

بحوث – النص الكامل

## تأثير تعدد مصادر المعلومات على مستوى التركيز لدى طلاب الجامعات المصرية: دراسة استقرائية للحد من ظاهرة التشتت المعلوماتي

حقوق النشر (c) 2024، محمد

صافي



هذا العمل متاح وفقاً لترخيص

المشاع الإبداعي 4.0 ترخيص

دولي

د. محمد صافي

مدرس علوم المعلومات، جامعة دراية، مصر

[Mohamed.alsafi17@gmail.com](mailto:Mohamed.alsafi17@gmail.com)[Mohamed.safy@deraya.edu.eg](mailto:Mohamed.safy@deraya.edu.eg)

ORCID: 0009-0008-2011-0203

### المستخلص

تناولت الدراسة تأثير تعدد مصادر المعلومات على التركيز الذهني لدى طلاب الجامعات المصرية، حيث حاول الباحث تحديد وفهم ظاهرة التشتت المعلوماتي ووضع السبل المنهجية للتعامل معها بشكل أفضل، ولتحقيق أهداف الدراسة أعتمد الباحث على منهج البحث الوصفي التحليلي من خلال استقصاء واستقراء الدراسات والأبحاث ذات الصلة بموضوع الدراسة، واستخدم الباحث استبانة موجهة لطلاب الجامعات المصرية للتعرف على سلوك الطلاب المعلوماتية وقياس درجة التشتت المعلوماتي لديهم.

ومن النتائج التي خلصت إليها الدراسة انه كلما زاد عدد مصادر المعلومات التي يستخدمها الطلاب زاد لديهم مستويات التشتت، مما يؤثر سلباً على التحصيل الدراسي ويزيد من الشعور بالعبء المعلوماتي الزائد، كما تشير الدراسة إلى أن الطلاب يجدون صعوبة في تحديد المصادر الموثوقة ومعالجة الكم الهائل من المعلومات المتاحة، كما قدمت الدراسة عرضاً لأهم التقنيات والأساليب التي يمكن استخدامها لتحسين التركيز والتحكم في التشتت المعلوماتي.

ومن أهم التوصيات التي نادت إليها الدراسة؛ أهمية تعزيز مهارات القراءة النقدية والتحليلية بين الطلاب، بالإضافة إلى تشجيعهم على الاستفادة من مصادر موثوقة وذات جودة عالية.

كما أوصت الدراسة أيضًا بتقديم الدعم الأكاديمي والنفسي للطلاب لتحسين تحقّلهم للضغوطات الدراسية وزيادة مستوى تركيزهم وأدائهم الأكاديمي.

## الكلمات المفتاحية

مصادر المعلومات، مصادر المعلومات الرقمية، التشتت المعلوماتي، الوعي المعلوماتي

### تمهيد

كثيراً ما كنا نسمع أو نقرأ في سيرة وتراجم العصور السالفة كلمة "موسوعي" وغالباً ما كانت تأتي مضافة إلى اسم أحد الأعلام أو العلماء الكبار الذين لازالت بصماتهم إلى يومنا هذا مؤثرة في شتى العلوم والمجالات، مثل العالم الموسوعي الخوارزمي، وجابر بن حيان، والشافعي... الخ، وعادةً ما يطلق هذا الوصف على الشخص الذي يجمع بين أكثر من فن من فنون العلم مثل علوم الحديث والقران الكريم وعلوم اللغة والطب والهندسة والجغرافيا وغيرها، ولعل قلة المشتتات وندرة المعلومات آنذاك كانا العاملين الأكثر أهمية لتبحر هؤلاء العلماء، وذلك بالإضافة إلى نبوغهم وعقليتهم الفذة بكل تأكيد، ثم بدأت المعلومات تتضاعف، وبدأ طلاب العلم كل منهم يلزم شيخاً واحداً أو فن بعينه من فنون العلم، حتى أصبح اليوم التخصص الأكاديمي الواحد يتفرع منه عشرات التخصصات مما يستحيل أن نجد شخصاً يمكن أن نطلق عليه لفظة "موسوعي".

ولكن مؤخراً شهد العالم تحولات جذرية مع انطلاقة العصر الرقمي، حيث باتت تقنيات المعلومات والاتصالات الحديثة والانتشار الواسع للإنترنت والهواتف الذكية ومنصات التواصل الاجتماعي تمثل حجر الزاوية في التغيير الجذري في طرق إنتاج ونشر واستقبال المعلومات، ففي هذا السياق الرقمي المتسارع، يتعرض المستخدمون لوابل من المعلومات من مصادر متعددة، مما أدى إلى ظهور مشكلات جديدة مثل التشتت المعلوماتي

### Information distraction والحمل المعلوماتي الزائد (Thullen, 2023) Information overload

ومن الجدير بالذكر أن الوفرة الهائلة من المعلومات تحمل في طياتها العديد من المزايا، لكنها في الوقت نفسه تؤدي إلى مشكلات لا يمكن تجاهلها، فالتطبيقات الجديدة المتزايدة، وانتشار استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، كل ذلك يسهم في تفاقم هذه المشكلات التي لم تعد فردية فقط، بل أصبحت تشكل معضلة اجتماعية واقتصادية تؤثر على المجتمع بأسره (Dean & Webb, 2011)، فوفقاً للشعبة الإحصائية للأمم المتحدة (Division, 2016)، تُقدر الخسائر الناتجة عن الحمل المعلوماتي الزائد بحوالي 650 مليار دولار سنوياً، وهو رقم يعادل الناتج المحلي الإجمالي لسويسرا في عام 2015.

ولذلك فإن هذه الظواهر السلبية تؤثر بشكل مباشر على كفاءة العمل واتخاذ القرارات، مما يؤدي إلى انخفاض التركيز والإنتاجية (Dean & Webb, 2011)، وقد يتطور الأمر إلى فقدان الاهتمام بالمعلومات الأساسية والمهمة، مما يؤثر على القدرة على اتخاذ قرارات مستنيرة ومدروسة، إن التعامل مع هذا الطوفان المعلوماتي يتطلب استراتيجيات جديدة وآليات فعالة للحد من تأثيراته السلبية وتعزيز الاستفادة القصوى من هذا العصر الرقمي البراق، وهذا ما دفع الباحث إلى الخوض في غمار هذا الموضوع للمساهمة في حل هذه المشكلة لدى فئة مهمة جداً من فئات المجتمع المصري وهم طلاب الجامعات المصرية.

### مشكلة الدراسة

يواجه جميع فئات المجتمع المصري في ظل عصر المعلوماتية وثورة البيانات وتدفقها تحديات لا حصر لها في الحفاظ على التركيز وسط هذا الكم الهائل من المعلومات وتنوعها، لا سيما فئة طلاب الجامعات المصرية الذين يتعرضون علاوة على المعلومات التعليمية والمقررات الدراسية إلى معلومات من منصات المواقع الإخبارية والاجتماعية والثقافية وحتى الترفيهية، حيث إن تعدد هذه المصادر بدءاً من المصادر التقليدية من كتب ومجلات، حتى المصادر الرقمية من مواقع الانترنت ومنصات التواصل الاجتماعي، تشكل تهديداً لقدرة هؤلاء الطلاب على التركيز والانتباه، مما يعرقل تحصيلهم العلمي ويعيق تميزهم وإبداعهم، وعلى الرغم من انتشار ظاهرة العبء المعلوماتي الزائد وتشتت التركيز بين طلاب الجامعات المصرية، إلا أنه لا توجد دراسات كافية تسلط الضوء على هذه الظاهرة، وتحدد الاستراتيجيات الفعالة للحد من هذا التشتت وتحسين قدرتهم على التركيز، لذا تأتي هذه الدراسة لتساهم في سد هذه الثغرة المعرفية من خلال تحديد تأثير تعدد مصادر المعلومات (العبء المعلوماتي الزائد) على مستوى التركيز لدى طلاب الجامعات المصرية.

### أهمية الدراسة

تكتسب هذه الدراسة أهمية كبيرة على المستويين العلمي والعملية، وذلك لعدد من الأسباب أبرزها ما يلي:

1. تُأزر الدراسة الراهنة في سد الثغرة المعرفية المتعلقة بالموضوع من خلال توفير معلومات علمية حول العلاقة بين تعدد مصادر المعلومات ومستويات التشتت لدى طلاب الجامعات المصرية.
2. تقدم الدراسة عرضاً جديداً لمفهوم التوازن المعلوماتي وبيان كلا جانبيه بشكل من التبسيط.
3. تساهم هذه الدراسة في فهم ظاهرة التشتت المعلوماتي بشكل أفضل وتطوير استراتيجيات فعالة للحد منها.

4. تقدم الدراسة توصيات وإرشادات عملية لتحسين التركيز لدى طلاب الجامعات المصرية، مما يساهم في تحسين تحصيلهم العلمي وأدائهم الأكاديمي.

5. تساهم توصيات هذه الدراسة في خلق بيئة تعليمية أكثر إيجابية وصحية للطلاب.

### أهداف الدراسة

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق مجموعة من الأهداف، التي من المتوقع أنها ستساهم في فهم ظاهرة التشتت المعلوماتي وتأثيرها على طلاب الجامعات المصرية، وأهمها ما يلي:

1. فهم العلاقة بين تعدد مصادر المعلومات وتنوعها، ومستويات التركيز لدى طلاب الجامعات.
2. إزالة الغموض عن مفهوم التوازن المعلوماتي، وبيان أعراض كلا من زخم وشح المعلومات.
3. بيان ما إذا كان التشتت ونقص التركيز يتأثر بكم المعلومات فقط أم لنوعية وعمق المعلومات يتأثر كذلك.
4. قياس مدى إدراك الطلاب لتأثير تعدد مصادر المعلومات على مستويات التركيز لديهم.
5. استكشاف الاستراتيجيات التي يستخدمها طلاب الجامعات للتعامل مع التشتت وتحسين التركيز.
6. طرح عدد من الاستراتيجيات للحد من ظاهرة التشتت المعلوماتي وتحسين قدرة الطلاب على التركيز.

### تساؤلات الدراسة

تسعى الدراسة الراهنة إلى الإجابة على عدد من التساؤلات متمثلة في التساؤل الرئيسي: ما تأثير تعدد مصادر المعلومات على مستوى التركيز لدى طلاب الجامعات المصرية؟، والتساؤلات الفرعية الأخرى المنبثقة منه وأهمها ما يلي:

1. هل هناك تأثير مباشر أو غير مباشر لتعدد مصادر المعلومات وتنوعها على مستويات التركيز لدى طلاب الجامعات المصرية؟ وما مستوى هذا التأثير إن وجد؟
2. هل طبيعة ونوعية وعمق المعلومات لها تأثير على تشتت التركيز أم كمية المعلومات فقط؟
3. هل هناك علاقة بين المستوى الدراسي، واستراتيجيات التركيز والبحث والتقييم النقدي للمعلومات لدى طلاب الجامعات المصرية؟
4. ما مصادر المعلومات الأكثر شيوعاً التي يعتمد عليها الطلاب في استقاء المعلومات؟
5. ما الاستراتيجيات الأكثر فاعلية التي يستخدمها الطلاب للحد من التشتت وتحسين التركيز لديهم؟
6. ما مدى ملائمة هذه الاستراتيجيات لنوع المعلومات وطبيعة المهمة الدراسية أو البحثية؟

## فرضيات الدراسة

تسعى هذه الدراسة إلى التحقق من صحة الفروض التالية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المستوى الدراسي واستراتيجيات التركيز.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المستوى الدراسي واستراتيجيات البحث عن المعلومات.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المستوى الدراسي واستراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات.
4. لا يوجد تأثير يُعتمد به إحصائيًا لتعدد مصادر المعلومات على مستوى تركيز طلاب الجامعات المصرية.

## مصطلحات الدراسة:

تتضمن هذه الدراسة مجموعة من المصطلحات الرئيسية، منها:

1. **التشتت الرقمي:** يشير المصطلح إلى التداخل الذي تسببه الأجهزة الرقمية في حياتنا، مما يؤدي إلى انخفاض الإنتاجية، والتأثيرات السلبية على صحتنا العقلية والعاطفية، وحتى العواقب الجسدية (VandenBos, 2007).
2. **الحمل الزائد للمعلومات:** هي الحالة التي يتوفر فيها الكثير من المعلومات حول موضوع ما، وهو أمر شائع في البحث عبر الإنترنت، خاصة عندما يتم التعبير عن الاستعلام بعبارات عامة جدًا (Reitz, 2017).
3. **شُح المعلومات:** يشير المصطلح إلى الموقف الذي يفتقر فيه المستخدم إلى المعلومات الكافية لاتخاذ قرار مناسب (Plescan & Nestian, 2010).
4. **التوازن المعلوماتي:** هي الحالة المعرفية المثلى للمستخدم وتعتبر نقطة فاصلة بين شُح وزخم المعلومات حيث يشعر خلالها المستخدم بالرضا والاكتفاء بالمعلومات المسترجعة من حيث الكمية والجودة، يصاحبها درجة عالية من التركيز وعدم التشتت، وهذا الشعور نسبي ومتغير من شخص إلى آخر ويتحكم فيه عوامل أخرى مثل السن والمستوى الدراسي واللغة... الخ **(تعريف إجرائي)**.
5. **التركيز:** ذلك الجانب من الحدث الداخلي أو الخارجي الذي يتم توجيه الاهتمام إليه (VandenBos, 2007).
6. **مصادر المعلومات:** أي وثيقة توفر المعلومات التي يبحث عنها الكاتب، أو الباحث، أو مستخدم المكتبة، أو الشخص الذي يبحث في فهرس على الإنترنت أو قاعدة بيانات ببلوغرافية، وتعرف أيضًا أنها أي مصدر يوفر معلومات، مثل الكتب والمجلات والمواقع الإلكترونية ومنصات التواصل الاجتماعي (Reitz, 2017).

## منهج الدراسة وأدوات جمع البيانات

اعتمد الباحث للإجابة على تساؤلات هذه الدراسة والتحقق من فروضها وتحقيق أهدافها على منهج البحث الوصفي التحليلي، وذلك لقدرته على وصف وتحليل المتغيرات وتقديم أدلة قوية حول العلاقة بين السبب والنتيجة.

### مجتمع الدراسة والعينة وأدوات جمع البيانات:

يتمثل مجتمع الدراسة الميدانية في مجتمع الطلاب الجامعي في جمهورية مصر العربية، بالجامعات الحكومية والخاصة والأهلية وبمختلف الكليات والتخصصات العلمية، كما أن الباحث اعتمد على أسلوب العينة العشوائية البسيطة لتمثيل مجتمع الدراسة الكلي، وتم كذلك اعتماد الاستبانة الالكترونية كأداة لجمع البيانات الميدانية من مجتمع الدراسة من خلال تجمعات الطلاب على مواقع التواصل الاجتماعي أو من خلال البريد الالكتروني الخاصة بهم، ولذلك لوصف وتحليل متغيرات الدراسة المختلفة.

### الإطار النظري للدراسة:

#### الدراسات السابقة والمثيلة.

أجرى الباحث تنقيبًا مكثفًا في قواعد البيانات العالمية مثل ( EBSCO, ProQuest, ScienceDirect, Emerald) والإقليمية مثل ( دار المنظومة، والعبيكان) والمحلية مثل (اتحاد المكتبات الجامعية المصرية) للوقوف على الأدبيات السابقة ذات العلاقة بموضوع دراسته، وباستخدام الكلمات الرئيسية "الحمل الزائد للمعلومات"، و"الحمل المعلوماتي"، و"الحمل المعرفي"، و"الحمل المعرفي الزائد"، و"التشتت المعلوماتي" بالشروط التالية: أن تكون مكتوبة باللغة الإنجليزية أو العربية، ومنشورة بعد عام 2010، ومقالات/أوراق بحثية، ونشرت في المجلات العلمية المرموقة، نتج عن هذا البحث المكثف عدد كبير من الدراسات التي تتناول الموضوع من جوانب بحثية مختلفة، ومع تضيق نطاق البحث وزيادة شرط آخر أن تكون تلك المقالات تتناول الحمل المعلوماتي الزائد في سياق معالجة المعلومات وعلوم المعلومات، قد وجد الباحث 83 مقالة عن الحمل الزائد للمعلومات، ولكن 18 فقط من هذه المقالات ذات صلة بالدراسة الراهنة، ويذكر الباحث بعض منها حسب قوة الصلة من وجهة نظر الباحث كما يلي:

على النطاق المحلي والعربي وجد الباحث شح ملحوظًا في الدراسات التي تناولت موضوع الحمل المعلوماتي الزائد، أو التشتت المعلوماتي، حيث انصبت أغلب الدراسات حول قضايا أخرى مثل سلوكيات البحث عن المعلومات، واستراتيجيات البحث، والخدمات المرجعية وغيرها من الموضوعات، ولم يجد الباحث دراسة عربية صريحة لسد هذه الفجوة البحثية، باستثناء دراسة واحدة، أجرتها (منصور، 2023)، أهتمت هذه الدراسة بتأثير تصفح تطبيق تيك توك على درجة الانتباه والتركيز لدى الشباب السعودي بالتطبيق على عينة من طالبات

كلية الاتصال والإعلام بجامعة الملك عبد العزيز، وباستخدام أداة الاستقصاء والمنهج التجريبي توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين عينة الدراسة اللائي تصفحن تيك توك قبل المحاضرة وبين اللائي لم يتصفحنه قبل المحاضرة في درجات استيعاب وفهم المحاضرة، كما تأكد وجود علاقة ارتباط متوسطة القوة بين تصفح العينة لموقع تيك توك وشعورهن بعدم القدرة على الاستغناء عن تيك توك حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون 0.443 عند مستوى الدلالة 0.001، تأكد وجود علاقة ارتباط دالة إحصائية بين إدراك العينة لتأثير التيك توك على ضعف التركيز والانتباه وشعورهن بذلك بعد تصفح تيك توك، كما تبين إدراك العينة لتأثير التيك توك على ضعف التركيز والانتباه وشعورهن بالقلق أو التوتر بعد التصفح، وأن هناك علاقة ارتباط دالة إحصائية بين إدراك العينة لتأثير التيك توك على ضعف التركيز والانتباه وشعورهن بالقلق أو التوتر بعد التصفح وأنه توجد علاقة ارتباط عكسية بين إدراك العينة لتأثير التيك توك على ضعف التركيز والانتباه وشعورهن بالهدوء بعد التصفح.

أما على المستوى العالمي فكما سبق وأشار الباحث أن قواعد البيانات العالمية تذخر بكم كبير من الإنتاج العلمي المنشور باللغة الإنجليزية حول موضوع الحمل المعلوماتي الزائد، فقد جاءت دراسة (Belabbes et al., 2023) والتي كان الهدف منها تحديد مفهوم الحمل الزائد للمعلومات، ومن أجل القيام بذلك، تم إجراء تحليل للمفهوم باستخدام منهج رودجرز بناءً على مجموعة من العوامل من خلال إجراء فحص للوثائق المنشورة بين عامي 2010 وسبتمبر 2020. باستخدام مصطلحات "الحمل الزائد للمعلومات"، و"الحمل الزائد المعرفي" وتتكون مجموعة الوثائق من 151 وثيقة للحمل الزائد للمعلومات وعشرة للحمل الزائد المعرفي. وجميع الوثائق كانت من مجالات علوم الحاسوب وعلوم المعلومات، وتم استرجاعها من ثلاث قواعد بيانات: Association for Computing Machinery والمكتبة الرقمية، SCOPUS، وملخصات علوم المكتبات والمعلومات (LISA). ومن النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن المواضيع التي تم تحديدها من تحليل المفاهيم سمحت للباحثين بالتعرف على سمات وعواقب الحمل الزائد للمعلومات، كما توصل الباحثون كذلك إلى خصائص أخرى للحمل الزائد للمعلومات تتعلق بطبيعة المعلومات وبيئة العمل والقدرات المعرفية للأفراد وبيئة المعلومات، كما وجد الباحثين أن الحمل الزائد للمعلومات يظهر تأثيرها شعورياً ومعرفياً على حد سواء، كل هذه الخصائص سمحت للباحثين بتقديم تعريف للحمل الزائد للمعلومات.

كما هدفت دراسة (White, 2023a) إلى وصف تجارب مرشحي الدكتوراه في التاريخ في جامعة ليفريج مع التكنولوجيا وتأثير الحمل المعلوماتي الزائد عليهم، حيث استندت الدراسة إلى نظرية الحمل المعرفي ل Sweller، التي تشرح خصائص المعلومات المستلمة باستخدام التكنولوجيا وتأثير التعرض لمستويات مختلفة من البيانات، حيث ركزت الدراسة على فهم تأثير التكنولوجيا على الطلاب عبر الإنترنت وخبراتهم مع الحمل

المعلوماتي الزائد، شارك في الدراسة مرشحو الدكتوراه في التاريخ الذين أكملوا دراستهم من خلال مؤسسة تعليم عالي خاصة عبر الإنترنت، كشفت نتائج هذه الدراسة أن مرشحي الدكتوراه في التاريخ عبر الإنترنت قد واجهوا تحديات مستمرة مع التفاعل التكنولوجي، وأعربوا عن تفضيلهم لتصميم دورة منظمة للحد من هذه الظاهرة، كما كشفت الدراسة عن وجود موضوعان إضافيان يتعلقان بالحمل الزائد للمعلومات، وتجارب المشاركين مع هذا.

في حين تناولت دراسة (Feroz et al., 2022) تأثير الحمل الزائد للمعلومات على العلاقة بين وسائل التواصل الاجتماعي والأقران والمشاركة الأكاديمية واكتساب المعرفة لدى الطلاب، ولتحقيق أهداف الدراسة اعتمد الباحثون على منهج البحث التجريبي والاستبانة المنظمة في بعض الجوانب حيث تم جمع البيانات من طلاب جامعات (ساهيوال، أوكارا، باكباتان)، وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة؛ أن المشاركة الإيجابية في وسائل التواصل الاجتماعي والمشاركة الأكاديمية كذلك ترتبط ارتباطاً إيجابياً وثيقاً باكتساب المعرفة، في حين أن مشاركة الأقران ترتبط ارتباطاً سلبياً باكتساب المعرفة، كذلك فإن الحمل الزائد للمعلومات ناتج عن الاستخدام غير المتوازن لتكنولوجيا المعلومات ومواقع التواصل الاجتماعي، وأوصت الدراسة أنه حتى يتمكن المعلمون من مساعدة الطلاب في تنمية الإبداع والحفاظ على التوازن بين استخدام التكنولوجيا والابتكار في نمط دراستهم، يمكن للجامعات والمؤسسات أن تلعب دوراً حيوياً من خلال إجراء المزيد من استكشاف الفرص المتاحة للطلاب ومن خلال وضع مثل هذه السياسات التي يمكن أن تساعد الطلاب في تقدم تعلمهم.

بينما ركزت دراسة (Lauri et al., 2021) على الروابط بين الثقافات المختلفة للمعلومات وإدراك الحمل الزائد للمعلومات لدى طلاب مؤسسات التعليم العالي في إستونيا، حيث كان الهدف من هذه الدراسة هو فهم كيفية تأثير الثقافات المختلفة للمعلومات على التعامل مع الحمل الزائد للمعلومات، ولتحقيق أهداف الدراسة تم إجراء مقابلتين مركزيتين مع 14 مشاركاً و17 مقابلة شبه منظمة مع ممثلي أربع مؤسسات تعليم عالي، تم من خلالها مناقشة الأسئلة المتعلقة بالقيم والمعايير والافتراضات بالإضافة إلى الممارسات المتعلقة بالمعلومات لتقييم المكونات السائدة في ثقافة المعلومات كما تم فحص استراتيجيات التعامل مع الحمل الزائد للمعلومات، ومن النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن بناء ثقافة المعلومات له قيمة في فهم بيئات المعلومات وعلاقتها بإدراك الحمل الزائد للمعلومات، بالإضافة إلى ذلك تبين أن المشاركين الذين يمثلون ثقافة المعلومات المفتوحة يفضلون تبادل المعلومات بشكل غير رسمي ويكونون أكثر عرضة لإدراك الحمل الزائد للمعلومات من المشاركين الذين يمثلون ثقافة المعلومات المتكاملة.

كما بحثت دراسة (Bink, 2020) تأثير برامج التثقيف الصحي العام للتدخل المبكر على نتائج نوعين من التدريبات: الأول تدريباً قياسياً يتضمن محاضرات حول الاكتئاب والقلق (معلومات المرض)، ومجموعة مهارات



لتوجيه الدعم الشخصي لشخص مصاب بالاكتئاب والقلق (معلومات المهارات)؛ أما النوع الثاني فكان تدريباً مستهدفاً ركز فقط على تقديم المهارات دون المحاضرات، وقد كانت الفرضية العامة للدراسة أن الجمع بين معلومات المرض والمهارات في التدريب القياسي سيزيد من حجم المعلومات التي يتلقاها المتدربين وسيتم داخل مع استدعاء معلومات المهارات وتغيير الموقف، كما بحثت الدراسة في تأثير متغيرين إضافيين: المعلومات العامة الزائدة حول الصحة العقلية والاهتمام بموضوع الصحة العقلية، وأظهرت النتائج أن المشاركين في التدريب القياسي حصلوا على معلومات أكثر وأظهروا أداءً أفضل في استرجاع المعلومات مقارنة بالمشاركين في التدريب المستهدف، ومع ذلك كان كلا النوعين من التدريب فعالين في تغيير المواقف، كما وجدت الدراسة أن MHIO الموجود مسبقاً كان مرتبطاً بزيادة العبء المعلوماتي، والبحث عن الرعاية، واسترجاع معلومات المهارات. أما الاهتمام المسبق بالصحة العقلية فكان مرتبطاً باسترجاع أفضل لمعلومات المهارات.

في حين جاءت دراسة (Dai et al., 2020)، والتي كان الغرض منها استناداً إلى إطار الإدراك والتأثير والتوافق (C-A-C)، تهدف إلى استكشاف كيف يؤثر الحمل الزائد للمعلومات على نية تجنب المعلومات لدى مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي، وما تسببه من التعب والإحباط وعدم الرضا، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اعتماد تصميم البحث الكمي، حيث تم تحليل البيانات التي تم جمعها من 254 مشاركاً في الصين، ومن النتائج التي خلصت إليها الدراسة أن الحمل الزائد للمعلومات يؤثر بشكل مباشر على التعب والإحباط وعدم الرضا بين الأشخاص مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي، مما يؤثر على نيتهم في تجنب المعلومات.

كما جاءت دراسة (Kao & Peng, 2015) والتي كان الغرض منها هو تقييم أداء نظام مراجعة الكتب متعددة المصادر (MBRS) في تقليل الحمل الزائد للمعلومات، حيث تم تصميم MBRS لتقليل الحمل الزائد للمعلومات لدى المستخدمين على الإنترنت واستيعاب تفضيلاتهم المختلفة، وبالاعتماد على منهج البحث التجريبي قام الباحثان بمقارنة MBRS مع محرك البحث Google بحيث تقوم MBRS أولاً بجمع المراجعات من مصادر مختلفة عبر الإنترنت، مثل المكتبات والمدونات، ثم تم اعتماد خوارزميات تصفية وفرز متقدمة من خلال واجهة مستخدم واحدة بسيطة للحد من التشتت والعبء المعلوماتي الزائد، ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن نظام MBRS، يقلل من الحمل الزائد للمعلومات المرتبطة بالبحث بالمقارنة مع محرك البحث جوجل Google؛ كما يزيد من عثور المستخدمين على مراجعات كتب مرضية؛ ويتيح للمستخدمين العثور على المراجعات بسرعة أكبر، وبالإضافة إلى ذلك، وجد أن أكثر من نصف المشاركين يعتبرون مراجعات الكتب عبر الفيديو أكثر جاذبية من المراجعات النصية التقليدية، ومن أهم توصيات التي نادى بها الدراسة، ضرورة تدشين موقع ويب مبتكر يعرض كتاباً بوساطة الفيديو ويتيح المراجعات والآليات الأخرى لاستيعاب التفضيلات

الفردية. كما انه من الضروري على مصممي محركات البحث دمج مراجعات الكتب مع أنواع الوسائط المختلفة لتقليل العبء المعرفي مما يسمح للقراء بتركيز الاهتمام بمهمة القراءة.

واخيراً جاءت دراسة (Poirier & Robinson, 2014) ، والتي كان الغرض منها هو التحقق مما إذا كان من الممكن تطبيق مبادئ الحركة البطيئة (**Slow principles**) على سلوك المعلومات أم لا، ولتحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على ثلاث طرق: تحليل الأدبيات وتولييفها؛ دراسة دلفي، ومجموعة التركيز حيث تم تنفيذها جميعاً وفقاً لمبادئ Slow، وذلك لتقييم قيمة Slow في إجراء البحث نفسه، في حين كان تركيز مجموعة التركيز بشكل خاص على المعلومات اليومية، وليس على المعلومات المهنية أو الأكاديمية، ومن النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن مبادئ الحركة البطيئة تنطبق على نظرية وممارسة سلوك المعلومات، كما إنها تسمح للنظرية بأن تكون أكثر واقعية من خلال تضمين نطاق أوسع من السلوكيات من تلك المدرجة في معظم النماذج الراسخة لسلوك المعلومات ومحو الأمية المعلوماتية، وخاصة السلوكيات المتعلقة بالعوامل الزمنية والتجريبية، ومن النتائج أيضاً أنه قد يساعد استخدام المبادئ البطيئة في ممارسة المعلومات في التغلب على المشكلات المتعلقة بإدارة المعلومات الشخصية، كما إن فكرة "التوازن المعلوماتي" تنبع من مبادئ الحركة البطيئة وهي مفهوم مفيد من الناحية النظرية والتطبيقية، كما أوصت الدراسة بضرورة استخدام النتائج في تصميم تعليم الثقافة المعلوماتية، وفي تشجيع اتباع نهج أكثر انعكاساً لإدارة المعلومات الشخصية.

### تحليل الدراسات السابقة التعليق عليها:

بعد فحص الدراسات السابقة استقر الباحث على وجود عدد من المحاور التي تلتقي فيها أغلب الدراسات مع الدراسة الراهنة، كما برز للباحث عدد من النقاط التي تفرقت فيها دراسته عن غيرها من الدراسات، ويعرضها الباحث كما يلي:

### أولاً: محاور التشابه بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

1. تتفق جميع الدراسات على أهمية دراسة ظاهرة العبء المعلوماتي الزائد وتأثيرها السلبي على المجتمع خاصة فيما يتعلق بالتركيز والإنتاجية.
2. التنوع في المناهج والأدوات المستخدمة في البحث والدراسة، مثل المنهج التجريبي، والتحليلي، والوصفي والاستبيانات، والمقابلات، مما يعكس تنوع الزوايا التي من خلالها يمكن دراسة الظاهرة.
3. أن أغلب الدراسات تؤكد على أهمية تنمية مهارات التفكير النقدي لتحديد مصادر المعلومات المناسبة والملائمة.

4. جميع الدراسات بلا استثناء تسعى إلى تقديم حلول عملية لعلاج مشكلة العبء المعلوماتي الزائد وتشتت المعلومات، مثل تطوير أدوات وتقنيات تعزز المهارات الشخصية للمستفيدين.

#### ثانياً: الإضافة العلمية للدراسة:

1. تركز الدراسة الراهنة دون غيرها على طلاب الجامعات، مما يجعل لها أهمية خاصة، حيث إن الطلاب هم أكثر فئات المجتمع تأثراً بظاهرة العبء المعلوماتي الزائد.
2. كما تركز هذه الدراسة على بيان العلاقة بين العبء المعلوماتي أو التشتت وتأثيره على التحصيل الدراسي للطلاب.
3. كما تساهم هذه الدراسة في سد الفجوة البحثية في الدراسات العربية حول موضوع العبء المعلوماتي الزائد، مما يجعل نتائجها ذات أهمية خاصة للباحثين والمتخصصين في المنطقة العربية.
4. تربط هذه الدراسة بين ظاهرة عالمية مثل العبء المعلوماتي الزائد بسياق محلي وهو سياق الجامعات المصرية، مما ساعد الباحث على تقديم حلولاً مبتكرة لمشكلة العبء المعلوماتي الزائد، والتي يمكن أن تساهم في تحسين أداء الطلاب الأكاديمي.

#### مُعضلة التوازن المعلوماتي: (IB) Informational Balance .

قبل إعداد هذه الدراسة بسنوات لاح بذهن الباحث عدد من المعضلات المتعلقة بالمعلومات، والتي لازالت اثارها ممتدة حتى هذه اللحظة بل وفي تفاقم مستمر، تناول المختصين حول العالم مجموعة منها، ومع ذلك لم يتطرق إلا قلة قليلة جداً منهم إلى واحدة من أهم هذه المعضلات ألا وهي مُعضلة التوازن المعلوماتي التي باتت ظاهرة تتطلب سرعة التعرض لها وفك شفراتها، حيث اننا اصبحنا اليوم في عصر تتدفق فيه المعلومات في كل جانب من جوانب حياتنا، وهذا التدفق من الممكن أن يكون سلاح ذو حدين (Allen, 2011a)، كما انه على الرغم من هذا السيل من المعلومات الا اننا نجد أنها لا تصل إلى الجميع بشكل متساوي، ويرجع ذلك لعدة أسباب لعل أهمها التفاوت الملحوظ في المستويات الاجتماعية والذي يترتب بناءً عليه التفاوت في مستوى الثقافة الرقمية وظهور الفجوات المعرفية، وللتعرف على قضية التوازن المعلوماتي يجب أولاً إزالة الغموض عن مفهوم التوازن المعلوماتي، وبيان أهميته، والتحديات التي تعيق تحقيقه.

#### مفهوم التوازن المعلوماتي.

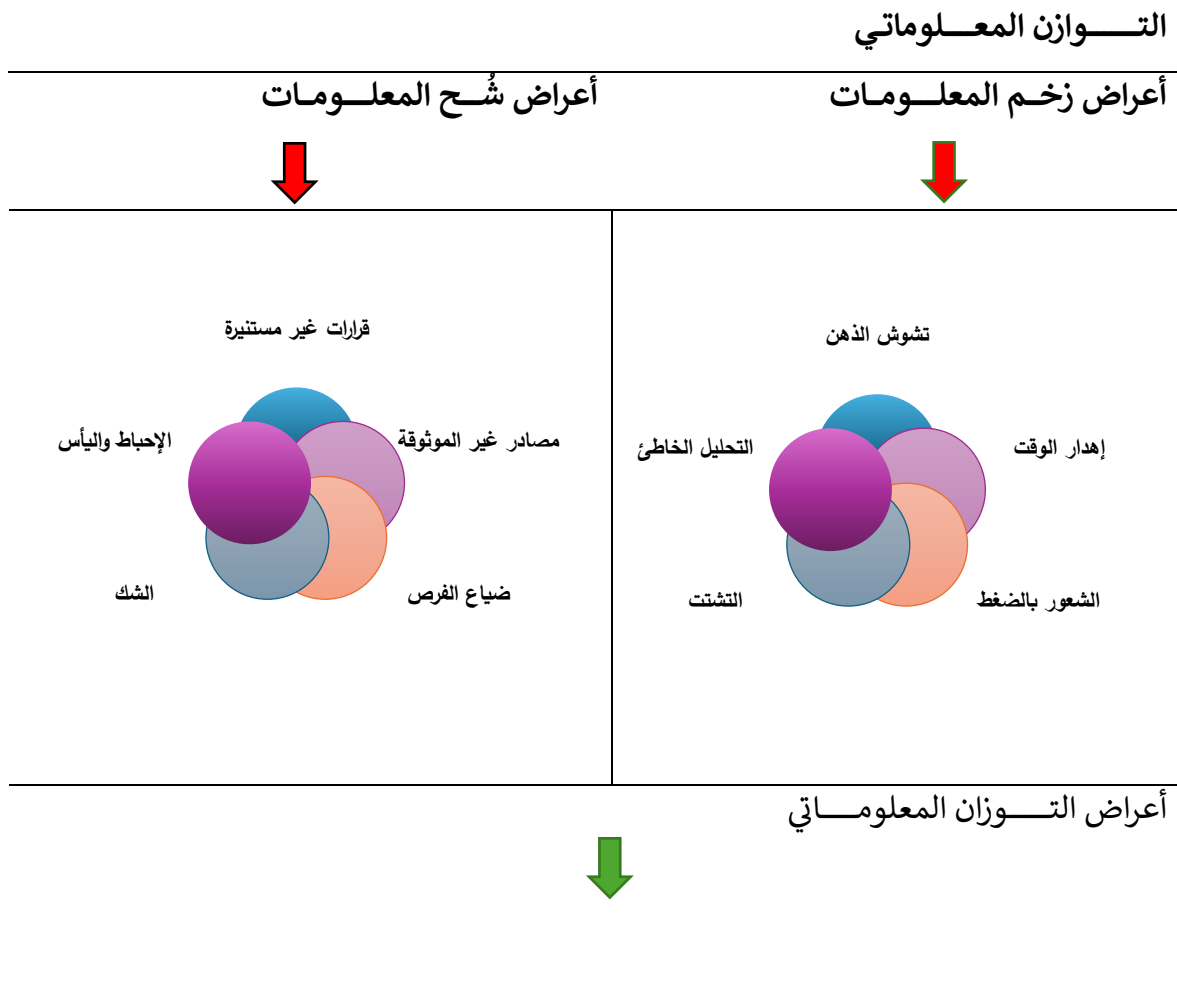
يأتي مصطلح التوازن عادةً مقروناً بمصطلح آخر ليُبين مدى الاعتدال أو الوسطية في الشيء المقترن به (دراوسي, 2006)، فنجد مصطلحات مثل التوازن البيئي للدلالة على حالة الاستقرار والاعتدال في الحياة بين الكائنات

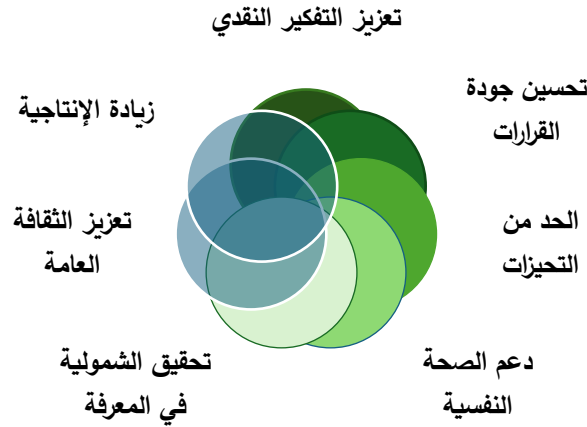
والمخلوقات، والتوازن الاجتماعي والاقتصادي، بل وحتى التوازن من المنظور الديني أو ما يطلق عليه العلماء (الوسطية)، فالمصطلح من حيث المفهوم العام جاء ليدل على منزلة بين منزلتين بين الإفراط والتفريط، بين العلم والجهل... الخ، وانطلاقاً من هذا المبدأ فإن التوازن المعلوماتي هو نقطة بين زخم المعلومات (أ) وشح المعلومات (ب)، وفي حالة حدوث أي خلل أو إزاحة عن هذه النقطة تظهر مشكلة من اثنتان فإذا كانت الإزاحة باتجاه النقطة (أ) تظهر مشكلة العبء المعلوماتي الزائد **Information overload**، أما إذا كانت الإزاحة باتجاه النقطة (ب) تظهر مشكلة شح المعلومات **Information scarcity**، كما أنه يمكن النظر في مفهوم التوازن المعلوماتي نفسه من زاويتان (Savolainen, 2007)، الأولى التوازن من حيث فرص الوصول إلى المعلومات؛ ومعناها توفير فرص متساوية للوصول إلى المعلومات الحيوية والمهمة مما يسمح لأفراد المجتمع باتخاذ قرارات مستنيرة، والثانية توازن من حيث كثرة المعلومات وندرتها، ويتناول الباحث في هذا الصدد المفهوم من ناحية التوازن المعلوماتي من حيث الكثرة والندرة، ويعرف الباحث التوازن المعلوماتي على أنه "الحالة التي يكون فيها الاستفادة قادر على الوصول إلى المعلومات الكافية لاتخاذ قرار صائب دون الغوص في كم هائل من المعلومات غير المفيدة أو المغلوطة، مع الشعور التام بالرضا المعلوماتي"، حيث أنه ينتج عن عدم التوازن المعلوماتي حالتان أو شعوران (White, 2023b)، وهما العبء المعلوماتي الزائد، ويشير هذا المصطلح إلى الحالة التي يكون فيها المستفيد غارق في كمية هائلة من المعلومات (Koltay, 2011)، وشح المعلومات؛ ويشير هذا المصطلح إلى الحالة التي يعاني فيها المستفيد من ندرة وعدم كفاية المعلومات لاتخاذ قرار مستنير.

ولكل ظاهرة من الظاهرتين عدد من الاعراض أو الدلائل التي تبينها فكما هو موضح في الشكل رقم (1) نجد أنه في حالة ندرة مصادر المعلومات وقلتها أو صعوبة الحصول عليها قد يتخذ المستفيد قرارات غير مدروسة أو غير مستنيرة، أو الشعور بحالة من الإحباط واليأس بسبب العجز عن تحقيق الأهداف أو عدم فهم الجوانب المختلفة للموضوع المدروس، كما أنه قد يصيب المستفيد بأعراض أخرى مثل الشك وضيق الفرص مما يدفعه إلى الاعتماد على مصادر غير موثوقة أو مزيفة للحقائق (Boswell, 2012).

وعلى الجانب الآخر نجد أنه في حالة زخم وكثرة وتنوع المعلومات حول موضوع معين، يصاحبها بعض الاعراض والمشاعر السيئة مثل تشوش الذهن (Savolainen, 2015)، وصعوبة تحديد المعلومات الموثوقة والمفيدة من بين هذا الكم الهائل من المعلومات المتنامية، كما أن زخم المعلومات يؤدي في كثير من الأحيان إلى تحليلات خاطئة للمعلومات مما يؤدي إلى اتخاذ قرارات خاطئة، يصاحب ذلك أيضاً تشتت للذهن وصعوبة التركيز على مهمة واحدة أو موضوع واحد أو الشعور بالضغط، كما أن كثرة المعلومات وتدفقها بكميات كبيرة يؤدي إلى قضاء أوقات كبيرة في البحث عن المعلومات المناسبة من بين المعلومات المسترجعة مما يؤدي إلى إهدار وقت المستفيد والشعور بعدم الإنجاز.

أما في حالة تحقيق التوازن المعلوماتي، نجد عدد من الأعراض أو الدلائل العامة الملازمة لهذا التوازن أبرزها تحسين جودة القرارات المتخذة، مع تعزيز التفكير النقدي وزيادة الخبرة في انتقاء المعلومات، كما يلازمها زيادة في الإنتاجية وقلة في التحييز، بالإضافة إلى ارتفاع ملحوظ في الثقافة العامة مع شمولية في المعرفة، بالإضافة إلى دعم الصحة النفسية أو الشعور بحالة من الاتزان العقلي والنفسي، وهذا من وجهة نظر الباحث من أهم هذه الدلائل على الإطلاق، وللتوازن المعلوماتي مميزات متعددة بشكل عام كما يلي:





### شكل رقم 1 تصور الباحث حول التوازن المعلوماتي

#### أهمية التوازن المعلوماتي.

هناك العديد من المشاكل والأمراض المتعلقة ببيئات المعلومات والتي من الممكن أن يقدم لها التوازن المعلوماتي حلولاً جذرية (Bawden & Robinson, 2009)، ولذلك لا يمكن النظر إليها على أنها رفاهية معرفية، بل أمراً حتمياً حيث يتطلب جهداً وعملاً مستمراً ووعياً بجميع جوانبه، لأنه أصبح ضرورة في عالمنا الرقمي المعاصر، وفي حقيقة الأمر يساهم التوازن المعلوماتي في تحقيق فوائد كثيرة للمستخدمين، وهي من وجهة نظر الباحث كما يلي:

- 1- إن للتوازن المعلوماتي أهمية عظيمة جداً في توفير الوقت الذي بدوره توفير لرأس المال والموارد فمن خلال تحقيق التوازن بشكل جيد وفعال يقل الوقت المستغرق في الوصول إلى المعلومات المناسبة، مما يترتب عليه سرعة ودقة في دعم اتخاذ القرارات.
- 2- يساعد التوازن المعلوماتي في توفير بدائل مناسبة لدعم اتخاذ القرارات وإزالة الغموض في حالة شح المعلومات حول الموضوع المبحوث (Allen, 2011a).
- 3- يساهم التوازن المعلوماتي بشكل أساسي في مقاومة التضليل والأخبار المكذوبة والشائعات والتوجهات الأخرى التي تحاول التأثير على الرأي العام.
- 4- يساعد التوازن المعلوماتي على مواجهة فوضى المعلومات واكتساب مهارات تهذيب المعلومات وتنقيتها وتصنيفها مما يسهل الاطلاع على المعلومات المفيدة فقط.
- 5- تنمي مهارات التوازن المعلوماتي قدرة المستخدمين على كشف التحيزات والأخطاء المدسوسة في المعلومات.
- 6- يساعد التوازن المعلوماتي في تحقيق كفاءة عالية في اتخاذ القرارات، من خلال مساعدة الأفراد أو المؤسسات في تحليل المعلومات المتاحة بطريقة تؤدي إلى اتخاذ قرارات أكثر كفاءة وفاعلية (Stephen, 2024).

كما يحقق التوازن المعلوماتي فوائد ومميزات كثير للأفراد والمؤسسات، بل وللمجتمع ككل، ويتحقق التوازن من خلال التنوع في مصادر المعلومات من مصادر أكاديمية وإعلامية وغيرها بالإضافة إلى التأكد من مصداقية تلك المصادر وأن تكون موثقة بالأدلة أو منشورة عبر قنوات علمية أو أكاديمية أو جهات رسمية في الدولة، ولا يتحقق هذا التوازن بدون تطوير وتحسين مهارات التفكير النقدي التي تساعد على تحليل المعلومات ومصادرها والتعرف على الدوافع وراء تقديم هذه المعلومات ودوافع تركها أو الأخذ بها (Nicholas et al., 2022)، ويرى الباحث أنه يمكن الاعتماد على الخبرات البشرية في تقييم المعلومات والتعلم من وجهات نظرهم المختلفة، من خلال نقل المعرفة الضمنية وتناقلها عبر الأجيال، وتعتبر هذه الاستراتيجية من أكثر استراتيجيات تحقيق التوازن المعلوماتي مصداقية لأنها تعتمد على التفاعلات البشرية المباشرة المدعومة بنقل المشاعر مع الخبرات، ومن زاوية أخرى لا يمكن اغفال مهارات البحث ودورها في تعزيز نظرية التوازن المعلوماتي وقدرتها على تقليص عدد مصادر المعلومات المسترجعة والتي تسبب عبء إضافيا على الافراد في تصفح كميات كبيرة من المعلومات.

### التحديات التي تعيق تحقيق التوازن المعلوماتي.

يرى الباحث أنه يوجد عدد من التحديات التي تعيق تحقيق التوازن المعلوماتي المنشود، ولا سيما عندما تتداخل هذه التحديات مع بعضها البعض ومن أبرز هذه التحديات سهول انتشار الاخبار والمعلومات المكذوبة والشائعات عبر القنوات الرقمية ومنصات التواصل الاجتماعي المختلفة، بالإضافة إلى الخوارزميات المتحيزة التي تعمل على تغذية المستخدمين بمعلومات تتوافق مع آرائهم السابقة، مما يعزز الانقسامات ويحد من التعرض لوجهات نظر مختلفة، كذلك هجمات القرصنة والتلاعب بالبيانات حيث تقع العديد من المنظمات والأنظمة الرقمية فريسة لهجمات القرصنة التي تستهدف تشويه الحقائق وتزوير المعلومات (Allen, 2011b)، ومن التحديات أيضاً نماذج الأعمال القائمة على الإعلانات حيث تعتمد العديد من منصات الإعلام الاجتماعي على الإعلانات المستهدفة، مما يدفعهم إلى تقديم محتوى مثير للجدل لجذب المزيد من الاهتمام، حتى لو كان هذا المحتوى مضللاً أو غير دقيق، ومن ناحية أخرى سيطرت الشركات الكبرى على معظم منصات التواصل الاجتماعي ووسائل الإعلام، مما يمنحهم قدرة كبيرة على التحكم في تدفق المعلومات وتشكيل الرأي العام، علاوة على ذلك يوجد عدد من التحديات الأخرى مثل نقص المهارات الرقمية حيث لا يمتلك الكثير من الناس المهارات اللازمة لتقييم المعلومات وتحديد مصادرها الموثوقة، وتعقيد القضايا المعاصرة حيث تتسم العديد من القضايا المعاصرة بالتعقيد، مما يتطلب من الأفراد بذل جهد كبير لفهمها بشكل كامل.

وبعد التعرف على مفهوم التوازن المعلوماتي وأبرز تحديات تحقيق التوازن يتناول الباحث في الصفحات التالية مشكلة التشتت المعلوماتي أو العبء المعلوماتي الزائد، وهي مشكلة ناجمة عن الخلل في الميزان المعلوماتي لدي

طلاب الجامعات المصرية كتطبيق عملي وللتحقق من صحة القضايا التي تم التطرق لها، ولذلك تحاول هذه الدراسة المساعدة في عرض المشكلة والتحقق من فرضيتها والاجابة على تساؤلاتها.

## الإطار العملي للدراسة:

### التشتت المعلوماتي لدى طلاب الجامعات المصرية.

تناول الباحث في هذا الجزء من الدراسة إعداد استبانة لقياس درجة التشتت المعلوماتي لدى طلاب الجامعات المصرية، للوقوف على أسباب هذه الظاهرة والعمل على وضع حلول علمية لها، وتناول الباحث فيها ما يلي:

#### 1. تصميم الاستبانة:

- قام الباحث ببناء استبانة لقياس درجة التشتت والعبء المعلوماتي لدى طلاب الجامعات المصرية، وذلك من خلال فحص الإنتاج الفكري والأدبيات السابقة في نفس الموضوع.
- تكونت الاستبانة من ستة محاور وهي: الأول: محور البيانات الديموغرافية، والثاني: محور استراتيجيات التركيز، والثالث: محور استراتيجيات البحث عن المعلومات، والرابع: محور استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات، والخامس: محور أعراض التشتت، والسادس: محور المشكلات السيكولوجية والفسولوجية.
- تم عرض الاستبانة على نخبة من الأساتذة<sup>(1)</sup> في تخصص علوم المعلومات وعلم النفس للتأكد من صياغة وسلامة محتوى الأداة ودقة وفاعلية عناصر وأسئلة الاستبانة.
- اعتمد الباحث على العديد من السبل لنشر الاستبانة على مجتمع الدراسة المستهدف من طلاب الجامعات المصرية، حيث قام الباحث بمشاركة الاستبانة مع طلاب الجامعات المصرية (من خلال البريد الإلكتروني الرسمي للباحث في جامعة دراية)، بالإضافة إلى نشر الاستبانة على مواقع ومنصات التواصل الاجتماعي التي يوجد بها تكتلات لطلاب الجامعات المصرية، مثل مجموعة اتحاد طلاب الجامعات المصرية على الفيس بوك والذي يشتمل على قرابة 1.1 مليون ومائة ألف عضو حتى تاريخ إعداد الدراسة.

#### 2. المعالجة الإحصائية للاستبانة:

تم استخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS v.26) من أجل معالجة البيانات، وذلك باستخدام النسب المئوية ومعادلة كرو نباخ ألفا لقياس الثبات، وقياس بعض الارتباطات بين محاور وعناصر الاستبانة، وكانت عدد عناصر العينة 822 مجيب من 31 جامعة مصرية حكومية وأهلية وخاصة، وعدد محاور

1- أ. د / النايفة محمد فتحي، أستاذ علم النفس الاكلينيكي ورئيس قسم العلوم الإنسانية بجامعة دراية الخاصة.  
2- أ. م. د/ متولي الذكر، أستاذ المكتبات والمعلومات المساعد بقسم المكتبات والمعلومات بكلية الآداب جامعة المنيا.  
3- أ. م. د/ احمد ماهر خفاجة، أستاذ علوم المعلومات المساعد بقسم دراسات المعلومات بجامعة السلطان قابوس.



المقياس 6 محاور بواقع 51 نقطة بالإضافة إلى محور البيانات الاساسية، وكانت جميع الحالات صالحة للتحليل الاحصائي والمقياس.

صدق وثبات الاستبانة: ويقصد به (الاتساق الداخلي) (**Consistency**) بحيث تكون كل فقرة من فقرات المقياس متسقة مع المجال الذي تنتمي إليه الفقرة، وقد تم استخدام حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من الفقرات في الاستبانة عن طريق استخدام معامل (ألفا كرونباخ)، (**Cronbach's Alpha**) وهو مقياس ما بين (-1 حتى 1) فكلما اقترب معامل الثبات من الواحد الصحيح (1) كان معامل الثبات قوي وكلما اقترب معامل الثبات من (-1) كان معامل الثبات ضعيف ويستلزم تعديل العبارات والفقرات، ولذلك تم قياس الثبات لكل محور من محاور المقياس على حدا، حيث كان معامل الثبات في محور استراتيجيات التركيز (ألفا) (0.934) وهي درجة ممتازة من الثبات، كما بلغ معامل الثبات في محور استراتيجيات البحث عن المعلومات (ألفا) (0.806) وهو معمل ثبات يعتبر جيد جدا، في حين بلغ معامل الثبات في محور استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات (ألفا) (0.889) وهو معامل جيد جدا، وفي محور أعراض التشتت (ألفا) (0.921) وهو معامل ممتاز، في حين بلغ معامل الثبات في محور المشكلات السيكولوجية والفسولوجية (ألفا) (0.914) وهو معامل ممتاز، في حين بلغ معامل الثبات الكلي في الاستبانة (ألفا) (0.920) وهذا يعد معامل ثبات ممتاز ومناسب لأغراض الدراسة الحالية، وتأتي هذه النسب كما هي موضحة في الجدول رقم (1).

#### الجدول رقم 1 درجات الثقة والثبات الداخلي للاستبانة.

م	المحور	عدد العناصر	Cronbach's Alpha
1	محور: استراتيجيات التركيز.	10	.934
2	محور: استراتيجيات البحث عن المعلومات.	10	.806
3	محور: استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات.	10	.889
4	محور: أعراض التشتت.	10	.921
5	محور: المشكلات السيكولوجية والفسولوجية.	5	.914
6	معامل الثبات الكلي	45	.920

#### • فئات الاستجابة للطلاب حسب مقياس ليكرت الخماسي:

تم حساب اتجاه الرأي أو درجة الاستجابة حسب المتوسط ومقياس ليكرت الخماسي المتدرج كالتالي:

$$0.8 = \frac{4}{5} = \frac{1-5}{5} = \frac{\text{أكبر قيمة} - \text{أصغر قيمة}}{\text{عدد البدائل}} = \text{تحديد اتجاه العينة}$$

أي أننا في كل مرة نضيف قيمة 0.8 كي نحدد اتجاه العينة كما يلي:

5	4	3	2	1	الرتبة	مقياس ليكرت الخماسي
موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	التوجه العام للعيينة	
5-4.20	4.19-3.40	3.39-2.60	2.59-1.80	1.79-1	المتوسط	

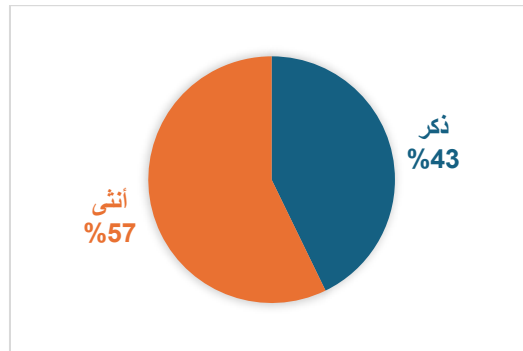
$$8 = \frac{40}{5} = \frac{10-50}{5} = \frac{\text{أكبر قيمة} - \text{أصغر قيمة}}{\text{عدد البدائل}} = \text{تحديد اتجاه المحور ككل}$$

أي أننا في كل مرة نضيف قيمة 8 كي نحدد اتجاه العينة كما يلي:

5	4	3	2	1	الرتبة	مقياس ليكرت الخماسي
موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	التوجه العام للمحور ككل	
50-42	42-34	34-26	26-18	18-10	الفئة	

1- فئات الطلاب المشاركين حسب النوع.

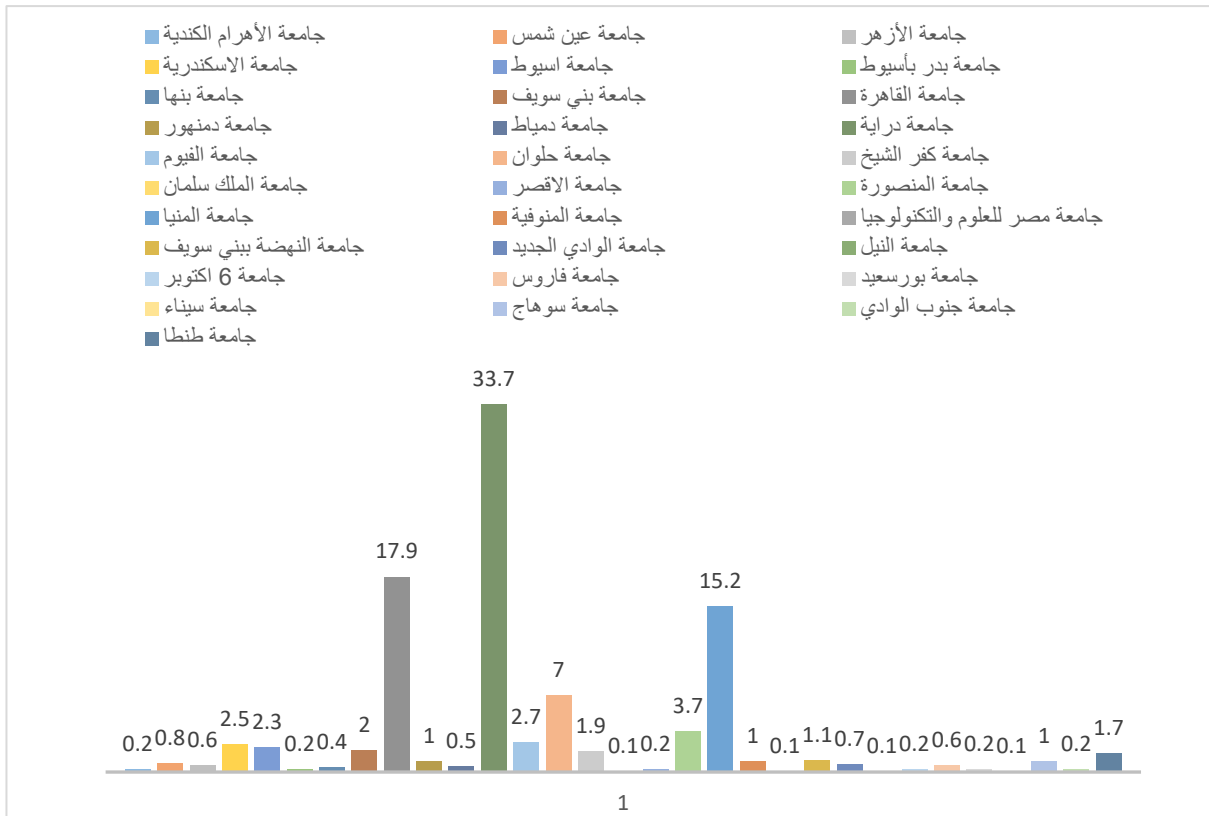
احتلت نسبة الإناث 57% من إجمالي نسبة الطلاب المشاركين بواقع (482) طالبة كما هو موضح في الشكل رقم (2).



شكل رقم 2 فئات الطلاب المشاركين حسب النوع.

2- فئات الطلاب المشاركين حسب الجامعة المنتمين إليها.

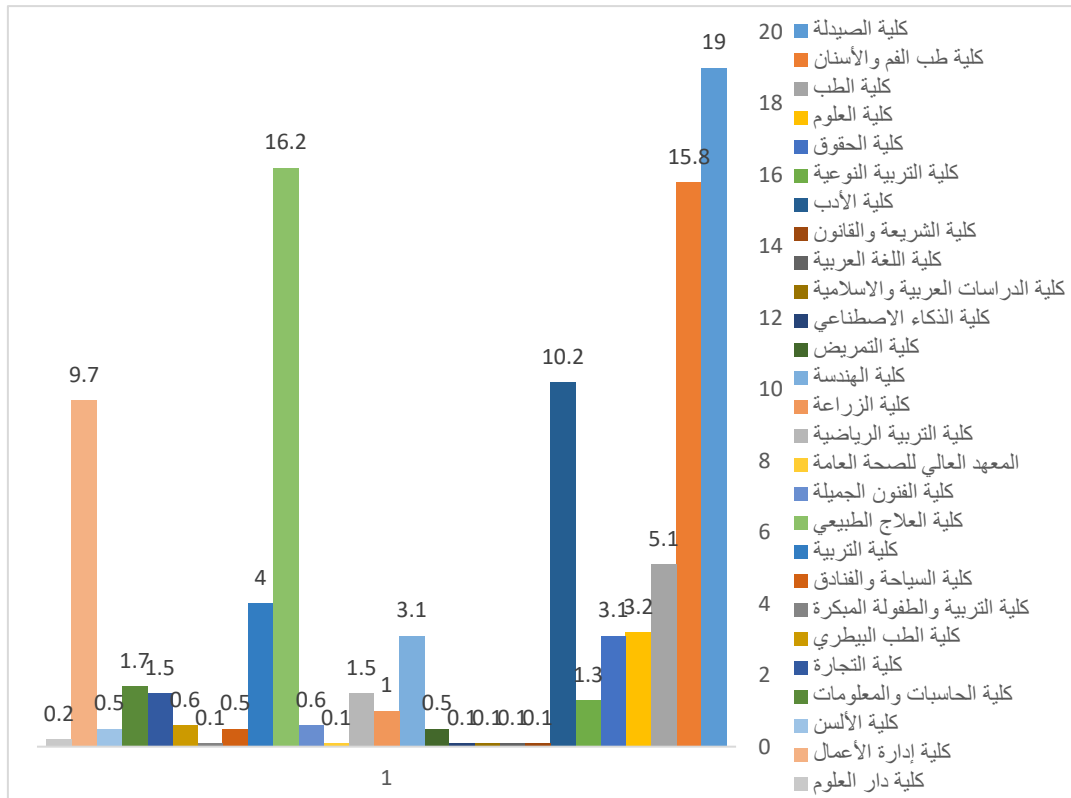
توزعت الجامعات المنتمية إليها الطلاب عينة الدراسة حيث شملت حوالي 31 جامعة حكومية وخاصة وأهلية ودولية ومعهد، والذي أدى بدوره إلى تغطية جغرافية واسعة للطلاب حيث شملت جميع محافظات مصر تقريباً، في حين كانت أعلى نسبة مشاركة للطلاب من جامعة دراية بنسبة 33.7% بواقع (284) طالب، تليها جامعة القاهرة بنسبة 17.9% بواقع (151) طالب، ثم جامعة المنيا بنسبة 15.2% بواقع (128) طالب.



شكل رقم 3 فئات الطلاب المشاركين حسب الجامعة المنتمين إليها.

## 3- الكليات (التخصص) المنتمي إليه الطلاب.

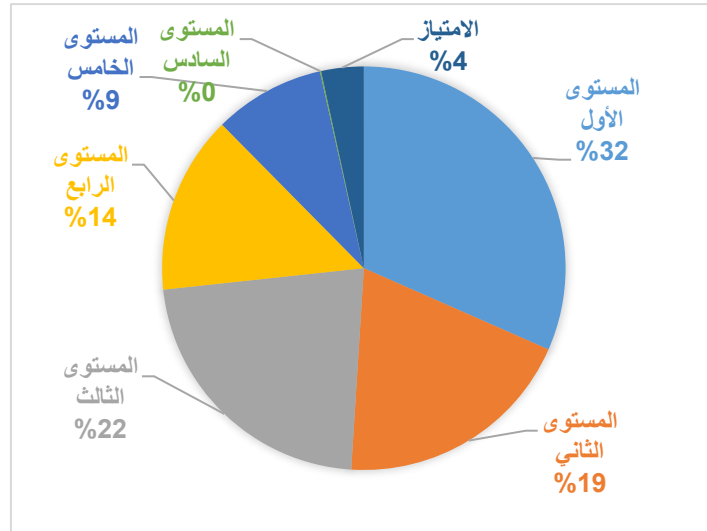
تنوعت وتباينت كذلك التخصصات الأكاديمية المنتمي إليها الطلاب عينة الدراسة حيث شملت 27 كلية ما بين كليات طبية، وهندسية، وعلوم إنسانية وتقنية وشرعية وغيرها، والذي أدى بدوره كذلك إلى تغطية موضوعية كبيرة شملت طلاب في اغلب التخصصات مما سمح للباحث من اختبار فروض الدراسة بشكل أعمق، في حين كانت أعلى نسبة مشاركة للطلاب من كليات الصيدلة بنسبة 19% بواقع (160) طالب، تليها كلية العلاج الطبيعي بنسبة 16.2% بواقع (136) طالب، ثم طب الفم والاسنان بنسبة 15.8% بواقع (133) طالب.



شكل رقم 4 الكليات (التخصص) المنتمي إليه الطلاب.

#### 4- فئات الطلاب المشاركين حسب المستوى الدراسي.

تباينت كذلك المستويات الدراسية للطلاب عينة الدراسة حيث كانت نسبة الطلاب المشاركين في المستوى الأول 32% من إجمالي الطلاب المشاركين، بينما كانت نسبة الطلاب في المستوى الثاني 19%، والمستوى الثالث 22% والمستوى الرابع 14% والمستوى الخامس 9% والامتياز 4%، ويرى الباحث كذلك أن هذا التوزيع في المستويات جعل نتائج الدراسة أكثر شمولية ودقة.

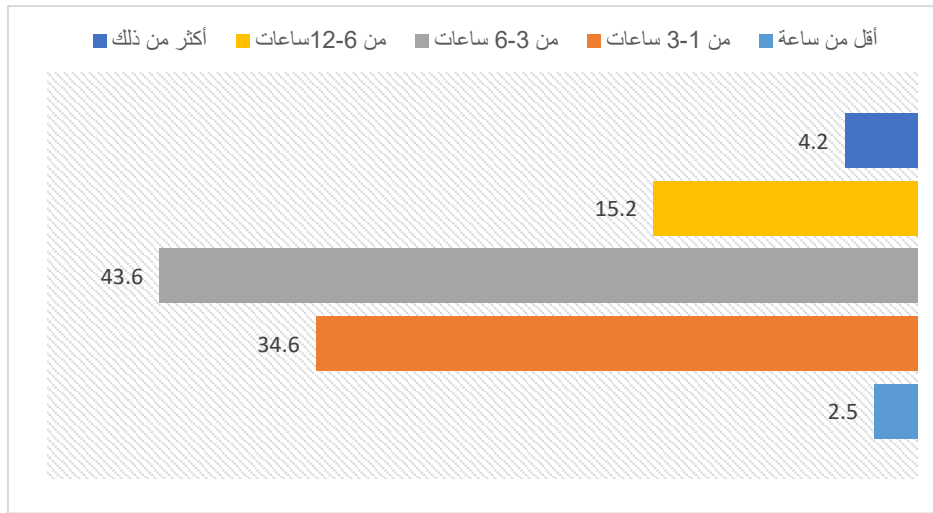


شكل رقم 5 فئات الطلاب المشاركين حسب المستوى الدراسي.

#### 7. معدلات استخدام الإنترنت لدى طلاب الجامعات المصرية.

تبين من خلال التحليل الإحصائي أن 43.6% من طلاب الجامعات المصرية يقضون ما بين 3-6 ساعات يومياً في استخدام الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، وأن 34.6 منهم يقضي ما بين 1-3 ساعات يومياً، في حين أن 15.2% يقضون من 6-12 ساعة يومياً في تصفح الإنترنت، بينما يقضي 2.5% من الطلاب أقل من ساعة يومياً، و4.2% منهم يقضي أكثر من 12 ساعة يومياً، وتعتبر هذه النسبة مرتفعة جداً حيث إن 97.5% يستغرقون أكثر من 3 ساعات بشكل متقطع وهذا يعتبر مؤشر من مؤشرات التشتت.

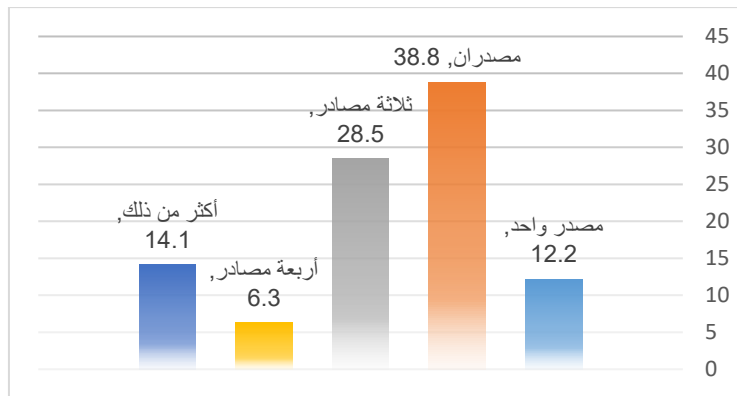
وتعتبر هذه النسب متقاربة بحد كبير مع نسب الاستخدام العالمي والتي تدل على مؤشرات للإدمان الرقمي كما بينت موقع الإحصائيات العالمية مثل Internet Live Stats وOurWorldInData (Roser et al., 2020)، والتي تؤثر بدورها سلباً على الصحة العقلية والجسدية لرواد الشبكة



شكل رقم 6 معدلات استخدام الانترنت لدي طلاب الجامعات المصرية.

### 1. معدلات استخدام مصادر المعلومات لدي طلاب الجامعات المصرية.

اتضح كذلك أن أكثر من 87.8% من طلاب الجامعات المصرية لا يكتفون بمصدر واحد للمعلومات حيث إن 38.8% من أفراد العينة يستخدمون مصدران من مصادر المعلومات لدراسة موضوع واحد، بينما 28.5% من إجمالي أفراد العينة يعتمدون على ثلاثة مصادر، و6.3% يستخدمون أربعة مصادر، في حين 14.1% يعتمدون على أكثر من أربعة مصادر لدراسة موضوع واحد.

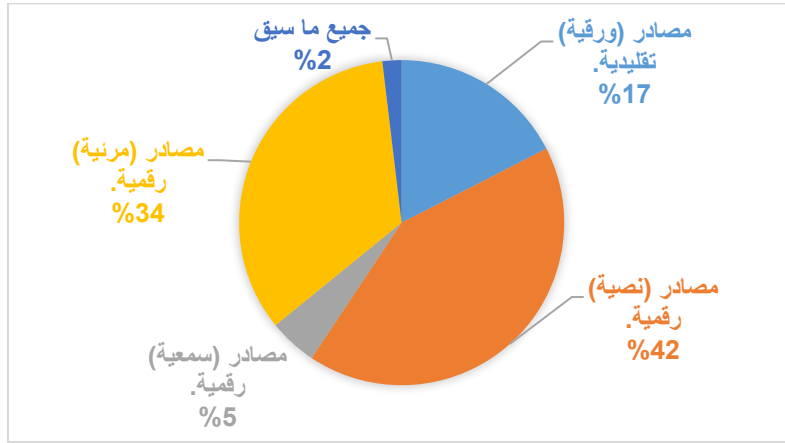


شكل رقم 7 معدلات استخدام مصادر المعلومات لدي طلاب الجامعات المصرية.

### 1. أنواع مصادر المعلومات الأكثر استخداماً لدي طلاب الجامعات المصرية.

كما أظهر التحليل الإحصائي كذلك أن أكثر مصادر المعلومات استخداماً لدى طلاب الجامعات المصرية هي المصادر الرقمية النصية بنسبة 42% من إجمالي الإجابات، يليها في المرتبة الثانية مصادر المعلومات الرقمية المرئية (الفيديو) بنسبة 34%، ثم مصادر المعلومات التقليدية الورقية في المرتبة الثالثة بنسبة 17%، بينما جاءت مصادر المعلومات الرقمية السمعية في المرتبة الأخيرة بنسبة 5%، في حين كان إجمالي الطلاب الذين

يعتمدون على جميع مصادر المعلومات المذكورة 2% فقط من إجمالي عينة الدراسة، ويتضح للباحث من خلال هذه النسب التأثير المباشر والقوي للتقنيات الحديثة ودورها في تقليص الاعتماد على مصادر المعلومات الورقية، وجاءت هذه الإحصائية متوافقة مع ما جاءت به دراسة (Akbar et al., 2024)، والتي أكدت على أن أكثر مصادر المعلومات تصفحاً من قبل المستخدمين، مصادر المعلومات النصية، ومصادر المعلومات السمعية للمستخدمين ذوي الإعاقات البصرية.



شكل رقم 8 أنواع مصادر المعلومات الأكثر استخداماً لدى طلاب الجامعات المصرية.

المحور الأول: استراتيجيات التركيز.

الجدول رقم 2 استراتيجيات التركيز لدى طلاب الجامعات المصرية.

الرتبة	الاتجاه العام	1.96	الانحراف المعياري	المتوسط	النسبة المئوية	5	4	3	2	1	العبارة	م
		0				موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة		
1	موافق بشدة	40.69	0.95	4.39	87.74	51	21	65	24	24	أحافظ على التوازن بين الدراسة والراحة وممارسة الهوايات.	1
8	محايد	-0.15	1.10	2.99	59.88	98	12	37	15	87	أمارس التأمل أو تمارين التنفس العميق لتقليل التوتر وزيادة التركيز.	2

3	موافق	23.38	0.99	3.83	76.51	229	336	198	59	20	أعزل نفسي عن المشتتات أثناء الدراسة.	3
2	موافق	28.59	1.01	4.04	80.74	351	251	176	48	16	أفضل الدراسة في الأماكن الهادئة مثل (المكتبة).	4
10	معارض	11.23	1.46	2.41	48.29	101	126	154	101	360	استخدم موسيقى أو أصوات أخرى لتحسين تركيزي أثناء الدراسة.	5
7	محايد	3.60	1.35	3.17	63.49	202	122	268	121	129	امارس الرياضة بانتظام.	6
5	موافق	13.35	1.22	3.58	71.66	225	269	190	88	70	احصل على قسط كافٍ من النوم.	7
4	موافق	17.73	0.93	3.59	71.83	189	183	418	41	11	أستفيد من الملخصات والأوراق الاستعراضية للحصول على معلومات مركزة.	8
9	معارض	10.80	1.10	2.58	51.52	64	104	191	377	106	أقوم بتعطيل إشعارات الهاتف وتطبيقات التواصل الاجتماعي كاستراتيجية للتركيز.	9
6	محايد	8.30	1.18	3.35	67.01	149	258	253	103	79	استخدام استراتيجيات للمحافظة على تركيزي مثل تقنية	10



										البومودورو: أي الدراسة لمدة 25 دقيقة ثم أخذ استراحة قصيرة لمدة 5 دقائق.
	محايد	21.9 2	0.52 0	3.39	67.8	المتوسط العام				

باستقراء الجدول السابق رقم (2) والذي يبين استجابات طلاب الجامعات المصرية حول المحور الأول المعنون "استراتيجيات التركيز لدي طلاب الجامعات المصرية" والذي تشتمل عباراته على مجموعة من الاستراتيجيات والإجراءات التي تساعد على تخفيف الشعور بالعبء والتشتت المعلوماتي الزائد، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام للمحور 3.39 والذي يمثل في ميزان تقديرات مقياس ليكرت الخماسي "محايد" مما يعني أن جميع الطلاب محايدين مع جميع عناصر المحور بنسبة 67.8% وانحراف معياري عام 0.520، كما يوضح الجدول ذاته أن رأي الطلاب جاء متوافق بشدة مع عبارة واحدة وهي "أحافظ على التوازن بين الدراسة والراحة وممارسة الهوايات" والتي جاءت في الترتيب الأول بين الفقرات العشرة للمحور بأعلى متوسط 4.39، بينما كان رأي الطلاب متوافق مع أربعة عناصر في المحور من إجمالي 10 عناصر وهي "أعزل نفسي عن المشتتات أثناء الدراسة"؛ "وأفضل الدراسة في الأماكن الهادئة مثل (المكتبة) "؛ " واحصل على قسط كافٍ من النوم "؛ " وأستفيد من الملخصات والأوراق الاستعراضية للحصول على معلومات مركزة"، في حين كان رأي الطلاب محايداً في ثلاث عناصر وهي "أمارس التأمل أو تمارين التنفس العميق لتقليل التوتر وزيادة التركيز"؛ "أمارس الرياضة بانتظام"؛ " استخدام استراتيجيات للمحافظة على تركيزي مثل تقنية البومودورو: أي الدراسة لمدة 25 دقيقة ثم أخذ استراحة قصيرة لمدة 5 دقائق"، وأخيراً كان رأي الطلاب متعارض مع عنصرين من عناصر المحور وهما: "أستخدم موسيقى أو أصوات أخرى لتحسين تركيزي أثناء الدراسة"؛ "أقوم بتعطيل إشعارات الهاتف وتطبيقات التواصل الاجتماعي كاستراتيجية للتركيز"، وبناءً على ما سبق عرضه يرى الباحث ضعف الاستراتيجيات التي يعتمد عليها الطلاب في تقليل التشتت و اعتمادهم فقط على الاستراتيجيات التقليدية، ولذلك يجب على الطلاب تبني استراتيجيات أكثر فاعلية وحدائه للحد من ظاهرة التشتت والعبء المعلوماتي الزائد، كما أن كثيراً من المنظمات الدولية المهتمة بالصحة العقلية تدعوا وتقدم مساعدات رقمية ودعم نفسي لتقليل المشكلات الناجمة عن الضغوطات الحياتية (Bussing & Gary, 2022).

المحور الثاني: استراتيجيات البحث عن المعلومات.

## الجدول رقم 3 استراتيجيات البحث عن المعلومات.

الرتبة	الاتجاه العام	1.960	الانحراف المعياري	المتوسط	النسبة المئوية	5	4	3	2	1	العبارة	م
		اختبار T				موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة		
1	موافق بشدة	42.04	0.93	4.40	87.93	523	185	96	21	17	احدد بوضوح المعلومات التي احتاج إليها قبل البدء في البحث.	1
6	محايد	0.74	1.39	3.04	60.74	146	193	241	70	192	اخطط لاستراتيجية بحث محددة قبل البحث عن المعلومات.	2
7	محايد	-1.58	1.32	2.93	58.50	103	207	243	102	187	استخدم المكتبات الرقمية وقواعد البيانات الأكاديمية بفعالية.	3
4	محايد	11.33	0.79	3.32	66.41	102	118	587	19	16	لدي مهارات تقنية جيدة لاستخدام أدوات البحث وتنظيم المعلومات.	4
5	محايد	10.16	0.79	3.29	65.75	98	107	593	34	10	أستخدم ميزات البحث المتقدم والفلاتر لتضييق نطاق البحث.	5
3	موافق	9.93	1.15	3.41	68.22	175	227	262	125	53	أقسم وقتي المخصص	6

											للبحث فترات زمنية محددة.	
2	موافق	10.81	1.18	3.4 6	69.1 4	204	201	267	116	54	لدي القدرة على صياغة استعلامات بحثية بشكل فعال.	7
9	معارض	- 18.30	0.89	2.4 2	48.3 1	53	71	51	665	2	لدي مهارات البحث النتائج المسترجعة وتحديد المعلومات ذات الصلة بموضوع بحثي.	8
10	معارض بشدة	- 34.19	1.18	1.5 5	31.0 9	43	51	71	76	601	لدي معرفة جيدة بمختلف محركات البحث وقواعد البيانات المتخصصة في مجال دراستي	9
8	محايد	-8.87	1.24	2.6 1	52.1 1	62	145	250	169	216	لدي المرونة في إعادة صياغة مصطلحات البحث أو استراتيجية البحث عن المعلومات في حالة عدم الحصول على	10

المعلومات المطلوبة											
											المتوسط العام
	محايد	2.511	0.47 4	3.0 4	60.8						

باستقراء الجدول السابق رقم (3) والذي يبين استجابات طلاب الجامعات المصرية حول المحور الثاني بعنوان: " استراتيجيات البحث عن المعلومات " والذي تشتمل عباراته على مجموعة من الاستراتيجيات والمهارات التي تمكن الطلاب من البحث عن المعلومات بفاعليه ، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام للمحور 3.04 والذي يمثل في ميزان تقديرات مقياس ليكرت الخماسي "محايد" مما يعني أن جميع الطلاب محايدين مع جميع عناصر المحور بنسبة 60.8% وانحراف معياري عام 0.474، كما يوضح الجدول ذاته أن رأي الطلاب جاء متوافق بشدة مع عبارة واحدة وهي " احدد بوضوح المعلومات التي احتاج إليها قبل البدء في البحث " والتي جاءت في الترتيب الأول بين الفقرات العشرة للمحور بأعلى متوسط 4.40، بينما كان رأي الطلاب متوافق مع عنصران في المحور من إجمالي 10 عناصر وهي " أقسم وقتي المخصص للبحث إلى فترات زمنية محددة"؛ " ولدي القدرة على صياغة استعلامات بحثية بشكل فعال، في حين كان رأي الطلاب محايداً في خمسة عناصر وهي " اخطط لاستراتيجية بحث محددة قبل البحث عن المعلومات "؛ " استخدم المكتبات الرقمية وقواعد البيانات الأكاديمية بفعالية"؛ " لدي مهارات تقنية جيدة لاستخدام أدوات البحث وتنظيم المعلومات"؛ " أستخدم ميزات البحث المتقدم والفلاتر لتضييق نطاق البحث"؛ " لدي المرونة في إعادة صياغة مصطلحات البحث أو استراتيجية البحث عن المعلومات في حالة عدم الحصول على المعلومات المطلوبة"، كما كان رأي الطلاب متعارض مع عنصر واحد من عناصر المحور وهو: " لدي مهارات البحث في النتائج المسترجعة وتحديد المعلومات ذات الصلة بموضوع بحثي"، وأخيراً كان رأي الطلاب متعارض بشدة مع عنصر " لدي معرفة جيدة بمختلف محركات البحث وقواعد البيانات المتخصصة في مجال دراستي"، وبناءً على ما سبق عرضه يرى الباحث أيضاً قلة خبرة الطلاب وضعف مهارتهم في البحث عن المعلومات، مما يحتم على الجامعات والمؤسسات التعليمية تبني سياسات التوعية المعلوماتية ولاسيما مهارات البحث والاسترجاع.

ولقد اثبتت جُل الدراسات في ذات الموضوع أن تبني استراتيجيات وسُبل بحث المعلومات المناسبة يساهم بشكل كبير في تقلص فرص الوصول إلى المعلومات المغلوطة مما يساعد المستفيدين في التركيز بشكل أعمق على المعلومات المهمة لاتخاذ قرارات مستنيرة أو العزوف عن قرار خاطئ (Aslett et al., 2024).

**المحور الثالث: استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات.**

## الجدول رقم 4 استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات.

الرتبة	الاتجاه العام	1.960	الانحراف المعياري	المتوسط	النسبة المئوية	5	4	3	2	1	العبرة	م
		اختبار - T				موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة		
5	موافق	26.17	0.91	3.85	77.05	220	338	239	30	15	اتمتع بمهارات التفكير النقدي في تقييم المعلومات.	1
3	موافق	28.49	1.00	4.02	80.31	324	287	170	42	19	أنظم المعلومات التي اجمعها بطريقة منهجية.	2
8	محايد	9.02	0.65	3.21	64.20	46	84	668	17	9	أقيم جودة وموثوقية مصادر المعلومات التي أحصل عليها.	3
4	موافق	30.97	0.91	4.01	80.17	294	308	203	27	10	احلل وأفسر المعلومات بشكل فعال.	4
7	موافق	13.93	1.00	3.50	69.95	144	268	325	73	32	اتمكن من تمييز المعلومات الدقيقة من المعلومات المضللة.	5

6	موافق	14.55	1.11	3.58	71.62	201	266	236	99	40	أعتمد على عدد محدود من المصادر الموثوقة والمعترف بها.
7	موافق	33.48	0.89	4.07	81.45	315	317	176	24	10	أحدد أولويات المعلومات بناءً على أهميتها وملاءمتها للموضوع.
8	معارض	-16.96	0.93	2.44	48.72	62	71	41	666	2	أقوم بمراجعة وتلخيص المعلومات التي أجمعها بانتظام.
9	معارض	-21.75	0.86	2.33	46.67	44	62	45	671	20	أستخدم أدوات تنظيم المعلومات مثل التطبيقات المخصصة للملاحظات.
10	موافق	30.62	0.94	4.03	80.62	322	278	197	36	9	استطيع تقديم وعرض المعلومات بشكل واضح ومنظم.
	موافق	27.97	0.522	3.50	70	المتوسط العام					

باستقراء الجدول السابق رقم (4) والذي يبين استجابات طلاب الجامعات المصرية حول المحور الثالث بعنوان: "استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات" والذي تشتمل عباراته على مجموعة من الاستراتيجيات والمهارات التي تمكن الطلاب من تقييم مصادر المعلومات المسترجعة من الانترنت وتحليلها

واكتساب مهارات التفكير النقدي للمعلومات ، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام للمحور 3.50 والذي يمثل في ميزان تقديرات مقياس ليكرت الخماسي "موافق" مما يعني أن جميع الطلاب موافقين مع جميع عناصر المحور بنسبة 70% وانحراف معياري عام 0.522، كما يوضح الجدول ذاته أن رأي الطلاب جاء متوافق مع 7 عناصر من أجمالي 10 عناصر، بينما كان رأي الطلاب محايداً مع عنصر واحد من عناصر المحور وهو: " أقيم جودة وموثوقية مصادر المعلومات التي أحصل عليها"، وأخيراً كان رأي الطلاب متعارض مع عنصران "أقوم بمراجعة وتلخيص المعلومات التي أجمعها بانتظام"؛ "أستخدم أدوات تنظيم المعلومات مثل التطبيقات المخصصة للملاحظات"، وبناءً على ما سبق عرضه يرى الباحث تميزاً ملحوظاً لدى الطلاب في مهارات واستراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات.

#### المحور الرابع: أعراض العبء المعلوماتي الزائد.

#### الجدول رقم 5 أعراض العبء المعلوماتي الزائد.

الرتبة	الاتجاه العام	1.96	الانحراف المعياري	المتوسط	النسبة المئوية	5	4	3	2	1	العبارة	م
		0				موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض		
4	موافق	21.1	1.03	3.7	75.	326	300	129	60	27	اشعر بالتشتت بسبب كثرة المعلومات المسترجعة عند البحث على الانترنت.	1

2	موافق بشدة	42.4 5	0.99	4.5 0	90. 1	638	65	81	41	17	اشعر بالتشتت بسبب كثرة المعلوما ت التي اتلقاها من مواقع التواصل الاجتماع ي.	2
3	موافق	24.1 7	1.01	3.8 7	77. 5	279	262	233	51	17	تعدد مصادر المعلوما ت يجعلني أشعر بالضغط بسبب الحمل المعلوما تي الزائد.	3
1	موافق بشدة	51.8 4	0.87	4.6 1	92. 3	667	76	65	17	17	تعدد مصادر المعلوما ت يؤدي	4



											إلى تشتت تركيزي ويقلل من كفاءتي الدراسية.	
5	موافق	16.1 2	1.07	3.6 2	72. 4	199	278	244	88	33	استخدام مصادر متعددة يتطلب وقتًا وجهدًا أكثر مما أستطيع تحمله.	5
6	موافق	11.9 4	1.14	3.4 9	69. 7	181	246	273	85	57	أشعر بأن تعدد مصادر المعلوما ت يجعل المواد الدراسية أكثر تعقيدًا وصعوبة.	6

7	محايد	11.2 1	0.96	3.3 9	67. 7	124	207	416	60	35	أشعر بالارتباك عند محاولة دمج معلومات من مصادر مختلفة.	7
8	محايد	12.9 9	0.78	3.3 6	67. 2	109	125	577	23	8	أشعر بالتشتت بسبب مصادر المعلوما ت المكتوبة بلغه أكاديمية بحته.	8
10	معارض	- 12.8 7	1.26	2.4 2	48. 3	64	136	129	271	242	أشعر بالتشتت بسبب مصادر المعلوما ت المكتوبة بلغات	9

											غير العربية.	
											أشعر بالتشتت وصعوبة الفهم بسبب مصادر المعلومات غير النصية مثل الفيديو والصوت.	10
9	محايد	9.34	0.58	3.19	63.9	45	100	673	21	3		
	موافق	38.08	0.475	3.62	72.4	المتوسط العام						

باستقراء الجدول السابق رقم (5) والذي يبين استجابات طلاب الجامعات المصرية حول المحور الرابع بعنوان: "أعراض العبء المعلوماتي الزائد" والذي تشتمل عناصره على مجموعة من الاعراض والمشكلات التي يشعر بها الطلاب حال استقبالهم كمية كبيرة من المعلومات، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام للمحور 3.62 والذي يمثل في ميزان تقديرات مقياس ليكرت الخماسي "موافق" مما يعني أن جميع الطلاب متوافقين مع جميع عناصر المحور بنسبة 72.4% وانحراف معياري عام 0.475، كما يوضح الجدول ذاته أن رأي الطلاب جاء متوافق بشدة مع عنصرين من عناصر المحور وهما: "اشعر بالتشتت بسبب كثرة المعلومات التي اتلقاها من مواقع التواصل الاجتماعي"؛ "وتعدد مصادر المعلومات يؤدي إلى تشتت تركيزي ويقلل من كفاءتي الدراسية"، والتي جاءت في الترتيب الأول والثاني بين الفقرات العشرة للمحور بأعلى متوسط 4.50 و4.61، بينما كان رأي الطلاب متوافق مع أربعة عناصر في المحور من إجمالي 10 عناصر وهي " اشعر بالتشتت بسبب كثرة المعلومات المسترجعة عند البحث على الانترنت "؛ " تعدد مصادر المعلومات يجعلني أشعر بالضغط بسبب الحمل المعلوماتي الزائد"؛ " واستخدام مصادر متعددة يتطلب وقتًا وجهدًا أكثر مما أستطيع تحمله "؛ "وأشعر بأن

تعدد مصادر المعلومات يجعل المواد الدراسية أكثر تعقيداً وصعوبة"، في حين كان رأي الطلاب محايداً في ثلاثة عناصر وهي "أشعر بالارتباك عند محاولة دمج معلومات من مصادر مختلفة"؛ "أشعر بالتشتت بسبب مصادر المعلومات المكتوبة بلغة أكاديمية بحتة"؛ "أشعر بالتشتت وصعوبة الفهم بسبب مصادر المعلومات غير النصية مثل الفيديو والصوت"، كما كان رأي الطلاب متعارض مع عنصر واحد من عناصر المحور وهو: "أشعر بالتشتت بسبب مصادر المعلومات المكتوبة بلغات غير العربية"، وبناءً على ما سبق عرضه يرى الباحث أن الطلاب لديهم يعانون من مشكلة العبء المعلوماتي الزائد وتشتت التركيز، كما أن هذه المشكلة ليس سببها فقط كمية المعلومات بل ودرجة عمق المعلومات وصعوبتها ومدى اللغة المكتوبة بها.

### المحور الخامس: المشكلات السلوكية والفسولوجية.

#### الجدول رقم 6 المشكلات السلوكية والفسولوجية.

الرتبة	الاتجاه العام	1.960	الانحراف المعياري	المتوسط	النسبة المئوية	5	4	3	2	1	العبارة	م
		اختبار - T				موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة		
4	معارض بشدة	-30.26	1.26	1.63	32.68	56	60	54	99	573	واجه صعوبات في التركيز بسبب مشكلات نفسية مثل القلق أو الاكتئاب.	1
3	معارض بشدة	-34.75	1.15	1.56	31.28	39	56	54	43	650	واجه صعوبة في التركيز بشكل عام.	2
1	موافق	15.66	1.08	3.61	72.14	206	250	270	81	35	لا أستطيع التركيز لفترة طويلة على مهمة واحدة	3
5	معارض بشدة	-33.89	1.23	1.51	30.12	67	36	22	6	711	لدي تاريخ مرضي مع صعوبات التركيز والتشتت الفكري بسبب مرض عضوي.	4
2	موافق	12.20	0.99	3.43	68.65	115	292	312	88	35	استوعب وأفهم كل ما أقرأه أو أشاهده من المرة الأولى.	5
	معارض	-30.37	0.62	2.34	46.8	المتوسط العام						

باستقراء الجدول السابق رقم (6) والذي يبين استجابات طلاب الجامعات المصرية حول المحور الخامس بعنوان: "المشكلات السلوكية والفسولوجية" والذي تشتمل عباراته على مجموعة من العناصر التي تبين

المشكلات النفسية والعضوية التي من المتوقع أن يكون لها تأثير مباشر أو غير مباشر على التركيز الذهني، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام للمحور 2.34 والذي يمثل في ميزان تقديرات مقياس ليكرت الخماسي "معارض" مما يعني أن جميع الطلاب معارضين مع جميع عناصر المحور بنسبة 46.8% وانحراف معياري عام 0.62، كما يوضح الجدول ذاته أن رأي الطلاب جاء متعارض بشدة مع 3 عناصر من إجمالي 5 عناصر وهي "واجه صعوبات في التركيز بسبب مشكلات نفسية مثل القلق أو الاكتئاب"؛ "واجه صعوبة في التركيز بشكل عام"؛ "لدي تاريخ مرضي مع صعوبات التركيز والتشتت الفكري بسبب مرض عضوي"، بينما كان رأي الطلاب موافق مع عنصرين وهما: "لا أستطيع التركيز لفترة طويلة على مهمة واحدة"؛ "استوعب وأفهم كل ما أقرأه أو أشاهده من المرة الأولى"، وبناءً على ما سبق عرضه يرى الباحث أن لا علاقة للأمراض العضوية أو النفسية على مستوى التركيز لدى الطلاب.

#### اختبار فروض الدراسة باستخدام مصفوفة الارتباط:

اختبار الفروض وحساب معاملات الارتباط بين المستوى الدراسي وعدد مصادر، ومحاور الدراسة المختلفة باستخدام معامل ارتباط سبيرمان للرتب (Spearman's RHO).

الجدول رقم 7 اختبار الفروض وحساب معاملات الارتباط بين المستوى الدراسي، ومحاور الدراسة المختلفة.

العوامل المؤثرة على التشتت المعلوماتي					المستوى الدراسي	
المشكلات النفسية والسيكولوجية	أعراض التشتت	استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات	استراتيجيات البحث عن المعلومات	استراتيجيات التركيز		
0.492	0.343	0.728**	0.226	1	0.613**	استراتيجيات التركيز
0.206	0.660	0.032	1	0.226	0.551**	استراتيجيات البحث عن المعلومات
0.092**	0.080	1	0.032	0.728**	0.295	استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات
0.040	1	0.080	0.660	0.343	0.081	أعراض التشتت

1	0.040	0.092**	0.206	0.492	0.553**	المشكلات السيكولوجية والفسيولوجية
---	-------	---------	-------	-------	---------	---

\*\* : دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01.

يتضح من الجدول رقم (7) أن معامل الارتباط بين المتغير المستقل (المستوى الدراسي) والمتغيرات التابعة ( استراتيجيات التركيز، استراتيجيات البحث عن المعلومات، استراتيجيات التقييم النقدي للمعلومات، أعراض التشتت، المشكلات السيكولوجية والفسيولوجية)، كانت دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01 لدى كل من ( محور استراتيجيات التركيز حيث جاءت النتيجة 0.613 ، ومحور استراتيجيات البحث عن المعلومات حيث جاءت النتيجة 0.551 ، ومحور استراتيجيات التقييم النقدي حيث جاءت النتيجة 0.553 ) والتي تدل على وجود علاقة ارتباط طردية قوية بين المتغيرات الثلاثة التابعة والمتغير المستقل (المستوى الدراسي)، بحيث انه كلما زاد المستوى الدراسي للطالب زاد لديه مهارات واستراتيجيات التركيز والبحث عن المعلومات والتقييم النقدي للمعلومات، مما يؤثر إيجاباً على مستويات التركيز وضعف حدة العبء المعلوماتي الزائد، وبناءً على ما تقدم فأنا نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل الذي ينص على وجود علاقة بين المتغيرات.

الجدول رقم 8 اختبار الفروض وحساب معاملات الارتباط بين عدد مصادر المعلومات وأعراض

التشتت.

العوامل المؤثرة على التشتت المعلوماتي					عدد مصادر المعلومات	
المشكلات السيكولوجية والفسيولوجية	أعراض التشتت	استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات	استراتيجيات البحث عن المعلومات	استراتيجيات التركيز		
0.492	0.343	0.728**	0.226	1	....	استراتيجيات التركيز
0.206	0.660	0.032	1	0.226	....	استراتيجيات البحث عن المعلومات

0.092**	0.080	1	0.032	0.728**	....	استراتيجيات التقييم النقدي لمصادر المعلومات
0.040	1	0.080	0.660	0.343	0.511**	أعراض التشتت
1	0.040	0.092**	0.206	0.492	....	المشكلات السيكولوجية والفسيولوجية

\*\* : دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01.

يعرض الجدول رقم (8) معامل ارتباط بيرسون بين المتغير المستقل (عدد مصادر المعلومات) والمتغير التابع (أعراض التشتت) وهو 0.511\*\* بقيمة دلالة 0.000 وهي أصغر من 0.01 وقد ميزت بعلامة \*\* للدلالة على أنها دالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.01 كما هو موضح أسفل الجدول ونستنتج من هذه النتيجة وجود علاقة طردية قوية بين (عدد مصادر المعلومات) و (أعراض التشتت) بحيث انه كلما زاد عدد مصادر المعلومات التي يستخدمها الطلاب زاد لديهم مستويات التشتت، مما يؤثر سلباً على التحصيل الدراسي ويزيد من الشعور بالعبء المعلوماتي الزائد، وبناءً على ما تقدم فأنا نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل الذي ينص على وجود علاقة بين المتغيرات.

### نتائج الدراسة:

خلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان أبرزها ما يلي:

1. أن نسبة كبيرة من الطلاب في مرحلة التعليم العالي في مصر يوجد لديهم ضبابية عالية حول مفهوم العبء المعلوماتي الزائد أو التشتت المعلوماتي، وأن هذه النسبة أو أكثر لا يجيدون التعامل مع الكميات الكبيرة من البيانات ولذلك يوجد لديهم خلل واضح في التوازن المعلوماتي.
2. أن من أكثر العوامل المسببة للتشتت المعرفي وضعف التركيز هو شبكة الإنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي حيث إن حوالي 97.5% من طلاب الجامعات المصرية يقضون عليها في المتوسط ما بين 3-6 ساعات بشكل متقطع وهذا يعتبر مؤشر من مؤشرات التشتت.
3. أن أكثر من 87.8% من طلاب الجامعات المصرية لا يكتفون بمصدر واحد للمعلومات حيث إن 38.8% من أفراد العينة يستخدمون مصدران من مصادر المعلومات لدراسة موضوع واحد، بينما 28.5% من إجمالي أفراد

العينة يعتمدون على ثلاثة مصادر، و6.3% يستخدمون أربعة مصادر، في حين 14.1% يعتمدون على أكثر من أربعة مصادر لدراسة موضوع واحد.

4. كما أظهر التحليل الإحصائي كذلك أن أكثر مصادر المعلومات استخداماً لدى طلاب الجامعات المصرية هي المصادر الرقمية النصية، يليها مصادر المعلومات الرقمية المرئية (الفيديو)، ثم مصادر المعلومات التقليدية الورقية، بينما جاءت مصادر المعلومات الرقمية السمعية في المرتبة الأخيرة، ويتضح للباحث من خلال هذه النسب التأثير المباشر والقوي للتقنيات الحديثة ودورها في تقليص الاعتماد على مصادر المعلومات الورقية.
5. كما تبين ضعف الاستراتيجيات التي يعتمد عليها الطلاب في تقليل التشتت واعتمادهم فقط على الاستراتيجيات التقليدية، ولذلك يجب على الطلاب تبني استراتيجيات أكثر فاعلية وحدائة للحد من ظاهرة التشتت والعبء المعلوماتي الزائد.
6. يرى الباحث أيضاً قلة خبرة الطلاب وضعف مهارتهم في البحث عن المعلومات، مما يحتم على الجامعات والمؤسسات التعليمية تبني سياسات التوعية المعلوماتية ولاسيما مهارات البحث واسترجاع المعلومات.
7. أن أغلب الطلاب يعانون من مشكلة العبء المعلوماتي الزائد وتشتت التركيز، كما أن هذه المشكلة ليس سببها فقط كمية المعلومات، بل ودرجة عمق المعلومات وصعوبتها ومدى اللغة المكتوبة بها.
8. توصل الباحث كذلك من خلال تحليل الإجابات أنه لا توجد علاقة للأمراض العضوية أو النفسية بمستويات التركيز لدى الطلاب، وأن أغلبها يرجع إلى أسباب أخرى غير ذلك.
9. كما توصلت الدراسة كذلك انه كلما زاد المستوى الدراسي للطلاب زاد لديهم مهارات واستراتيجيات التركيز والبحث عن المعلومات والتقييم النقدي للمعلومات، مما يؤثر إيجاباً على مستويات التركيز وضعف حدة العبء المعلوماتي الزائد.
10. وفي ذات الوقت بينت النتائج انه كلما زاد عدد مصادر المعلومات التي يستخدمها الطلاب زاد لديهم مستويات التشتت، مما يؤثر سلباً على التحصيل الدراسي ويزيد من الشعور بالعبء المعلوماتي الزائد.

#### توصيات الدراسة:

بناءً على نتائج الدراسة التي تم عرضها، يتقدم الباحث بمجموعة من التوصيات للتعامل مع التحديات والفرص المتعلقة بالعبء المعلوماتي الزائد والتشتت المعلوماتي بين طلاب الجامعات في مصر كما يلي:

#### أولاً: توصيات موجهة للجامعات ومؤسسات التعليم العالي في مصر.

1. يجب على مؤسسات التعليم العالي تنفيذ ورش عمل ودورات تدريبية حول كيفية التعامل مع كميات كبيرة من المعلومات بشكل فعال، وتوعية وتثقيف الطلاب بمفهوم العبء المعلوماتي الزائد وأثره على الأداء الأكاديمي.



2. تشجيع الطلاب على تقليل الوقت الذي يقضونه على الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي خلال فترات الدراسة، مع ضرورة توفير بدائل تعليمية تقليدية وحديثة يمكن أن تغني عن الاستخدام المكثف للإنترنت.
3. ضرورة تعليم الطلاب كيفية اختيار مصادر المعلومات الأكثر ملاءمة وذات الصلة بموضوع دراستهم، وتقديم الدعم المعلوماتي المناسب الذي يسمح لهم استخدام المصادر الرقمية والنصية بطريقة متوازنة ومنسقة.

#### ثانياً: توصيات موجهة لطلاب الجامعات المصرية:

4. يجب على الطلاب اتباع الاستراتيجيات الحديثة للحد من التشتت المعلوماتي، من خلال إدخال تقنيات لإدارة الوقت وتنظيم المهام الدراسية، وتطبيق استراتيجيات محددة مثل تقنيات البومودورو وغيرها لتقليل التشتت وزيادة التركيز.
5. يجب على الطلاب كذلك تحسين مهارات البحث والاسترجاع المعلوماتي لديهم من خلال استشارة المختصين في المكتبات أو مراكز المعلومات المعتمدة التابعة للجامعة المنتمين إليها، بالإضافة إلى تحسين مهارات التقييم النقدي والتحليلي لمصادر المعلومات المختلفة.
6. يجب على الطلاب التدريب على تقييم جودة المعلومات ومدى مصداقيتها بدلاً من التركيز فقط على الكم.

#### ثالثاً: توصيات موجهة لأخصائي المعلومات بالمكتبات الجامعية:

7. يجب على اخصائي المعلومات بالمكتبات الجامعية تطوير تطبيقات أو أدوات لمساعدة الطلاب في تنظيم المعلومات وإدارتها بفعالية، بالإضافة إلى تعليم الطلاب كيفية التمييز بين المعلومات الهامة وغير الهامة وتحديد أولوياتهم الدراسية.
  8. يجب على أخصائي المعلومات بالمكتبات الجامعية تشجيع الطلاب على استخدام المصادر الرقمية والتقليدية بشكل يحقق التوازن في استخدام المصادر المعلوماتية.
  9. يجب على اخصائي المعلومات بالمكتبات الجامعية إجراء دراسات دورية لتقييم تأثير استراتيجيات معينة للبحث والاسترجاع والتقييم النقدي على التحصيل الدراسي والتشتت المعلوماتي.
- يأمل الباحث باتباع هذه التوصيات، من قبل كل من المؤسسات التعليمية واخصائي المعلومات والطلاب في مصر كما يأمل أن تساعد نتائج الدراسة في تحسين إدارة المعلومات وزيادة تركيز الطلاب الأكاديمي، مما يساهم في تحسين أدائهم وتحقيق توازن أفضل في حياتهم الدراسية.

#### قائمة المراجع والمصادر

Akbar, A., Jabbar, A., Saleem, Q. U. I. A., & Ashiq, M. (2024). Access and use of digital information resources by students with vision impairment: Challenges, prospects and expected

- role of libraries. *International Journal of Disability, Development and Education*, 71(2), 189–207.
- Allen, D. (2011a). Information behavior and decision making in time-constrained practice: A dual-processing perspective. *Journal of the American Society for Information Science and Technology*, 62(11), 2165–2181.
- Allen, D. (2011b). Information behavior and decision making in time-constrained practice: A dual-processing perspective. *Journal of the American Society for Information Science and Technology*, 62(11), 2165–2181.
- Aslett, K., Sanderson, Z., Godel, W., Persily, N., Nagler, J., & Tucker, J. A. (2024). Online searches to evaluate misinformation can increase its perceived veracity. *Nature*, 625(7995), 548–556.
- Bawden, D., & Robinson, L. (2009). The dark side of information: overload, anxiety and other paradoxes and pathologies. *Journal of Information Science*, 35(2), 180–191.
- Belabbes, M. A., Ruthven, I., Moshfeghi, Y., & Rasmussen Pennington, D. (2023). Information overload: a concept analysis. *Journal of Documentation*, 79(1), 144–159.
- Bink, A. B. (2020). *The Effect of Information Overload on Knowledge Recall and Related Cognitions for an Educational Program Based on the Mental Health First Aid Model*.
- Boswell, C. (2012). How information scarcity influences the policy agenda: Evidence from UK immigration policy. *Governance*, 25(3), 367–389.
- Bussing, R., & Gary, F. A. (2022). mental Health as the basis of All Health. *A Population Health Approach to Health Disparities for Nurses: Care of Vulnerable Populations*.
- Dai, B., Ali, A., & Wang, H. (2020). Exploring information avoidance intention of social media users: A cognition–affect–conation perspective. *Internet Research*, 30(5), 1455–1478.
- Dean, D., & Webb, C. (2011). Recovering from information overload. *Mckinsey Quarterly*, 1(1), 80–88.
- Division, U. N. S. (2016). *GDP and its breakdown at current prices in US Dollars*. United Nations New York.
- Feroz, H. M. B., Zulfiqar, S., Noor, S., & Huo, C. (2022). Examining multiple engagements and their impact on students' knowledge acquisition: The moderating role of information overload. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 14(1), 366–393.
- Kao, G. Y.-M., & Peng, C.-C. (2015). A multi-source book review system for reducing information overload and accommodating individual styles. *Library Hi Tech*, 33(3), 310–328.
- Koltay, T. (2011). Information overload, information architecture and digital literacy. *Bulletin of the American Society for Information Science and Technology*, 38(1), 33–35.
- Lauri, L., Virkus, S., & Heidmets, M. (2021). Information cultures and strategies for coping with information overload: Case of Estonian higher education institutions. *Journal of Documentation*, 77(2), 518–541.
- Nicholas, J., Daw, N. D., & Shohamy, D. (2022). Uncertainty alters the balance between incremental learning and episodic memory. *Elife*, 11, e81679.

- Plescan, M., & Nestian, A. (2010). *Resource Scarcity in the Context of Access to Information in the Knowledge Economy and its Impact on Technological Progresses*.
- Poirier, L., & Robinson, L. (2014). Informational balance: slow principles in the theory and practice of information behaviour. *Journal of Documentation*, 70(4), 687–707.
- Reitz, J. M. (2017). *ODLIS Online dictionary for library and information science*. [https://odlis.abc-clio.com/odlis\\_i.html](https://odlis.abc-clio.com/odlis_i.html)
- Roser, M., Ritchie, H., & Ortiz-Ospina, E. (2020). *Internet*. Published online at *OurWorldInData.org*.
- Savolainen, R. (2007). Filtering and withdrawing strategies for coping with information overload in everyday contexts. *Journal of Information Science*, 33(5), 611–621.
- Savolainen, R. (2015). Cognitive barriers to information seeking: A conceptual analysis. *Journal of Information Science*, 41(5), 613–623.
- Stephen, E. (2024). *Perceiving Balance: Exploring Work-Life Balance in School Administrators Through Resource Drain Theory*.
- Thullen, E. H. (2023). *From Information Overload to Knowledge Graphs: An Automatic Information Process Model*.
- VandenBos, G. R. (2007). *APA dictionary of psychology*. American Psychological Association.
- White, R. A. (2023a). *A Qualitative Phenomenological Study of History Doctoral Candidates' Experiences with Technology and Information Overload*. Liberty University.
- White, R. A. (2023b). *A Qualitative Phenomenological Study of History Doctoral Candidates' Experiences with Technology and Information Overload*. Liberty University.
- دراوسي، م. (2006). مفهوم التوازن والاستقرار في الفكر الاقتصادي، مع إشارة خاصة للتوازن الاقتصادي العام للجزائر. *مجلة معهد العلوم الاقتصادية، مج 10 (ع. 1)، ص ص. 135-154*.  
<https://doi.org/https://search.emarefa.net/detail/BIM-981271>
- منصور. (2023). تأثير تصفح تطبيق تيك توك على درجة الانتباه والتركيز لدى الشباب السعودي. *المجلة المصرية لبحوث الرأي العام*. 22(1), 345–381.