مجلـــة العلـــوم التربـــوية والدراســـات الإنســـانيـــة
Humanities and Educational Sciences Journal
ISSN: 2709-0302 (online)
ISSN: 2617-5908 (print)

فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية(*)

الباحث/ أحمد سهيل المطيري

أ. د/ سفيان إبراهيم الربدي

أستاذ الإرشاد النفسي بقسم علم النفس

كلية التربية جامعة القصيم – السعودية

*) تاريخ تسليم البحث 25/3/2024 تاريخ قبوله للنشر 8/5/2024

*) موقع المجلة: http://hesj.org/ojs/index.php/hesj/index

فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية

الباحث/ أحمد سهيل المطيري

أ.د/ سفيان إبراهيم الربدي

أستاذ الإرشاد النفسي بقسم علم النفس

كلية التربية بجامعة القصيم – السعودية

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف إدمان ألعاب الإنترنت لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية في محافظة البكيرية، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي على مقياس إدمان العاب الانترنت لدى التلاميذ لصالح المجموعة التجريبية كما أظهرت النتائج أيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس إدمان العاب الانترنت لدى التلاميذ لصالح القياس البعدي وأيضا أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي، إدمان الإنترنت، ألعاب الإنترنت.

An effective counseling program in alleviating the severity of addiction Internet games have students of the new game in Al-Bukayriyah Governorate

Researcher/ Ahmed Suhail Al-Mutairi

Prof. Dr. Sufyan Ibrahim Al-Rabadi
Professor of Psychiatry, Department of Psychology
College of Education in Qassim - Saudi Arabia

Abstract

This study aimed to identify the effectiveness of a counseling program in reducing Internet gaming addiction among a sample of primary school students in Al-Bukayriyah Governorate. The results of the study showed that there were statistically significant differences between the average scores of students in the control group and the experimental group in the post-application on the Internet game addiction scale. The students were in favor of the experimental group

The results also showed that there were statistically significant differences between the average scores of the students in the experimental group in the pre- and post-measurements on the Internet game addiction scale among the students in favor of the post-measurement. The results also showed that there were no statistically significant differences between the average scores of the students in the experimental group in the post-application. And the tracer.
Keywords: counseling program, Internet addiction, Internet games.

مقدمة الدراسة:

إن تطور العالم المتسارع وتسابق الدول والمؤسسات على التقدم في جميع المجالات سواء المجالات العلمية أو الاقتصادية أو السياسية أو التقنية أو غيرها من المجالات الحياتية، جعل الإنسان الحديث يعيش في ترقب مستمر يبحث فيه عن الجديد حيث أن التقدم والتطور في مجالات التقنية والتحولات الرقمية أصبح يسارع الزمن في طرح الأفكار وبث الابتكارات في كل لحظة وهذا التطور قد شمل جميع فئات المجتمع سواء الكبير منهم أو الصغير، فقد أصبحت هذه التقنيات جزء من حياتنا اليومية سواء بجوانبها الإيجابية أم السلبية. ولا شك أن الأطفال هم الأكثر تأثرا بهذه التقنيات وذلك للطبيعة النمائية للطفل والتي ترتكز على حب الاستطلاع والاكتشاف واللعب ومن هنا ظهرت بعض الممارسات التي تؤثر على حياة الطفل ونموها بالشكل الطبيعي المتزن المعتمد على الحركة والنشاط والتفكير والابتكار وممارسة الحياة المليئة بالفرح والنشاط ومن هذه الظواهر الحديثة الاندماج الذي يصل إلى مستويات غير مقبولة في الألعاب الالكترونية ومداومة اللعب لساعات طويلة مما يؤدي إلى إدمان هذه الألعاب والانعزال عن ما سواها من الأنشطة الحركية الطبيعية للإنسان عموما وللطفل خصوصا.

ولقد أثبتت بعض الدراسات مثل دراسة (عبد العزيز، 2011) ودراسة (يوسف، 2019) ودراسة (خليدة، 2020). أن العمل الدماغي للأطفال يتأثر بكثرة الجلوس على الألعاب الإلكترونية حيث تتأثر الممرات والوصلات العصبية تأثرا سلبيا يؤدي إلى أنماط غير مقبولة من السلوكيات والانفعالات.

إن الإفراط في استخدام الألعاب الإلكترونية له تأثير سلبي كبير على سلوكيات الأطفال والتسبب في العديد من المشكلات النفسية والبدنية، وهذه المشكلات قد يمتد أثرها ليشمل أنماط التفكير والتوافق الحياتي والتواصل الاجتماعي مع الاخرين مما يسبب قصورا في المهارات الحياتية لدى الطفل (المهداي، 2019).

لقد ذكر (يوسف، 2019) في دراسته أن المشكلات المتصلة بالألعاب الإلكترونية دفعت الدارسين والباحثين والمهتمين في علم النفس إلى تصنيف هذا السلوك إلى مشكلة أو عرض صحي وتربوي وقد تعددت المسميات التي أطلقها الدارسون فمنهم من سماها (إدمان الأجهزة) أو"الاستخدام المشكل للإنترنت"، أو "الاستخدام المرضي للإنترنت، وجميع هذه المسميات تتمحور حول الضرر الذي تسببه هذه الممارسات الخاطئة للتقنية الحديثة خصوصا في حياة الطفل.

وانطلاقًا من كون ألعاب الانترنت مؤثرا حقيقا على حياة الإنسان عموما والطفل خصوصًا سارعت الحكومات والجمعيات العامة والخاصة بوضع مجموعة من المعايير أو الدلالات أو المؤشرات التي تحدد طرق الاستخدام المعتدل لهذه التقنيات والاستفادة منها كونها من الأمور التي يمكن الاستفادة منها وتقليل أضرارها وتقنين استخداماتها، وتحدد زمن الاستخدام المسموح به حسب متغير العمر (خليدة، 2020).

وقد بين قنيطة (2011) أن جنوح الأطفال إلى إدمان الألعاب الإلكترونية قد يكون سببه ما يعانيه الطفل من فراغ وتوافر لهذه الألعاب بين يديه، وعدم تقنين استخدامها من قبل الوالدين وأيضًا يؤدي التسويق لهذه الألعاب دورًا مهمًا في اتجاه الأطفال نحوها، وبطبيعة الطفل يميل إلى الاكتشاف والدراسة والتجريب مما يدفعه إلى استخدامها والحديث عنها مع الزملاء والأقارب تحقيقا لذاته.

وفي هذا السياق أشار فوزي (2016) إلى أن أهم الأسباب التي تؤثر على الطفل وتجعله يتجه إلى إدمان ألعاب الإنترنت بواسطة الهاتف المحمول أو الأجهزة الكترونية الأخرى ومن خلال وسائل التواصل الاجتماعي أيضا

هو سهولة الحصول على هذه الألعاب وتوفرها بشكل كبير في البيوت وأماكن الألعاب والتسويق المحترف من قبل الشركات والمؤسسات لها.

مشكلة الدراسة:

يتمحور دور الدارسين والباحثين والتربويين حول دراسة الظواهر المختلفة والتي يمكن ملاحظتها مباشرة في الممارسات والسلوكيات المختلفة، ولما كان الميدان التربوي هو أهم ما ترتكز عليه مستهدفات التنمية الحديث في جميع أنحاء العالم، حيث أنه ميدان إعداد أجيال المستقبل وخصوصًا المرحلة الابتدائية التي تحتل أهمية خاصة، حيث أنها القاعدة والأساس الذي يبدأ فيها تكوين الاتجاهات، والميول والقيم والمبادئ وانطلاقًا من هذه الأهمية وجب على جميع المهتمين من معلمين ومربين وأولياء أمور ومؤسسات عامة وخاصة الاهتمام بهذه الفئة والعناية بها وحمايتها من جميع المخاطر المحيطة بها لنضمن النمو البدني والنفسي والاجتماعي والثقافي السليم لهذه الفئة التي تحتاج إلى أسس علمية سليمة في اعدادها وتنشئتها، ونظرًا لتزايد ألعاب الانترنت في الآونة الأخيرة وخطورة استخدامها على طلاب المرحلة الابتدائية وتزايد عدد المستخدمين من هؤلاء التلاميذ له عاما بعد عام، وتزايد المدة الزمنية التي يستغرقونها أيضا في استخدام هذه الألعاب وبصورة قهرية رغم إدراكهم وإدراك أولياء أمورهم لخطورتها النفسية والصحية والاجتماعية عليهم وعلى مستقبلهم حيث أن هذه الألعاب لها تأثير خطير يكمن في أن الطفل يقع تحت سلطة التقليد لهذه الألعاب وتمثيلها لأن المرحلة النمائية للطفل لا تسمح له بفهم المعاني العميقة وليس لديه مهارات التقييم العقلية المطلوبة بحكم عامل العمر لذلك هو وبدون أن يشعر يقع تحت سلطة صانعو هذه الألعاب ويحقق أهدافهم أيا كانت هذه الأهداف، وقد لمس الباحث عمق هذه المشكلة من خلال ملاحظاته الشخصية وتعدد شكاوى المعلمين وأولياء الأمور من انتشار هذه الظاهرة، وتعميقاً للشعور بمشكلة الدراسة الحالية وللتعرف على مدى انتشار هذه الظاهرة في المدارس الابتدائية قام الباحث بدراسة استطلاعية، حيث قام بتطبيق اختبار مبسط على (60) تلميذاً من تلاميذ الصف السادس الابتدائي بمحافظة البكيرية، وتضمن الاختبار قياس مدى انتشار هذه الظاهرة بين هؤلاء التلاميذ وتأثيرها عليهم صحيا ونفسيا واجتماعيا وعل تحصيلهم الدراسي وكذلك من خلال إجراء عدة مقابلات شخصية مع (80) تلميذا من تلاميذ الصف السادس الابتدائي، وكشفت نتائج الدراسة الاستطلاعية والمقابلة الإكلينيكية عن وجود تدني وضعف ملحوظ لدى العديد من التلاميذ مدمني ألعاب الإنترنت في تحصيلهم الدراسي إلى جانب وجود مظاهر لبعض الاضطرابات النفسية كالسرحان والنسيان وعدم التركيز والقلق وعدم التأني في ردود الأفعال مع ظهور سلوك المشاغبة والتشاجر والاستقواء والاندفاعية لدى العديد منهم، وفقدان الشهية للطعام والشراب وفقدان الشغف للعب أو الخروج من المنزل حيث أصبح لا يهمهم أي شيء سوي هذه الألعاب على شبكة الإنترنت.

كذلك أوضحت نتائج هذا الاستبيان أن العديد من هؤلاء التلاميذ يعانون من مظاهر مَرضية بدأت تزعجهم وتقلق حياتهم، وأن التلاميذ يستخدمون هذه الألعاب بطريقة جعلتهم يدمنون عليها يوما بعد يوم لدرجة أصبح من الصعب عليهم الاستغناء عنها في المنزل وفي دورات المياه وقبل النوم والسهر لفترات طويلة وفي المدرسة وفي الشارع وفي المواصلات، وهنا أستشعر الباحث مكامن الخطورة الصحية والنفسية والاجتماعية على هؤلاء الأطفال الصغار.

ومن خلال ما قام به الباحث من إجراءات وملاحظات علمية وجد أن هناك حاجة ماسة وملحة من خلال عمله كموجه طلابي لمساعدة هؤلاء التلاميذ على التخفيف من هذه الأضرار وذلك للحد من إدمان ألعاب الإنترنت، ومن هنا نبعت فكرة تصميم برنامج إرشادي باستخدام مجموعة من الفنيات والتقنيات والاستراتيجيات المتكاملة من نظريات متنوعة تناسب طبيعة مشكلة إدمان ألعاب الإنترنت وطبيعة العينة وخصائصها العمرية والثقافية ومتطلبات نموها، ويأمل الباحث أن يحقق هذا البرنامج الإرشادي أهدافه المنشود.

وقد قام الباحث بالاطلاع علي بعض الدراسات السابقة في هذا المجال كدراسة: أرنوط (2007) والعصيمين (2010) وعبد الحميد (2010) ومرسي (2016) ويوسف (2019) وعطية (2019) وفتيحة (2023) وغيرها من الدراسات التي تناولت موضوعات العاب الانترنت وادمانها لدى الأطفال فوجد بعضها قد اهتمت بمعالجة هذا النوع من الإدمان من خلال تطبيق بعض البرامج الإرشادية وبرامج تعديل السلوك، حيث توصلت هذه الدراسات إلي نتائج إيجابية واحتوت علي توصيات ومقترحات جيدة ولكنها لم تعمم علي مجتمع الدراسة الحالية حيث يرى الباحث من وجهة نظره وفي حدود علمه أن هذا الموضوع بحاجة إلى تعمق أكثر ودراسات متعددة من زوايا مختلفة خصوصا في المرحلة الابتدائية والتي لم توليها تلك الدراسات الأهمية المطلوبة حيث أن الكثير من الدراسات تناولتها بشكل سطحي أو تناولت جوانب محدودة فقط، ومن هنا رأى الباحث ومن خلال ممارسته للتوجيه الطلابي ومعايشته لكثير من المشكلات داخل الميدان أن تكون هذه الدراسة أكثر دقة وأكثر مباشرة لهذه الظاهرة وربطها مباشرة بالخصائص النمائية لطلاب المرحلة الابتدائية من خلال رسم برنامج ارشادي محكم يطبق بشكل علمي ويعتمد على الأساليب العملية المناسبة للعينة المستهدفة.

ويمكن من خلال ما تم طرحه صياغة مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي:

ما فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى طلاب المدرسة الابتدائية بمحافظة البكيرية؟ ويتفرع عنه الأسئلة الفرعية الآتية:

1- هل توجد فروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على التطبيق البعدي على مقياس إدمان الإنترنت؟

2- هل توجد فروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس إدمان الإنترنت؟

3- "هل بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي على مقياس إدمان الإنترنت؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف إدمان ألعاب الإنترنت لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية في محافظة البكيرية، وتم تطبيق البرنامج في شكل جلسات متنوعة وباستخدام العديد من الفنيات الإرشادية والمناسبة لتحقيق ما يلي:

1- التعرف على دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على التطبيق البعدي على مقياس إدمان الإنترنت.

2- التعرف على دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس إدمان الإنترنت.

3- الكشف عن دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي على مقياس إدمان الإنترنت.

فروض الدراسة:

1- توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على التطبيق البعدي على مقياس إدمان الإنترنت".

2- توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس إدمان العاب الإنترنت".

3- توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي على مقياس إدمان الإنترنت.

أهمية الدراسة:

في ضوء مشكلة الدراسة والتساؤلات التي تم طرحها والمحددات النظرية والمنهجية لها، تكتسب الدراسة الحالية أهميتها النظرية والتطبيقية من خلال ذلك التأثير الذي يمكن أن يقوم به هذا البرنامج الإرشادي في تخفيف إدمان ألعاب الإنترنت على تلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث جعل التلميذ أكثر قدرة على الوعي بانفعالاته وكيفية إدارتها والتحكم فيها لتوجيهها بشكل يضمن له ممارسة حياته بكفاءة مقبولة سواء بدنيا أو نفسيا أو تعليميا أو اجتماعيا وثقافيا أيضا وبما يضمن له أيضا إدراك انفعالاته، وتقديرها، والتجاوب معها أثناء تطبيق مراحل البرنامج وفنياته المختلفة. ويمكن تلخيص أهمية هذه الدراسة في النقاط التالية:

أولاً: الأهمية النظرية:

1- تتناول هذه الدراسة فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية.

2- كذلك تنبع الأهمية النظرية للدراسة الحالية من أهمية الفئة التي تتناولها، وهي فئة تلاميذ المرحلة الابتدائية، إذ تعد هذه الفئة هامة جدا في العملية الإرشادية والتعليمية، ومساعدة التلاميذ منذ سن صغيرة على حل مشكلاتهم التي تعوق مستقبلهم أمر في غاية الضرورة والأهمية.

ثانيًا: الأهمية التطبيقية:

1- إمكانية الاستفادة من نتائجها وتعميم استخدام هذا البرنامج في المدارس التي تعاني من نفس المشكلات في البيئة السعودية.

2- يتوقع أن تسهم نتائج هذه الدراسة في إفادة الباحثين في هذا المجال في إجراء بحوث ودراسات باستخدام برامج إرشادية متنوعة أكثر تعمقاً وتخصصاً. حيث أنها تناولت موضوع حيوي يزداد تأثيره يوما بعد يوم بين أوساط الطلاب للتخفيف والحد من انتشار إدمان ألعاب الإنترنت لدى الأطفال.

3- توجيه أنظار المؤسسات الحكومية والتعليمية والتربوية والمسؤولين إلى خطورة هذه المشكلة والتصدي لها وإجراء الدراسات المتعلقة بها والتعاون مع الجهات ذات العلاقة.

مصطلحات الدراسة:

تحددت مصطلحات الدراسة فيما يلي:

الفاعلية Effectiveness:

هي "الأثر المنشود والمرغوب الذي ينتج عـــن البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي بهدف خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة درجة الأمن النفسي" (التركي، 2015).

وتعرف إجرائياً بأنها: معدل الزيادة في درجات التلاميذ على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت من إعداد الباحث والمرتبطة بتطبيق المعالجة التجريبية، ويقصـــد بها في هذا الدراســـة التأثير الناتج عن مرور عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية بخبرات برنامج إرشادي في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لديهم.

البرنامج الإرشادي: Consultant Instructional program

يعرفه رمضـــان وآخرون (2022): بأنه مجموعة من الأنشـــطة والخدمات الإرشـــادية المخطط لها وتعتمد في اطارها النظر على فنيات سلوكية معرفية لتحسين السلوك للأطفال.

ويعرفه الباحث اجرائيا بانه: التنظيمات الإرشـــادية والعملية المحددة تخطيطاً، وتنفيذاً، وتقييماً والمســـتمدة من الاتجاه الانتقائي التكاملي للأســـاليب والفنيات الارشـــادية المتنوعة، والتي تم تنســـيق مراحلها وأنشـــطتها وخبراتها وإجراءاتها وفق جدول زمني متتابع في صورة جلسات إرشادية فردية، وجماعية، وفي ضوء جو نفسي آمن يتيح لعينة الدراســـة من تلاميذ المرحلة الابتدائية المشـــاركة الإيجابية، والتفاعل المثمر بهدف تخفيف مســـتوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بشكل مؤثر وفعال.

إدمان ألعاب الإنترنت:

يمكن تعريفه على أنه: اضـــطراب ســـلوكي يتمثل في زيادة اهتمام الأطفال بألعاب الانترنت بالشـــكل الذي يجعلهم يهملون الأنشطة الاجتماعية الأخرى ويميلون إلى العزلة (السيد، 2020).

ويعرف الباحث إدمان الإنترنت إجرائياً بأنه: الدرجة التي يحصـــل عليها التلميذ على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت المستخدم في الدراسة الحالية والذي قام بإعداده الباحث، وهو نوع من الاضـطراب النفسـي الجسـدي الذي يصيب الصغار والكبار على حد سواء مثله في ذلك مثل كافة أنواع الإدمان.

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: فحص فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية.

الحدود البشرية: تقتصر على عدد (60) تلميذا من تلاميذ الصف السادس الابتدائي في محافظة البكيرية يتم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية حيث يبلغ عدد المجموعة الضابطة (30) تلميذا وعدد المجموعة التجريبية (30) تلميذا.

الحدود المكانية: مدارس المرحلة الابتدائي (بنين) في محافظة البكيرية.

الحدود الزمانية: العام الدراسي 1445هـ.

دراسات سابقة:

أولًا: دراسات التي تناولت برامج إرشادية لألعاب الانترنت

دراسة أبو غزالة (2010) التي هدفت إلى معرفة فاعلية برنامج للإرشاد بالواقع في خفض حدة إدمان الإنترنت ورفع تقدير الذات لدى طلاب الجامعة، واعتمدت على المنهج شبة التجريبي واختيرت عينه من طلاب جامعه القاهرة وبلغ عددهم (26) طالب وأظهرت نتائجها وجود فروق دالة إحصائيا بين الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس إدمان الإنترنت في اتجاه القياس البعدي كما بينت وجود فروق بين أفراد المجموعة الضابطة على مقياس تقدير الذات وذلك لصالح أفراد المجموعة التجريبية كما أوضحت أيضًا انخفاض حدة الإنترنت لدى أفراد المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج مما يؤكد فاعلية البرنامج في خفض حدة إدمان الإنترنت وإلى زيادة تقدير الذات.

ودراسة راشد (2014) هدفت إلى معرفة فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتكونت عينتها من (40) طالبًا يعانون من إدمان الإنترنت تتراوح أعمارهم ما بين (15-17) عام في الغردقة بمصر، وتم استخدام المنهج الوصفي والتجريبي وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض إدمان الإنترنت كما أشارت النتائج إلى استمرار تأثير البرنامج حتى فترة المتابعة التي استمرت لمدة شهرين بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج.

أما دراسة شاهين (2015) فقد هدفت إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي معرفي- سلوكي في خفض مستوى إدمان الإنترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين، وتكونت عينتها التجريبية من (60) ستين طالباً وطالبة بمصر، منهم (30) في المجموعة التجريبية، و(30) في المجموعة الضابطة، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس إدمان الإنترنت لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض إدمان الإنترنت كما أظهرت النتائج أيضاً استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي المطبق على القياس التتبعي وبالإجمال، فإن البرامج الإرشادية يمكن أن تكون أداة فاعلة تطبق وتعمم في مؤسسات التعليم العالي الفلسطينية.

كما هدفت دراسة أبو هدروس (2016) إلى التعرف إلى مدى فاعلية برنامج إرشادي جمعي قائم على النظرية المعرفية السلوكية في علاج اضطراب الإدمان على موقع التواصل الاجتماعي الفيس بوك لدى عينه من الطالبات المراهقات وتكونت عينتها من (28) طالبة مراهقة في الصف الحادي عشر تراوحت اعمارهن ما بين (16-18) بفلسطين، واظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة على الاختبار البعدي وكذلك الاختبار التتبعي لصالح المجموعة التجريبية أن البرنامج الإرشادي المستخدم ذو فاعلية في علاج اضطراب الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي.

في حين هدفت دراسة فوزي (2016) إلى اختبار فاعلية برنامج للتحكم في إدمان إنترنت لدى عينة من المراهقين عينة الدراسة، وقد تم اختيارها بطريقة عمدية وقد بلغ عدد أفرادها (60) تتراوح أعمارهم بين (13-15) سنة بمصر، وتوصلت نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات إدمان الإنترنت بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة الدراسة المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي وأيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات إدمان الإنترنت بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة لعينة الدراسة في

القياس البعدي لصالح درجات المجموعة التجريبية كما أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات إدمان الإنترنت لأفراد العينة التجريبية للدراسة بين القياس (البعدي/التتبعي).

كما هدفت دراسة يوسف (2019) إلى التعرف علي أثر برنامج إرشادي علاجي في خفض إدمان الأجهزة الرقمية لدي طلاب الصف السابع الأساسي بمنطقة الفجيرة التعليمية، وقد طُبقت الدراسة علي عينة بلغت (30) تلميذ من طلاب الصف السابع الأساسي بمنطقة الفجيرة التعليمية بالإمارات العربية المتحدة، وأشارت النتائج إلي تحسن ملحوظ ومن ثم التقليل من استخدام تلك الأجهزة لطلاب المجموعة التجريبية.

أما دراسة عطية (2019) فقد هدفت برنامج قائم على الإرشاد بالواقع لعينة من أولياء أمور الأطفال في الروضة للتوعية بآثار استخدام الألعاب الإلكترونية على أطفالهم، والتعرف على بعض مخاطر الألعاب الالكترونية على الأطفال، وعلى أساليب الوقاية من مخاطر الألعاب الالكترونية وأيضًا هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في زيادة وعي الأمهات في مراقبة أطفالهن أثناء ممارسة الألعاب وأخذت العينة بالطريقة العشوائية وتكونت عينتها من (40) من الأمهات تمثلت في مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والقياس التتبعي لصالح القياس التتبعي.

أما دراسة أبو الحسن (2020) فقد كشفت عن فعالية برنامج إرشادي مقترح لتخفيف الإدمان الرقمي لدى طلاب الصف السادس الأساسي بالمنطقة الشرقية، وقد طبق الدراسة على عينة بلغت (20) تلميذ من تلاميذ الصف السادس الأساسي تم تقسيمها إلى (10) تلاميذ للمجموعة التجريبية، (10) تلاميذ للمجموعة الضابطة، وتم استخدام المنهج شبه التجريبي وأشارت النتائج إلى أهمية البرنامج المقترح ودوره الإيجابي في تخفيف الإدمان الرقمي لدي طلاب الصف السادس الأساسي بالمنطقة الشرقية.

ثانيًا: دراسات تناولت إدمان الألعاب الالكترونية:

دراسة العرابي وآخرون (2007) والتي تناولت استخدامات الإنترنت في المجتمع السعودي، طبقت هذه على (2160) مبحوثا نصفهم من الذكور والنصف الآخر من الإناث من مختلف الشرائح السكانية والاجتماعية للمواطنين السعوديين وتهدف الدراسة إلى الكشف عن نسب استخدام الإنترنت بين الفئات السكانية المختلفة وكذلك التعرف على أسباب عدم استخدام الإنترنت عند غير المستخدمين، وتوصلت نتائجها إلى أن معدل استخدام الإنترنت بين المواطنين من الذكور والإناث بلغ 51,2% وهذه النسبة تبين معدل انتشار الإنترنت في المملكة كما أكدت وجود علاقة طردية بين المستوى التعليمي واستخدام شبكه الإنترنت حيث يزداد معدل استخدام الإنترنت كلما ازداد المستوى التعليمي كانت أعلى معدلات استخدام الإنترنت للذين تتراوح أعمارهم بين (25-34) سنه في حين كانت أدنى معدلات استخدام الإنترنت للأشخاص من (45) سنه فأكثر، وأظهرت أيضا ان الشخص إذا كان أميا في استخدام الإنترنت كان هذا السبب الرئيس في عدم الاستخدام حيث بلغت نسبتهم 53% ويليه عدم توفر ما يلزم من الادوات والاجهزة بنسبه 19,5%، وأوضحت أيضًا أن 37% من مستخدمي الإنترنت في المملكة العربية السعودية يقضون أكثر من ساعتين يوميا في استخدام الإنترنت وأن 15,5% يقضون أكثر من ثلاث ساعات في استخدامه، كما أظهرت ارتفاع نسبة عدم استخدام الإنترنت للبيع والشراء لتصل إلى 64,5% من أجمالي المبحوثين وهذا يعود إلى غياب ثقافة التسوق عبر الإنترنت.

وكشفت العمري (2008) عن إدمان الإنترنت وبعض أثارها النفسية والاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة محايل عسير وتكونت العينة من (211) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية وتوصلت النتائج إلى أن نسبة استخدام الطلاب للإنترنت بلغت 7,7%كما أظهرت أيضا وجود فروق في نسبة الاستخدام لصالح طلاب الصف الثالث الثانوي وبينت أيضا وجود فروق في نسبة الاستخدام لصالح طلاب القسم الطبيعي على الشرعي أهم الآثار النفسية للإنترنت مشكلات مرتبطة بالنوم والشعور بالكأبة والحزن اما الآثار الاجتماعية هي الميل للعزلة.

دراسة الحمصي (2010) والتي تناولت إدمان الإنترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعي، وتكونت عينتها على 150 طالبا وطالبة (36) إناث و(114) ذكور من تخصصات علمية متعددة وأوضاع اقتصادية مختلفة وتهدف الدراسة إلى إلقاء الضوء على ظاهرة الإدمان على الإنترنت وعلاقتها بمهارات التواصل الاجتماعي ومعرفة الفروق في الإدمان على الإنترنت تبعا لمتغيرات (الجنس، الوضع الاقتصادي، التخصص العلمي) وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية داله إحصائيا بين الإدمان على الإنترنت ومهارات التواصل الاجتماعي فالجلوس لفترات طويلة لاستخدام الإنترنت تجعل الفرد لا يخصص وقتا للنشاطات الاخرى كما أظهرت أن الاناث يتعلقن باستخدام الإنترنت أكثر من الذكور ويعود ذلك إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية للإناث في مجتمعاتنا وأيضا بينت أنه لا توجد فروق داله إحصائيا في الإدمان على الإنترنت مع تغير واختلاف الوضع الاقتصادي للأفراد ويعود هذا لتكلفة استخدام الإنترنت المتيسرة للجميع.

وهدفت دراسة قويدر (2012) إلى معرفة اثر الألعاب الإلكترونية على السلوكيات لدى الاطفال واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لوصف أثر الألعاب الإلكترونية على سلوك الأطفال واستخدمت استمارة استبيان لجمع المعلومات بالإضافة إلى المقابلة والملاحظة حيث طبقتها على عينه من يمارسون الألعاب الإلكترونية بالجزائر العاصمة من أقسام السنوات الثانية والثالثة والرابعة والخامسة ابتدائي، والذي يتراوح أعمارهم ما بين7 – 12 عام وتوصلت الدراسة إلى أن ممارسة الألعاب الإلكترونية من مقدمة النشاطات الترفيهية لدى مفردات العينة وهذا يعود لكونها وسيله ترفيهية حديثه كما توصلت إل أن الذكور في العينة يمارسون الألعاب أكثر من الاناث وهذا يعود لطبيعة الجنس فالذكور يفضلون اكثر ممارسة الألعاب الإلكترونية والرياضة بينما الاناث تفضلن العاب الدمى كما بينت النتائج أن اغلب افراد العينة يمارسون الألعاب الإلكترونية حبا للمغامرة.

كما هدفت دراسة العمار (2014) والتي تناولت إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعه دمشق، إلى التعرف على إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) لدى طلبة جامعه دمشق– فرع درعا في ضوء المتغيرات الأتية: الجنس (الذكور والاناث) والتخصص ومستوى التحصيل والوضع الاقتصادي وعدد ساعات الجلوس على الشبكة المعلوماتية والمواقع المفضلة وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي واتسمت العينة بالعشوائية وكان عددها (674) طالبا وطالبة من جميع الكليات والمعاهد واسفرت النتائج عن عدم وجود علاقة بين إدمان الشبكة المعلوماتية ومعدل الدراسة في حين وجدت علاقة ايجابية داله بين إدمان الشبكة المعلوماتية والوضع الاقتصادي، كما أنه لا توجد فروق ذات دلاله احصائية على إدمان الشبكة المعلوماتية يعزى لعامل الجنس.

وسعت دراسة السويلمى (2014) إلى معرفة إدمان استخدام الاجهزة الإلكترونية وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي والثقة بالنفس لدى طلاب وطالبات الصف الثالث متوسط بمدينه الرياض، وتم اختيار عينتها بطريقة عشوائية وبلغت (600) طالب وطالبة من الصف الثالث متوسط وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة عكسية بين استخدام الاجهزة الإلكترونية والتفاعل الاجتماعي كما بينت النتائج وجود علاقة عكسية بين استخدام الاجهزة الإلكترونية والثقة بالنفس وأظهرت النتائج أيضا وجود فروق ذات دلاله احصائية بين الذكور والاناث في إدمان الاجهزة الإلكترونية لصالح الاناث.

وكشفت دراسة حامدي وصبرينة (2015) عن العلاقة بين الإدمان على الإنترنت وكل من الاغتراب النفسي والسلوك العدواني على عينه من تلاميذ المرحلة الثانوية وتكونت العينة من (406) تلميذ ببعض ثانويات ولاية الوادي بالجزائر قدر فيها التلاميذ المدمنين على الإنترنت 118 تلميذ وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائيا بين الذكور والاناث في إدمان الإنترنت لدى التلاميذ ولصالح الذكور، كما بينت أيضا وجود علاقة ارتباطية موجبه بين الإدمان على الإنترنت وكلا من الاغتراب النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

ودراسة محمد وقاسم (2015) التي هدفت إلى معرفة إدمان الإنترنت وعلاقته بسمات الشخصية المرضية لدى الاطفال والمراهقين والفروق وفقا لمتغير الجنس والمرحلة النمائية لدى الاطفال والمراهقين وتكونت العينة من 351 طالب من مدارس مدينه حلب في الصفوف الرابع والخامس والسادس والصفوف السابع والثامن والتاسع وتم استخدام مقياس إدمان الإنترنت ومقياس التحليل الإكلينيكي وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة بين إدمان الإنترنت وكل من توهم المرض، القلق الاكتئابي، الملل والانسحاب، كما أوضحت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين الجنسين في إدمان الإنترنت لصالح الذكور كما بينت النتائج أيضا إلى وجود فروق بين الاطفال والمراهقين لصالح المراهقين.

أما دراسة قدوري ويوسف (2015) فقد هدفت إلى التعرف على العلاقة بين إدمان استخدام الإنترنت ببعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلبة جامعة غرداية بالجزائر، بلغ تعدادها (1200) طالب وطالبة، تم اختيارها بطريقة عشوائية على مستوى كليتي العلوم والتكنولوجيا وكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، تم الاعتماد على المنهج الوصفي ومقياس استخدام الإنترنت – قائمة الأعراض المعدلة على عينة الدراسة إضافة إلى مقياس الحالة النفسية للمراهقين والراشدين، وأظهرت نتائجها الدراسة إلى أن هناك علاقة بين إدمان استخدام الإنترنت وبعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة الدراسة، كما بينت النتائج أيضا أن هناك فروق بين مدمني استخدام الإنترنت وغير مدمني استخدام الإنترنت في بعض أعراض الاضطرابات النفسية لصالح المدمنين، كما أوضحت أيضا أن هناك فروق في بعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور.

في حين هدفت دراسة محمد وعبدالله (2015) إلى بحث إدمان الإنترنت وعلاقته بسمات الشخصية المرضية والفروق وفقا لمتغير الجنس والمرحلة النمائية لدى الاطفال والمراهقين وقد تكونت العينة من 351 طالبا وطالبه من مدارس حلب في الصفوف (الرابع والخامس والسادس) والصفوف (السابع والثامن والتاسع) وقد استخدمت الدراسة أداتين هما مقياس إدمان الإنترنت ومقياس التحليل الإكلينيكي وقد أظهرت النتائج وجود علاقة داله

إحصائيا بين إدمان الإنترنت وكل من توهم المرض، التهيج، القلق الاكتئابي، الملل، الانسحاب وغيرها كما بينت أيضا وجود فروق داله إحصائيا بين الذكور والاناث في إدمان الإنترنت لصالح الذكور وأوضحت النتائج أيضا وجود فروقا داله إحصائيا بين الاطفال والمراهقين لصالح المراهقين.

وهدفت دراسة حامدي (2015) إلى الكشف عن العلاقة بين الإدمان على الإنترنت وبين الاغتراب النفسي والسلوك العدواني واعتمدت الدراسة في تحقيق اهدافها على المنهج الوصفي الارتباطي وتم تطبيقها على عينه مكونه من 406 تلميذ وتلميذة بالجزائر العاصمة باستخدام أداة الاستبانة وقد خرجت الدراسة بعدد من النتائج أهمها أن هناك علاقة إيجابية لصالح المدمنين وفقا لمقياس الاغتراب النفسي لدى تلاميذ الثانوية، كما بينت النتائج أيضا وجود علاقة بين الإدمان على الإنترنت والاغتراب النفسي والسلوك العدواني، وأوضحت النتائج أيضا أنه لا توجد فروق في السلوك العدواني بين المدمنين والغير مدمنين لدى طلبة المرحلة الثانوية. كما أظهرت النتائج أيضا أنه لا توجد فروق تعزى لمتغير الجنس في السلوك العدواني أو الاغتراب النفسي.

وتقصت دراسة بو بعاية (2016) إلى معرفة العلاقة بين درجة الإدمان على الإنترنت وظهور اضطراب النوم لدى عينه من الشباب الجامعي بجامعة محمد بوضياف المسيلة كما سعت الدراسة إلى التعرف على درجة إدمان عينه الدراسة على الإنترنت وفيما إذا كانت تعاني من اضطراب النوم وتكونت عينه الدراسة من (152) من الطلبة الجامعيين الشباب وتم استخدام مقياس إدمان الإنترنت ومقياس اضطرابات النوم وتوصلت الدراسة إلى النتائج الأتية وجود علاقة داله إحصائيا بين درجة الإدمان على الإنترنت ودرجة ظهور اضطرابات النوم لدى العينة كما بينت النتائج أيضا أن درجة الإدمان على الإنترنت ضعيفة لدى عينه الدراسة. كما توصلت النتائج أيضا إل أنه توجد علاقة داله إحصائيا بين درجة الإدمان على الإنترنت تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور. كما أوضحت النتائج أيضا أن درجة ظهور اضطرابات النوم متوسطة لدى عينه الدراسة، كما بينت النتائج أيضا أنه توجد فروق ذات دلاله إحصائية في ظهور اضطرابات النوم تعزى لمتغير الوظيفة لدى عينه الدراسة لصالح العاملين

وهدفت دراسة حموش (2016) إلى معرفة استخدام الاطفال للإنترنت وتأثيرها على تحصيلهم الدراسي في مدرسة بوراس عبدالرحمن نموذجًا، وبلغ حجم العينة 50 تلميذا وتلميذه اضافة إلى اراء معلميهم بمدرسة بوراس عبدالرحمن بمدينه المسيلة بالجزائر خلال الموسم الدراسي 2016/2015 واستخدمت الدراسة استمارة استبيان واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي وتوصلت نتائجها إلى أن الاطفال تعلموا الإنترنت عن طريق احد افراد اسرتهم واكدت نتائج الدراسة ان استخدام لتلاميذ للإنترنت الاكثر يميلون إلى مشاهدة الأفلام.

كما هدفت دراسة المقروض (2018) إلى الكشف عن مستوى إدمان الإنترنت لدى تلاميذ التعليم المتوسط وكذا التعرف على الفروق في مستوى إدمان الإنترنت لدى تلاميذ التعليم المتوسط تبعا لمتغير الجنس، محل الإقامة والمستوى التعليمي وتكونت عينه الدراسة من (176) تلميذ وتلميذة بولاية معسكر بالجزائر واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي في الدراسة، وقام الباحث بتطبيق مقياس إدمان الإنترنت على عينه الدراسة وتوصلت النتائج إلى وجود مستوى منخفض من إدمان الإنترنت لدى تلاميذ التعليم المتوسط، كما أظهرت أيضا وجود فروق ذات دلاله إحصائية في إدمان الإنترنت تبعا لمتغير الجنس ومحل الإقامة وتوصلت أيضا إلى عدم وجود فروق في إدمان الإنترنت بين مختلف المستويات الدراسية.

أما دراسة المهداوي (2019) فقد سعت إلى الكشف عن مستوى إدمان أطفال الرياض على الألعاب الإلكترونية في محافظة ديالي، وتبعاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث)، وقد بلغت عينتها الاستطلاعية (20) طفل تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، أما عينة الدراسة الرئيسية بلغت (160) طفل وطفلة بمحافظة ديالى بالعراق، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لعب الألعاب الإلكترونية والإدمان كما أوضحت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لعب الألعاب الإلكترونية وتبعاً للمنطقة السكنية كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لعب الألعاب الإلكترونية والجنس لصالح الذكور.

كما هدفت دراسة خليدة ومهرية (2020) إلى تأثير الألعاب الإلكترونية باستخدام الهواتف الذكية على تحصيل التلاميذ من وجهة نظر أمهاتهم بالجزائر، وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن تأثير الألعاب الإلكترونية باستخدام الهاتف المحمول على تلاميذ المرحلة الابتدائية تأثيرا سلبيا على تحصيلهم الدراسي وأن إقبالهم على هذه الألعاب كان سببه هو الفراغ والرغبة في التسلية وكان أيضا نتيجة إهمال الوالدين في متابعة أبنائهم وتوجيههم ومتابعتهم بشكل يشبع احتياجاتهم النمائية.

الدراسات الاجنبية:

كدراسة أرين (2010) Aren التي تناولت أثر الفيس بوك على التحصيل الدراسي، وطبقت على (219) طالبا جامعيا في نيويورك حيث هدفت للتعرف على أثر استخدام موقع فيسبوك على التحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعات وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الدرجات التي يحصل عليها طلاب الجامعات المدمنون على شبكة الإنترنت وتصفح موقع فيسبوك أكبر الشبكات الاجتماعية على الإنترنت أدنى بكثير من تلك التي يحصل عليها نظراؤهم الذين لا يستخدمون هذه المواقع كما أظهرت النتائج أيضا انه كلما زاد الوقت الذى يمضيه الطالب الجامعي في تصفح هذا الموقع كلما تدنت درجاته في الامتحانات حيث أن 79% من الطلاب الجامعيين الذين شملتهم الدراسة اعترفوا بأن إدمانهم على مواقع الفيس بوك يؤثر سلبيا على تحصيلهم الدراسي وكذلك بينت النتائج ان الأشخاص الذين يقضون وقتا أطول على الإنترنت يخصصون وقتا أقصر للدراسة مشيرا إلى ان لكل جيل اهتمامات تجذبه.

ودراسة ميشيل (2010) Michale والتي تناولت أثر استخدام التقنية على العلاقات الاجتماعية، وقد طبقت على عينه قوامها (1600) شاب من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي في بريطانيا حيث هدفت للتعرف على أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي واداة الاستبيان لجمع المعلومات وتوصلت الدراسة إلى ان أكثر من نصف الأشخاص الذين يستخدمون مواقع التواصل والتي من بينها الفيسبوك واليوتيوب قد اعترفوا بأنهم يقضون وقتا أطول على شبكة الإنترنت من ذلك الوقت الذى يقضونه مع أصدقائهم الحقيقيين أو مع أفراد أسرتهم كما واظهرت الدراسة أيضا انهم يتحدثون بصورة أقل عبر الهاتف ولا يشاهدون التلفاز كثيرا وان شبكات التواصل الإلكترونية قد غيرت نمط حياه (53%) من أفراد العينة.

دراسة هونج وآخرون (2014) Hong et al. التي تناولت التأثيرات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي واستكشاف علاقة الإدمان بالسمات الشخصية الكبرى (العصابية والانبساطية، المنفتحة، المقبولة، يقظة الضمير)، وتكونت عينتها من (215) مفردة من طلاب جامعتين بشمال تايوان ممن تتراوح أعمارهم ما بين

18-22 سنه وطبق عليهم مقياس لإدمان الفيسبوك ومقياس تقدير الذات بالإضافة إلى اختبار الشخصية، وأظهرت النتائج على وجود تأثير سلبي للإدمان على ابعاد النفسية المتمثلة في تقدير الذات والانبساط الاجتماعي والشعور بالدونية والعصابية والاكتئاب، كما بينت النتائج أيضا أن الشخصيات العصابية والانبساطية دائمًا في حاجة دائمة للحصول على مكافئات واضحة ممثله في ابداء الاعجاب ونشر التعليقات، وأوضحت النتائج أيضا ان الشعور بالاكتئاب يعد مؤشرا لإدمان الفيسبوك الا انها لم توضح ما إذا كان هذا الشعور بالاكتئاب هو السبب في إدمان الفيسبوك ام نتيجة لهذا الإدمان.

وفحصت دراسة مولار وآخرون Muller et al.(2016) نوع العلاقة بين إدمان طلاب المدارس الالمان لمواقع التواصل الاجتماعي وإدمان الألعاب الإلكترونية على الإنترنت، والسمات الشخصية والضيق النفسي والاجتماعي لديهم لمعرفة ما إذا كانت ابعاد الشخصية تتنبأ بالسلوك الإدمان ي على مواقع التواصل الاجتماعي، أجريت الدراسة على عينه قوامها (9173)، بينت النتائج الدراسة ان تأثير السمات الشخصية كان ضعيف في التبوء بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي وان كان في صالح الشخصيات النرجسية، كما أكدت النتائج ان الشخصيات الانبساطية أكثر استخداما لمواقع التواصل الاجتماعي ولكن لا يدمنوا استخدامها وأوضحت النتائج أيضا ان الشخصيات الانبساطية أكثر الشخصيات حرصا على العلاقات الاجتماعية في الواقع الافتراضي ويحرصوا على تحويل تلك العلاقات إلى واقع فعلى كما بينت النتائج أن الاناث أكثر إدمانا للأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي وبينت النتائج أيضا أنه يوجد ارتباط سلبي بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت والهاتف المحمول ومتغيرات السن وعدد سنوات الزواج وعدد أفراد الاسرة.

كما هدفت دراسة بوزو Bueso (2018) والتي تناولت اضطراب العاب الإنترنت لدى المراهقين: الشخصية، علم النفس المرضى، وتقييم التدخلات النفسية إلى جانب التربية النفسية للوالدين، وتم تقسيم عينه الدراسة إلى مجموعتين مجموعة تجريبية واخرى ضابطة من الشباب الاسبان الذين تتراوح اعمارهم ما بين (12-21) سنه والذين بلغ عددهم (30) شاب بإنجلترا، وتم تحليل نتائج الدراسة من خلال البيانات الإحصائية، وتوصلت إلى أن هناك تشابه كبير في الأعراض للإدمان على العاب الإنترنت في مقابل الاختلاف الكبير في مقاييس الشخصية كالجدل والعداء والذهنية، كما أظهرت نتائج الدراسة ان معدلات التسرب لدى المجموعة الفرعية للشباب أعلى من الناحية الاحصائية لدى الاباء والامهات الذين لم يتلقوا تعاليم نفسية.

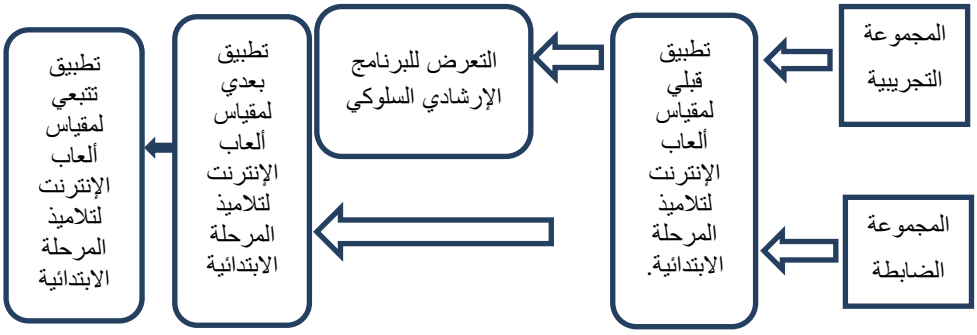
ومُجمل القول ومن خلال ما تم استعراضه من دراسات سابقة لم يتم العثور على أية دراسة تناول فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية -في حدود علم الباحث- مما عزز القيام بمثل هذه الدراسة، وبرزت الحاجة إليها، كي تبحث هذه المتغيرات، وهو ما لم تبحثه أي من الدراسات التي تم استعراضها الأمر الذي تفردت به هذه الدراسة إذ تفردت بعمل برنامج إرشادي علاجي وهذا ما تميزت به هذه الدراسة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة:

المنهج هو الطريقة او الاسلوب الذي يتبعه الباحث لدراسة المشكلة للوصول الى بيانات دقيقه حولها وتختلف المناهج باختلاف المواضيع ولكل منهج وظيفته وخصائصه التي يستخدمها كل باحث في ميدان اختصاصه (بوحوش والزنيبات، 2001).

وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي في الدراسة التجريبية، والذي يقوم على أساس وجود متغير مستقل وهو البرنامج الإرشادي، ومتغير تابع وهو إدمان ألعاب الإنترنت، وقد استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يقضي بوجود مجموعتين تجريبية وضابطة لغرض تقييم فاعلية برنامج الإرشادي السلوكي في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى عينة الدراسة الحالية من تلاميذ المرحلة الابتدائية، ويوضح الشكل (1) التصميم التجريبي للدارسة:



شكل (1) يوضح التصميم التجريبي للدراسة

مجتمع وعينة الدراسة.

مجتمع الدراسة:

يتمثل في تلاميذ الصف السادس الابتدائي في مدارس محافظة البكيرية.

عينة الدراسة:

وقد تم تطبيق مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لتلاميذ المرحلة الابتدائية على عدد (215) من تلاميذ الصف السادس الابتدائي في محافظة البكيرية موزعين على عدد تسع مدارس وقد تم اختيارهم بطريقة العينة الميسرة او المتاحة وتم استبعاد عدد (13) مفردة لعدم استكمال البيانات ليصبح العدد الكلي (202) مفردة وبعد التأكد من نتائج مقياس ألعاب الإنترنت تم استبعاد الطلاب اصحاب الدرجات المنخفضة والمتوسطة في إدمان العاب الانترنت وتم اختيار الطلاب الذين حصلوا على درجات مرتفعة على المقياس وكان عددهم (80) طالبا.

عينة الدراسة الاستطلاعية:

تقتصر على عدد (20) تلميذا من تلاميذ الصف السادس الابتدائي والذين تبين ان مستوى إدمان ألعاب الإنترنت عندهم مرتفع بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس ألعاب الإنترنت لتلاميذ المرحلة الابتدائية المستخدم بالدراسة وتم استبعادها من مجتمع الدراسة.

عينة الدراسة الأساسية:

تقتصر على عدد (60) مفردة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي من التلاميذ الذكور. وقد تراوحت أعمارهم بين (11-12) سنة، بمتوسط عمري (11.2)، وانحراف معياري (0.783)، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين، الأولى المجموعة التجريبية وعددها (30) تلميذ والثانية المجموعة الضابطة وعددها (30) تلميذ ويوضح الجدول (1) التالي عينة الدراسة النهائية:

جدول (1) يوضح توزيع عينة الدراسة الاساسية (التجريبية والضابطة).

المدرسة /الصف	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة
	الصف السادس الابتدائي	الصف السادس الابتدائي
مدرسة عبدالرحمن الفيصل	4	4
مدرسة ابي جعفر المدني	5	4
مدرسة الأنصار	-	4
مدرسة الشيخ محمد بن عبدالوهاب	4	5
مدرسة الأمام سعود الكبير	4	4
مدرسة القادسية	-	4
مدرسة الليث بن سعد	5	-
مدرسة الحديبية	4	-
مدرسة عمر بن عبدالعزيز	4	5
الإجمالي	**30**	**30**

أدوات الدراسة:

تشتمل أدوات الدراسة التجريبية على الأدوات التالية:

1-استمارة البيانات الديمغرافية (إعداد الباحث)

- **هدف الاستمارة:** تهدف هذه الاستمارة إلى التعرف على البيانات الديمغرافية للتلاميذ الذكور بالمجموعة التجريبية ممن يعانون من إدمان ألعاب الإنترنت، حيث يقوم التلاميذ بملء هذه الاستمارة بشكل فردي؛ وذلك للتحقق من تكافؤ عدد من الجوانب الخاصة بالتلاميذ، وتسهل وتختصر الوقت في الحصول على بياناتهم قبل البدء بالجلسات الإرشادية.
- **وصف الاستمارة:** تتكون الاستمارة من عدت بنود هي: بيانات المفحوص (العمر، والمدرسة والصف الدراسي وبيانات التواصل)، وبيانات الأسرة (عدد أفراد الأسرة، والترتيب الميلادي، وحالة الزواج للوالدين)، وبيانات المستوى التعليمي للأب والأم، وبيانات مهنة الأب والأم، إلى جانب بيانات أخرى عن متوسط دخل الأسرة الشهري.
- **تحكيم الاستمارة:** تم عرض الاستمارة على عشرة من أساتذة علم النفس والإرشاد النفسي والصحة للتحقق من سلامة العبارات ومناسبتها للتطبيق على أفراد العينة بالمجتمع السعودي، وقد أبدوا بعض الملاحظات على تعديل طريقة عرض البدائل (مثل: اقضي على العاب الإنترنت وقتاً أطول مما كنت أنوي، إلى اجلس على العاب الإنترنت وقتاً أطول مما كنت أنوي، أمحو الصفحات ومواقع الألعاب التي زرتها قبل الخروج من الإنترنت، إلى أقوم بمحو الصفحات ومواقع الألعاب التي زرتها قبل الخروج من الإنترنت، وغيرها من الملاحظات التي تم الأخذ بجميعها.

2- مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لتلاميذ المرحلة الابتدائية:

- **هدف المقياس:** يهدف المقياس إلى تحديد مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية.

– **وصف المقياس:** اعتمد الباحث في بناء المقياس على الإطار النظري للدراسة واسترشادا ببعض الأدبيات والمقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة التي أقيمت في إطار هذا السياق كمقياس كل من العصيمي (2010) وقدوري (2015) ويوسف (2019) ومن ثم عرضه على السادة المختصين في مجال الإرشاد النفسي والصحة النفسية وبعد الانتهاء من إجراءات صدق المحكمين قام الباحث بتطبيق إجراءات الصدق والثبات.

– **تصحيح المقياس:** تتم الاستجابة على المقياس في ضوء تدريج ليكرت الخماسي لتحديد درجة إدمان ألعاب الإنترنت، حيث تتم الاستجابة للمقياس باختيار استجابة من خمسة استجابات التالية: (تنطبق كثيرًا جدًا، تنطبق كثيرًا، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق قليلاً، لا تنطبق)، لتقابل الدرجات(5، 4، 3، 2، 2)، وكلما زادت الدرجة كان ذلك دليلاً على وجود مستوى مرتفع من إدمان ألعاب الإنترنت بينما تكون هذه التقديرات في اتجاه عكسي (1، 2، 3، 4، 5)، وكلما قلت الدرجة كان ذلك دليلاً على وجود مستوى منخفض من إدمان ألعاب الإنترنت.

ويمكن الحكم على مقياس مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال المتوسط المرجح من خلال ترميز وإدخال البيانات إلى الحاسب الآلي، وتحديد طول خلايا مقياس ليكرت الخماسي (الحدود الدنيا والعليا)، ثم يتم حساب المدى = أكبر قيمة – أقل قيمة (5 – 1 = 4)، ثم تم تقسيمة على عدد خلايا المقياس للحصول على طول الخلية المصحح (4/5= 0.80) وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس أو بدايته وهي الواحد الصحيح وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طول الخلايا كما يلي:

جدول (2) يوضح مستويات المتوسطات المرجحة للحكم على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي

المتوسطات	المستوى	
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البُعد من 1 إلى 1,79	لا تنطبق	مستوى منخفض جداً
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البُعد من 1.81 إلى 2,59	تنطبق قليلاً	مستوى منخفض
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البُعد من 2.61 إلى 3,39	تنطبق بدرجة متوسطة	مستوى متوسط
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البُعد من 3.40 إلى 4.20	تنطبق كثيرًا	مستوى مرتفع
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البُعد من 4.20 إلى 5	تنطبق كثيرًا جدًا	مستوى مرتفع جداً

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولا: صدق المقياس:

قام الباحث بالتحقق من صدق المقياس بالطرق الآتية:

أ–صدق المحتوي "الصدق المنطقي":

وللتحقق من هذا النوع من الصدق قام الباحث بما يلي:

– الاطلاع على الأدبيات والكتب، والأُطر النظرية، والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت المقاييس المستخدمة في إدمان ألعاب الإنترنت.

– تحليل هذه الأدبيات والبحوث والدراسات وذلك للوصول إلى الفقرات المرتبطة بمشكلة الدراسة، وذلك لتحديد البرنامج الإرشادي المناسب لتخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية.

ب- الصدق الظاهري "صدق المحكمين":

قام الباحث بعرض المقياس على عدد (10) من المحكمين المتخصصين في علم النفس والإرشاد النفسي والصحة النفسية، بعد تحديد المفهوم الإجرائي لإدمان ألعاب الإنترنت، وأبعاده، للحكم علي مدي ملائمة الفقرات والعبارات لفئة تلاميذ المرحلة الابتدائية، ومدى انتمائه لأبعاد إدمان العاب الإنترنت، مع الحكم على جودة الصياغة اللغوية للعبارات، وقد تم الأخذ بملاحظات المحكمين وإجراء التعديلات المطلوبة والعمل علي حذف العبارات التي كانت نسبة الاتفاق عليها أقل من (90%) بالإضافة إلى التعديل في صياغة بعض العبارات، وبالتالي أصبح عدد العبارات النهائية للمقياس بعد ملاحظات المحكمين (20) عبارة.

جدول (3) يوضح اراء السادة المحكمين حول فقرات المقياس (ن = 10)

م	عدد المحكمين		%	م	عدد المحكمين		%
	موافق	غير موافق			موافق	غير موافق	
1	10	-	%100	11	10	-	%100
2	10	-	%100	12	9	1	%90
3	10	-	%100	13	10	-	%100
4	9	1	%90	14	10	-	%100
5	10	-	%100	15	10	-	%100
6	9	1	%90	16	10	-	%100
7	10	-	%100	17	9	1	%90
8	10	-	%100	18	10	-	%100
9	10	-	%100	19	10	-	%100
10	10	-	%100	20	9	1	%90

يوضح الجدول السابق انه يوجد نسبة اتفاق عالية بين الساده المحكمين على مدى ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس والتي تراوحت بين (90% إلى 100%) مما يؤكد على صلاحيه المقياس وجاهزيته للتطبيق الميداني.

ج – الاتساق الداخلي:

تم التأكد من تماسك وتجانس عبارات مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون، حيث اعتمد الباحث لحساب صدق الاتساق الداخلي لارتباط كل عبارة في الأداة مع الدرجة الكلية للمقياس على عينة استطلاعية عددها (20) مفردة من تلاميذ المرحلة الابتدائية. وقد تبين أنها معنوية، وأن معامل الصدق مقبول كما يتضح من الجدول (4).

جدول (4) معاملات الارتباط لعبارات مقياس العاب الإنترنت لتلاميذ الصف السادس الابتدائي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=20)

م	الفقرات	معامل الارتباط
1	فقرة 1	0.712**
2	فقرة 2	0.780**
3	فقرة 3	0.763**
4	فقرة 4	0.650**
5	فقرة 5	0.802**

م	الفقرات	معامل الارتباط
6	فقرة 6	0.582**
7	فقرة 7	0.728**
8	فقرة 8	0.868**
9	فقرة 9	0.831**
10	فقرة 10	0.716**
11	فقرة 11	0.610**
12	فقرة 12	0.787**
13	فقرة 13	0.784**
14	فقرة 14	0.742**
15	فقرة 15	0.819**
16	فقرة 16	0.861**
17	فقرة 17	0.697**
18	فقرة 18	0.700**
19	فقرة 19	0.756**
20	فقرة 20	0.710**

**مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول السابق أن

جميع معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس تراوحت ما بين (0.582**-0.868**) والفقرات دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.01) مما يشير الي صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس لقياس الغرض الذي أعدت من أجله وهو تحديد مستوى إدمان العاب الإنترنت لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي في محافظة البكيرية.

ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقتين:

- **طريقة ألفا كرونباخ.**
- **طريقة التجزئة النصفية.**

لقياس مدى ثبات أداة الدراسة استخدم الباحث (معادلة ألفا كرونباخ) Cronbach's Alpha للتأكد من ثبات أداة الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (20) تلميذ من تلاميذ الصف السادس الابتدائي في محافظة البكيرية ثم قام ايضاً باستخدام طريقة التجزئة النصفية (Split half Reliability) وفيها قام الباحث بتقسيم اسئلة المقياس إلى نصفين حيث النصف الأول يتكون من الاسئلة الفردية والنصف الثاني يتكون من الاسئلة الزوجية والجدول الآتي يوضح قيم معامل الثبات:

جدول (5) معامل ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية لمقياس إدمان العاب الإنترنت لدى التلاميذ (ن=20)

مقياس ادمان العاب الانترنت	عدد الفقرات	الفا كرونباخ	معامل ثبات التجزئة النصفية		
			معامل الارتباط بين النصفين	بمعادلة سبيرمان – براون Spearman-Brown	بمعادلة جتمان Guttman
	20	0.957	0.929	0.963	0.963

يوضح الجدول السابق أن:

معاملات ثبات مقياس ادمان العاب الانترنت ككل ذات قيم مرتفعة ومقبولة بحسب مقياس الفا كرونباك حيث بلغ (0.957) وايضاً بحسب معامل الثبات بطريق التجزئة بلغ (929,) وقد استخدم الباحث معادلة التصحيح لسبيرمان براون حيث يتم فيها التعويض بمعامل الارتباط بين نصفي الاختبار ليتم الحصول على معامل ثبات المقياس ككل وقد بلغ ثبات الاختبار الكلي (963,) كما تم استخدام معادلة التصحيح لجتمان والتي تضع في الحسبان تباينات النصف الأول من الاستبيان وتباينات الاستبيان ككل وهذا لا يتوفر في معادلة سبيرمان براو– وقد بلغ الثبات باستخدام معادلة جوتمان (963,).(Nunnally & Bernstein, p264, 1994)

3– البرنامج الارشادي (إعداد الباحث):

يمكن تحديد مفهوم البرنامج الإرشادي في الدراسة الحالية بأنه الممارسة الإرشادية المنظمة تخطيطاً، وتنفيذاً، وتقييماً والمستمدة من الاتجاه الانتقائي التكاملي لأساليب وفنيات إرشادية متنوعة، يتم تنسيق مراحلها وأنشطتها وخبراتها وإجراءاتها وفق جدول زمني متتابع في صورة جلسات إرشادية فردية، وجماعية، وفي ضوء جو نفسي آمن يتيح لأعضاء المجموعة الإرشادية المشاركة الإيجابية، والتفاعل المثمر التقليل من ادمان التلاميذ لألعاب الانترنت بشكل مؤثر وفعال.

أ–الهدف العام للبرنامج الإرشادي:

يهدف البرنامج إلى تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى أفراد المجموعة التجريبية من تلاميذ الصف السادس الابتدائي، وذلك في ضوء أسس ومبادئ نظريات إرشادية مناسبة لتحقيق هذا الهدف.

ب– الأهداف الإجرائية للبرنامج:

1– تعريف أفراد المجموعة التجريبية بالبرنامج، وأهدافه، وعدد جلساته، ومدته وإقامة علاقة إيجابية مع أفراد المجموعة التجريبية.

2– تعريف أفراد المجموعة التجريبية بمفهوم السلوك الإرشادي ومكوناته.

3– تعريف أفراد المجموعة التجريبية بمفهوم إدمان ألعاب الإنترنت وأعراضه.

4– تعريف أفراد المجموعة بالفرق بين السلوكيات الارشادية والعدوانية والسلبية.

5– تدريب أفراد المجموعة على التمييز بين الاستجابة الارشادية، والعدوانية، والسلبية.

6– تدريب أفراد المجموعة التجريبية على كيفية مواجهة الآخرين والتعليق على كلامهم في ندوة وبأسلوب مهذب.

7– تدريب أفراد المجموعة التجريبية على كيفية التعرف على الأفكار التي تراودهم أثناء المواقف الاجتماعية التي تتسبب في أعراض إدمان ألعاب الإنترنت.

8– تدريب أفراد المجموعة التجريبية على كيفية مواجهة هذه الأفكار وإعادة بناءها معرفيا.

9– تدريب أفراد المجموعة التجريبية على كيفية التغلب على مظاهر أعراض إدمان ألعاب الإنترنت من خلال فنيات البرنامج الإرشادي.

10– تدريب أفراد المجموعة على استخدام الجوانب غير اللفظية للتوكيد الذاتي أثناء المواقف المحرجة 11– تدريب أفراد المجموعة التجريبية على التمسك برأيه الصائب المبني على الحقائق.

11– تدريب أفراد المجموعة على مهارات التوكيد الذاتي والسلوك التوكيد، من خلال: القدرة على التعبير عن رفض الاستغلال والمساومة، وتوجيه النقد البناء للآخرين وتقبل نقد الآخرين لهم.

ج- أهمية البرنامج:

تتضح أهمية البرنامج المستخدم في الدراسة من خلال:

1- خفض إدمان العاب الإنترنت لدى عينة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي وتنمية مهاراتهم الاجتماعية في المواقف الحياتية المختلفة.

2- تدريب التلاميذ على مهارات السلوك الإيجابي، لمواجهة المواقف الاجتماعية المختلفة.

3- يعد هذا البرنامج من البرامج الوقائية والعلاجية لتنمية مهارات السلوك الارشادي ودليلاً علميًا للمختصين من المرشدين والتربويين والعاملين في مجال التعليم والتوجيه والإرشاد النفسي.

4- قد يفيد الوالدين في أسلوب التعامل مع أبنائهم، وتنمية مهارات السلوك الارشادي لديهم.

5- زيادة المعرفة والوعي بالذات لدى التلاميذ، ويشمل وعي كل فرد من أفراد المجموعة بأسلوب حياته، وهذا ما يساعدهم على البدء بالتطور والتغير ومواجهة المواقف الاجتماعية.

د-المبادئ والأسس العامة التي يقوم عليها البرنامج:

1- مراعاة الخصائص العمرية والنمائية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

2- الاطلاع على الدراسات السابقة العربية والأجنبية والتي تنصب حول موضوع الدراسة.

3- الاطلاع على بعض البرامج الإرشادية العربية والأجنبية التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية.

4- استخدام فنيات واستراتيجيات إرشادية ثبت فاعليتها في دراسات سابقة مشابهة.

5- إعداد الأدوات اللازمة للقيام بالتجربة الاستطلاعية وتحديد العينة التجريبية والتي يتم تطبيق البرنامج الإرشادي عليها.

6- تهيئة الظروف والبيئة الإرشادية الأمنة المناسبة لتطبيق البرنامج من حيث تحديد الزمان والمكان المناسب لعقد الجلسات، وتهيئة الجو الذي يساعد التلاميذ على الاستفادة الكبيرة من تطبيق جلسات البرنامج.

هـ-النظريات الإرشادية التي اعتمد عليها الباحث في بناء البرنامج والفنيات والاستراتيجيات الإرشادية المستخدمة فيه.

1- طوِر الباحث لأغراض هذه الدراسة برنامجاً إرشادياً لخفض إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي تتعدد طرقه ونظرياته وفنياته واستراتيجياته التي اعتمد عليها الباحث في بناء هذا البرنامج وذلك من نظرية الإرشاد المعرفي- السلوكي والاتجاه العقلاني الانفعالي والواقعي والانتقائي، ومن ثم وعلى أساسه تتعدد الأساليب والفنيات المستخدمة في جلساته، وإن تشابهت أهدافها العامة ولكنها في النهاية ستساعد التلميذ على تحقيق ذاته، وتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي والدراسي وتحقيق الصحة النفسية والهناء ومن ثم خفض مستوى إدمانه لألعاب الإنترنت.

2- استخدام الباحث أساليب وفنيات متنوعة مثل المحاضرة، والمناقشة الجماعية، والحوار، وفنية إعادة البناء المعرفي وإسناد المهام السلوكية المتصلة بالإفراط في استخدام الإنترنت، والتغذية الراجعة، وفنية التعزيز والتحفيز وفنية لعب الأدوار، والنمذجة والعصف الذهني، والحث والتشجيع والتدعيم والتعزيز، والواجب المنزلي وغيرها من الفنيات الإرشادية من نظريات مختلفة مناسبة لطبيعة البرنامج.

و- مراحل تصميم البرنامج:

1-مرحلة التهيئة: وهي مرحلة التعارف بين الباحث والمتدربين الذين سيطبق عليهم البرنامج الإرشادي وسيكون بإذن الله خلال الجلسة الأولى.

2-مرحلة الانتقال: وتقوم على أساس إلقاء الضوء على المشكلة الأساسية لدى العينة وهي إدمان التلاميذ لألعاب الإنترنت ومدى خطورة ذلك على صحتهم البدنية والنفسية ومستقبلهم الدراسي.

3-مرحلة العمل والبناء: وهي مرحلة تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي حيث يقوم التلاميذ بممارسة أنشطة البرنامج بشكل فردي وجمعي وستتم في البرنامج المقترح بإذن الله في الجلسات من الرابعة وحتى الحادية عشر.

4-مرحلة الانتهاء من البرنامج: وهي المرحلة الأخيرة والتي تهدف إلى الوقوف على الأهداف التي حققها البرنامج الإرشادي وذلك من خلال إعادة تطبيق الأدوات للكشف عن فعالية البرنامج على المتدربين

ز- المستفيدون من البرنامج:

المستفيدون من هذا البرنامج تلاميذ الصف السادس الابتدائي بمحافظة البكيرية بالمملكة العربية السعودية.

س- مدة البرنامج وعدد جلساته:

يقدم البرنامج خلال عدد (16) جلسة، جلستان في الأسبوع، على مدار (8) أسابيع أي أن البرنامج يستمر لمدة شهران، بخلاف الجلسة الختامية ومدة كل جلسة تتراوح من 45 إلى 55 دقيقة تم تنظيم ذلك في جدول زمني تم فيه توضيح كل المعلومات اللازمة للتلاميذ عن البرنامج ووزع على التلاميذ.

ك- إجراءات البرنامج الإرشادي:

ويمكن تلخيص الخطوات الإجرائية للبرنامج فيما يلي:

- **مرحلة التخطيط والإعداد:** تتمثل في تحديد أهداف البرنامج ووسائل تحقيقها؛ وذلك بعد الرجوع إلى العديد من المصادر، ثم رسم الخطوط العريضة التي يقوم عليها البرنامج الإرشادي، بالإضافة إلى الرجوع للعديد من الدراسات السابقة العربية والأجنبية المتعلقة بمتغير إدمان ألعاب الإنترنت، والاطلاع على البرامج الإرشادية المستخدمة في علاج إدمان ألعاب الإنترنت، ثم البدء في تحديد الأهداف الإجرائية للبرنامج الإرشادي، وتصميم مخطط عام له.

-**مرحلة تنفيذ البرنامج الإرشادي:** تتمثل هذه المرحلة في تطبيق البرنامج الإرشادي وفقًا لعدد من الإجراءات الأساسية، وهي:

- المرحلة التمهيدية: ويتم فيها التعارف بين الباحث وأفراد المجموعة التجريبية من التلاميذ ذوي إدمان ألعاب الإنترنت، وتعريفهم بالبرنامج، وأهدافه، وعدد جلساته، مع تطبيق أدوات الدراسة على أفراد المجموعة التجريبية (القياس القبلي).
- المرحلة التنفيذية: وفي هذه المرحلة يتم تنفيذ جلسات البرنامج المستخدم في الدراسة وهو عبارة عن16جلسة إرشادية.
- المرحلة النهائية: وفيها يتم تقييم البرنامج المستخدم في الدراسة بعد الانتهاء من جلساته، عن طريق تطبيق أدوات الدراسة على أفراد المجموعة التجريبية(القياس البعدي).

-**مرحلة التقييم التتبعي:** وفيها يتم إجراء التقييم التتبعي بعد مرور شهر ونصف من انتهاء البرنامج وذلك للتعرف على مدي استمرار أثر تطبيق البرنامج وبعد فترة المتابعة على أفراد المجموعة التجريبية.

ي- حدود البرنامج:

- حدود البرنامج الزمنية: الفصل الدراسي الثاني من العام 1445هـ.
- مدة البرنامج 8 أسابيع.
- عدد الجلسات 16 جلسة.
- مدة الجلسة من (45-55) دقيقة.
- التوزيع الزمني للجلسات مرتين أسبوعيا.

حدود البرنامج المكانية: مدارس التعليم الابتدائي في محافظة البكيرية.

حدود البرنامج البشرية: تلاميذ الصف السادس الابتدائي في محافظة البكيرية، وسوف تشتمل عينة البرنامج على مجموعتين (المجموعة التجريبية وعددها30 والمجموعة الضابطة وعددها (30) تم اختيارهم بطريقة قصدي.

إجراءات الدراسة:

1- الاطلاع على الأدبيات الخاصة بمتغيرات الدراسة وهي إدمان ألعاب الإنترنت والسلوك الارشادي، حيث تم جمع البيانات والمعلومات المتعلقة بمتغيرات الدراسة من مصادرها المتعددة، من خلال الرجوع للمكتبات، وقواعد المعلومات، والمواقع العلمية الإلكترونية.

2- تحديد مجتمع الدراسة واختيار المجموعتين الضابطة والتجريبية للتطبيق.

3- إعداد البرنامج الإرشادي القائم على تدريب السلوك الارشادي.

4- عرض أدوات الدراسة على مجموعة المختصين في مجال علم النفس والإرشاد النفسي لإبداء ملاحظاتهم وتحكيم المقياس والبرنامج الإرشادي وإجراء التعديلات المطلوبة.

5- التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان ألعاب الإنترنت على عينة استطلاعية من: تلاميذ الصف السادس الابتدائي.

6- تطبيق مقياس إدمان ألعاب الإنترنت في صورته النهائية على عينة الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة.

7- التطبيق البعدي لأدوات الدراسة على تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة.

8- التطبيق التتبعي لأدوات الدراسة بعد شهر ونصف على تلاميذ المجموعة التجريبية.

9- إجراءات الأساليب الإحصائية لنتائج التطبيق وتحليل البيانات والإجابة على أسئلة الدراسة.

10- مناقشة النتائج وتحليلها وطرح التوصيات والمقترحات الدراسية في ضوء نتائج الدراسة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

اعتمد الباحث في تحليل البيانات على الأساليب التالية:

أ- أسلوب التحليل الكيفي: بما يتناسب مع طبيعة موضوع الدراسة.

ب- أسلوب التحليل الكمي: حيث تم معالجة البيانات من خلال الحاسب الآلي باستخدام برنامج (SPSS.V. 25.0) الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وقد طبقت الأساليب الإحصائية الآتية:

1- التكرارات والنسب المئوية.

2- المتوسط المرجح.

3- الوزن النسبي.

4- الانحراف المعياري.

5- المدى.

6- معامل ارتباط بيرسون (R).

7- معامل ثبات (ألفا. كرونباخ): Cronbach's alpha

8- طريقة (التجزئة النصفية): Split half Reliability

9- الرسومات البيانية.

10- اختبار كولموجروف-سميرنوف Kolmogorov-Smirnova واختبار شبيرو – ويلك Shapiro-

11- اختبار (ت) لعينة واحدة: one Sample t-Test

12- اختبار "ت" للعينات المرتبطة: Paired sample t-test

13- اختبار "ت" للعينات المستقلة: two-sample independent t-

14- معامل كوهين (d): لقياس حجم الاثر وتزويد الباحث بمؤشرات الدلالة العملية.

نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها:

الفرض الأول للدراسة والذي مؤداه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (,05) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على التطبيق البعدي على مقياس إدمان الإنترنت".

ولاختبار ذلك الفرض تم التحقق اولاً من شرط الاعتدالية للفرق بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي على مقياس إدمان العاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وذلك طبقاً لمخلالها تعميم النتائج على بقية المجتمع.

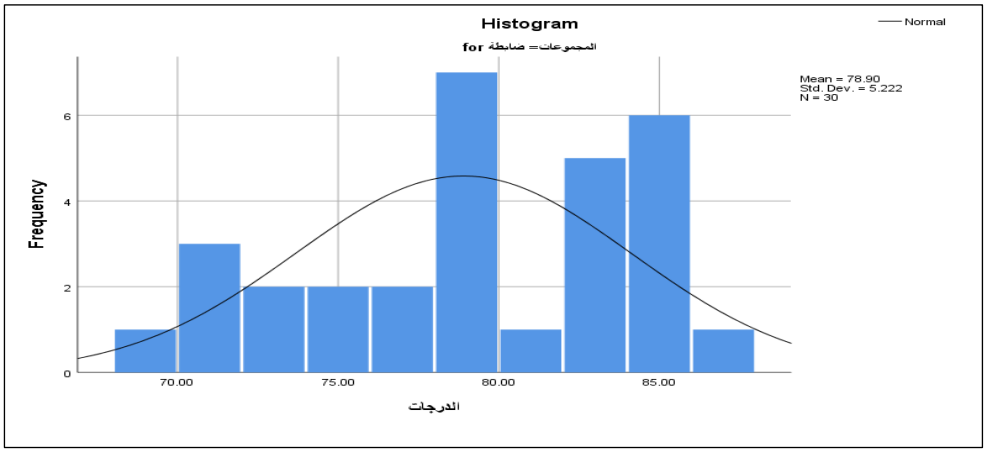
جدول (6) يوضح اختبار شرط الاعتدالية في المجموعة التجريبية والضابطة على التطبيق البعدي على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (ن = 60)

المقياس		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
		قيمة الإحصاء	درجات الحرية (df)	مستوى الدلالة(Sig)	قيمة الإحصاء	درجات الحرية (df)	مستوى الدلالة(Sig)
إدمان ألعاب الإنترنت	ضابطة بعدي	0.078	30	0.200	0.974	30	0.667
	تجريبه بعدي	0.124	30	0.200	0.938	30	0.079

** دال عند (0.01)، * دال عند (0.05)

يوضح الجدول السابق أن:

تم التحقق من توافر شرط الاعتدالية في توزيع البيانات بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية والضابطة على التطبيق البعدي على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لدى التلاميذ وذلك طبقاً لاختبار كولمجروف-سميرنوف وشبيرو-ويلك حيث كان مستوى الدلالة أكبر من (0.05)، ولذلك يمكننا استخدام الاختبارات البارمترية وامكانية تعميم النتائج على بقية أفراد المجتمع.



شكل (2) يوضح التوزيع الاعتدالي للمجموعة التجريبية على التطبيق البعدي

جدول (7) يوضح نتيجة اختبار "ت" two-sample independent t-test للكشف عن دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت (ن = 60)

م	المقياس	القياس /البعدي	العدد(ن)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	درجات الحرية (df)	قيمة (t)	قيمة الدلالة	لصالح	حجم الاثر(كوهين d)
	إدمان ألعاب الإنترنت	ضابطة بعدي	30	78.90	5.22	22.57	58	13.82**	0.00	التجريبية بعدي	1.78
		تجريبية بعدي	30	56.33	7.26						

** دال عند (0.01)، * دال عند (0.05)

يوضح الجدول السابق أن:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي على مقياس إدمان العاب الانترنت لدى التلاميذ حيث جاءت المجموعة الضابطة على التطبيق البعدي بمتوسط حسابي بلغ (78.90)، بينما جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق البعدي بمتوسط حسابي بلغ (56.33)، وكانت نتائج قيمة ت = 13.82 ووهي دالة عند مستوى معنوية (0.01) وبلغ حجم الاثر = 1.78 وهذا يدل على قوة التأثير حيث ان حجم الاثر طبقاً لكوهين (d) اذا كانت قيمته اكبر من او يساوى (≤0.80) دل ذلك على قوة الاثر وتشير تلك النتائج الي انخفاض مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وعلى فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية مجتمع الدراسة. **مما يجعلنا نقبل الفرض الأول والذي مؤداه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على التطبيق البعدي على مقياس إدمان الإنترنت".**

الفرض الثاني للدراسة والذي مؤداه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس إدمان العاب الإنترنت".

ولاختبار ذلك الفرض تم التحقق اولاً من شرط الاعتدالية للفرق بين متوسطات درجات الطلاب في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس إدمان العاب الإنترنت لدى التلاميذ وذلك طبقاً لاختبار كولمجروف-سميرنوف وشبيرو-ويلك وذلك حتى يمكننا من استخدام الاحصاءات البارامترية والتي يمكننا من خلالها تعميم النتائج على بقية المجتمع.

جدول (8) يوضح اختبار شرط الاعتدالية في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (ن = 30)

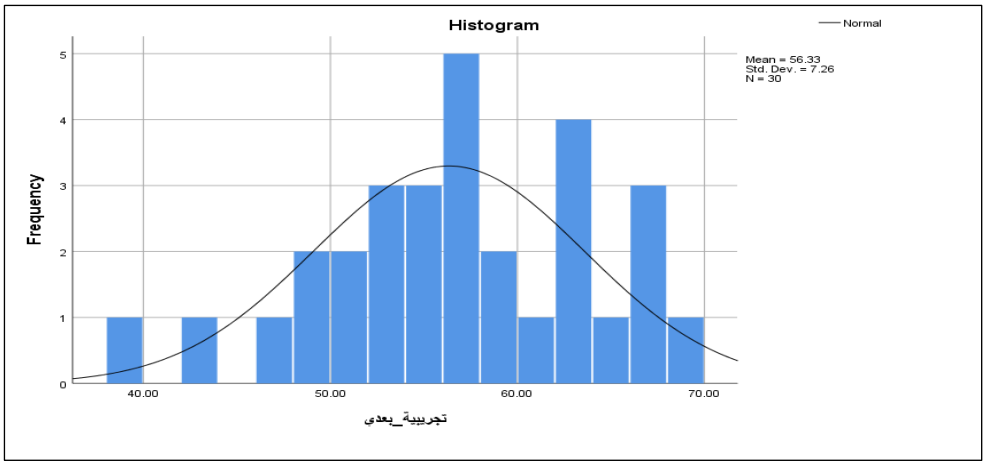
Shapiro-Wilk			Kolmogorov-Smirnov[a]			المقياس	
مستوى الدلالة(Sig)	درجات الحرية (df)	قيمة الإحصاء	مستوى الدلالة(Sig)	درجات الحرية (df)	قيمة الإحصاء		
0.845	30	0.981	200	30	0.103	تجريبه قبلي	إدمان ألعاب الإنترنت
0.667	30	0.974	200	30	0.087	تجريبه بعدي	

** دال عند (0.01)، * دال عند (0.05)

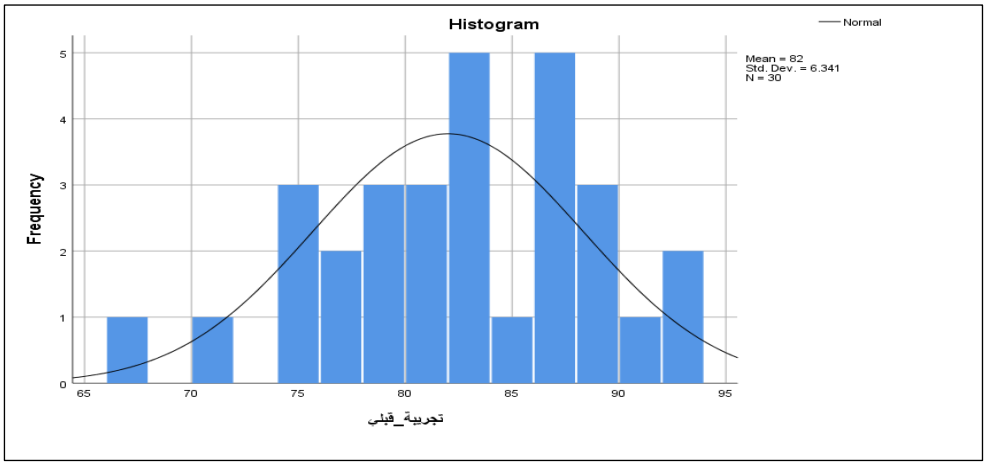
يوضح الجدول السابق أن:

تم التحقق من توافر شرط الاعتدالية في توزيع البيانات بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لدى التلاميذ وذلك طبقاً لاختبار كولمجروف-

سميرنوف وشبيرو–ويلك وتم الاعتماد على نتائج شبيرو–ويلك لأنه يصلح أفضل مع العينات الصغيرة حيث كان مستوى الدلالة أكبر من (0.05) ولذلك يمكننا استخدام الاختبارات البارمترية لتوضيح الفروق بين القياسين.



شكل (3) يوضح التوزيع الاعتدالي للمجموعة التجريبية على التطبيق القبلي



شكل (4) يوضح التوزيع الاعتدالي للمجموعة التجريبية على التطبيق البعدي

جدول (9) يوضح نتيجة اختبار "ت" Paired sample t-test للكشف عن دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت (ن = 30)

م	المقياس	القياس القبلي/البعدي	العدد(ن)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	درجات الحرية (df)	قيمة (t)	قيمة الدلالة	لصالح	حجم الاثر(كوهين d)
	إدمان ألعاب الإنترنت	تجريبية قبلي	30	82.00	6.34	25.67	29	15.26**	0.00	التجريبية بعدي	2.79
		تجريبية بعدي	30	56.33	7.26						

** دال عند (0.01)، * دال عند (0.05)

يوضح الجدول السابق أن:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس إدمان العاب الانترنت لدى التلاميذ حيث جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق القبلي بمتوسط حسابي بلغ (82.00)، بينما جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق البعدي بمتوسط حسابي بلغ (56.33)، وبلغت قيمة ت = 15.26 وكانت دالة عند مستوى المعنوية (0.01) وكان حجم الاثر = 2.79 وهذا يدل على قوة التأثير حيث ان حجم الاثر طبقاً لكوهين (d) أنه اذا كانت قيمته اكبر من او يساوى (≤0.80) دل ذلك على قوة الاثر وتشير تلك النتائج الي انخفاض مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وعلى فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية مجتمع الدراسة. **مما يجعلنا نقبل الفرض الثاني والذي مؤداه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس إدمان العاب الإنترنت".**

الفرض الثالث للدراسة والذي مؤداه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي على مقياس إدمان الإنترنت".

ولاختبار ذلك الفرض تم التحقق اولاً من شرط الاعتدالية للفرق بين متوسطي درجات الطلاب في المجموعة التجريبية للتطبيق البعدي والتتبعي على مقياس إدمان العاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وذلك طبقاً لاختبار كولجروف-سميرنوف وشبيرو-ويلك وذلك حتى يمكننا من استخدام الاحصاءات البارامترية والتي يمكننا من خلالها تعميم النتائج على بقية المجتمع.

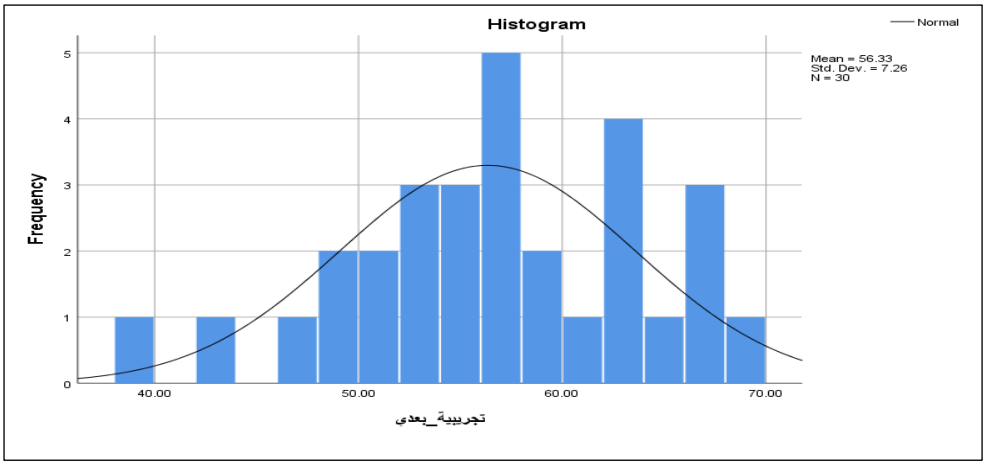
جدول (10) يوضح اختبار شرط الاعتدالية في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (ن = 30)

المقياس		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
		قيمة الإحصاء	درجات الحرية (df)	مستوى الدلالة(Sig)	قيمة الإحصاء	درجات الحرية (df)	مستوى الدلالة(Sig)
إدمان ألعاب الإنترنت	تجريبية بعدي	0.087	30	200	0.974	30	0.667
	تجريبه تتبعي	0.074	30	200	0.973	30	0.629

** دال عند (0.01)، * دال عند (0.05)

يوضح الجدول السابق أن:

تم التحقق من توافر شرط الاعتدالية في توزيع البيانات بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية مجتمع الدراسة وذلك طبقاً لاختبار كولجروف-سميرنوف وشبيرو-ويلك حيث كان مستوى الدلالة اكبر من (0.05)، ولذلك يمكننا استخدام الاختبارات البارمترية وامكانية تعميم النتائج على بقية أفراد المجتمع.



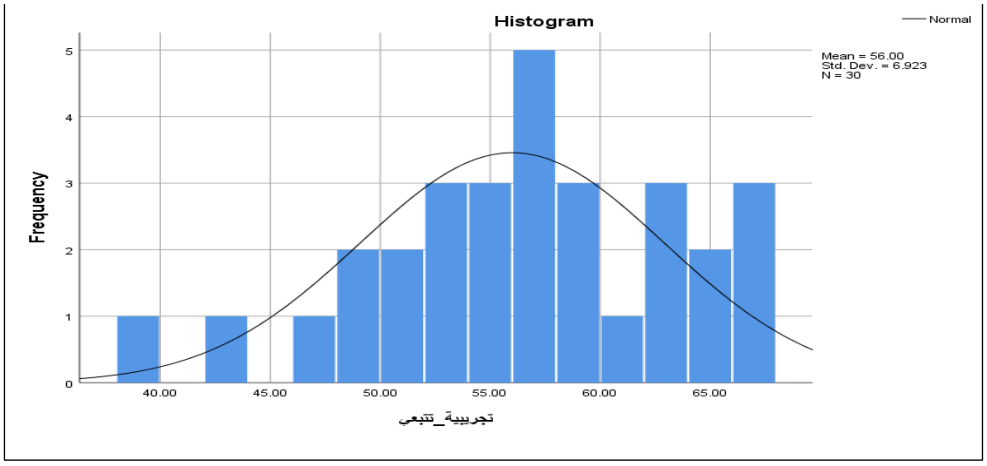
جدول (11) يوضح نتيجة اختبار "ت" Paired sample t-test للكشف عن دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي على مقياس إدمان ألعاب الإنترنت (ن = 30)

م	المقياس	القياس/البعدي والتتبعي	العدد(ن)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	درجات الحرية (df)	قيمة (t)	قيمة الدلالة	لصالح	مستوى المعنوية
	إدمان ألعاب الإنترنت	تجريبية بعدي	30	56.33	7.26	0.33	29	1.78	0.09	-	غير دال
		تجريبية تتبعي	30	56.00	6.92						

** دال عند (0.01)، * دال عند (0.05)

يوضح الجدول السابق أنه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي على مقياس إدمان العاب الانترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية مجتمع الدراسة حيث جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق البعدي بمتوسط حسابي بلغ (56.33)، بينما جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق التتبعي بمتوسط حسابي بلغ (56.00)، وكانت نتائج قيمة ت = 1.78 وهي غير دالة احصائياً لأن مستوى المعنوية أكبر من (0.05). مما يؤكد استمرارية نفس النتائج السابقة التي حققها البرنامج **الإرشادي في التخفيف** من مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية مما يدل على أن التغييرات التي طرأت على حالات الدراسة من جراء البرنامج الارشادي ظلت ثابتة بنفس التحسن الذي طرأ عليها في مرحلة التدخل في التطبيق البعدي للمجموعة التجريبية، هذا ويشير الباحث الي أن فترة التوقف التي عقبت مرحلة التتبع كانت شهر وقد تكون هذه الفترة صغيرة وخصوصاً مع طبيعة التلاميذ مدمنو العاب الانترنت. **مما يجعلنا نرفض الفرض الثالث للدراسة والذي مؤداه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي على مقياس إدمان العاب الإنترنت".**



شكل (6) يوضح التوزيع الاعتدالي للمجموعة التجريبية على التطبيق التتبعي

تفسير النتائج والإجابة على التساؤلات

السؤال الأول: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الدرجات للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس إدمان الانترنت في التطبيق البعدي؟

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي على مقياس إدمان العاب الانترنت لدى التلاميذ حيث جاءت المجموعة الضابطة على التطبيق البعدي بمتوسط حسابي بلغ (78.90)، بينما جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق البعدي بمتوسط حسابي بلغ (56.33)، وكانت نتائج قيمة ت = 13.82 ووهي دالة عند مستوى معنوية (0.01) وبلغ حجم الاثر = 1.78 وهذا يدل على قوة التأثير حيث ان حجم الاثر طبقاً لكوهين (d) اذا كانت قيمته اكبر من او يساوى (≤0.80) دل ذلك على قوة الاثر وتشير تلك النتائج الي انخفاض مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وعلى فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية مجتمع الدراسة.

ويمكن تفسير هذه النتائج التي تم التوصل إليها في ضوء التنوع الكمي والكيفي للفنيات والأساليب التي اعتمدها البرنامج حيث ساهمت تلك الفنية المتنوعة في تحقيق الأهداف المرجوة من العملية التدريبية، فقد تخلل البرنامج أنشطة وفعاليات مختلفة مثل المحاضرة، والنمذجة، وفنية إيقاف التفكير، والتعبير عن الذات، والتعزيز الإيجابي الذاتي، والمناقشة والحوار حيث تعد هذه الفنية أساسية ومهمة، كونها تركز بشكل أساسي على التفاعل والاتصال بين أفراد المجموعة التجريبية، ومن خلال هذا التفاعل يتم تبادل الآراء واتخاذ القرارات وتقبل المتبادل مما يتيح للمشاركين فرصة التعبير عن دعواتهم ومشاعرهم وأفكارهم ومشكلاته وهذا يتوافق مع دراسة (مرزوق، 2010) كما أن التدريبات والمهام المنزلية التي يتم اسنادها للطلاب وتصويبها في المحاضرات قد زادت من فرض تحقق الهدف من البرنامج وهذا يتوافق مع دراسة كل من (ابو غزالة، 2010) ودراسة يوسف (2019) ودراسة (أبو الحسن، 2020) كما يمكن عزو السبب أيضا في استمرار فعالية أثر البرنامج التدريبي إلى الأجواء الإيجابية التي سادت الجلسات التدريبية والمناخ النفسي الآمن الذي اشعرهم بالانتماء والثقة والمشاركة الإيجابية والتأثر

والتأثير، إضافة إلى تفاعل أفراد المجموعة التجريبية الإيجابي وحضورهم وانتظامهم ورغبتهم الصادقة في المشاركة وهذا يتوافق مع ما جاء في دراسة (قويدر، 2012) حيث أن شعور المتدرب بالأمان ومشاركته في التمرينات العملية والشفهية زاد من هذه الفاعلية. كما تفسر هذه النتائج في ضوء عدم تعرض أفراد المجموعة الضابطة للبرنامج وفنياته، وبالتالي فإن أفراد هذه المجموعة لم يطرأ عليهم أي تحسن في القياسات البعدية للسلوك الارشادي، لذا فإن الفروق في درجا ت القياس البعدي سيكون أمرا طبيعيا لصالح أفراد المجموعة التجريبية التي تبقى عليهم البرنامج وهذا يتوافق مع دراسة (عبدالسلام، 2011) ودراسة (شاهين، 2015)

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس إدمان الانترنت على القياسين القبلي والبعدي؟

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس إدمان العاب الانترنت لدى التلاميذ حيث جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق القبلي بمتوسط حسابي بلغ (82.00)، بينما جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق البعدي بمتوسط حسابي بلغ (56.33)، وبلغت قيمة ت = 15.26 وكانت دالة عند مستوى المعنوية (0.01) وكان حجم الاثر = 2.79 وهذا يدل على قوة التأثير حيث ان حجم الاثر طبقاً لكوهين (d) أنه اذا كانت قيمته اكبر من او يساوى (≤0.80) دل ذلك على قوة الاثر وتشير تلك النتائج الي انخفاض مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وعلى فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في تخفيف مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى عينة الدراسة في المجموعة التجريبية في القياس البعدي ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى ما قدمه البرنامج من معلومات نظرية وتطبيقية تفاعل معها الطلاب وفقا لخطة محددة من الإجراءات والأنشطة المصاحبة مما جعل الطلاب يعيدون التفكير في ممارساتهم ذاتيا ويقومون بتقييم تجاربهم السابقة مع الألعاب وتحديد المخاطر التي تعرضوا لها من خلال الأنشطة الكتابية والتي ساعدتهم في تقليل ساعات الألعاب بناء على وضع مقترحات عمليه في البرنامج تقلل ساعات المكوث على الألعاب كوسيلة المنبه وكروت الذكريات والمنع القطعي ونحوها مما تم تقديمه في البرنامج وهذا يتوافق مع دراسة كل من (الحمصي، 2010)ودراسة (السويلمي، 2014) ودراسة (المهداوي، 2019) كما يمكن عزو السبب أيضا إلى أن الطلاب في المجموعة التجريبة في القياس القبلي لم تكن لديهم الفكر الكافية عن المخاطر التي ممكن أن تحدثها لهم الألعاب وربما كان في اعتقادهم أن هذه الألعاب هي الوسيلة الوحيدة لقضاء أوقات سعيدة وهذا يتوافق مع دراسة (العمار، 2014) ودراسة (يوسف 2019)

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس إدمان الانترنت؟

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي على مقياس إدمان العاب الانترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية مجتمع الدراسة حيث جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق البعدي بمتوسط حسابي بلغ (56.33)، بينما جاءت المجموعة التجريبية على التطبيق التتبعي بمتوسط حسابي بلغ (56.00)، وكانت نتائج قيمة ت = 1.78 وهي غير دالة احصائياً لأن مستوى المعنوية أكبر من (0.05). مما يؤكد استمرارية نفس النتائج السابقة التي حققها البرنامج **الإرشادي في التخفيف** من مستوى إدمان ألعاب الإنترنت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة البكيرية مما يدل على أن التغييرات التي

طرأت على حالات الدراسة من جراء البرنامج الارشادي ظلت ثابتة بنفس التحسن الذي طرأ عليها في مرحلة التدخل في التطبيق البعدي للمجموعة التجريبية، ويمكن تفسير هذا الثبات للنتائج في القياس التتبعي إلى أن البرنامج قدم الأنشطة والتدريبات والمعلومات النظرية بصورة أكثر قبولا لدى الطلاب بسبب مشاركتهم الدائمة وتطبيق البرنامج على نحو نشط وتجنب الالقاء أو نظام المحاضرات مما جعل هذا البرنامج يكسب المتدربين مهارات فعلية يمارسونها بشكل طبيعي وليس حفظا وتلقين يمكن أن ينسى بعد انتهاء البرنامج كما يمكن أن يعود السبب إلى متابعة المدرب للطلاب المتدربين وتزيدهم بالنشرات الموجهة والتواصل مع معلميهم وأولياء الأمور مما جعل المتدربين يشعرون بجدية البرنامج وهذا يتوافق مع دراسة (عطية، 2019) ودراسة (خليدة ومهرية، 2020) ودراسة (بداني، 2022).

توصيات الدراسة:

في ضوء نتائج هذه الدراسة، يقترح الباحث ما يلي:

1- الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في مجال التوعية بأضرار الألعاب الانترنت على الأطفال في المرحلة الابتدائية

2- دعم وتنمية الجوانب الإرشادية لدى المدراء والمعلمين وأولياء الأمور حتى يكونوا قادرين على دعم التلاميذ في هذا البرنامج ويكون أيضا القدوة الحسنة لهم، ويتم ذلك من خلال التدريب على البرامج الإرشادية.

3- الاهتمام بعمل برامج إعلامية وتثقيفية تعنى بأهمية الجانب الإرشادي وكيفية ممارسته في الظروف والأوقات المختلفة.

4- الاستفادة من نتائج الدراسات المختصة في توجيه أنظار المسؤولين سواء معلمين أو أولياء أمور أو أجهزة كالوزارات والجهات المعنية لحماية المجتمع من أضرار العالم الرقمي الجديد.

بحوث مقترحة:

من خلال ما أسفرت عنه نتائج الدراسة، يقترح الباحث الدراسات العلمية الآتية:

1- إجراء دراسات مشابهه لهذه الدراسة على عينات أخرى مع مراعاة اختلاف الفئة العمرية.

2- إجراء دراسة مماثلة لتنمية السلوك الارشادي لدى طالبات المرحلة الابتدائية.

3- القيام ببناء برامج إرشادية لتطوير وتنمية السلوك الارشادي لدى الطلبة عبر المراحل التعليمية المختلفة.

المراجع:

أبو الحسن، محمد محمود. (2020). فعالية برنامج إرشادي مقترح لتخفيف الإدمان الرقمي لدي طلاب الصف السادس الأساسي بالمنطقة الشرقية، *مؤتمر التعليم الافتراضي وجودة الحياة في التنمية المستدامة-الإمارات العربية المتحدة*.

ابو غزالة، سميرة على جعفر. (2010). فاعلية برنامج للإرشاد بالواقع في خفض حدة إدمان الإنترنت ورفع تقدير الذات لدى طلاب الجامعة، *مجلة الارشاد النفسي، مركز الارشاد النفسي، كلية التربية، جامعة عين شمس*، مصر (25).

أرنوط، بشرى إسماعيل. (2007). إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين، *مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق*، م 55(1)، 33-96.

التركي، نازك عبد الصمد. (2015). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض الوحدة النفسية وتحسين الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت. *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر*، (162). ج1. 11-56.

السيد، رشا محمود. (2020). ادمان العاب الانترنت وعلاقته بتقدير الذات لدى عينه من الأطفال. مجلة كلية التربية. جامعه كفر الشيخ. (4). مج 20، 85–324.

بوحوش، عمار والزنيبات، محمد محمود. (2001). مناهج الدراسة العلمي وطرق اعداد البحوث، (ط.3)، ديوان المطبوعات الجامعيه، الجزائر.

حامدى، صبرينة. (2015). الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالاغتراب النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية الوادي، *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية والعلوم الاسلامية، جامعة باتنه.

حموش، ابتسام، 2016، استخدام الاطفال للإنترنت وتأثيرها على تحصيلهم الدراسي، تلاميذ مدرسة بوراس عبدالرحمن نموذجا، رسالة *ماجستير في علوم الاعلام والاتصال*، تخصص اتصال وعلاقات عامة.

خليدة، مهرية. (2020). تأثير الألعاب الإلكترونية باستخدام الهواتف الذكية على تحصيل التلاميذ من وجهة نظر أمهاتهم، *المجلة العربية للتربية النوعية*، الجزائر، (13)، 26-37.

رمضان، منى سعيد عباس وخميس، ايمان احمد ويونس، ياسمينا محمد. (2022). فاعلية برنامج ارشادي سلوكي معرفي لتحسين السلوك التفاعلي للأطفال غير العاديين بقاعات الدمج. *مجلة كلية التربية. جامعة المنوفية*. (4). ج2. 246-274.

زهران، حامد عبدالسلام. (2005). علم النفس النمو الطفولة والمراهقة(ط2). القاهرة: دار علم الكتب.

سماح عبد الفتاح مرزوق، 2010، برامج الاطفال المحسوبة، ط1، دار المسيرة للنشر، عمان

السويلمى، شذى على محمد، إدمان استخدام الاجهزة الإلكترونية وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي والثقة بالنفس لدى طلاب وطالبات الصف الثالث متوسط بمدينه الرياض، *رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة نايف العربية للعلوم الامنية، كلية العلوم الاجتماعية والادارية، قسم علم النفس

شاهين، محمد أحمد. (2015). فاعلية برنامج إرشادي معرفي- سلوكي في خفض إدمان الإنترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين، *مجلة جامعة الأقصى سلسلة العلوم الإنسانية*، (19)، ص358-390.

عبد العزيز، فاطمة سامي ناجي. (2011). المخاطر الناجمة من الألعاب الكترونية التي يمارسها طفل الروضة وأساليب الوقاية منها، *مجلة كلية التربية، جامعة طنطا*، (43)، ص67-85.

عبدالله، محمد (2015)، إدمان الإنترنت وعلاقته بسمات الشخصية المرضية لدى الاطفال والمراهقين، *رساله ماجستير غير منشورة*، مجله الطفولة العربية، العدد الرابع والستون، جامعه حلب.

العمار، خالد (2014) إدمان الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعه دمشق، فرع درعا، *مجله جامعة دمشق*، 30(1)، سوريا، جامعة دمشق.

فتوح، رزق عبد الحميد. (2010). *فاعلية برنامج بالوسائط المتعددة لتنمية الذكاء الوجداني لدى الطلبة الذين يسيئون استخدام الإنترنت* [*رسالة دكتوراه غير منشورة*]. *جامعة عين شمس* قاعدة بيانات الرسائل العلمية، جامعة عين شمس.

فوزي، أحمد سعيد السيد. (2016). فاعلية برنامج مقترح للتحكم في إدمان الإنترنت [*رسالة ماجستير غير منشورة*، معهد الدراسات العليا للطفولة] قاعدة بيانات الرسائل العلمية، جامعة عين شمس.

قدوري، يوسف. (2015). إدمان استخدام الإنترنت وعلاقته ببعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلبة جامعة غرداية، *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، الجزائر، (19)، 216-231.

قنيطة، أحمد بكر. (2011). *الآثار السلبية لاستخدام الإنترنت من وجهه نظر طلبة الجامعة الإسلامية بغزة ودور التربية الإسلامية في علاجها* [*رسالة ماجستير غير منشورة*] قاعدة بيانات الرسائل العلمية، الجامعة الإسلامية بغزة فلسطين.

مرسي، سحر مختار. (2016). إدمان الإنترنت وعلاقته وضغوط الحياة لدى عينة من طلبة الدراسات العليا، *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي.

قويدر، مريم، 2012، أثر الألعاب الإلكترونية على السلوكيات لدى الاطفال، مذكرة لنيل *شهادة الماجستير تخصص مجتمع المعلومات، قسم علوم الاعلام والاتصال، كلية العلوم السياسية والاعلام*، جامعة الجزائر 3، ص138.

المقروض، زين العابدين (2019)، إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينه من تلاميذ التعليم المتوسط، جامعة وهران، *مركز جيل الدراسة العلمي*، العدد 49، يناير 2019م.

المهداوي، عدنان محمود. (2019). الكشف عن مستوى إدمان أطفال الرياض على الألعاب الإلكترونية في محافظة ديالى. *مجلة الفتح*، (78)، ص. 21-45 مسترجع من الموقع search.shamaa.org.

يوسف، هشام محمد. (2019). أثر برنامج إرشادي علاجي في خفض إدمان الأجهزة الرقمية لدي تلاميذ الصف السابع الأساسي بمنطقة الفجيرة التعليمية. مؤتمر ملتقي المواد الدراسية للفصل الدراسي الثاني ضمن مسابقة MOE TALK للموسم الثاني – معهد تدريب المعلمين بعجمان بالإمارات العربية المتحدة . مسترجع من الموقع search.shamaa.org.

www.pensand Books.com / 27.3, 2017, 11,45
www.AssAkina**.com 2017 15: 04/03/237**

Bueso V, Juan J, Fernandez D, Merino L, Montero E, Murcia S,Gutierrez A, Ribas J. (2018). "Internet Gaming Disorder inAdolescents: Personality, Psychopathology and Evaluation of aPsychological Intervention Combined with ParentsPsycholoeducation' PMID: 29892241 published online 2018 May28.doi: 10.3389/fpsyg.2018.00787

Hong , f ,Y , Huang , D, H.Lin, H,Y and Chiu, S, L(2014), Analysis of the psychological traits, Face book usage , and Facebook addiction model of Taiwanese University student, Telematics and Informatics, 31(4), 579-606, Retrieved from https://www.Sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S073658531400021

Nunnally, B., & Bernstein, I. R. (1994). Psychometric Theory. New York: Oxford Univer.

Pasquale C, Dinaro C, Sciacca F, (2018). "Relationship of Internet gaming disorder with dinssociative experience in Italian university students' Bio Med Central, Annals of general psychiatry, PMID: 29983724 published online 2018 June 15. doi:10.1186/s12991-018-0198-y.