



## الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني لدى المتعافين من

### إدمان المخدرات

The trend towards electronic psychological counseling  
among drug addicts recovering

إعداد

د. وجدان محمد محمد علي

Dr. Wajdan Muhammad Muhammad Ali

استاذ مساعد - قسم علم النفس، كلية الدراسات الإنسانية والإدارية، كليات  
عنيزة، القصيم، المملكة العربية السعودية

عثمان ماضي حسين طميحي

Othman Madi Hussein Tamih

باحث في علم النفس - قسم علم النفس كلية عنيزة للدراسات الإنسانية والإدارية

*Doi: 10.21608/ajahs.2025.404411*

٢٠٢٤ / ١٠ / ٥

استلام البحث

٢٠٢٤ / ١١ / ٦

قبول البحث

علي، وجدان محمد محمد وطميحي، عثمان ماضي حسين (٢٠٢٥). الاتجاه نحو  
الإرشاد النفسي الإلكتروني لدى المتعافين من إدمان المخدرات. *المجلة العربية  
للآداب والدراسات الإنسانية*، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر،  
٢٤٦ - ٢٢٩، (٣٤)٩.

<http://ajahs.journals.ekb.eg>

## الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني لدى المتعافين من إدمان المخدرات المستخلص:

هدفت الدراسة إلي التعرف علي مستوى الاتجاهات نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة لدى المتعافين من المخدرات كذلك سعت الدراسة للكشف عن الفروق في الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة تبعاً لمتغير الجنس . واتبع الباحثان المنهج الوصفي التحليلي وتكونت عينه البحث من (١٠٠) من المتعافين تم ببناء استبانة تضمن (٣٢) عبارة وتبين من النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط الحقيقي والمتوسط الافتراضي لدي عينة البحث في الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة لجانب المتوسط الحقيقي، مما يعني ارتفاع مستوى الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني ككل وارتفاع أبعاده المختلفة (أهمية الإرشاد النفسي الإلكتروني ، الاتجاه نحو المرشد) لدى المتعافين من ادمان المخدرات مما يوضح الميل المرتفع الى خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني ويعزي ذلك الى ما يتمتع به الإرشاد النفسي الإلكتروني من خصوصية وعدم الكشف عن هوية المسترشد كما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية قيمة (ت) (الجدولية اكبر من قيمة (ت) المحسوبة عند مستوي دلالة (٠.٠١) مما يدل على وجود فروق بين الذكور والإناث المتعافين من إدمان المخدرات في اتجاه الإناث حيث كان المتوسط الحسابي اعلى عند الإناث مما يدل ان المتعافين من الإناث ليس لديهم روح المبادرة في التردد على العيادات وبعضهم يخاف من الوصمة الاجتماعية.

**الكلمات المفتاحية:** الاتجاه، الإرشاد النفسي الإلكتروني، المتعافين

### Abstract:

The study aimed to identify the level of attitudes toward electronic psychological counseling in its various dimensions among those recovering from drugs. The study also sought to reveal differences in attitudes toward electronic psychological counseling in its various dimensions according to the gender variable. The researchers followed the descriptive analytical approach. and the research sample consisted of (100) recovered people. A questionnaire was constructed that included (32) statements. The results showed that there were statistically significant differences at the level of (0.01) between the real average and the assumed average in the research sample regarding the attitudes towards electronic psychological

counseling. With its different dimensions on the side of the true average. which means a high level of attitudes towards electronic psychological counseling as a whole and a high level of its various dimensions (the importance of electronic psychological counseling. the attitudes towards the counsellor) among those recovering from drug addiction. which shows the high tendency towards electronic psychological counseling services This is due to the privacy that electronic psychological counseling enjoys and the lack of disclosure of the identity of the counselor. The study also revealed the presence of statistically significant differences. the value of the tabulated t is greater than the calculated t at the level of significance (0.01). which indicates the existence of differences between males and females recovering from addiction. Drugs favor females. as the arithmetic mean was higher for females. which indicates that recovering females do not have the initiative to visit clinics. and some of them fear social stigma..

**Keywords** :Electronic- psychological- counseling - attitudes towards

#### المقدمة:

يمثل الإرشاد النفسي أحد فروع علم النفس التطبيقي ، وهو يهتم بالوصول بالشخص إلى حالة من الصحة النفسية والتوافق الشخصي والاجتماعي . فالصحة النفسية والتي جوهرها الشعور بالسعادة، تقوم على بعدين: التوافق الشخصي، والتوافق الاجتماعي. ولكي يشعر الإنسان بالسعادة لابد من تمتعه بالصحة النفسية، ولكي يتمتع بالصحة النفسية لابد أن يكون متوافقاً شخصياً واجتماعياً، وهذا ما يخفق فيه بعض الناس! ولعل الإرشاد النفسي الإلكتروني النفسي هو أحد الوسائل المساعدة للأفراد على رفع درجة الصحة النفسية، وبالتالي إجادة صناعة السعادة أن الإرشاد النفسي في العصر الرقمي، تجاوز مفهوم الحدود المادية، وتطور إلى تنسيق ديناميكي وسهل الوصول يُعرف باسم الإرشاد النفسي الإلكتروني يقدم عبر الانترنت واصبح ضرورة من ضرورات الحياة لقد انتشر الإرشاد النفسي الإلكتروني على الشبكة العنكبوتية من خلال محركات البحث والتطبيقات الكثيرة على الاجهزة المحمولة الذكية، حيث أصبح بإمكان الفرد استخدام الاجهزة

الإلكترونية في اجراء مقابلة مع المرشد والاستفادة من الخدمات الإرشاد النفسي الإلكترونية العصرية التي توفر من قبل مقدمي الخدمات النفسية الإرشادية و الاستشارية التي تقدم مساعدات كثيرة لجميع فئات المجتمع من خلال خدمة نفسية يقدمها مرشد متخصص لمسترشد يقع بين السواء واللاسواء، يتم تقديمها من خلال ما توفره التكنولوجيا من أساليب تواصل مناسبة متزامنة وغير متزامنة لمساعدة المسترشد على تحقيق الإيجابية في الشخصية وتقدم العون لمن يحتاج المساعدة على فهم نفسه وتكيفه مع بيئته، وكيفية حل المشكلات واتخاذ القرار، وهو عملية واعية مستمرة ببناء ومخططة . ، و يساعد الفرد على أن يسلك بفاعلية وعقلانية، ويصبح أكثر استقلالاً، وأن يكون مسؤولاً عن نفسه ، وعلى إحداث تغيير إيجابي في سلوكه عن طريق فهمه لذاته ، وتحقيق الذات بالتحكم في العواطف السلبية المخيبة للذات مثل: القلق والشعور بالذنب، كذلك مساعدته في تغيير عاداته وسلوكه غير الفعّال، ومساعدته على اكتساب مهارات التواصل الشخصي الفعّال مع الآخرين ونوعية الإرشاد النفسي الإلكتروني وطرق الإرشاد النفسي الإلكترونية والوسائل المتاحة ومدة الإرشاد النفسي الإلكتروني وهدف الإرشاد النفسي الإلكتروني(البلوي)، (٢٠٢٠).

وأن للإرشاد الإلكتروني فوائد كثيرة يتمتع بها وعلى الرغم من وجود بعض التحفظات لكن يمكن التغلب عليها ويمكن حل المشكلات التي تواجه المرشدين وللإرشاد الإلكتروني خصائص مميزة عن الإرشاد النفسي الإلكتروني وجهالوجه، وله جوانب أخلاقية يجب مراعاتها ومهارات لا بد للمرشد أن يتمكن منها وأهداف يسعى للوصول إليها، وأثبتت الدراسات التطبيقية التي استعرضها الباحث منها دراسة باراك وآخرى ٢٠٠٨ ودراسة البلوي، ٢٠٢٠ ودراسة عبد البارى ٢٠٢٢ ودراسة فعالية الإرشاد النفسي الإلكتروني في برامج التعافي متابعة المدمنين حتى التأكد التام من شفائهم واقتناعهم دينياً، ونفسياً وفكرياً، وسلوكياً، وعقلياً، وعزمهم على عدم العودة مطلقاً إلى طريق الإدمان المميت مهما كانت المُغريات ومهما حُوصروا من المروجين الشرار وغيرهم لجرهم لذلك الطريق المظلم. يُعاني المدمن كثيراً من مشكلات في التأقلم والعودة للحياة السوية ويخرج للعالم الخارجي بخطئ خائفة ونظراتٍ زائغة ويعتريه خوف مبهم من المجهول ومن نظرات الأسرة والمجتمع له ومن الرفض وعدم تقبل المتعافي أهمية الإرشاد النفسي ودوره في العلاج والوقاية من الإدمان على المخدرات، جاءت الورقة البحثية للكشف عن التعرف مستوى الاتجاهات نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة لدى الكشف عن الفروق في الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة تبعاً لمتغير الجنس.

### مشكلة الدراسة :

اصبحت التكنولوجيات الرقمية متاحة على نحو متزايد أصبح استخدام الهواتف الذكية والحاسب اللوحي جزءاً ضرورياً من الحياة المعاصرة يسرت هذه الأجهزة الإلكترونية التعامل مع شبكة الأنترنت، والدخول على مواقع التواصل الاجتماعي، بالإضافة إلى إنجاز عدد كبير من المعاملات والأنشطة اليومية كما تطورت تقنيات الإرشاد النفسي عبر الأنترنت تطوراً كبيراً في السنوات القليلة الماضية وازدحت تلقي الخدمات الصحية والإرشادية والاستشارية علي نهج جديد يستفيد من التكنولوجيا الحديثة لتقديم المعرفة والتوجيه دون حواجز جغرافية. يوفر مرونة في العمل وإمكانية الوصول إلى خبرات متنوعة.. تتيح التواصل والتعاون المباشر دون الحاجة للتواجد في مكان واحد محققاً الهدف العام والشامل للتوجيه والإرشاد النفسي الإلكتروني هو تحقيق الصحة النفسية وسعادة الفرد ، حيث أن الإرشاد النفسي هو ركنًا أساسيًا في برامج التعافي

أن التعافي من الإدمان هي عملية تتم فيها معالجة الأشياء التي تمنع الشخص من الوصول إلى إمكاناته الكاملة وإعادة التوازن إليها، يمكن أن يكون طريق الشفاء طويلاً ومؤلماً ومحفوظاً بالانتكاسات أن التعافي من الإدمان يجب أن يتلقى دائماً الدعم النفسي مما يتطلب الإرشاد النفسي ويعد الإرشاد النفسي في الفضاء الإلكتروني أمراً مثمراً للجدل بسبب قضايا متعلقة بفعاليته وشرعيته وتأثيره. ما قدمت الجمعية الأمريكية للإرشاد أكثر من دليل عملي لتقديم الخدمة النفسية الإرشاد النفسي الإلكترونية والعلاجية عن طريق استخدام التكنولوجيا الحديثة. كما أن الجامعات الأمريكية أيضاً تضمن هذه الخدمة في مقرراتها التعليمية.

و ضحت نتائج دراسة باراك وآخرين (2008) (Barak) بعنوان: مراجعة شاملة وتحليل لفعالية تدخلات العلاج والإرشاد النفسي القائمة على الأنترنت و التي أجريت بمراجعة موسوعية الاثنتين وتسعين دراسة اختبرت فاعلية البرامج الإرشادية والعلاجية القائمة على استخدام الأنترنت وبلغ العدد الاجمالي للعينات 9764مشاركاً وخلصت المراجعة إلي أن الإرشاد والعلاج الإلكتروني فعال أو قريب من فعالية الإرشاد التقليدي.

ووضحت دراسة الباحث: محمد توفيق محمد مبروك عبد الباري بعنوان الإرشاد الإلكتروني : أطر نظرية وتطبيقات مجلة " التربوية في القرن ٢١ للدارسات التربوية والنفسية" - كلية التربية - جامعة مدينة السادات العدد الثالث والعشرون يوليو ٢٠٢٢م

كما أوضحت نتائج دراسة خولة سعد البلوي (٢٠٢٠) بعنوان: فاعلية الإرشاد النفسي الإلكتروني في خفض معدلات انتشار سلوك المسترجلة (البوية) لدى طالبات جامعة تبوك و التي أجريت علي ١٢ طالبة بجامعة تبوك فاعلية الإرشاد

النفسي في خفض معدلات انتشار سلوك المسترجلة (البوية) لدي طالبات جامعة تبوك. وأوضحت نتائج دراسة نبيل السيد حسن. ونبيلة نبيل طوخي. وعيد علي عبد الواحد (٢٠٢٠) بعنوان: فاعلية برنامج إرشاد الإلكتروني قائم على التفكير الإيجابي في تنمية "تحسين" بعض السمات المزاجية لدى الطالبات المعلمات بكلية التربية للطفولة المبكرة و التي أجريت علي ٤٠ طالبة من الطالبات المعلمات بكلية التربية للطفولة المبكرة فاعلية برنامج إرشاد الإلكتروني قائم علي التفكير الإيجابي في تنمية (تحسين) بعض السمات المزاجية لدي الطالبات المعلمات بكلية التربية للطفولة المبكرة.

كما أوضحت نتائج دراسة محمد محمد سالم. عبد الصبور منصور محمد. شيرين محمد دسوقي. وحسام محمد عبد العال (٢٠٢١) بعنوان: فعالية الإرشاد التكاملي الإلكتروني في تنمية الأبداع الانفعالي لدى التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم و أوضحت نتائج دراسة زينب صحصاح (٢٠٢٢) بعنوان: فعالية الإرشاد المعرفي (السلوكي) المباشر والإلكتروني ( للتحفيف من أعراض ضغوط ما بعد الصدمة لدي عينة من الطالب السوريين بالمرحلة الثانوية والتي أجريت على ٢١ من الطالب السوريين المقيمين بمصر. وأوضحت نتائج دراسة أم كلثوم محمد رسلان (٢٠٢٢) بعنوان: برنامج إرشادي الإلكتروني معرفي سلوكي لتنمية الصورة الذهنية لمنظومة الجودة والجدارة المهنية لدي عينة من المعلمين عن فعالية البرنامج في تنمية الصورة الذهنية لمنظومة الجودة والجدارة المهنية لدي المعلمين

بينما اوصت دراسة العقاد(٢٠١٨) على أهمية تدعيم الاتجاهات الايجابية نحو استخدام المشورة النفسية عبر الأنترنت. والعمل كذلك على توجيه المسؤولين واصحاب القرار والمهتمين بعلوم الصحة النفسية على نشر ثقافة الإرشاد النفسي الإلكتروني وبينت دراسة العقاد(٢٠١٦) والتي هدفت إلى معرفة اتجاه الشباب الجامعي نحو خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني والعلاج النفسي عبر بيئة الفضاء الإلكتروني وخلصت إلى ضرورة وجوده وتفعيله بشكل أكبر. من هذا المنطق كانت مشكلة الدراسة والتي انحصرت في الاسئلة التالية :

اسئلة الدراسة :

- ١ ما مستوي الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة لدى المتعافين من ادمان المخدرات
- ٢ هل توجد فروق داله إحصائيا فى اتجاهات المسترشدين / المسترشدات نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني باختلاف متغير الجنس .

### أهداف الدراسة :

يهدف البحث الحالي إلى:

- ١ التعرف مستوى لاتجاهات نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة لدى المتعافين من ادمان المخدرات .
- ٢ الكشف عن الفروق في الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة تبعاً لمتغير الجنس .

### أهمية الدراسة:

#### • الأهمية النظرية :

من أهمية الموضوع تناولت موضوعاً حيويًا و جديداً الإرشاد النفسي الإلكتروني تضيف للباحثين وأعضاء هيئة التدريس، والاختصاصيين الاجتماعيين، وطلاب الخدمة الاجتماعية، تراثاً نظرياً يساعدهم في كيفية توظيف الخدمة الاجتماعية الإلكترونية، وتزودهم بحصيلة معرفية

#### • الأهمية التطبيقية

- ١ تأتي أهمية هذه الدراسة مواكبة لمطالبة منظمات الخدمة الاجتماعية الدولية كالجمعية القومية للإخصائيين الاجتماعيين (NASW)، ومجلس تعليم الخدمة الاجتماعية (CSWE) بضرورة السعي نحو رقمنة الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية.
- ٢ نتائج البحث الحالية بإذن الله تثري المكتبات العربية بمعلومات جديدة عن متغيرات البحث الرئيسية، وعلى وجه الخصوص الإرشاد النفسي الإلكتروني
- ٣ تساعد متخذي القرار سواء في الوزارات و المؤسسات التعليمية أو المراكز تطوير وتحسين ممارسة واتخاذ الإجراءات اللازمة، لتحقيق جودة وكفاءة عالية تلائم الاحتياجات الحديثة الإرشاد النفسي الإلكتروني.

### حدود الدراسة:

المجال البشري: تم تحديد المجال البشري لهذه الدراسة بالمتعافين من الإدمان  
المجال المكاني: تم تحديد المجال المكاني لهذه الدراسة بالمدينة المنورة  
المجال الزمني: : العام ٢٠٢٤-٢٠٢٥

### الإطار النظري للدراسة :

#### أولاً الاتجاهات:

تحتل دراسة الاتجاهات مكاناً بارزاً في حياة الفرد، وديناميات الجماعة، إن معرفة الاتجاهات تساعد على التنبؤ بسلوك الفرد المستقبلي، وتعد وسيلة لتفسير السلوك الانساني، كما أنها من المؤثرات القوية على السلوك الظاهر للفرد، حيث يتأثر سلوك الفرد تجاه الأمور وموقفهم منها بما لديهم من اتجاهات تتكون للتفاعل المتبادل بينهم وبين بيئتهم. وهي تنظيم مستمر للعمليات الانفعالية، والإدراكية،

والمعرفية عن مجال حياة الفرد ويعرف الاتجاه بأنه استعداد نفسي متعلم للاستجابة الموجبة أو السالبة نحو مثيرات مختلفة تستدعي هذه الاستجابة، ويعبر عنه عادة بالحب أو الكره. ومن وجهة نظر المعرفية يعرف الاتجاه بأنه تنظيم لمعارف ارتباطات موجبة أو سالبة ومن وجهة نظر الدافعية، فالإتجاه يمثل حالة من الاستعداد لاستثارة دوافع فيما يتصل بالموضوع، وهذا الاستعداد يتأثر بمعرفة الفرد وخبراته السابقة بالموضوع سلباً أو إيجاباً. (٠ عبد العزيز، ٢٠١١)

#### خصائص الاتجاهات:

- إن الاتجاهات أما أن تكون مكتسبة أو متعلمة من خلال ما يواجهه الفرد من خبرات وأنشطة ومواقف.
- يستدل عليها من ملاحظة والتقدير، ويمكن التنبؤ بها.
- الإتجاه قد يكون قويا أو ضعيفا نحو موضوع معين أو شخص معين.
- الإتجاه قابل للقياس والملاحظة والتقدير، ويمكن التنبؤ بها.
- الإتجاه قابل للتغيير والتطور تحت ظروف معينة.
- الإتجاه يتأثر بخبرة الفرد ويؤثر فيها.
- الإتجاه دينامي؛ أي يحرك سلوك الفرد نحو الموضوعات التي تنظم حوله.
- لها أبعاد معرفية ووجدانية وسلوكية.
- تتسم بصفة الثبات النسبي نحو الأشياء والموضوعات.
- لها خصائص انفعالية، حيث إن استجابات الفرد إما أن يتبعها ارتياح أو ضيق، ويتبع ذلك بحب أو كره.

#### وظائف الاتجاهات :

تقوم الاتجاهات بالعديد من الوظائف التي تسير للإنسان القدرة على التعامل مع المواقف المختلفة، وأهم هذه الوظائف:

(١) الوظيفة المنفعية والتكيفية: حيث تحقق الكثيرة من أهداف الفرد ومصالح الدول، فالإتجاهات موجبات سلوكية تمكن الفرد من تحقيق أهدافه، وإشباع دوافعه في ضوء المعايير الاجتماعية السائدة، كما تمكن الأفراد والدول من إنشاء علاقات تكيفية سوية مع الفرد والجماعات داخل المجتمع وخارجه. والاتجاهات التي يكتسبها الإنسان في خدمة التكيف تكون إما وسيلة لتحقيق هدف مرغوب أو تجنب هدف غير مرغوب، باعتبارها ارتباطات وجدانية، تقوم على أساس خبرات الفرد في الحصول على إشباعات للدوافع.

(٢) الوظيفة التنظيمية: وذلك بتوفير إطار مرجعي يساعد الفرد على تنظيم وإدراك عمليات والمعلومات التي لديه عن الأمور المختلفة، يشكل بعينه على فهم العالم من حوله، ويعود الفضل في هذا التنظيم إلى الإتجاهات المكتسبة.



(٣) الوظيفة الدفاعية: وتهتم بتوفير القنوات التي يحتفظ بها الفرد للدفاع عن نفسه، إن الحيل الدفاعية اللاشعورية تعد من المشكلات التي تهدده من الخارج، وتعد وسائل لتقليل التوتر.

(٤) الوظيفة التوافقية المنفعية. الوظيفية الحصول على المعرفة وتحقيق الذات: يسعى المرء دائماً لفهم العالم المحيط به وتسهم الاتجاهات في اكتساب الأفراد المعايير والأطر المرجعية لفهم العالم من حولهم وتؤدي دوراً بارزاً في تكوين اتجاهات الأفراد والجماعات، ومن الأمثلة على ذلك أجهزة الاعلام ودورها في تشكيل اتجاهات الناس، ومن خلال عمليات التعلم والتفاعل مع عناصر البيئة (Jingfang.Liu. 2021).

#### ثانياً: الإرشاد النفسي الإلكتروني

مفهوم الإرشاد الإلكتروني هناك مصطلحات متعددة لوصف ظاهرة الإرشاد النفسي الإلكتروني مثل E Internet counseling. Online counseling. Web counseling. Online practice. Cyber counseling. Virtual counseling. Remote counseling. كما يعرف بأنه خدمة نفسية يقدمها مرشد متخصص لمسترشد يقع بين السواء واللاسواء. يتم تقديمها من خلال ما توفره التكنولوجيا من أساليب تواصل مناسبة متزامنة وغير متزامنة لمساعدة المسترشد علي تحقيق الايجابية في الشخصية ويعتبر الإرشاد الإلكتروني نوعاً من الإرشاد يأخذ افضل ممارسات الإرشاد التقليدي. بعض مزاياه الفريدة ويعدلها كي يصل إلي من يحتاج إليه عبر الوسائل الإلكترونية من أجل تعظيم فائدة تقنيات الإرشاد. (المؤمنى ٢٠١٧)

يعرفه الباحثان بانه :

نوع من أنواع الإرشاد يقدم استخدام الاساليب والطرق الإرشادية المختلفة. وأنه طريقة لتقديم الإرشاد و ليس طريقة للإرشاد حيث انه تفاعل إرشادي تقدم فيه الخدمات الإرشادية النفسية عن بعد من قبل متخصصين. وأنه يتضمن استخدام الوسائط الإلكترونية وتكنولوجيا المعلومات. عبر الطرق سواء المتزامنة وغير المتزامنة. لتشمل عناصر الإرشاد هي المرشد والمسترشد والعملية الإرشادية ووسيلة التواصل. مع التأكيد علي الالتزام باللوائح والمواثيق الاخلاقية والقانونية التي أصدرتها المنظمات المختلفة

يعد الإرشاد النفسي مجموعة من الجلسات الإرشادية سواء كانت فردية أو جماعية تهدف إلى إعادة الدافعية للحياة لدى العميل وتدريبهم على الثقة بالنفس والقدرة على التكيف في البيئة التي يعيش فيها، وتمتاز هذه الجلسات بآتاحة الفرصة للعميل بالتأمل والتفهم. ومع التطور الحالي في العالم، وكثرة التغيرات التي حصلت، وتعدد مصادر الحصول على المعلومات، وتعدد أنواع الثقافة، وتطور التعليم، وتتنوع

المهن، وزيادة الفجوة بين الفقراء والأغنياء، وتعدد المرضى، استدعت الحاجة إلى تعدد مجالات الإرشاد النفسي، حيث شملت الإرشاد السري، والإرشاد المهني، والإرشاد التربوي، والإرشاد الزواجي، والإرشاد الجماعي، والإرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة.

وتحول الإرشاد التقليدي إلي الإلكتروني وهو استخدام الوسائط الإلكترونية وتكنولوجيا المعلومات لتقديم الخدمات النفسية من المتخصصين للمسترشدين؛ لأنه يتغلب علي حواجز المسافة والوصول ويفضل الشباب استخدام الأنترنت في الإرشاد وهذا ما أكدته الدراسات التي تناولت اتجاهات الشباب نحو الإرشاد وفعاليته (المطيري، ٢٠٢١)

#### انواع الإرشاد الإلكتروني :

(١) من حيث الزمن إلي:

- أ- متزامن: إرشاد مباشر يتواصل المرشد والمسترشد في نفس الوقت من خلال حوار مكتوب أو منطوق أو مؤتمرات صوتية ومرئية.
- ب- غير متزامن: إرشاد غير مباشر يتواصل المرشد والمسترشد في وقت لاحق كالدردشة غير المتزامنة

(٢) عدد العملاء إلي

- أ- فردي: تقديم خدمات الإرشاد النفسي لفرد واحد كالدردشة الفردية
- ب- جماعي: تقديم خدمات الإرشاد النفسي لمجموعات كالدردشة الجماعية.

(٣) أداة الاتصال إلي:

- أ- عبر البريد الإلكتروني: استخدام البريد الإلكتروني في التواصل بين المرشد والمسترشد في الاستشارات البسيطة.
- ب- عبر الهاتف: استخدام الهاتف في الإرشاد سواء جزء من الإرشاد التقليدي أو مستق مؤتمرات الفيديو: تقديم الإرشاد من خلال تفاعل مميز ذي اتجاهين من خلال فيديو.

العيادات الإلكترونية: فريق من المعالجين في مجالات مختلفة يصمم موقع للقيام بالإرشاد النفسي.

مواقع الشبكات الاجتماعية: توفير التواصل بين المرشد والمسترشد من خلال مواقع الشبكات الاجتماعية

(٤) درجة ونوعية الإرشاد إلي:

- أ- العلاج الإلكتروني : العملية العلاجية التي تتم من خلال قنوات الاتصال عبر الأنترنت
- ب- تقديم نصائح نفسية: قيام المعالج بالرد علي سؤال أو استفسار ضروري من قبل المسترشد.

ت- خدمات المساعدة: استخدام وسائل الاتصال لتكملة خدمات الإرشاد وجها لوجه. الرعاية الصحية والسلوكية: قيام المختصين باستخدام نظام مؤتمرات الفيديو كنوع من الرعاية النفسية.

(٥) و من حيث هدف الإرشاد إلي:

أ- التدخلات التعليمية: برامج مصممة ليتمكن المسترشد لمعلومات حول مشكلة معينة كالبرامج التثقيفية للاضطرابات .

ب- التدخلات الإرشادية ذاتية التوجه: تصميم برامج الحداث تغيير وتكون معدة مسبقا وتحتوي على ردود فعل مخصصة. التدخلات الإرشادية المدعومة عبر الأنترنت : تقديم محتوى التغيير من قبل متخصص في الصحة النفسية.

(٦) مدة الإرشاد الي:

أ- قصير المدي: الإرشاد المختصر ذو العدد القليل من الجلسات علي مدي أسابيع أو أيام.

ب- طويل المدي: الإرشاد الممتد ذو العدد الكثير من الجلسات علي مدي شهور أو سنوات.

(٧) من حيث الوسائل المتاحة إلي:

أ- عبر الهاتف: تقديم الإرشاد من خلال خطوط الهاتف.

ب- من خلال الكمبيوتر: تقديم البرامج التي تعتمد علي استخدام الكمبيوتر أثناء الإرشاد ولكن بدون الأنترنت . مؤتمرات الفيديو :تحقيق التواصل بين المرشد والمسترشد من خلال مؤتمرات الفيديو. من خلال مواقع الانترنت : استخدام مواقع الأنترنت في الإرشاد.

و من حيث الطرق الإرشادية إلي:

أ- قائم بذاته: الإرشاد النفسي الإلكتروني بمفرده بشكل كلي .

ب- وجه لوجه، وتكميلي: الإرشاد النفسي الإلكتروني كتواصل تكميلي للإرشاد وجه لوجه أو بالتزامن مع الإرشاد عبر التليفون (صحاح ، ٢٠٢٢)

**مزايا الإرشاد الإلكتروني**

هناك العديد من المزايا التي يتمتع بها الإرشاد الإلكتروني والتي تزداد بالثورة التكنولوجية يوم منها

○ الراحة وزيادة الوصول لكل من العملاء والمرشدين كالأشخاص محدودي الحركة.

○ الابتعاد عن وصمة العار الاجتماعية ومشاعر الخجل. وتوفير الشعور بالخصوصية فيركز علي المشكلة فيشعر بالارتياح. وتوسيع منطقة التفكير فيسمح بمراجعة التفكير.

- واتساع الاشخاص الذين يقدم لهم الإرشاد كالمعزولين أو لديهم أنماط حياة سريعة وجدول أعمال.
- قلة التكلفة المادية في التنقل وعدم استنجاز مساحة مكتبية. واستخدام الوسائط المتعددة بسرعة
- السلامة العاطفية انخفاض القرب العاطفي
- فوائد استخدام الكتابة في الإرشاد كوسيلة للتعبير عن الذات.
- والشعور بالأمان والسرية وعدم الكشف عن الهوية.
- المرونة في الوقت
- توفيره فيقدم في أي وقت ويوفر وقت الوصول لمكان الإرشاد.
- الاحتفاظ بمواد الإرشاد والتسجيل التلقائي واستعادتها.
- توفير تحكم أفضل في الظروف المحيطة كازدحام الطرق أو الطوارئ. وسهولة الاستخدام فيحتاج الى جهاز متصل بالإنترنت.
- القياس الإلكتروني والاستبيانات الإلكترونية وإجرائها براحة تامة وربطها بقواعد البيانات لتحليلها (Pordelan, 2021)

#### تحفظات الإرشاد الإلكتروني :

- علي الرغم من وجود عدد من المزايا أو الجوانب الايجابية لكن هناك بعض التحفظات أو الانتقادات والمخاوف ومنها:
- قلة الوجود البشري وسوء الفهم المحتمل.
- غياب الاشارات المرئية والكلام غير اللفظي كتعبيرات الوجه ونبرة الصوت.
- قد يؤدي انقطاع الإنترنت لانقطاع الجلسة. ونقص العينات المتجانسة. ومشاكل مستخدمى الإنترنت الذين يفتقرون مهارت التكنولوجيا. والمشاكل التقنية
- كضعف إشارات الإنترنت وانتهاء شحن البطارية وانقطاع التيار الكهربائي
- عدم الملائمة للتدخل في الأزمات ولاضطرابات الخطيرة
- ضعف الامكانيات المادية لبعض العملاء.
- احتياجه لمستوي تعليمي ومعرفي معين.
- مخاوف من القرصنة اقتحام البرامج.
- وصعوبة التمييز بين العمل والوقت المستغرق لإرسال (دسوقي، ٢٠٢١).

#### مهارات الإرشاد الإلكتروني :

وضع أعضاء الجمعية الدولية للصحة النفسية عبر الإنترنت قائمة مهارات عملية يجب توافرها في المرشد الإلكتروني وهي: القدرة علي استخدام الأجهزة السمعية والبصرية. وسرعة الكتابة علي الأجهزة العادية وكذلك أجهزة اللمس. والتعامل بأريحية مع البرمجيات والانترنت . و الاستجابة بسرعة عند الضرورة أو عدم

التأخير في الرد علي الرسائل. و القدرة علي تجميع وتخزين وحماية معلومات العملاء. و معرفة التشفير والمحافظة علي السرية. و القدرة علي الكتابة التعبيرية. و القدرة علي وصف شعوره وفهم شعور الآخرين من خلا النصوص . و القدرة علي جعل التدخلات العلاجية فعالة باستخدام الاجهزة. والوعي عن كيفية إدراك العميل للمرشد علي الانترنت . و مهارات التواصل عبر الانترنت المباشرة وغير المباشرة. والمتاحة أغلب الأوقات علي الانترنت . و القدرة علي التواصل بشكل متزامن وغير متزامن علي الانترنت . و المرونة في العلاقات الارشادية الإلكترونية. والتعامل بثقة مع تكنولوجيا الانترنت . و القدرة علي معالجة أخطاء الكمبيوتر البسيطة. و القدرة علي التنقل بين الأنواع المختلفة للإرشاد التقليدي والإلكتروني . و القدرة علي التعامل مع السلوك وشدة الانفعال الوارد من رسائل العميل . والالتزام بالقواعد الاخلاقية في ممارسة الإرشاد الإلكتروني . أن يكون ماهر ا للعمل عبر الانترنت. والصبر. والابداع. والتدريب علي الإرشاد الإلكتروني إما يعمل بطريقة واحدة ومنكيف من خلال الدراسة الذاتية أو ورش العمل والندوات . (صحاح ، ٢٠٢٢)

#### خصائص المسترشد في الإرشاد الإلكتروني:

يجب أن يكون العميل على دراية بالحاسوب ويجب أن يكون هناك توافر للتكنولوجيا. والراحة في الاتصال بالإنترنت وعبر الإنترنت. ويكون لديه مهارت في استعمال الكمبيوتر. والقدرة علي إظهار المشاعر والأفكار وترجمة مشاعره وأفكاره لدعم التفاعل الفعال .

#### الجوانب الاخلاقية للإرشاد الإلكتروني :

هناك جمعيات مهنية تنشر مبادئ توجيهية أخلاقية لممارس الإرشاد الإلكتروني مثل جمعية علم النفس الأمريكية. (APA) الجمعية الأمريكية لإرشاد (ACA) (والجمعية الاسترالية لعلم النفس. والجمعية البريطانية الإرشاد والعلاج النفسي .) (BACP) المجلس الوطني للمرشدين المعتمدين. (NBCC) وتمت الإشارة إلي أن القضايا الأخلاقية التغير بوسائل مختلفة وإنما تحتاج مواكبة التكنولوجيا والتحديث باستمرار واسترشد قانون جمعية الإرشاد الكندية بست قواعد هي:

- احترام كرامة الأشخاص.
- عدم الضرر و النزاهة في العلاقات .
- الرعاية المسؤولة. و المسؤولية تجاه المجتمع . و احترام حق تقرير المصير.
- توفير إرشاد ناجح وفعال. و تقديم قضايا العميل بشكل مناسب .
- الحفاظ علي السرية. و تحذير العملاء المعرضين للخطر.
- الحصول علي موافقة علي الإرشاد. وإتاحة الخدمات و الإشارة في حالة عدم توافر الخدمات الارشادية و ضمان استمرارية الخدمات .
- تجنب تضارب المصالح

- استخدام الاساليب المختبرة. و إبلاغ العميل بحدود ومخاطر الخدمات .
- الحصول علي الموافقة المستنيرة. و الحفاظ علي سجلات العميل آمنة.
- توفير الوصول الي سجلات العميل.
- التشاور مع مقدمي الخدمات السابقين. والاشارة إذا كان يمكن حل المشكلة في وقت معقول

#### أهداف الإرشاد الإلكتروني :

- توجد مجموعة من أهداف الإرشاد الإلكتروني هي:
- زيادة فعالية الإرشاد في إرشاد السلوك غير السوي ودعم الصحة النفسية.
- استغلال الانترنت في تقديم خدمات الإرشاد النفسي.
- تجنب المسترشد الحرج الناتج من تعبيره عن مشكلاته النفسية أمام المرشد وجه لوجه.
- تخطي حواجز الزمان والمكان بين المرشد والمسترشد .
- انقاص المعاناة النفسية وتحسين النمو الشخصي بصورة صحيحة.
- الاتصال والاحتواء من أجل تغيير السلوك السلبي الي سلوكيات إيجابية فعالة.
- القياس والتشخيص النفسي لتغيير المشاعر السلبية الي مشاعر إيجابية.
- إعادة توجيه الصورة العقلية السلبية للذات الي إيجابية (البلوي ،٢٠٢٠).

#### أدوات الدراسة :

- المقياس الأول: مقياس الإرشاد النفسي الإلكتروني :
- لتحقيق أهداف البحث عمدت الباحثة الي مراجعة الأدبيات التربوية والدراسات السابقة ذات العلاقة، للاستفادة منها في بناء استبيان الإرشاد النفسي الإلكتروني عديدة أبرزها وقد وزعت فقراته على ثلاثة أبعاد رئيسية وفقاً للأدبيات الدراسة هي:
- البُعد الول :أهمية الإرشاد النفسي الإلكتروني وبلغت عدد فقراته (١٠) فقرة.
- البُعد الثاني :الاتجاه نحو المرشد الإلكتروني وبلغ عدد فقراته (١٠) فقرة .
- البُعد الثالث :الاتجاه نحو خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني : وبلغ عدد فقراته (١٠) فقرات

#### صدق المحكمين

- عرض المقياس على عدد (٦) محكمين للحكم علي فقرات المقياس وتحديد مدى مطابق أتمائها لبعد صحة وسلامة ، صياغتها لغوياً.
- حذف الفقرات التي أجمع المحكمين على عدم أتمائها وعدلت التي تحتاج تعديل وبلغت نسبة أجماع المحكمين،(٩٥%)

#### صدق الاتساق الداخلي :

- تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس الإرشاد النفسي الإلكتروني للمتعاين من المخدرات وأبعادها المختلفة كمؤشر لسلامة بنية المقياس وذلك من خلال

استخدام معامل الارتباط Pearson لاستبعاد البنود التي لا ترتبط ارتباطات دالة بالدرجة على البعد الذي تنتمي له المفردة، ثم إيجاد معامل الارتباط بين درجة البعد ودرجة المقياس ككل كما هو بالجدول معاملات الارتباط لمقياس الإرشاد النفسي الإلكتروني بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس عند  $n=100$

م	البعد	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
١	أهمية الإرشاد النفسي الإلكتروني	٦٦٢.٠٠
٢	الاتجاه نحو المرشد الإلكتروني	٩٥٧.٠٠٠
٣	الاتجاه نحو خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني	٧٢٧.٠٠٠

تشير هذه النتائج الى تمتع المقياس بقدر كبير من التجانس الداخلي للمفردات والابعاد.

#### ثانياً : ثبات المقياس :

تم حساب ثبات مقياس الإرشاد النفسي الإلكتروني طريق معامل ثبات الفايرونباخ

م	البعد	عدد المفردات	معامل ثبات الفايرونباخ
١	أهمية الإرشاد النفسي الإلكتروني	١٢	٩٢٢.٠٠
٢	الاتجاه نحو المرشد الإلكتروني	١٠	٠٩٤٢٢.
٣	الاتجاه نحو خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني	١٠	٩٣٦.٠
٣	المقياس ككل	٣٢	٩٦٢.٠

أن قيمة معامل ثبات الفايرونباخ لمقياس الإرشاد النفسي الإلكتروني للمتعافين من المخدرات بأبعاده الثلاثة تتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات. المعالجات الاحصائية:

١. تم استخدام الأساليب الاحصائية التالية:
٢. معامل ارتباط بيرسون لحساب الاتساق الداخلي لأداة.
٣. معامل الفايرونباخ (Cronbach s Alpha)
٤. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لترتيب فقرات الاستبانة.

نتائج لدراسة :

السؤال الأول :

الذي ينص علي ما مستوي الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة لدى المتعافين من ادمان المخدرات؟

المتغير	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة	مستوي الدلالة
أهمية الإرشاد النفسي الإلكتروني	6.5 23	30.02	0.000	مرتفع
الاتجاه نحو المرشد الإلكتروني	9.623	20.24	0.000	مرتفع
الاتجاه نحو خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني	6.623	25.18	0.000	مرتفع
المقياس ككل	16.85	27.24	0.000	مرتفع

وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( ، ) بين المتوسط الحقيقي والمتوسط الافتراضي لعينة البحث في الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بأبعاده المختلفة لجانب المتوسط الحقيقي، مما يعني ارتفاع مستوى الإرشاد النفسي الإلكتروني ككل وارتفاع أبعاده المختلفة أهمية الإرشاد النفسي الإلكتروني ، الاتجاه نحو المرشد الإلكتروني ، الاتجاه نحو خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني لدى المتعافين من ادمان المخدرات مما يوضح الميل المرتفع الى خدمات الإرشاد نفسي الإلكتروني ويعزي ذلك الى ما يتمتع به الإرشاد نفسي الإلكتروني سهولة الوصول وقلة التكلفة الخصوصية وعدم الكشف عن هوية المسترشد الابتعاد عن وصمة العار الاجتماعية ومشاعر الخجل.

#### السؤال الثاني :

الذي ينص علي هل توجد فروق داله إحصائيا في اتجاهات المسترشدين / المسترشدات نحو الإرشاد نفسي الإلكتروني باختلاف متغير الجنس . ؟

المحور	النوع	المتوسط	الانحراف	قيمة ت	الدلالة
مقياس الاتجاه نحو الإرشاد نفسي الإلكتروني	ذكر	66.5 23	9.5 23	-2.729	.007
	انثي	76.5 23	9.7 22		

توجد فروق ذات دلالة إحصائية قيمة ت الجدولية أكبر من ت المحسوبة عند مستوي دلالة (٠.٠١) مما يدل على وجود فروق بين في اتجاه الإناث حيث كان المتوسط الحسابي اعلى عند الإناث المسترشد مما يدل ان المسترشدين ليس لديهم روح المبادرة في التردد على العيادات وبعضهم يخاف من الوصمة الاجتماعية.



## المراجع:

- البلوي، خولة سعد (٢٠٢٠). فاعلية الإرشاد لنفسي الإلكتروني النفسي الإلكتروني في خفض معدلات انتشار سلوك المسترجلة (البوية) لدى طالبات جامعة تبوك. مجلة العلوم التربوية والنفسية-جامعة القصيم، ١٣(٤)، ١٣٤٢-١٣٧٠.
- حسون، نجاح حاتم. (٢٠٢١). مهارات الإرشاد لنفسي الإلكتروني النفسي وعلاقتها بقوة النا عند المرشدين التربويين. مجلة البحوث التربوية والنفسية، ١٨(٦٩)، ٦٤٧-٦١٩.
- عباس، محمد؛ نوفل، وبكر؛ والعبسي، محمد؛ أبو عواد، فريال. (٢٠١٤). مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس. ط (٥). دار المسيرة، عمان، الأردن.
- عبد العزيز، أسماء فتحي (٢٠١١). اتجاهات المرشدين الاكاديميين والطلاب نحو استخدام الأنترنت في عملية الإرشاد لنفسي الإلكتروني "رؤية مستقبلية الفرسان".
- أشواق إبراهيم أحمد (٢٠٢١). مدى فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الإرشاد لنفسي الإلكتروني النفسي لدى عينة من طالبات الدراسات العليا (قسم علم النفس). مجلة الخدمة النفسية، العدد ١٤، ٢٣٤-٢٦١.
- جهز فهد عقاب (٢٠٢١): الإرشاد لنفسي الإلكتروني النفسي من التقليدية الى الإرشاد لنفسي الإلكتروني والعلاج عن بعد: دراسة في اتجاهات المسترشين من طلبة الجامعة في ضوء متغيرات الخجل وقلق التفاعل وبعض المتغيرات الديموغرافية. المجلة الدولية للتنمية، ١٠(١)، ٧٣-٩٢.
- المومني، فواز أيوب (٢٠١٧) اتجاهات طلبة الإرشاد لنفسي الإلكتروني النفسي في جامعة اليرموك نحو الاستخدام الإلكتروني، مجلة دراسات، خولة سعد البلوي (٢٠٢٠). فاعلية الإرشاد لنفسي الإلكتروني في خفض معدلات انتشار سلوك المسترجلة (البوية) لدى طالبات جامعة تبوك. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٣(٤)، ١٣٧٠-١٤٢٠.
- زينب عبد هلا صحصاح (٢٠٢٢). فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي المباشر والإلكتروني للتخفيف من أعراض ضغوط ما بعد الصدمة لدي عينة من الطالب السوريين بالمرحلة الثانوية. رسالة دكتوراه جامعة عين شمس.
- فتحي عبد الرحمن الضبع (٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي الإلكتروني قائم على التعاطف مع الذات في خفض مستوى القلق متعدد الوجه للحجر المنزلي أثناء جائحة كورونا ١٩ Covid- لدى طالب الجامعة. المجلة، ٧، ٥٩٧-٦٣٣.
- حمد محمد سالم. عبد الصبور منصور محمد. شيرين محمد دسوقي. وحسام محمد عبد العال (٢٠٢١). فاعلية الإرشاد التكاملي الإلكتروني في تنمية الأبداع الانفعالي لدى

التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم. مجلة كلية التربية ببور سعيد، العلوم التربوية، ٤٤ (٤) ٦٤٣-٧٠٩.

### Reference

- JingfangLiu. LuGao. (2021). Analysis of topics and characteristics of user reviews on different online psychological counseling methods. International Journal of Medical Informatics. Volume 147.
- Johnson. S. (2017). E- counseling: A review of practice and ethical considerations. Antistasis. 7(1). 38-47.108-115.
- Pordelan. Nooshin; Hosseinian. Simin. (2021). Online Career Counseling Success: The Role of Hardiness and Psychological Capital. International Journal for Educational and Vocational Guidance. 21(3). 531-549.