



ISSN: 1817-6798 (Print)

Journal of Tikrit University for Humanities

available online at: <http://www.jtuh.tu.edu.iq>

## The effect of a recreational program to reduce addiction to the Internet for middle school students

### A B S T R A C T

The impact of a recreational program to reduce addiction to the Internet for middle school students:

The current research aims to build a recreational program to reduce addiction to the Internet, and the research was applied to middle school students in Salah al-Din Governorate Center for the academic year (2018-2019). The program's implementation sample consisted of (60) students who "showed an increase" in addiction to the Internet .

The program consisted of (12) sessions presented to a group of experts in the field of education and psychology, and most experts agreed on the validity of the recreational program after making the amendments that they proposed, and the program was applied to members of the experimental group in the first course of the academic year 2018-2019, after which the researcher applied the addiction measure On the Internet on the members of the two groups for the purpose of verifying the effect of the recreational program. The researcher used the appropriate statistical means to reach the results that showed the effect of the recreational program in reducing the addiction to the Internet among the members of the experimental group. The researcher made a number of recommendations and proposals.

© 2021 JTUH, College of Education for Human Sciences, Tikrit University

DOI: <http://dx.doi.org/10.25130/jtuh.28.4.2.2021.18>

### أثر برنامج ترويحي لخفض الإدمان على الأنترنيت لطلبة المرحلة الإعدادية

م. د. ابتسام عبد الحميد مجيد الحمداني / المديرية العامة ل التربية صلاح الدين

#### الخلاصة:

يهدف البحث الحالي بناء برنامج ترويحي لخفض الإدمان على الأنترنيت، وقد طبق البحث على طلبة المرحلة الإعدادية في مركز محافظة صلاح الدين للعام الدراسي (2018-2019) تألفت عينة تطبيق البرنامج من (60) طالباً من الذين أظهروا ارتفاعاً في الإدمان على الأنترنيت.

تكون البرنامج من (12) جلسة عرضت على مجموعة من الخبراء في مجال التربية وعلم النفس واتفق معظم الخبراء على صلاحية البرنامج الترويحي بعد إجراء التعديلات التي اقترحوها، وطبق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية في الكورس الأول للعام الدراسي 2018-2019، بعد ذلك طبقت الباحثة مقياس الإدمان على الأنترنيت على أفراد المجموعتين لغرض التحقق من أثر البرنامج الترويحي،

واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية المناسبة للتوصل للنتائج التي أظهرت أثر البرنامج الترويحي في خفض الإدمان على الأنترنيت لدى أفراد المجموعة التجريبية، وقدمت الباحثة عدد من التوصيات والمقترنات.

## الفصل الأول: مشكلة البحث problem of the Research

تتزايد مشكلة الإدمان على الأنترنيت يوماً بعد يوم وقد يضحي البعض بسببه بالعمل والدراسة والعلاقات الأسرية وقد تسوء سمعة الفرد من خلال الإفراط في استعمال الأنترنيت خاصة طلبة المرحلة الإعدادية الذين هم أكثر تعرضاً لإدمان الأنترنيت، وبقدر ما تقدمه هذه الشبكة العنكبوتية من خدمات على المستوى الشخصي والمهني يقدر ما يثير الجلوس أمام شاشة الكمبيوتر لساعات طويلة إلى أخطار ونتائج سلبية على صحة الفرد وتوافقه النفسي والاجتماعي والمهني، حيث لاحظت الباحثة من خلال قيامها بالتدريس في الإعدادية تدني مستوى التحصيل الدراسي وشكواوى الأهل والغياب المتكرر والرسوب في الامتحانات أو التقصير في أداء الواجبات دفعها للبحث عن الآثار التي يتركها استعمال الأنترنيت وخاصة تحطيم منظومة القيم الاجتماعية والأخلاقية وغياب البرامج التي تبني قدراتهم العقلية وتشبع حاجاتهم المختلفة في ظل كثرة المجالات والقنوات التلفازية الهابطة خاصة في العراق الذي يشهد أوضاعاً أمنية واقتصادية صعبة تدفعهم إلى البحث عن المتعة والتسلية وقضاء الأوقات المسلية مع الغرباء بعيداً عن الرقابة والروتين الممل للهروب من الواقع الذي نعيشه، إننا فعلاً أمام مشكلة خطيرة وانه لابد من إجراءات علمية بحثية ل الوقوف على هذه المشكلة، ولا نبالغ اذا قلنا أن أي تغير أو تطور اجتماعي نحو الأفضل انما يتوقف على ما يقدمه المجتمع من برامج تربوية وإرشادية وترويحية تساعدهم في تخطي هذه المشكلة، لذا ارتأت الباحثة ان تعد وتطبق برنامجاً ترويحيأً لخفض الإدمان على الأنترنيت.

## أهمية البحث The Importance of the Research

شهد العالم خلال العقود الأخيرة تطورات سريعة وهائلة شملت كافة المجالات، مما دفع الأمم لمواكبة هذه التطورات وبناء مجتمعاتها، فأصبح الفرد المحور الأساس في هذه التطورات، بوصفه قيمة كبيرة شغلت العلماء على مختلف الاختصاصات. وأصبحت قضية تفهم الفرد لقدراته وإمكانياته مسألة مهمة له وللمجتمع، والهدف النهائي لتنمية الفرد والمجتمع وتقديمها (القاضي، 1981، 75). ومن هذه التطورات شبكة الأنترنيت التي تعتبر ثورة علمية هائلة اذ أصبحت الدليل على الرقي والتطور التكنولوجي، بل أصبحت اهم منافذ التواصل مع الآخرين في كل أنحاء العالم، وبقدر ما تقدمه هذه الشبكة من منافع بقدر ما يؤدي التعلم بالأنترنيت إلى ما نسميه (إدمان الأنترنيت)، لأن الوقت الذي يقضيه الفرد بحثاً عما يهمه يعد اهم اشكال التوازن بين شيئين متناقضين من نوع صراع الاقدام - الاحجام، هما الرغبة في شيء ما والخوف من شيء اخر يواجهما الفرد (Hardy, 2004, 570-585).

فقد كانت ظاهرة الإدمان على التلفزيون في الماضي من الظواهر النفسية والاجتماعية التي احتلت مكانة مهمة في الدراسات النفسية، اما اليوم فالأطفال والمرأهون والشباب مدمنون على الأنترنيت، حيث

أشارت مجلة النيوزويك ان 32% من مستخدمي شبكة الأنترنيت يعانون من إدمان الأنترنيت الشديد (ارنوط, 2004, 25).

وبما ان الكمبيوتر قد تغلغل في جميع مجالات الحياة وأصبح في جميع المؤسسات التعليمية والاقتصادية، بل بات مقرراً دراسياً لجميع الطلبة في جميع مراحل التعليم ابتداءً من مرحلة الروضة وانتهاءً بالجامعة مما جعل الكمبيوتر المتحكم الأقوى في سلوك الفرد وأصبح الدخول على شبكة الأنترنيت ليس مستحيلاً.

فالأنترنيت سلاح ذو حدين فهو نعمة ووسيلة تكنولوجية مهمة ذات فوائد كبيرة وفي نفس الوقت وسيلة للعبث والأذى وإساءة التصرف، من هنا تعدّ دراسة إدمان الأنترنيت من الظواهر النفسية والاجتماعية التي يزداد الاهتمام بها خاصة بعد انعقاد المؤتمر العالمي الأول لإدمان الأنترنيت في سويسرا، والذي اعتبرت مشكلة إدمان الأنترنيت مشكلة عالمية (ارنوط, 2007, 4)

**أهداف البحث وفرضياته**  
**يهدف البحث الحالي:-**

1. بناء برنامج ترويحي لخفض الإدمان على الأنترنيت لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
2. معرفة أثر البرنامج الترويحي في خفض الأمان على الأنترنيت لدى طلبة المجموعة التجريبية .  
وفي سبيل تحقيق أهداف البحث وضعت الباحثة الفرضيات الصفرية الآتية:-

1. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي ومتوسط درجاتهم في الاختبار البعدي على مقياس الإدمان على الأنترنيت.
2. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ومتوسط درجات المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الإدمان على الأنترنيت.

### **حدود البحث : Limits of the Research**

يقتصر البحث الحالي على طلبة الصف الخامس الإعدادي/الקורס الأول للعام الدراسي (2018 - 2019) في مركز محافظة صلاح الدين.

### **تحديد المصطلحات : Limitation of the Terminology**

**أولاً: البرنامج Program**  
**عرفه (روبرت, 2004)**

بأنه خطة منظمة تحوي مجموعة من العناصر الأساسية التي تسهم في تغيير جوانب من سلوك وشخصيات الأفراد قصد استثمار طاقاتهم وإمكانياتهم وتحقيق أهدافهم وتعلماتهم (روبرت, 2004, 245)

ثانياً: الترويج:  
تعريف (طه, 2006)

هو الخبرة في قضاء وقت فراغ ممتع ويشترك فيه الفرد بمحض ارادته ومن خلاله يحصل على اشباع فوري (طه, 2006)

**التعريف الإجرائي للبرنامج الترويجي:** هو مجموعة من الأنشطة الترويجية المنظمة تحت اشراف رائد ترويج من اجل تحقيق هدف التربية الترويجية الا وهو التغيير.

ثالثاً: الإدمان:

تعريف (النابليسي, 2004)

مفر وهمي من الواقع المتمثل أمام أنظارنا وهو ناشئ عن عدم قدرة الشخص على تحمل الواقع الذي يود الإنسان ان يزيله عن طريق الإدمان. (النابليسي, 2002, 137)  
إدمان الأنترنت

تعريف (اورزاك, 1998)

ذلك المصطلح الذي يصف هؤلاء الذين يقضون وقتاً طويلاً جداً ويصبحون معزولين عن أصدقائهم وأسرهم ولا يبالون بأعمالهم وأخيراً يغدون إدراكيهم عن العالم من حولهم. (اورزاك, 1998, 2).

**التعريف الإجرائي:** هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس الإدمان المستخدم في البحث الحالي.

الفصل الثاني :الاطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: الاطار النظري:

يحتل الأنترنت مكانة كبيرة في حياتنا وتتوسع تطبيقاته يوماً بعد يوم ولم يكن ممكناً الاستغناء عنه في كافة مناحي الحياة، لكن البعض ما يزال يتربّب في حالة من عدم الارتياح والتوجس من التعامل معه على اعتقاد انه يوجد جانب مظلم لهذه التكنولوجيا العصرية المدهشة. (زيдан, 2008, 380) فاستعماله يمكن ان يكون مجده او مؤثراً على الشخصية وهذا يعتمد على أساليب وطرق كيفية استعماله، فالاستخدام المعتدل يقلل من اثاره السلبية، أما الاستخدام المفرط والمبالغ فيه فهو الذي يستهلك طاقة وفك وجهده وحواسه وأعصابه وهذا ما أدى بظهور مصطلح إدمان الأنترنت. (Greene, 1998, 78-79)  
وكان اول ظهور لمصطلح إدمان الأنترنت عام 1995 عندما نشر أوينيل مقالة بعنوان (سحر وإدمان الحياة على شبكة الأنترنت) والذي نشر في صحيفة نيويورك تايمز، ثم اتبعها اقتراحاً لطبيب النفس الأمريكي ايفانجولد برج بان إدمان الأنترنت هو اضطراب مميز حينما نشره على صفحات الأنترنت بعنوان (أعراض إدمان الأنترنت) أثر تسللها رسالة من احد مستخدمي الأنترنت شرح فيها كيف تعطلت حياته نتيجة الاستعمال المفرط للأنترنت وسماها باضطراب إدمان الأنترنت. (العصمي, 2010, 20)

## أسباب الإدمان على الأنترنت:

1. الافتقار للسند العاطفي عند المراهقين.
  2. اطلاق الرغبات الدفينة والتعبير عنها عبر غرف الدردشة.
  3. توفر غرف الدردشة وسيلة للتغريغ الانفعالي.
  4. يحاول الفرد من خلال الأنترنت التخلص من حالات القلق النفسي وضغوط الحياة اليومية.
- (المصري, 2006, 173)
5. انتشار مقاهي الأنترنت وتتوفر السيولة المالية للمراهقين.
  6. التأثر بثقافات أخرى خاصة في عصر التطور في الاتصالات.
  7. تأثير جماعة الأقران وخاصة المدمنين على الأنترنت.
  8. المفهوم السلبي للتحضر . (خليل, 2002, 168)

## بعض النظريات المفسرة لإدمان الأنترنت:

### 1. الاتجاه المعرفي:

يرى أصحاب هذا الاتجاه ان التشوهات المعرفية حول الذات تشمل الشك الذاتي وتقدير الذات السلبي، فالأشخاص الذين يحملون الإدراكات السلبية عن ذواتهم يجعلهم يفضلون الاندماج في أنشطة الأنترنت، لأنه أقل تهديداً من التفاعل المباشر.

### 2. الاتجاه السلوكي:

يرى أصحاب هذا الاتجاه ان سلوكيات الفرد تخضع للاشتراط الإجرائي الذي قدمه سكرن والذي يتم فيه مكافأة الشخص إيجاباً أو سلباً، فالشخص الذي يعاني القلق يستخدم الأنترنت فيشعر بالهدوء والراحة ويعتبر هذا الإحساس بمثابة تعزيز إيجابي لاستخدام الأنترنت في المرات اللاحقة.

## ثانياً. الدراسات السابقة:

### 1. دراسة العبيدي وبن دبيس (2017)

أثر برنامج إرشادي لخفض درجة الأنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية في الرياض.

هدفت الدراسة إلى تصميم برنامج إرشادي لطلاب المرحلة الإعدادية بهدف تخفيف درجة الإدمان على الأنترنت، وتألفت عينة الدراسة من (28) طالباً واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وأشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض درجة الإدمان على الأنترنت، وأوصت الدراسة بزيادة اهتمام المرشدين باضطراب الإدمان . (العبيدي وبن دبيس, 2017, 2)

### 2. دراسة شاهين (2015)

فاعلية برنامج إرشادي معرفي – سلوكي في خفض إدمان الأنترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين.

هدفت الدراسة التحقق من فاعلية برنامج إرشادي معرفي – سلوكي في خفض مستوى إدمان الأنترنيت لدى عينة من الطلبة الجامعيين، تكونت عينة الدراسة من (60) طالباً، وأظهرت النتائج فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض إدمان الأنترنيت. (شاھین، 2014، 359)

#### إجراءات البحث

##### أولاً: مجتمع البحث:

يشمل البحث طلاب الخامس الإعدادي في مركز محافظة صلاح الدين للعام الدراسي 2018-2019.

##### ثانياً: عينة البحث:-

اختارت الباحثة إعدادية خالد بن الوليد لغرض تطبيق البرنامج فيها بوصفها أكثر المدارس التي حصلت على درجات عالية على مقياس الإدمان على الأنترنيت. وبعد تطبيق مقياس الإدمان حددت الباحثة الطلبة ذوي المستوى العالي في الدرجات على مقياس الإدمان على الأنترنيت والذين انحرفت درجاتهم عن المتوسط بمقدار (درجة معيارية موجبة واحدة) وحصلوا على درجة (70) فما فوق، وكان عددهم (60) طالباً. وزعوا عشوائياً على المجموعتين التجريبية والضابطة وبواقع (30) طالباً في كل مجموعة.

##### تكافؤ أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة:-

قامت الباحثة بالتحقق من تكافؤ أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة إحصائياً في بعض المتغيرات، وهذه المتغيرات هي مستوى أداء أفراد المجموعتين على مقياس الإدمان على الأنترنيت، مستوى التحصيل الدراسي للسنة الدراسية السابقة، درجة الذكاء، عمر الطلبة بالأشهر.

##### ثالثاً: التصميم التجاريبي:

بما ان من أهداف البحث التعرف على أثر البرنامج الترويحي في خفض الإدمان على الأنترنيت لدى طلبة المرحلة الإعدادية لذا يكون شكل التصميم التجاري هو تصميم المجموعتين المتكافئتين (تجريبية وضابطة) الذي يمكن الباحث من التبيؤ بأن أي فروق تلاحظ بين المجموعتين أئما هي نتيجة للمعاملة التجريبية (فان دالين, 1977, 364).

##### رابعاً: أدوات البحث وتطبيقاتها:

###### أ. مقياس الإدمان على الأنترنيت:

اطلعت الباحثة على الأدبيات والدراسات ذات العلاقة بموضوع الإدمان على الأنترنيت، وكذلك المقاييس التي وضعت لقياس هذا المتغير، ارتأت الباحثة تبني مقياس الدكتورة بدرية سليم لمناسبة المقياس للبحث وأيضاً طبق على المرحلة الإعدادية وقد اجري للمقياس الصدق والثبات من خلال

عرضه على الخبراء، وقد تكون المقياس بصورته النهائية من (44) فقرة، وكان عدد الفقرات الإيجابية (37) فقرة أما الفقرات السلبية فكانت (7) فقرات.

#### **ب. البرنامج الترويحي:**

من أهداف البحث الحالي بناء برنامج ترويحي، ومعرفة أثر هذا البرنامج في خفض الإدمان على الأنترنت لدى أفراد المجموعة التجريبية وتحقيق ذلك اختيار الباحث للمكونات المناسبة للبرنامج في سبيل تحقيق أهداف البحث.

#### **خطوات بناء البرنامج:**

اعتمدت الباحثة على العديد من الأنشطة والفعاليات الترويحية الاجتماعية والفنية والرياضية (وتمت الاستعانة بمدرسي التربية الرياضية والفنية أثناء تطبيق البرنامج) لخفض الإدمان على الأنترنت.

#### **الهدف العام للبرنامج:**

للبرنامج الترويحي هدف عام واحد هو العمل على خفض الإدمان على الأنترنت لدى أفراد عينة البحث.

#### **محتوى البرنامج الترويحي:**

للغرض بناء محتوى البرنامج اطلعت الباحثة على عدد من البرامج النفسية والتربوية والإرشادية والترويحية التي تستهدف تنمية القدرات والميول والاتجاهات وتعديل السلوك فضلاً عن مقابلة عدد من الأساتذة المتخصصين في مجال التربية وعلم النفس واخذ مشورتهم وفي ضوء ذلك ارتأت الباحثة ان يبنى البرنامج مكوناً من (12) جلسة.

تضمن البرنامج فعاليات اجتماعية ورياضية لكل منها هدفها الخاص وتشترك جميعها في تحقيق الهدف العام الذي هو خفض الإدمان على الأنترنت لدى أفراد المجموعة التجريبية.

#### **الفترة الزمنية لتطبيق البرنامج:**

ووجدت الباحثة من خلال اطلاعها على دراسات تجريبية سابقة أن الفترة الزمنية للتجربة أو لتطبيق برنامج تعديل السلوك كانت تتراوح ما بين ستة أسابيع وسنة، وبما أن عدد جلسات البرنامج المستخدم في هذا البحث (12) جلسة، فقد ارتأت الباحثة تطبيقها بمعدل جلستين أسبوعياً، وبدأت الجلسات يوم الاثنين الموافق 10/1 وانتهت يوم الأحد الموافق 11/11 وبذلك تصبح الفترة الزمنية المقررة لتطبيق البرنامج (6) أسابيع ومدة الجلسة الواحدة (45) دقيقة اي درس واحد فقط.

#### **صدق البرنامج الترويحي:**

للحصول على صدق البرنامج الترويحي وصلاحته تم عرضه على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في التربية وعلم النفس ضمن استبيان طلب فيه إبداء آرائهم حول مدى صلاحية البرنامج الترويحي لتحقيق هدف البحث، ومدى ملائمة البرنامج للمرحلة العمرية لمجتمع البحث، صلاحية محتوى، المواقف السلوكية لتحقيق الهدف العام والأهداف السلوكية.

وقد اجمع معظم الخبراء على صلاحية البرنامج الترويحي في إمكانية تحقيق الهدف منه بعد إجراء التعديلات التي اقترحوها، كما اقترح بعض الخبراء إجراء تعديلات لغوية، وقد أخذت الباحثة بهذه الاقتراحات.

### تطبيق البرنامج الترويحي:

قامت الباحثة بتنفيذ جلسات البرنامج بمعدل جلستين أسبوعياً. وإذا صادف يوم الجلسة عطلة تؤخر الجلسة لليوم الثاني.

بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج الترويحي حددت الباحثة يوم الخميس الموافق 15/11/2018 تطبيق مقاييس الإدمان على الأنترنيت على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة .

ويهدف هذا التطبيق إلى معرفة الفرق بين أداء أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي، فضلاً عن معرفة الفرق بين أداء أفراد المجموعة التجريبية وأداء أفراد المجموعة الضابطة على مقاييس الإدمان على الأنترنيت، ويعد هذا تقويمًا نهائياً لأثر البرنامج الترويحي في خفض الإدمان على الأنترنيت لدى المجموعة التجريبية.

### خامساً: الوسائل الإحصائية

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية المتوفرة في الحقيقة الإحصائية لبرنامج (spss) والاختبار الثاني لعينة واحدة، والاختبار الثاني لعينتين مستقلتين، والاختبار الثاني لعينتين مترابطتين، مربع كاي ومعامل ارتباط بيرسون.

## نتائج البحث

### أولاً: عرض النتائج ومناقشتها.

سيتم عرض النتائج وفقاً لترتيب أهداف البحث.

**الهدف الأول:** (بناء برنامج ترويحي لخفض الإدمان على الأنترنيت) تم تحقيق هذا الهدف ببناء برنامج ترويحي لخفض الإدمان على الأنترنيت وإجراء عرض البرنامج على مجموعة من الخبراء ذوي الاختصاص لإبداء آرائهم حول صلاحية البرنامج لتحقيق الهدف الموضوع لأجله وبعد إجراء التعديلات التي اقترحوها.

**الهدف الثاني:** (التعرف على أثر البرنامج الترويحي في خفض الإدمان على الأنترنيت لدى طلبة المرحلة الإعدادية). لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بالتحقق أولاً من الفرضية الأولى الموضوعة لهذا الغرض.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي ومتوسط درجاتهم في الاختبار البعدي على مقاييس الإدمان على الأنترنيت.

استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين متراقبتين وأظهرت نتيجة الاختبار ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت ( 11.884 ) وهي اكبر من القيمة البالغة ( 2.201 ) عند درجة حرية ( 29 ) وأظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة ( 0.05 ) لصالح الاختبار البعدي والجدول ( 1 ) يوضح ذلك.

### جدول (1)

نتيجة الاختبار التائي لعينتين متراقبتين للكشف عن دلالة الفرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي ومتوسط درجاتهم في الاختبار البعدي على مقياس الإدمان على الأنترنيت.

دلالة الفرق	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة الاختبار
	الجدولية	المحسوبة				
DAL	2.201	11.884	7.450	75.54	30 طالب	تجريبية- قبلي
			7.8175	59.02	30 طالب	تجريبية- بعدي

وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل بديلتها القائلة هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي ومتوسط درجاتهم في الاختبار البعدي على مقياس الإدمان على الأنترنيت. وبما ان الفرضية البديلة قبلت لذا توجب التحقق من الفرضية الثانية.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ومتوسط درجات المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الإدمان على الأنترنيت.

وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للكشف عن دلالة الفرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الإدمان على الأنترنيت بلغت القيمة التائية المحسوبة ( 17.844 ) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة ( 2.021 ) عند مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 58 ) وتشير النتائج إلى وجود فرق دال إحصائياً بين متوسط درجات الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية البالغ ( 59.02 ) درجة وبانحراف معياري ( 8.36 ) درجة ومتوسط درجات المجموعة الضابطة ( 74.02 ) درجة وبانحراف معياري ( 7.43 ) درجة والجدول ( 2 ) يوضح ذلك.

### جدول (2)

الاختبار التائي لمعرفة دلالة الفرق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية ودرجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الإدمان على الأنترنيت في الاختبار البعدي.

دلالة الفرق	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة الاختبار
	الجدولية	المحسوبة				
DAL	2.021	17.844	8.36	59.02	30	التجريبية - بعدي
			7.43	74.02	30	الضابطة - بعدي

وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل البديلة لوجود فرق دال إحصائياً بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدى على مقياس الإدمان على الأنترنيت، ويمكن القول ان هذا الفرق يعبر عن انخفاض درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الإدمان على الأنترنيت والذي يشير بدوره إلى أثر البرنامج الترويحي الذي أدى إلى خفض الإدمان على الأنترنيت. وتتفق هذه النتيجة مع النتائج التي توصلت إليها دراسة كل من (شاھین، 2015) التي أشارت إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض الإدمان على الأنترنيت (شاھین، 2015,358) ودراسة (العبيدي وآخرون، 2017) التي أشارت إلى أثر البرنامج الإرشادي وفوائده في خفض درجة إدمان الأنترنيت لدى طلاب المرحلة الإعدادية التي تمت الإشارة إليها في الفصل الثاني .

#### الاستنتاجات :-

من أهم النتائج التي توصلت لها الباحثة:-

1. إمكانية خفض الإدمان على الأنترنيت لدى الأفراد من خلال استخدام البرنامج الترويحي.
2. أثر البرنامج الترويحي المستخدم في هذا البحث في خفض الإدمان على الأنترنيت لدى أفراد المجموعة التجريبية.

#### النوصيات :

في ضوء النتائج تم التوصل إليها توصي الباحثة:-

1. إمكانية الاستفادة من البرنامج الترويحي لخفض الإدمان على الأنترنيت لدى الطلبة من قبل المرشدين في المدارس المتوسطة.
2. توعية المدمنين بمخاطر الإدمان على الأنترنيت.

#### المقترحات

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها تقترح الباحثة:-

1. إجراء دراسة مماثلة لمعرفة أثر البرنامج الترويحي لخفض الإدمان على الأنترنيت لدى الطلبة من مراحل دراسية أخرى.

1. Arnout, Bushra Ismail (2007) Internet addiction and its relationship to both personality dimensions and psychological disorders among adolescents, Journal of the Faculty of Education, Zagazig University, No. 55.
2. Arnout, Bushra Ismail (2004) Childhood mental disorders, causes, diagnosis, treatment, Cairo, The Anglo-Egyptian Library.
3. Khalil, Muhammad Bayoumi (2002) The Deviations of Youth in the Era of Globalization, Part 2, Bt, Dar Quba Printing and Publishing, Cairo.
4. Zaidan, Essam (2008) Internet addiction and its relationship to anxiety, depression, loneliness, and self-confidence, Arab Studies in Psychology 402.
5. Shaheen, Muhammad Ahmad (2015) The Effectiveness of a Cognitive-Behavioral Counseling Program in Reducing Internet Addiction for a Sample of University Students, Al-Aqsa Magazine (Human Sciences Series) Volume Nineteenth, Issue Two, Ed 1 -2.
6. Taha, Abd Al-Rahim Taha (2006), Introduction to Al-Tareeh, Dar Al-Wafa for Publishing and Distribution, Alexandria, 1st Edition.
7. Al-Obeidi, Nasser Bin Saleh, and Bin Dabis, Saeed (2017), The Impact of a Mentoring Program to Reduce the Degree of Internet Addiction, The International Journal of Specialized Education, Volume (5) June 2017.
8. Al-Osami, Zola (2010) Internet addiction among youth and its relationship to social communication skills, a comparative study on a sample of Damascus University students, Assiut University, Egypt.
9. Van Dalen, Diopold B (1977) Research Methods in Education and Psychology, translated by Muhammad Nabil Nofal and others, 1st Edition, The Anglo-Egyptian Library.
10. Al-Qadi, Yusef Mustafa and others (1981) Psychological counseling and educational guidance, 1st floor, Dar Al-Marikh, Riyadh.
11. Al-Masry, Muhammad Walid (2006) The Arab Family and the Internet Obsession, Al-Arabi Magazine, Kuwait, Issue 575 .
12. Nabulsi, Muhammad Ahmad (2004) Psychiatric Diseases and Their Treatment, Center for Psychological and Psychosomatic Studies, Tripoli. Lebanon.
13. Hardy,M.(2003) Life beyond the serene:Embodiment and identity through the internet.Sociological review,50.
14. Orzaek M,H. (1998)Computer addiction:what is it ? psychiatric times XV8: Available: WWW. Mhsource.com/pt/p980852.htm..
15. Ropert,J.stembery (2004)"parapsychology" U.S.A Thomson waisworth.
16. Greene, R.W. (1998) Internet addiction: Is it sust this onths hand wringer for worry-warts, ora genuine problem? Computer world, Volume32.