ISSN: 1812-0512 (Print) 2790-346X (online)

Wasit Journal for Human Sciences

Available online at: https:.wjfh.uowasit.edu.iq

OPEN ACCESS

Original article

Online Vigilance among University Students

Saja Shakir Rahim Khalaf[1], Dhargham Ridha Abdul Sayyid[2]

Department of Psychological and Educational Sciences, University of Wasit, Iraq

ABSTRACT

The study aimed to examine the level of Online Vigilance among university students and identify differences according to gender (male, female) and academic specialization (scientific, humanities). Online Vigilance is a psychological construct reflecting a persistent cognitive orientation toward online content, continuous connectivity, and ongoing interaction with internet-based platforms. To achieve the study objectives, the researchers adopted the Online Vigilance Scale developed by Reinecke et al. (2018), based on the Permanently Online, Permanently Connected (POPC) model. The scale's psychometric properties were established using a sample of 400 students. Reliability coefficients reached 0.81 using Cronbach's alpha and 0.95 using the test–retest method. Data were analyzed using SPSS after confirming the scale's validity and reliability. The results indicated that university students demonstrated a high level of Online Vigilance. No statistically significant differences were found based on gender, whereas significant differences emerged according to academic specialization, favoring humanities students.

***Correspondence author*:**
STD2024208.saja.S@uowasit.edu.iq
Drqaam222@uowasit.edu.iq

Received: 27 **April** 2026
Accepted: 16 **June** 2026
Published: 01 **August** 2026

***DOI*:**
https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol22.Iss3/Pt1.1915

1812-0512 /© 2026 The Author(s). Published by Wasit Journal for Humanities Sciences, Wasit University. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (http:.creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

***Cite*:**
Khalaf, S. S. R., & Abdul Sayyid, D. R. (2026). Online Vigilance among University Students. Wasit Journal for Human Sciences, 22(3/Pt1). https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol22.Iss3/Pt1.1915

Keywords: University Students, Online Vigilance

يقظة الإنترنت لدى طلبة الجامعة

سجى شاكر رحم خلف[1] ، أ.د.م ضرغام رضا عبد السيد[2]
جامعة واسط ، قسم العلوم النفسية والتربوية

المُستخلص

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى يقظة الإنترنت لدى طلبة الجامعة، والكشف عن الفروق فيها تبعًا لمتغيري الجنس (ذكور، إناث) والتخصص (علمي، إنساني)، وتُعرَّف يقظة الإنترنت بأنها بنية نفسية تعكس درجة التوجه المعرفي المستمر لدى مستخدمي الأجهزة المتصلة بالإنترنت نحو المحتوى الرقمي والتفاعل معه بصورة دائمة، ولتحقيق أهداف البحث، تبنى الباحثان مقياس (Reinecke et al., 2018) المبني وفق أنموذج POP–C، وتم التحقق من صدقه بعرضه على مجموعة من المحكمين المتخصصين، كما استُخرجت خصائصه السيكومترية على عينة بلغت (400) طالباً وطالبةً، وقد بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (0.81) وبطريقة إعادة الاختبار (0.95)، وبعد التأكد من صلاحية المقياس، طُبق على عينة البحث النهائية، وعولجت البيانات إحصائيًا باستخدام برنامج SPSS وأظهرت النتائج تمتع طلبة الجامعة بمستوى مرتفع من يقظة الإنترنت، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا تبعًا للجنس، في حين ظهرت فروق دالة تبعًا للتخصص ولصالح طلبة التخصصات الإنسانية.

الكلمات المفتاحية: يقظة الانترنت، طلبة الجامعة

مشكلة البحث Problem of Research

يزداد الاعتماد على الإنترنت في السياق التعليمي، أصبح الطلبة أكثر عرضة للتغيرات السلوكية والنفسية الناتجة عن الاستخدام المفرط والمستمر للتكنولوجيا، وقد أفرز هذا الوضع أنماطًا سلوكية جديدة، كالترقب المستمر والانتباه المتواصل لأي إشعارات أو تحديثات رقمية وهذا يؤدي إلى تشتت الانتباه، والتداخل بين المهام التعليمية والتفاعلات الرقمية، كما يسهم في ضعف قدرة الطلاب على التركيز في دراستهم، وقد يدفعهم إلى الانسحاب المؤقت من الالتزامات الأكاديمية (بكري، 2025).

إن عملية التطور وانتشار شبكة الإنترنت ومنافعها الكثيرة، فإن هناك بعض الردود السلبية التي يكون لها تأثير سلبي على الطلبة، وإن الاستخدام المفرط للإنترنت والتواصل المستمر مع محتوى الانترنت وتزايد هذا الاستخدام يؤدي الى ادمان رقمي (المكصوصي، 2019).

إن يقظة الإنترنت تحديًا يواجه طلبة الجامعة في العصر الراهن، حيث تؤثر سلبًا على تحصيلهم الأكاديمي، يعود ذلك إلى ميل الطلاب للتواصل المستمر مع المحتوى عبر الإنترنت ورغبتهم في التفاعل الدائم مع الإشعارات والرسائل الواردة، مما تقلل التركيز في الانشطة الدراسية (سالم، والناغي، 2024).

بعد أن تكونت لدى الباحثان قناعة أن هناك مشكلة تحتاج إلى حل أو تساؤل يحتاج إلى اجابة، وتتبلور مشكلة البحث الحالي بالتساؤل الآتي:

هل لدى طلبة الجامعة يقظة الإنترنت؟ وهل توجد فروق ذو دلالة احصائية للجنس (ذكور وإناث) للتخصص (علمي وإنساني) في يقظة الإنترنت؟

أهمية البحث Importance of Research:

يعد الإنترنت مصدراً ضخماً للمعرفة والتواصل والترفيه، وقد أصبح الاتصال والتفاعل عبر الانترنت جزءاً أساسياً من حياة الأفراد مما ساهم في ظهور تكنولوجيا الاجهزة الذكية، وقد أتاح ذلك للمستخدمين إمكانية التواصل المستمر والتفاعل الدائم عبر الإنترنت، مما غيّر بشكل كبير الطريقة التي نتواصل بها مع العالم من حولنا (حمودة ، 2024).

إن تكنولوجيا التواصل الحديثة، وعلى رأسها الانترنت، قد بدأت فترة جديدة في عصور التواصل والتفاعل وكثرة المعلومات والمعارف التي توفرها لمستخدميها (المكصوصي، 2019).

إن الانترنت بمختلف مواقعه وخدماته يعد أكثر مصادر تقديم المعلومات وكذلك نقل المعلومات بسرعة وتبادل الافكار وأصبح مجتمعنا اضحى لمواقع التواصل الاجتماعي ويستخدمون بشكل مستمر ودائم (البعاج ، 2025).

مما يضيف أهمية خاصة ليقظة الإنترنت أنه يعكس بنية نفسية تسهل على الباحثين التمييز بين الترابط التكنولوجي والترابط النفسي بين مستخدمي الأجهزة الالكترونية المتصلة بالإنترنت لدرجة أنه يمكن أن نجد بعض من هؤلاء المستخدمين لديهم مستوى مرتفع من يقظة الإنترنت مقارنة بغيرهم، والسبب في ذلك استخدام أنماط متماثلة لتلك الأجهزة هو أن يقظة الإنترنت تشمل كلا من السلوك الموجه هدفياً ودافعياً وانتباهياً، وتشمل كلا من الاستجابات التلقائية والمدروسة الناتجة عن تخصيص الانتباه لها (LeRoux et al., 2022)

يمكن اجمال أهمية البحث الحالي بجانبين نظري وتطبيقي على وفق النقاط التالية: –

اولاً – الأهمية النظرية:

1– تنبع أهمية البحث الحالي من محدودية الدراسات التي تناولت موضوع يقظة الإنترنت لدى طلبة الجامعة، وذلك بحسب اطلاع الباحثان.

2– تكتسب الدراسة أهميتها من طبيعة فئة طلبة الجامعة، إذ تمثل هذه الشريحة رصيدًا بشريًا مهمًا في المجتمع، يتطلب الاهتمام به وتنميته بما يسهم في تعزيز مستقبله ومستقبل المجتمع ككل.

ثانياً – الأهمية التطبيقية

1– يوفر البحث الحالي أداة ليقظة الانترنت للإفادة منها في اعداد البحوث العلمية من قبل طلبة الجامعة والباحثين.

2– تساعد نتائج البحث الحالي في دراسات اخرى على متغيراتها ومتغيرات تربوية ونفسية ومعرفية اخرى.

اهداف البحث Aims of Research

1– التعرف على يقظة الإنترنت لدى طلبة الجامعة.

2– التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في يقظة الإنترنت لدى طلبة الجامعة تبعًا لمتغيري الجنس (ذكور، إناث) والتخصص (إنساني، علمي).

حدود البحث (Research Limitations):

يتحدد البحث الحالي على طلبة جامعة واسط في الدراسة الصباحية من كلا الجنسين (ذكور وإناث)، وللتخصصين العلمي والإنساني، خلال العام الدراسي (2025–2026).

تحديد المصطلحات Limits of Terms

يقظة الانترنت Online Vigilance:

- عرفها (Reinecke et al., 2018): انها بنية نفسية تعكس درجة التوجه المعرفي الدائم لدى مستخدمي الأجهزة الالكترونية المتصلة بالإنترنت نحو المحتوى المتداول عليها، ونحو الاتصال بها، ونحو استغلال جميع الخيارات للتفاعل معها باستمرار، وذلك من خلال إظهارها لدرجة الفروق الفردية بينهم في عقلية الترابط الدائم بالحيز الشخصي لكل منهم على الإنترنت Reinecke et al., 2018).
- عرفها (محمد، ٢٠٢١): بانها حالة من الانتباه المتواصل للمنبهات الرقمية المتدفقة من البيئة الإلكترونية، تتمثل في استعداد معرفي وسلوكي وانفعالي دائم للتفاعل مع الرسائل والتنبيهات والتحديثات المرتبطة بالإنترنت، حتى في غياب الحاجة الفعلية لذلك التفاعل (محمد، 2021).

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف (Reinecke et al., 2018) بوصفة تعريفاً نظرياً لكونه يتلاءم مع متطلبات هذا البحث.

التعريف الإجرائي: يُقصد به الدرجة الكلية التي يحققها الطالب الجامعي من خلال إجابته عن فقرات مقياس يقظة الإنترنت المعتمد في هذا البحث.

طلبة الجامعة University Students:

عرفها (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ،١٩٨٧): هم المتعلمين الذين انهوا المرحلة الاعدادية أو مرحلة المعهد وانتقلوا إلى المرحلة الجامعية (البكالوريوس) ليتخصصوا بالفروع الانسانية والعلمية بناء على قدراتهم وامكاناتهم العلمية (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، ١٩٨٧)

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

يتناول هذا الفصل الإطار النظري والدراسات السابقة المتعلقة بمتغير البحث، إذ يتضن عرض مفهوم يقظة الإنترنت وأبعاده وأثاره والنموذج المفسر له، فضلاً عن استعراض أهم الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث.

المحـــور الأول: الإطار ألنظري

يقظة ال إنترنت:Online Vigilance

أدى انتشار تكنولوجيا المعلومات عبر الاجهزة الكترونية إلى إحداث تغييرات جذرية في كيفية تواصل الأفراد وتفكيرهم في سبل التواصل خلال حياتهم اليومية ففي السنوات القليلة الماضية كان الاتصال بالإنترنت، واستخدام الوسائط الرقمية والتفاعل مع الآخرين عبر التكنولوجيا يتطلب تخطيطًا واعيًا وجهدًا ذهنيًا وترتيبات محددة، ومع ذلك، فقد أحدثت تكنولوجيا الإنترنت عبر الاجهزة الالكترونية تحولًا كبيرًا في هذا السياق، حيث أصبح الانخراط في الاتصالات عبر الوسائط هو الوضع الافتراضي للعديد من الأفراد، ويعد أمرًا بديهيًا في معظم الأوقات، في المقابل أصبح الامتناع عن استخدام الوسائط والوصول إلى الاتصالات

إجراءً غير مألوف يتطلب تخطيطًا واعيًا، وقد يؤدي إلى إثارة مشاعر سلبية وقلق (Burchell ، 2015) وفي هذا الوقت يجد الطلبة أنفسهم في حالة من التواصل المستمر مع الآخرين عبر منصات التواصل الاجتماعي، مما يجعل هذا الاتصال يتحول إلى شكل روتيني يتسم بتوجه ذهني دائم يُعرف بـ "يقظة الإنترنت" ترتبط هذه العقلية ارتباطًا وثيقًا بالاستخدام النشط والمستمر للتكنولوجيا عبر الإنترنت (Johannes et al., 2021)

•أثار يقظة الأنترنت

أبرز هذه الآثار ما يلي:

1- **الإجهاد الرقمي:** يُسهم التفاعل المستمر مع الإنترنت في شعور الفرد بالإرهاق الذهني والجسدي، نتيجةً لضغط المعلومات وسرعة التفاعل، مما يؤثر سلبًا على الصحة النفسية والإنتاجية (محمد، 2021).

2- **التعلق بالهاتف الذكي:** يمكن أن يؤدي التعلق بالهاتف الذكي، المعروف باسم "نوموفوبيا" إلى شعور مستمر بالقلق عند الانفصال عن الجهاز أو فقدان الاتصال بالإنترنت. وتعد هذه الحالة مرتبطة بمشكلات نفسية مثل التوتر واضطرابات المزاج (موسى، 2016).

3- **ضعف التفاعل الواقعي:** إن اليقظة الناتجة عن الإنترنت قد تؤدي إلى تقليص فرص التفاعل الاجتماعي الحقيقي، حيث ينشغل الأفراد بالعالم الرقمي على حساب العلاقات الاجتماعية الواقعية، مما ينعكس سلبًا على مهارات التواصل وجودة العلاقات الاجتماعية (محمد، 2021).

4-انخفاض الأداء الأكاديمي: فيما يتعلق بالأداء الأكاديمي، فقد أظهرت دراسات متعددة أن اليقظة الناتجة عن الإنترنت ترتبط سلبًا بقدرة الطلاب على إدارة الوقت والمهام الدراسية (Dokumac1, 2022).

•النموذج المفسر ليقظة الأنترنت

نموذج الاتصال الدائم بالأنترنت (PoPc) ل (Reinecke et al ,2018):

في عصر الرقمنة المعاصرة، أصبحت التكنولوجيا الرقمية جزءًا لا يتجزأ من الحياة اليومية، حيث يتيح الاتصال المستمر بالإنترنت للمستخدمين إمكانية التواصل والتفاعل في أي زمان ومكان من هذا المنطلق، برز نموذج "المتصل دائمًا، المتواجد دائمًا" (POPC) ليعبر عن نمط سلوكي ونفسي جديد للمستخدمين الذين يعيشون في بيئة رقمية متصلة باستمرار، مما يعكس التحول العميق في طبيعة التفاعل مع الوسائط الرقمية، ويعرف (نموذج الاتصال الدائم بالأنترنت POPC) بأنه حالة نفسية وسلوكية تتميز بالاتصال المستمر بالإنترنت والاستعداد الدائم للاندماج في الاتصال الرقمي، يؤثر هذا الاتصال المستمر على الإدراك والانتباه والسلوك الاجتماعي للفرد، يرتبط هذا النموذج ارتباطًا وثيقًا بمفهوم يقظة الإنترنت، الذي يُشير إلى التوجه المعرفي المستمر نحو المحتوى والتواصل عبر الإنترنت والاستعداد للاستفادة منه بشكل دائم (Reinecke et al, 2018).

وأشارت دراسة رينكي إلى أن ليقظة الإنترنت ثلاث ابعاد وهم:

1- البروز (Salience): وهو البعد المعرفي لليقظة الإنترنت ويشير هذا المفهوم إلى مدى انشغال الأفراد بتفكيرهم في فضائهم الشخصي على الإنترنت، ومدى توجيههم لأفكارهم نحو التفاعلات السابقة أو الحالية أو المستقبلية ذات الصلة بالإنترنت، الأفراد الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من اليقظة على الإنترنت يميلون إلى التفكير بشكل متكرر وبعمق أكبر في فضائهم الشخصي على الإنترنت (Reinecke et al., 2018).

2- القابلية للتفاعل (Reactibility) :وهو بعد انتباهي معرفي ليقظة الإنترنت و يشير إلى مدى استعداد الفرد المستمر لتوجيه انتباهه نحو المثيرات الرقمية التي تنبعث من مجاله الشخصي على الإنترنت، مثل الإشعارات والرسائل والتنبيهات والتحديثات ويعد هذا البعد تجسيدًا لنمط ذهني أصبح سائداً في بيئات الاتصال المعاصرة، حيث يُنظر إلى أي تفاعل رقمي وارد على أنه ذو أهمية فورية تستدعي انتباهاً مباشراً، يرتبط هذا البعد بإعادة تشكيل أولويات الانتباه لدى المستخدم، بحيث تصبح الإشعارات الرقمية في مقدمة هرم المحفزات المدركة، حتى وإن كانت غير عاجلة أو لا تتطلب استجابة فعلية(Li et al., 2023).

3-المراقبة (Monitoring): وهو بعد دفاعي ليقظة الإنترنت حيث يشير إلى ميل الأفراد نحو الانخراط النشط في فضائهم الشخصي على الإنترنت بشكل منتظم، بهدف البقاء على اطلاع دائم بأحدث المستجدات في بيئتهم الاجتماعية الافتراضية، والحفاظ على التواصل مع التدفق المستمر للمحتوى الإلكتروني الوارد، كما هو الحال في منصات التواصل الاجتماعي (Reinecke et al., 2018).

المحور الثاني: دراسات سابقة Previous studies

اولاً: دراسة عربية

دراسة (إسماعيل، 2024): – تعدد المهام عبر الإنترنت كمتغير وسيط بين يقظة الإنترنت والإجهاد الرقمي لدى طلاب الجامعة.

أجريت هذه الدراسة في مصر جامعة طنطا، ويهدف البحث الحالي إلى محاولة التوصل إلى نموذج سببي يفسر علاقات التأثير والتأثر بين يقظة الإنترنت تعدد مهام ناتج عن مقاطعة وتعدد المهام عبر الإنترنت خارجية تعدد مهام ناتج عن مقاطعة والإجهاد الرقمة داخلية لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة البحث من (٣١١) طالب وطالبة بكلية التربية بطنطا، طبق عليهم مقياسي الإجهاد الرقمي وتعدد المهام عبر الإنترنت من إعداد الباحثة، ومقياس يقظة الإنترنت ترجمة الباحثة لتقييم (Reinecke et al, 2018)، من خلال تحليل المسار Path Analysis، وكشف ألنموذج عن تأثير بعد يقظة الإنترنت (البروز) تأثير مباشر موجب دال إحصائياً على الإجهاد الرقمي. وتأثير بعدى يقظة الإنترنت (البروز المراقبة) تأثير غير مباشر موجب دال إحصائياً من خلال تعدد المهام عبر الإنترنت ناتج عن مقاطعة داخلية على الإجهاد الرقمي.

وتأثير بعد يقظة الإنترنت (قابلية التفاعل) تأثير غير مباشر موجب دال إحصائياً من خلال تعدد المهام عبر الإنترنت ناتج عن مقاطعة خارجية على الإجهاد الرقمي، (إسماعيل، 2024)

ثانياً: دراسة اجنبية

دراسة (Johannes et al., 2018) شرود الذهن واليقظة الذهنية كوسطاء في العلاقة بين يقظة الإنترنت والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة.

أجريت هذه الدراسة في هولندا بجامعة رادبود (Radboud University)، استهدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين يقظة الإنترنت (Online Vigilance) والرفاهية النفسية بوجود شرود الذهن واليقظة الذهنية (Mindfulness) كمتغيرات وسيطة، وتكونت العينة من (371) مشاركاً، أما الأدوات فتم استعمال مقياس يقظة الإنترنت، ومقياس تكرار أحلام اليقظة (لقياس شرود الذهن)، ومقياس اليقظة الذهنية (FFMQ–SF)، ومقياسي الرضا عن الحياة والرفاهية الوجدانية (SPANE)، أما الوسائل الإحصائية فاستعمل الباحثون نمط تحليل المسار (Path Model) مع أسلوب البوتستراب (Bootstrapping)، أما النتائج فأشارت إلى أن يقظة الإنترنت ترتبط بزيادة شرود الذهن وانخفاض اليقظة الذهنية، وأن اليقظة الذهنية فقط (دون شرود الذهن) هي التي توسطت العلاقة بين يقظة الإنترنت وانخفاض الرفاهية النفسية؛ مما يعني أن الانشغال الذهني المستمر بالاتصال عبر الإنترنت يقلل من الرفاهية النفسية من خلال تقليله لليقظة الذهنية للمستخدِم (Johannes et al., 2018).

جوانب الإفادة من الدراسات السابقة

أفادت الباحثة من الدراسات السابقة في النقاط الآتية:

1- التعرف على الوسائل الإحصائية المستعملة بالدراسات السابقة.

2- الاطلاع على الادوات المستعملة في هذه الدراسات ولتحديد الادوات التي يحتاج إليها البحث الحالي.

3-التعرف على الاطر النظرية للمتغير وأهم الافكار الادبية الحديثة.

الفصل الثالث: منهج البحث وإجراءاته

اولاً- منهج البحثResearch Methodology :

استخدم الباحثان المنهج البحث الوصفي للدراسات الارتباطية ويعد هذا المنهج المناسب للبحث الحالي.

ثانياً- مجتمع الب حثResearch Population:

ويتألف مجتمع البحث من طلبة جامعة واسط للعام (2025-2026) من كلا الجنسين (ذكور-اناث)، ومن كلا التخصصين (علمي-انساني) والبالغ عددهم (14241) طالب وطالبة، موزعين على(4)كليات انسانية بواقع (4696)طالباً وطالبة وبنسبة (33%) و(11) كليات علمية بواقع (9545)طالباً وطالبة وبنسبة (67%)، إذ بلغ عدد الذكور الكلي (6546) بنسبة تقريبية (46%)، في حين بلغ عدد الإناث الكلي (7695) بنسبة تقريبية (54%)،(1)*.

*حصل الباحثان على بيانات البحث الحالي من قسم التخطيط والدراسات في رئاسة جامعة واسط حسب كتاب تسهيل مهمة الطالب ذو العدد (1069) بتاريخ 1/2/2026 ملحق رقم (1)

ثالثاً- عينة البحثResearch Sample:

تعد العينة جزءًا من المجتمع الأصلي الذي يتم دراسته وتحليله، حيث تعكس خصائص المجتمع من حيث مكوناته الكمية والنوعية(حمداوي، 2014).

ونظرًا لأن المجتمع المراد دراسته في البحث الحالي مُقسم إلى طبقات، فقد لجأ الباحثان اختيار عينة عشوائية طبقية ذات توزيع متناسب، ويجب اتباع الخطوات التالية:

1- تقسيم أفراد المجتمع إلى طبقتين: الجنس (ذكور - إناث) والتخصص (إنساني - علمي).

2- تحديد عدد الأفراد في المجتمع ضمن كل طبقة.

3- تحديد الحجم الكلي للعينة، إلى جانب حجم العينة في كل فئة ونسبتها إلى المجتمع الأصلي (Thompson, 2012).

وحسب رأي (Anastasi,1988) أنه يُفضل اختيار عينة لا تقل عن (400) فرداً، وذلك لأن يجب أن يقترب توزيع الدرجات من المنحى الاعتدالي (Anastasi, 1988).

بعد أن تم حصر مجتمع طلبة جامعة واسط بواقع (15) كلية مقسمة إلى (4) كليات إنسانية و (11) كليات علمية، واشتملت العينة على (400) طالباً وطالبة، موزعين بحسب التخصص الدراسي، بواقع (268) طالباً وطالبة وبنسبة (67%) من التخصص العلمي، و(132) طالباً وطالبة وبنسبة (33%)من التخصص الإنساني، ويتوزعون بحسب الجنس إلى (183) طالباً من الذكور وبنسبة (46%)، و (217) طالبة من الاناث وبنسبة (54%)، من طلبة جامعة واسط للعام الدراسي (2025 -2026) والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1): توزيع عينة البحث الإحصائية وفق متغيري الجنس والتخصص

ت	ألتخصص	الجنس				ألمجموع	النسبة
		الذكور	النسبة	الاناث	النسبة		
1	علمي	121	%30	147	%37	268	%67
2	انساني	62	%16	70	%16	132	%33
المجموع		183	%46	217	%54	400	%100

رابعا: اداة البحث: مقياس يقظة الانترنت Online Vigilance: -

تبني الباحثان مقياس (Reinecke et al., 2018) المعد وفق أنموذج الاتصال الدائم بالأنترنت(popc) والذي يتكون من (12) فقرة موزعة على ثلاث أبعاد البعد الأول البروز (4) فقرات والبعد الثاني قابلية التفاعل (4) فقرات والبعد الثالث المراقبة (4) فقرات، بحسب البدائل (تنطبق على دائما، تنطبق على غالباً، تنطبق على احياناً، تنطبق على نادراً، لا تنطبق على ابداً) وتدرج درجات الإجابة (5، 4، 3، 2، 1).

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس يقظة الإنترنت:

يعد هذا الإجراء ضرورياً لتطوير المقاييس في مجالات العلوم التربوية والنفسية، حيث يهدف إلى تقييم قوة تمييز الفقرات وموثوقيتها (Ebel, 1972)

أ-القوة التمييزية لفقرات المقياس: يتفق أغلب المختصين في القياس النفسي على أن القدرة التمييزية للفقرات ومؤشرات صدقها تُعد من الخصائص الأساسية التي ينبغي التحقق منها في المقاييس النفسية (المصري، 1999)، ولتحقيق ذلك تم تطبيق مقياس يقظة الإنترنت على عينة عشوائية من طلبة الجامعة بلغ عددها (400) طالبًا وطالبة، وفق الإجراءات الآتية: تم تصحيح الاستمارات واستخراج الدرجة الكلية لكل منها، ثم ترتيب الدرجات ترتيبًا تنازليًا من الأعلى إلى الأدنى. وبعد ذلك، تم اعتماد نسبة (27%) لتحديد المجموعتين الطرفيتين (العليا والدنيا)، استنادًا إلى ما اقترحه "كيلي" (Kelly) في هذا المجال (عودة، 1998)، وبناءً على هذه النسبة، بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (108)، ليكون مجموع الاستمارات الخاضعة للتحليل (216) بعد ذلك، استُخدم الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين للتحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا في كل فقرة من فقرات المقياس. وتُعد الفقرة ذات قدرة تمييزية مقبولة إذا كانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (214).

جدول (2)

القوة التمييزية لمقياس يقظة الانترنت باستعمال المجموعتين الطرفيتين

رقم الفقرة ضمن المقياس	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	الدلالة
1	عليا	4.37	0.74	12.86	دالة
	دنيا	2.69	1.14		
2	عليا	4.03	1	12.89	دالة
	دنيا	2.18	1.11		
3	عليا	3.73	1.38	13.24	دالة
	دنيا	1.6	0.95		
4	عليا	3.93	1.18	14.07	دالة
	دنيا	1.8	1.04		
5	عليا	4.23	0.87	10.45	دالة
	دنيا	2.69	1.26		
6	عليا	4.29	0.87	8.71	دالة
	دنيا	2.92	1.39		
7	عليا	4.05	1.08	11.54	دالة

	دنيا	2.19	1.27		
8	عليا	4.2	0.98	10.34	دالة
	دنيا	2.64	1.23		
9	عليا	4.41	0.8	16.52	دالة
	دنيا	2.32	1.04		
10	عليا	4.31	0.96	13.78	دالة
	دنيا	2.36	1.11		
11	عليا	4.27	0.96	18.14	دالة
	دنيا	1.83	1.01		
12	عليا	4.29	0.87	15.42	دالة
	دنيا	2.16	1.15		

ب- أسلوب الاتساق الداخلي لمقياس يقظة الانترنت:

تم التحقق من الاتساق الداخلي من خلال: علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية:

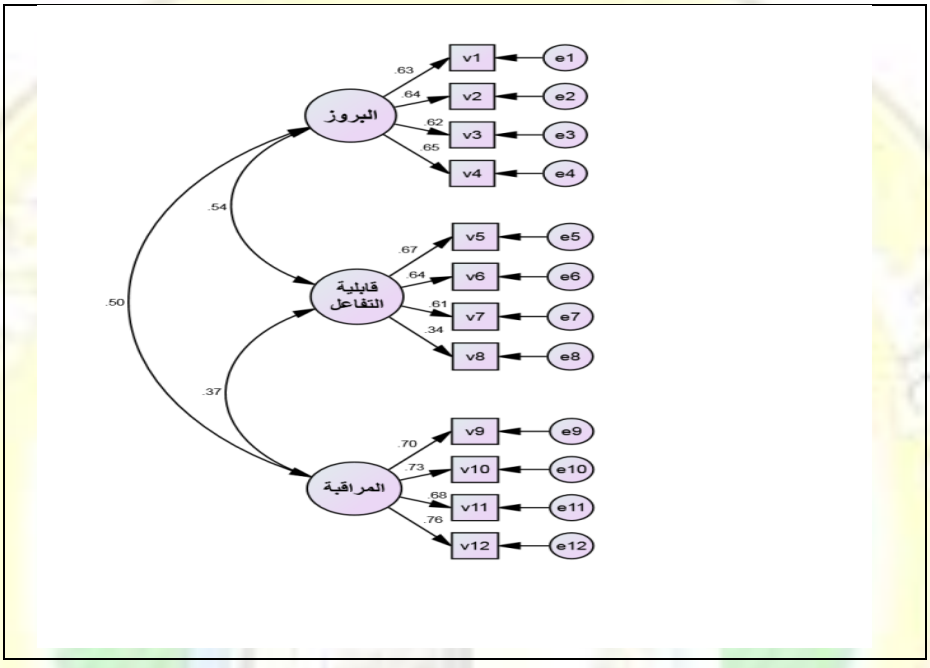
للكشف عن العلاقة بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، حيث حُسبت معاملات الارتباط بين درجات فقرات مقياس يقظة الإنترنت والدرجة الكلية اعتمادًا على بيانات العينة الكاملة البالغة (400) استمارة وعند مقارنة هذه القيم بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط والبالغة (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398)، تبيّن أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائيًا.

جدول (3)

صدق فقرات مقياس يقظة الانترنت باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
1	0.56	دالة	5	0.50	دالة	9	0.62	دالة
2	0.57	دالة	6	0.46	دالة	10	0.59	دالة
3	0.60	دالة	7	0.57	دالة	11	0.66	دالة
4	0.60	دالة	8	0.49	دالة	12	0.62	دالة

ت- **التحليل العاملي التوكيدي لمقياس يقظة الإنترنت:** يرتكز التحليل العاملي التوكيدي على اختبار مدى توافق مصفوفة التغاير للمتغيرات المدروسة مع المصفوفة المقدّرة في ضوء النموذج النظري المفترض، والذي يحدد طبيعة العلاقات بين المتغيرات علاقات معينة بين هذه المتغيرات (Maccallum&Austin, 2000) بعد اجراء التحليل العاملي التوكيدي لمقياس يقظة الانترنت كما في الشكل (1) والجدول (2) اتضح ان جميع الفقرات تشبعها على المقياس دالة احصائيا ، وذلك لان قيم الأوزان الانحدارية المعيارية كانت دالة إحصائيًا، استنادًا إلى قيم اختبار (t)، إذ تجاوزت جميع القيم المحسوبة القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05).



الشكل (1): نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس يقظة الإنترنت

الجدول (4): معاملات تشبع الفقرات على العوامل المقابلة لها وقيم النسب الحرجة لدلالتها في مقياس يقظة الإنترنت

ت	تسلسل الفقرة بالمقياس	ألمجال	ألتشبعات Estimate	أألنسب الحرجة.C.R	الدلالة 0.05
1	ف1	البروز	0.63	9.45	داله
2	ف2	البروز	0.64	9.67	داله
3	ف3	البروز	0.62	9.12	داله
4	ف4	البروز	0.65	9.24	داله
5	ف5	قابلية التفاعل	0.67	10.11	دالة
6	ف6	قابلية التفاعل	0.64	9.32	دالة
7	ف7	قابلية التفاعل	0.61	8.09	دالة
8	ف8	قابلية	0.34	5.21	دالة

		التفاعل			
9	ف9	المراقبة	0.70	12.23	دالة
10	ف10	المراقبة	0.73	12.27	دالة
11	ف11	المراقبة	0.68	11.48	دالة
12	ف12	المراقبة	0.76	12.27	دالة

للتحقق من مدى إمكانية اعتماد مقياس يقظة الإنترنت كمؤشر كلي موحّد أو التعامل مع مجالاته بوصفها مقاييس فرعية مستقلة، تم اللجوء إلى التحليل العاملي التوكيدي، الذي يوفر مؤشرات عن معاملات الارتباط بين المجالات والأوزان الانحدارية المعيارية لها، بما يعكس قوة العلاقة بينها. وقد بينت النتائج أن جميع هذه القيم ذات دلالة إحصائية وفق اختبار (t)، إذ تجاوزت القيم المحسوبة القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يشير إلى إمكانية التعامل مع المقياس كدرجة كلية واحدة، الجدول (3) يبين ذلك.

جدول (5) قيم تشبعات مجالات مقياس يقظة الانترنت مع بعضها وقيم النسب الحرجة لدلالة التشبعات

ت	المجال بالمجال	التشبعات Estimate	النسب الحرجة C.R.	الدلالة 0.05
1	**البروز * قابلية التفاعل**	0.54	6.11	**داله**
2	**البروز * المراقبة**	0.50	6.05	**داله**
3	**قابلية التفاعل * المراقبة**	0.37	4.95	**داله**

توصل الباحثان إلى مجموعة من مؤشرات جودة المطابقة التي تعكس مدى توافق النموذج النظري المعتمد مع بيانات عينة الدراسة.

جدول (6) مؤشرات جودة ألتطابق مقياس يقظة الانترنت

ت	ألمؤشر	قيمة ألموشر	القطع
1	النسبه بين قيم x^2 ودرجات الحرية df	2.59	اقل من (5)
2	جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	0.06	بين 0.05 – 0.08
3	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	0.93	بين 0 – 1
4	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	0.94	بين 0 – 1
5	مؤشر حسن المطابقة المعدل (AGFI)	0.92	بين 0 – 1
6	مؤشر براشيو pratio	0.77	بين 0 – 1

يتضح من الجدول أعلاه أن مؤشرات جودة المطابقة جاءت متوافقة مع القيم المعيارية المعتمدة، مما يشير إلى تحقق الصدق البنائي لمقياس يقظة الإنترنت.

الخصائص السيكومترية لمقياس يقظة الانترنت:

قام الباحثان بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس يقظة الانترنت كما يلي:

اولاً: الصدق Validity:

وقد تم التحقق بنوعين من الصدق:

أ- **الصدق الظاهري (Face Validity):** تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية، والبالغ عددهم (15) محكّمًا.

ب- **الصدق البنائي (Construct Validity):** تم التحقق من الصدق البنائي لمقياس يقظة الإنترنت عبر تحليل الفقرات من حيث قوتها التمييزية، وحساب معامل ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي)، إضافةً إلى استخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي.

ثانياً: الثبات Reliability: تم التحقق من ثبات مقياس يقظة الانترنت بالطريقتين الاتية: -

أ- طريقة إعادة الاختبار (Test–Retest): لاستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة، أُعيد تطبيق المقياس على عينة مكونة من (40) طالبًا وطالبة من جامعة واسط مع فاصل زمني قدره (15) يومًا بين التطبيقين. وقد بلغ معامل الثبات (0.95)، وهي قيمة تُعد مرتفعة ومقبولة وفق ما أشارت إليه أدبيات القياس والتقويم، إذ تُعد القيم التي تزيد على (0.70) مؤشرًا على ثبات مقبول (العيسوي، 1985)

ب- طريقة معادلة آلفا كرونباخ Coefficient Cronbach – Alpha: يهدف حساب معامل الثبات إلى التحقق من مدى اتساق استجابات الأفراد عبر فقرات المقياس ككل، وقد تم استخراج معادلة ألفا كرونباخ وبلغت (٠.81).

جدول (7)

المؤشرات الوصفية لمقياس يقظة الانترنت

المؤشر	قيمتها
المتوسط Mean	38.93
الوسيط Median	39
المنوال Mode	41
الانحراف المعياري Std.Dev	9.17
الالتواء Skewness	-0.02
التفرطح Kurtosis	-0.31
أقل درجة Minimum	16

خامساً: التطبيق النهائي للمقياس

بعد استكمال التحليل الإحصائي والتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس يقظة الإنترنت، قام الباحثان بتطبيق الأداة على عينة البحث التي بلغت (400) طالبًا وطالبة من جامعة واسط للعام الدراسي (2025–2026) موزعين وفق الجنس (ذكور– اناث) والتخصص (علمي– انساني)، وقد أجري التطبيق من (٢٠٢٦/٢/2) الى (٢٠٢٦/٢/16).

سادساً: الوسائل الإحصائية :

أعتمد الباحثان على الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في المعالجات الإحصائية كلها سواء في إجراءات التحقق من الخصائص السيكومترية لأداة البحث ، أو في استخراج النتائج .

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يتناول هذا الفصل استعراض النتائج التي أسفر عنها البحث الحالي، مع تقديم تفسير لها ومناقشتها.

الهدف الاول: ألتعرف على يقظة الانترنت لدى طلبة الجامعة.

تم استخدام مقياس يقظة الإنترنت على عينة البحث المكوّنة من (400) طلبة ، حيث بلغ المتوسط الحسابي لدرجاتهم (38.93) بانحراف معياري قدره (9.17). وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (36)، ومن خلال تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة، أظهرت النتائج وجود فرق ذي دلالة إحصائية لصالح المتوسط الحسابي، إذ تجاوزت القيمة التائية المحسوبة نظيرتها الجدولية البالغة (1.96) عند درجة حرية (399) ومستوى دلالة (0.05)، كما هو موضح في الجدول (8).

الجدول (8): نتائج الاختبار التائي للفروق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي لمقياس يقظة الإنترنت

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمةالتائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
400	38.93	9.17	36	6.40	1.96	399	دال

ويتضح من اعلاه أن طلبة الجامعة لديهم يقظة الانترنت بشكل مرتفع ، لتفسير هذه النتيجة، يعزو الباحثان ذلك إلى نموذج يقظة الإنترنت الذي قدمه (Reinecke et al, 2018)، والذي يؤكد على أن قدرات الطلاب قابلة للنمو والتطور، حيث أصبحت التكنولوجيا الرقمية عنصرًا أساسيًا في الحياة اليومية، يتيح الاتصال المستمر بالإنترنت للمستخدمين التواصل والتفاعل في أي زمان ومكان، مما يشير إلى حالة من الانتباه المستمر والاستعداد الدائم للتفاعل مع المحتوى الرقمي والإشعارات المرتبطة به (Reinecke et al, 2018)، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (اسماعيل، 2024).

الهدف الثاني : دلالة الفروق في العلاقة الارتباطية ليقظة الانترنت تبعا لمتغيرات الجنس (الذكور والإناث) والتخصص (علمي وإنساني).

أ- وفق الجنس (ذكور واناث)

لتحقيق هذا الهدف قام الباحثان باستخراج قيم معاملات ارتباط بيرسون ليقظة الانترنت بين الذكور والاناث كلا على حدة ومن ثم قام الباحثان باستعمال الأختبار الزائي لمعامل ارتباط بيرسون للكشف عن دلالة الفروق بين معاملي الارتباط، والجدول (9) يوضح ذلك.

الجدول (9): نتائج اختبار (Z) للفروق في العلاقة المرتبطة بيقظة الإنترنت تبعًا لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	معامل الارتباط r	القيمة المعيارية لمعامل الارتباط Zr	القيمة الزائية المحسوبة	القيمة الزائية الجدولية	مستوى الدلالة (0،05)
يقظة الانترنت	ذكور	183	0.20	0.203	1.11	1.96	غير دال
	أناث	217	0.09	0.09			

يبين الجدول أعلاه أن العلاقة بين الجنس(ذكور- اناث)، حيث لم يصل الفرق إلى مستوى الدلالة الإحصائية، وذلك لكون القيمة الزائية المحسوبة أدنى من نظيرتها الجدولية (1.96) عند مستوى (0.05).

ب- وفق التخصص (علمي وإنساني).

سعيًا لتحقيق هذا الهدف، تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين يقظة الإنترنت ولكلٍ من التخصصين العلمي والإنساني بشكل منفصل، ثم جرى استخدام الاختبار الزائي لمعاملات الارتباط للكشف عن دلالة الفروق بين هذه المعاملات، ويعرض الجدول (10) يبين ذلك

الجدول (10): نتائج اختبار (Z) لدلالة الفروق في العلاقة المرتبطة بيقظة الإنترنت تبعًا للتخصص

العلاقة بين ألمتغيرين	التخصص	العدد	معامل الارتباط r	القيمة المعيارية لمعامل الارتباط Zr	القيمة الزائية المحسوبة	القيمة الزائية الجدولية	مستوى الدلالة (0،05)
يقظة الانترنت	العلمي	268	0.05	0.05	2.27	1.96	دال
	الانساني	132	0.27	0.277			

تُظهر نتائج الجدول أعلاه وجود فرق ذو دلالة إحصائية في العلاقة المرتبطة بيقظة الإنترنت تبعًا لمتغير التخصص، وقد كان هذا الفرق لصالح التخصص الإنساني، إذ تجاوزت القيمة الزائية المحسوبة القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05).

الأستنتاجات: في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي، توصل الباحثان إلى مجموعة من الاستنتاجات الآتية:

1- يمتلك طلبة الجامعة مستوى عالٍ من يقظة ألإنترنت.

2- لا توجد فروق ذات الدلالة الاحصائية في يقظة الإنترنت تبعا للمتغير الجنس (ذكور، اناث). وتوجد فروق ذات دلالة احصائية تبعاً التخصص (إنساني، علمي) ولصالح الإنساني.

التوصيات : في ضوء النتائج ومناقشتها توصل الباحثان إلى عدد من التوصيات :

1- إجراء ندوات وورش تدريبة لتعزيز مفهوم يقظة الإنترنت لدى طلبة الجامعة، وأهمية الاستخدام الهادف والمتوازن للاجهزة الذكية ومواقع التواصل .

2- تشجيع الاستخدام الايجابي للتكنولوجيا وتوجية الطلبة إلى كيفية استخدام الانترنت والتكنولوجيا بشكل منتج مثل المشاركة في الانشطة الاكاديمية عبر الانترنت.

المقترحات:استنادًا إلى نتائج البحث الحالي، واستكمالًا لجوانبه، يقترح الباحثان ما يأتي:

1- تنفيذ دراسة مشابهة على فئات أخرى من المجتمع، مثل (طلبة المرحلة الإعدادية والطلبة المتميزين).

2- إجراء دراسة علاقة يقظة الإنترنت بالتشتت المعرفي لدى طلبة الجامعة.

المصادر

اسماعيل ،دينا احمد حسن ،(2024) :تعدد المهام عبر الانترنت كمتغير وسيط بين يقظة الانترنت والاجهاد الرقمي لدى طلاب الجامعة ،كلية التربية ، جامعة طنطا .**المجلة المصرية للدراسات النفسية**_،العدد(124)،ج2 ،المجلد(34).

البعاج، هديل تومان محمد، (2025): دور مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز الوعي بالصحة الانجابية (دراسة ميدانية في مدينة الكوت)، كلية الامام الكاظم(ع)، اقسام واسط، **مجلة واسط للعلوم الانسانية**، عدد (3) مجلد (21).

بكري، سارة بهاء محمد، (2025): أبعاد يقظة الانترنت المنبئة بالتسويف الأكاديمي لدى طلاب الثانوية العامة، كلية التربية، جامعة المنوفية، **رسالة ماجستير غير منشورة**.

حمداوي، جميل، (٢٠١٤): **الاحصاء التربوي**، ط1، افريقيا الشرق للنشر والتوزيع المغرب الدار البيضاء.

حمودة، حمودة عبد الواحد، وعبد الرحيم، احمد رشدي، (٢٠٢٤): التكامل بين شبكة السيكومترية وتحليل المسار لدراسة تأثير الازدهار الرقمي ويقظة الانترنت على الرفاه الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية، كلية التربية، جامعة الوادي الجديد، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، العدد (127)، المجلد (35).

سالم، رانيا محمد محمد، والناغي، هبه ابراهيم محمد، (2024): نمذجة العلاقات السببية بين يقظة الانترنت وتعدد المهام عبر الوسائط والتجوال العقلي والتسويف الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة، **مجلة كلية التربية**، جامعة بني سويف، العدد (1)، الجزء (2).

العيسوي، عبد الرحمن محمد، (١٩٨٥): **القياس والتجريب في علم النفس**، القاهرة، دار المعرفة الجامعية.

محمد، عبد الرؤوف عبد ربه، (2021): أبعاد يقظة الانترنت المنبئة بالرفاة الذاتي وبمخرجات الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، **مجلة كلية التربية**_ كلية التربية، جامعة بني سويف، عدد (10)، الجزء (2).

المصـري، محمد عبد المجيد، (١٩٩٩): أثر أتجاه الفقرة وأسـلوب صـياغتها في الخصـائص السـيكومترية لمقاييس الشـخصـية وحسب مستوى الصحة النفسية للمجيب، **اطروحة دكتوراه غير منشورة**، جامعة بغداد كلية التربية إبن رشد.

المكصـوصـي، ضـرغام رضـا عبد السـيد، (2019): الاخفاقات المعرفية وعلاقتها بالإدمان الرقمي لدى طلبة كلية التربية للعلوم الانســـانية جامعة واســـط، **مجلة كلية التربية**، جامعة واســـط، المؤتمر العلمي الدولي الحادي عشـــر، doi: 10.31185/eduj.Vol2.Iss2.918

موسى ،عبد الفتاح تركي، (٢٠١٦): وعي مستخدمي الإنترنت بالجوانب الإيجابية والسلبية الخاصة بها دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة جنوب الوادي ،حوليات – آداب ،**مجلة جامعة عين الشمس كلية الاداب** ،ج44.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، (1987): **تقرير المؤتمر الثالث للتعليم العالي–الجزء الثاني**، مطبعة الوزارة، بغداد.

Anastasi, A. (1988**): Psychology Testing**, 4 ed. Mc-Millian Publishing.

Burchell, K. (2015). Tasking the everyday: Where mobile and online communication take time, J. of **Mobile Media & Communication**, 3(1): 36-52.

Dokumacı, A. (2022). The relationship between digital addiction and academic procrastination in university students**. International Journal of Psychology and Educational Studies**, 9(1), 45-52.

Eble, R.L. (1972), **Essentialsof education of measurement**, New Jersey, 2, Prentice-Halle.

Johannes, N.. Veling, H., Dora, J., Meier, A., Reinecke, L., & Buijzen, M. (2018). Mind-wandering and mindfulness as mediators of the relationship between online vigilance and well-being. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**. 21(12), 761-767.

Meier N., A., Reinecke, L., Ehlert, S., Setiawan, D. N., Walasek, N., Dienlin, T., Buijzen, M., & Veling, H. (2021). The relationship between online vigilance and affective well-being in everyday life: Combining smartphone logging with experience sampling. **Media Psychology**, 24(5), 581-605.

Le Roux, D., & Parry, D. (2022). **Investigating predictors of online vigilance among university students**. Information Technology & People, 35(1), 27-45. https://doi.org/10.1108/ITP-04-2020-0226.

Li, Q., Guo, Y., Ye, J., Qiu, Y., & Zheng, Y. (2023). I'm trying to get my mind offline: ICT demands, online vigilance, disconnection, and subjective well-being among Chinese media employees, **Current Psychology**. 1-12.

Maccallum, R. C., & Austin, J. T. (2000). Applications of Structural Equation Modeling in Psychological Research, **Annual Review of Psychology,** 51, 201-226.

Reinecke, L., Klimmt, C., Meier, A., Reich, S., Hefner, D., Knop-Huelss, K., & Vorderer, P. (2018). Permanently online and permanently connected: **Development and validation of the Online Vigilance Scale. PloS one**, 13(10), e0205384.

Thompson steven K. (2012), **sampling**, third Edition.