

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

كلية التربية الاساسية – الجامعة المستنصرية

مستخلص البحث:

اهداف البحث: يستهدف البحث الحالي التعرف على ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة وتحقيق هذا الهدف لايد من تحقيق الاهداف الاتية:

- 1- التعرف على ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة.
 - 2- بناء برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة.
 - ومن الاهداف اعلاه , تم اشتقاق الفرضيات الصفرية الآتية:
 - 1- لا توجد فروق دالة احصائياً في متوسط درجات المجموعة التجريبية لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة بين الاختبارين القبلي والبعدي.
 - 2- لا توجد فروق دالة احصائياً في متوسط درجات المجموعة الضابطة لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة بين الاختبارين القبلي والبعدي.
 - 3- لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على ادمان الانترنت في الاختبار البعدي.
 - 4- لا توجد فروق دالة احصائياً في متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والمرجأ بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج. وقد توصل البحث الحالي الى النتائج الاتية...
- ان طالبات المرحلة المتوسطة لديهم ادمان انترنت عالي المستوى
كما اظهرت نتائج البحث ان البرنامج الارشادي كان فعالاً لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة وفي ضوء نتائج البحث خرج الباحثان بمجموعة من التوصيات والمقترحات.

التعريف بالبحث:

أحدث الإحصائيات تشير إلى أن (93 %) من المراهقين حول العالم يستخدمون الأنترنت ويعد هذا العدد الهائل من المستخدمين الشباب والمراهقين والذي يضم طلاب وطالبات المدارس والجامعات فقد تشير غالبية البحوث أن أكبر نسبة مستخدمي الأنترنت هم أصحاب الدرجة الجامعية الأولى , فضلاً عن المتوسطة والثانوية التي تبلغ نسبتها حوالي (34%) (الأسطيل: 2011: ٣٢) ومن خلال تساؤلات الباحثة حول عينه من المراهقات اللاتي يقضين تلك الساعات يتبين بأن قضائهن لمشاهدة الانترنت دون هدف يذكر سوى التمتع بمشاهدة مايطرحه الانترنت من برامج التواصل الاجتماعي وبعض البرامج المسلية دون ان يكون لهن هدف اصلاً سوى تلك المشاهدات مما اسهم في وجود فجوة اجتماعية بين الافراد وعوائلهم وهذا ماوجدته الباحثة من خلال تواجدها في محيط اجتماعي لا يختلف كثيراً عن المحيط الاجتماعي لتلك الطالبات وكثرة قضاء ساعات طويلة في البيئات الاسرية للمراهقات اذ ان طلاب المدارس والجامعات من أكثر الفئات تعاملًا مع شبكة الأنترنت وبالتالي هم الأكثر تأثيراً وانبهاراً بأفكار محتوى الأنترنت لسهولة توافره في المنزل والمدرسة وانتشار مقاهي الأنترنت في جميع الأحياء الى جانب وجود مواقع ذات جاذبية مثل مواقع التهاور ومواقع المجلات العالمية والأفلام الواردة في كل أنحاء العالم والقضية المهمة للدراسة الحالية هي المشكلات النفسية المرتبطة بإدمان الأنترنت وقد أوضحت الدراسات أن بعض الناس يهملون أعمالهم وأسرهم ومسؤولياتهم الاجتماعية والأكاديمية ويعانون من

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

الانعزالية الاجتماعية ويواجهون مشكلات مالية وأحياناً يسجلون مشكلات جسدية نتيجة للاستخدام المفرط للإنترنت) (بوعاية، ٢٠١٦: ٨).

اهمية البحث:

وتكتسب الدراسة الحالية أهميتها انطلاقاً من الاهتمام والحاجة الملحة لإدخال تكنولوجيا الإنترنت وتوظيفها في جوانب الحياة المختلفة بشكل ايجابي استجابة لأهداف التنمية الاقتصادية والاجتماعية وتجارباً مع متطلبات العصر والمؤسسة العلمية) المدرسة (على وجه الخصوص مما يؤدي بتلك المؤسسات الى وقاية افرادها من الادمان بصورته المبكرة هذا اذا ما علمنا ان انتشار الانترنت بصورة واسعة في الواقع الحالي يؤثر سلباً على البناء الاجتماعي للأفراد وخاصة المراهقين منهم على وجه التحديد والذين هم في مسيرتهم العمرية قد يصيبهم بهذا الادمان بعض التأثيرات على علاقاتهم الاسرية والمؤسسية على وجه الخصوص اذ ان الادمان على الانترنت يسبب بعض الامراض النفسية وقد يؤدي الحال بهم الى امراض العزلة الاجتماعية وهذا ما يجعلنا على دراية واسعة باهمية التوجيه والارشاد التربوي لهؤلاء الافراد وبالنتيجة اعداد مجتمع صحي كما و يكتسب البحث اهميته من الفئة المستهدفة وهن طالبات المرحلة المتوسطة التي تقع بين فترتين رئيسيتين من حياة الفرد وهما فترة الصبا والرشد وخلالهما تتأكد شخصية الفرد وهويته ، وان العلاقة بين تكوين هذه الشخصية والادمان على الانترنت تكون علاقة سلبية حسب وجهة نظر الباحثة اذ ان المؤثرات الاخرى المحيطة بالمجتمع ومؤسساته وما يعيشه ذلك الفرد المراهق في تلك المؤسسات من تناقضات مع دمج هذا الادمان على الانترنت قد يؤدي الى اسباب عكسية تسهم مع غيرها في بناء شخصية ضعيفة هزيلة لا تستطيع ان تواجه مشكلات الحياة المختلفة. (2000:110,d,tori)

ويكتسب البحث الحالي اهميته من جانبين:

اولا / اهميته النظرية:

يتوقع أن تسهم الدراسة الحالية في تقديم إطار نظري يفيد الباحثين والمهتمين حول موضوع الإدمان على الإنترنت بجوانبه المختلفة ونشر الوعي حول معايير الكشف عن إدمان الانترنت

ثانيا / الاهمية التطبيقية:

1-توظيف مقياس ادمان الانترنت للتعرف على ميول الطالبات نحو استخدام الانترنت.

2-بناء برنامج لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

ثالثا : اهداف البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف على اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

ويتطلب ذلك تحقيق ما يأتي:

1-التعرف على ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

2-بناء برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

رابعا : حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطالبات المرحلة المتوسطة في مديرية الكرخ الاولى والثانية والثالثة للعام الدراسي. (2020 - 2019)

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

تحديد المصطلحات:

تعريف ادمان الانترنت: (Internet Addiction) (

يونج (1996)

اضطراب يبعث على الاندفاع (Impulse Control Disorder) في استعمال الانترنت والذي لا يتضمن السكر او فقد الوعي ، و استخدام الانترنت بما يتجاوز (38.5) ساعة أسبوعيا لغير حاجة العمل مع الميل إلى زيادة ساعات الاستخدام لإشباع الرغبات نفسها التي كانت تشبعها ساعات أقل مع المعاناة من أعراض نفسية وجسدية عند انقطاع الاتصال منها التوتر النفسي الحركي والقلق وتركيز التفكير بشكل قهري حول الانترنت) يونغ. (352: 1996,

التعريف النظري:

تبنت الباحثة تعريف "كيمبرلي يونغ" لعام 1996 في تحديد مفهوم ادمان الانترنت.

وتعرفه الباحثة اجرائيا:

هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها طالبات المدرسة المتوسطة على وفق مقياس ادمان الانترنت المستعمل في البحث الحالي.

الفصل الثاني:

اطار نظري ودراسات سابقة

• البرنامج الارشادي

مفهوم البرنامج الإرشادي " هو برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرديا وجماعيا لجميع من تضمهم المؤسسة , بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعلق وتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها ويقوم بتخطيطه وتنفيذه وتقييمه لجنة وفريق عمل من المسؤولين المؤهلين " (زهران، 2005، 499)

وصف البرنامج:

هو برنامج إرشادي أكاديمي يشتمل على بعض الأساليب والفنيات ومنها المحاضرة والمناقشة الجماعية وفنيات معرفية كأسلوب حل المشكلات والواجبات المنزلية بالإضافة إلى فنيات سلوكية منها " النمذجة والاسترخاء، والسيكودراما"

خطوات البرنامج الإرشادي:

-تحديد أهداف البرنامج وتكون الأهداف متفقة مع الفلسفة العامة والخطة العامة للمكان الذي سوف ينفذ فيه وتوفير الأمور اللازمة لتحقيق الأهداف وتختلف الأهداف نسبيا باختلاف المكان الذي يتم فيه البرنامج والاعضاء المشاركين.

-توفير الوسائل والطرق والأماكن لتحقيق الأهداف وتكون في ضوء الحدود المتاحة وما يتوفر من أعضاء فريق الإرشاد وتحديد الوسائل والمعدات مثل الاختبارات والسجلات والمقاييس وكل ما يحتاج استعماله أثناء الجلسات. (زهران، 1980، ص. (443-444)

• الادمان، مفهومه، انواعه، أساليب علاجه.

الادمان والادمان على الانترنت:

هو فقدان السيطرة وعلى الرغم من ان الادمان اصلا يرتبط فقط من اساءة استخدام المواد الا ان هناك اعتراف متنامي بالأدمانات السلوكية مثل القمار المرضي و الافراط في تناول الطعام والأدمانات الجنسية وادمان العمل وادمان التسوق وادمان المخاطرة بالألعاب الرياضية الخطرة مثل التزلج على الجليد في الاماكن الخطرة وغيرها والافراط في

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

مشاهدة التلفزيون والادمان على العاب والفيديو والافراط في استخدام الحواسيب والادمان

على الانترنت. (Widyanto&mcmurran,2004 : 443)

نظرية دي شازر (1985) المفسرة للعلاج المتمركز حول الحل

وهي النظرية المتبناة في اعداد البرنامج الارشادي

العلاج المتمركز حول الحل (Solution focused brief therapy)

وهو من أحدث الأساليب العلاجية المختصرة حيث تتجه مباشرة نحو الهدف الرئيسي الذي

يسعى له العميل هو الوصول إلى التوافق النفسي والاجتماعي مع الذات ومع البيئة المحيطة

(1012007:, Deshazer)

نشأة العلاج المتمركز حول الحل:

ارتبط العلاج المتمركز حول الحل في بداية الثمانينات من القرن العشرين بالعالم الأمريكي Steve

(de Shaze) وزملاءه في معهد العلاج الأسري المختصر "Brief Family Therapy Center"

"بولاية ويسكنسن الأمريكية

المفاهيم الأساسية:-

• يتمحور المفهوم الأول في العلاج المتمركز حول الحل التركيز على ما يمكن تحقيقه وفقاً لمعطيات

شخصية العميل والبيئة المحيطة.

• المفهوم الثاني ويدور حول التأكيد على أن كل مشكلة ولها استثناءات " هي الأوقات التي لا تظهر

فيها المشكلة "يمكن تحويلها والتعامل معها على أنها حلول ممكنة للمشكلة

العلاقة بين الأخصائي الاجتماعي والعميل:

يقوم الأخصائي المستخدم لأسلوب العلاج المتمركز حول الحل بدور فعال ونشط ويبذل

جهداً كبيراً مقارنة بالأساليب العلاجية الأخرى ويتمحور الدور الأكبر للأخصائي حول

مساعدة العميل في تحديد الأهداف العلاجية والمحافظة على تركيزه في إنجاز تلك الأهداف

(1995:274,O'Hanlon & Weiner-Davis)

تكنيكات العلاج:

1-السؤال المعجزة-2 إعادة التشكيل 3- خريطة العقل 4- أسئلة ماذا بعد ؟-5 توجيه النجاح

(2003:37,Pichot&Dolan)

1-منهجية البحث:

أعتمد البحث الحالي على المنهج التجريبي لأنه منهج ملائم لاجراءات البحث والتوصل الى النتائج،

والمقصود بمصطلح تجريبي " تغيير شيء وملاحظة اثر التغيير في شيء آخر "

(أبو حويج، 2000، 59)

2-تصميم التجربة:-

يقوم المنهج التجريبي على استعمال التجربة العلمية في دراسة الظاهرة او الموضوع ، وهذا يعد

طريقة بحثية تمتاز بها البحوث ذات الاجراءات السليمة والنتائج الدقيقة والقيمة العالية .

(الرشدي وسهل ، 94 : 2000)

لذلك تم استعمال تصميم المجموعة العشوائية التام بمجموعتين (تجريبية وضابطة) وباختبارا بعديا ،

اذ يتم تطبيق المتغير المستقل (البرنامج الارشادي) على المجموعة التجريبية في حين تترك

المجموعة الضابطة من دون ارشاد ويمكن التعبير عن ذلك بما يأتي:-

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

الباحثة شهد حسن رحم
ا.م.د. علاء عبد الحسن

شكل (1)

التصميم التجريبي المستعمل للدراسة

ت	المجموعتين	المتغير المستقل	المتغير التابع	قياس المتغير التابع
1	التجريبية	تطبيق البرنامج الارشادي	ادمان الانترنت	قياس ادمان الانترنت
2	الضابطة	بدون تطبيق	ادمان الانترنت	قياس ادمان الانترنت

ويتطلب هذا التصميم الخطوات الآتية:-

- 1- اختيار افراد العينة طالبات الصف الثاني المتوسط
- 2- اختيار افراد المجموعة التجريبية والضابطة (طالبات الصف الثاني المتوسط) عشوائيا واجراء التكافؤ بينهم في عدد من المتغيرات (الدخيلة.
- 3- اجراء التكافؤ في ادمان الانترنت بين المجموعتين التجريبية والضابطة 3 .

-مجتمع البحث:-

يتكون مجتمع البحث الحالي من(طالبات المرحلة المتوسطة (في مدينة بغداد للعام الدراسي- 2019) (2020سواء كن في المدارس المتوسطة ام في المرحلة المتوسطة ضمن المدارس الثانوية الصباحية للبنات في مدينة بغداد كما موضح في الجدول 1

التعليم الثانوي الحكومي (2018-2019)				
المحافظة/بغداد	الاول متوسط	الثاني متوسط	الثالث متوسط	المجموع
رصافة\1	15654	13100	12758	41512
رصافة\2	25576	20603	19414	65593
رصافة\3	12284	9418	8326	30028
كرخ\1	10058	7924	8104	26086
كرخ\2	17288	14852	15806	47946
كرخ\3	11944	10274	9995	32213
المجموع	92804	76171	74403	243378

4-عينة البحث:-

بما ان البحث الحالي يرمي الى معرفة اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، لذا تطلب تحقيق هذا الهدف اختيار عينات مناسبة ،اذ يتم اختيار العينة وفق اسس علمية متعارف عليه (قنديلجي 145: 2014) وقد اختار الباحثان عيناتهما من طالبات الصف الثاني في المرحلة المتوسطة والبالغ عددهن (76171) (طالبة موزعات على المديرية العامة الست للتربية في مدينة بغداد وكما موضح في الجدول. (2)

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

الباحثة شهد حسن رحم
ا.م.د. علاء عبد الحسن

الجدول (2)

حجم مجتمع البحث (طالبات الصف الثاني)
في محافظة بغداد موزعة بحسب المديريات العامة الست للتربية

ت	المديريات	عدد طالبات الصف الثاني المتوسط
1	الرصافة الاولى	13100
2	الرصافة الثانية	20603
3	الرصافة الثالثة	9418
4	الكرخ الاولى	7924
5	الكرخ الثانية	14852
6	الكرخ الثالثة	10274
	المجموع	76171

اختيار عينات البحث

ا- عينة التحليل الاحصائي:

لغرض اجراء عينة التحليل الاحصائي (عينة البناء) لمقياس ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة , تم اختيار هذه العينة بناءً على:
- معيار ايبل : (1972) Ebel الذي يبين ان الزيادة في حجم العينة هو الافضل في عملية الاختيار , على اعتبار انه كلما كبر حجم العينة قل وجود الخطأ المعياري. (290 : 1972, Ebel) ,
- يفضل ان يكون الحجم الملائم لعينة التحليل الاحصائي لا يقل عن (400) فرد من افراد المجتمع الاصلي , وهذا ما اشار اليه هنرسون وانستازي. (132 : 1971, Henrysoon)
وفي ضوء ذلك بلغت عينة التحليل الاحصائي (400) طالبة من طالبات المرحلة المتوسطة تم اختيارهن من (8) مدارس بالطريقة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المتساوي من الصف الاول والثاني والثالث , بواقع (50) طالبة من كل مدرسة من المدارس المتوسطة من مديرية الكرخ الثالثة في محافظة بغداد والجدول (3) يبين ذلك:

جدول (3)

توزيع افراد عينة التحليل الاحصائي حسب المدرسة

ت	اسم المدرسة	عدد الطالبات
1	متوسطة البتول للبنات	50
2	متوسطة الاخلاص للبنات	50
3	متوسطة السيدة حكيمة ع (للبنات)	50
4	متوسطة القبس للبنات	50
5	ثانوية فاطمة الزهراء ع (للبنات)	50
6	متوسطة الايمان للبنات	50
7	متوسطة العابد للبنات	50
8	متوسطة القنيطرة للبنات	50
	المجموع	400

ولغرض التعرف على الطالبات اللاتي لديهن ادمان انترنت , تم اختيار طالبات الصف الثاني من متوسطة (القنيطرة للبنات) البالغ عددهن (100) طالبة , تم اختيارهم بطريقة عشوائية , كون طالبات الصف الثاني في مرحلة مناسبة للتجربة لان طالبات الصف الثالث لديهن امتحان وزاري

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

وامتنعت المدارس من اجراء التجربة عليهن اما طالبات الصف الاول فلا زلن في بداية الانتقال من المدرسة الابتدائية لذا وقع الاختيار على طالبات الصف الثاني كونهن الانسب لتطبيق البرنامج.

• عينة التشخيص التطبيقية:

ان اختيار متوسطة القنيطرة للبنات التابعة للمديرية العامة لتربية الكرخ الثالثة , بصورة قصدية كان للأسباب التالية:

- قرب المدرسة من سكن الباحثة
- وجود تعاون ادارة المدرسة والمرشدة التربوية مع الباحثة.
- توفر مكان مناسب (قاعة) لتطبيق البرنامج الإرشادي.

ج- عينة التجربة:

بعد توزيع مقياس ادمان الانترنت على طالبات عينة التشخيص (التطبيقية) من الصف الثاني المتوسط البالغ عددهن (100) طالبة , اختارت الباحثة الطالبات اللواتي حصلن على الدرجة الكلية العالية في المقياس لتكون العينة التجريبية , اما الطالبات اللواتي حصلن على درجات منخفضة فتم وضعهن في المجموعة الضابطة.

اذ بلغ عددهن (40) طالبة تم توزيعهم الى مجموعتين بواقع (20) طالبة من المجموعة التجريبية , و (20) طالبة من المجموعة الضابطة والجدول (4) يبين ذلك

جدول(4)

توزيع الطالبات وفق المجموعتين التجريبية والضابطة

ت	نوع المجموعة	عدد الطالبات
1	المجموعة التجريبية	20
2	المجموعة الضابطة	20
المجموع		40

د - تكافؤ المجموعات التجريبية والضابطة:

ان اجراء عملية التكافؤ بين افراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) مهمة جدا, لما لها علاقة بمتغيرات البحث التجريبي (الشربيني. (44: 1995,

وبعد اطلاع الباحثة على الادبيات والدراسات السابقة , وجدت ان المتغيرات ادناه من اهم المتغيرات الديموغرافية التي يمكن ان يصار اليها عند اجراء عملية التكافؤ

1. ادمان الانترنت . 2. العمر بالاشهر . 3. مستوى تحصيل الاب الدراسي

4. مستوى تحصيل الام. 5. مهنة الاب. 6. مهنة الام

وقد قامت الباحثة بالإجراءات الآتية:

اولا : ادمان الانترنت

لتحقيق التكافؤ في متغير ادمان الانترنت قامت الباحثة بتطبيق مقياس ادمان الانترنت (الاختبار القبلي (، على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، وعند استعمال اختبار) مان وتني (للعينات متوسطة الحجم لمعرفة دلالة الفرق بين درجات المجموعتين على هذا المتغير على وفق استمارة اعدت لهذا الغرض اذ بلغ متوسط الرتب للمجموعة التجريبية (20,33) في حين بلغ متوسط المجموعة الضابطة (20,67)، تبين أن قيمة (مان وتني (المحسوبة هي (196,50) درجة، وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (127) درجة عند مستوى دلالة (0.05) ، وبذلك لم تظهر فروق دالة احصائياً بين درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على هذا المتغير، مما يدل على ان المجموعتين متكافئتين احصائياً في متوسط درجات متغير ادمان الانترنت (الاختبار القبلي (والجدول (5) يوضح ذلك.

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

الباحثة شهد حسن رحم
ا.م.د. علاء عبد الحسن

جدول (5)

القيم الإحصائية لاختبار) مان وتني (لمتغير درجات ادمان الانترنت للمجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان وتني	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
					المحسوبة	الجدولية	غير دال
1	التجريبية	20	406,50	20,33	196,50	127	0.05
2	الضابطة	20	413,50	20,67			

هـ - اداتا البحث:

لغرض تحقيق اهداف البحث , تطلب توافر اداتان : الاولى) بناء مقياس ادمان الانترنت لطالبات المرحلة المتوسطة (والثانية) بناء برنامج ارشادي مستند الى العلاج المتمركز حول73 الحل لخفض ادمان الانترنت لطالبات المرحلة المتوسطة , (وفيما يلي توضيح الاجراءات التي قامت بها الباحثة: أ – مقياس ادمان الانترنت : بالنظر لعدم توفر اداة لقياس ادمان الانترنت تتسجم وطبيعة عينة البحث على حد علم الباحثة تطلب ذلك بناء اداة لقياس ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة و إن عملية بناء أي مقياس تمر بخطوات أساسية منها(Allen & yen , 1979 , pp . 118 – 119) : ولقد اتبعت الباحثة هذه الخطوات في عملية بناء المقياس فضلاً عن استخراج خاصيتي الصدق والثبات وكما يأتي:

1- التخطيط للمقياس وذلك بتحديد المجالات التي تغطيها فقراته:

حددت مجالات المقياس في ضوء نظرية يونغ ومن خلال التعريف النظري الذي وضعته (كيمبرلي يونغ) والذي حددت فيه ستة معايير يمكن من خلالها اصدار حكم على مدمن الانترنت وان يونغ هي اول عالمة نفسية تناولت موضوع ادمان الانترنت ، وعليه فإن المقياس قد حدد بالمعايير الستة الآتية
اولا : التحمل ثانيا : تغيير المزاج ثالثا : السيطرة رابعا : الانتكاس خامسا : الصراع سادسا : الاعراض الانسحابية

2- صياغة الفقرات:

بعد أن تم تحديد تعريف كل معيار ، اشتقت فقرات تغطي كل مكون من هذه المكونات التي تم جمعها من خلال ما عرضته الدراسات والأدبيات السابقة اذ بلغ عددها (38) فقرة موزعة على ستة معايير كما موضح في ملحق (2) وجرى وضعها في استمارة مبوبة بحسب تلك المعايير لغرض عرضها على المحكمين وبعد إعداد الفقرات تم اعتماد طريقة ليكرت في تصميم المقياس ، وذلك بوضع مقياس ثلاثي متدرج أمام كل فقرة ، يبدأ من (تنطبق علي دائما) (تنطبق علي نادرا) (لا تنطبق علي ابدا .) وأعطيت درجات متدرجة تبدأ بـ (3) للبدل) تنطبق علي دائما (و (2) للبدل) تنطبق علي نادرا (والدرجة (1) للبدل) لا تنطبق علي أبداً (اذ ان البدائل المناسبة لمرحلة المتوسطة يفضل ان تكون ثلاثة) الدليمي ، (67: 1997

صلاحية الفقرات:

يشير "ايبل" الى ان احدى وسائل التأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء والمختصين بتقرير صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من اجلها(Eble,1972 : 555) ولغرض التعرف على مدى صلاحية الفقرات عرضت بصورتها الأولية بعد أن تصدرتها صفحة التعليمات الخاصة بالإجابة عليها ملحق (2) عرضت على مجموعة من المحكمين المختصين في الارشاد النفسي وعلم النفس والقياس النفسي ملحق (4) ، وفي ضوء اراء المحكمين استبقت الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق (80 %) فأكثر لتحديد صلاحية الفقرة ، مع إجراء بعض التعديلات على الفقرات وقد استبقيت جميع الفقرات.

إعداد تعليمات المقياس:

تعد تعليمات المقياس الدليل الذي يسترشد به المستجيب في إجابته على فقرات المقياس ، لذا فقد روعي أن تكون تعليمات المقياس بسيطة ومفهومة عند إعدادها ، وتم التأكيد على ضرورة اختيار المستجيب للبدل المناسب الذي يمثل انطباق الفقرة عليه فعلاً . وذكرت الباحثة في التعليمات أن الفقرات عُدت لأغراض علمية بحتة ، وأنه ليس هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة . كما أن الإجابة سوف لن يطلع عليها أحد سوى الباحثة ، وستكون ذات فائدة في خدمة البحث العلمي ، مع تقديم مثال يوضح كيفية الإجابة.

الملحق (3)

الدراسة الاستطلاعية:

تقضي عملية بناء المقياس النفسي ضرورة التعرف على مدى وضوح التعليمات ووضوح فقرات المقياس من حيث المعنى والصياغة ، لذا قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من الطالبات تم اختيارهن عشوائياً من طالبات الصف الثاني من متوسطة) فاطمة الزهراء عليها السلام (بلغ عددهن (30) طالبة وتبين من خلال هذا التطبيق أن تعليمات المقياس وفقراته كانت واضحة ، وكان الوقت المستغرق في الإجابة بمتوسط مقداره (15) دقيقة

تحليل الفقرات:

إن الهدف من تحليل الفقرات هو الإبقاء على الفقرات الجيدة في المقياس (Ebel , 1977 , p . 392) ويعد أسلوب المجموعتين المتطرفتين ، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، إجرائين مناسبين في عملية تحليل الفقرة لضمان الإبقاء على الفقرات الجيدة واستبعاد الفقرات الضعيفة ، باستعمال معادلة معامل التمييز لكل فقرة نحصل على القيمة التي تمثل معامل التمييز ، فتكون مقبولة وفقاً لمعيار ايبل الذي يشير الى قبول الفقرة التي تزيد قوتها عن (Ebel , 1972: 45) 0,19 .

اسلوب المجموعتان المتطرفتان Contrasted Group :

لغرض إجراء التحليل في ضوء هذا الأسلوب تم إدخال البيانات الخاصة بعينة البحث وعددها (400) استمارة ، بموجب برنامج (الحقيبة الإحصائية) (Spss) (جرى ترتيب درجات أفراد العينة تنازلياً ، وتم تحديد نسبة (27 %) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا للمقياس و (27 %) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا ، لتحديد مجموعتين بأكبر حجم وأقصى تمايز) (anastasi,1974:20) ولقد أفادت نتائج المعالجة الإحصائية أن جميع فقرات مقياس ادمان الانترنت كانت مميزة ، عند مستوى دلالة قدره (0 . 05) والجدول (11) يوضح ذلك

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

الباحثة شهد حسن رحم
ا.م.د. علاء عبد الحسن

الجدول(11)

معاملات تمييز فقرات مقياس ادمان الانترنت بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة الثانية المحسوبة(*)
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
1	78 . 2	07 . 1	7 . 1	1.3	17 . 9
2	97 . 2	12 . 1	66 . 1	1.35	46 . 9
3	72 . 2	109 . 1	5 . 1	1.29	81 . 8
4	72 . 2	32 . 1	16 . 1	1.21	13 . 10
5	57 . 2	36 . 1	2 . 1	1.3	07 . 10
6	77 . 2	15 . 1	5 . 1	1.4	43 . 9
7	95 . 1	40 . 1	8 . 0	1.1	85 . 6
8	07 . 3	53 . 1	7 . 1	1.8	44 . 7
9	89 . 1	46 . 1	71 . 0	1.31	78 . 6
10	78 . 1	38 . 1	6 . 0	1.11	98 . 6
11	06 . 3	54 . 1	6 . 1	1.8	05 . 8
12	49 . 1	40 . 1	64 . 0	1.05	5.43
13	85 . 2	32 . 1	5 . 1	4 . 1	46 . 9
14	57 . 2	45 . 1	11 . 1	3 . 1	22 . 10
15	92 . 2	33 . 1	34 . 1	47 . 1	24 . 9
16	81 . 2	33 . 1	97 . 0	35 . 1	68 . 10
17	28 . 2	45 . 1	02 . 1	29 . 1	60 . 7
18	58 . 2	37 . 1	28 . 1	42 . 1	69 . 9
19	03 . 3	21 . 1	73 . 1	58 . 1	04 . 8
20	07 . 3	36 . 1	15 . 1	57 . 1	78 . 12
21	17 . 2	66 . 1	483 . 0	12 . 1	14 . 9
22	36 . 2	62 . 1	46 . 0	1 . 1	07 . 10
23	13 . 2	51 . 1	13 . 1	31 . 1	32 . 6
24	33 . 2	72 . 1	93 . 0	38 . 1	16 . 7
25	86 . 1	59 . 1	53 . 0	14 . 1	63 . 9
26	95 . 1	60 . 1	84 . 0	31 . 1	29 . 7
27	03 . 2	55 . 1	89 . 0	33 . 1	03 . 8
28	29 . 2	57 . 1	65 . 0	76 . 1	96 . 9
29	47 . 2	54 . 1	07 . 1	37 . 1	91 . 8
30	47 . 1	45 . 1	62 . 0	12 . 1	41 . 6
31	73 . 1	57 . 1	79 . 0	3 . 1	79 . 3
32	24 . 1	4 . 1	64 . 0	15 . 1	21 . 5
33	87 . 1	69 . 1	54 . 0	03 . 1	65 . 9
34	17 . 1	4 . 1	55 . 0	02 . 1	80 . 4
35	89 . 2	38 . 1	77 . 1	64 . 1	94 . 3
36	3	28 . 1	46 . 1	52 . 1	6 . 9
37	9 . 2	6 . 1	75 . 1	8 . 1	2 . 5
38	16 . 3	24 . 1	43 . 1	58 . 1	7 . 3

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

الباحثة شهد حسن رحم
ا.م.د. علاء عبد الحسن

مستوى الدلالة عند (05.0) ودرجة حرية (398) تساوي (1. 960) علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

لغرض ايجاد علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس استعملت الباحثة البرنامج الإحصائي ومن خلال استعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية له . وأظهرت المعالجة الإحصائية أن معاملات الارتباط جميعها كانت دالة معنوياً عند مستوى دلالة (05 . 0) عند اختبارها بمعامل ارتباط بيرسون الجدول (12)

الجدول (12)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس ادمان الانترنت

معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
436 . 0	20	392 . 0	1
404 . 0	21	420 . 0	2
435 . 0	22	403 . 0	3
281 . 0	23	459 . 0	4
347 . 0	24	434 . 0	5
365 . 0	25	402 . 0	6
311 . 0	26	326 . 0	7
314 . 0	27	334 . 0	8
444 . 0	28	370 . 0	9
380 . 0	29	372 . 0	10
233 . 0	30	344 . 0	11
220 . 0	31	312 . 0	12
165 . 0	32	398 . 0	13
373 . 0	33	379 . 0	14
177 . 0	34	432 . 0	15
268 . 0	35	489 . 0	16
403 . 0	36	356 . 0	17
287 . 0	37	399 . 0	18
403 . 0	38	373 . 0	19

علاقة الفقرة بدرجة المجال:

بغية اتمام هذا الاجراء قامت الباحثة باستخراج علاقة درجة فقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه ، والجدول ادناه (13-18) توضح ذلك.

الجدول (13) علاقة درجات فقرات المجال الأول بالدرجة الكلية للمجال

معامل الصدق	ت الفقرة
0.360	1
0.473	2
0.306	3
0.369	4
0.405	5
0.177	6
0.326	7

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة
الباحثة شهد حسن رحم **ا.م.د. علاء عبد الحسن**

جدول (14) علاقة درجات فقرات المجال الثاني بالدرجة الكلية للمجال

معامل الصدق	ت الفقره
0.350	1
0.215	2
0.465	3
0.406	4
0.581	5

جدول (15) علاقة درجات فقرات المجال الثالث بالدرجة الكلية للمجال

معامل الصدق	ت الفقره
0.366	1
0.760	2
0.637	3
0.509	4
0.467	5
0.374	6
0.269	7

جدول (16) علاقة درجات فقرات المجال الرابع بالدرجة الكلية للمجال

معامل الصدق	ت الفقره
0.213	1
0.542	2
0.412	3
0.213	4
0.542	5
0.412	6

جدول (17) علاقة درجات فقرات المجال الخامس بالدرجة الكلية للمجال

معامل الصدق	ت الفقره
0.505	1
0.480	2
0.565	3
0.383	4
0.346	5
0.505	6

جدول (18) علاقة درجات فقرات المجال السادس بالدرجة الكلية للمجال

معامل الصدق	ت الفقره
0.350	1
0.215	2
0.465	3
0.406	4
0.581	5
0.268	6
0.488	7

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

دالة عند مستوى دلالة (0.05)

الخصائص السيكومترية لمقياس ادمان الانترنت:

أ- صدق المقياس:

يعدّ الصدق من أهم الخواص التي ينبغي الاهتمام بها في بناء الاختبارات، فالاختبار الصادق، هو ذلك الاختبار القادر على قياس السمة أو الظاهرة التي وضع من أجلها) السيد، 1979:549 وقد تحقق الباحثان هذا النوع من الصدق من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في التربية وعلم النفس اذ عرض المقياس بصورته الاولى على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (10) محكمين وقد ابدى المحكمين موافقتهم على جميع فقرات المقياس ما بعد حصولها على نسبة موافقة % 80 (اذ يشير) الكبيسي ، (2010 الى انه يمكن الاعتماد على الفقرة وصلاحياتها من خلال حصولها على نسبة موافقة) 80% الكبيسي ، (213 : 2010 كم تم تعديل بعض الفقرات من حيث الصياغة اللغوية وبذلك اصبح المقياس مكون من 38 فقرة ملحق.(3)

ب- الثبات:

تم استخراج ثبات مقياس ادمان الانترنت بطريقتين هما:-

ا - طريقة إعادة الاختبار

الثبات على وفق هذه الطريقة هو مقدار الارتباط بين الدرجات التي يحصل عليها المستجيب عند تطبيق الاختبار في المرة الأولى وإعادة تطبيقه في المرة الثانية ويسمى معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة بمعامل الاستقرار عبر الزمن كما يسمى بثبات الاستجابة وقد حسب الثبات بتطبيق مقياس ادمان الانترنت على عينة قوامها (100) طالبة ثم أعيد التطبيق مرة أخرى على نفس الأفراد بعد مرور أكثر من أسبوعين وقد أشار (الظاهر وآخرون، (1999 إلى ان المدة بين الاختبارين يجب أن لا تكون طويلة بحيث يتعلم الطالب أشياء جديدة وينسى أشياء تعلمها ولا تكون قصيرة فيذكر إجابات الاختبار الأول ولهذا يجب أن تتراوح المدة ما بين الاختبار الأول والثاني (10-20) يوما (الظاهر وآخرون، (142 : 1999 وكانت قيمة معامل الارتباط) مقياس ادمان الانترنت (بين التطبيقين الأول والثاني تساوي (0.89) وهو معامل ثبات عال ويشير إلى إمكانية الاطمئنان إلى استخدام المقياس في قياس ادمان الانترنت على أفراد عينة البحث الأساسية.

ب- الثبات بطريقة الاتساق الداخلي (الفا كرونباخ)

الاتساق الداخلي يعني الثبات في الاداء على جميع فقرات المقياس ، فاذا كان معامل الارتباط بين الفقرات موجبا وقويا يمكن اعتباره متجانسا بغض النظر عن محتوى فقراته وشكلها (دوران ، 1985، (161 : وقد قام الباحثان بحساب درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس ولكل مستجيبة من خلال استخدام معادلة الفا كرونباخ (cronbach - Alpha) لاستخراج ثبات المقياس وقد بلغ معامل الاتساق الداخلي (0.87) وهي درجة مقبولة من الثبات يمكن الاطمئنان لها ، وتعكس مدى اتساق فقرات المقياس داخليا بحسب الاطر النظرية المستعملة في القياس النفسي.

الصيغة النهائية لمقياس ادمان الانترنت:

بعد استكمال اجراءات اعداد مقياس ادمان الانترنت واستخراج الخصائص السيكومترية له من صدق وثبات وموضوعية اصبح مؤلفا من (38) فقرة بصيغته النهائية وبذلك تكون اعلى درجة للمقياس (114) اما ادنى درجة له هي (38) وبمتوسط نظري مقداره (78) درجة وكان الوقت المستغرق للجابة عن المقياس هو (15) دقيقة وبذلك اصبح المقياس جاهزا للتطبيق لقياس ماعد لاجله.

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

عرض النتائج ومناقشتها

سوف يتم عرض جانبين للبرنامج الارشادي وهما الجانب النظري والجانب الميداني التطبيقي الجانب النظري

أولا : البرنامج الارشادي :

وهو مجموعة من الخطوات المتسلسلة والمنظمة ويتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات تقوم على أسس علمية التي هدفها تقديم الخدمات لمساعدة الأفراد عبد الخالق. (87: 2002).

والبرنامج مصمم من اثني عشر جلسة إرشادية وقامت الباحثة بتنفيذها مع عينة الدراسة حيث قامت الباحثة بعرضه على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الارشاد النفسي وقد أخذت الباحثة تعديلات المحكمين بعين الاعتبار وقامت بإجراء التعديلات الضرورية على البرنامج إلى أن تم الانتهاء من إعداد البرنامج في صورته النهائية حيث تم تنفيذه فيما بعد على مدار فصل دراسي كامل وبواقع جلستين كل أسبوع وتتراوح مدة كل جلسة ما بين (40-45) دقيقة اعداد وتخطيط وتصميم البرنامج الارشادي: أعتمدت الباحثة في تصميمها للبرنامج الارشادي على نظرية) دي شازر (حيث اشتمل البرنامج على العديد من الاجراءات التي تهدف الى تحقيق الهدف العام للدراسة وهو خفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة. -الاطلاع على الدراسات السابقة العربية والاجنبية المرتبطة بمفهوم ادمان الانترنت ونظرية دي شازر.

-تحديد الهدف العام للبرنامج وهو خفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

وتتلخص خطوات البرنامج في الآتي

تقرير وتحديد احتياجات الأفراد:

قامت الباحثة بعدد من الاجراءات لتحديد الاهداف والاحتياجات الاساسية لمواجهة المشاكل والسلبيات التي ينتج عنها ادمان الانترنت , وتبعا لنتائج مقياس الادمان على عينة التطبيق التي مر ذكرها في الفصل الثالث , تم تحديد مشكلة البحث فهي ادمان اذ ظهر من خلال تطبيق المقياس ان الطالبات لديهن ادمان الانترنت.

2_كتابة اعداد اهداف البرنامج وغاياته

وكانت اهداف البحث الحالي تشمل الهدف العام للبحث والاهداف السلوكية

الهدف العام :يهدف البرنامج الارشادي إلى خفض الادمان على موقع الانترنت لدى عينة من الطالبات المرحلة المتوسطة.

أهداف الخاص : يشمل تزويد المراهقات بمعلومات صحيحة عن مواقع التواصل الاجتماعية ، وتعريفهن بالاثار الايجابية والسلبية لموقع التواصل الاجتماعي

-الاهداف السلوكية : من خلال الهدف العام للبحث أشتقت الأهداف السلوكية الخاصة لكل جلسة إرشادية تتناسق مع عنوان الجلسة بحيث تؤدي الى تحقيق الهدف العام للبرنامج الارشادي. قشقوش.(24: 2008) ,

3_تقويم وتقدير مدى كفاءة البرنامج

ويتضمن تقويم البرنامج الارشادي ثلاثة أنواع:-

التقويم التمهيدي :ويتمثل هذا التقويم بتطبيق الاختبار القبلي ثم تحديد الحاجات وعرضها على الخبراء , لأجل معرفة صلاحيتها من خلال عناوين الجلسات والنشاطات والفعاليات التي تتضمنها وكذلك اجراء عملية التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية.

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

التقويم البنائي : يتم من خلال اجراء عملية التقويم نهاية كل جلسة , عن طريق توجيه أسئلة للمسترشدان لتحديد مدى الاستفادة من الجلسة الارشادية والاستماع للملاحظات التي تسهم في إغناء الجلسات الارشادية

التقويم النهائي : ويقوم به الباحث بعد مباشرته بتنفيذ البرنامج الارشادي بأجراء الاختبار البعدي الذي يطبق على المجموعتين الضابطة والتجريبية (زهران. 1980: 439),
صدق البرنامج:

عرض البرنامج الارشادي قبل التطبيق على مجموعة من المحكمين المختصين في الارشاد النفسي البالغ عددهم (10) محكمين كما يوضح في الملحق رقم (4) لأبداء آرائهم حول مدى صلاحية مواضيع الجلسات ومدى ملاءمتها لل فقرات صلاحية الانشطة المقدمة لتحقيق اهداف الجلسة ومدى ملاءمة عنوان الجلسة للنشاط وقد اجريت التعديلات اللازمة وفق آراء الخبراء.

تطبيق البرنامج:

بعد أن تم اختيار عينة البحث وتحديد التصميم التجريبي واعداد أدواته قامت الباحثة بالخطوات الاتية اختيار (40) طالبة من طالبات الصف الثاني متوسط عينة البحث وتوزيعهم عشوائيا بالتساوي الى مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية بواقع كل (20) طالبة في مجموعة.

تحديد عدد الجلسات ومواعيدها مع المجموعة التجريبية ب (12) جلسة بواقع جلستين في الاسبوع. تحديد مكان الجلسات في قاعة محددة من قبل الادارة بواقع جلستين في الاسبوع في متوسطة القنيطرة للبنات.

تطبيق مقياس ادمان الانترنت على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة كأختبار قبلي تحديد يوم 7/11/ 2019 موعداً للجلسة الاولى

بعد انتهاء البرنامج تم تحديد موعد لتطبيق الاختبار البعدي لمقياس ادمان الانترنت تحديد موعد لتطبيق الاختبار المرجأ لمقياس ادمان الانترنت بعد شهر من انتهاء تطبيق البرنامج . وضعت المرشدة هدفا عاما لجميع الجلسات الارشادية يتضمن خفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

ثانيا : عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها في البحث الحالي تبعاً لأهدافه بعد تحليل البيانات واستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة لكل هدف وعلى النحو الآتي:
اذ يهدف البحث الحالي الى معرفة اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل في خفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة وتطلب ذلك معرفة ما يأتي:

اولا : التعرف على ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

لتحقيق هذا الهدف تم حساب الوسط الحسابي، حيث بلغ (76.35) وبانحراف معياري مقداره (8.34) ولمعرفة دلالة الفرق بين الوسط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي لمقياس ادمان الانترنت استخدم الاختبار التائي لعينة واحدة، وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (15.68) وهي أكبر من القيمة الجدولية (2.00) عند مستوى (0.05) بدرجة حرية (38) والجدول (21) يوضح ذلك:

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

الباحثة شهد حسن رحم
ا.م.د. علاء عبد الحسن

الجدول (21)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة في معرفة ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدالة الاحصائية
40	16.35	8.34	76	15.68	2.00	دالة إحصائية

نلاحظ من الجدول اعلاه ان عينة البحث لديها مستوى مرتفع من ادمان الانترنت ويمكن تفسير ذلك ان لمواقع التواصل الاجتماعي دورا كبيرا على ظهور هذا المستوى وانشغال الطالبات فيها وقضاء اغلب اوقاتهن في متابعة تلك المواقع وينسجم ذلك مع طبيعة التوجهات الاجتماعية الحديثة وتوفر اجهزة المحمول لدى الكثير من الطالبات وذلك بسبب اتاحتها وانتشارها السريع في الاسواق وتوفر شبكات +الانترنت في اغلب المنازل تقريبا.

وبعد التعرف على نتيجة الهدف الاول اشتقت الفرضيات الصفرية الاتية:

الفرضية الاولى : لا توجد فروق دالة احصائية في متوسط درجات المجموعة التجريبية في خفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة بين الاختبارين القبلي والبعدي.

للتحقق من صحة هذه الفرضية , استعملت الباحثة اختبار ويلكوكسن للعينات المترابطة , والجدول (22) يوضح نتائج ذلك:

جدول (22)

يوضح دلالة الفروق بين متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس ادمان الانترنت

المجموعة	نوع الاختبار	اتجاه الرتب	عدد الحالات	مجموع الرتب	قيمة ويلكوكسن	مستوى الدالة
					المحسوبة	الجدولية
التجريبية	قبلي	السالبة	20	130	0	25
	بعدي	الموجبة	0	0		

يتضح من الجدول (22) ان قيمة ويلكوكسن الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) تساوي (25) وقيمة ويلكوكسن المحسوبة البالغة (0) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (25) وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس ادمان الانترنت في الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق لصالح الاختبار البعدي.

الفرضية الثانية : لا توجد فروق دالة احصائية في متوسط درجات المجموعة الضابطة في خفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة بين الاختبارين القبلي والبعدي.

لغرض التحقق من صحة هذه الفرضية , استعملت الباحثة اختبار ويلكوكسن للعينات المترابطة , الجدول (23) يوضح نتائج ذلك:

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

الباحثة شهد حسن رحم
ا.م.د. علاء عبد الحسن

جدول (23)

يوضح دلالة الفروق بين متوسط درجات طلاب المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة

المجموعة	نوع الاختبار	اتجاه الرتب	عدد الحالات	مجموع الرتب	قيمة ويلكوكسن		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الضابطة	قبلي بعدي	السالبة	11	73	53	25	غير دال
		الموجبة	9	53			

ان قيمة ويلكوكسن الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) تساوي (25) لذا يتضح من الجدول (23) قيمة ويلكوكسن المحسوبة البالغة (53) اكبر من القيمة الجدولية البالغة (27) وبذلك نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الطالبات في المجموعة الضابطة على مقياس ادمان الانترنت في الاختبارين القبلي والبعدي الفرضية الثالثة: لا توجد فروق دالة احصائية في متوسط درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة في الاختبار البعدي. للتحقق من صحة الفرضية، استعمل الباحث اختبار مان – وتني للعينات المستقلة حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول: (24)

جدول (24)

يوضح دلالة الفروق بين متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس ادمان الانترنت لدى الطالبات في الاختبار البعدي

المتغير	المجموعة	العدد	مجموع الرتب	قيمة مان - وتني		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
ادمان الانترنت	التجريبية	20	140	0	72	دال احصائيا
	الضابطة	20	334			

قيمة مان – وتني الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) تساوي (72) نلاحظ في الجدول (24) ان قيمة مان – وتني المحسوبة البالغة (0) اقل من القيمة الجدولية البالغة (72) وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ومتوسط درجات المجموعة الضابطة على مقياس ادمان الانترنت في الاختبار البعدي وان وهذا الفرق هو لصالح المجموعة التجريبية. الفرضية الرابعة: لا توجد فروق دالة احصائية في متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والمرجأ بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج. للتعرف على فاعلية البرنامج في خفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة، استعملت الباحثة معادلة ماك جوجيان للفاعلية، اذ كانت النتائج كما هو موضح في الجدول

جدول (25)

المتوسطات الحسابية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والمرجأ وقيمة فاعلية البرنامج

المجموعة	الاختبار	المتوسط الحسابي	الدرجة الكلية على المقياس	قيمة فاعلية البرنامج
التجريبية	القبلي	23,667	114	0,74
	المرجأ	14,200		

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى

طالبات المرحلة المتوسطة

ا.م.د. علاء عبد الحسن

الباحثة شهد حسن رحم

يتضح من الجدول (25) ان قيمة فعالية البرنامج البالغة (0,83) هي اعلى من المستوى الذي حدده ماك جوجيان للفاعلية وهو ان يزيد عن (0,60) للتحقق من فاعلية (Roebuck, 1973: 472-473) وبذلك نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والمرجأ بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج , وهذا يعني ان البرنامج الارشادي المتمركز حول الحل الذي اعدته الباحثة لخفض ادمان الانترنت كان فعالاً وقد اسهم بالفعل في خفض الادمان لديهن.

تفسير النتائج ومناقشتها:

من خلال النتائج التي توصلت اليها الفرضيات تبين ان الطالبات اللاتي تعرضن للبرنامج الارشادي المتمركز حول الحل قد اسهم بخفض ادمان الانترنت لديهن و بشكل ملحوظ مقارنة بالطالبات اللاتي لم يتم تعريضهن للبرنامج الارشادي المتمركز حول الحل وفقاً للتحليل الاحصائي الذي أعربت عنه الوسائل المستعملة، وتعزوا الباحثة سبب ذلك لما يأتي:

1- ان موضوعات البرنامج الارشادي النفسي المتمثلة في العلاج المتمركز حول الحل كانت فعالة وهذا ما اشار اليه شيزر في نظريته

2- ان البرنامج الارشادي المتمركز حول الحل قد ساهم في تعديل الانماط السلوكية غير الطبيعية والتي تتمثل في خفض ادمان الانترنت لدى الطالبات واشغالهن باعمال اخرى تساهم في بناء الجانب النفسي والاجتماعي لديهن دون قضاء جل الوقت في متابعة مواقع التواصل على شبكة الانترنت.

مناقشة النتائج مع الدراسات السابقة

قد اتفقت هذه الدراسة مع دراسة عبد المهدي 2005 ومع دراسة العميري 2008 وافقت ايضا مع دراسة الحمصي 2002 وايضا مع دراسة الحسين 2014 وايضا مع دراسة كاربنسكي 2010 واتفقت مع دراسة ميخائيل لكنها اختلفت مع دراسة الزبيدي. 2014

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث تستنتج الباحثة ما يلي:

1- يعد البرنامج الارشادي المتمركز حول الحل المعد في البحث الحالي، قد اسهم في خفض مستوى ادمان الانترنت لدى افراد المجموعة التجريبية.

2- وجدت الباحثة اهمية الاسلوب الجمعي في الارشاد العلاجي لمساعدة الافراد في تعديل سلوكهم باستعمال استراتيجيات العلاج المتمركز حول الحل ل شارزر.

التوصيات

في ضوء النتائج التي توصل اليها البحث الحالي توصي الباحثة بما يأتي:

1-إطلاع المرشدين والمرشدين في وزارة التربية على البرنامج الارشادي الذي أعدته الباحثة لخفض ادمان الانترنت لدى طالبات المرحلة المتوسطة بغية الاستفادة منه.

2-ضرورة قيام وزارة التربية و الباحثين بأجراء برامج إرشادية تستمد استراتيجياتها من الاطر النظرية الحديثة التي تقلل من الجهد والوقت سيما ونحن الان في عصر السرعة.

المقترحات:

في ضوء النتائج التي توصلت اليها الباحثة في بحثها تقترح ما يأتي:

1-دراسة مفهوم) ادمان الانترنت (في البحوث الوصفية والتجريبية، لكونه مفهوماً مهماً ويعد موضوع يشكل ازمة بالنسبة للشباب في الوقت الراهن.

2-اجراء دراسة حول فاعلية العلاج المتمركز حول الحل في خفض ادمان الانترنت لدى طلاب المرحلة المتوسطة من الذكور.

اثر برنامج ارشادي متمركز حول الحل لخفض ادمان الانترنت لدى
طالبات المرحلة المتوسطة
الباحثة شهد حسن رحم
ا.م.د. علاء عبد الحسن

Abstract

research aims

The current research aims to identify the effect of a counseling program centered on the solution in reducing internet addiction among middle school students

I derived a set of hypotheses in light of this goal

Identify internet addiction among middle school students.1-

2-Building a counseling centered around the solution to reduce internet addiction among middle school students

From the above objectives, the following zero assumptions were derived:

1-There are no statistically significant differences in the average score of the experimental group in reducing internet addiction among middle school students between the pre and post tests.

2-There are no statistically significant differences in the average score of the control group in reducing internet addiction among middle school students between the pre and post tests.

3-There are no statistically significant differences between the mean scores of the experimental group and the control group on Internet addiction in the post test.

4-There are no statistically significant differences in the mean of the experimental group scores in the pre- and postponed tests after a month has passed since the application of the program.

The current research came in light of the following results ...

As the research results showed that the counseling program was effective in reducing Internet addiction among middle school students, and in the research results, the researcher came up with a set of recommendations and proposals.