

فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيف إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي لدى عينة من المراهقين

هدى أحمد فهيم حسن غالى^(١) - رزق سند إبراهيم^(٢) - نجلاء محمود رؤوف^(٢)

(١) كلية الدراسات العليا والبحوث البيئية، جامعة عين شمس (٢) كلية الآداب، جامعة عين شمس

المستخلص

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج المعرفي السلوكي في خفض إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي لدى عينة من المراهقين، وقد تضمنت عينة الدراسة مجموعتين من المراهقين من مدمني الإنترنت، والسلوك السيكوباتي إحداهما المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، والآخرى المجموعة الضابطة والتي لم تتلق أية معاملة تجريبية وقد طبق الباحثون على أفراد العينة مقياس يونج لإدمان الإنترنت ومقياس هار للسلوكيات، فكان للعلاج المعرفي السلوكي دوراً فعالاً في تصحيح التشوهات المعرفية وتنمية ضبط الذات والمهارات الاجتماعية لدى المبحوثين وقد بينت النتائج فاعلية البرنامج في خفض إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي. يجب على أولياء الأمور الاهتمام بمراقبة الأبناء حتى لا يكونوا عرضة لإدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي. أيضاً يجب المتابعة بالمدارس والجامعات والنوادي من قبل المختصين.

الكلمات المفتاحية: إدمان الإنترنت، السلوك السيكوباتي، المراهقون، البعد البيئي

مقدمة الدراسة

واقع مسيطرة الأصدقاء أدى الى اتساع كبير في شبكة المعلومات والاتصالات الدولية (الإنترنت) إلى ظهور بعض السلبيات التي كانت نتيجة استخدام الشبكة - رغم إيجابياتها الكبيرة جداً في مجال التجارة الإلكترونية والتعليم وفي المجال الإعلامي والثقافي والاتصال - منها استخدامها في مجال ترقيهي، واستخدامها بحثاً عن مواقع ممنوعة سياسياً أو دينياً أو أخلاقياً، وهذا في الواقع إهدار لطاقت الشباب والإقتصاد الوطني، ومن أبرز هذه السلبيات إدمان الإنترنت اللهم عن الاستخدام المفرط للشبكة وقضاء ساعات طويلة على الشبكة وبالتالي الارتباط الشديد بها، هناك اتفاق كبير على أن الدوافع المهمة لاستخدام الشبكة هي التسلية، والرغبة في الهروب من الواقع الفعلي وشغل وقت الفراغ، وإشباع رغبة يصعب إشباعها في الواقع، والبحث عن طريقة لإشباع حاجات نفسية وعالمية غير مشبعة في الواقع، (Whang. Lee & Chang 2003).

وما أشار إليه حسام الدين عزب من نوع جديد من الإدمان، لم يدرج بعد ضمن قائمة الإدمانات، بل على العكس يستتر خلف قناع براق هو قناع الحداثة، ومن ثم فهو يلقي الترحيب والمشروعية والمفاخرة ويحظى باهتمام الجميع دون أن يدركوا ماهي خطورة الجانب الآخر الذي ينطوي عليه الإنترنت. (عزب، ٢٠٠١).

لذا فإن الحاجة ماسة إلى إعداد برامج إرشادية تساعد على خفض حدة إدمان الإنترنت ورفع تقدير الذات. وهذا ما سعت إليه الدراسة الحالية من تعريض المراهقين عينة الدراسة الحالية لبرنامج إرشادي قائم على أسس ومبادئ نظرية العلاج المعرفي السلوكي لمساعدتهم على خفض حدة إدمان الإنترنت ورفع تقدير الذات لديهم.

كما عرفت الجمعية الأمريكية بأنه استخدام الإنترنت بما يتجاوز ٣٨ ساعة أسبوعياً لغير حاجة العمل، مع الميل إلى زيادة ساعات استخدام الإنترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها من قبل ساعات أقل، مع المعاناة من أعراض نفسية وجسدية عند انقطاع الاتصال بالشبكة ومنها : التوتر النفسي الحركي، القلق، وتركيز التفكير

بشكل قهري حول الإنترنت وما يجرى فيها، واحلام وتخييلات مرتبطة بالإنترنت، حركات إردية ولا إردية تؤديها الأصابع مشابهة لحركات الأصابع على الكمبيوتر، والرغبة في العودة الى استخدامه لتحقيق أو تجنب أعراض الانسحاب إضافة إلى الميل إلى استخدام الإنترنت بمعدل أكثر تكرارا أو لمدة زمنية أطول تتجاوز ما كان الفرد يخصصه له أصلا (سميرة، ٢٠٠٨: ٦٣٦).

ونجد ان السلوك السيکوباتي من الإضطرابات الشخصية التي لا يجد حتى الان علماء النفس العقلي إتفاقا أو تعريفا محدداً لها، فكل منهم ينظر للمصطلح من منظوره الخاص، وفيما يلي نذكر أهم هذه التعريفات حيث يعد هذا المفهوم نوعا اضطرابات الخلق او (الطبع)، وعدم القدرة على المسايرة والاتساق مع العادات، والقوانين السائدة في المجتمع، وهذه الشخصية لا ينتابها القلق، والشعور بالذنب تجاه انماط سلوكها الاجتماعي دنيا حسنى (٢٠٢٢).
يعد العلاج المعرفي السلوكي من المحاولات التي تهدف إلى المحافظة على كفاءات تعديل السلوك من خلال استخدام أنشطة معرفية تتعامل مع سلوك الفرد . (Rendall & Hollan، ١٩٩٦)

حيث يرى محمد (٢٠٠٠) أن العلاج السلوكي المعرفي يعد اتجاها علاجيا حديثا نسبيا يعمل على الدمج بين العلاج المعرفي بفنياته المتعددة، والعلاج السلوكي بما يتضمنه من فنيات تهدف إلى التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الأبعاد؛ إذ يتعامل معها معرفيا، وانفعاليا، وسلوكيا.

ومن جانب آخر يرى (إبراهيم، ١٩٩٧) أن الافتراض الأساسي للعلاج السلوكي المعرفي هو أن المعارف تؤثر في العواطف والسلوك، فالفرد يستجيب للتمثيلات المعرفية للأحداث أكثر من استجابته للأحداث نفسها، كما أن الفرد لديه المقدرة على التخلص من سوء التكيف المعرفي الذي يؤدي بدوره إلى سوء التكيف بصفة عامة، الذي ينتج عنه سلوكيات انهزامية، فمن خلال الإستراتيجيات المختلفة لهذا العلاج يمكن إكسابه مهارات تعديل السلوك، وتوليد أفكار إيجابية، وبناء الثقة بالكفاءة الذاتية، والتخلص من الأفكار اللاعقلانية، والاتجاهات المختلفة وظيفيا والاتجاهات الانهزامية، ومن ثم يشعر بالتكيف النفسي.

مشكلة الدراسة

نعيش اليوم في عصر تكنولوجيا المعلومات الذي يتميز بالتطورات والتغيرات السريعة الناجمة عن التطور التقني والعلمي الذي يشهده العالم . ففي عصرنا الحاضر الذي نعيش اليوم ثورة معلوماتية ضخمة حيث تتسابق العلوم والاكتشافات في الظهور ، وكل يوم تظهر منافسة قوية وجادة في المجال الإلكتروني، في بداية الأمر ظهرت شبكة الأنترنت باستخداماتها المحددة، إلا أن الشبكة الالكترونية توسعت وانتشرت في وقت قياسي وقد أصبح مستخدميها من جميع الفئات العمرية ومنهم الشباب الجامعي وعلى مختلف مستويات تعليمهم ومن هنا ندق ناقوس الخطر حيث أن هذه الشبكة بقيت بدون قيود أو حدود لردع الأعمال السيئة التي مصدرها وكنيجة حتمية لأى تقدم تقني مستحدث أدى إلى ظهور ما يسمى (بالجرائم الإلكترونية للمجتمعات على ضراوة خطرها) مرفت السيد خطيرى (٢٠١٤)

وهذا ما أكدت عليه دراسة (محمد سعيد عبد المجيد (2003) فالشبكة تمثل وجه المجتمع المعلوماتي الجديد بما تنشرها من قيم وعادات وتقاليده وثقافة خاصة فاذا كانت الشبكة الالكترونية تتيح فرص ضخمة للدول الفقيرة للاطلاع علي احداث ومنجزات الثورة التكنولوجية في العالم والحصول علي معلومات من مصادر متنوعة الا ان التعامل مع الشبكة الإلكترونية تنطوي علي مخاطر هائلة.

لذا يجب الإهتمام بحماية الشباب وتحذيرهم في الوقت نفسه حيث يتهدهم خطة الضلال الذي يجعلهم يقوموا بكثير من الأعمال التي تنحرف بهم عن جادة الطريق نتيجة لقلّة وعيهم والانسياق وراء التقليد الأعمى . سامية الساعاتى (٢٠٠٣)

وهذا ما تهدف إليه دراسة حنان شوقي (٢٠٠٣) للتعرف على كيفية استخدام الشباب لوسائل الاتصال المرئية والمردود الإيجابى والسلبى على الشباب من خلال استخدامهم لهذه الوسائل ومن أهم نتائجها إعتراف الشباب بأن الإنترنت يكسبهم بعض السلوكيات السلبية، كما أوصت الدراسة بضرورة تطوير الأبحاث العلمية التي تساعد على التعرف على سلبيات الإنترنت والاستعانة بالخبراء والمسؤولين التربويين لتوضيح ترشيد استخدام الإنترنت والتوعية به. لذا يجب الاهتمام بحماية الشباب وتحذيرهم في الوقت نفسه حيث يتهدهم خطة الضلال الذي يجعلهم يقوموا بكثير من الأعمال التي تنحرف بهم عن جادة الطريق نتيجة لقلّة وعيهم والانسياق وراء التقليد الأعمى . سامية الساعاتى (٢٠٠٣)

تشير الاحصائيات التي وردت في (Statista (2023 الى ان نسبة تصل الى (١٥%) من المراهقين حول العالم يستغرقون اكثر من سبع ساعات على الإنترنت يوميا لاسباب ليس لها علاقة بالدراسة أو العمل . ويذكر الجهاز المركزى للتعبئة العامة والإحصاء CAPMAS فى مصر أن عدد مستخدمى الإنترنت فى مصر قد بلغ اكثر من ٨٠ مليون مستخدماً خلال عام (٢٠٢٣) اى حوالى (٧٥%) من السكان . ويشير تقرير منظمة الصحة العالمية WHO (٢٠١٨) بأن إدمان الإنترنت بشكل مفرط ومستمر يؤثر بشكل سلبى على الحياة اليومية لمستخدم الإنترنت ويؤدى إلى اضطرابات فى الصحة النفسية والاجتماعية . وتشير Kimberly Young (Young,2017) بأنه الإستخدام القهرى للإنترنت بشكل يؤدى إلى ضعف سيطرة الفرد على الوقت الذى يمضيه على الإنترنت مما يؤدى إلى اضطرابات فى الأداء اليومي والاجتماعي والمهني.

أن إدمان الإنترنت هو اضطراب سلوكي يتميز بالإستخدام القهرى والمفرط للإنترنت مما يجعل الفرد يهمل أنشطته الحياتية المهمة مثل العمل والدراسة والعلاقات الاجتماعية. (Kappa et al (٢٠٢٠) فإدمان الإنترنت نمط من الإستخدام المتكرر والمستمر للإنترنت يخرج عن سيطرة الفرد مما يؤدى إلى مشاكل نفسية وسلوكية تؤثر على جودة الحياة . (Korvalho, et al., (٢٠٢١ فى كثير من الاحيان تبثلى الاسر والمجتمعات بأفراد لا يلتزمون بالاعراف والقيم السائدة، ويخرجون عن الانظمة والتقاليد المقبولة وكأنها لا تعنيهم، فلا تلفت انتباههم، ولا يراعون مصالح الآخرين او حقوقهم، وانما هم غير مهتمون بالاحتكام اليها مع ايجاد مبررات تافهه او سخيفة لذلك فنجدهم كاذبين فى حديثهم، مخالفين فى تعاملاتهم لا تحكم تصرفاتهم اى معايير اخلاقية، او ضمير إنسانى، وقد اطلق البعض على هذه التصرفات “الشذوذ الخلقى” كما سماه اخرون “عصا بأخلاقياً” ووصفه اخرون “ بالمرض النفسى الاجتماعى “ وتعددت الأسماء بتعدد اعراض المرض الموصوف واثارة . انه فى حقيقة الامر اضطراب فى السلوك السيکوباتى، وهو واحد من اهم اضطرابات الخلق . دنيا حسنى(٢٠٢٢) .

فروض الدراسة

- ١- توجد فروق بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة فى إدمان الإنترنت والسلوك السيکوباتى بعد تطبيق البرنامج.
- ٢- توجد فروق بين درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي فى إدمان الإنترنت والسلوك السيکوباتى للبرنامج للمجموعة التجريبية.
- ٣- لا توجد فروق بين درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي فى إدمان الإنترنت والسلوك السيکوباتى للمجموعة الضابطة.

أهداف الدراسة

الكشف عن فاعلية برنامج قائم على العلاج المعرفى السلوكى فى خفض أعراض إدمان الإنترنت، والسلوك السيکوباتى .

أهمية الدراسة

- أولاً: من الناحية العلمية: الجهات المستفيدة من هذه الدراسة تشمل:
- ١- المدارس والمعلمين: وذلك فى تطوير مناهج دراسية تركز على الصحة النفسية للمراهقين، والإستفادة من نتائج البحث فى وضع برامج مماثلة من شأنها خفض أعراض إدمان الإنترنت، والسلوك السيکوباتى لدى المراهقين.
 - ٢- الأسر وأولياء الأمور: سيتمكنون من فهم أهمية الدعم النفسى للمراهقين وكيفية تقديمه فى المنزل، وسيوفر لهم إستراتيجيات لمساعدة أبنائهم على التعامل مع إدمان الإنترنت، والسلوك السيکوباتى.
 - ٣- المعالجون النفسيون والمستشارون التربويون: سيتمكنون من تحسين برامج العلاج والإرشاد لتكون أكثر فعالية بناءً على النتائج المتاحة، ستساعدهم النتائج فى تحديد المراهقين الذين يحتاجون إلى دعم إضافي.

ثانياً: الأهمية النظرية:

- ١- توجيه الأنظار إلى ضرورة الإهتمام بالبنية المعرفية والوجدانية للمراهق كإجراء وقائي ضد ظهور وتطور الإضطرابات الإنفعالية والسلوكية عامة وخاصة إدمان الإنترنت، والسلوك السيکوباتى .
- ٢- محاولة التعرف على أهم المشكلات الإنفعالية للمراهقين المعرضين لإدمان الإنترنت، السلوك السيکوباتى كذلك أهم إحتياجاتهم النفسية والتصدي لها ضمناً من خلال فعاليات البرنامج المعرفى السلوكي.

مفاهيم الدراسة

- البرنامج الإرشادي **Counseling Programe**: يعرفه تريكر Trecker بأنه أي شيء وكل شيء تمارسه الجماعة لتحقيق حاجاتها ورغباتها بمساعدة المرشد (نور الهدى بودراهم & ريان قادري، ٢٠٢٢: ٢١).
- العلاج المعرفى السلوكى **Cognitive Behavioral Counseling**: حيث يرى محمد (٢٠٠٠) أن العلاج المعرفى السلوكي يعد اتجاهاً علاجياً حديثاً نسبياً يعمل على الدمج بين العلاج المعرفي بفنائه المتعددة، والعلاج السلوكي بما يتضمنه من فنيات تهدف إلى التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الأبعاد؛ إذ يتعامل معها معرفياً، وانفعالياً، وسلوكياً. ومن جانب آخر يرى إبراهيم (١٩٩٧) أن الافتراض الأساسي للعلاج السلوكي المعرفي هو أن المعارف تؤثر في العواطف والسلوك، فالفرد يستجيب للتمثيلات المعرفية للأحداث أكثر

من استجابته للأحداث نفسها، كما أن الفرد لديه المقدرة على التخلص من سوء التكيف المعرفي الذي يؤدي بدوره إلى سوء التكيف بصفة عامة، الذي ينتج عنه سلوكيات إنهزامية، فمن خلال الإستراتيجيات المختلفة لهذا العلاج يمكن إكسابه مهارات تعديل السلوك، وتوليد أفكار إيجابية، وبناء الثقة بالكفاءة الذاتية، والتخلص من الأفكار اللاعقلانية، والاتجاهات المختلفة وظيفيا والاتجاهات الانهزامية، ومن ثم يشعر بالتكيف النفسي.

ويعرف البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في الدراسة الحالية: بأنه برنامج إرشادي نفسى تعليمي قائم على فنيات وأساليب معرفية وسلوكية لتعليم وتدريب المراهقين الذين يعانون من إدمان الإنترنت، والسلوك السيوكياتى نتيجة تعرضهم لظروف نفسية صعبة وذلك من خلال إستخدام بعض التقنيات التي تساعدهم على خفض أعراض إدمان الإنترنت، السلوك السيوكياتى الذى يعانونه فضلاً عن تنمية توجه معرفي يمكنهم من التعامل بفاعلية وإيجابية مع ما يواجههم من مشكلات مقبلة.

-إدمان الإنترنت : Internet addiction معايير منظمة الصحة العالمية (٢٠١٨) (ICD-11) يعتبر إدمان الإنترنت ضمن إضطرابات السلوك الإدمانى فى سياق إضطراب إدمان الالعاب الإليكترونية Gaming Disorder ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية يتم تشخيص الاضطراب عندما توجد المعايير التالية لمدة ١٢ شهر على الأقل:

- ١- فقدان السيطرة على إستخدام الإنترنت (مثل عدم القدرة على تقليل الوقت المستغرق على الإنترنت) .
- ٢- إعطاء الأولوية المفرطة لاستخدام الإنترنت على حساب الأنشطة اليومية الأخرى .
- ٣ - الاستمرار فى الاستخدام المفرط للإنترنت على الرغم من النتائج السلبية على الجوانب الشخصية والاجتماعية والأكاديمية والمهنية .

التعريف الإجرائى لإدمان الإنترنت : الإستخدام المفرط للإنترنت فى غير الدراسة أو العمل مما يؤدى إلى تأثير سلبى على أداء المهام اليومية، والاجتماعية ، وهو الطريقة التى يتم بها قياس ذلك المتغير فى الدراسة العلمية وحيث أن إدمان الإنترنت إضطراب سلوكى فإن تعريفه إجرائياً يعتمد على أداة القياس المستخدمة فى الدراسة وهو الدرجة التى يحصل عليها المراهق على مقياس إدمان الإنترنت.

والأداة المستخدمة فى هذه الدراسة هى مقياس إدمان الإنترنت لكبيرلى يونج .

السلوك السيوكياتى Psychopath Behavior: السلوك السيوكياتى إضطراب فى الشخصية يتمثل فى نمط من الاستهتار، وانتهاك حقوق الآخرين، ويظهر هذا النمط فى مرحلة الطفولة أو مرحلة المراهقة المبكرة، ويستمر حتى مرحلة الرشد، والأشخاص المشخصون بهذا الاضطراب كانوا يتصفون بمجموعة من السلوكيات، تشمل على سبيل المثال لا الحصر : قلة الشعور بالندم وانعدام الشعور بالمسؤولية، والخداع، والكذب المتكرر، وقلة التعاطف، والعدوانية (دينا حسنى (٢٠٢٢) .

التعريف الإجرائى للسلوك السيوكياتى: السلوك السيوكياتى هو أحد الإضطرابات النفسية التى تتميز بعدم القدرة على التعاطف مع الآخرين والإندفاعية والتلاعب بالآخرين وانتهاك القواعد الإجتماعية ، ويعتمد تعريفه إجرائياً على أداة القياس المستخدمة والدرجة التى يحصل عليها المراهق على مقياس السيوكياتية .

والاداة المستخدمة فى هذه الدراسة هى مقياس السيوكياتية لهار .

تعريف البعد البيئي: والذي يحرص على أن لا تتحمل الاجيال القادمة عبئ إصلاح البيئة التي تلوثها الاجيال الحاضرة، كما يراعى البعد البيئي زيادة فرص الاجيال القادمة فى المحافظة على استقرار المناخ والنظم الجغرافية والبيولوجية والفيزيائية، كما يهتم بتحقيق التنمية المستدامة وهى حق الاجيال القادمة فى الموارد الطبيعية وعدم إستنزافها من خلال الاجيال الحالية. (حسون، ٢٠١٥).

دراسات وبحوث سابقة

١- دراسة (Armeliu s, B. & Andreassen, 2007) العلاج المعرفى السلوكى للسلوك المعادى للمجتمع

هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى دراسة فعالية العلاج المعرفى السلوكى فى تخفيض العودة للإجرام، ومعرفة ما إذا كانت التدخلات العلاجية التى تركز على النواحي المعرفية والسلوكية لها تأثير إيجابى فى تخفيض السلوك الإجرامى **عينة الدراسة** كان أفراد العينة أعمارهم من ١٢ - ٢٢ عاماً المقيمون فى مؤسسات رعاية بسبب السلوك المضاد للمجتمع.

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: حدوث إنخفاض فى العودة للإجرام بنسبة ١٠% فى المتوسط بعد تطبيق البرنامج .

٢- دراسة: (Alvi at al (2011 “تأثير العلاج المعرفى السلوكى فى خفض أعراض إدمان الإنترنت لدى طلاب الجامعات الإيرانية“

أثبتت الدراسة أهمية برامج العلاج المعرفى السلوكى فى حدوث إنخفاض دال فى درجات المجموعة التجريبية فى إدمان الإنترنت فى القياس البعدى.

٣- دراسة: (Kuss, Lopez – Fernandez (2016 “إدمان الإنترنت لدى المراهقين :النهج المعرفى السلوكى للإدمان السلوكى“

هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير الاسلوب المعرفى السلوكى فى تقليل إدمان الإنترنت . **وقد تكونت عينة الدراسة:** ٦٠ مراهقاً أعمارهم من ١٣ - ١٧ بإستخدام إختبار يونج لإدمان الإنترنت . **نتائج الدراسة:** وأثبتت النتائج حدوث إنخفاض فى درجات إدمان الإنترنت لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد ثمانية أسابيع من بداية البرنامج .

٤- دراسة: إبراهيم العريفى (٢٠١٨)عنوان الدراسة : “فاعلية برنامج إرشادى معرفى سلوكى فى خفض إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض“

هدف الدراسة : إستخدام أساليب معرفية وسلوكية لمعالجة الافكار والمعتقدات اللاتوافقية المرتبطة بإدمان الإنترنت . **عينة الدراسة :** تكونت عينة الدراسة من مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة تتراوح أعمارهم ما بين ١٣-١٨ عاماً واستخدم الباحث مقياس يونج لادمان الإنترنت **نتائج الدراسة :** وأثبتت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج .

٥ - دراسة منال حسن شعيب (٢٠١٩) "فاعلية برنامج معرفى سلوكى فى خفض إدمان الإنترنت لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة دمياط"

هدف الدراسة: عرض نموذج العلاج المعرفى السلوكى بصفة علاجاً فعالاً لإدمان الإنترنت وذلك من خلال تعديل الافكار اللاعقلانية المرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت وتطوير مهارات تنظيم الوقت .

عينة الدراسة : اجريت الدراسة على مجموعتين من الطلاب إحداها تجريبية والاخرى ضابطة .

أدوات الدراسة: إستبيان إدمان الإنترنت، نموذج العلاج المعرفى السلوكى .

نتائج الدراسة: إنخفاض دالاً فى درجات المجموعة التجريبية فى القياس البعدى ،أظهر العلاج فعالية مرتفعة فى خفض أعراض إدمان الإنترنت وان نجاح العلاج يتطلب التعاون بين المعالج والاسرة والمدرسة .

٦- دراسة : منى محمود صلاح (٢٠٢٠) "برنامج معرفى سلوكى لتعديل بعض أبعاد الشخصية السيكوباتية لدى الأحداث الجانحين"

هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى دراسة فعالية العلاج المعرفى السلوكى فى تخفيض العودة للإجرام، ومعرفة ما إذا كانت التدخلات العلاجية التى تركز على النواحي المعرفية والسلوك لها تأثير تعديل بعض أبعاد الشخصية .

عينة الدراسة اجريت على (٢٠) من الاحداث الجانحين المقيمين فى مؤسسات رعاية بسبب السلوك المضاد للمجتمع بإستخدام مقياس هار للسيكوباتية .

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:- إنخفاضاً دالاً إحصائياً فى درجات السلوك السيكوباتى لدى المجموعة التجريبية بعد البرنامج .

٧- دراسة غادة عبد العزيز شرف (٢٠٢١) برنامج معرفى سلوكى لتنمية الوعى الأخلاقى وخفض السلوك السيكوباتى لدى المراهقين المعرضين للانحراف

أثبتت هذه الدراسة حدوث إنخفاض دال إحصائياً فى السلوك السيكوباتى فى القياسين البعدى والتتبعى لدى المجموعة التجريبية فقط .

٨ - دراسة خوسرافى وحيدى (٢٠٢١) ،(Khosravi & Heidari) : "إدمان الإنترنت وعلاقته بالإكتئاب والقلق والتوتر بين طلاب المدارس الثانوية فى الباحثان من إجراء تدخل علاجى فى المشكلة المدروسة .

عينة الدراسة : تكونت العينة من (٦٠) طالب وطالبة اعمارهم تتراوح بين ١٥ - ١٨ عاماً من إيران"

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى الربط بين إدمان الإنترنت وجوانب نفسية اخرى مهمه مما يمكن طلاب المرحلة الثانوية ، واستخدم الباحثان لهذا الغرض مقياس يونج لإدمان الإنترنت ومقياس الاكتئاب والقلق والتوتر ، اعتمدت الدراسة على التقرير الذاتى الذى قد يسبب تحيزاً .

نتائج الدراسة : وقد توصلت الدراسة الى ان ٣٣% من الطلاب لديهم مستويات متوسطة الى عالية من إدمان الإنترنت كما تبين وجود علاقة مو

جبة دالة إحصائياً بين إدمان الإنترنت والاكتئاب والقلق والتوتر، وان الذكور اعلى من الاناث فى إدمان الإنترنت .

تعقيب عام علي الدراسات السابقة: من حيث الهدف : اتفقت هذه الدراسة مع دراسة : إبراهيم العريفي (٢٠١٨) ،
(2016) Kuss, Lopez – Fernandez ، منى محمود صلاح (٢٠٢٠) ، منال حسن شعيب (٢٠١٩) ، Alvi ،
(2011) at al ، غادة عبد العزيز شرف (٢٠٢١) ، (٢٠٢١) ، Khosravi & Heidari. ، Armelius, B. & Andreassen, (2007) .

ومن حيث العينة : إتفقت مع دراسة إبراهيم العريفي (٢٠١٨) ، (2016) Kuss, Lopez – Fernandez ، منال
حسن شعيب (٢٠١٩) ، غادة عبد العزيز شرف (٢٠٢١) ، (٢٠٢١) ، Khosravi & Heidari. ، Armelius, B. & Andreassen, (2007)
كانت عينة الدراسة الاطفال ، (2011) Alvi at al حيث كانت عنية الدراسة على الشباب .
ومن حيث المنهج والأدوات: اتفقت هذه الدراسة مع دراسة إبراهيم العريفي (٢٠١٨) ، Kuss, Lopez
(2016) Fernandez ، منى محمود صلاح (٢٠٢٠) ، (2011) Alvi at al ، منال حسين شعيب
(٢٠١٩) ، (٢٠٢١) ، Khosravi & Heidari. ، Armelius, B. & Andreassen, (2007) .

الإطار النظري للدراسة

إدمان الإنترنت: اختلفت تعريفات إدمان الإنترنت بأختلاف الاتجاهات النظرية الموجودة فى علم النفس وبأختلاف
الباحثين، فقد عرفت منظمة الصحة **WHO (٢٠١٨)** إدمان الإنترنت بأنه “إستخدام الإنترنت بشكل مفرط ومستمر
بحيث يؤثر بشكل سلبى على الحياة اليومية لمستخدم الإنترنت ويؤدى الى اضطرابات فى الصحة النفسية
والاجتماعية .

وقد عرفته **Kembrly Young (٢٠١٧)** بأنه الإستخدام القهرى للإنترنت بشكل يؤدى إلى ضعف سيطرته
على الوقت الذى يمضيه على الإنترنت مما يؤدى إلى اضطرابات فى الاداء اليومى والاجتماعى والمهنى .

معايير الدليل الاحصائى والتشخيص للاضطرابات النفسية **DSM-5, (2013)**

تشمل معايير التشخيص تسعة أعراض رئيسية:

١. الانشغال المفرط بإستخدام الإنترنت .
 ٢. ظهور أعراض انسحابية عند التوقف أو التقليل من إستخدام الإنترنت مثل القلق والتهيج والاستثارة والإكتئاب .
 ٣. تصاعد وقت إستخدام الإنترنت تدريجياً لتحقيق نفس مستوى الرضا .
 ٤. فشل محاولات التحكم فى إستخدام الإنترنت .
 ٥. تخطى الفرد عن الأنشطة الاجتماعية والمهنية بسبب الإستخدام المفرط للإنترنت .
 ٦. الإستمرار فى إستخدام الإنترنت رغم النتائج السلبية المترتبة عليه مثل إنخفاض الإداء المدرسى او الاجتماعى .
 ٧. لجوء الفرد الى الكذب بشأن كمية الوقت الذى يقضيه على الإنترنت .
 ٨. اللجوء إلى الإنترنت للهروب من المشكلات الحياتية أو تخفيف المشاعر السلبية .
 ٩. تعرض العلاقات الشخصية أو الدراسية أو المهنية للخطر بسبب الإستخدام المفرط للإنترنت .
- ويتم التشخيص عند توافر (٥) أو أكثر من هذه الاعراض لمدة (١٢) شهر .

معايير كابا وآخرون (Kappa et al (2020): وقد اقترح كابا وآخرون (٢٠٢٠) تشخيص إدمان الإنترنت وفقاً للمعايير الآتية:

- ١- الاستخدام القهرى وغير المسيطر عليه للإنترنت .
 - ٢- وجود أعراض انسحابية عند محاولة تقليل الاستخدام .
 - ٣- وجود تأثير سلبي ملحوظ على العلاقات الاجتماعية والأداء الدراسى والصحة النفسية .
 - ٤- وجود محاولات فاشلة لتقليل الاستخدام .
- وقد رأى كينج وديفارو (King&Delfabbro, (٢٠١٩) أن إدمان الإنترنت هو اضطراب يتميز بفقدان السيطرة على استخدام الإنترنت مما يؤدي إلى سلسلة من تأثيرات سلبية طويلة الأمد على الصحة النفسية والاجتماعية والوظيفية .
- وبالنظر إلى التعريفات السابقة يجد الباحثون أن معظم التعريفات تتفق على أن إدمان الإنترنت هو اضطراب سلوكي يتمثل في عدم القدرة على السيطرة على استخدام الإنترنت مما يؤثر سلباً على مختلف جوانب الحياة .
- وتختلف التعريفات في التركيز على جوانب مختلفة من الحياة النفسية مثل القلق والإكتئاب أو الاجتماعية مثل العزلة الاجتماعية أو الوظيفية مثل الإيذاء الأكاديمي أو المهني .
- يركز بعض الباحثين على استخدام اختبارات كمية معيارية مثل مقياس إدمان الإنترنت ويفضل آخرون استخدام المعايير التشخيصية مثل ICD-11 .

العوامل التي تسهم في حدوث إدمان الإنترنت: يعد إدمان الإنترنت اضطراباً سلوكياً معقداً يتأثر بالعديد من العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية .

العوامل البيولوجية والعصبية :

- ١- مادة الدوبامين: وهى من الموصلات العصبية التي يفرزها مخ الإنسان وتشير الدراسات العصبية إلى أن إدمان الإنترنت يشبه إدمان المواد ذات التأثير النفسى حيث يؤدي الاستخدام المفرط للإنترنت إلى إفراز الدوبامين في الدماغ مما يؤدي إلى الشعور بالمتعة ويجعل الفرد مدمناً على ذلك التأثير
- Zhou,Z,yuan,G.&yao,J.(2012)

- ٢- التأثيرات الوراثية: وتشير بعض الدراسات إلى أن العوامل الوراثية قد تلعب دوراً في فاعلية الفرد لإدمان الإنترنت حيث يكون لدى بعض الأفراد استعداد وراثي بيولوجي لإدمان الإنترنت بسبب وجود فروق جينية في مستقبلات الدوبامين (Hahn,C.Kim,D.&potenza,M(2010) .

٣ - **العوامل النفسية:** ولعل من أهمها :

- أ - **ضعف مهارات ضبط النفس لدى الفرد:** وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن الأشخاص الذين يعانون من ضعف القدرة على ضبط النفس والتحكم في السلوك يكونوا أكثر عرضة لإدمان الإنترنت حيث يصعب عليهم التحكم في الوقت الذي يمضونه على النت أو التوقف عن استخدام الإنترنت .

Brand,M.Young,K.&Laier,C,(2014)

ب - **القلق والإكتئاب:** يعانى الأفراد الذين لديهم أعراض القلق والإكتئاب من الإفراط فى استخدام الإنترنت وخاصة وسائل التواصل الإجتماعى والألعاب الإلكترونية كوسيلة للهروب من الواقع المحيط مما يزيد من خطورة إدمان الإنترنت . (KoC.,Yen,J.Chen,C.Yeh,Y¥C.(2009).

٤ - العوامل الإجتماعية

أ - **ضعف العلاقات الإجتماعية الواقعية** حيث أن الأفراد الذين يعانون من العزلة الإجتماعية وضعف العلاقات الأسرية يميلون إلى قضاء مزيد من الوقت على الإنترنت لتعويض القصور فى التواصل الفعلى مما يؤدى إلى الإدمان. (Caplan,S.(2003).

ب - **تأثير الأقران:** إن التفاعل المستمر مع الأصدقاء على شبكات التواصل الإجتماعى وخاصة من خلال الألعاب الجماعية يعزز من إدمان الإنترنت بسبب ضغط جماعة الأقران وخاصة على المراهقين مما يؤدى إلى رغبتهم الدائمة فى الوجود معهم على منصات التواصل الإجتماعى الرقمية . (Kuss,D&Griffiths,M.(2015).

٥ - العوامل التكنولوجية ومن هذه العوامل

أ - سهولة الوصول للإنترنت وانتشاره بشكل واسع وقد جعل التطور التكنولوجى الهائل والسريع الوصول إلى الإنترنت متاحاً فى كل وقت وفى كل مكان مما ييسر من الإفراط فى إستخدامة ومزيد من خطورة إدمانه خاصة مع الإنتشار المذهل للهواتف الذكية. (Andreassen,C.,Torsheim,T.,Brunborg,G.&pallesen,S, (2012).

ب - تصميم تطبيقات ومواقع جاذبة لإنتباه .حيث تعتمد منصات الإنترنت مثل وسائل التواصل الإجتماعى والألعاب الإلكترونية على خوارزميات تحفز الإدمان من خلال الإشعارات والمكافآت الفورية والتفاعل المستمر مما يجعل المراهقين مرتبطين بها نفسياً. (Montag,C, Lachmann, B., Herrlich, M. &Zweig,K.(2019).

السلوك السيکوباتى: تعريف (٢٠٠٣) Robert Hare : يعد روبرت هار(٢٠٠٣) من أبرز الباحثين فى دراسة السيکوباتية وقد صمم مقياس السيکوباتية المنقح الذى عرف السيکوباتية انها اضطراب من اضطرابات الشخصية ويتميز بعدم وجود تعاطف لدى الفرد والتلاعب بالآخرين والاندفاعية والعجز عن تحمل المسؤولية وسلوكيات غير إجتماعية متكرره " ويتضمن التعريف بعدين رئيسيين هما:

أ - السمات العاطفية والشخصية :

١ - إنعدام التعاطف

٢ - سطحية الوجدان

٣ - الغطرسة والشعور بالتفوق

٤ - الكذب المرضى

ب - السلوكيات المضادة للمجتمع :

١ - الاندفاعية

٢ - التوتر وعدم الشعور بالمسؤولية

٣ - إنتهاك المعايير الاجتماعية .

تعريف بوكهولتز وآخرون (Buckholtz et al, 2010): يرى بوكهولتز وزملاؤه أن السلوك السيوكياتى مرتبط بنشاط مفرط فى نظام الدوبامين فى الدماغ مما يؤدي إلى زيادة البحث عن الاثارة والمكافآت وإنخفاض الاستجابة للعقوبات أو المخاطر ، وهم يعرفون السلوك السيوكياتى بأنه إضطراب يرتبط بتضخيم نظام المكافأة فى الدماغ مما يؤدي الى سلوكيات إندفاعية وعدم مراعاة العواقب وإنخفاض الحساسية للعقاب .

تعريف بلير وآخرون (Blair et al, 2005): يرى بلير وآخرون (٢٠٠٥) أن السلوك السيوكياتى ناتج عن خلل فى مناطق الدماغ المسؤولة عن معالجة المشاعر وإتخاذ القرارات الأخلاقية وهى اللوزة الدماغية Amygdala المسؤولة عن التعاطف ومشاعر الخوف والقشرة الدماغية فى الجبهة والمسؤولة عن التحكم فى الإندفاعات وإتخاذ القرارات، ويعرف بلير وزملاؤه السيوكياتية بأنها:

إضطراب ناتج عن خلل عصبى فى المناطق المسؤولة عن معالجة المشاعر والإنفعالات الإجتماعية مما يؤدي إلى إنخفاض الشعور بالخوف وعدم الإستجابة للمحفزات العقابية وإنخفاض التعاطف مع الآخرين.
البعد البيئى:

١- **المخلفات الإلكترونية** : إدمان الإنترنت يؤدي إلى زيادة إستخدام الأجهزة الإلكترونية مثل الحواسيب والهواتف الذكية هذا الإستخدام المتزايد يؤدي إلى إنتاج كمية هائلة من المخلفات الإلكترونية ، والتي تعتبر مصدراً رئيسياً للتلوث البيئى ، وفقاً لتقرير صادر عن الامم المتحدة يتم توليد أكثر من ٥٠ مليون طن من المخلفات الإلكترونية سنوياً وغالباً ما ينتهى بها المطاف فى مكبات النفايات مما يسبب تلوث التربة والمياه (Forti et al 2020)

٢- **إستهلاك الطاقة**: الإنترنت يستهلك كميات هائلة من الطاقة الكهربائية لتشغيل مراكز البيانات (Data Centers) والبنية التحتية لشبكة الإنترنت وفقاً لوكالة الطاقة الدولية يقدر أن قطاع تكنولوجيا المعلومات والاتصالات يستهلك حوالى ٤% من إجمالى إستهلاك الكهرباء العالمى ، وهو ما يسهم فى إنبعاث غازات الإحتباس الحرارى (International Energy Agency, 2023)

٣- **الإستخدام المفرط للأجهزة** : الإستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية يؤدي إلى إستهلاك الموارد الطبيعية مثل المعادن النادرة المستخدمة فى صناعة هذه الأجهزة ، عملية إستخراج هذه الموارد يتسبب فى تدمير المواطن الطبيعية وفقدان التنوع البيولوجى. (OECD, 2019)

- **نظرية التعلم السلوكى Theory Learning Behavioral** : تستند هذه النظرية إلى مفاهيم سلوكية مثل التشريط الإجرائى Operant Conditioning الذى صاغه سكينر عام (١٩٥٣) B.F.Skinner حيث يتم تعزيز سلوكيات إدمان الإنترنت من خلال حصول الفرد على إثابات فورية (مثل الشعور بالاستمتاع عند إستخدام الإنترنت مما يساهم فى الاستمرار فى إستخدامه بشكل قهرى) .

ومن أمثلة ذلك أن يتلقى المراهق إعجابات أو تعليقات إيجابية على منشوراته مما يعزز ذلك السلوك ويؤدي الى كثرة تكراره والاعتماد على الإنترنت ، ومن أمثلة ذلك فى الألعاب الالكترونية يتم إستخدام نظام المكافآت Rewards system لتحفيز المراهقين على الاستمرار فى اللعب فترات طويلة .

- **نظرية الإستخدامات والإشباعات Theory Gratifications Uses and** وضع هذه النظرية كاتز وبلومر وجورفيتش (Katz, Blumler & Gurevitch, 1973) وهى تفسر إدمان الإنترنت بأنه يحدث نتيجة حاجة المراهقين إلى إشباع دوافع نفسية وإجتماعية مثل الهروب من الواقع Escpism من خلال الألعاب الإلكترونية

وإستخدام وسائل التواصل الإجتماعى والرغبة فى التواصل الإجتماعى حيث يشعر المراهقون بأن التواصل من خلال الإنترنت يعوضهم عن العلاقات الواقعية .

وهناك الرغبة فى التسلية والتفاعل الفورى مع الآخرين مما يؤدى إلى إستمرار الفرد فى إستخدام الإنترنت ساعات طويلة . (Katy,E.,Blumler,J.&Guravitch,M(1973) ومن إيجابيات هذه النظرية أنها تفسر سبب إعتداد المراهقين على الإنترنت بناءً على إشباع حاجاتهم الشخصية . ولكنها لا تحدد بوضوح متى يصبح الإستخدام مرضياً ومتى يتحول إلى إدمان.

- **نظرية الإدمان السلوكى Behavioral Addiction theory** وقد رأى مارك جريفيث (٢٠٠٥) Mark,Griffiths أن إدمان الإنترنت يشبه إدمان القمار لانه يتضمن سمات مثل:

- أ - سيطرة السلوك الإدمانى على سلوك حياة الفرد .
 - ب - وجود أعراض إنسحابية ترتبط بعدم إستخدام الإنترنت .
 - ج - التحمل Tolerance ويعنى زيادة الوقت الذى يمضيه الفرد على الإنترنت تدريجياً مع مرور الوقت .
 - د - حدوث تأثير سلبي للإنترنت على الجوانب الشخصية والدراسية والإجتماعية .
- ومن إيجابيات نظرية جريفيث أنها تساعد على تصنيف إدمان الإنترنت بوصفه إدمان سلوكى يشبه إدمان القمار أو المواد ذات التأثير النفسى ، ولكنها لا تفسر العوامل النفسية والإجتماعية المؤدية إلى إدمان الإنترنت .

النظرية المعرفية : Cognitive theory Therapy

Beck (١٩٩٩) تفسر النظرية المعرفية السلوك السيکوباتى بأنه يحدث نتيجة وجود أفكار وتصورات غير صحيحة عن الذات والعالم والآخرين حيث يتكون لدى أصحاب السلوك السيکوباتى نمط من التفكير المتمركز حول الذات كما انهم يبررون أفعالهم العدوانية المضادة للمجتمع دون أى شعور بالذنب أو الندم ، وتتميز النظرية المعرفية بأنها توضح إسهام التفكير المشوه أو الافكار اللاعقلانية فى السلوك العدوانى وتدعم إستخدام العلاج المعرفى السلوكى لتعديل تلك الانماط الفكرية ، ولكنها لا تفسر لماذا يظهر التفكير السيکوباتى لدى بعض الافراد دون غيرهم وتتجاهل دور الوراثة والعوامل البيولوجية .

النظرية التحليلية النفسية: ترى نظرية التحليل النفسى (Freud,S(1923 أن السيکوباتية تحدث نتيجة وجود خلل فى الأنا والأنا الأعلى مما يؤدى إلى عدم القدرة على الشعور بالذنب أو التعاطف مع الآخرين وذلك بسبب حدوث صدمات نفسية فى الطفولة أو تعرض لإهمال الوالدين .

وتتميز النظرية بأنها تفسر سبب ميل السيکوباتيين إلى قسوة المشاعر وإنعدام القدرة على الشعور بالذنب والندم على إيذاء الآخرين ، كما أنها تساعد على فهم الدوافع اللاشعورية الكامنة وراء السلوك السيکوباتى ولكن يصعب إختبار مقولات التحليل النفسى علمياً كما أنها تفقر إلى وجود أدلة بيولوجية أو عصبية تدعم تلك المقولات .

نظرية التفاعل الإجتماعى Social Interaction Theory: وتؤكد هذه النظرية (Patterson,G,R,&Yoerger,K,(1993 على أن السلوك السيکوباتى يتسلل من خلال التفاعل مع البيئة الإجتماعية للفرد بسبب التنشئة الإجتماعية فى بيئة عنيفة أو التعرض لنماذج سلبية فى الطفولة .

وتتميز النظرية بتفسير تأثير البيئة والمجتمع فى تطور السلوك السيکوباتى لدى الطفل والمراهق كما أنها تساعد على تطوير برامج وقاية وتدخل مبكر ، ولكنها لا تفسر حالات السلوك السيکوباتى الذى يظهر دون تأثير بيئى واضح كما تتجاهل الدور الوراثى والبيولوجى العصبى .

منهج وإجراءات الدراسة

الإجراءات المنهجية للدراسة:

١ - منهج الدراسة: استخدمت الدراسة المنهج التجريبي لملائمة لموضوع البحث .
٢ - عينة الدراسة : تكونت العينة من مجموعة من المراهقين من فريق الكاراتيه بنادى النصر الرياضى بمصر الجديدة، من الذكور إعمارهم من ١٥ - ١٨ عاما بطريقة قصدية ، وتم ضبط المتغيرات الدخيلة التى يعمل الباحث على تحييد تأثيرها من خلال المساواة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فيهما مثل النوع والعمر والتعليم والمستوى الاجتماعى والاقتصادى ، والعينة المختارة ليس بها من يعانى من مرض مزمن أو إعاقة ولم يتردد احدهم على عيادة صحة نفسية. وقد تم إختبارهم بإستخدام إختبارى إيمان الإنترنت وإختبار السلوك السيکوباتى وتم إختيار (٢٠) مبحوثاً منهم من الحاصلين على درجات مرتفعة فى إيمان الإنترنت والسلوك السيکوباتى . بشرط عدم المشاركة فى برامج إرشادية مشابهة سابقاً.

ثم قام الباحثون بتقسيم المبحوثين العشرين عشوائياً إلى مجموعتين إحداها التجريبية والتي تلقت البرنامج الإرشادى بعد ذلك والمجموعة الضابطة التى لم تتلق البرنامج .

٣ - ادوات الدراسة: تكونت أدوات الدراسة الحالية من:

أ - مقياس إيمان الإنترنت.

ب - مقياس السيکوباتية.

ج - البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى.

أ - مقياس إيمان الإنترنت : هو أداة تقييمية صممتها كيمبرلى يونج عام ١٩٩٨ لقياس درجة تأثير على حياتهم الشخصية والإجتماعية والدراسية والعملية.

ويتكون الإختبار من عشرين بنداً يجيب عنها المبحوثون المشاركون بإستخدام طريقة ليكرت الخماسية النقاط حيث تتراوح الإستجابة من أبداً = ١ ، أحياناً = ٢ ، دائماً = ٣ ويهدف إختبار إيمان الإنترنت إلى تقييم تأثير استخدام الإنترنت على مجالات متعددة من حياة الفرد بما فيها العلاقات الشخصية والأداء الأكاديمى أو المهنى والجوانب الإنفعالية وتتراوح الدرجة الكلية للإختبار من ١ - ٦٠ درجة وتعبر الدرجات من ١ - ١٩ عن الإستخدم المعتدل للإنترنت والدرجات من ٢٠ - ٣٩ تعبر عن وجود مشكلات محتملة ترتبط بالإستخدام المفرط للإنترنت أما الدرجة من ٤٠ - ٦٠ فتعبر عن استخدام الفرد للإنترنت إستخداماً إيمانياً يسبب مشكلات كبيرة ، وقد قام الباحثون فى الدراسة الحالية بإجراء تطبيق الإختبار على ٢٠ مبحوث عينة البحث وحساب معامل الارتباط بين درجات المبحوثين على الإختبار وتقييم الوالدين لإستخدام الأبناء للإنترنت على مقياس من عشر نقاط وكان معامل الارتباط ٠.٨٦ .

جدول (١): معاملات ثبات المقياس (ثبات الفاكرونباخ)

أبعاد المقياس	معامل الثبات
الإنشغال بالإنترنت	٠.٧٨
الإستخدام المفرط	٠.٨٤
الآثار السلبية	٠.٨١
الإنسحاب	٠.٧٦

كما قام الباحثون بحساب ثبات التجزئة النصفية وبعد تصحيح معامل الثبات بمعادلة سبيرمان براون كان معامل الثبات الكلي للاختبار ٠.٩ مما يشير الى إمكانية الإطمئنان إلى الدرجات التي يمكن الخروج بها من تطبيق الاختبار.

جدول (٢): معاملات صدق مقياس إدمان الإنترنت

أبعاد المقياس	صدق الإتساق الداخلي
الإنشغال بالإنترنت	٠.٧٦
الإستخدام المفرط	٠.٨٢
الآثار السلبية	٠.٧٩
الانسحاب	٠.٧٤

٢ - مقياس Hare للسلوكياتية وهو أداة تقييمية صممها روبرت هار لتقييم السمات والأنماط السلوكية المرتبطة بالسلوكياتية خاصة في العينات ذات الطبيعة الجنائية.

ويتكون المقياس من (٢٠) بنداً يقيم كل منها على مقياس ثلاثي:

صفر = لا ينطبق ١ - ينطبق جزئياً ٢ - ينطبق تماماً .

وتتراوح الدرجة الكلية من صفر إلى (٤٠) درجة ، والدرجة القاطعة لتشخيص السلوكياتية ٣٠ درجة فيما فوق.

وينقسم المقياس إلى عاملين رئيسيين:

العامل الأول : السمات الشخصية والعاطفية مثل السطحية والقدرة على التأثير ، والكذب المرضي والافتقار إلى الشعور بالذنب أو اللوم .

العامل الثاني : الانحراف الإجتماعي و يتضمن أنماط الحياة والسلوك المضاد للمجتمع مثل إستغلال الآخرين وعدم تحمل المسؤولية ووجود المشكلات السلوكية المبكرة .

وقد قاموا الباحثون في هذه الدراسة الحالية بتطبيق مقياس الانحراف السلوكياتي من إختبار الشخصية المتعددة الاوجه MMPI ومقياس هار على عشرين من أفراد العينة ثم قامت بحساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على المقياسين وكان معامل الارتباط = ٠.٨٢ مما يشير إلى أن ما يقيسه إختبار هار للسلوكياتية يتوافق مع ما يقيسه إختبار الانحراف السلوكياتي من MMPI .

وقام الباحثون بحساب الثبات عن طريقة التجزئة النصفية وبعد تصحيح معامل الثبات النصفى لمقياس هار كان معامل الثبات = ٠.٩٢ مما يشير إلى تمتع بمقياس هار بقدر مناسب من الصدق والثبات .

جدول (٣): معاملات صدق الإتساق الداخلي لمقياس هار للسلوكياتية

أبعاد المقياس	معامل الصدق
السمات الشخصية	٠.٨٢
السلوك الإجتماعي المنحرف	٠.٧٩

جدول (٤): معاملات ثبات مقياس هار بطريقة الفاكرونباخ

أبعاد المقياس	معامل الثبات
السمات الشخصية	٠.٨٦
السلوك الإجتماعي المنحرف	٠.٨٣

٣ - البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي: هو برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيض إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي لدى عينة من المراهقين.

ويهدف البرنامج الحالي إلى:

١- تقليل الاستخدام المفرط للإنترنت لدى المراهقين

٢- تعديل الأفكار والمعتقدات المرتبطة بالإنترنت

٣- تعديل الأفكار والمعتقدات اللاتوافقية المرتبطة بالسلوك السيكوباتي

٤- تعزيز المهارات الاجتماعية لدى المبحوثين

٥- تعزيز التواصل الفعال مع الآخرين

٦- تنمية الوعي بالذات والمسؤولية الشخصية

مدة البرنامج (١٢) جلسة بمعدل جلسة واحدة إسبوعياً مدة كل جلسة تتراوح من ٤٥-٦٠ دقيقة .

تكافؤ المجموعتين: والجدول التالي رقم (٥) يبين التكافؤ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي

جدول (٥): مقارنة المجموعة التجريبية والضابطة في إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)	مستوي الدلالة
	م	ع	م	ع		
إدمان الإنترنت	٨٠.٦	١٠.٢	٨١.٣	٩.٨	١٥	د.غ.د
السلوك السيكوباتي	٣٢.٤	٦.٥	٣٣.١	٨.٧	٢١	د.غ.د

ومن الجدول السابق رقم (٥) يتبين ما يلي :

١ - لا توجد فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في درجة إدمان الإنترنت قبل البرنامج.

٢ - لا توجد فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في درجة السيكوباتية قبل البرنامج.

تشير نتائج الجدول السابق إلى تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في درجة إدمان الإنترنت ودرجة السلوك السيكوباتي قبل البرنامج، ويعد هذا التساوي دليلاً على تحقق أحد الشروط الأساسية في تصميم التجربة وهو التكافؤ بين المجموعتين مما يعزز صدق النتائج اللاحقة.

نتائج الدراسة ومناقشتها

١ - نتائج التحقق من الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على ما يلي: توجد فروق بين درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة لضابطة في إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي بعد تطبيق البرنامج.

وللتحقق من الفرض قام الباحثون بتطبيق مقياس إدمان الإنترنت ومقياس السلوك السيكوباتي مره أخرى على أفراد مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة (المقياس البعدي) ثم قامت بحساب متوسطي درجات المجموعتين وحساب اختبار الدلالة الاحصائية "ت"، وحساب الدلالة الاحصائية للفرق بين متوسطي المجموعتين والجدول التالي رقم (٦) يبين المقارنه بين مجموعتي الدراسة في إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي.

جدول (٦): مقارنة مجموعتي الدراسة في إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي (القياس البعدي)

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	ع	م	ع	م		
إدمان الإنترنت	٦٩.٨	١١.٢	٨٢.٥	٩.٤	٢.٦٢	٠.٠١
السلوك السيكوباتي	٢٦.١	٤.٣	٣٣.٧	٦.٩	٢.٨١	٠.٠١

وتشير نتائج الفرض الأول المستمدة من الجدول (٦) الى ما يلي:

١- وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في إدمان الإنترنت وأن الفروق دالة عند مستوى ٠.٠٠١.

٢- وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في السلوك السيكوباتي وأن الفروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠١.

وبذلك يكون الفرض الأول قد تحقق ولتفسير هذه النتائج يشير وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية مما يدل على ان البرنامج المعرفي السلوكي قد ساهم بفاعلية في تخفيض درجات إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي ويرجع هذا التأثير الى فنيات العلاج المعرفي السلوكي مثل إعادة البناء المعرفي وتعديل الأفكار المشوهة حول استخدام الإنترنت والتورط في السلوك السيكوباتي وتعلم مهارات مواجهة المواقف والمشاكل وضبط الذات وتعزيز وعي المراهقين بالمشكلات الادمانية والسلوك السيكوباتي وزيادة تثقيفهم فيما يتعلق بهما. وتدريب المراهقين على السلوكيات الايجابية البديلة في التعامل مع الانترنت والسلوك السيكوباتي.

ويرى النموذج المعرفي السلوكي أن السلوكيات اللااتوافقية المضطربة مثل إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي تتبع من أنماط تفكير غير منطقية ومشوهة وعادات سلوكية مكتسبة وبناء على ذلك فان التدخلات الارشادية والعلاجية تستهدف تغيير هذه الانماط ويتوقع الباحثون حدوث تحسن ملحوظ في تلك المشكلات السلوكية.

كما ان وجود فروق دالة في القياس البعدي يعزز الصدق الداخلي للبحث لان البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي هو المتغير الوحيد المختلف بين مجموعتي البحث كما تعزز النتائج الصدق البيئي للدراسة لأن نتائج البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي قابلة للتطبيق في سياقات اخرى لعلاج مشكلات مشابهة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة إبراهيم العريفي (٢٠١٨) والتي تناولت فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض وقد تكونت عينة الدراسة من مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة وإستخدم الباحث مقياس يونج لإدمان الإنترنت وقد اظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج (Kuss, Lopez – Fernandez (2016 بعنوان “ إدمان الإنترنت لدى المراهقين بأسلوب معرفي سلوكي.والتي اجريت على ٦٠ مراهقا أعمارهم من ١٣-١٧ بإستخدام اختبار يونج لإدمان الإنترنت وقد بينت النتائج حدوث إنخفاض في درجات إدمان الإنترنت لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد ثمانية أسابيع من بداية البرنامج.

وتتفق الدراسة الحالية فيما يتعلق بالسلوك السيكوباتي مع دراسة منى محمود صلاح (٢٠٢٠) بعنوان “ برنامج معرفي سلوكي لتعديل بعض أبعاد الشخصية السيكوباتية لدى الأحداث الجانحين وقد أجريت على (٢٠) من الأحداث

الجانحين باستخدام مقياس هار للسلوكياتية وقد أظهرت النتائج إنخفاضاً دالاً إحصائياً فى درجات السلوك السيوكياتى لدى المجموعة التجريبية بعد البرنامج.

٢ - نتائج الفرض الثانى ومناقشتها

ينص الفرض الثانى فى الدراسة الحالية على ما يلى: "توجد فروق بين درجات التطبيق القبلى والتطبيق البعدي فى إدمان الإنترنت والسلوك السيوكياتى للبرنامج للمجموعة التجريبية.

وللتحقيق من الفرض الثانى قام الباحثون بمقارنة نتائج القياس القبلى لأفراد المجموعة التجريبية باستخدام مقياس إدمان الإنترنت ومقياس هار للسلوكياتية بنتائج نفس المجموعة فى القياس البعدي.

والجدول التالى (٧) يبين نتائج المقارنة بين المجموعة التجريبية ونفسها فى إدمان الإنترنت والسلوك السيوكياتى

قبل البرنامج وبعده.

جدول (٧) مقارنة المجموعة التجريبية ونفسها قبل وبعد البرنامج فى إدمان الإنترنت والسلوك السيوكياتى

المتغيرات	المجموعة التجريبية قبل		المجموعة التجريبية بعد		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	ع	م	ع	م		
إدمان الإنترنت	١٠.٢	٦٩.٨	١١.٢	٢.١١	٢.١١	٠.٠٥
السلوك السيوكياتى	٦.٥	٢٦.١	٤.٣	٢.٤	٢.٤	٠.٠٥

من الجدول السابق (٧) يتبين ما يلى :

القياس القبلى فى إدمان الإنترنت والسلوك السيوكياتى لدى المجموعة التجريبية أعلى من القياس البعدي مما يشير الى إنه حدث إنخفاض دال إحصائياً فى درجات إدمان الإنترنت والسلوك السيوكياتى لدى أفراد المجموعة التجريبية بسبب البرنامج ويشير إنخفاض درجات المجموعة التجريبية بين القياسين القبلى والبعدي الى أن البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى قد أثبت فاعلية فى تعديل الأنماط المعرفية والسلوكية اللاتوافقية المرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت السلوك السيوكياتى لدى المراهقين. وحيث أن النموذج المعرفى السلوكى يقوم على إفتراض أن السلوكيات اللاتوافقية غير السوية تنشأ من أفكار لا عقلانية ومشوّهة ومن ثم فإن تعديل هذه الأفكار يؤدى إلى تغيير فى الإنفعال والسلوك، وذلك الإنخفاض يعكس التأثير المباشر لمكونات البرنامج الإرشادى مثل إعادة البناء المعرفى مما ساعد المراهقين على إدراك الأفكار السلبية مثل لا أستطيع التوقف عن إستخدام الإنترنت أو يجب أن أفرض سيطرتى على الآخرين كما أن تدريب المراهقين على المهارات الإجتماعية وحل المشكلات قد ادى إلى خفض سمات السيوكياتية مثل التلاعب بالآخرين والإندفاعية وقد ساهمت إستراتيجيات المواجهة وضبط الذات فى تقليل التعلق المفرط بالإنترنت كوسيلة هروبية من الواقع المحبط وتشير النتائج إلى أن الفرق الدال بين القياسين القبلى والبعدي لدى المجموعة التجريبية لم تحدث بالمصادفة بل نتيجة المتغير المستقل وهو البرنامج مما يعزز الصدق الداخلى للبحث وأن البرنامج أحدث تأثيراً دالاً.

ومن الناحية التطبيقية يعكس إنخفاض درجات المراهقين فى المجموعة التجريبية حدوث تحسن فى وعى المراهقين بالسلوكيات اللاتوافقية مثل إدمان الإنترنت والسلوك السيوكياتى ومضارها ومكنهم البرنامج من إستبدالها بسلوكيات توافقية وإن المراهقين لديهم قدرة عالية على تبنى تغيرات سلوكية مناسبة عندما تسنح لهم الفرصة وتتوافر الادوات المعرفية والمهارات السلوكية المناسبة وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة منال حسين شعيب (٢٠١٩) بعنوان " فاعلية برنامج معرفى سلوكى فى خفض إدمان الإنترنت لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظه دمياط" والتي اجريت على مجموعتين من الطلاب إحداها تجريبية والأخرى ضابطة وقد بينت النتائج حدوث

إنخفاض دال في درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي. كما تتفق النتائج مع نتائج دراسة Alvi et al (2011) والتي أثبتت حدوث إنخفاض دال في درجات المجموعة التجريبية في إيمان الإنترنت في القياس البعدي. كما تتفق النتائج مع نتائج دراسة Alvi et al (٢٠١١) والتي أثبتت حدوث إنخفاض دال في درجات المجموعة التجريبية في إيمان الإنترنت في القياس البعدي. أما فيما يتعلق بالسلوك السيوكياتي تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة غادة عبد العزيز شرف (٢٠٢١) والتي أثبتت حدوث إنخفاض دال إحصائياً في السلوك السيوكياتي في القياسين البعدي والتتبعي لدى المجموعة التجريبية فقط.

٣ - نتائج التحقق من الفرض الثالث ومناقشتها

ينص الفرض الثالث على ما يلي: لا توجد فروق بين درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي في إيمان الإنترنت والسلوك السيوكياتي للبرنامج للمجموعة الضابطة.

وللتحقق من الفرض الثالث قام الباحثون بإجراء مقارنة بين درجات المجموعة الضابطة في إيمان الإنترنت والسلوك السيوكياتي قبل البرنامج وبعده وحساب دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة ونفسها في إيمان الإنترنت والسلوك السيوكياتي، ويبين الجدول التالي رقم (٨) المقارنة بين متوسط درجات المجموعة الضابطة ونفسها في إيمان الإنترنت والسلوك السيوكياتي قبل البرنامج وبعده.

جدول (٨) مقارنة المجموعة الضابطة ونفسها في إيمان الإنترنت والسلوك السيوكياتي قبل البرنامج وبعده

المتغيرات	المجموعة الضابطة قبل		المجموعة الضابطة بعد		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
إيمان الإنترنت	٨١.٣	٩.٨	٨٢.٥	٩.٤	٠.٢٧	د. غ.
السلوك السيوكياتي	٣٣.١	٨.٧	٣٣.٧	٦.٩	٠.١٦	د. غ.

ومن الجدول السابق (٨) يتبين عدم وجود فروق دالة إحصائية بين درجات المجموعة الضابطة ونفسها في إيمان الإنترنت والسلوك السيوكياتي قبل البرنامج وبعده ومعنى ذلك أن المجموعة الضابطة لم تشهد أى تغير ملحوظ في إيمان الإنترنت والسلوك السيوكياتي خلال فترة البحث لأنها لم تتعرض للبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي ويدل ذلك على فاعلية البرنامج بشكل غير مباشر ويعنى أن التغيرات التي شهدتها المجموعة التجريبية ناتجة عن البرنامج الإرشادي فقط مما يعزز من الصدق الداخلي للدراسة ويقلل من احتمال تأثير العوامل الخارجية أو التلقائية مثل مرور الوقت أو حدوث نضج أو حدوث ما يسمى بالشفاء التلقائي كما تشير النتائج إلى استمرار السلوك بدون تدخل فإن إيمان الإنترنت والسلوك السيوكياتي لا يتغيران من تلقاء نفسيهما دون تدخلات علاجية متخصصة ويعكس ذلك أن تلك السلوكيات بحاجة إلى علاج معرفي سلوكي ممنهج لتعديلها، كما ان عدم وجود فروق في المجموعة الضابطة يعنى أن ظروفها ظلت كما هي لم تتلق تدريباً ولم تتأثر بالعلاج ويبين ذلك أن الباحثون قد قاموا بضبط المتغيرات الخارجية المحتملة مثل التواصل مع المجموعة والتفاعل العلاجي والتعلم غير المباشر.

تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة Khosrave & Heidari., (2021) حيث بينت كلاهما إلى الربط بين إيمان الإنترنت وجوانب نفسية لاتوافقية أخرى تتبعه مثل (السلوك السيوكياتي في البحث الحالي أو الإكتئاب والقلق والتوتر برسالة خوسرافى وحيدى) .

الخلاصة

هدفت الدراسة الحالية إلى تقديم برنامج إرشادي معرفي سلوكي للتخفيف من إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي لدى عينة من المراهقين ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠) مراهق مقسمين إلى (١٠) مراهقين مجموعة تجريبية و (١٠) مراهقين مجموعة ضابطة تراوحت أعمارهم من (١٥-١٨) سنة ولقد توصلت الدراسة إلى نتائج من أهمها توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس يونج لإدمان الإنترنت في اتجاه المجموعة التجريبية ، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس هار للسيكوباتية في اتجاه المجموعة التجريبية ، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق القبلي والبعدي لعينة البحث التجريبية لمقياس يونج لإدمان الإنترنت في اتجاه التطبيق البعدي ، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لعينة البحث التجريبية لمقياس هار للسيكوباتية في اتجاه التطبيق البعدي .

التوصيات

- في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة يمكن وضع بعض التوصيات كالاتي:
- ١- زيادة الوعي بأهمية الصحة النفسية للمراهقين وذلك من خلال ندوات توعوية في النوادي والمدارس بأخطار إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي، ومن الممكن إدراج برامج الصحة النفسية في المناهج الدراسية .
 - ٢- التعاون بين الأسر والمدارس من خلال إشراك الأباء والامهات في البرامج الإرشادية والتعرف على كيفية دعم ابنائهم نفسياً في المنزل، فالتعاون بين المدرسة والاسرة يعزز النتائج العلاجية للمراهقين ويقلل من احتمالية تطور المشاكل النفسية لديهم.
 - ٣- إجراء المزيد من الدراسات حول كيفية التعامل مع إدمان الإنترنت والسلوك السيكوباتي وفاعلية التدخلات النفسية في مثل هذه الظروف وإستهداف فئات عمرية مختلفة.

المراجع

- الساعاتي، سامية (٢٠٠٣). الشباب العربي والتغيير الاجتماعي، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة .
العريفي، إبراهيم (٢٠١٨) . فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، المجلة التربوية والنفسية لجامعة الملك سعود ، العدد ٦٨ .
بودراهم، نور الهدى، قادري، ريان (٢٠٢٢). فاعلية برنامج إرشادي في التخفيف من الرهاب المدرسي عند تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية، جامعة ٨ ماي قالمه، قسم علم النفس، الجزائر .
حسنى، دنيا (٢٠٢٢) .النسق القيمي وعلاقته بالسلوك السيكوباتي لدى عينة من الوالدين والابناء من الذكور والاناث دراسة ارتباطية مقارنة، رسالة دكتوراة قسم علم نفس كلية الاداب جامعة عين شمس .
حسون، محمد عبد الله ، ٢٠١٥ ، التنمية المستدامة : المفهوم ،العناصر والابعاد، مجلة ديالى، كلية الإدارة والاقتصاد ، جامعة ديالى ، العراق ، العدد ٦٧، ص ٣٦٤ .
خطيري، مرفت السيد (٢٠١٤). تأثير شبكات الإنترنت على الانسحاب الاجتماعي للشباب الجامعي تصور مقترح لدور الخدمة الاجتماعية في التخفيف منه، بحث منشور، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية ، العدد السادس والثلاثون والرابع عشر
شذ ، سميرة محمد (٢٠٠٨) . سيكولوجية المراهقة ومشكلاتها، دار البسمه، القاهرة .

- شرف، غادة عبد العزيز (٢٠٢١). برنامج معرفى سلوكى لتنمية الوعي الأخلاقى وخفض السلوك السيوكياتى لدى المراهقين المعرضين للانحراف ، مجلة دراسات الطفولة جامعة عين شمس العدد ٥٠ .
- شعيب، منال حسين (٢٠١٩). فاعلية برنامج معرفى سلوكى فى خفض إدمان الإنترنت لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة دمياط ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٢٩ (٤) ، ٢٠٣ - ٢٤٣ .
- شعيب، منال حسين (٢٠١٩). فاعلية برنامج معرفى سلوكى فى خفض إدمان الإنترنت لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة دمياط ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٢٩ (٤) ، ٢٠٣ - ٢٤٣ .
- شوقي، حنان السيد (٢٠٠٣). دور مقترح لطريقة خدمة الجماعة لمواجهة الآثار السلبية لوسائل الاتصال المرئية، بحث منشور بالمؤتمر العلمي السادس عشر المجلد الثاني، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان .
- صلاح، منى محمود (٢٠٢٠) . برنامج معرفى سلوكى لتعديل بعض أبعاد الشخصية السيوكياتية لدى الإحداث الجانحين مجلة دراسات الطفولة جامعة عين شمس، العدد ٤٢ .
- عبد المجيد ، محمد سعيد (٢٠٠٣) وجدي شفيق عبد الطيف : الآثار الاجتماعية للإنترنت على الشباب ، دار المصطفى للنشر والتوزيع ، طنطا .
- عرب، حسام الدين محمود (٢٠٠١). ادمان الإنترنت وعلاقته ببعض ابعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (الوجه الآخر لثورة الانفوميديا) المؤتمر السنوى لمعهد الدراسات محمد، عادل عبد الله (٢٠٠٠). **العلاج المعرفى السلوكى**، ط١، القاهرة دار الرشد .
- منظمة الصحة العالمية . التصنيف الدولى للأمراض (ICD - 11) (٢٠١٨) .
- Alvi,S.,Maracy, M.Jannatifard,F&Eslami,M.(2011) The effect of a cognitive - behavioral group the rapy on reducing internet addiction symptoms among colle students, Iranian J,of Psychiatry and Behavioral Sciences, 5(2),23 -30.
- Andreassen,C.,Torsheim,T.,Brunborg,G.&pallesen,S, (2012) Development of a Facebook addiction Scale. Psychological reports, 110(2),501-517 .
- Armeliu, B .& Andreassen, (2007) Cognitive behavioral treatment for antisocial behavior in youth in residential treatment. Campbell Systematic Reviews .
- Beck,A.T.(1999) . Prisoners of hate: The cognitive basis of anger, hastility, and violence. Harpocollins.
- Blair,R.,Mitchell D. &Blair, K.(2005) The Psychopath: Emotion and the Brain. Blackwell publishing .
- Brand,M.young,K.&Laier,c.(2014) prefrontal control and internet addiction:A Tehoretical Model and a review of neuropsychological and neuroimaging Findings, Frontiers in Human Neuroscience, 8,375.
- Buckholtz,Treadway,M,Cowan,R., Woodward, N, Ansari,M, Baldwin,R.,Schyrtzman,A, Shelby,E., Smith, C., Kessler, 'R., &
- Zald,D.,(2010) Doaminergic network differences in Human impulsivity, Science, 329 (5991), 532-532.
- Caplan,S.(2003). preference for online social interaction: A theory of problematic internet use and psychosocial well-being. Communication on research, 30 (6), 625-648 .
- Freud,S(1923) The Ego and the Id.w.w.Norton & Company.
- Forti, V., Balde,c.p.,kuehr,R.,& Bel, G. (2020).The Global E-waste Monitor 2020 Quantities, flwo, and the circular economy potential. Unite Nations University (UNU) International Telecommunication Union (ITU) & International Solid Waste Association (ISWA). /https://ewastimonitor.info .

- Hahn,C.,Kim,D.&potenza,M.(2010) Neural correlates of internet gaming disorder, Asystematic review of recent neuroimaging studies . Addictive Behaviors , 39 (2) 132-140 .
- Hare,R.D.(2003), The hare Psychopathy Checklist Revised (PCL-R) 2nd edition Multi,Health Systems .
- International Energy Agency.(2023). Data Centers and Data Transmission Networks. <https://www.iea.org/reports/data-centres-and-data-transmission-networks>.
- Kappa,M.,Lee,I.&Choi,H.(2020)Internet Addiction:Behavioral and Neurological perspectives . Journal of Behavioral Addictions, 9(2) 125- 137 .
- Katy,E.,Blumler,J.&Guravitch,M(1973) Uses and Gratifications research, public Opinion Quarterly, 37(4), 509-523 .
- Khosravi,M&Heidari,M.(2021)Internet addiction and its relationship with depression, anxiety and otes among high school students in Iran,Addictive Behaviors Reports, 13, 100345.
- King,D.&Delfabbro,P.(2019).Internet Addiction:A Conceptual Review and Future Directions.Clinical Psychology Review,74,101-116.
- KoC.,Yen,J.Chen,C.Yeh,Y¥C.(2009) predictive values of Psychiatric symptoms for internet addiction in adolescents : A 2 Year prospective study .archives of pediatric and Adolescent Medicine, 163(10), 937-943 .
- Kuss,D&Griffiths,M.(2015) Social networking sites and addiction: Ten lesson learned.International Journal of Environmental Research and public Health, 12(3), 12490 -12507 .
- Kuss,D. & Lopez - Fernandez,O.(2016) Internet addiction in adolescents : A cognitive behavioral approach, of Behavioral Addictions, 5(3): 450-458.
- korvalho,J.,Sigueira, A.& Santos,P.(2021) Internet Addiction and its Impact on Mental Healoh: A systematic Review . Computers in Human Behavior, 120, 106-115.
- Mark,Griffiths,M.(2005) & components model of addiction within a biopsy chosocial framework.Journal of Substance Use, 10 (4), 191-197.
- Montag,C, Lachmann, B., Herrlich, M. &Zweig,K.(2019).Addictive feaures of Social Media, messenger platforms and freemium games, against the background of psychological and economic theories, International Journal of Environmental Research and Public Health, 16 (14) 2612 .
- Organization for Economic Co-operation and Development (OECD).(2019). Global Material Resources Outlook to 2060: Environmental Consequences . OECD publishing . <https://doi.org/10.1767/9789264307452-en> .
- Pattorson, G,R& Yoerger, K.(1993) Developmental models for delinquent behavior, springer .
- Rendall, P.,& Holla, G, 1996,Cognitive behavioral rationale living, New York, Book Academic Press.

- Skinner, B.F.(1953) , Science and Human Behaviors New Youk Macmillan. Whang, L., Lee, S. & Chang, G. (2003). Internet over user's psychological profiles: sample analysis on internet addiction. Cyber psychology & behavior, 6, 2. (Frontiers in Psychology .
- World Health Organization (2018). International classification of Diseases (ICD-11) . Retrieved from <https://icd.who.int> Young,K.(2017).Internet Addiction Test (JAT):Manual and Interpretations. Net Addiction.com.
- Zhou,Z.,Yuan,G.&Yoo,J.(2012) Cognitive biases toward internet game- related pictures and excutive deficits in individuals with an internet gameaddiction.PLOSDNE, 1 (11)e 48961.

EFFECTIVENESS OF COGNITIVE BEHAVIORAL COUNSELING PROGRAM TO REDUCE INTERNET ADDICTION AND PSYCHOPATHIC BEHAVIOR IN A SAMPLE OF ADOLESCENTS

Hoda A. F. H. Ghaly ⁽¹⁾; Risk S. Ibrahim ⁽²⁾; Naglaa M. Raoof ⁽²⁾

1) Faculty of Graduate Studies and Environmental Research, Ain Shams University

2) Faculty of Arts, Ain Shams University.

ABSTRACT

This study aimed to verify the effectiveness of a counseling program based on cognitive behavioral therapy (CBT) in reducing internet addiction and psychopathic behavior in a sample of adolescents. The study sample included two groups of adolescents with internet addiction and psychopathic behavior: one was the experimental group, which received the CBT counseling program, and the other was the control group, which did not receive any experimental treatment. The researchers administered the Jung Internet Addiction Inventory and the Haar Psychopathy Inventory to the sample. CBT played an effective role in correcting cognitive distortions and developing self-control and social skills among the participants. The results demonstrated the program's effectiveness in reducing internet addiction and psychopathic behavior. Parents should closely monitor their children to ensure they are not susceptible to internet addiction and psychopathic behavior. Specialists should also follow up at schools, universities, and clubs.

Keywords: Internet addiction, psychopathic behavior, adolescents, environmental dimension