





جامعة تيسمسيلت

المعيار

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات

مصنفة " C "

في الآداب، الحقوق والعلوم السياسية، العلوم الاقتصادية،
العلوم الإنسانية والاجتماعية

المجلد الرابع عشر العدد 01 جوان 2023

EISSN 2602-6376

ISSN 2170-0931

المعيار

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات
مصنفة " C "



جامعة تيسمسيلت - الجزائر -

شروط النشر وضوابطه

-المعيار مجلة علمية مصنفة تنشر البحوث الأكاديمية والدراسات الفكرية والعلمية والأدبية التي لم يسبق نشرها من قبل.

- دورية تصدر مرتين في السنة عن جامعة بتيسمسيلت. الجزائر.

- تُقبل البحوث باللغات العربية والفرنسية والانجليزية.

- ضرورة وجود مختصر أو تمهيد للمقال سواء باللغة العربية أو الأجنبية.

- تخضع البحوث والدراسات المقدمة للمجلة للشروط الأكاديمية المتعارف عليها.

- تخضع البحوث للتحكيم من طرف اللجنة العلمية للمجلة.

- تتم الكتابة بخط (Traditional Arabic) حجم (15)، وفي الهامش بالخط نفسه حجم (14).

- تتم كتابة البحوث كاملة أو الفقرات والمصطلحات والكلمات باللغة الأجنبية داخل البحوث المكتوبة باللغة

الفرنسية بخط (Times new roman) حجم (12)، وفي الهامش بالخط نفسه حجم (10).

- تكون الهوامش والإحالات على طريقة أسلوب APA

- لا يقل حجم البحث عن 08 صفحات ولا تتجاوز 15 صفحة.

- المواد المنشورة تعبر عن آراء أصحابها، والمجلة غير مسؤولة عن آراء وأحكام الكتاب. كما أن ترتيب البحوث

يخضع لاعتبارات تقنية وفنية.

المدير المسنول عن النشر

أ. د. عيساني امحمد.

المعيار

المجلد الرابع عشر العدد 1 جوان 2023

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات

مصنفة " C "

تصدر عن جامعة تيسمسيلت - الجزائر

توجه جميع المراسلات باسم رئيس التحرير

عن طريق البوابة الإلكترونية www.asjp.cerist.dz

جامعة تيسمسيلت. الجزائر.

البريد الإلكتروني: www.cuniv.tissemsilt.dz

EISSN 2602-6376

ISSN 2170-0931

رئيس المجلة:

أ. د. دهوم عبد المجيد

المدير المسؤول عن النشر:

أ.د. عيساني محمد

رئيس التحرير:

أ.د. مرسي رشيد.

نواب رئيس التحرير:

أ.د. واضح أحمد الأمين، أ.د. علاق عبد القادر، أ.د. العيداني الياس، أ.د. عطار خالد، أ.د.

لكحل فيصل، أ.د. قاسم قادة د. دهقاني أيوب، د. بوسكرة عمر.

سكرتيرا المجلة:

عرجان نورة، سلطاني محمد رضا

هيئة التحرير:

أ.د. غربي بكاي، أ.د. قاسم قادة، د. عطار خالد، د. صالح رباح، أ.د. مصابيح محمد، د. بن رابع خير الدين، د. بوسيف إسماعيل، أ.د. بوراس محمد، أ. د. شريط عابد، د. محي الدين محمود عمر، أ.د. روشو خالد، أ.د. العيداني إلياس، أ.د. فايد محمد

الهيئة العلمية:

من جامعة تيسمسيلت: أ.د. بشير دردار، أ.د. بن فريجة الجلالي، أ.د. أحمد واضح أمين، أ.د. تواتي خالد، د. رباح صالح، أ.د. غربي بكاي، أ.د. بوركبة ختة، أ.د. طعام شامخة، أ.د. شريف سعاد، أ.د. يعقوبي قدوية، أ.د. مرسلي مسعودة، أ.د. بن علي خلف الله، أ.د. رزايقية محمود، د. بوغاري فاطمة، أ.د. قردان ميلود، أ.د. يونس محمد، د. فتوح محمود، د. عيسى حورية، د. بوضوار صورية، وسواس نجاة، أ. د. بوزيان أحمد، من جامعة صفاقس، تونس: أ. د. عبد الحميد عبد الواحد، د. بوبكر بن عبد الكريم، من جامعة المنصورة، مصر: د. محمد كمال سرحان، من جامعة طرابلس، ليبيا: د. أحمد شرراش، من الجامعة الأردنية، الأردن: أ. د صادق الحايك، من جامعة الجزائر 03، الجزائر: د. فتحي بلغول، من جامعة لمين دباغين، سطيف: أ. د بوطالي بن جدو، من جامعة وهران: أ. د. مختار حبار، من جامعة سيدي بلعباس: أ. د. محمد بلوحي، من جامعة سعيدة: د. عبد القادر راجحي، من جامعة تلمسان: أ. د. محمد عباس، أ. د. عبد الجليل مرتاض، من جامعة تيزي وزو: أ. د. مصطفى درواش، من جامعة مستغانم: د. منصور بن لكحل، من جامعة زيان عاشور، الجلفة: د. حربي سليم، د. علة مختار، عروي مختار، من جامعة حسيبة بن بوعلي، شلف: أ. د حفصاوي بن يوسف، أ. د موسى فريد، د. بوراس محمد، د. علاق عبد القادر، د. روشو خالد، أ.د. مرسي مشري، د. لعروسي أحمد، د. قزران مصطفى، د. مسيكة محمد الصغير، د. زرقين عبد القادر، د. محمودي قادة، د. العيداني إلياس، د. عيسى سماعيل، د. بوزكري الجيلالي، د. ضويفي حمزة، د. كروش نور الدين، د. بوكريدي عبد القادر، د. عادل رضوان. من جامعة ابن خلدون تيارت: أ. د. عليان بوزيان، أ. د. فتاك علي، أ. د. بو سماحة الشيخ، أ. د. بن داود إبراهيم، أ. د.

شريط عابد. UNIVERSITIE PAUL SABATIER TOULOUZE 03. FRANCE: CRISTINE

Mensson

كلمة العدد

يسر هيئة تحرير مجلة المعيار أن تقدم لكم المجلد الرابع عشر في عدده الأول من شهر جوان سنة 2023، آملة أن تكون قد وفرت هذا الفضاء العلمي المحكم لكل الباحثين. احتوى هذا العدد كالعادة على أبحاث متنوعة، حيث خصصت لكل ما يتعلق بالآداب والعلوم والإنسانية والاجتماعية، فتناول على سبيل المثال مواضيع في فلسفة التاريخ وفلسفة العلوم، أما في الأدب فقد تناول العدد أبحاثا في العديد من المواضيع الأدبية واللغوية، وفي علم الاجتماع تناول الباحثون، قضايا تحول القيم الاجتماعية وفكرة التواصل، ليختتم بأبحاث اجتماعية في النشاطات البدنية والرياضة. وأخرى ذات طابع اقتصادي وقانوني،

نأمل كهياة تحرير أن نكون قد وفرنا للباحثين الفرصة المناسبة لتسيير حياتهم المهنية والعلمية، خاصة وهم مقبلين على مواعيد هامة لأجل الترقية والتأهيل.

المدير المسؤول عن النشر

أ.د. عيساني محمد

محتويات العدد

الرقم	الموضوع	الصفحة
01	- أشباه الصوائت في اللغة العربية، قضاياها ومشكلاتها من منظور علم الأصوات الحديث د. عبد الصمد لميش جامعة محمد بوضياف بالمسيلة -الجزائر-	15-1
02	- الأنساق الثقافية بين الثابت والمتحول في شعر علاء عبد الهادي (ديوان مهمل تستدلون عليه بظل أنموذجا) نايلي أسماء، جامعة محمد خيضر بسكرة-الجزائر-، قرين جميلة، جامعة محمد خيضر بسكرة-الجزائر-	24-16
03	- البناء والدلالة في سيميائيات السرد قراءة في كتاب "البناء والدلالة في الرواية" لعبد اللطيف محفوظ زروالة بلقاسم، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-، د. بوركية بختة جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	37-25
04	- التوجيه التحوي لقراءة أبي عمرو بن العلاء-دراسة آيات من القرآن الكريم- أ.د بلحسين محمد، جامعة ابن خلدون-تيارت-	55-38
05	الخرائط الذهنية ودورها في تعليمية النحو العربي - تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي أنموذجا. بوطيب سهيلة، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-، د. بلميهور هند، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-	67-56
06	الرواية النسوية العربية بين التأسيس للمرجعية الذاتية ونقض المركزية أحمد التجاني سي كبير، جامعة، قاصدي مرياح، ورقلة -الجزائر-	83-68
07	المصطلح الإسلامي في معجم المصطلحات الأدبية لنواف نصار دراسة في الأصول والدلالات د. سيع فاطمة الزهراء جامعة الشلف -الجزائر-	97-84
08	التنظيرية النقدية لما بعد الماركسية جنادي زولبخة، المركز الجامعي مرسللي عبد الله - تيبازة- الجزائر-، سعدوني نادية، المركز الجامعي مرسللي عبد الله - تيبازة- الجزائر-	113-98
09	الواقع اللغوي في المجتمع الجزائري وأثره في اللغة الأم (العربية) "الثنائية اللغوية أنموذجا" أحمد لعويجي، جامعة محمد بوضياف -المسيلة -الجزائر-	126-114
10	بنية الزمن في الخطاب الروائي المغاربي من منظور الدراسات النقدية قراءة في نماذج بن سميشة محمد، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-، عطار خالد، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-	144-127
11	بنية الشخصية في الخطاب الروائي الجزائري ومبدأ التواصل من النظرية إلى التطبيق د. بن سعيد بشير، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	157-145
12	تجليات المنهج الاجتماعي في الكتابة النقدية عند مخلوف عامر رحماني سمية، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-، د. بوركية بختة، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-	170-158
13	تحولات الرواية من السرد إلى الثقافي مقارنة لرواية "رماد الشرق" لواسيني الأعرج د. بن أحمد نعيم، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة -الجزائر-	186-171
14	ترجمة العنوان في أدب الطفل-عناوين القصص أنموذجا- قدوش زينب، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-	199-187
15	تعليمية منهجية البحث اللغوي في الجامعة الجزائرية بين التنظير والتطبيق "السنة الثالثة لسانيات أنموذجا" كجعوط فاطمة، المركز الجامعي مرسللي عبد الله تيبازة -الجزائر-	213-200
16	توزيع الزمن في غزل جميل بن معمر بوهطال فاطمة، جامعة تيسمسيلت -الجزائر- د. يعقوبي قدوية، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-	228-214
17	تيسير تعليم قواعد النحو العربي عند ابن معطي الجزائري - قراءة في المنهج والإجراء في الدرّة الألفية أ.د رزايقية محمود، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-	241-229

252-242	ثوابت النص الأدبي السردي الكراماتي: السند، شخصية الولي، الفعل الخارق د. بن قادة إخلف، جامعة تلمسان -الجزائر-	18
264-253	حركة الرحلة وبواعثها -البدايات الأولى للرحلة عند العرب- عيسى بخيتي، جامعة بلحاج بوشعيب عين تموشنت - الجزائر-	19
276-265	خطاب الذات في ديوان (وبقيت وحدك) لعيسى الحيلج ط. د: بوطغان حيزية، جامعة أكلي محند أولحاج البويرة- الجزائر-، المشرف أ.د: مصطفى ولد يوسف جامعة أكلي محند أولحاج البويرة- الجزائر-	20
293-277	شخصية المثقف في رواية "قنديل أم هاشم" قراءة نقدية من منظور عبد السلام الشاذلي د. صليحة لطرش، جامعة البويرة -الجزائر-	21
308-294	شعرية العنونة في شعر عمار بن زايد دراسة لنماذج شعرية مختارة بولفعة وافية، المركز الجامعي عبد الله مرسلبي تيبازة -الجزائر-	22
324-309	فيصل دراج ناقد ط. د/ عيد محمد، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-، د/ بلخياطي حاج لوئيس، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	23
336-325	معالم الحضارة في الفترة الأومية بالأندلس-العمارة أنموذجا- حفيظة صابر، جامعة تلمسان -الجزائر-، أ.د. محمد مرتاض، جامعة تلمسان -الجزائر-	24
347-337	مقومات الخطابة الأرسطية-رسائل الأمير عبد القادر أنموذجا. د. مصايح حسين -الجزائر-	25
357-348	واقع الصحافة الأدبية في الجزائر-أشعة الشروق لمحمد الهادي الحسني نموذجًا- مختار شعلال، جامعة وهران -1-الجزائر-	26
371-358	L'empreinte identitaire culturelle algérienne à travers les motifs narratifs dans « Walou à l'horizon de Slim» BENHEDDI Samia, Université d'Oran 2 Mohamed Ben Ahmed – Algérie-, YAHIAOUI Kheira, École Normale Supérieure d'Oran Ammour Ahmed – Algérie-	27
388-372	Professional pressures and their relation with motivation for achievement, among a sample of professional guidance counselors KHELLOUF Hafida, Bouzarreah -Algier-	28
399-389	Reflecting Loss and Displacement through Fragmentation in the Collection of Short Stories 'Aisha' for Ahdaf Soueif Sarra Bougoufa, Sfax university –Tunisia-	29
415-400	النأصيل الإسلامي لفكرة حقوق الإنسان ومشكلة الطائفية مناد محمد جامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة -الجزائر-	30
433-416	التباري الاستراتيجي كمقاربة للدبلوماسية الدفاعية أ.د/عامر مصباح، جامعة الجزائر 3-الجزائر-	31
446-434	التدخل الإنساني بين التطبيق والتضييق قيرع عامر، جامعة زيان عاشور الجلفة -الجزائر-	32
462-447	الدبلوماسية الدفاعية: قراءة في التقاطعات الحاصلة بين حقلي الاستراتيجية والدبلوماسية أ. د/فاروق العربي، جامعة الجزائر 3، د. الحواس كعبوش جامعة الجزائر 3-الجزائر-	33
474-463	الصيرفة الإسلامية والغربية من منظور خطة شيكاغو أ.د. جيرالد ستيل، جامعة لانكستر، -المملكة المتحدة-، أ.د. عبد الرحمن السنوسي جامعة الجزائر 1، -الجزائر-	34

488-475	العمق الجغرافي الاستراتيجي كمحدد للأمن القومي الجزائري طوبال عمر، جامعة سطيف 02 - الجزائر -	35
501-489	القضية الفلسطينية ضمن أجندة السياسة الخارجية الجزائرية من 1962 - 2022 ديداوي محمد أمين، جامعة عباس لغرور خنشلة - الجزائر - أ.د. هادية يحيوي جامعة عباس لغرور خنشلة - الجزائر -	36
515-502	المأزق الأمني الليبي بين تعقيدات الداخلية وجهود التسوية ماموني فاطمة، جامعة تلمسان - الجزائر -، أبو رحمة موسى منير جامعة تلمسان - الجزائر -	37
532-516	المنهج السلمي الصيني من منظور الثقافة الاستراتيجية قروش محمد، جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان - الجزائر -	38
544-533	تأثير المحدد الثقافي في السياسة الخارجية الفرنسية - التنوع الثقافي نموذجاً - بوخرس محمد أمين جامعة المنار - تونس -	39
560-545	تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على المشاركة السياسية: دراسة حالة شبكات التواصل الاجتماعي لدى الشباب د. صفراوي فاطمة، جامعة الشلف - الجزائر -، د. عبد الرازق وهبه سيد احمد محمد، جامعة جدة العالمية (السعودية)	40
576-561	تركيبة الرواتب وتشعباتها ضمن المناصب العليا لفئة الموظفين في الجزائر: دراسة في الأطر النظرية، القانونية ومنهات الحاسب على ضوء التعديلات الجديدة د. شاري محمد جامعة سعيدة د مولاي الطاهر - الجزائر -	41
592-577	حماية الخصوصية الإلكترونية للمستهلك في البيئة الافتراضية طالبة دكتوراه بشكورة أحلام، جامعة الإخوة منتوري قسنطينة 01 - الجزائر -، د. كلو هشام، جامعة الإخوة منتوري قسنطينة 01 - الجزائر -	42
608-593	دور التشريعات المؤطرة للنشاط المنجمي في الاستغلال الأمثل للثروة المنجمية في الجزائر عتو رشيد، جامعة تيسمسيلت - الجزائر -	43
625-609	دور الدبلوماسية الدفاعية الجزائرية في تسوية الأزمة الليبية طالب حفيظة، جامعة بومرداس، - الجزائر -، أبو حنيفة الوليد، جامعة الجزائر 3، - الجزائر -	44
640-626	دور الدبلوماسية الدفاعية الجزائرية في حل مختلف النزاعات الإفريقية - نماذج مختارة باي سمير، جامعة الجزائر 3 - الجزائر -، بركاني عزوز جامعة الجزائر 3 - الجزائر -	45
656-641	السياسات التنموية في الجزائر ضرورة تفكيك التجارب وإعادة بناء التصور في ظل الحرب الروسية الأوكرانية الراهنة رحالي محمد، جامعة جيلالي لباس - الجزائر -	46
670-657	قانون الصفقات العمومية ودوره في تحديد أسس ومتغيرات التنمية المحلية د. حادي عثمان، د. مولاي طاهر جامعة سعيدة، - الجزائر -	47
686-671	قراءة تحليلية للمرسوم التنفيذي 320/16 المتعلق بمنصب الأمين العام للبلدية باية عبد القادر، جامعة تيسمسيلت، - الجزائر -، روشو خالد جامعة تيسمسيلت - الجزائر -	48
702-687	نحو منظور سياسي عربي جديد لظاهرة الفساد لمام محمد حليم، جامعة الجزائر 3، - الجزائر -	49
719-703	اسهامات الرياضة المدرسية في انتقاء التلاميذ الموهوبين وتوجيههم إلى النوادي الرياضية من وجهة نظر الأساتذة لفئة (12-15) سنة. بوسيف إسماعيل، جامعة تيسمسيلت - الجزائر -	50
735-720	المهارات القيادية الإدارية لدى المدربين ودورها في توجيه المهارات النفسية لدى ناشئي كرة القدم المتممين لمدارس كرة القدم بن نعمة محمد، جامعة تيسمسيلت، - الجزائر -، بن رابع خير الدين، جامعة تيسمسيلت، - الجزائر -، خروبي محمد فيصل، جامعة تيسمسيلت، - الجزائر -	51
752-736	تأثير الألعاب المصغرة (5 ضد 5) بالطريقة المستمرة والطريقة الفترية في تحسين القدرة على تكرار الجري السريع "RSA" لدى لاعبي كرة القدم أقل من 17 سنة قتون أحمد، جامعة تيسمسيلت - الجزائر -، سي العربي شارف، جامعة تيسمسيلت - الجزائر -، واضح أحمد الأمين، جامعة تيسمسيلت - الجزائر -	52

769-753	توصيف العلاقة بين المؤشر الأعلى لكتلة الجسم وبعض الأنماط المسيطرة على الجوع لدى الممارسين للتربية البدنية والرياضية 15-18 سنة أكروم غراب، جامعة محمد خيضر بسكرة -الجزائر-، خليل مراد، جامعة محمد خيضر بسكرة -الجزائر-	53
784-770	دراسة تحليلية لبعض اختبارات السرعة الهوائية القصوى الخاصة بالسباحة الحرة "اختبار Javoie1985، اختبار 200*5، اختبار 5 دقائق واختبار ال 400 م" حاج مكناش مرزاق، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-، فرفور محمد، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-	54
797-785	علاقة قلق المنافسة بالمؤشر الذاتي (RPE) خلال مرحلة ما قبل المنافسة عند لاعبي كرة القدم اقل من 17 سنة ط.د. دينس محمد، جامعة البويرة(الجزائر)، د. حاج أحمد مراد، جامعة البويرة -الجزائر-	55
813-798	نظام التغذية عند رياضيي كمال الأجسام دراسة مسحية لقاعات التقوية العضلية بولاية الشلف وداك محمد، جامعة حسيبة بن بوعلي، الشلف-الجزائر، طيب طيب، جامعة حسيبة بن بوعلي، الشلف-الجزائر، طيب طيب، جامعة ألكي محند اولحاج البويرة -الجزائر-	56
828-814	Obama's Strategy against ISIS in Iraq bahouli abir, Algeria University 03 -Algeria-	57
842-829	The Algerian Diplomatic Efforts in Containing the Arab-Israeli Normalization Deals Mohamed Amine Souyad, University of Algiers 3 -Algeria-	58
855-843	أهمية صيغ التمويل الإسلامية لتمويل المؤسسات الصغيرة والمتوسطة في الجزائر علي سحوان، جامعة المنار - تونس-، عبد الغني محلق، جامعة المدية -الجزائر-، سريدي أحمد، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	59
870-856	الجامعة المنتجة؛ توجه جديد للجامعة الجزائرية في ظل اقتصاد المعرفة كمال العقاب، جامعة التكوين المتواصل -الجزائر-	60
887-871	حوكمة الشركات كآلية للحد من الغش والتلاعب في التقارير المالية د. لعكاف عائشة، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-، د. خريفي حسام، جامعة تيسمسيلت -الجزائر-	61
900-888	نظم المعلومات الإدارية كأداة مساعدة للرفع من جودة عملية صنع القرار-دراسة حالة جامعة الدكتور مولاي طاهر بسعيدة- سعيد وفاء، جامعة جيلالي ليايس سيدي بلعباس-الجزائر-، صحراوي بن شيحة، جامعة جيلالي ليايس سيدي بلعباس-الجزائر-	62
912-901	الدراسات البنائية وإشكالية توظيف المنهج في العلوم الاجتماعية د. بن سليمان عمر، جامعة ابن خلدون تيارت -الجزائر-	63
926-913	السياسة والأخلاق في منظور العقلنة العلمية الحديثة ماكس فيبر أنموذجا لكحل فيصل، جامعة ابن خلدون تيارت -الجزائر-	64
942-927	الاتصال المسؤول آلية حديثة لتنمية الموارد البشرية في ظل أزمة كورونا بن عمارة أحمد، جامعة باجي مختار عنابة-الجزائر-، مومن لامية، جامعة باجي مختار عنابة-الجزائر-	65
955-943	الاستثمار في الأجيال الناشئة لصناعة النخب في العالم العربي والإسلامي أ. فرج سعيد، جامعة يحيى فارس المدية-الجزائر-	66
969-956	الأطر المفاهيمية والنظرية لظاهرة البداوة بوطيبة عبد الغني، جامعة ابن خلدون تيارت -الجزائر-	67
984-970	التماسك الاسري، مرتكزاته وتحدياته في المجتمع الجزائري مامش نجية، جامعة محمد بوضياف -المسيلة-الجزائر-	68
1000-985	الحاجات الارشادية لأسر الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد دراسة ميدانية بالمركز البيداغوجي للإعاقة الذهنية بموزاية -البلدية- بوقطاف عقيلة، جامعة البلدية02 -الجزائر-، حفظ الله رفيقة جامعة البلدية02 -الجزائر-	69
1015-1001	الدراسات الثقافية ومحاولة فهم الفعل الاتصالي مقارنة Stuart hall نموذجاً صلح عائشة، جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2، -الجزائر-	70

1031-1016	الصهيونية المسيحية: علاقتها بالصهيونية اليهودية والموقف من الحوار مع الإسلام الجازي راشد المري، طالبة ماجستير في دراسة الأديان وحوار الحضارات، كلية الشريعة والدراسات الإسلامية، جامعة قطر، -دولة قطر-	71
1045-1032	العلاقة بين التداخلات العيادية للعجز الفونولوجي ودقة القراءة لدى عسيري القراءة هناء بزيج، جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2-الجزائر-، زعاعي خديجة انتصار باتنة 1-الجزائر-	72
1061-1046	الغنوسة والأمن النفسي شعشوع عبد القادر، جامعة ابن خلدون تيارت -الجزائر-	73
1076-1062	المخططات المبكرة غير المتكيفة وعلاقتها بالفعالية الذاتية (دراسة ميدانية على الطلبة في جامعة ابن خلدون) زموري أسامه، جامعة لونييسي علي البليلة 2-الجزائر-، البازيدي فاطمة الزهراء، جامعة لونييسي علي البليلة 2-الجزائر-	74
1090-1077	المرنيسي والكتابة النسوية، بحث في الدين والمرأة بلال فتيحة، جامعة وهران 02-الجزائر- عيساني امحمد، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	75
1101-1091	المنهج الرياضي في فلسفة روني ديكرت ط.د. بورحلة نعيمة، جامعة ابن خلدون تيارت -الجزائر-	76
1116-1102	تأثير العلاج السلوكي المعرفي على درجة الايمان على الانترنت لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة خرخاش أسماء، جامعة المسيلة -الجزائر-	77
1131-1117	ترسيخ القيم الدينية في الوسط المدرسي قوق أبو بكر الصديق، جامعة آكلي محند أولحاج البويرة-الجزائر-، بايود صابرينة جامعة آكلي محند أولحاج البويرة-الجزائر-	78
1146-1132	تمثل مفهوم المواطنة لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط بالجزائر عروي مختار، جامعة الشهيد زيان عاشور بالجلفة-الجزائر-	79
1160-1147	توجهات الدافعية في التعلم الإلكتروني ربعي محمد جامعة غليزان، -الجزائر-	80
1174-1161	جودة التكوين ودورها في تحسين الأداء الوظيفي دراسة ميدانية بمفتشية الأقسام للجمارك -تلمسان- عميري رشيد، جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان -الجزائر-، مارييف منور، جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان -الجزائر-	81
1184-1175	جودة الحياة لدى الممرضة الأرملة دراسة عيادية لحالة بمستشفى تيارت سعيد رشيد، جامعة ابن خلدون -تيارت الجزائر-، الماحي زويدة، جامعة ابن خلدون، تيارت -الجزائر-	82
1198-1185	دور أرغوميا الخطأ في تحسين أداء العاملين رهواني بوزيان، جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان -الجزائر-، أ.د. بشلاغم يحي جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان -الجزائر-	83
1208-1199	سؤال العولمة بين الخطاب الفلسفي والتوظيف الأيديولوجي قراءة في بعض نماذج الفكر العربي والغربي المعاصر د. علة مختار، جامعة عاشور زيان الجلفة -الجزائر-	84
1224-1209	سوسيولوجيا الهجرة الجزائرية الى فرنسا-قراءة تحليلية بوزيرة سوسن، جامعة الجزائر 2 -الجزائر-	85
1236-1225	الفلسفة العربية المعاصرة واقع وممارسات د. بن خيرة بوعلام، جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة- الجزائر-، د. بكيري محمد أمين، جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة- الجزائر-	86
1247-1237	شخصية الأمير عبد القادر الجزائري من خلال مؤلفات خصومه من الفرنسيين-كتابات برنو ايتيين وجان لويس أزان أنموذجا- طالبي علي، جامعة حسبية بن بوعلبي بالشلف-الجزائر-، حريشة جمال، جامعة حسبية بن بوعلبي بالشلف، -الجزائر-	87
1259-1248	ضغوط العمل: المقاييس والاستراتيجيات د. مامن فيصل، جامعة عباس لغرور خنشلة-الجزائر-، د. شوشان نصيرة، جامعة عباس لغرور خنشلة-الجزائر-	88

1268-1260	طريقة التدريس ... بين الفلسفة التربوية التقليدية والحديثة حرير لزرقي جامعة احمد زبانه غليزان-الجزائر-	99
1283-1269	مارتن هيدغر ونقد مفهوم الحقيقة عند أرسطو ط. د. عبايد نورية، جامعة ابن خلدون تيارت -الجزائر-	90
1299-1284	محورية مؤسسات التنشئة الاجتماعية في إعادة غرس قيم التعلم الاجتماعي د. مرابط أحلام، جامعة الجزائر 3 -الجزائر-، د. جراد عبد القادر، جامعة الجزائر 3 -الجزائر-	91
1311-1300	مسألة الحجاب واللباس الشرعي عند السلفية شطاح خيرة، جامعة وهران 2 -الجزائر-، أ. د عيساني امحمد، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	92
1326-1312	مساهمة الإساءة الجسمية والنفسية في التنبؤ بالشعور بالخزي لدى التلاميذ عدة بن عتو، جامعة حسينية بن بوعلي الشلف -الجزائر-، بلعربي عادل عبد الرحمن، جامعة ابن خلدون تيارت -الجزائر-	93
1342-1327	مستوى التفاؤل لدى عينة من الشباب المتعلمين من المجتمع الجزائري في ضوء بعض المتغيرات د. رقية نبار، جامعة سعيدة. الدكتور مولاي الطاهر-الجزائر-	94
1356-1343	مقومات التعبئة والجهاد في غرب إفريقيا خلال القرن 19 م؛ جهاد الحاج عمر تل نموذجاً هقاري محمد، جامعة الحاج موسى أقي أحموك تامنغست -الجزائر-	95
1370-1357	مهنة التلميذ بين التعليمات والممارسات-دراسة ميدانية لعينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي- سارة بن حليلة، جامعة الجزائر 02 أبو القاسم سعد الله -الجزائر-، غنية ضيف، جامعة الجزائر 02 أبو القاسم سعد الله -الجزائر-	96
1386-1371	واقع اضطراب التوحد في المدارس الابتدائية: إشكالية الكشف والتكفل دراسة استكشافية على عينة من أساتذة التعليم الابتدائي سليمان فاطمة الزهراء، جامعة مصطفى اسطيمولي معسكر-الجزائر-	97
1401-1387	وجهات نظر انثروبولوجية حول اصول ومستقبل الحرب عبد الكريم فني، جامعة محمد بوضياف المسيلة-الجزائر-، اسماعيل زروقة، جامعة محمد بوضياف المسيلة-الجزائر-	98
1417-1402	Carte mentale et enseignement/apprentissage du FLE chez des collégiens sourds . Lot Hayette, Université Badji Mokhtar , Annaba -Algérie- ,Maarfia Nabila, Université Badji Mokhtar , Annaba - Algérie	99

تأثير العلاج السلوكي المعرفي على درجة الادمان على الانترنت لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة
**The impact of cognitive behaviorist therapy on the internet addiction for a
sample of M'sila University students.**



خرخاش أسماء¹

¹جامعة المسيلة، الجزائر،

asma.kharkhache@univ-msila.dz

تاريخ الإرسال: 2023/04/02 تاريخ القبول: 2023/04/12

ملخص:

باستعمال المنهج الشبه التجريبي هدفت هذه الدراسة لمعرفة مدى تأثير العلاج السلوكي المعرفي في درجة الادمان على الانترنت على عينة مكونة من أربعة وعشرون طالب من جامعة المسيلة، مقسمين على مجموعتين احدهما ضابطة مكونة من 12 طالب واخرى تجريبية مكونة أيضا من 12 طالب اخرين. تم تطبيق مقياس بشري اسماعيل أحمد (2007) قبل وبعد تطبيق البرنامج الذي يحوى كل من الاسترخاء، الفنيات المعرفية، إدارة الوقت وتعلم استراتيجيات حل المشكل. وقد نجح البرنامج في خفض درجة الادمان على الانترنت لدى أفراد المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: العلاج السلوكي المعرفي؛ الادمان على الانترنت؛ طلبة الجامعة.

Abstract:

We used the experimental method in this study, which aims at explaining the impact of cognitive behaviorist therapy to manage the internet addiction in a sample of twenty four M'sila University students. We applied a measure before and after therapy: the internet addiction scale for Bouchra Ismael AHMED (2007). We relied on two groups the first is experimental (12 students) and the second is referenced (12 students). The therapy includes four constituent: relaxation, cognitive strategy, communication skills, and problem solving strategy. However the therapy reducing the internet addiction in experimental group.

Key words: Cognitive Behaviorist Therapy; the internet addiction; University students.

* المؤلف المراسل

مع نهايات القرن الماضي عرفت الانسانية محدثات غيرت من نمط المعيشة وأساليب التواصل، نقصد ظهور الانترنت والذي صار عالما افتراضيا يتم من خلاله مزاولة مختلف أنشطة الحياة: كالتعلم، العمل، التواصل...الخ. وككل محدث لاقت رواجاً عند الشباب خاصة الطلبة فهم أكثر احتكاكاً لما تتطلبه الحياة الجامعية من بحث وتواصل. غير أن الاستخدام السيئ والمفرط لها انجر عنه العديد من المشاكل العلائقية، النفسية وحتى الصحية. وصار لزاماً للمختصين البحث عن سبل لترشيد استخدامها وعدم الوقوع لما سمي بالإدمان على الانترنت وتعتبر يونج (Young, S. Kimbrly) أول من وصف الاستخدام المفرط أو المبالغ فيه للإنترنت على أنه إدمان (Young, S, 1998, p238)

وقد عمل العديد من المختصين بوضع برامج إرشادية وعلاجية لمواجهة الظاهرة سواء في الغرب أو الوطن العربي وعند الاطلاع على مجموعة من البرامج الإرشادية القائمة على أسس مختلفة من النماذج السلوكية المعرفية خاصة نجد ان البعض يستند على نموذجين:

إما نموذج Beck لعلاج الاكتئاب حيث تم تناول الإدمان على انه فكرة وتم محاكاة ذلك من مثل دراسة "احمد سعيدان" و"مهدي العازمي"(2020). هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في خفض مستوى القلق الاجتماعي، واثرت ذلك في خفض حدة إدمان تطبيقات التواصل الاجتماعي لدى عينة من المراهقين بالمرحلة المتوسطة ، بدولة الكويت وتكونت هذه العينة من (35) من المراهقين الذكور(سعيدان،العازمي،2020). وكذلك دراسة" محمد احمد شاهين"(2015) التي هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى إدمان الانترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين، في جامعتي "القدس المفتوحة" و"بيير زيت"، وتكونت هذه العينة من (60)طالب وطالبة(شاهين محمد، 2015، ص ص 358-390).

وأما نموذج Ellis الذي يتم من خلاله تناول الإدمان على الانترنت من منظور مشكلاته الانفعالية من مثل دراسة "الخواجة عبد الفتاح" (2015) حيث هدفت هذه الدراسة الى تطوير برنامج إرشادي جمعي يستند الى العلاج العقلاني الانفعالي ، واستقصاء مدى فاعليته في خفض مستوى إدمان الانترنت، وتحسين الكفاءة الذاتية العامة لدى عينة من الطلاب الذكور المدمنين على الانترنت ، بجامعة السلطان قابوس تكونت العينة من(24) طالبا (الخواجة،2015، ص ص 225-241). وكذلك دراسة احمد سعيد فوزي (2016) التي هدفت هذه الدراسة إلى اختبار فاعلية برنامج للتحكم في إدمان الانترنت لدى عينة من المراهقين، وتم اختيار العينة بطريقة عمدية، وتكونت العينة من(60) فرد.

وعليه من كل ما سبق فان البرنامج المقترح يستند على نموذج السلوكي المعرفي لـ Meichenbaum Donald حيث يرتكز على ثلاث اهداف رئيسة نترجمها كما يلي:

المرحلة الأولى: أن يدرك العميل أو يصبح واعيا بسلوكياته غير الملائمة. ففي الإدمان على الانترنت بالخصوص المدمن

يكون غير مدرك بانه مدمن أو لا يدرك مدى الاضرار المصاحبة أو درجة الخطورة الإدمان

المرحلة الثانية: يؤخذ هذا الوعي كمؤشر يولد حديثا داخليا معيننا. من خلال مجمل النشاطات المقترحة في هذا البرنامج سيغير العميل نظرته لسلوكاته ودوافعه ازاء استعماله المفرط للانترنت.

المرحلة الثالثة: يكون هناك تغيير في طبيعة الحديث الداخلي عن ذلك الذي كان موجدا للعميل قبل العلاج ويمكن ادراكه من خلال التقييم البعدي للبرنامج من طرف العميل. وعليه نخلص للتساؤلات التالية:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الادمان على الانترنت بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة المكونتان من طلبة بجامعة المسيلة؟

فرضيات الدراسة

- 1) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الطلبة في مقياس الادمان على الانترنت بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج السلوكي المعرفي
 - 2) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الطلبة في مقياس الادمان على الانترنت بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج السلوكي المعرفي
- أهمية البحث

تصب العديد من النقاط في أهمية البحث، صار الادمان على الانترنت أكثر انتشارا، إذ شغلت كل من علماء الاجتماع وعلماء النفس والمهتمين بالتربية والاولياء، وهذا باعتبار الظاهرة تمس حتى الاطفال والشباب ما يجعلهم في المستقبل عاجزين على تأدية أدواره الاجتماعية لانغماسهم في عالم افتراضي، الذي يدخلهم في دائرة مغلقة من المشكلات النفسية، العلائقية والاجتماعية.

وعليه من خلال هذا النوع من البرامج يكسبهم فنيات نفسية واجتماعية لمواجهة الظاهرة السالبة.

أهداف البحث

الاهداف العامة:

يهدف البرنامج المقترح في البحث الحالي بصفة عامة إلى :

- أن يدرك المبحوث أو يصبح واعيا بسلوكياته غير الملائمة.

* يدرك انه مدمن

* يدرك درجة الادمان

* يدرك حجم خطورة نتائج سلوكاته اي استعماله المفرط للانترنت.

- يؤخذ الوعي بضرورة التغيير

- يغير العميل نظرته لسلوكاته ودوافعه ازاء استعماله المفرط للانترنت.

- يحدث تغيير في طبيعة الحديث الداخلي عن ذلك الذي كان موجدا للعميل قبل العلاج ويمكن ادراكه من خلال

التقييم البعدي للبرنامج من طرف العميل

هدف وقائي:

والمتمثل في إكساب المبحوث عدد من الفنيات المعرفية الانفعالية والسلوكية، التي يتم بواسطتها مواجهة والتحكم في السلوك الادمان، ما يضمن استمرار الأثر الإيجابي للبرنامج عند المبحوث بعد مرور فترة زمنية.

الاهداف الاجرائية

-إدراك معنى الادمان على الانترنت: مفهومه، اثاره، اسبابه...الخ.

-إدراك درجة الادمان على الانترنت الخاصة به.

-تعلم الاسترخاء الذاتي وتطبيقه في الحياة اليومية

-تعلم خطوات استراتيجية حل المشكل

-تعلم فنية ادارة الوقت ووضع خطط وبرامج.

وعليه بعد العرض النظري لمختلف مفاهيم الدراسة الحالية والاساليب المنهجية سيتم مناقشة نتائج الفروض وتقديم

خاتمة للدراسة.

مفاهيم البحث:

.....الطالب الجامعي.....

المطلب الأول:.....تعريف الطالب الجامعي.....

يعرف الطالب الجامعي بأنه: "الشخص الذي يسمح له مستواه العلمي بالانتقال من المرحلة الثانوية بشقيها العام والتقني إلى الجامعة وفقا لتخصص يخول له الحصول على الشهادة، إذ أن لطالب الحق في اختيار التخصص الذي يتلاءم وذوقه ويتماشى وميله" (رياض قاسم، 1995، ص85).

المطلب الثاني:..... تعريف الاجرائي للطالب الجامعي

تعريف الطالب الجامعي: هو شاب(ة) متحصل(ة) على شهادة البكالوريا مسجل في مراحل التدرج الأكاديمي ضمن نظام LMD. بكلية العلوم الإنسانية بجامعة المسيلة.

.....الادمان على الانترنت.....

المطلب الأول:..... تعريف الادمان على الانترنت.....

هو الاستخدام المفرط للإنترنت والمرتبط غالباً بفقدان الإحساس بالوقت أو إهمال الدوافع الأساسية ويشمل ذلك:

أعراض الانسحاب والإحساس بالغضب والعصبية والاكتئاب عند تعطل جهاز الكمبيوتر-الهاتف-

الحاجة لجهاز كمبيوتر-هاتف-أفضل وبرامج أحدث أو ساعات استخدام أكثر.

مضاعفات سلبية وتشمل: الكذب، وضعف الإنجاز، والوحدة الاجتماعية والتعب.(Beard, K. W, et al; 2001: 377)

كما عرفه "شارلتون" (2002) بأنه حالة من الاستخدام المرضي والغير توافقي لشبكة المعلومات الدولي (الانترنت)، وتؤدي

إلى اضطرابات إكلينيكية يستدل عليها بوجود بعض المظاهر كالتحمل والأعراض الانسحابية(هبة ربيع، 2003، ص557).

المطلب الثاني: تعريف الاجرائي للإدمان على الانترنت.....

يعرف إجرائيا بأنه مجموع الدرجات المحصل عليها في مقياس الادمان على الانترنت المعد من طرف بشرى اسماعيل أحمد (2007).

.....العلاج السلوكي المعرفي.....

المطلب الأول: تعريفالعلاج السلوكي المعرفي.....

العلاج السلوكي المعرفي حسب نموذج Meichenbaum Donald والذي قد كتب مجموعة من المراجع حول الإرشاد والعلاج السلوكي - المعرفي، وكذلك طريقته التي اشتهر بها التحصيص ضد الضغوط النفسية (Stress Inoculation). يمكن القول بأن الدراسات أجريت في ثلاثة مجالات قد تناولت الأحاديث الداخلية (أحاديث النفس) وهذه المجالات هي:

1-التوجهات الخاصة بالعلاقات الشخصية.

2-العوامل المعرفية في الإجهاد (Stress) والضبط (Coping)

3-تأثير التعليمات الذاتية على ردود الفعل الفيزيولوجية (حسني العزة وعزت عبد الهادي، 1999، ص 150).

المطلب الثاني:تعريف الاجرائي للعلاج السلوكي المعرفي.....

في هذه الدراسة يحوي هذا البرنامج مكونات هي:

أولاً: الاسترخاء التدريجي: وهو التدريب الذاتي المطور من طرف الطبيب العقلي الألماني Johannes Heinrich Shultz (1884-1970) في حوالي سنة 1930. إذ استوحاها من أعمال Oscar Vogt حول التنويم المغناطيسي و Emie Coué حول التسيير الذاتي الواعي وأعمال S.Freud. فهي تعتمد على إحساس الضغط والحرارة للوصول إلى الاسترخاء (Servant, 2009, p12).

ثانياً: إدارة الوقت : وعرف "ماكينزي" مصطلح إدارة الوقت على أنه "إدارة الذات"، حيث يعتبر الانضباط الذاتي مفتاح إدارة الوقت (شبير، 2010، ص 18).

ويعرف "ستيوارت" و "لوبوف" "stewart" et "lobeuf" "إدارة الوقت بأنها عبارة عن "توجيه القدرات الشخصية للأفراد، وإعادة صياغتها لإنجاز العمل المطلوب في ضوء القواعد والنظم المعمول بها، ووفقا للزمن والوقت المحدد "وعرفها المركز القومي للتخطيط والتطوير الإداري في العراق (1993م) بأنها: "القدرة على التحكم في الوقت المتاح للقيام بالمهام الوظيفية التي يمارسها المدير حسب أهميتها، وبما يضمن الاستخدام الأمثل للموارد المتاحة، وتحقيق النتائج المطلوبة (قاسم نايف ، نجوى رمضان، 2009، ص40).

ثالثاً: حل المشكل: هذه طريقة أتت من النموذج الدائري الذي يحوي سبع خطوات، إذ يعاود الرجوع إلى الخطوة الأولى في حال فشل الدورة بل حتى قد تضطر لإعادتها عدة مرات. فمن النادر النجاح من المحاولة الأولى، كما يجب استعمال حل المشكل المكون من خطوات الأتية ذكرها لأنه يسمح بحل عدد متنوع من المشكلات:

أ)- التعريف بالمشكل: شرح المشكل وفهمه، رؤية الأسباب والنتائج. وتتم خلالها صياغة المشكل في عبارات محددة وملموسة. ففي هذه الخطوة لابد من الانتباه لوضع المشكل في صياغه العام (Cottraux, 2004, p 245).

ب)- إيجاد أو صنع ووضع الحلول: وضع الحلول الممكنة، دون تقنيها أو مراقبتها. هذه الخطوة هي الأكثر إبداعا. فلا

يجب التردد في تسجيل قائمة علي أساس تخيلي ولا تعاقدي.

(ج) -تقييم الحلول: يقيم كل حل علي حدي وذلك باستخلاص محاسنه ومساوئه، والنتائج المترتبة منه علي المدى القريب

والبعيد، علي الذات والآخرين، المستحقات المادية (مال، وقت...الخ). في هذه الخطوة يجب القيام بالتقييم كتابيا، يجب أيضا اخذ وقت لمراجعتها تحسبا ما إذا كان هنالك معلومة مهمة ناقصة، ولكن في النهاية ليس اخذ القرار بل التقييم.
(د) - اخذ القرار: يتم بمقارنة الحلول ثم الأخذ بأحدي الحلول أو مجموعة حلول. في هذه الخطوة نحاول التسوية أكثر منه الحل ، لا بد من أن نحاول أن نتجنب التأجيل.

(هـ) - تطبيق القرار: تحديد المهام المتعلقة بتنفيذ القرار وتحديد جدول لذلك. في هذه الخطوة يجب أن تكون محاولات لتحقيقه وتطبيقه مع الأخذ بالاعتبار الوقت ورؤية نتائجه.

(د) - تقييم النتائج: حيث يتم تقييم النتائج بالنظر إلى الأهداف الموجهة للمهدف المنشود والمشكل المحدد سابقا.

(و) - إعادة حل المشكل: في هذه الخطوة، إذا كانت النتائج المحصلة غير مرضية يجب إعادة الخطوات من الخطوة الأولى وذلك بإعادة التعريف وصياغة المشكل الغير محلول. في هذا النموذج النتائج الغير مرضية لا تدرك كفشل لكن كمؤشر علي انه يجب إعادة صياغة المشكل، البحث عن أحسن طريقة وإيجاد استراتيجية لتحقيق الهدف يعني إعادة حلقة حل المشكل (Cottraux, 2004, p246).

الاطار النظري:

.....النظريات المفسرة للإدمان على الانترنت

المطلب الأول: التفسير السلوكي:

يعتمد هذا الاتجاه على وجهة نظر "سكينز" في النظرية السلوكية على أساس أن الفرد يقوم بمجموعة من السلوكيات والأنشطة، بهدف الحصول على المكافأة أو التعزيز، وهذا ينطبق على الإدمان على المخدرات والكحول وإدمان الانترنت وما تقدمه تلك الشبكة للفرد من الراحة والمتعة النفسية، بجانب أنها طريقة سهلة وبسيطة للهروب من الواقع بهدف الحصول على معززات السلوك (محمد النوبي ، 2010، ص32، 33).

المطلب الثاني: التفسير الاجتماعي الثقافي:

يؤكد هذا الاتجاه على الجوانب الاجتماعية لاستخدام الانترنت، فالناس يستخدمون الانترنت في المقام الأول من اجل التفاعل الاجتماعي والحاجة إلى التنشئة الاجتماعية وبحثون عن الأشخاص المشاهيرين لهم ليتواصلوا معهم . يرى "سو" أن الإدمان يتباين بتباين الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي والاجتماعي، الانتماء المعرفي، الديانة، الوطن، فمثلا إدمان الكحوليات أكثر انتشارا بين الطبقة المتوسطة اقتصاديا واجتماعيا، والبيض أكثر ميلا لتعاطي المهلوسات، بينما السود وذو الأصل اللاتيني أكثر ميلا لتعاطي الهيروين (هبة ربيع، 2003، ص557).

المطلب الثالث: نظريات التعلم:

ناقشت هذه النظريات التدعيم الإيجابي لاستخدام الإنترنت والذي يمكن أن تؤدي إلى مشاعر من السعادة والنشاط للمستخدم. فمن خلال مفهوم الاشتراط الإجرائي فإن مزيداً من استخدام الإنترنت للأفراد الخجولين أو القلقين سوف يسمح

لهم بتجنب القلق ، ومواقف التفاعل وجهاً لوجه تميل إلى تدعيم الاستخدام من خلال تجنب الاشتراط (Wallace, P; 1999: 28).

.....الاطار النظري للعلاج السلوكي المعرفي.....

يتم بناء البرامج على احد البرامج الثلاث ليس، بيك وميكنبوم أو الدمج بينها (حسني العزة وعزت عبد الهادي، 1999، ص 150).
اذ نعتد في هذه الدراسة علي نموذج Meichenbaum وفي مايلي نشرح أهم المفاهيم المتعلقة بهذا النموذج.

المطلب الأول: العلاج السلوكي المعرفي نموذج Meichenbaum

اذ انطلق Meichenbaum من النظرية التي تقول: بأن الأشياء التي يقولها الناس لأنفسهم تترك أثراً في تحديد السلوك الذي سيقومون به' وإن السلوك يتأثر بنشاطات عديدة يقوم بها الأفراد تُعمّم بواسطة الأبنية المعرفية المختلفة (بطرس، 2007، ص 180).

ويعتبر التدريب على التعليم الذاتي (Self Instruction) من الفنيات الهامة التي يتضمنها اتجاه ميكنبوم (Meichenbaum.D)

وهي تتضمن التعرف على الأفكار والتعبيرات الذاتية السلبية المرتبطة بالضغوط والتي تسبب الضيق والكدر والمشقة للفرد ومساعدة العميل على تعديل التعبيرات الذاتية السلبية لديه واستبدالها بتعبيرات ذاتية إيجابية وهكذا من خلال التدريب على التعليم الذاتي يتعلم العميل أن ما يعانیه من قلق وضغوط هو نتيجة سوء تفسيره وتأويله للمواقف التي يتعرض لها وأيضاً نتيجة لأحداث ذات السلبية لديه (الحوار الداخلي السلبي) وبالتالي لابد من ضرورة استبدالها بأحداث ذات إيجابية ومنطقية (عبد العظيم حسين وعبد العظيم حسين ، 2006 ، ص 272).

ويرى Meichenbaum أن الانفعال الفسيولوجي بحد ذاته ليس هو المعيق الذي يقف في وجه تكيف الفرد ولكن ما يقوله الفرد لنفسه حول المثير هو الذي يحدد انفعالاته الحالية. ويرى Meichenbaum بأن حدوث تفاعل بين الحديث الداخلي عند الفرد وبناءه المعرفية، هو السبب المباشر في عملية تغيير سلوك الفرد، كما يرى بأن عملية التغيير تتطلب أن يقوم الفرد بعملية الامتصاص أي يمتص الفرد سلوكاً جديداً بدلاً من السلوك القديم وأن يقوم بعملية التكامل بمعنى أن يبقى الفرد بعض بناءه المعرفية القديمة إلى جانب حدوث بناءات معرفية جديدة لديه. إذ يرى ميتشنيوم بأن البناء المعرفي (Cognitive Structure) يحدد طبيعة الحوار الداخلي والحوار الداخلي هذا يغير في البناء المعرفي بطريقة يسميها Meichenbaum بالدائرة الخيرة (Virtuous Cycle) (عزت عبد الهادي وحسني العزة، 1999، ص 152).

المنهج المستخدم:

في هذه الدراسة نستعمل المنهج شبه التجريبي الذي يهدف إلى إقامة العلاقة التي تربط السبب بالنتيجة بين الظواهر والمتغيرات. وإقامة العلاقة بين السبب والنتيجة فإننا نقوم بإجراء التجربة التي يتم من خلالها معالجة متغير أو أكثر بتغيير محتواه عدة مرات، ويسمى هذا المتغير المستقل وهو الخطة العلاجية السلوكية المعرفية المتبعة في هذا البحث. إن هذه العملية تسمح بدراسة أثار المتغير المستقل في المتغير الذي يتلقى تأثيره، والمسعى بالمتغير التابع والذي هو في بحثنا درجة الادمان على الانترنت. إذ اعتمدنا تصميم القبلي والبعدي ألتبعي لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة.

عينة البحث:

العينة مكونة من 24 طالب من طلبة جامعة المسيلة. أعمارهم من 19 إلى 27 سنة. تم تطوعهم للمشاركة. 12 طالب التزموا بالحضور لتطبيق البرنامج وهم أعضاء المجموعة تجريبية، 12 طلبة آخرين شاركوا كمجموعة ضابطة. من خلال مقارنة نتائج المجموعتين في المتغير التابع الفروق ستؤكد أو تنفي تأثير الخطة العلاجية.

أدوات البحث:

المطلب الأول: مقياس الادمان على الانترنت

الفرع الأول: وصف المقياس:.....

مقياس الادمان على الانترنت المعد من طرف بشرى اسماعيل أحمد (2007) المشار إليه في دراسة الحوسني (2011) بتطبيق هذا المقياس على دراسته بعنوان إدمان الانترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة نزوى، ويتكون المقياس من 56 فقرة موزعة على ستته أبعاد:

اولا-السيطرة أو البروز: ويقصد به أن يكون السلوك سمة بارزة، وهذا يحدث عندما تصبح الانترنت أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الفرد، وتسيطر على تفكيره ومشاعره، ويكون الانشغال البارز والزائد والتعريفات المعرفية واضطرابات السلوك الاجتماعي والشعور بالهفة على القيام بهد النشاط.

ثانيا-تغير المزاج: ويشير إلى الخبرة الذاتية التي يشعر بها الفرد كنتيجة للقيام بالسلوك اللوج إلى الانترنت، ويمكن رؤيتها كاستراتيجية للمواجهة، لكي يتحاشى الآثار المترتبة على افتقادها، وقد يصاحبها تحمل أو لا يصاحبها.

ثالثا-التحمل: هو العملية التي تزداد بها كمية ومقدار النشاط أو السلوك المطلوب انجازه، للحصول على نفس الأثر الذي أمكن تحصيله من قبل بمقدار أو كمية أقل.

رابعا-الأعراض الانسحابية: هي مشاعر عدم الراحة أو عدم السعادة أو الآثار الفسيولوجية التي يمكن أن تحدث عن الانقطاع عن النشاط أو تقليله فجأة (مثل الرعشة، الكآبة، حدة الطبع).

خامسا-الصراع: هي تشير إلى الصراعات التي تدور بين المدمن والمحيطين به، كالصراع البينشخصي والصراعات والتضارب بين هذا النشاط والأنشطة الأخرى (العمل، الحياة الاجتماعية، والاهتمامات).

سادسا-الانتكاس: هو الميل إلى العودة مرة أخرى لأنواع الأنشطة التي كان يدمنها.

جدول رقم (01): توزيع فقرات مقياس الإدمان على الانترنت على إبعاده:

رقم البعد	الأبعاد	الفقرات
1	السيطرة أو البروز	52-47-42-36-30-24-19-13-7-1
2	تغير المزاج	53-48-43-37-31-25-20-14-8-2
3	التحمل	54-44-38-32-26-15-9-3
4	الأعراض الانسحابية	55-49-45-33-27-21-16-10-4
5	الصراع	50-40-34-28-22-17-11-5
6	الانتكاس	56-51-46-41-35-29-23-18-12-6

الفرع الثاني:طريقة الإجابة:.....

تم عن طريق اختيار المبحوث احد البدائل الثلاث تنطبق عليها تماما (3)، تنطبق إلى حد ما (2)، لا تنطبق (1)، أقصى درجة يمكن أن يتحصل عليها الفرد (3) وأدنى درجة (1). عدد فقرات المقياس (56) فإذا تحصل على 56 فدرجته منخفضة، وما بين 57-112 متوسطة، ومن 122 فما فوق عالية.

الفرع الثاني: صدق وثبات مقياس إدمان الانترنت:.....

قام الحوسيني(2011) بالتحقق من صدق فقرات المقياس بثلاث طرق: (صدق المحكمين، صدق الاتساق الداخلي، وصدق المقارنة الطرفية)

كما تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين التجزئة النصفية، وألفا لكرونباخ.

المطلب الثاني: البرنامج العلاج السلوكي المعرفي.

البرنامج العلاجي المقترح تم تصميمه من طرف الباحثة على أساس استخدامه في الحالات المدروسة، لمعرفة أثر العديد من الفنيات المستعملة في الإدمان على الانترنت لدى حالات من طلبة الجامعة.

وهذا البرنامج يتكون من مجموعة من الخطوات المنظمة التي تهدف إلى تغيير أو تعديل سلوك أو أفكار أو مشاعر المبحوث، ومن أجل تحقيق هذه الأهداف تم إختيار نموذج السلوكي المعرفي لـ Meichenbaum Donald للتأثير على هذا السلوك الغير مرغوب وارشاد استعماله، خاصة وان استعمال الانترنت صار ضرورة وحتمية في الحياة اليومية.

الفرع الأول:بناء البرنامج العلاجي:

تم الاطلاع على مراجع و مصادر عديدة منها ما يلي:

اولا- الاطار النظري: الذي تم فيه الاطلاع على مفهوم العلاج السلوكي، اهدافه، نظرياته وأساليبه ومبادئه، وسائله وتقنياته، حيث يتم بناء البرامج على احد البرامج الثلاث اليس، بيك وميكنبوم أو الدمج بينها (حسني العزة وعزت عبد الهادي، 1999، ص 150). حيث تم الاعتماد في بناءه على أسس ومبادئ برنامج ميكنبوم.

ثانيا -الدراسات السابقة: تم تناول برامج ارشادية وعلاجية لمواجهة المشاكل المنجزة عن الادمان على الانترنت منها من نجد ان البعض يستند على نموذجين: إما نموذج Beck لعلاج الاكتئاب حيث تم تناول الادمان على انه فكرة وتم محاكاة ذلك، واما نموذج Ellis الذي يتم من خلاله تناول الادمان على الانترنت من منظور مشكلاته الانفعالية -تم تفصيل ذلك في الاشكالية هذا البحث -.

كما تم الاستناد لدراسة كل من (Young, S; 2007، Orzak, M; 2006، Du, Y.S; 2010، Zhu, T; 2009، Antonius, J; 2009) حيث تم صممت برامج تعتمد على الإرشاد المعرفي السلوكي . بينما دراسة (Jong-Un-Kim(2008 لم تستخدمها بصورة رئيسية كغيرها من العديد من الدراسات الا انها استعانت ببعض فنياته في صياغة خطتها العلاجية مثل: إدارة الوقت ، وكارت التذكير.

كما ربطت بعض الدراسات استعمال الانترنت مع المشاكل الجنسية مثل دراسة (Young, S(2007 و دراسة (Twohing(2010).

ايضا بعض الدراسات تناولت فئات المراهقين أو طلاب الجامعة مثل (Shek, T. et al 2009; Jang-Un-Kim, 2008).

من كل البرامج والدراسات السالفة الذكر تم تناول البرامج الإرشادية والعلاجية لمواجهة المشاكل المنجزة عن الإدمان على الانترنت. سواء الدراسات السابقة العربية أو الأجنبية تم الاستفادة منها في اختيار التقنيات المناسبة للموضوع، التخطيط للجلسات، وإعداد تسلسل إجراءات البرنامج...الخ.

وقد قامت الباحثة بعرض البرنامج على العديد من اساتذة قسم علم النفس جامعة المسيلة للتحكيم وبعد التعديلات المقترحة تم اعتماده لتحقيق هدف الدراسة مع العينة المقترحة.

الفرع الثاني:محتوى جلسات البرنامج باختصار:

من خلال الجدول الموالي نقدم عرض مختصر لمحتوى الجلسات، اهدافها واهم الادوات والفنيات المستعملة.

جدول رقم (02): توزيع فقرات مقياس الإدمان على الانترنت على إبعاده:

جلسة	عنوان الجلسة	أهداف الجلسة	محاور الجلسات والتقنيات المستخدمة	الملاحق المستعملة
1	الاعداد القبلي التعارف	تحضير للمشاركة تعريف بالبرنامج العلاجي بناء العلاقة العلاجية	محاضرة الحوار والمناقشة الامضاء على التعاقد .	صبورة وقلم. جهاز Data-show استمارة التعاقد.
2	التقييم القبلي للمبحوثة	تطبيق المقياس تحديد توقعات المبحوث	المقابلة النصف موجهة التأكيد على مكان وزمان	استمارة المعلومات مقياس الإدمان انترنت.
3	ماهية الإدمان على الانترنت	ماهية الإدمان على الانترنت التمهيد للجلسة الموالية	الاستبصار عن المشكلة دفعه إلى الشعور بمشكلته تصحيح الأفكار الخاطئة	صبورة وقلم ملحق فيديو جهاز Data-show.
4	تعريف الجهاز التنفسي وأهمية التنفس البطني	تعلم عملية التنفس البطني التأكيد علي أهمية التنفس	شرح مكونات الجهاز النفسي التدريب على أربع تمارين للتنفس واجب منزلي	فيديو للشرح بالونات./شمعة استمارة التقييم لتنفس
5	تلقين عملية الاسترخاء الذاتي	-ربط التنفس بالاسترخاء. -التدريب علي الاسترخاء	تدريب على الاسترخاء	صبورة وقلم للشرح. موسيقى الاسترخاء استمارة متابعة استرخاء
6	تعلم عملية الاسترخاء الذاتي	التدريب على الاسترخاء بواسطة MP3.	اعادة تطبيق الاسترخاء تطبيق المبحوث الاسترخاء بالتعليمات بجهاز MP3.	صبورة وقلم تسجيل استرخاء MP3 استمارة متابعة استرخاء
7	الاستراتيجيات المعرفية لإدارة الوقت	شرح الاستراتيجيات لإدارة الوقت. وإسقاطها علي الحياة اليومية. النقاش لتفهم والوعي.	سرديوميات استعمال الانترنت	صبورة وقلم فيديو استمارة ادارة الوقت
8	شرح استراتيجيه حل مشكل	تعلم استراتيجيه حل المشكل شرح خطوات حل المشكل	الحوار والمناقشة العصف الذهني التأكيد على المهام اليومية	صبورة ورقة قلم

تأثير العلاج السلوكي المعرفي على درجة الادمان على الانترنت لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة

9	ربط بين ادارة الوقت واستراتيجية حل المشكل	تقديم أمثلة واقعية نستعمل الاستراتيجيتين المتعلمتين لمواجهة مشكل الادمان انترنت.	الحوار والمناقشة العصف الذهني متابعة المهام اليومية	صبورة ورقة قلم
10	التقييم البعدي	تطبيق المقياس تقييم للبرنامج العلاجي	تطبيق المقياس الجلسة الموالية هي اخر جل	مقياس الادمان استمارة تقييم البرنامج.
11	اختتام البرنامج العلاجي	ربط كل الأعمال والمهارات توضيح الهدف منها اتفاق على التقييم التبعي.	تلخيص كل النشاطات والمهام شكر وعرفان للمشاركة في البرنامج	الصبورة وقلم شهادة شكر وعرفان للمشاركة في البرنامج
12	التقييم التبعي للبرنامج	فحص تأثير البرنامج بعد مدة من انتهائه اختتام البرنامج تطبيق المقياس	الحوار والمناقشة على مدى تأثير البرنامج في حياتها اليومية الاستمرار في تطبيق التقنيات	مقياس الادمان

عرض ومناقشة نتائج الفروض:

المطلب الأول: عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الطلبة في مقياس الادمان على الانترنت بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج السلوكي المعرفي
جدول رقم (03): خصائص الإحصائية لدرجات الادمان على الانترنت لدى عينة الطلبة الكلية.

	المتوسط الحسابي	حجم العينة	الانحراف المعياري
الزوج الأول	37.6	12	5.05
المجموعة التجريبية قبلية	40.01	12	6.18
الزوج الثاني	34.1	12	6.07
المجموعة الضابطة بعدي	42.60	12	6.83

جدول رقم (04): خصائص الفروق T-test العينة الزوجية لدرجات الادمان على الانترنت لدى عينة الطلبة الكلية-الزوج الأول

الزوج الأول	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	خطا الانحراف المعياري	نسبة الثقة 95% الفروق بين الدرجات		قيمة t	درجة الحرية dt	مستوي الدلالة للمزدوجتين Sig (2-tailed)	مستوي الدلالة عند 0.05
				الدنيا	العليا				
المجموعة التجريبية قبلية المجموعة الضابطة قبلية	3.92-	6.90	2.33	8.96-	0.95	-1.82	8	0.101	غير دال

يتبين من خلال جدول رقم (04) انهما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الطلبة في مقياس الادمان على الانترنت بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج السلوكي المعرفي. حيث نلاحظ من الجدول أن قيمة (ت=0.101) وهي أكبر من (0.05) أي أنها غير دالة.

وعليه من خلال تحقق الفرضية الأولى يتم فحص الفرضية الثانية والتي ستؤكد أو تنفي تأثير البرنامج على درجة الإدمان على الإنترنت.

المطلب الثاني: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الطلبة في مقياس الإدمان على الإنترنت بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج السلوكي المعرفي

جدول رقم (05): خصائص الفروق T-test العينة الزوجية لدرجات الإدمان على الإنترنت لدى عينة الطلبة الكلية-الزوج الثاني

الزوج الثاني	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	خطا الانحراف المعياري	نسبة الثقة 95% الفروق بين الدرجات		قيمة t	درجة الحرية dt	مستوي الدلالة للمزدوجتين Sig (2-tailed)	مستوي الدلالة عند 0.05
				العليا	الدنيا				
المجموعة التجريبية بعدية المجموعة الضابطة بعدية	6.90-	4.6	1.45	4.05-	11.14	4.81-	9	0.001	دال

يتبين من خلال جدول رقم (05) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الطلبة في مقياس الإدمان على الإنترنت بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج السلوكي المعرفي. نلاحظ من الجدول أن قيمة (ت=0.001) وهي أقل من (0.05) أي أنها دالة.

وعليه تحقق الفرضية الثانية والتي تؤكد تأثير البرنامج على درجة الإدمان على الإنترنت. حيث نلاحظ من الجدول رقم (03) انخفاض المتوسط الحسابي لدرجات إدمان الإنترنت لدى عينة الطلبة، أي أن متوسط درجات المجموعة التجريبية انخفض بعد تطبيق البرنامج.

جاءت هذه النتيجة موافقة للعديد من الدراسات من مثل دراسة دراسة ناصر بن صالح لعبيدي (2008) التي إلى تصميم برنامج إرشادي ملائم لطلبة المرحلة الثانوية المدمنين على الإنترنت حيث بينت النتائج انخفاض درجات الإدمان على الإنترنت لدى المجموعة التجريبية. أيضا دراسة احمد هلال (2010) التي هدفت هذه الدراسة الى تقديم برنامج إرشادي موجه لعينة من طلاب الجامعة متكونة من (46) طالب. وبينت نتائج الدراسة على استمرار تأثير برنامج الإرشاد المعرفي السلوكي بصورة دالة إحصائية في خفض إدمان الإنترنت لدى أفراد عينة لدراسة بعد توقف البرنامج. (احمد هلال، 2010).

كما دلت دراسة محمد احمد شاهين (2015). عن فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى إدمان الإنترنت لدى عينة من التجريبية الطلبة الجامعيين، في جامعتي "القدس المفتوحة" و"بيير زيت"، وتكونت هذه العينة من (60) طالب وطالبة (شاهين محمد، 2015، ص 358-390).

توافق الأمر كذلك مع دراسة لخواجة عبد الفتاح (2015) التي استندت الى العلاج العقلاني الانفعالي ، الذي نجح في خفض مستوى إدمان الإنترنت، وتحسين الكفاءة، وبينت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على الاختبار البعدي، واختبار المتابعة لمقياس الإدمان على الإنترنت. (الخواجة، 2015، ص 225-241).

وصولاً الى الدراسة المتميزة لأحمد سعيدان مهدي العازمي ويوسف راشد المرتجي (2020) التي خلصت لفاعلية برنامج إرشادي في خفض مستوى القلق الاجتماعي، واثراً ذلك في خفض حدة إدمان تطبيقات التواصل الاجتماعي لدى عينة من المراهقين بالمرحلة المتوسطة ، بدولة الكويت وتكونت هذه العينة من (35) من المراهقين الذكور، وبينت نتائج الدراسة وجود اثر دال لخفض القلق الاجتماعي في التحكم وخفض إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وتطبيقاته (أحمد سعيدان ويوسف راشد، 2020، ص 01).

أيضاً من خلال النتائج المحصل عليها لوحظ أن أكثر البنود الذي ظهر فيها أثر البرنامج الدراسة الحالية هو ما بندا كل من السيطرة أو البروز والانتكاس، حيث عند رصد الاستجابات في المرحلة التبعية كانت ردود الاعضاء تجزم أن سلوكياتهم تغيرت نسبياً فلم تعد الانترنت أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياتهم، وصاروا يوجهون اهتمامهم لأنشطة أخرى كالرياضة، الاعمال المنزلية أو الجانبية، الدراسة خارج الشاشة أي الكتب والمذكرات والبعض صار يقوم بطبع الاعمال والعمل عليها ورقياً. يليه الانتكاس اي الميل إلى العودة مرة أخرى للاستعمال المفرط حيث بينت تصريحات أغلب أفراد المجموعة أنهم صاروا يفكرون قبل العودة للاستعمال ويبررون لأنفسهم سبب الاستعمال.

ايضاً البنود الذي ظهر فيها التأثير بشكل اقل من البندين السابقين هما التحمل والأعراض الانسحابية حيث أن معظم أفراد المجموعة صاروا يزاولون أنشطة وأعمال خارج الشاشة دون الشعور بالانزعاج. بينما البندين الاقل تأثراً بالبرنامج فهما تغير المزاج والصراع لعل سبب ذلك أنها تتعلق بمشاكل فعلية نفسية واجتماعية ضاغطة، وربما هذه المشاكل ما تجعل الفرد يلجأ للانترنت كمنفذ للهروب وهذا ما تم استنتاجه من تصريحات بعض أفراد المجموعة التجريبية.

رغم ذلك فهناك العديد من الاسباب التي تبرر تباين تأثير الخطة العلاجية في البنود الستة للمقياس في الدراسة الحالية يمكن تنويه اليها في العناصر الموالية:

من خلال تحصيل درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي لمقياس الادمان على الانترنت والتي تباينت من متوسطة الى عالية، بفروق معتبرة، ما أكدته المقابلات والنقاشات خلال الحصص الأولى: فالبعض لا يمكنه مفارقة الهاتف ولو لساعة، أما البعض يمكن مفارقتها ثلاث أيام لا أكثر.

أيضاً كانت نسبة حضور للجلسات 80%، حيث تم رصد غياب بعض الافراد لارتباطهم بأعمال بيداغوجية أو شخصية. أيضاً كانت نسبة انجاز الواجبات 70%، فلم ينجز البعض واجباتهم لعدم الفهم أو احساس بالفشل في بعض المهمات كالاسترخاء، مما اضطر الباحثة لإعادة الشرح وحثهم على المحاولة هناك من استجاب ولكن حالة واحدة رفضت المحاولة.

أحسن الحصص تأثيراً هي تطبيق الاسترخاء حيث لاقى اهتمام وانتباه افراد المجموعة حيث كان لها بالغ الاثر في سلوكيات الافراد داخل الجماعة حيث يصيرون أكثر انسجاماً وإيجابية وارتياح ولكن بعض الافراد لم يلتزموا بالواجبات المنزلية رغم أنهم جد متفاعلين مع العملية أثناء الحصة.

بخصوص فنية ادارة الوقت فقد اثار الكثير من النقاشات حول المهام اليومية والارتباطات وصعوبة التحكم في الظروف مما جعل صعوبات في تطبيقها وتحقيق أهدافها.

يجدر الإشارة أنه في التقييم التبعي وعند حساب الفروق بين متوسط المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج ومتوسط درجات التقييم التبعي لم توجد فروق دالة احصائية ما يدل على استمرار تأثير البرنامج بعد الانتهاء من تطبيقه.

خاتمة

جاءت هذه الدراسة على شاكلة بعض الدراسات في الوطن العربي لاختبار فعالية البرامج السلوكية المعرفية لخفض التأثير السلبي للظواهر النفسية والاجتماعية التي يواجهها الطالب العربي كالإدمان على الانترنت، ولعل بمناسبة بحوث كهذه يتم التشخيص الفعلي والواقعي لهذه الظاهرة والتي تأثيرها متعدد الابعاد، ولعل الباحثة اندهشت أثناء تطبيق البرنامج من شدة التأثير السالب لهذه الطلبة التي فاقت مصطلح الادمان بل هي على أعقاب الاستحواد، فالعديد من أفراد العينة يدركون سلبياتها وخطورتها لكنهم لا يستطيعون الاقلاع أو التخلص من التبعية.

تم استعمال المنهج الشبه التجريبي لتقصي مدى تأثير العلاج السلوكي المعرفي في درجة الادمان على الانترنت على عينة مكونة من أربعة وعشرون طالب من جامعة المسيلة، مقسمين على مجموعتين احدهما ضابطة مكونة من 12 طالب واخرى تجريبية مكونة أيضا من 12 طالب اخرين. تم تطبيق مقياس بشرى اسماعيل أحمد (2007) قبل وبعد تطبيق البرنامج الذي يحوى كل من الاسترخاء، الفنيات المعرفية، إدارة الوقت وتعلم استراتيجية حل المشكل. وقد نجح البرنامج في خفض درجة الادمان على الانترنت لدى أفراد المجموعة التجريبية.

النتائج دلت على انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الطلبة في مستوى الادمان على الانترنت بين أفراد المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج السلوكي المعرفي ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة التي لم يطبق عليها البرنامج

كما دلت على تحقق الفرضية الثانية والتي تأكد تأثير البرنامج بخفض درجة الادمان على الانترنت. لدى عينة الطلبة المكونة للمجموعة التجريبية وبقي الاثر ما دل عليه التطبيق التبعي للمقياس المستعمل.

من الضروري التأكيد أن ظاهرة الادمان على الانترنت تتشاكل مع الازمات النفسية للطلاب وكذلك المشاكل الاجتماعية، لكن هذا لا يمنع بل من الضروري التعامل معها على أنها سلوك مكتسب لا بد من اطفائه وتعويضه بسلوكات صحية ما يطمح اليه البرنامج المقدم.

وعليه تحث الباحثة على تطبيق البرنامج على عينات واسعة من الطلبة وغير الطلبة.

قائمة المصادر والمراجع:

احمد سعيدان مهدي العازمي ويوسف راشد المرتعي (2020) فاعلية برنامج إرشادي في خفض مستوى القلق الاجتماعي، واثر ذلك في خفض حدة إدمان تطبيقات التواصل الاجتماعي لدى عينة من المراهقين بالمرحلة المتوسطة ، بدولة الكويت، وجد في 2023-01-01 في MAED_Volume 107_Issue 2_Pages 797-833.pdf

بطرس بطرس، حافظ (2007). المشكلات النفسية وعلاجها. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

بهي الدين ربيع، هبة (2003). إدمان شبكة المعلومات والاتصالات الدولية (الانترنت) في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الدراسات النفسية، العدد (04)، 12، مصر.

حسني العزة، سعيد وعزت عبد الهادي، جودت (1999) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي' الطبعة الأولى. عمان، الأردن: مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع.

تأثير العلاج السلوكي المعرفي على درجة الادمان على الانترنت لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة

- حسني العزة، سعيد وعزت عبد الهادي، جودت (1999) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي' الطبعة الأولى. عمان، الأردن: مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع
- الحوسيني، ناصر سليمان عبد الله أدمان الانترنت وعلاقته بالاكنتاب والعزلة الاجتماعية لدى طلبة نزوى، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوي، سلطنة عمان. وجدت في 12-5-2022 وجدت في <https://berber.ahlamontada.com/t9106-topic>
- الخواجة عبد الفتاح.(2015)"فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض مستوى إدمان الانترنت، وتحسين الكفاءة العامة لدى الطلبة بجامعة السلطان قابوس"، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث، والدراسات التربوية والنفسية، 5(18)، صص 225-240.
- رياض، قاسم.(1995). مسؤولية المجتمع العلمي العربي منظور الجامعة العصرية، مجلة المستقبل العربي، العدد 193، الكويت.
- شاهين محمد.(2015)"فاعلية برنامج إرشادي-معرفي سلوكي في خفض إدمان الانترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين"، مجلة الأقصى، م(19)، ع(2)، صص 358-390.
- عبد العظيم حسين، سلامة وعبد العظيم حسين، طه (2006) استراتيجية إدارة الضغوط التربوية والنفسية، الطبعة الأولى. عمان، الأردن: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- قاسم نايف، علوان و نجوى رمضان، إحميد (2009) إدارة الوقت. مفاهيم، عمليات، تطبيقات"، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- النوب، محمد علي.(2010). مقياس اضطراب الأكل الشره العصبي للمراهقين المعاقين بدنيا والعادين، د.ط، دار الصفاء للنشر والتوزيع.
- قائمة المراجع باللغة الاجنبية:**

Anotonius, J. Van Rooij; Mieke, F. Zinn; Tim, M. Schoenmakers; Dike Van de Mheen (2010): Treating internet addiction with cognitive behaviourtherapy: A Thematicanalysis of the experience of therapists. International Journal of Mental Health addiction, November, 10-23.

Beard, K. W; Wolf, E. M; (2001): Modification in the proposed diagonistic criteria for internet addiction. Cyperpsychology&Behaviour 4, p. 377-383.

Cottraux, Jean (2004) Les thérapies comportementales et cognitives, 2eme édition. Paris, Milan, Barcelone: Masson

Cottraux, Jeans(2001) Thérapie comportemental cognitive, 3eme édition, Masson, Paris, France.

Jong-Un-Kim.(2008): The effect of R/T Group counseling program on the internet addiction level and self esteem of internet addiction universitystudents. International journal of reality therapy. Vol XXVII. No. , 4-12.

Orzak, M. Hecht; Voluse, C. Andrew; Wolf, B. David and Hennen, Jhon. (2006): An ongoingstudy of group treatment for men involved in problematic internet enabledsexualbehavior. Cyberpsychology&Behavior, vol 9, No. 3, 348-360.

Servant, Dominique (2009) La relaxation : Nouvelles approches, nouvelles pratiques, Elsevier Masson, Paris, p 12.France

Shaffer, H. J. (1996): Understanding the means and objects of addiction: Technology, the internet and gambling. Journal of gamblingstudy 12: 461-469.

Wallace, P. (1999): The psychology of the Internet. New York. Cambridge University Press.

Young, S. Kimberly (1998): Internet adiction: the emergence of a New Clinical Disorder. Cyperpsychology& Behavior; 3: 237-244.

Young, S. Kimberly; (2007): Cognitive behaviourtherapywith internet addiction – treatmentoutcomes and implications. Cyperpsychology and Behaviour, vol 10, No. 5. p. 671-679.

Zhu, T. M; Jing, R. J. & Zhong, X. M. (2009): Clinicaleffect of elctroacupuncturecombinedwithpsychologicinterference patient with internet addiction, ZhongguoZhong, XIYI Jie He ZaZhi, Mar; 29 (3), 212-214.