جامعة الرقائيق يظهرون مستويات متفاوتة من إدمان الإنترنت، كما أشارت دراسة (Shaban et al., 2023) إلى وجود مستوى من الاعتماد على شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة التمريض بجامعة القاهرة. كذلك أكدت دراسة (Ibrahim et al., 2022) الانتشار الواسع لإدمان الإنترنت بين طلبة الجامعات، وارتباطه بمؤشرات نفسية سلبية مثل الاكتئاب والقلق والتوتر.

ويرتبط ارتفاع معدلات الإدمان الرقمي بطبيعة المرحلة العمرية لطلبة الجامعة؛ إذ تتسم بالسعي نحو تكوين الهوية والانتماء الاجتماعي، وتوفر وقت فراغ أكبر، إلى جانب تصاعد الاعتماد الأكاديمي على التكنولوجيا وضغوط الانتقال إلى الرشد (إبراهيم، 2024). ويمكن تفسير هذه الظاهرة في ضوء أطر نظرية معاصرة؛ حيث تشير نظرية التعلم الاجتماعي التي طورها باندورا إلى أن السلوكيات الإدمانية تُكتسب من خلال التعلم القائم على التعزيزات الإيجابية التي توفرها المنصات الرقمية (مثل الإشعارات والمكافآت). كما ترى

2022؛ al., 2023؛ Świątek et al., 2023؛ Zhou et al., 2023) نتيجة المقارنات الاجتماعية المتزايدة، وانخفاض تقدير الذات، والشعور بالوحدة النفسية (Al Mamun & Griffiths, 2019؛ Meshi & Valkenburg؛ Brailovskaia et al., 2021؛ Ellithorpe, 2019؛ et al., 2022). ومن ناحية أخرى، قد تؤدي أعراض الاكتئاب إلى قيام الفرد بقضاء وقت أطول على هذه الوسائط الإلكترونية من أجل الابتعاد على العالم الخارجي وخلق نوع من التفاعل الاجتماعي الافتراضي (Seo & Ray, 2019).

وفي هذا السياق، أشارت دراسة (Duan et al., 2022) إلى أن إدمان الإنترنت يرتبط بزيادة الاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعات، بما في ذلك الاكتئاب بأشكاله المختلفة، وهو ما ينعكس سلباً على الأداء الأكاديمي (Duan et al., 2022). كما توضح الأدلة أن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي يرتبط إيجابياً بالاكتئاب لدى الجنسين، مع اختلاف فعالية الدعم الاجتماعي كعامل وقائي؛ إذ يبدو أكثر تأثيراً لدى الإناث مقارنة بالذكور (Luo et al., 2025).

ورغم أن بعض الدراسات (Brailovskaia & Margraf, 2021؛ Brailovskaia et al., 2021؛ Žmavc et al., 2022) تناولت العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب عبر متغيرات نفسية مصاحبة مثل المرونة النفسية والشعور بالسيطرة إلا أن كثيراً منها لم يفحص التفاعلات الوسيطة أو المعدلة التي تفسر الظروف التي تجعل الإدمان الرقمي أكثر تأثيراً على الاكتئاب. وفي المقابل، تؤكد دراسات أخرى أن الدعم الاجتماعي يمثل عاملاً وقائياً يقلل من حدة هذا الارتباط (Fardouly et al., 2015؛ Raudsepp & Kais, 2019؛ Brailovskaia et al., 2021). ومع ذلك، لا تزال الحاجة قائمة لاختبار هذا النموذج في البيئة العربية نظراً لاختلاف البناء الاجتماعي والثقافي، بالإضافة إلى محدودية الدراسات التي ركزت غالباً على العلاقات المباشرة دون دمج التأثيرات الوسيطة أو المعدلة للمتغيرات النفسية والديموغرافية والثقافية (Seki et al., 2019؛ Jahanbakhshi et al., 2025).

ومن ثم تبرز ضرورة علمية لفهم العلاقة المركبة بين الإدمان الرقمي والصحة النفسية والأكاديمية لدى طلبة الجامعات، ولا سيما في السياقين الخليجي والكويتي، في ظل الانتشار المتسارع للتكنولوجيا الرقمية وتأثيراتها المحتملة على هذه الفئة العمرية. ويعد فحص الدور الوسيط والتفاعلي للدعم الاجتماعي المدرك مدخلاً مهماً لبناء استراتيجيات تدخل ووقاية تراعي الخصائص الثقافية والاجتماعية للمجتمع الكويتي والخليجي (Wu et al., 2016؛ Kalinkara & Talan, 2024).

وتشير الأدبيات النقدية إلى وجود فجوة بحثية تتعلق بقصور الدراسات السابقة في تحليل التفاعلات النفسية والاجتماعية؛ إذ ركزت غالبية البحوث على العلاقات المباشرة بين المتغيرات دون اختبار الأدوار التفاعلية أو نماذج الوساطة التفاعلية التي تفسر متى

وعلى النقيض من العوامل المفاخرة للمشكلات النفسية، يعد الدعم الاجتماعي المدرك من أبرز العوامل الوقائية التي قد تسهم في الحد من آثار الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي. ويتضمن الدعم الاجتماعي أشكالاً متعددة، مثل الدعم العاطفي والمعلوماتي والمادي والتقييمي (Tan, 2019؛ Zhang et al., 2021؛ Zhang et al., 2022). وقد أكدت دراسات حديثة (Cassaretto et al., 2024؛ Gao & Tien, 2025؛ Sadiq et al., 2025؛ Zhong et al., 2025) أن ارتفاع الدعم الاجتماعي يرتبط بقدرة أفضل على التكيف النفسي وخفض مستويات الإدمان والاكتئاب، من خلال تعزيز ضبط النفس وتقوية الشعور بالكفاءة الذاتية وتقليل الانفعالات السلبية. كما يشكل الدعم المقدم من الأسرة والأصدقاء والأساتذة شبكة أمان نفسية تساعد الطلبة على مواجهة الضغوط الأكاديمية وتحقيق توازن نفسي وأكاديمي أفضل (Alsubaie et al., 2019).

وانطلاقاً من ذلك، تهدف الدراسة الحالية إلى بناء نموذج تفسيري للعلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي لدى طلبة جامعة الكويت، عبر اختبار الدور الوسيط للدعم الاجتماعي المدرك، وفحص دوره التفاعلي بوصفه عاملاً وقائياً قد يضعف من قوة العلاقة بين المتغيرين. كما تسعى الدراسة إلى استكشاف اختلاف بنية العلاقات داخل النموذج وفقاً لمتغير الجنس، بما يسهم في سد الفجوة البحثية في الأدبيات العربية والخليجية وتقديم نتائج يمكن توظيفها في تصميم برامج تدخل ووقاية مناسبة لخصائص الطلبة واحتياجاتهم.

مشكلة الدراسة

على الرغم من تزايد الاهتمام البحثي بظاهرة الإدمان الرقمي وآثارها النفسية والاجتماعية، إلا أن الأدبيات العربية خاصة في منطقة الخليج لا تزال تفتقر إلى دراسات توضح طبيعة العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي لدى طلاب الجامعات. وتشير الأدلة الحديثة إلى ارتفاع معدلات الاكتئاب بين المراهقين وطلبة الجامعة؛ إذ تظهر بعض الدراسات أن هذه الفئات تعد أكثر عرضة للاكتئاب عالمياً (Luo et al., 2025)، وأن نحو 28.4% من طلبة الجامعات يعانون من أعراضه (Li et al., 2022). ويعزى ذلك جزئياً إلى ضغوط الانتقال إلى البيئة الجامعية وما يصاحبها من تحديات تعليمية واجتماعية (Montero-Marin et al., 2023)، إلى جانب الخصائص النمائية والانفعالية لهذه المرحلة العمرية (Luo et al., 2025).

لقد فاقمت جائحة كوفيد-19 هذه المشكلات بشكل كبير، حيث فرضت العزلة الاجتماعية الانتقال إلى التعلم الرقمي، والاعتماد المفرط على الوسائط الإلكترونية ومنصات التواصل الاجتماعي، مما زاد من الميل إلى سلوكيات الإدمان الرقمي (Jones et al., 2021؛ Brailovskaia et al., 2022). وقد أظهرت الدراسات الحديثة أن إدمان وسائل التواصل الاجتماعي يعد من أبرز العوامل المساهمة في ضعف الصحة النفسية وزيادة معدلات الاكتئاب بين طلاب الجامعات (Huang, 2020؛ Chen et

- تحديد اتجاه وقوة العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي لدى طلبة جامعة الكويت.
- اختبار الدور الوسيط للدعم الاجتماعي المدرك في هذه العلاقة باستخدام PROCESS Macro.
- تحليل التأثير التفاعلي لمستوى الدعم الاجتماعي على قوة العلاقة الوسيطة باستخدام نماذج الوساطة التفاعلية المتقدمة.
- استكشاف اختلاف معاملات النموذج باختلاف الجنس.

أهمية الدراسة

تُكمن الأهمية النظرية لهذا البحث في إثراء الأدبيات العلمية في مجال علم النفس التربوي والصحة النفسية للطلبة الجامعيين، من خلال تفسير الآليات النفسية التي تربط الإدمان الرقمي بالمشكلات النفسية السلبية، مع إبراز دور الدعم الاجتماعي بوصفه عاملاً وقائياً يساهم في الحد من هذه الآثار. كما تساهم الدراسة في سد فجوة بحثية واضحة في الأدبيات العربية والخليجية المتعلقة بهذه الظواهر ضمن سياق ثقافي محلي.

أما الأهمية التطبيقية فتتجلى في توفير نتائج قابلة للتوظيف لدى المختصين في الإرشاد النفسي والتربوي لتطوير برامج وقائية للحد من الإدمان الرقمي وتقليل انعكاساته النفسية والأكاديمية. كذلك تساعد النتائج في توجيه الجامعات نحو تصميم مبادرات دعم اجتماعي أكثر فاعلية، وتقديم مؤشرات لصانعي السياسات التعليمية لوضع استراتيجيات داعمة للصحة النفسية الجامعية في ظل التحولات الرقمية المتسارعة.

مصطلحات الدراسة

الإدمان الرقمي:

يعرف بأنه "ضعف مقاومة المستخدم للأجهزة الإلكترونية من حيث محاولة تركها أو الابتعاد عنها؛ حيث تستحوذ عليه بشكل قسري مما يؤدي إلى ضعف الأداء الوظيفي اليومي المدرسي والمهني والاجتماعي" (عبد العزيز ومحمود، 2025). كما عرف على أنه "نمط من الاستخدام القهري والمفرط والمدمر للأجهزة الرقمية والتطبيقات الذكية ومنصات التواصل الاجتماعي، بحيث يصبح سلوكاً إدمانياً مضطرباً يتداخل بشكل سلبي ومدمر مع الأنشطة اليومية الطبيعية والعلاقات الاجتماعية الصحية والأداء الأكاديمي أو المهني المطلوب للفرد" (عزوز، 2020).

ويعرف إجرائياً بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب في مقياس الإدمان الرقمي المختصر (SAS-SV) الذي طوره Kwon et al. (2013) بعد تعريبه وتكييفه للبيئة الكويتية. وتشير الدرجات المرتفعة على هذا المقياس إلى مستوى أعلى من الإدمان الرقمي، والذي يتمثل في الانشغال المفرط بالأجهزة الذكية، وصعوبة التحكم في استخدامها، إهمال الواجبات والمشكلات الاجتماعية الناتجة عن الاستخدام المفرط.

وكيف تتغير قوة التأثيرات (Yücens & Üzer, 2018)؛ كما لا تزال الأدبيات العربية محدودة في توظيف التحليل الإحصائي المتقدم مثل PROCESS Macro لاختبار نماذج الوساطة والوساطة التفاعلية بصورة دقيقة، بما يحيد من فهم آليات التأثير وتحديد أفضل مسارات التدخل.

وعلاوة على ذلك، تشهد الكويت والمنطقة الخليجية تحولات اجتماعية وثقافية وتكنولوجية متسارعة تعيد تشكيل أنماط استخدام التكنولوجيا الرقمية وانعكاساتها على الصحة النفسية للشباب. وتعد الثقافة المحلية والقيم الاجتماعية عاملاً حاسماً في تحديد طبيعة الدعم الاجتماعي وفاعليته كعامل وقائي يخفف من الضغوط النفسية المرتبطة بالإفراط في الاستخدام الرقمي (Foroughi et al., 2021)؛ (Aslan & Polat, 2024). ومن ثم، تبرز الحاجة إلى دراسات كويتية تراعي الخصوصية الثقافية والاجتماعية وتختبر مدى ملائمة النماذج النفسية في سياقات ثقافية مختلفة.

وانطلاقاً من ذلك، تهدف الدراسة الحالية إلى تعميق فهم الديناميكيات التفاعلية بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي والدعم الاجتماعي المدرك، بما يساهم في بناء برامج إرشادية وتدخلات نفسية أكثر استهدافاً للحد من الآثار السلبية للإدمان الرقمي لدى طلبة الجامعات. كما توفر نتائجها إطاراً يمكن الاستناد إليه في تطوير سياسات جامعية داعمة للصحة النفسية وتعزيز الاستخدام المسؤول للتكنولوجيا الرقمية لدى الشباب في السياق الكويتي والخليجي.

أسئلة الدراسة

- ينطلق هذا البحث من مجموعة من التساؤلات العلمية، ومنها:
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي لدى طلبة جامعة الكويت؟
- هل يتوسط الدعم الاجتماعي المدرك العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي بشكل دال إحصائياً؟
- هل تختلف قوة التأثير الوسيط للدعم الاجتماعي باختلاف مستوى الدعم المدرك (وساطة تفاعلية)؟
- هل تختلف بنية المسارات الإحصائية للعلاقات بين المتغيرات باختلاف جنس الطلبة المشاركين؟

أهداف الدراسة

يهدف هذا البحث فحص الدور الوسيط والتفاعلي للدعم الاجتماعي المدرك في العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي لدى طلبة جامعة الكويت باستخدام نماذج تحليل متقدمة. وتتحدد الأهداف الفرعية في الآتي:

الاكتئاب الأكاديمي

عرف على أنه "حالة من الحزن تنتج عن الضغوط الأكاديمية أو الإخفاق في تحقيق الأهداف التعليمية، مما يؤدي إلى انخفاض الدافعية ومستوى الرضا والأداء الأكاديمي" (Jiang et al., 2022).

مجتمع الدراسة والعينة

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب المنتظمين بجامعة الكويت خلال العام الدراسي 2024-2025، والبالغ عددهم نحو 37,000 طالب وطالبة في مختلف الكليات والتخصصات.

تم اختيار العينة لتكون عشوائية طبقية تناسبية لضمان تمثيل متوازن لجميع الفئات، وبلغ حجمها النهائي 1081 طالباً وطالبة بعد استبعاد الاستجابات غير الصالحة، بنسبة استجابة 90.16% من إجمالي 1199 مشاركاً. وقد بلغ عدد الإناث 866 (80.1%) مقابل 215 من الذكور (19.9%)، مما يعكس الواقع الفعلي لتركيب طلبة الجامعة. ووفق ما تشير إليه الدراسات (Brailovskaia et al., 2021؛ Valkenburg et al., 2022؛ Luo et al., 2025) من وجود اختلافات محتملة بين الذكور والإناث في أنماط الاستخدام الرقمي ودرجة التأثير النفسي، وكذلك في فاعلية الدعم الاجتماعي كعامل وقائي، فقد تم تضمين تحليل الفروق حسب الجنس بوصفه تحليلاً استكشافياً لرصد الاتجاهات المحتملة داخل النموذج.

ووفق التخصص الأكاديمي، بلغ عدد طلبة التخصصات الأدبية 617 (57.1%) والعلمية 464 (42.9%). أما التوزيع العمري، فقد جاءت النسبة الأعلى ضمن الفئة العمرية (20-22) عاماً بواقع 38.4%، 415 طالباً، تلتها الفئة (17-19) عاماً بنسبة 19.1%، 206 طالباً، ثم الفئة (23-25) عاماً بنسبة 17.9%، 193 طالباً، في حين توزعت النسب المتبقية على الفئات العمرية الأكبر سناً. وبوجه عام، بلغ المتوسط الحسابي للعمر لدى أفراد العينة نحو ($M = 22.44$) عاماً، بانحراف معياري ($SD = 3.18$).

أدوات الدراسة

استخدمت الدراسة ثلاثة مقاييس معتمدة لقياس متغيرات البحث (الإدمان الرقمي، الاكتئاب الأكاديمي، الدعم الاجتماعي المدرك)، مع بيان مرجع كل مقياس وإجراءات ترجمته وتكييفه ثقافياً، وتوثيق خصائصه السيكومترية (الصدق والثبات) على عينة الدراسة.

مقياس الإدمان الرقمي: تم استخدام النسخة المختصرة من مقياس إدمان الهواتف الذكية الذي وضعه (Kwon et al., 2013) حيث تم تكييفها لتلائم البيئة العربية. وتتكون النسخة المستخدمة في الدراسة الحالية من 6 بنود تقيس الأعراض الأساسية للإدمان الرقمي، مثل الانشغال المستمر باستخدام الهاتف، الحاجة لاستخدامه لفترات أطول، وصعوبة التحكم في مدة الاستخدام، والضيق عند الانقطاع، إهمال الواجبات، المشكلات الاجتماعية الناتجة عن الاستخدام المفرط، وصعوبة التحكم في وقت

الدعم الاجتماعي

عرف على أنه "أساليب المساعدة المختلفة التي يتلقاها الفرد من أسرته وأصدقائه، والتي تتمثل في تقديم الرعاية والاهتمام والتوجيه والنصح والتشجيع في كافة مواقف الحياة والتي تشبه حاجاته المادية والروحية للقبول والحب والشعور بالأمان، فتجعله يثق بنفسه مما يزيد من كفاءته الاجتماعية" (ضبش، 2019). كما عرف على أنه "الدعم المادي والعاطفي والمعلوماتي التي يحصل عليها الفرد من قبل أفراد يرتبط بهم بشبكة من العلاقات الاجتماعية" (المطالقة، 2015).

ويعرف إجرائياً بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب في مقياس الدعم الاجتماعي المدرك متعدد الأبعاد (MSPSS) الذي طوره Zimet et al (1988) بعد تكييفه للبيئة العربية. ويعكس هذا المتغير إدراك الفرد لمستوى الدعم النفسي والعاطفي والمادي الذي يتلقاه من الأسرة والأصدقاء والأشخاص المهمين في حياته. وتشير الدرجات المرتفعة إلى مستوى عالٍ من الدعم الاجتماعي من المحيطين للفرد.

حدود الدراسة

- **الحدود الموضوعية:** فحص وتحليل الدور الوسيط التفاعلي للدعم الاجتماعي المدرك في العلاقة المعقدة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الكويت.
- **الحدود البشرية:** عينة من طلاب جامعة الكويت، والبالغ عددهم 1081 طالب وطالبة.
- **الحدود المكانية:** جامعة الكويت.
- **الحدود الزمانية:** العام الأكاديمي 2024 - 2025 م.

منهجية الدراسة

منهج الدراسة

التحليل الإحصائي

تم تحليل البيانات باستخدام SPSS (الإصدار 28) مع PROCESS Macro (الإصدار 4.2). وشملت التحليلات: الإحصاءات الوصفية وفحص اعتدالية التوزيع والقيم الشاذة والبيانات المفقودة، والتحقق من الخصائص السيكمومترية للمقاييس (ألفا كرونباخ، معاملات الارتباط، والتحليل العاملي التوكيدي). كما تم اختبار علاقات الارتباط باستخدام بيرسون، واختبار الوساطة البسيطة عبر PROCESS Model 4، واختبار الوساطة التفاعلية عبر PROCESS Model 14. وتم تقدير دلالة التأثيرات غير المباشرة باستخدام Bootstrap (5000) مع فواصل ثقة مصححة (Bias-Corrected CI %95). كذلك أُجري تحليل متعدد المجموعات بصورة استكشافية لفحص الفروق وفق الجنس. ونظراً لاعتماد الدراسة تصميمًا وصفيًا ارتباطيًا مقطعيًا، فقد فسرت النتائج بوصفها علاقات ارتباطية/تنبؤية ضمن حدود العينة دون استدلال سببي مباشر.

نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: نتائج التحليل الوصفي

تم إجراء التحليل الوصفي لمتغيرات الدراسة (الإدمان الرقمي، الاكتئاب الأكاديمي، الدعم الاجتماعي المدرك) بهدف تحديد مستوياتها لدى طلبة جامعة الكويت. وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل متغير كما هو موضح في الجدول (1).

جدول 1: نتائج الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة (ن = 1081)

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التفسير	الترتيب
الإدمان الرقمي	3.19	0.88	متوسط	5
الاكتئاب الأكاديمي	1.4	0.72	منخفض	6
الدعم الاجتماعي	3.60	0.74	مرتفع	4
دعم الأسرة	3.76	0.70	مرتفع	1
دعم الأصدقاء	3.43	0.79	مرتفع	3
دعم الشخص المهم	3.62	0.75	مرتفع	2

يوضح الجدول (1) الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة. ولتفسير المتوسطات الحسابية للمتغيرات المقاسة على تدرج (1-5)، تم اعتماد معيار تقسيم المدى كما يلي: (1.00-1.80) منخفض جداً، (1.81-2.60) منخفض، (2.61-3.40) متوسط، (3.41-4.20) مرتفع، (4.21-5.00) مرتفع جداً. وأظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للإدمان الرقمي بلغ ($M = 3.19$) بانحراف معياري ($SD = 0.88$)، بما يشير إلى مستوى متوسط من الإدمان الرقمي بين طلبة جامعة الكويت. كما بلغ المتوسط الحسابي للدعم الاجتماعي المدرك ($M = 3.60$) بانحراف معياري ($SD = 0.74$)، بما يعكس

الاستخدام. يطبق المقياس على تدرج ليكرت خماسي يتراوح من 1 (لا تنطبق علي أبداً) إلى 5 (دائماً)، وتتراوح الدرجة الكلية بين 6 و30 درجة، حيث تشير الدرجات الأعلى إلى مستويات مرتفعة من الإدمان الرقمي. وقد أظهر المقياس خصائص سيكمومترية مرتفعة في الدراسة الحالية؛ إذ بلغ معامل الثبات (ألفا كرونباخ) ($\alpha = 0.87$)، كما تراوحت معاملات ارتباط البنود بالدرجة الكلية بين (0.73-0.84) وجميعها دالة عند (0.01). وتم التحقق من صدق المحتوى من خلال التحكيم العلمي من قبل خمسة مختصين في علم النفس التربوي، إضافة إلى التحقق من الصدق البنائي عبر التحليل العاملي التأكيدي حيث تراوحت الأحمال العاملية بين (0.64-0.83).

مقياس الاكتئاب الأكاديمي: لقياس الاكتئاب الأكاديمي، تم استخدام نسخة معدلة من مقياس بيك للاكتئاب - الإصدار الثاني المطور من قبل (Beck et al., 1996)، حيث تم تكييف صياغة البنود لتقيس الأعراض الاكتئابية المرتبطة بالسياق الأكاديمي تحديداً. وتكونت النسخة المستخدمة في الدراسة الحالية من (10) بنود تغطي جوانب أساسية مثل الحزن، الشعور بالفشل، ضعف الدافعية، انخفاض القيمة الذاتية، اضطرابات النوم، والإجهاد الذهني المرتبط بالدراسة. وتستجاب البنود وفق تدرج رباعي من (0) إلى (3)، بحيث تتراوح الدرجة الكلية بين (0-30)، وتشير الدرجات المرتفعة إلى مستوى أعلى من الاكتئاب الأكاديمي. وقد حقق المقياس ثباتاً مرتفعاً في الدراسة الحالية ($\alpha = 0.89$)، كما تراوحت معاملات ارتباط البنود بالدرجة الكلية بين (0.63-0.81) عند مستوى دلالة (0.01). وأكد التحليل العاملي التأكيدي تماسك البناء العاملي للمقياس، حيث تراوحت الأحمال العاملية بين (0.67-0.85)، كما تم التحقق من صدق المحتوى عبر التحكيم من قبل مختصين في علم النفس التربوي.

مقياس الدعم الاجتماعي المدرك: تم قياس الدعم الاجتماعي المدرك باستخدام مقياس الدعم الاجتماعي المدرك متعدد الأبعاد (MSPSS) الذي طوره (Zimet et al., 1988). وقد تمت ترجمته وتعريبه وتكييفه للبيئة الكويتية وفق إجراءات الترجمة العكسية، ثم عرضه على خمسة محكمين متخصصين للتحقق من ملاءمته اللغوية والثقافية. ويتكون المقياس من (12) بنداً موزعة على ثلاثة أبعاد: دعم الأسرة، دعم الأصدقاء، ودعم الشخص المهم (4 بنود لكل بعد). وتستجاب البنود وفق تدرج ليكرت خماسي من (1) لا أوافق إطلاقاً إلى (5) أوافق تماماً، وتتراوح الدرجة الكلية بين (12-60)، بحيث تعكس الدرجات المرتفعة مستوى أعلى من الدعم الاجتماعي المدرك. وقد أظهر المقياس درجة عالية من الاتساق الداخلي في الدراسة الحالية؛ إذ بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية ($\alpha = 0.93$)، وللأبعاد الفرعية: دعم الأسرة (0.89)، دعم الأصدقاء (0.91)، دعم الشخص المهم (0.92). كما دعمت نتائج التحليل العاملي ملاءمة البناء العاملي للمقياس ($\chi^2/df = 2.14$ ، $CFI = 0.96$ ، $RMSEA = 0.045$)، بما يدعم صلاحيته للاستخدام في البيئة الكويتية.

جدول 3: العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي

المتغير	قيمة بيرسون	مستوى الدلالة
الإدمان الرقمي - الاكتئاب الأكاديمي	0.78	0.001

يتضح من جدول (3) وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية ودالة إحصائياً بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي لدى أفراد العينة، حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون ($r = 0.78, p = 0.001$)، وهو ما يعني أن ارتفاع درجات الإدمان الرقمي يرتبط بارتفاع درجات الاكتئاب الأكاديمي ضمن حدود العينة. وتتفق هذه النتيجة مع الطرح النظري للدراسة؛ إذ يمكن تفسير هذا الارتباط في ضوء الأطر المعرفية والسلوكية والتنظيمية التي تشير إلى أن الانغماس الرقمي المفرط يرتبط بزيادة أنماط الاجترار الذهني والمقارنات الاجتماعية وضعف ضبط الذات، مما قد يتزامن مع ارتفاع المشاعر السلبية المرتبطة بالسياق الأكاديمي. كما تتفق النتيجة مع ما توصلت إليه (Chen et al., 2022; Jiang et al., 2022; Han et al., 2025) بوجود ارتباطات موجبة بين الاستخدام الرقمي ومؤشرات الاكتئاب لدى طلبة الجامعات.

وللإجابة عن السؤال المرتبط بالعلاقة بين الدعم الاجتماعي المدرك والاكتئاب الأكاديمي، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، كما ورد في جدول (4).

جدول 4: العلاقة بين الدعم الاجتماعي والاكتئاب الأكاديمي

المتغير	قيمة بيرسون	مستوى الدلالة
دعم الأسرة	-0.61	0.001
دعم الأصدقاء	-0.53	0.001
دعم الشخص المهم	-0.67	0.001
الدعم الاجتماعي (المتغير)	-0.64	0.001

يشير جدول (4) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة قوية ودالة إحصائياً بين الدعم الاجتماعي المدرك والاكتئاب الأكاديمي، حيث بلغ معامل الارتباط للدرجة الكلية ($r = -0.64, p = 0.001$)، بما يعني أن ارتفاع مستوى الدعم الاجتماعي المدرك يرتبط بانخفاض مستوى الاكتئاب الأكاديمي لدى أفراد العينة. وعلى مستوى مصادر الدعم، أظهرت النتائج أن دعم الشخص المهم كان الأكثر ارتباطاً بانخفاض الاكتئاب الأكاديمي ($r = -0.67, p = 0.001$)، يليه دعم الأسرة ($r = -0.61, p = 0.001$)، ثم دعم الأصدقاء ($r = -0.53, p = 0.001$). وتفسر هذه النتائج في ضوء الأدبيات النفسية التي تؤكد ارتباط الدعم الاجتماعي بانخفاض الضغوط الأكاديمية والانفعالية، بما ينسجم مع فرضية "تخفيف أثر الضغوط" (Stress-Buffering) التي ترى أن إدراك الطالب لتوفر مصادر دعم (أسرة/أصدقاء/شخص مهم) يرتبط بانخفاض المؤشرات المزاجية السلبية. كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج عدد من الدراسات (Orabi, 2024; Han et al., 2025) التي وجدت ارتباطات سالبة بين

مستوى مرتفعاً من الدعم الاجتماعي بشكل عام. وفيما يتعلق بأبعاد الدعم الاجتماعي المدرك، جاء دعم الأسرة في المرتبة الأولى بمتوسط ($M = 3.76, SD = 0.70$)، يليه دعم الشخص المهم بمتوسط ($M = 3.62, SD = 0.75$)، ثم دعم الأصدقاء بمتوسط ($M = 3.43, SD = 0.79$)، وجميعها ضمن المستوى المرتفع وفق معيار تقسيم المدى. أما الاكتئاب الأكاديمي، فقد تم تفسير في ضوء تدرجه الرباعي (0-3)، حيث بلغ المتوسط الحسابي ($M = 1.40$) بانحراف معياري ($SD = 0.72$)، مما يشير إلى مستوى منخفض من الأعراض الاكتئابية الأكاديمية لدى أفراد العينة. وتظهر هذه النتائج أن الأسرة تمثل المصدر الأعلى للدعم الاجتماعي في البيئة الكويتية، يليها الأشخاص المقربون ثم الأصدقاء، وهو نمط يتسق مع طبيعة الثقافة الأسرية في المجتمعات الخليجية. وتتفق هذه النتائج بوجه عام مع الأدبيات السابقة حول شيوع الاستخدام الرقمي بين طلبة الجامعات (Shaban et al., 2023; Orabi, 2024) وكذلك مع الدراسات التي تؤكد الدور الوقائي للدعم الاجتماعي في خفض المؤشرات المزاجية السلبية وتعزيز التكيف النفسي لدى الطلبة (Ghanim et al., 2022; Han et al., 2025; Gao & Tien, 2025).

ثانياً: اختبار اعتدالية البيانات

تم استخدام اختبار Shapiro-Wilk للتحقق من اعتدالي التوزيع، وتشير النتائج كما في جدول (2):

جدول 2: نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لمغيرات الدراسة

المتغير	Shapiro-Wilk	مستوى الدلالة
الإدمان الرقمي	0.995	0.08
الاكتئاب الأكاديمي	0.993	0.07
الدعم الاجتماعي	0.996	0.09
دعم الأسرة	0.994	0.07
دعم الأصدقاء	0.995	0.08
دعم الشخص المهم	0.996	0.08

تشير نتائج جدول (2) إلى قيم اختبار Shapiro-Wilk، ونجد أن مستوى الدلالة ($p > 0.05$). وهذا يشير إلى أن بيانات الإدمان الرقمي، الاكتئاب الأكاديمي، والدعم الاجتماعي الكلي وأبعاده الفرعية تتبع توزيعاً طبيعياً، وعليه سيتم الاعتماد على التحليلات الإحصائية البارامترية.

ثالثاً: نتائج تساؤلات الدراسة

للإجابة عن السؤال الأول المتعلق بقياس مدى وجود علاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي لدى طلبة جامعة الكويت، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، كما هو موضح في جدول (3).

وأكد اختبار Bootstrap (N = 5000) دلالة الأثر غير المباشر؛ إذ إن فاصل الثقة لمعامل الوساطة ($LLCI = 0.18$, $ULCI = 0.37$) لا يتضمن الصفر، مما يشير إلى أن الدور الوسيط للدعم الاجتماعي المدرك دال إحصائياً. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة (Tan, 2019; Zhang et al., 2021; Zhang et al., 2022) التي تشير إلى أن الدعم الاجتماعي يمثل مورداً نفسياً/اجتماعياً واقياً يحد من شدة الارتباط بين الاستخدام الرقمي المفرط والمؤشرات المزاجية السلبية لدى طلبة الجامعات، إضافة إلى دراسات حديثة (Gao & Cassaretto et al., 2024; Tien, 2025; Sadiq et al., 2025; Zhong et al., 2025) تؤكد دور الدعم الاجتماعي في تعزيز التكيف النفسي وخفض الاكتئاب لدى الشباب. وتجدر الإشارة، أن هذه النتائج تفسر ضمن حدود التصميم الارتباطي المقطعي (Cross-sectional)، وعليه فإن ما يستخلص من التحليلات يمثل علاقات ارتباطية/تنبؤية مشروطة إحصائياً، وليس استدلالاً سببياً حاسماً.

وللإجابة عن السؤال الثالث بما إذا كانت قوة الأثر غير المباشر تختلف باختلاف مستوى الدعم الاجتماعي المدرك (وساطة تفاعلية)، تم اختبار نموذج الوساطة التفاعلية باستخدام PROCESS Macro (Model 14)، وذلك لتقدير دلالة المسار التفاعلي (الإدمان الرقمي × الدعم الاجتماعي المدرك) في التنبؤ بالاكتئاب الأكاديمي، كما ورد في جدول (6).

جدول 6: نتائج الوساطة التفاعلية للدعم الاجتماعي بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي

المسار	β	SE	t	P
الإدمان الرقمي ← الاكتئاب الأكاديمي	0.35	0.04	8.75	0.000
الإدمان الرقمي ← الدعم الاجتماعي	-0.42	0.05	-8.40	0.000
الدعم الاجتماعي ← الاكتئاب الأكاديمي	-0.31	0.03	-10.33	0.000
المسار التفاعلي (الإدمان الرقمي × الدعم الاجتماعي) ← الاكتئاب الأكاديمي	-0.14	0.04	-3.50	0.000

تشير نتائج الجدول (6) إلى وجود مسار تفاعلي دال إحصائياً بين الإدمان الرقمي والدعم الاجتماعي المدرك عند التنبؤ بالاكتئاب الأكاديمي ($\beta = -0.14$, $p < 0.001$)، بما يعني أن قوة العلاقة التنبؤية بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي تتغير باختلاف مستوى الدعم الاجتماعي المدرك. كما أظهرت النتائج أن الإدمان الرقمي ارتبط ارتباطاً موجباً ودالاً بالاكتئاب الأكاديمي ($\beta = 0.35$, $p < 0.001$)، في حين ارتبط الدعم الاجتماعي المدرك ارتباطاً سالباً ودالاً بالاكتئاب الأكاديمي ($\beta = -0.31$, $p < 0.001$).

الدعم الاجتماعي ومؤشرات الاكتئاب لدى طلبة الجامعات، إضافة إلى ما أشار إليه (Gao & Tien, 2025) من أن الدعم الاجتماعي يرتبط بانخفاض الضغوط النفسية وتحسن الدافعية لدى الطلبة.

قبل اختبار نماذج الوساطة والوساطة التفاعلية باستخدام PROCESS، تم إجراء تحليل الخمدار خطي معياري بوصفه إجراء تمهيدياً للتحقق من اتجاه العلاقات ودلالاتها بين الإدمان الرقمي (متغير مستقل) والدعم الاجتماعي (متغير واق) في التنبؤ بالاكتئاب الأكاديمي (متغير تابع). وبعد التأكد من وجود مسارات مباشرة دالة إحصائياً، تم الانتقال إلى استخدام PROCESS Macro بوصفه أكثر ملاءمة؛ إذ يتيح تقدير الأثر غير المباشر (الوساطة) واختبار الوساطة التفاعلية (Moderated Mediation) اعتماداً على Bootstrap وفواصل الثقة.

وللإجابة عن السؤال الثاني المتعلق بوجود تأثير وساطة ي للدعم الاجتماعي المدرك في العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي، تم اختبار نموذج الوساطة البسيطة باستخدام PROCESS Macro (Model 4)، كما في جدول (5).

جدول 5: نتائج الوساطة البسيطة للدعم الاجتماعي بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي

المسار	β	SE	t	P
الإدمان الرقمي ← الاكتئاب الأكاديمي (الأثر الكلي)	0.52	0.04	13.00	0.000
الإدمان الرقمي ← الدعم الاجتماعي	-0.46	0.05	-9.20	0.000
الدعم الاجتماعي ← الاكتئاب الأكاديمي	-0.38	0.04	-9.50	0.000
الإدمان الرقمي ← الاكتئاب (أثر مباشر بعد الوساطة)	0.17	0.03	5.67	0.000
الإدمان الرقمي ← الدعم الاجتماعي ← الاكتئاب الأكاديمي	0.17	-	-	0.000

أظهرت النتائج كما في جدول (5) أن الإدمان الرقمي يتنبأ بدرجات أعلى من الاكتئاب الأكاديمي ($\beta = 0.52$, $p < 0.001$)، كما يتنبأ بانخفاض مستوى الدعم الاجتماعي المدرك ($\beta = -0.46$, $p < 0.001$). في المقابل، ارتبط الدعم الاجتماعي المدرك بانخفاض الاكتئاب الأكاديمي ($\beta = -0.38$, $p < 0.001$). كما تشير النتائج إلى أنه بعد إدخال الدعم الاجتماعي كمتغير وسيط، انخفض معامل العلاقة المباشرة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي من ($\beta = 0.52$) إلى ($\beta = 0.17$)، بما يدعم وجود وساطة جزئية ضمن النموذج الإحصائي.

$p = 0.05$, $p = 0.42$) مقارنة بالذكور ($\beta = -0.39$). كذلك، وجد أن العلاقة بين الدعم الاجتماعي المدرك والاكتمال الأكاديمي كانت أكثر سلبية لدى الإناث ($\beta = -0.46$, $p = 0.03$) مقارنة بالذكور ($\beta = -0.35$)، بما يشير إلى اختلاف قوة العلاقة الوقائية للدعم الاجتماعي بين الجنسين ضمن العينة الحالية. وفيما يتعلق بالأثر غير المباشر، ظهر أنه كان أعلى لدى الإناث ($\beta = 0.20$, $p = 0.04$) مقارنة بالذكور ($\beta = 0.14$)، وهو ما يعكس تبايناً في تقديرات الوساطة عبر المجموعتين.

وتتسق هذه الاتجاهات بوجه عام مع ما تشير إليه الأدبيات حول احتمالية اختلاف أنماط الاستخدام الرقمي، ومستويات الدعم الاجتماعي، وطبيعة الارتباط بالمؤشرات المزاجية بين الذكور والإناث (Luo et al., 2025). ومع ذلك، ينبغي تفسير نتائج المقارنة بين الجنسين في ضوء الحدود المنهجية نظراً لوجود عدم توازن عددي واضح بين المجموعتين (866 إناث مقابل 215 ذكور)، الأمر الذي قد يؤثر في دقة المقارنة وقدرة التحليل على إنتاج تقديرات مستقرة تماماً. وبناء عليه، تعرض هذه النتائج بوصفها مؤشرات استكشافية تستدعي إعادة اختبارها على عينات أكثر توازناً أو باستخدام تصميمات تحليلية أكثر ضبطاً.

وفي ضوء السياق الكويتي، يمكن تفسير مستويات الإدمان الرقمي لدى الطلبة بزيادة الاعتماد على الهواتف الذكية في التفاعل والترفيه والدراسة، بما قد يؤثر في التوازن النفسي والأكاديمي. كما تؤكد النتائج أهمية الدعم الاجتماعي، ولا سيما دعم الأسرة، كعامل وقائي في الثقافة الخليجية، الأمر الذي يستدعي تبني الجامعات برامج دعم نفسي واجتماعي تحد من الانغماس الرقمي المفرط وتعزز الروابط الاجتماعية.

حدود الدراسة

تفسر نتائج الدراسة في ضوء عدد من الحدود المنهجية عند تعميمها؛ إذ اعتمدت على عينة عشوائية طبقية تناسبية من طلبة جامعة الكويت خلال العام الدراسي (2024-2025)، بما يدعم التمثيل داخل الجامعة، مع بقاء تعميم النتائج خارجها مرهوناً بتشابه الخصائص الثقافية والتعليمية. كما وجد عدم توازن عددي بين الجنسين (80.1% إناث مقابل 19.9% ذكور)، لذا تم التعامل مع تحليلات الفروق حسب الجنس بوصفها مؤشرات تفسيرية. ورغم ملاءمة المقاييس المستخدمة بعد ترجمتها وتكييفها وارتفاع خصائصها السيكمومترية، فإن تطبيقها في بيئات ثقافية مختلفة قد يتطلب إعادة تحقق من الصدق والثبات. وأخيراً، يحد التصميم الارتباطي المقطعي من الاستدلال السببي؛ فرغم أن نماذج PROCESS تختبر الوساطة والوساطة التفاعلية إحصائياً، فإنها لا تثبت السببية ما لم تدعم النتائج بتصميمات طولية أو تجريبية أكثر ضبطاً.

توصيات الدراسة

في ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج علمية، يوصي البحث:

(0.001)، مما يعكس دور الدعم الاجتماعي بوصفه مورداً نفسياً/اجتماعياً وظيفياً.

وتفسر هذه النتيجة في ضوء الأطر النظرية التي تؤكد أن الدعم الاجتماعي يعمل كآلية تخفيف تقلل من حدة الارتباط بين الضغوط أو السلوكيات والنتائج النفسية السلبية، بما يشبه “الدرع الوقائي” ضد الأعراض المزاجية لدى الطلبة. وتتفق هذه النتيجة مع دراسات (Shaban et al., 2023؛ Han et al., 2025؛ Gao & Tien, 2025) والتي أكدت أن الدعم الاجتماعي قد يضعف من الارتباط بين الاستخدام الرقمي المفرط ومؤشرات الاضطراب النفسي كالإكتئاب والقلق لدى الشباب الجامعي، كما تدعمها نتائج ما توصل إليه (Fardouly et al., 2015؛ Raudsepp & Kais, 2021؛ Brailovskaia et al., 2021) للدور الوقائي للعلاقات الاجتماعية في تقليل الآثار النفسية المرتبطة بالاستخدام المفرط لمنصات التواصل والبيئات الرقمية. وتفسر هذه النتائج ضمن حدود التصميم الارتباطي المقطعي، وبناء عليه فإن ما تقدمه نماذج PROCESS هنا يمثل تقديرات إحصائية لعلاقات ارتباطية/تنبؤية مشروطة، ولا يعبر عن استدلال سببي.

وللإجابة عن السؤال الرابع المتعلق بما إذا كانت قوة واتجاه العلاقات الإحصائية داخل النموذج تختلف باختلاف الجنس، تم إجراء تحليل متعدد المجموعات (Multi-group analysis) للمقارنة بين الذكور والإناث، كما هو موضح في جدول (7).

جدول 7: نتائج الفروق بين الجنسين في العلاقة بين متغيرات الدراسة

المسار	الذكور (n = 215)	الإناث (n = 866)	مستوى الدلالة
الإدمان الرقمي ← الاكتئاب الأكاديمي	0.48	0.29	0.01
الإدمان الرقمي ← الدعم الاجتماعي	-0.39	-0.42	0.05
الدعم الاجتماعي ← الاكتئاب الأكاديمي	-0.35	-0.46	0.03
التأثير الغير مباشر	0.14	0.20	0.04

تشير نتائج جدول (7) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعض معاملات المسار داخل النموذج. فقد ظهر أن معامل العلاقة التنبؤية بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي كان أعلى لدى الذكور ($\beta = 0.48$, $p = 0.01$) مقارنة بالإناث ($\beta = 0.29$)، بما يدل على اختلاف درجة الارتباط/التنبؤ بين المجموعتين. كما بينت النتائج وجود فروق عند مسار الإدمان الرقمي نحو الدعم الاجتماعي المدرك؛ إذ كانت العلاقة سالبة لدى المجموعتين مع ميل لكونها أكثر سلبية لدى الإناث ($\beta = -$)

هذه المقالة في ترخيص المشاع الإبداعي الخاص بالمقالة، إلا إذا تمت الإشارة إلى خلاف ذلك في جزء المواد. إذا لم يتم تضمين المادة في ترخيص المشاع الإبداعي الخاص بالمقال وكان الاستخدام المقصود غير مسموح به بموجب اللوائح القانونية أو يتجاوز الاستخدام المسموح به، فسوف تحتاج إلى الحصول على إذن مباشر من صاحب حقوق الطبع والنشر. لعرض نسخة من هذا الترخيص، قم بزيارة:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>

المراجع

- إبراهيم، رشا. (2024). الإدمان الرقمي منبأ بالعزلة الاجتماعية والتوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة: دراسة سيكومترية مقارنة. *المجلة العلمية لكلية التربية*، 51، 310 - 365. <https://doi.org/10.21608/sjsw.2024.326001.1134>
- بدوي، غادة. (2022). الإدمان الرقمي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مستقبل التربية العربية*، 29، (134)، 169 - 202. <https://doi.org/10.21608/fae.2022.282009>
- العجاوي، فرح. (2025). الإدمان الرقمي وانعكاساته الصحية والاجتماعية على المراهقين: دراسة تحليلية في ضوء نظريات الصحة النفسية. *مجلة رماح للبحوث والدراسات*، (117)، 676 - 701.
- حداد، عفاف، والزيتاوي، عبد الله. (2002). العلاقة بين الدعم الاجتماعي والاكتئاب لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة المنارة للبحوث والدراسات*، 8، (3)، 9 - 35.
- حسن، سمية. (2024). التحقق من مستويات استنزاف الذات وعلاقتها بالدعم الاجتماعي المدرك لدى عينة من النازحين. *مجلة الدراسات المستدامة*، 6، (1)، 1414 - 1454.
- حسين، فاطمة، صالح، زمين، وشعبان، أحمد. (2022). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من الاكتئاب وقلق المستقبل لدى عينة من مرضى سرطان هودجكين. *مجلة الدراسات النفسية المعاصرة*، 4، (1)، 121 - 152. <https://doi.org/10.21608/bshjo.2022.231183>
- الزعي، أحمد، وكري، لينيا. (2019). الدعم الاجتماعي المدرك وعلاقته بالاكتئاب: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة دمشق. *مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية - سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية*، 41، (5)، 553 - 580.
- سليمان، ميادة. (2025). الإدمان الرقمي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة قطاع الدراسات الإنسانية*، (35)، 779 - 898. <https://doi.org/10.21608/jsh.2025.432887>
- الشعلان، لطيفة. (2011). الانتحار في إطار الكمالية واليأس والدعم الاجتماعي والمعنى المعرفي للموت: نموذج تفاعلي لحالة الروائي والشاعر الأردني المنتحّر تيسير سبول. *مجلة كلية التربية*، 35، (2)، 91 - 135.
- الصبوة، محمد. (2025). الدور المعدل للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين المهارات الاجتماعية والضغط النفسي لدى مريضات الاكتئاب الأساسي والسويات. *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي*، 13، (1)،

- **على مستوى الوقاية والتوعية:** تصميم حملات توعوية جامعية منتظمة حول الاستخدام المسؤول للتكنولوجيا، تتضمن مهارات إدارة الوقت والحد من الاستخدام القهري للهواتف الذكية.
- **على مستوى التدخل الإرشادي النفسي:** تطوير برامج إرشادية داخل مراكز الإرشاد الجامعي تستهدف خفض الإدمان الرقمي وتعزيز التنظيم الذاتي، مع دمج أنشطة داعمة للصحة النفسية الأكاديمية.
- **على مستوى الدعم الاجتماعي:** تعزيز شبكات الدعم الاجتماعي داخل الجامعة عبر مبادرات "الدعم الزميلي" والأنشطة الطلابية المنظمة، بما يرفع من الشعور بالانتماء ويقلل من العزلة المرتبطة بالاستخدام الرقمي المفرط.
- **على مستوى الأسرة والبيئة الاجتماعية:** إطلاق برامج توعوية للأسر الكويتية حول أساليب الدعم النفسي والاجتماعي للأبناء في المرحلة الجامعية.
- **على مستوى السياسات الجامعية:** تبني سياسات جامعية داعمة للصحة النفسية الرقمية، مثل إدراج وحدات تدريبية أو مقررات قصيرة عن "العافية الرقمية" ضمن برامج التهيئة الجامعية.

مقترحات الدراسة

- إجراء دراسات مستقبلية تدخل متغيرات نفسية إضافية (مثل جودة النوم، التنظيم الذاتي، الصلابة النفسية) لفهم آليات العلاقة بين الإدمان الرقمي والاكتئاب الأكاديمي.
- تنفيذ دراسات طولية للتحقق من اتجاه التأثير الزمني بين المتغيرات، وتقوية الاستدلال السببي.
- إجراء دراسات مقارنة خليجية للتحقق من ثبات النموذج في بيئات ثقافية متقاربة، ودعم قابلية تعميم النتائج.
- تصميم دراسات تجريبية تقيم فاعلية برامج تدخل نفسي/إرشادي للحد من الإدمان الرقمي وتعزيز الدعم الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

الدعم المالي

لم تحصل الباحثة على أي دعم مالي من أي جهة أو مؤسسة رسمية أو غير رسمية لإجراء هذا البحث.

الإفصاح والتصرّيات

تضارب المصالح: ليس لدى المؤلفة أي مصالح مالية أو غير مالية ذات صلة للكشف عنها. المؤلفة تعلن عن عدم وجود أي تضارب في المصالح.

الوصول المفتوح: هذه المقالة مرخصة بموجب ترخيص إسناد الإبداع التشاركي غير تجاري 4.0 الدولي (CC BY-NC 4.0)، الذي يسمح بالاستخدام والمشاركة والتعديل والتوزيع وإعادة الإنتاج بأي وسيلة أو تنسيق، طالما أنك تمنح الاعتماد المناسب للمؤلف (المؤلفين) الأصليين. والمصدر، قم بتوفير رابط لترخيص المشاع الإبداعي، ووضح ما إذا تم إجراء تغييرات. يتم تضمين الصور أو المواد الأخرى التابعة لجهات خارجية في

- Al-Ba'jawi, F. (2025). Digital addiction and its health and social implications among adolescents: An analytical study in light of mental health theories. *Rimah Journal for Research and Studies*, (117), 676–701. (in Arabic)
- Al-Mutaliqa, F. (2015). Sources of social support among students at the northern colleges affiliated with Al-Balqa Applied University: A social field study. *Journal of Education*, 165(2), 599–646. (in Arabic)
- Al-Sabwah, M. (2025). The moderating role of social support in the relationship between social skills and psychological stress among female patients with major depression and healthy individuals. *The Egyptian Journal of Clinical and Counseling Psychology*, 13(1), 167–203. (in Arabic)
- Al-Shaalan, L. (2011). Suicide within the framework of perfectionism, despair, social support, and the cognitive meaning of death: An interactive model of the Jordanian writer and poet Tayseer Sboul. *Journal of the Faculty of Education*, 35(2), 91–135. (in Arabic)
- Alsubaie, M. M., Stain, H., Webster, L., & Wadman, R. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International Journal of Adolescence and Youth* <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1568887>.
- Al-Zu'bi, A., & Kary, L. (2019). Perceived social support and its relationship with depression: A field study among first-year students at Damascus University. *Tishreen University Journal for Research and Scientific Studies – Arts and Humanities Series*, 41(5), 553–580. (in Arabic)
- Amer, S. (2022). Cognitive distortions as predictors of internet addiction and depression among secondary school adolescents: A psychometric clinical study. *The Arab Journal for Educational and Pedagogical Research and Studies*, (2), 221–294. (in Arabic)
- Aslan, I., & Polat, H. (2024). Investigating social media addiction and impact of social media addiction, loneliness, depression, life satisfaction and problem-solving skills on academic self-efficacy and academic success among university students. *Frontiers in Public Health*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1359691>
- Azzouz, M. (2020). The impact of digital addiction on social relationships: A field study on students at the Institute of Physical Activity and Sports Sciences in Djelfa. *Sociologia Journal for Social Research and Studies*, 4(Special Issue), 76–92. (in Arabic)
- Badawi, G. (2022). Digital addiction and its relationship to social isolation among secondary school students. *The Future of Arab Education*, 29(134), 169–202. (in Arabic)
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). Beck depression inventory.
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2021). The relationship between burden caused by coronavirus (Covid-19), addictive social media use, sense of control and anxiety. *Computers in human behavior*, 119, 106720. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106720>
- Brailovskaia, J., Miragall, M., Margraf, J., Herrero, R., & Baños, R. M. (2022). The relationship between
- 203 – 167
- <https://doi.org/10.21608/pshj.2025.240694.1081>
- ضنش، شيماء (2019). الدعم الاجتماعي وعلاقته بتنظيم الذات لدى المراهقين، *المجلة المصرية للاقتصاد المنزلي*، (35)، ص: 41 – 80.
- <https://doi.org/10.21608/jhe.2019.79834>
- عامر، سحر. (2022). التشوهات المعرفية كمنبئ بإدمان الإنترنت والاكتئاب لدى المراهقين بالمرحلة الثانوية: دراسة سيكومترية كلينيكية. *مجلة البحوث والدراسات التربوية العربية*، (2)، 221 – 294.
- عبد العزيز، قصي، ومحمود، حاتم. (2025). الإدمان الرقمي وانعكاساته على الأسرة: دراسة اجتماعية تحليلية، *مجلة المدارات العلمية للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، 3 (1)، ص: 773 – 797.
- عبدالحفيظ، دينا. (2024). الإدمان الرقمي وتأثيره على البنية الثقافية والاجتماعية للمراهقين. *المجلة العلمية لكلية الآداب*، 27، (89)، 467 – 522. <https://search.emarefa.net/detail/BIM-1546468>
- عبدالمالك، شيهان. (2024). اضطرابات الشخصية لدى البالغين المصابين بالإدمان الرقمي. *مجلة الحكمة للدراسات الفلسفية*، 3، 379 – 392. <https://asjp.cerist.dz/en/article/253788>
- العجمي، فيصل. (2020). العلاقة بين المساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى معلمي المرحلة الابتدائية المتقاعدين بدولة الكويت. *مجلة العلوم التربوية*، 28، (4)، 337 – 356.
- عزوز، محمد. (2020). أثر الإدمان الرقمي على العلاقات الاجتماعية: دراسة ميدانية على طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالجلفة. *مجلة سوسيوولوجيا للدراسات والبحوث الاجتماعية*، (4)، عدد خاص، 76 – 92.
- كامل، نعمة. (2022). العوامل المؤثرة في حدوث الاكتئاب لدى الشباب. *المجلة العربية لدراسات وبحوث العلوم التربوية والإنسانية*، (27)، 1 – 18.
- المطالقة، فيصل. (2015). مصادر الدعم الاجتماعي لدى طلبة كليات الشمال التابعة لجامعة البلقاء التطبيقية: دراسة اجتماعية ميدانية. *مجلة التربية*، 2، (165)، 599 – 646. <https://doi.org/10.21608/jsrep.2015.55548>
- ## References
- Abdelhafiz, D. (2024). Digital addiction and its impact on the cultural and social structure of adolescents. *The Scientific Journal of the Faculty of Arts*, 27(89), 467–522. (in Arabic)
- Abdelmalek, S. (2024). Personality disorders among adults with digital addiction. *Al-Hikma Journal for Philosophical Studies*, (3), 379–392. (in Arabic)
- Aderinto, N. (2022). Impact of internet addiction on mental health among undergraduates in Nigeria. *IJS Global Health*, 5(6), e88. <https://doi.org/10.1097/GH9.0000000000000088>
- Al Mamun, M. A., & Griffiths, M. D. (2019). The association between Facebook addiction and depression: A pilot survey study among Bangladeshi students. *Psychiatry research*, 271, 628–633. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.039>
- Al-Ajmi, F. (2020). The relationship between social support and depression among retired primary school teachers in Kuwait. *Educational Sciences*, 28(4), 337–356. (in Arabic)

- role of social support. Edelweiss *Applied Science and Technology*, 9(5), 1378-1392. <https://doi.org/10.55214/25768484.v9i5.7170>
- Ghanim, M., Rabayaa, M., Atout, S., Al-Othman, N., & Alqub, M. (2022). Prevalence of anxiety and depression among Palestinian university students: a cross-sectional study during COVID-19 pandemic. *Middle East Current Psychiatry*, 29(1), 71.
- Haddad, A., & Al-Zaytawi, A. (2002). The relationship between social support and depression among Yarmouk University students in light of some variables. *Al-Manarah Journal for Research and Studies*, 8(3), 9–35. (in Arabic)
- Han, S. S., Zhang, Y. S., Zhu, W., Ye, Y. P., Li, Y. X., Meng, S. Q., ... & Xu, C. Y. (2025). Status and epidemiological characteristics of depression and anxiety among Chinese university students in 2023. *BMC Public Health*, 25(1), 1189. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22443-7>
- Hassan, S. (2024). Examining levels of self-depletion and their relationship with perceived social support among displaced individuals. *Journal of Sustainable Studies*, 6(1), 1414–1454. (in Arabic)
- Huang, C. (2022). A meta-analysis of the problematic social media use and mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, 68(1), 12-33. <https://doi.org/10.1177/0020764020978434>
- Hussein, F., Saleh, N., & Shaaban, A. (2022). Social support and its relationship with depression and future anxiety among patients with Hodgkin's disease. *Journal of Contemporary Psychological Studies*, 4(1), 121–152. (in Arabic)
- Ibrahim, R. A. L., Shalaby, A. S., & Hegazy, N. N. (2022). Internet addiction in relation to mental health among medical students, Menoufia University, Egypt. *The Egyptian Journal of Hospital Medicine*, 88(1), 2325-2331. <https://doi.org/10.21608/ejhm.2022.235956>
- Jahanbakhshi, Z., Rezvani, N., Pourhasan, M., Ahmadi, S., & Ahmadi, S. J. (2025). Predicting anxiety and depression based on video game addiction with the mediating role of social support. *Actas Españolas de Psiquiatria*. <https://doi.org/10.62641/aep.v53i2.1745>
- Jiang, M., Zhao, Y., Wang, J., Hua, L., Chen, Y., Yao, Y., & Jin, Y. (2022). Serial multiple mediation of the correlation between internet addiction and depression by social support and sleep quality of college students during the COVID-19 epidemic. *Psychiatry Investigation*. <https://doi.org/10.30773/pi.2021.0147>
- Jiang, S., Jia, Q., Peng, Z., Zhou, Q., Yi, Q., & An, Z. (2024). Does academic burnout alleviate or exacerbate internet dependence in university students with depression and anxiety?. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*. <https://doi.org/10.2147/NDT.S484205>
- Jiang, Z., Jia, X., Tao, R., & Dördüncü, H. (2022). COVID-19: a source of stress and depression among university students and poor academic performance. *Frontiers in public health*, 10, 898556. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.898556>
- Jones, E. A., Mitra, A. K., & Bhuiyan, A. R. (2021). Impact of COVID-19 on mental health in adolescents: a systematic review. *International journal of*
- social media use, anxiety and burden caused by coronavirus (COVID-19) in Spain. *Current Psychology*, 41(10), 7441-7447. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s12144-021-01802-8>
- Brailovskaia, J., Stirnberg, J., Rozgonjuk, D., Margraf, J., & Elhai, J. D. (2021). From low sense of control to problematic smartphone use severity during Covid-19 outbreak: The mediating role of fear of missing out and the moderating role of repetitive negative thinking. *PLoS One*, 16(12), e0261023.
- Brailovskaia, J., Truskauskaitė-Kunevičienė, I., Margraf, J., & Kazlauskas, E. (2021). Coronavirus (COVID-19) outbreak: addictive social media use, depression, anxiety and stress in quarantine—an exploratory study in Germany and Lithuania. *Journal of affective disorders reports*, 5, 100182. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100182>
- Cassaretto, M., Espinosa, A., & Chau, C. (2024). Effects of resilience, social support, and academic self-efficacy, on mental health among Peruvian university students during the pandemic: The mediating role of digital inclusion. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1282281>
- Chen, K., Liu, S., Lin, M., Lee, Y., Wu, J., Lin, C., & You, J. (2022). A moderated mediation model of the relationship between depression and internet addiction: Mediation by refusal self-efficacy of internet use and moderation by online and real-life social support. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00949-0>
- Chen, Y., Liu, X., Chiu, D. T., Li, Y., Mi, B., Zhang, Y., ... & Yan, H. (2022). Problematic social media use and depressive outcomes among college students in China: observational and experimental findings. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9), 4937. <https://doi.org/10.3390/ijerph19094937>
- Danish, S. (2019). Social support and its relationship with self-regulation among adolescents. *The Egyptian Journal of Home Economics*, (35), 41–80. (in Arabic)
- Duan, H., Gong, M., Zhang, Q., Huang, X., & Wan, B. (2022). Research on sleep status, body mass index, anxiety and depression of college students during the post-pandemic era in Wuhan, China. *Journal of Affective Disorders*, 301, 189-192. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.021>
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body image*, 13, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Foroughi, B., Griffiths, M., Iranmanesh, M., & Salamzadeh, Y. (2021). Associations between Instagram addiction, academic performance, social anxiety, depression, and life satisfaction among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s11469-021-00510-5>
- Gao, J., & Tien, L. (2025). The impact of internet addiction on psychological depression: The mediating role of social anxiety and the moderating

- Anxiety Stress Scale. *Egyptian Journal of Hospital Medicine*, 94(1). <https://doi.org/10.21608/ejhm.2022.235956>
- Paiva, U., Cortese, S., Flor, M., Moncada-Parra, A., Lecumberri, A., Eudave, L., ... & Arrondo, G. (2025). Prevalence of mental disorder symptoms among university students: An umbrella review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 106244. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2025.106244>
- Raudsepp, L., & Kais, K. (2019). Longitudinal associations between problematic social media use and depressive symptoms in adolescent girls. *Preventive medicine reports*, 15, 100925. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.100925>
- Sadiq, M., Zahra, M., Nadeem, H. A., Mustafa, S., Anwar, P., & Sajjad, M. (2025). Social media addiction and academic procrastination: Social support as a moderator and indecisiveness as a mediator. *Journal of Asian Development Studies* <https://doi.org/10.62345/jads.2025.14.1.54>
- Seki, T., Hamazaki, K., Natori, T., & Inadera, H. (2019). Relationship between internet addiction and depression among Japanese university students. *Journal of Affective Disorders*. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.055>
- Seo, D., & Ray, S. (2019). Habit and addiction in the use of social networking sites: Their nature, antecedents, and consequences. *Computers in Human Behavior*, 99, 109-125. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.chb.2019.05.018>
- SHABAN, M. M., ABDOL, N. M., EID, M. M., IBRAHIM, M. A., METWALY, M. E. D., SAYED, M. A., ... & RAMADAN, F. S. (2023). Prevalence of social media addiction among nursing students. *Journal of Integrative Nursing*, 5(2), 145-150. https://doi.org/10.4103/jin.jin_127_22
- Suleiman, M. (2025). Digital addiction and its relationship with some psychological variables among university students considering demographic variables. *Journal of the Humanities Studies Sector*, (35), 779-898. (in Arabic)
- Świątek, A. H., Szczeniak, M., Aleksandrowicz, B., Zaczekowska, D., Wawer, W., & Ścisłowska, M. (2023). Problematic smartphone use and social media fatigue: The mediating role of self-control. *Psychology Research and Behavior Management*, 211-222. <https://doi.org/10.2147/prbm.s389806>
- Tan, K. (2019). The effects of personal susceptibility and social support on internet addiction: An application of Adler's theory of individual psychology. *International Journal of Mental Health and Addiction* <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9871-2>
- Taş, İ. (2019). Association between depression, anxiety, stress, social support, resilience and internet addiction: A structural equation modelling. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*. <http://dx.doi.org/10.17220/mojet.2019.03.001>
- Valkenburg, P. M., Meier, A., & Beyens, I. (2022). Social media use and its impact on adolescent mental health: An umbrella review of the evidence. *Current environmental research and public health*, 18(5), 2470. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052470>
- Kalinkara, Y., & Talan, T. (2024). Psychological balances in the digital world: Dynamic relationships among social media addiction, depression, anxiety, academic self-efficacy, general belongingness, and life satisfaction. *The Journal of Genetic Psychology*. <https://doi.org/10.1080/00221325.2024.2400342>
- Kamel, N. (2022). Factors influencing the occurrence of depression among youth. *The Arab Journal for Studies and Research in Educational and Human Sciences*, (27), 1-18. (in Arabic)
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS one*, 8(12), e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Landa-Blanco, M., Reyes García, Y., Landa-Blanco, A., Cortés-Ramos, A., & Paz-Maldonado, E. (2024). Social media addiction relationship with academic engagement in university students: The mediator role of self-esteem, depression, and anxiety. *Heliyon*. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e24384>
- Li, W., Zhao, Z., Chen, D., Peng, Y., & Lu, Z. (2022). Prevalence and associated factors of depression and anxiety symptoms among college students: a systematic review and meta-analysis. *Journal of child psychology and psychiatry*, 63(11), 1222-1230. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13606>
- Luo, Y., Liang, L., Zhou, H., Qi, X., Xu, J., & Meng, H. (2025). The impact of social media addiction on depression among university students in Wuhan, China: a longitudinal study. *BMC Public Health*, 25(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23443-3>
- Mackenzie, E., Mcmaugh, A., Van Bergen, P., & Parada, R. H. (2023). Adolescent girls' academic support-seeking, depression, and anxiety: The mediating role of digital support-seeking. *Australian Journal of Psychology*. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/00049530.2023.2170279>
- Merenkova, V., Elnikova, O., Faustova, I., Komlik, L., & Kolosova, I. (2021). Psychophysiological markers of students' internet addiction in the era of digitalization. In *E3S Web of Conferences* (Vol. 258, p. 07041). *EDP Sciences*. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202125807041>
- Meshi, D., & Ellithorpe, M. E. (2021). Problematic social media use and social support received in real-life versus on social media: Associations with depression, anxiety and social isolation. *Addictive Behaviors*, 119, 106949. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106949>
- Montero-Marin, J., Hinze, V., Mansfield, K., Slaghekke, Y., Blakemore, S. J., Byford, S., ... & MYRIAD Team. (2023). Young people's mental health changes, risk, and resilience during the COVID-19 pandemic. *JAMA Network Open*, 6(9), e2335016-e2335016. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.35016>
- Orabi, E. E. E. (2024). Internet Addiction among Zagazig University Students and Its Association with Mental Health Using Arabic Version of Depression

- Zhao, M., Huang, Y., Wang, J., Feng, J., & Zhou, B. (2023). Internet addiction and depression among Chinese adolescents: Anxiety as a mediator and social support as a moderator. *Psychology, Health & Medicine*. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/13548506.2023.2224041>
- Zhong, G., Shu, Y., Zhou, Y., Li, H., Zhou, J., & Yang, L. (2025). The relationship between social support and smartphone addiction: the mediating role of negative emotions and self-control. *BMC psychiatry*, 25(1), 167. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06615-8>
- Zhou, W., Yan, Z., Yang, Z., & Hussain, Z. (2023). Problematic social media use and mental health risks among first-year Chinese undergraduates: A three-wave longitudinal study. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1237924. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1237924>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2?urlappend=%3Futm_source%3Dresearchgate.net%26utm_medium%3Darticle
- Žmavc, M., Šorgo, A., Gabrovec, B., Crnkovič, N., Cesar, K., & Selak, Š. (2022). The protective role of resilience in the development of social media addiction in tertiary students and psychometric properties of the Slovenian Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS). *International journal of environmental research and public health*, 19(20), 13178. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013178>
- opinion in psychology*, 44, 58-68. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.017>
- Wu, X., Zhang, Z., Zhao, F., Wang, W., Li, Y., Bi, L., Qian, Z., Lu, S., Feng, F., Hu, C., Gong, F., & Sun, Y. (2016). Prevalence of internet addiction and its association with social support and other related factors among adolescents in China. *Journal of Adolescence*. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.07.012>
- Yücens, B., & Üzer, A. (2018). The relationship between internet addiction, social anxiety, impulsivity, self-esteem, and depression in a sample of Turkish undergraduate medical students. *Psychiatry Research*. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.06.033>
- Zhang, X., Gao, F., Kang, Z., Zhou, H., Zhang, J., Li, J., Yan, J., Wang, J., Liu, H., Wu, Q., & Liu, B. (2022). Perceived academic stress and depression: The mediation role of mobile phone addiction and sleep quality. *Frontiers in Public Health*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.760387>
- Zhang, Y., Liu, Z., & Zhao, Y. (2021). Impulsivity, social support and depression are associated with latent profiles of internet addiction among male college freshmen. *Frontiers in Psychiatry*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.642914>