

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة وهران
كلية العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس و علوم التربية

قيمة خدمات الإرشاد النفسي و التوجيه عبر الإنترنت دراسة وصفية تقييمية لأول موقع نفسي جزائري مصمم "نفسيات"

رسالة نيل شهادة الماجستير

إعداد الطالبة : رحالي فاطمة جلييلة

تحت إشراف: أ.د مزيان محمد

المشرف المساعد: أ.د مكي محمد

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي : السنة الجامعية : 2007-2008
جامعة وهران
كلية العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس و علوم التربية

قيمة خدمات الإرشاد النفسي و التوجيه عبر الإنترنت دراسة وصفية تقييمية لأول موقع نفسي جزائري مصمم "نفسيات"

رسالة نيل شهادة الماجستير

أعضاء لجنة المناقشة:

الرئيس	د. ماحي ابراهيم
أستاذ	
المقرر	د. مزيان محمد
مساعد المقرر	د. مكّي محمد
أستاذ	
مناقش	د. هاشمي أحمد
أستاذ محاضر	
مناقش	د. معروف أحمد
	أستاذ



قيمة خدمات الإرشاد النفسي و التوجيه عبر الانترنت

إهداء

إلى من علّمني كيف أرسم الحروف وأتعامل
مع الأعداد والأشكال.

إلى من وهبا نفسيهما لتربية وتعليم الأجيال
الصاعدة.

إلى من جادا علي بكل ما يملكان من مال و
جهد وحنان.

إلى والداي ..

..

إلى زوجي العزيز ..

الذي وهب لي الله منه أجمل و أعظم شيء
في الحياة: أبنائي

مريم عائشة، محمد نعيم و هاجر سَكينة
علّهم يفوقون جدّهم و والديهم علما و عملا..

..

اهدي لكل هؤلاء و إلى إخوتي و أخواتي و
عائلاتهم

ثمرة جهودي المتواصلة.

كلمة شكر و عرفان

أتقدم بجزيل الشكر و العرفان إلى أستاذي الدكتور
مزيان محمد على المجهودات والتسهيلات التي قدمها لي
والتي ساعدتني في انجاز بحثي هذا على أكمل وجه.

كما أشكر الدكتور مكي محمد الذي لم يدخر مجهودا إلا
وجاد به علي منذ السنوات الأولى من علمي على يديه
فكان نعم الأستاذ ونعم الأب الروحي.

و لا أنسى بالذكر زوجي العزيز السيد زهيد عبد الفتاح
الذي كان وراء كل خطوة أخطوها في بحثي هذا و كان له
الفضل في تشجيعي كلما وجدت صعوبة في الاستمرار فكان
لي خير أنيس وخير مساعد.

و لا يسعني هنا ذكر كل من دفعوا بي لتحسين مستواي
التقني، العلمي والعملي و أولهم والدي العالم العامل في
سبيل الله والداعية الشيخ نعيم رحالي ووالدتي المثقفة
الداعية لي بالخير في جميع خطواتي العلمية ، العملية
والشخصية.

كما أشكر زملائي بجامعة وهران و أخص بالذكر الأستاذة
قادري حليلة والأستاذ فراحي فيصل اللذان وقفا إلى جانبي
على مقاعد الدراسة.

و أخيرا ، أتقدم بشكر خاص للآنسة فورار سعاد التي لولا
إتقانها لعملها وحبها لمساعدة الآخرين لما أكملت بحثي هذا .

لكل هؤلاء ألف و ألف شكر...

ملخص البحث

تناول هذا البحث دراسة عن قيمة الارشاد النفسي و التوجيه عبر وسيلة حديثة و هي الانترنت ، و كانت الدراسة وصفية و تقييمية لموقع نفسي صمته الباحثة و أسمته "نفسيات Nafsiyat" .

بعد تصميم الموقع و نشره على شبكة الانترنت في 01 جانفي 2000 ، قامت الباحثة ببعث استمارات عبر البريد الالكتروني ل 305 طالب و طالبة بقسم علم النفس لجامعة وهران و لـ 2922 مستعمل للانترنت من اصل عربي .

و بناءا على أسئلة البحث المنطلق منها أسفرت الدراسة الأساسية عن النتائج التالية:
السؤال الأول الذي يقول : " هل لخدمات موقع " نفسيات " قيمة في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه لمستخدمي الانترنت العرب؟" ، تم الاجابة عنه ايجابيا بواسطة النتائج المحصل عليها حيث أن 73.73% من عينة البحث أجابوا على فقرة الاستمارة ب "نعم"
أما السؤال الثاني الذي يقول: "هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في ارشاد وتوجيه طلبة علم النفس ما قبل التخصص للاختصاص المراد متابعة الدراسة فيه بجامعة وهران؟ فتم الاجابة عنه ايجابيا بنسبة 70.12%

فيما يخص السؤال الثالث الذي يقول: "هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في مجال البحث عن معلومات في علم النفس لدى طلبة علم النفس الذين هم في إطار التخصص بجامعة وهران؟" فلقد تم الاجابة عنه ايضا ايجابيا حيث 75.92% من طلبة علم النفس ما قبل و في إطار التخصص أجابوا بنعم على الفقرة (أ) .

أما السؤال الرابع و الذي أرادت الباحثة تقييم موقع "نفسيات" من خلاله فكان : " ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" ازاء مضمونه؟" فرأى 91.88% من العينة الكلية ان الموقع من " جيد " إلى " جيد جدا" (69,38% + 22.50%) .

و يقول السؤال الخامس " ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" ازاء شكله العام ؟ " فكانت الاجابة ان كان 87.48% (61.33%+ 26,15%) من اشخاص العينة الكلية ذو رأي ايجابي حيث اعتبروا الموقع من " جيد " الى " جيد جدا" من حيث الشكل العام.

أما السؤال الاخير و الذي يقول : " ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" ازاء سهولة استعماله؟ فكان أن 79.86% اعتبروه من "سهل" الى "سهل جدا" من حيث الاستعمال او التناول.

الفهرس

ج	اهداء.....
ح	كلمة شكر و عرفان.....
خ	ملخص البحث.....
د	الفهرس.....
س	قائمة الجداول.....
ص	قائمة الاشكال.....
ض	قائمة الخرائط.....
01	مقدمة.....

الفصل الاول: تقديم البحث

06	1. إشكالية البحث.....
07	2. أسئلة البحث.....
07	3. أهداف البحث.....
	4. .
08	<u>دواعي اختيار موضوع البحث</u>
09	5. أهمية البحث و أصالته.....
11	6. صعوبات البحث.....
13	7. تحديد المفاهيم الاساسية.....

الفصل الثاني: نشأة الحاسب الالكتروني و تاريخ المعلوماتية

27	1. نظرة تاريخية عن نشأة الحاسب الالكتروني و أهميته.....
29	2. تاريخ المعلوماتية و الانترنت.....
31	3. تطور أنواع الاتصال عبر الحاسب الالكتروني.....
32	4. انتشار الانترنت عبر إفريقيا.....
	5. انتشار الانترنت في الجزائر.....

الفصل الثالث : الإرشاد النفسي و التوجيه عبر الانترنت

- 1- أهم العوامل المساعدة على نشأة الإرشاد النفسي و تطوره.....36
- 2 - ماهية الإرشاد النفسي.....38
- 2.1 مختلف التعريفات للإرشاد.....38
- 2.2 مصطلحات تختلط بمصطلح الإرشاد النفسي.....40
- 2.3 أنواع الإرشاد النفسي.....41
- 2.4 خصائص الإرشاد النفسي.....42
- 2.5 علاقة الإرشاد النفسي بالعلاج النفسي و الفرق بينهما.....43
- 2.6 تصنيف نظريات الإرشاد النفسي والعلاج النفسي45
- 2.7 متطلبات العملية الإرشادية.....46
- 3 - دور المرشد النفسي.....47
- 4 - ماهية التوجيه.....48
- 5-تاريخ علم النفس عبر الانترنت.....50
- 6 - أنواع الخدمات النفسية عبر الانترنت.....50
- 6.1 المصادر الإعلامية الخاصة بالمفاهيم والمواضيع النفسية.....51
- 6.2 التوجيهات للمساعدة الذاتية.....53
- 6.3 الإختبارات النفسية والتقييمية.....54
- 6.4 المساعدة على تقرير اتباع علاج نفسي.....55
- 6.5 معلومات عن خدمات نفسية خاصة.....56
- 6.6 الفحص الأحادي الخاص بالإرشاد النفسي عبر البريد الإلكتروني.....56
- 6.7 الإرشاد النفسي والعلاج النفسي عبر البريد الإلكتروني.....57
- 6.8 الإرشاد النفسي على الهواء (على الخط) عن طريق المحادثة الكتابية وعن طريق الهاتفية الشبكية والمؤتمرات الافتراضية.....60
- 6.9 المساعدة الجماعية التزامنية و اللاتزامنية:.....62
- 6.10 البحث النفسي و الاجتماعي.....63
- 7- البريد الإلكتروني واستعماله للتدخل أثناء الأزمات النفسية.....64
- 8-أخلاقيات استعمال الانترنت.....68

الفصل الرابع : شكل موقع "نفسيات" و مواصفاته

1. شكل موقع "نفسيات" وأهميته.....71

- 1.1 من حيث اللون72
2.1 من حيث الشكل العام72
2. مواصفات موقع " نفسيات "73
1.2 عناصر الواجهة العربية للموقع74
2.2 عناصر الواجهة الفرنسية للموقع78

الفصل الخامس : مراحل تصميم موقع " نفسيات " والتعديلات المدخلة عليه

1. مراحل تصميم موقع " نفسيات "82
1.1 مرحلة التكوين التقني82
1.2 مرحلة التصميم الفعلي لموقع نفسيات82
1.3 مرحلة نشر موقع " نفسيات "83
1.4 تجريب موقع " نفسيات "85
1.5 مرحلة التعريف بالموقع86
1.6 مرحلة استعمال موقع " نفسيات "87
2- التعديلات المدخلة على موقع " نفسيات "87
1.2 شكل الموقع88
2.2 عنوان الموقع88
3 - عرض بعض خدمات موقع " نفسيات "89

الفصل السادس : الخطوات المتبعة لتحديد الموضوع و منهجية الدراسة

1. الخطوات المتبعة لتحديد الموضوع96
2. كيفية تحديد مراحل الدراسة97
3. منهج البحث المتبع98
1.3- المنهج الوصفي98
2.3- المنهج الإحصائي99
4 - إجراءات الدراسة و برنامج العمل على الشبكة101
1.4- مكان الدراسة101
2.4- وقت إجراء الاتصالات الشبكية101
3.4- عينة البحث101
5 - أدوات البحث102
1.5- الاستثمار103
2.5- الهيكل العام للاستثمار103

104.....	6-الدراسة الاستطلاعية
106.....	7 - الدراسة الاساسية
106.....	1.7-العوامل المؤثرة على الدراسة الأساسية
106.....	2.7-مدة الدراسة الأساسية
106.....	3.7-عينة الدراسة الاساسية و خصائصها

الفصل السابع: عرض، تحليل و مناقشة النتائج

113.....	1-عرض و تحليل نتائج الاستثمارات
115.....	1.1- عرض و تحليل نتائج فقرات استمارة مستخدمي الانترنت العرب
118.....	2.1- عرض و تحليل نتائج فقرات استمارة طلبة علم النفس ما قبل التخصص
121.....	3.1- عرض و تحليل نتائج فقرات استمارة طلبة علم النفس في اطار التخصص
122.....	4.1-عرض و تحليل نتائج الشبكة التقييمية من حيث المضمون ،الشكل العلم و الاستعمال
128.....	2-مناقشة نتائج البحث
128.....	1.2-النتائج التفصيلية
131.....	2.2- النتائج العامة
135.....	3-خاتمة عامة
138.....	4-اقتراحات و توصيات
140.....	المراجع
153.....	الملاحق

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
45	الفرق بين الإرشاد النفسي و العلاج النفسي	01 الجدول رقم
48	مقارنة دور المرشد النفسي عبر المقابلة وجها لوجه وعبر الانترنت	02 الجدول رقم
66	جدول مقارن بين التدخل أثناء الأزمات عبر البريد الالكتروني وعبر وكالة متخصصة	03 الجدول رقم
71	"مكونات موقع "نفسيات"	04 الجدول رقم
105	توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية	05 الجدول رقم
106	توزيع العينة الكلية	06 الجدول رقم
107	توزيع مجموعة الطلبة ما قبل التخصص	07 الجدول رقم
108	توزيع مجموعة الطلبة في اطار التخصص	08 الجدول رقم
108	توزيع الجنس حسب سنوات الدراسة	09 الجدول رقم
109	جدول احصائي لنسبة اطلاع مستخدمي الانترنت على "موقع "نفسيات"	10 الجدول رقم
109	توزيع عينة البحث حسب الجنسية والمستوى الدراسي	11 الجدول رقم
110	جدول توزيع الجنس حسب الاعمار لأفراد العينة	12 الجدول رقم
114	نتائج الاستمارة التقييمية (لعامة مستخدمي الانترنت العرب (2922 انترنوت))	13 الجدول رقم
115	نتائج مجموعة مستخدمي الانترنت العرب على مقياس قيمة موقع "نفسيات" في الإرشاد النفسي والتوجيه (الفقرة ب)	14 الجدول رقم

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول	الجدول رقم
116	نتائج مجموعة مستخدمي الانترنت العرب على مقياس تقييم موقع "نفسيات" (الفقرة ج)	15	الجدول رقم
117	نتائج الاستمارة التقييمية ل 212 طالب و طالبة ما قبل التخصص	16	الجدول رقم
118	نتائج مجموعة طلبة ما قبل التخصص على مقياس : 17 قيمة موقع "نفسيات" في مجال البحث عن معلومات في علم النفس (الفقرة أ)	17	الجدول رقم
118	نتائج مجموعة طلبة ما قبل التخصص على مقياس تقييم موقع "نفسيات" (الفقرة ج)	18	الجدول رقم
119	نتائج مجموعة طلبة ما قبل التخصص على مقياس قيمة موقع "نفسيات" في الإرشاد النفسي و التوجيه نحو التخصص (الفقرة د)	19	الجدول رقم
120	نتائج الاستمارة التقييمية (لطلبة علم النفس في اطار التخصص (93 طالب و طالبة))	20	الجدول رقم
121	نتائج مجموعة طلبة في اطار التخصص على مقياس قيمة موقع "نفسيات" في مجال البحث عن معلومات في علم النفس (الفقرة أ)	21	الجدول رقم
121	نتائج مجموعة طلبة ما بعد التخصص على مقياس تقييم موقع "نفسيات" (الفقرة ج)	22	الجدول رقم
122	"تفريغ الإجابات على الشبكة التقييمية لموقع "نفسيات"	23	الجدول رقم
124	"نسبة الإجابات على الشبكة التقييمية لموقع "نفسيات"	24	الجدول رقم
126	عدد المطلعين على موقع "نفسيات" منذ نشره على الانترنت ونسب الزيادة	25	الجدول رقم
132	نتائج الفقرات الأربع للإستمارات أب-ج-د بالنسبة لعينة البحث العامة	26	الجدول رقم

132	تجميع نتائج الشبكة التقييمية لكل العينات	27	الجدول رقم
-----	--	----	------------

قائمة الاشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل	
20	موقع ياهو	01	الشكل رقم
21	موقع كاراميل لسنة 2005	02	الشكل رقم
22	صندوق البريد الالكتروني لموقع كاراميل	03	الشكل رقم
23	برنامج المخادثة مسنجر	04	الشكل رقم
25	عداد الالكتروني	05	الشكل رقم
27	شكل مبسط لمعداد يبين رقم 9	06	الشكل رقم
73	النصف الاول من الصفحة العامة	07	الشكل رقم
73	النصف الثاني من الصفحة العامة	08	الشكل رقم
75	النصف الاول من الصفحة الرئيسية باللغة العربي	09	الشكل رقم
75	النصف الثاني من الصفحة الرئيسية باللغة العربية	10	الشكل رقم
78	النصف الاول من الصفحة الرئيسية باللغة الفرنسية	11	الشكل رقم
78	النصف الثاني من الصفحة الرئيسية باللغة الفرنسية	12	الشكل رقم
89	صفحة عرض المشاكل و الحلول المقدمة من طرف الأخصائية بالعربية الجزء الاول	13	الشكل رقم
89	صفحة عرض المشاكل و الحلول المقدمة من طرف الأخصائية بالعربية الجزء الثاني	14	الشكل رقم
90	صفحة عرض المشاكل و الحلول المقدمة من طرف الأخصائية بالفرنسية	15	الشكل رقم
91	استمارة عرض المشكل بالعربية	16	الشكل رقم
91	استمارة عرض المشكل بالفرنسية	17	الشكل رقم
92	صفحة عرض ارتباطات تشعبية لمواضيع و بحوث هامة بالعربية	18	الشكل رقم
92	صفحة عرض ارتباطات تشعبية لمواضيع و بحوث هامة بالفرنسية	19	الشكل رقم
93	صفحة ارتباطات نحو مواقع نفسية هامة الجزء الاول	20	الشكل رقم

93	صفحة ارتباطات نحو مواقع نفسية هامة الجزء الثاني	21	الشكل رقم
94	صفحة عرض مؤلفات الكتاب في علم النفس	22	الشكل رقم
127	تكرارات الزيارة حسب السنوات :	23	الشكل رقم

قائمة الخرائط

رقم الصفحة	عنوان الخريطة	رقم الخريطة
32	الاتصال الشبكي عبر قارة افريقيا سنة 1998	01

مقدمة

إن التطور السريع والهائل الذي يشهده العالم من الناحية التكنولوجية مسّ جميع القطاعات سواء الاقتصادية منها أو الثقافية أو الاجتماعية أو التربوية وحتى السياسية.

وتمثل هذا التقدم في تطور الأدوات والوسائل وتكثف الاختراعات التي جاء معظمها لتسهيل الحياة على الإنسان وتحسين مستواه المعيشي. فمن اختراع آلات الزراعة ثم الصناعة إلى اختراع الكهرباء ثم الهاتف ثم التلفاز والفيديو، إلى اختراع الحاسوب (الكمبيوتر) وتوظيفه في جميع القطاعات، إلى خلق شبكات صغيرة تضم كل واحدة منها بعض الحواسيب المرتبطة ببعضها البعض، إلى خلق شبكة عالمية أو ما سمي بـ "انترنت" « Internet ».

لكن رغم التسهيلات والفوائد التي قدمها التطور التكنولوجي للإنسان إلا أنه من ناحية أخرى كان له تأثيرات سلبية في حياته ومعاشه. حيث أدى التطور السريع للأمور لخلق تحديات جديدة. وأكدت بعض الأبحاث أن تقاوم الأمراض النفسية في عصرنا - كالقلق والاكتئاب والانتحار والادمان إلى غير ذلك - راجع إلى التحديات النفسية اليومية والضغطات الاجتماعية جراء التسريع للأمور مما أفقد الإنسان توازنه النفسي واخفاقه على التكيف السريع مع الأوضاع.

وهذا الارتفاع المهول للأمراض النفسية جعل الاختصاصيين النفسيين قلقين على مصير الإنسان النفسي، وأدى هذا إلى تفكير بعضهم في إيجاد طرق جديدة لجمع المعلومات للقيام ببحوث أكثر دقة وإماماً، كما فكر فريق آخر في سبل جديدة للتدخل السريع والفعال سواء في الإرشاد النفسي والتوجيه أو العلاج، مستعملين في ذلك جميع الأدوات والوسائل المتاحة ومن بينها آخر الاختراعات وأكثرها رواجاً "الانترنت".

و هذا ما قامت به الباحثة أيضاً من خلال الدراسة التي تقدمها بين يدي القارئ. و لقد نظمت هذه الدراسة كالآتي :

أولاً ، قسمت الباحثة دراستها إلى سبع فصول .

الفصل الأول عرضت فيه مقدمة للبحث و اشكاليته و الاسئلة التي طرحتها بغرض اكتشاف أهمية موضوع البحث، ثم أهداف البحث و دواعي اختيار موضوعه، ثم تطرقت إلى الصعوبات التي وجدها أثناء مراحل الدراسة و أخيراً شرحت بعض المفاهيم الأساسية ليسهل على القارئ فهم المقصود و اخذ فكرة عامة عن الموضوع.

الفصل الثاني للبحث تطرقت فيه لتاريخ الكمبيوتر و المعلوماتية على العموم وتاريخ الانترنت بالجزائر و بإفريقيا ككل .

اما **الفصل الثالث** فجاءت به معلومات هامة عن ماهية الإرشاد النفسي و التوجيه حيث جمعت الباحثة بعض التعريفات لكل منهما و شرحت الفرق بين الإرشاد النفسي ومصطلحات أخرى تختلط بهذا المفهوم كالنصح الأكاديمي مثلا. و أيضا سردت الباحثة بعض أنواع الإرشاد النفسي و خصائصه و علاقته بالعلاج النفسي و النظريات التي يركز عليها و تصنيفها.

ثم تعرضت الباحثة لأراء لعلماء نفسانيين احترفوا علم النفس عبر الانترنت فكان من بينهم مرشدون نفسيون و معالجون نفسيون و أطباء نفسيون. من هنا سردت الحالات التي يستطيع فيها الأخصائي النفسي ان يتدخل لمساعدة الآخرين عبر الانترنت ، والخدمات التي يستطيع عرضها عبر هذه الوسيلة. هذه الوسيلة التي فكر علماء النفس في ضبط طريقة التعامل من خلالها بتقنين العلاقة بين العميل و الأخصائي و ضمان السرية و الخصوصية لتعاملهما مع المشكل المراد حلّه و الذي هو عرضة للقرصنة (أخذ ملفات الاخصائي بطريقة تحميلها من حاسوبه الشخصي الا حاسوب آخر دون اذن منه بهذا التحويل).

الفصل الرابع و الذي عرضت فيه الباحثة شكل موقع "نفسيات" و مواصفاته والخدمات التي يقدمها لمستخدمي الانترنت عامة و لطلبة علم النفس بجامعة وهران خاصة و **الفصل الخامس** جاءت فيه جميع مراحل بناء موقع "نفسيات" و الصعوبات و العراقيل التي واجهت الباحثة والتي أرغمتها على القيام بتعديلات على الموقع و كان بعضها جذريا و بعضها الآخر سطحيا.

الفصل السادس الذي سردت فيه الباحثة اهم الخطوات المتبعة لتحديد الموضوع و منهجية الدراسة. من هذه المنهجية ان قامت بدراسة استطلاعية للتأكد من أن استمارات البحث خالية من الغموض و تقيس فعلا ما صممت من اجله. ثم تطرقت لخطوات الدراسة الأساسية للبحث ، و تركت الباحثة سرد نتائج البحث و تحليلها الى الفصل الاخير أي **الفصل السابع** حيث تطرقت لنتائج الدراسة الاساسية و لتحليل إستمارات البحث ثم لمناقشة اسئلة البحث التي انطلقت منها ، ثم تناولت نتائج البحث التفصيلية منها و العامة، ثم قدمت خاتمة عامة و في الاخير أعطت مقترحات و توصيات لكل من يريد الخوض في بحوث في نفس السياق.

الفصل الاول: تقديم البحث

الفصل الثاني: نشأة الكمبيوتر و تاريخ المعلوماتية

الفصل الثالث: الارشاد النفسي و التوجيه عبر الانترنت

الفصل الرابع: شكل موقع "نفسيات" و مواصفاته

الفصل الخامس: مراحل تصميم موقع "نفسيات" و
التعديلات المدخلة عليه

الفصل السادس: الخطوات المتبعة لتحديد الموضوع
ومنهجية الدراسة

الفصل السابع: تحليل و مناقشة النتائج

الفصل الاول

تقديم البحث

إشكالية البحث

أسئلة البحث

أهداف البحث

دواعي اختيار موضوع البحث

أهمية البحث و أصالته

صعوبات البحث

تحديد المفاهيم الأساسية

1 - إشكالية البحث

بما أن دراسة الانسان من اختصاص العلوم الانسانية، انكب بعض علماء النفس والباحثين في علم النفس والطب النفسي على دراسة الآلات والاختراعات والوسائل التكنولوجية الحديثة ومدى تأثيرها على تفكير الانسان وسلوكه واحساسه، وانكب البعض الآخر على استعمال هته الوسائل في العلاج حيث استعملت الكهرباء في علاج بعض حالات الجنون، واستعملت الاشرطة المسجلة عبر الفيديو في علاج بعض حالات الخوف ومشاكل الطفولة . ثم جاء الحاسوب ليساهم في تسهيل مهمة الاخصائيين النفسيين في تحليل المعلومات عن الحالات ثم بناء اختبارات نفسية معلوماتية Tests informatisés، وأيضا علاج بعض حالات الاكتئاب والقلق والتوحد Autisme عن طريق بناء برامج معلوماتية خاصة.

وآخر الوسائل تطورا وانتشارا هي لاشك الشبكة المعلوماتية العالمية "انترنت" ذات الوظائف المتنوعة التي ما فتئ أن بدأ الأخصائيون النفسيون يولونها الاهتمام. فالبعض جعلها وسيلة نشر لأبحاثه والبعض الآخر لنشر عنوان عيادته وخدماته، الى أن ظهر نوع جديد من الخدمات الخاصة بتقديم إرشادات نفسية عبر بناء مواقع متخصصة وتقديم توجيهات في مجال علم النفس لكل من هم بحاجة لذلك من طلبة وأساتذة وباحثين.

وفي ظل انفتاح بلادنا الجزائر على العالم، وبداية استعمال شبكة "الانترنت" في المؤسسات والجامعات وانتشارها المتزايد عبر التراب الوطني سواء بظهور "مقاهي الانترنت Cyber Café " أودخولها الى البيوت، فإن هذا الامر جعل الباحثة تفكر في إمكانية توظيف "الانترنت" في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه، ويكون هذا التوظيف عبر بناء موقع خاص بهذه الخدمات.

والأسئلة التي قامت الباحثة بطرحها على نفسها وشكلت إشكالياتها هي كما يلي:

هل وجود موقع خاص بخدمات ارشادية نفسية و توجيهية سيكون له قيمة بالنسبة لمستخدمي الانترنت العرب؟ و بالنسبة لطلبة علم النفس بالسنوات الأربع الاولى بجامعة وهران؟ و هل نفس الخدمات سيكون لها قيمة في توجيه الطلبة لاختيار التخصص المناسب لمواصلة الدراسة فيه بمعهد علم النفس بنفس الجامعة؟ و هل سيتمكن كل مستخدم لهذا الموقع من الاستفادة من خدماته؟ و هل سيكون في متناول الجميع؟

2- أسئلة البحث

ان الاسئلة التي انطلقت منها الباحثة هي كالاتي:

1.2-السؤال الاساسي:

هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه عبر الانترنت؟

2.2-الاسئلة الفرعية:

1. هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه لمستخدمي الانترنت العرب؟

2. هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في ارشاد وتوجيه طلبة علم النفس ما قبل التخصص للاختصاص المراد متابعة الدراسة فيه بجامعة وهران؟

3. هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في مجال البحث عن معلومات في علم النفس لدى طلبة علم النفس في اطار التخصص بجامعة وهران؟

4. ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" ازاء مضمونه؟

5. ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" ازاء شكله العام؟

6. ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" ازاء سهولة استعماله؟

3- أهداف البحث

للتعامل بطريقة واضحة وجادة مع الموضوع الخاص بهذه الدراسة فإننا سطرنا أهدافا قريبة المدى ، متوسطة المدى وبعيدة المدى. لكن تعاملنا فقط مع الأهداف القريبة المدى حيث تفي بغرض البحث، وهي كآلاتي :

- معرفة قيمة موقع "نفسيات" عبر خدماته الإرشادية والتوجيهية وهذا بالنسبة لمستخدمي الانترنت.
- التعرف على قيمة الموقع "نفسيات" بالنسبة للبحث العلمي لدى طلبة علم النفس ما بد التخصص بجامعة وهران.
- محاولة معرفة الى أي مدى يساهم موقع "نفسيات" في توجيه طلبة ما قبل التخصص للتخصص المراد اختياره لمواصلة الدراسة فيه.
- التعرف على إذا ما كان مضمون موقع "نفسيات" و شكله جيدان وأيضا مدى سهولة الاطلاع عليه.

4- دواعي اختيار موضوع البحث

لماذا التطرق لموضوع قيمة الإرشاد النفسي والتوجيه عبر الانترنت؟ وما هي الدوافع التي تكمن وراء هذا الاختيار؟
ان أسباب اختيار هذا الموضوع تكمن في:

أولاً: لرغبة في استعمال وسيلة حديثة وسريعة لتحقيق اهداف ارشادية توجيهية على المدى القريب.

ثانياً : عامل الزمن الذي أخذته الباحثة بعين الاعتبار للحصول على أكبر عدد ممكن من المتدخلين كعينة بحث للتعرف على خصائصها ، والحصول على المعلومات الضرورية في زمن محدد سواء عبر الموقع او في معهد علم النفس بجامعة وهران.

ثالثاً: عامل الوسائل حيث إن توفر وسائل الاتصال الشبكي أي حاسوب شخصي، مودم، خط هاتفي ، ماسح الكتروني لنسخ الاستمارات على شكل ملفات وحساب شبكي سنوي جعل من مشروع الباحثة مشروعاً قابلاً للتحقيق.

رابعاً: قابلية إجراء البحث بالنسبة لتخصص الباحثة في المجال الإكلينيكي ومن نواح أخرى أيضاً كتحكم الباحثة في الأمور التقنية الخاصة بمجال الإعلام الألي والاتصال الشبكي.

5- أهمية البحث و أصلته

بما أن بحثنا يعدّ أول تجربة في مجال الانترنت الخاص بعلم النفس بالجزائر حسب تحرياتنا ما بين سنتي 1999 و 2005، فإن أهميته اذا تشمل العديد من النواحي :

1.5-من الناحية العلمية في مجال علم النفس:

ان بحثنا المتواضع سيضيف بالتأكيد عنصرا جديدا في مجال علم النفس حيث ستساهم النتائج التي سنتحصل عليها في اثراء الدراسات التي اهتمت بالخدمات النفسية عبر الانترنت داخل الوطن او خارجه.

سيكون هذا البحث بداية انطلاق لنوع جديد من التدخلات النفسية (التدخلات الإرشادية كأول خطوة ثم التدخلات العلاجية كهدف بعيد المدى) .

سيساعد هذا البحث كل من يريد اتباع هذا المنهج ويعرّفه به ويكون بمثابة حجر الأساس للتعرف على الامكانيات المتاحة للأخصائي النفسي المبتدأ او المحترف في ظل التطور التكنولوجي والمعلوماتي.

سيمكن من اعطاء صورة واضحة للأخصائي النفسي ويفتح أمامه مجالا جديدا للبحث والتجربة.

2.5-من الناحية الإكلينيكية :

ان التقدم الذي أحرزه العلم في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه وايضا العلاج النفسي من خلال حصص مقننة عبر الانترنت بين المرشد (أو المعالج) والعميل وظهور نظريات عديدة اثبتت صحتها من خلال تجارب اكلينيكية عديدة ومختلفة يعطي لبحثنا المصدقية لفتح هذا المجال ثم لتطوير مناهج الإرشاد النفسي والتوجيه عبر الانترنت بمعهدنا.

اذا، فمن الناحية الاكلينيكية سيساهم بحثنا في اثراء مجال الإرشاد النفسي والتوجيه (كخطوة أولية من العلاج النفسي) وهذا كهدف قريب المدى ، ثم سيساعد على اثراء مجال العلاج النفسي عبر الانترنت للمجتمع الجزائري بالخصوص وهذا كهدف بعيد المدى.

3.5- من الناحية الاجتماعية :

سيساهم بحثنا في ازالة الغموض السائد حول مجال علم النفس وتدخلاته ومناهجه وسيوضح دور الاخصائي النفسي او المرشد النفسي الذي كثيرا ما يخلط دوره بدور الطبيب النفسي « le psychiatre » و ذلك من خلال تدخلاته عبر موقع "نفسيات". من هنا فإن نشر البحوث النفسية المختلفة وتقديم الخدمات الاستشارية مجانا سيكون مبادرة هامة نحو عامة مستخدمي الانترنت دون الاهتمام لجنسياتهم و سنهم و جنسهم .

يعدّ تقديم النصائح والتوجيهات الاكلينيكية للعامة أمرا هاما حيث انه من خلال استشارة اخصائي نفسي ومن خلال الاطلاع على معلومات عن مختلف الامراض النفسية، فإن المتشير - اذا كان يعاني من اضطرابات نفسية ما - يستطيع اخذ القرار في الاتصال بأخصائي نفسي أو طبيب عقلي.

4.5- من ناحية توفير جهد الطالب:

ان موقع "نفسيات" سيوفر جهد طلبة علم النفس في ايجاد مواضيع بحوثهم والتعرف اكثر على مجال دراستهم واختياراتهم العلمية المستقبلية و نعني بذلك ايجاد معلومات وافية عن التخصصات الموجودة للسماح لهم باتخاذ القرارات الصحيحة في مشوارهم الدراسي.

أما من ناحية توفير مال الطالب، فإن اقتناء الكتب العديدة للاطلاع عليها من طرف الطالب و تنقله لاستقاء المعلومات الكافية يتطلب مالا أكثر من مجرد الاتصال الشبكي عبر الانترنت .

6 - صعوبات البحث

لقد تناول هذا البحث موضوعا جديدا لم يسبق أن تطرق إليه باحثون في علم النفس بالجزائر، وهذا حسب معلومات الباحثة التي اتصلت بجميع معاهد علم النفس وعلوم التربية بالجامعات الجزائرية عبر التراب الوطني (جامعة الجزائر العاصمة، جامعة سطيف، جامعة عنابة، جامعة مستغانم، جامعة سيدي بلعباس، جامعة تلمسان، جامعة ورقلة، جامعة شلف) * . و لقد اتصلت الباحثة بهذه الجامعات بين شهري فبراير و ماي 2000- بما أن الموضوع المختار جديد فلقد ظهرت صعوبات من نواح عديدة منها التقنية والمنهجية و اخرى اتصالية وأيضا مرجعية .

1.6-الصعوبات التقنية :

كان على الباحثة أن تقوم ببناء موقع الإرشاد النفسي والتوجيه بنفسها حتى يفى بغرض البحث ومن ثم فإن الإمام بتقنية بناء المواقع الشبكية واختيار شكل وطريقة عرض المعلومات بكلى اللغتين العربية والفرنسية، ثم وضع الموقع على الخط -أي نشره عبر انترنت- كل هذه المراحل ضمت بين طياتها صعوبات جمّة، حيث من المفروض أن

توكل مثل هذه المهام الى مهندس في الإعلام الآلي متمكّن من تقنية البرمجة الشبكية . ومن اجل الوصول الى الأهداف المرجوة، تابعت الباحثة دروسا برمجية في الإعلام الآلي عبر الانترنت . كما اطلعت على بعض الكتب و المجلات الخاصة و استفادت من حصص تعليمية عبر المحادثة الالكترونية مع شباب متخصص في بناء المواقع.

2.6-الصعوبات المنهجية:

إن شساعة مجال البحث وتعدد المواضيع واختلافها جعل أمر حصر موضوع البحث ومتغيراته أمرا صعبا خصوصا بغياب دراسات عربية في هذا المجال. فلقد تطرقت الدراسات الغربية لجوانب كثيرة ، فمنها ما درس تأثير الانترنت على العلاقات الأسرية والزوجية وتأثيره على نفسية التلاميذ ومردودهم الدراسي. ومنها ما درس تأثير الانترنت على المناهج التربوية الحالية، ومنها من قارن الخدمات النفسية عبر انترنت مع تلك المقدمة في الوضعية المباشرة *le face à face*، كما تطرقت دراسات أخرى إلى عامل العدوانية عند الانترنتيين الى آخره من الدراسات.

كما رأت الباحثة انه من الضروري بناء موقع جزائري مئة بالمائة، لهذا لزم عليها القيام بكل الخطوات الضرورية.

3.6-الصعوبات المرجعية:

من المعروف أنه كلما كان البحث جديدا على ساحة ما ، كلما قلّ وجود مرجعية لدراسته ولضبط متغيراته. من ثمّ، فإن الباحثة ارتكزت على بحوث أجنبية اكثر منها عربية حيث من بين مئتي مليون موقع شبكي أو أكثر عبر الانترنت، توجد مواقع نفسية عربية قليلة جدا تعدّ على الأصابع (انظر فقرة العنوانين الهامة للمواقع في آخر البحث) ولقد تضاعف عدد هذه المواقع ما بين 2004 و 2006 ، وأكثر هذه المواقع لم تنتشر بين صفحاتها بحوثا نفسية حول الإنترنت، وهذا جعل مصدر أخذ المعلومات مصدرا فقيرا حيث لم تجد الباحثة احصاءات عن مدى استعمال انترنت وكيفيته في الدول العربية ومن بينها الجزائر، و لزم عليها البحث عن هذه المعلومات من مصادر اخرى فاضطرت الى التنقل ما بين مؤسسات خدماتية كمرکز Cerist و Algeriecom.

4.6-الصعوبات الاتصالية:

كان ولا بد على الباحثة ان تعرّف بموقع بحثها من أجل ضمان مشاركة فعّالة من طرف مستعملي الانترنت بالجزائر. وكون خدمة الإرشاد النفسي والتوجيه عبر انترنت خدمة لا يعرفها الكثير من عامة الناس، و ليس هذه الفئة فقط بل حتى الأخصائيين النفسيين الممارسين وغير الممارسين حيث قامت الباحثة بطرح سؤال على 23 أخصائي نفسي بمختلف الاختصاصات فكان أن أجاب جميعهم بـ " لا " على السؤال: هل سمعت عن الخدمات النفسية عبر إنترنت؟ ما عدا أخصائي واحد أجاب بـ "نعم" ، فوجدت الباحثة نفسها أمام تحدّ جديد ولتخطي هذه الصعوبة لجأت لبرامج المحادثة الشبكية لجمع أكبر عدد

ممكن من عناوين الانترنتيين الجزائريين ووفرت مكانا بموقعها خاص بدليل العناوين الالكترونية لمستعملي الانترنت الجزائريين (الدليل AL_DALIL) وهذا جعلها تضمن اتصال الكثير ممن يريدون الاعلان عن عناوينهم الالكترونية في مكان يزوره الجزائريون على الخصوص.

7- تحديد المفاهيم الاساسية

من الضروري في هذا البحث أن نشرح بعض المصطلحات والمفاهيم الأساسية التي سيركز عليها بحثنا من خلال فصوله النظرية والتطبيقية، وهذه المفاهيم هي كالاتي : القيمة، الإرشاد النفسي، التوجيه ، الانترنت، الارتباطات الشعبية ، الموقع، البريد الالكتروني ، المحادثة الالكترونية، على الخط/خارج الخط العداد.

1.7- القيمة :

يعرف معجم Hachette الفرنسي لسنة 2005 القيمة على أنها " .. تلك الخاصية التي تجعل من الشيء أو من الشخص أو من الفعل أمرا جديرا بالتقدير سواء لأنه يتبع قاعدة ما أو لأنه يقترب من المثالية" (1).

أما كتاب اختيار القيم العلائقية SIV فإنه يوضح لنا انه "لا يمكن لنا أن نتعرف على القيمة إلا إذا ضبطنا الأمور التي يعتبرها الشخص أنها هامة. بمعنى: أن الإنسان الذي يعطي قيمة لشيء ما سواء أكان سلوكا أو فكرة أو طبعاً أو موقفاً هو إنسان أدمج في نظام قيمه هذا السلوك أو الفكرة أو الطبع أو الموقف" (2).

لقد استعملنا مفهوم "القيمة" في هذا البحث ليدل على الأهمية. فقيمة موقع تعني أهميته بالنسبة لمستخدمي انترنت والمطلعين عليه باستمرار. ومن ثم فإن الباحثة ستقوم بتقويم هذه القيمة أي جعلها على شكل أرقام ونسب مئوية.

2.7- الإرشاد النفسي

1.2.7 تعريف جود (1945) GOOD :

¹) (www.encyclopedie-hachette.com)

²) (Leonard. V. Gordon : « Manuel de l'inventaire des valeurs interpersonnelles SIV ». Les éditions du centre de psychologie appliquée. 1979. P.5

يقصد بالإرشاد تلك "المعاونة القائمة على أساس فردي وشخصي فيما يتعلق بالمشكلات الشخصية ، والتعليمية ، والمهنية والتي تدرس فيها جميع الحقائق المتعلقة بهذه المشكلات ، ويبحث عن حلول لها ، وذلك بمساعدة المتخصصين وبالاستفادة من امكانيات المدرسة والمجتمع، ومن خلال المقابلات الإرشادية التي يتعلم المسترشد فيها ان يتخذ قراراته الشخصية" (1).

2.2.7- تعريف رين (1951) WRENN :

الإرشاد هو علاقة ديناميكية وهادفة بين شخصين ، تنتوع فيها الأساليب باختلاف طبيعة حاجة الطالب ، ولكن في كل الحالات يكون هناك إسهام متبادل من جانب كل من المرشد والطالب ومع التركيز على فهم الطالب لذاته (محمد محروس الشناوي 1994).

3.2.7- تعريف بيبينسكي وبيبينسكي (1954) Pepinsky & Pepinsky :

الإرشاد "عملية تشتمل على تفاعل بين مرشد ومسترشد في موقف خاص بهدف مساعدة المسترشد على تغيير سلوكه بحيث يمكنه الوصول إلى حل مناسب لحاجاته" (2).

4.2.7- تعريف تولبير (1959) Tolbert :

الإرشاد هو " علاقة شخصية وجها لوجه بين شخصين أولهما وهو المرشد ، ومن خلال مهاراته وباستخدام العلاقة الإرشادية يوفر موقفا تعليميا للشخص الثاني: المسترشد ، وهو نوع عادي من الأشخاص حيث يساعده على تفهم نفسه وظروفه الراهنة والمقبلة ، وعلى حل مشكلاته وتنمية إمكانياته بما يحقق اشباعاته وكذلك مصلحة المجتمع في الحاضر وفي المستقبل" (3).

من هنا نلاحظ ان التعريفات كلها تنصب حول معنى واحد مع بعض الاختلافات الطفيفة، ومن هنا فإن تعريفنا الاجرائي الخاص بالإرشاد النفسي سيكون تعريفا نحاول من خلاله ان نخدم أهداف البحث وهو كالتالي:

نقصد بالإرشاد النفسي تلك العلاقة المهنية الدينامية ذات الاساس الاخلاقي بين مرشد مختص -أخصائي نفسي او اجتماعي- يقوم بتوظيف مهاراته الإرشادية وبين مسترشد ، وهو شخص عادي طالب للمساعدة. وهذه العلاقة تهدف إلى تبادل المعلومات بين شخصين لمحاولة ايجاد طرق ووسائل تمكن المسترشد من تغيير سلوكه وايجاد الحلول المناسبة لمشاكله والانتقال من حالة عدم الاستقرار النفسي إلى حالة التوازن النفسي العادي. ان العلاقة الإرشادية لا تستدعي اتصالا تزامنيا، واللقاء وجها لوجه بين المرشد والمسترشد ليس شرطا ضروريا في العملية الإرشادية .

¹ (محمد محروس الشناوي : " موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي نظريات الارشاد والعلاج النفسي ". دار غريب للطباعة

والنشر والتوزيع. 1994. ص: 14

² (نفس المرجع . ص: 15

³ (نفس المرجع السابق

3.7-التوجيه:

يعرّف التوجيه على أنه " .. المساعدة التي تقدم للأفراد لاختيار ما يناسبهم على أسس سليمة، و كذلك ليحقق التوافق في المجالات المختلفة للحياة .. و يشتمل التوجيه بشكل أساسي على إعطاء المعلومات "(1).

و من المعروف أن اصطلاح التوجيه كان يعطف في غالبية الأحيان على اصطلاح آخر و هو الإرشاد فيقال التوجيه و الإرشاد.

يستعمل الاصطلاح بكثرة في المجال التربوي و المهني و يقصد بالتوجيه التربوي التوجيه المدرسي الذي على أساسه يقوم الأخصائي في علم النفس التربوي أو المختص الاجتماعي بتوجيه التلاميذ و الطلبة لشعب و تخصصات تتماشى و قدراتهم على التحصيل المدرسي و يؤخذ بعين الاعتبار ميولهم الشخصي لتخصص ما.

أما التوجيه المهني، فكان الحاضن الأساسي لتخصص التوجيه ، حيث عمل أخصائيون نفسيون في أول الأمر على توجيه الجنود لمهن معينة بالجيش بعد ان استدعي هؤلاء المختصون لمساعدة قواد الجيش في الحربين العالمية الأولى و الثانية على اختيار الرجال الكفاء للعمل بدوائر متخصصة .

أما التعريف الاجرائي لهذا المصطلح فنقول أن التوجيه هو عملية تقديم المعلومات بطريقة مسؤولة و مدروسة لمن يطلبها بهدف مساعدته على اتخاذ قراراته الشخصية و لا يعني أبدا اتخاذ القرار عوض الشخص الطالب للمعلومة. و من أجل الوصول إلى هذا الهدف ، فعلى الموجه أن يكون ملما بالمعلومات الضرورية المفيدة التي تعطي للطالب نظرة شاملة و واضحة عما يبحث عنه و عما هو بحاجة اليه.

4.7- الإنترنت :

الإنترنت هي أوسع مجموعة من الشبكات المتعاونة التي تستخدم بروتوكول TCP/IP في التخاطب فيما بينها وهذا البروتوكول TCP/IP هو اختصار لكلمة Transmission Control Protocol / Internet Protocol ويأتي عنوان الشبكة أي ال IP على شكل أربعة مجموعات من الأعداد تفصل بينها نقطة مثلاً موقع www.aci.dz لها عنوان 193.194.86.194 : IP.

ما هي الشبكة؟

الشبكة هي مجموعة من أجهزة الحاسب متصلة بعضها ببعض.
وتنقسم شبكات الحاسب إلى نوعين :-

¹(محمد محروس الشناوي : " موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي.نظريات الارشاد والعلاج النفسي". نفس المرجع. ص: 26

1.4.7- الشبكة المحلية:

و هي ما هو متعارف عليه ب Intranet ويتم فيها ربط أجهزة الكمبيوتر بطريقة مباشرة باستخدام نوع من الكابلات.(Câbles)

أبسط صورة للشبكة المحلية هي اتصال جهازي كمبيوتر عن طريق وصلة التوالي باستخدام كابل.

ولكن لنفترض أن هناك شخصاً ثالثاً يريد الاتصال بهذين الجهازين في هذه الحالة يجب أن يكون لكل جهاز عنوانه الخاص به على هذه الشبكة حتى تستطيع بقية الأجهزة الاتصال به (أي الاتصال بعنوان الشبكة ال IP).

و تسمح الشبكات لمستعملي أجهزة الكمبيوتر بأن يشتركوا في استخدام المعدات الباهظة الثمن. وعلى سبيل المثال، قد يشكل تأمين طابعة لكل جهاز كمبيوتر شخصي في أحد المكاتب عبئاً مالياً كبيراً ولكن من خلال شبكة محلية بسيطة، يمكن لكل جهاز كمبيوتر الوصول إلى الطابعة المشتركة.

كما تتيح الشبكات المحلية الفرصة للمستعملين بأن يشتركوا في استعمال البرامج، والتخاطب أو التراسل عبر الشبكة ونقل الملفات من جهاز كمبيوتر إلى آخر ويمكن تجهيز المكاتب الكبيرة أو مباني المكاتب بأكثر من شبكة محلية (استعمال انترنت 020 0).

2.4.7-الشبكات واسعة المدى

وهي تنتج من ربط عدة شبكات محلية ببعضها من خلال خطوط التليفون أو بواسطة القمر الصناعي Satellite أو الميكروايف microwave.

تملك بعض الشركات الكبيرة مكاتب في مدن أو مناطق عدة (ضمن البلد الواحد). وفي حال وجود شبكة محلية في كل مكتب من مكاتبها، يمكن للشركة أن توصل تلك الشبكات معاً لتكوّن شبكة واحدة واسعة المدى ويسمح هذا النوع من الشبكات بتبادل المعلومات بين مدينة أو منطقة وأخرى. ولكي ترتبط عدة شبكات محلية لتكوّن شبكة واحدة واسعة المدى لا بد أن تتصل كل شبكة من هذه الشبكات المحلية لأقرب مدخل لها.

اذن ، الانترنت ما هي الانوع من الشبكات واسعة المدى.

شبكة الإنترنت تصل بين مجموعة كبيرة من الشبكات المحلية والشبكات واسعة المدى وفي كل شبكة من هذه الشبكات ملقم أو (خادم Seveur) مخصص للقيام بمسئولية الاتصال بين شبكته المحلية وشبكة الإنترنت ، وعندما تنتقل من موقع إلى موقع على شبكة الإنترنت فإنك في حقيقة الأمر تنتقل من الاتصال من ملقم إلى آخر.

5.7- الوب Le Web:

الوب Web اختصار ل World Wide Web ويعني الشبكة العنكبوتية العالمية ويرمز به من خلال عناوين المواقع بـ W W W . وهو التطبيق l'application الأكثر شهرة في شبكة الانترنت من بين تطبيقات كثيرة كالـ ftp و Veronica.

لإمكانية استعمال الوب ، يجب أن يتوفر لدى المستخدم في حاسوبه برنامج ابحار وما يسمى ببَحَّار الشبكة Browser ou Navigateur.

ان البَحَّار Browser ou Navigateur هو برنامج يسمح بقراءة ملفات تسمى Hyper Textes وهي عبارة عن ملفات تحتوي في نفس الوقت على نصوص ورموز ورسوم أو تخطيطات إلى آخره.

بفضل هذه الطريقة يمكن للمستخدم أن يلقي نظرة على ملف غني بالصور ، أو يمكن له أن يسمع قطعة موسيقية ومشاهدة صور على شاشة حاسوبه في نفس الوقت.

ان نجاح الوب يرجع إلى سهولة استعماله K والوب هو في حقيقة الأمر نظام معلومات تخطيطية يرتكز على ارتباطات تشعبية Hyper liens وهي وسيلة انتقال ما بين الملفات Hyper texte هذه الارتباطات هي التي تسمح بالتنقل من موقع إلى آخر عبر شبكة الانترنت.

6.7- الارتباطات التشعبية Liens hypertextes :

في سنة 1989 قام كل من المهندسين روبييرت كايو Robert Cailliau وتيم برنرز لي Tim Berners-Lee من سرن Cerne باختراع هذه الطريقة.

ويساعد الارتباط التشعبي (أو المحول) على بلوغ معلومة ما عن طريق النقر على عنوانها ، فمثلا عندما يجد المستخدم للانترنت نصا مكتوبا بالأزرق مسطر عليه فإن هذا النص يمثل عنوان المعلومة التي يريد الاطلاع عليها. وبمجرد النقر على هذا النص الأزرق تفتح على شاشة الكمبيوتر نافذة أو صفحة جديدة بها نص المعلومة المختارة مثل رياضة ، علوم ، وتسمى بالارتباطات التشعبية. ولقد أعطي لها هذا الاسم لكثرة تشعبها.

وهناك نوعان من الارتباطات التشعبية: الارتباطات الداخلية والارتباطات الخارجية. ونقول على الارتباط أنه داخلي إذا كان داخل موقع واحد حيث يربط بين صفحات الموقع الواحد ويسمح بالتنقل السريع بين الصفحات أما الارتباط الخارجي فان انقر عليه ينقل المستخدم من موقع إلى موقع آخر.

7.7- الموقع Site web :

الموقع هو عبارة عن صفحات شبكية متصلة بعضها ببعض في حيز واحد مخصص لبنائه. هذه الصفحات هي عبارة عن ملفات fichiers مختلفة منها ملفات مكتوبة واخرى ملفات عبارة عن صور أو ملفات صوتية يتم ترتيب كل هذه الملفات بحيث نبني صفحة إلكترونية بها ارتباطات تشعبية. ومجموع الصفحات تكون لنا موقعا.

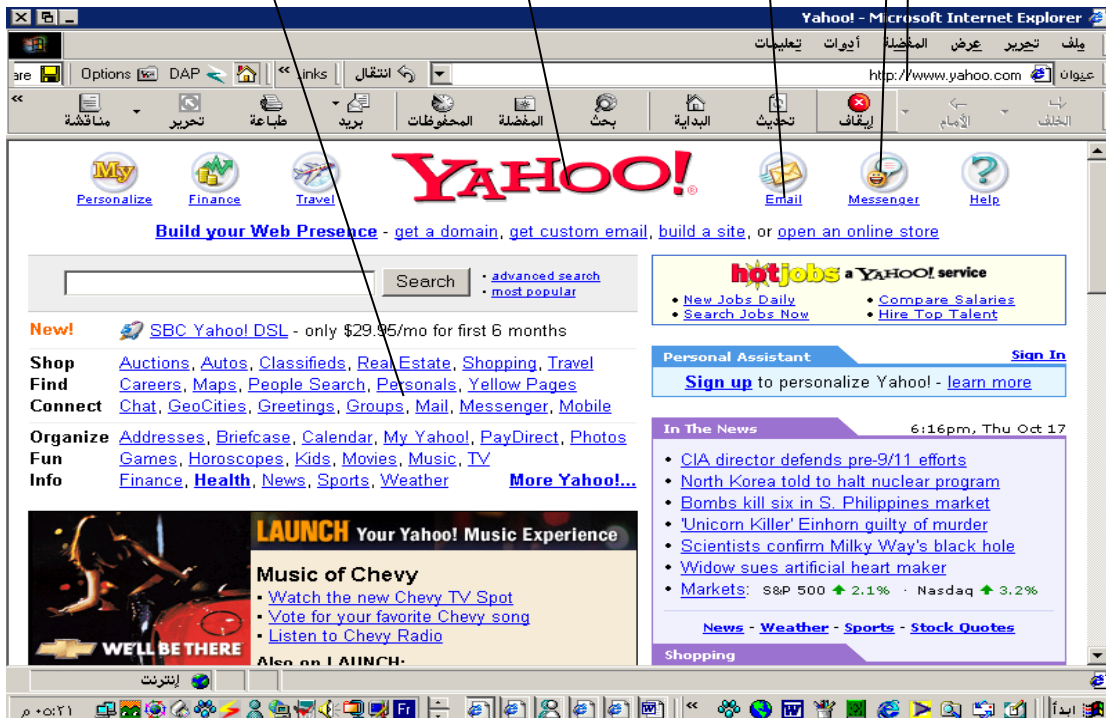
للموقع خصائص منها أن لكل موقع اسم خاص به وكذا عنوان إلكتروني يتم

تحميله (télécharger/ download) وتحميل الموقع أو الملف يعني جلبه إلى الموقع عادة اسما دالا على محتواه مثل psych بنته الباحثة لأحدى الاطباء العقلين . وموقع ياهو المعروف www.ifrance.

جيدا من طرف الانترنتيين
أيقونة المحادثة الإلكترونية
Icône du chat yahoo
أيقونة البريد الإلكتروني
Icône Email Yahoo
عنوان موقع ياهو
Titre du site Yahoo

ارتباطات تشعبية
Liens du site Yahoo

عنوان موقع ياهو على الانترنت
Adresse du site Yahoo



8.7- البريد الإلكتروني Email:

هو خدمة عبر الإنترنت يُسمح من خلالها لأي مستخدم لشبكة الإنترنت بإرسال رسالة لأي مستخدم آخر على نفس الشبكة. ويمكن لمستخدم البريد الإلكتروني أن يلحق برسائله أي ملف يريد إرساله. ومن الممكن بعث نصوص عبر البريد الإلكتروني وأيضا ملفات أخرى: صور، تخطيطات، فيديو، صوت، برامج الخ...

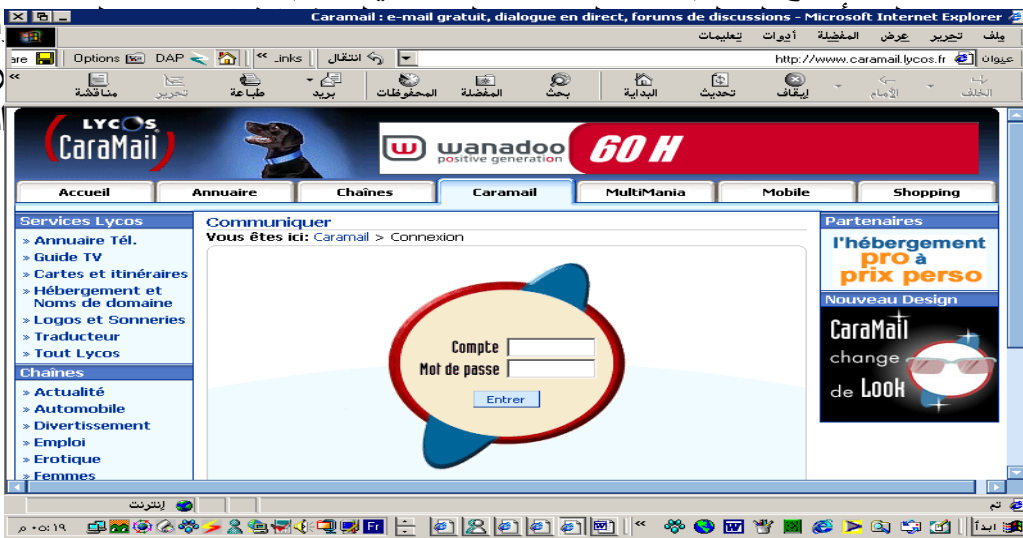
يستطيع أي شخص ما ان يحدد عنوانا خاصا لبريده الإلكتروني يتكون من اسم حساب الشخص على الشبكة الواصلة على الإنترنت مضافاً إليه علامة @ او ما يسمى اروباس (Arobas) مضافاً إليها اسم الشبكة فمثلاً إذا كان هناك مستخدم اسمه "عمر" له حساب على شبكة hotmail.com بإسم Omar فإن عنوانه الإلكتروني على شبكة الإنترنت هو Omar@hotmail.com

اذن فعناوين البريد الإلكتروني هي مجموعة حسابات مفتوحة بأسماء اصحابها سواء كان الاسم حقيقيا او مستعارا. وتضم العناوين إلى بعضها على شكل دليل للعناوين .Annuaire

ومن الإيجابيات الرئيسية للبريد الإلكتروني E_mail مقارنة بالبريد العادي هو سرعة الارسال والاستلام حتى أن البريد العادي يلقب حالياً بالبريد الحلزون snail ./mail/ courier escargot

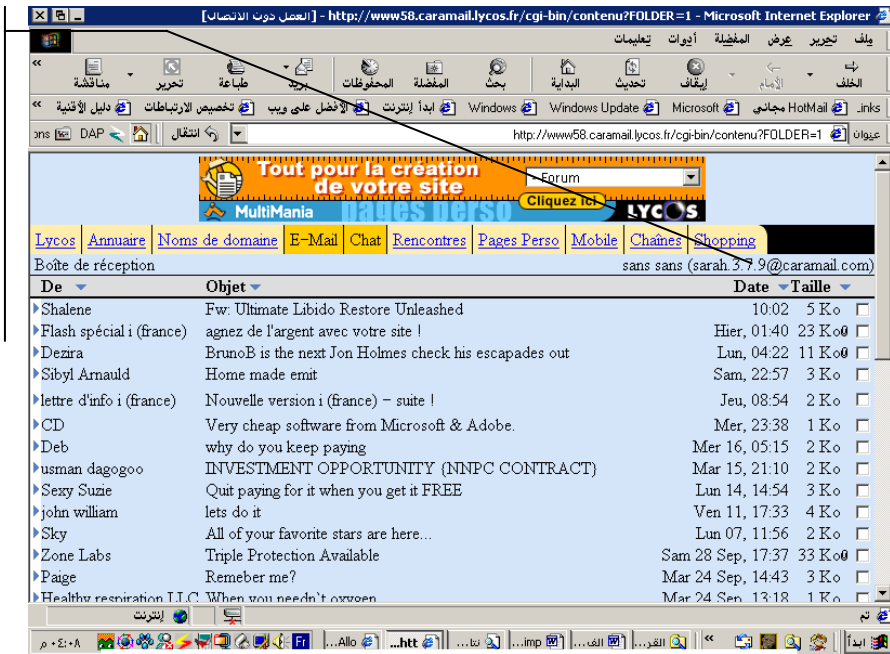
ان الرسالة الإلكترونية تستطيع أن تصل إلى أي مكان في العالم خلال ثوان أو دقائق معدودة، حتى أنه ليس بالضرورة أن يكون المرسل إليه حاضرا أثناء استلامها كما أن هذا الأخير يستطيع استلام كل رسائله أينما كان في العالم، حتى أنه غير مرغم على

يده من التو
ر
راميل
لمحمول



الشكل رقم 2 :موقع كاراميل سنة 2005

عنوان الباحثة
الالكتروني
Sarah379@
caramail.
com



شكل رقم 3 : صندوق البريد لكتروني لموقع Caramail

9.7-المحادثة الالكترونية Chat

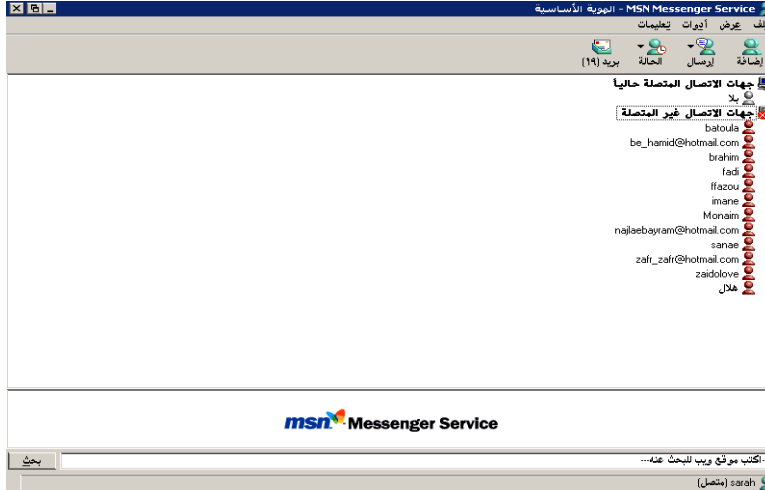
المحادثة عبر الإنترنت هي خدمة تقدم لجميع مستخدمي الإنترنت بحيث يمكن للمستخدمين المتواجدين في نفس الوقت على شبكة الإنترنت أن يحادث بعضهم بعضا وذلك من خلال الدخول على قنوات للمحادثة في موضوعات مختلفة ويمكن لأي مستخدم أن ينشئ قناة للمحادثة في موضوع معين ثم يضم بعض المستخدمين للحديث معه في نفس الموضوع (استعمال انترنت 2000)

والتسمية الصحيحة لهذا النوع من الخدمات هو (Internet Relay chat) واختصاره IRC . تكون المحادثة على الخط على الشكل التالي:

عند اتصال المستخدم بخدمة المحادثة في موقع ما ، يرى أمامه قائمة من أسماء المستخدمين ومن القناة او القاعة التي يتواجد بها فإنه يختار اسما عن طريق النقر عليه ثم يدخل في محادثة كتابية شخصية مع صاحب الاسم سواء في قاعة عامة او ما يسمى بـ

un salon de discussion وهي تضم عددا كبيرا من المستخدمين يتحدثون فيما بينهم. اما الاتصال بقاعة خاصة فيقوم المستخدم بالاتصال بفرد واحد فقط يتحاور معه من خلالها كتابيا (Dico2001).

تتم المحادثة عن طريق مواقع مختلفة مثل www.caramail.com و www.ifrance.com او عن طريق برامج الشات / ICQ / MSN Messenger، Yahoo Messenger/ Odigo



المجموعات

الشكل رقم 4 : برنامج المحادثة مسنجر MSN

-10.7

الاخبارية

Messenger

:Newsgroup

المجموعات الإخبارية هي خدمة منتشرة يقدمها الإنترنت ويمكن أن يُنظر إليها كنظام للبريد الإلكتروني، ولكن بدلاً من أن يرسل مستخدم الإنترنت رسالة لمستخدم آخر بالتحديد، فإنه يرسل رسالته إلى إحدى مجموعات المناقشة التي تهتم بموضوع معين بحيث يمكن لكل المشتركين في هذه المجموعة قراءة رسالته وبالمثل هو أيضاً قادر على قراءة كل الرسائل المرسلة إلى هذه المجموعة وتخصص كل شبكة واصلة على الإنترنت ملقماً أو خادماً للمجموعات الإخبارية ليتمكن كل المشتركين على هذه الشبكة من قراءة المجموعات الإخبارية وإرسال الرسائل والمقالات من مستخدميها إلى مجموعات إخبارية أخرى.

و تشكل الملقمات فيما بينها والخاصة بقراءة المجموعات الإخبارية ، الشبكة العالمية للمجموعات الإخبارية Usenet وتحوي شبكة Usenet أكثر من 16000 مجموعة إخبارية كل منها يهتم بموضوع معين في مجال معين مما يتيح لمستخدم الإنترنت الاطلاع على آراء ومقالات ومناقشات في كافة الموضوعات التي تهتمه.

11.7- على الخط / خارج الخط :

ان مفهوم "على الخط" en ligne /online يعني وجود اتصال بين المودم Modem ونظام آخر للاتصال . و المودم وهو جهاز اتصال يصاحب الحاسوب ويسمح بارسال واستقبال المعطيات معلوماتية بواسطة خط هاتفي من ثم يستطيع المستخدم بعث واستقبال فاكسات، معطيات، رسائل الكترونية واستعمال انترنت ... وهناك نوعان من المودم:

- المودم الداخلي : و هو على شكل بطاقة الكترونية تتركب داخل الحاسوب.
- مودم خارجي : وهو جهاز بحد ذاته يتصل بالحاسوب عن طريق خيط خارجي). واستعمال المودم هو ضروري للدخول لشبكة الانترنت لمنه ليس الوسيلة الوحيدة.

اذن، كلما كان المودم "على الخط" على المستخدم ان يدفع القيمة الهاتفية taxé téléphonique وعلى العكس فإننا عندما نستعمل العبارة "خارج الخط" ففي هذه الحالة الأخيرة لا يوجد ارتباط بين المودم والنظام الهاتفي ومن ثم لا يوجد اتصال بشبكة الانترنت ولايستعمل الخط الهاتفي ولا ندفع أي قيمة هاتفية.

وحتى يقوم المستخدم باقتصاد على فاتورة الهاتف، فإنه يستطيع استعمال بعض المواقع " خارج الخط " مثل كتابة الرسائل وعرضها باستعمال برامج مختصة في ذلك ندرج أهمها وأكثرها انتشارا برنامج ميكروسوفت أوت لوك Microsoft Outlook الذي يصاحب برنامج ميكروسوفت ويندوز Microsoft Windows أما في حالة وجود اتصال " على الخط " ، فبواسطته يتم بعث الرسائل والتوصل بأخرى بسرعة فائقة وتحميل أوتوماتيكي للرسائل الخاصة بصناديق الكترونية مختلفة (والصناديق الالكترونية Boites électroniques هي موضع يتم فيه جمع الرسائل الالكترونية) .

كما أنه يمكن للمستخدم أن يقوم بتحميل مواقع كاملة "على الخط" بواسطة برنامج خاص مثل Aspiweb و Webcopier وتسجيلها بالقرص الصلب الخاص بالكمبيوتر ثم لا يبقى له الا الاطلاع على الموقع بعد وقف الاتصال بشبكة الانترنت حيث يكون الموقع مسجلا لديه بالقرص الصلب الخاص بحاسوبه.

12.7- ملقم الشبكة Le Serveur :

هو أي جهاز على الشبكة المحلية يقوم بخدمة متخصصة لجميع الأجهزة المتصلة بالشبكة فمثلاً لو خصص جهاز على الشبكة لطباعة الوثائق فإنه يعتبر ملقم الطباعة بالنسبة لهذه الشبكة، وكذلك يتم تخصيص جهاز على الشبكة للاتصال بشبكات أخرى فهو في هذه الحالة ملقم اتصال (استعمال الانترنت 2000).

اذن فالملقم هو مجموعة من النظم المعلوماتية التي تتصل ببعضها البعض عبر شبكة اتصال ويمكن للشبكة المعلوماتية أن تكون محلية أو واسعة المدى.

13.7-العداد الالكتروني Compteur électronique:

العداد هو برنامج معلوماتي يسمح بحصر عدد المتصفحين لموقع ما. ان استعمال العداد في الموقع يسمح أيضا بالتعرف على شعبية الموقع بحيث أن تسجيل كل دخول على الموقع وحصر ذلك يعطي للمستخدم فكرة عن مدى استغلال كل صفحة من الموقع عبر الانترنت.

004652
Bravenet.com

الشكل رقم 5 : عداد الكتروني

الفصل الثاني

نشأة الحاسب الالكتروني و تاريخ المعلوماتية

نظرة تاريخية عن نشأة الحاسب الالكتروني وأهميته

تاريخ المعلوماتية و الانترنت

تطور انواع الاتصال عبر الحاسب الالكتروني

ايقيرفأ ربع نترنتلا راشتنا

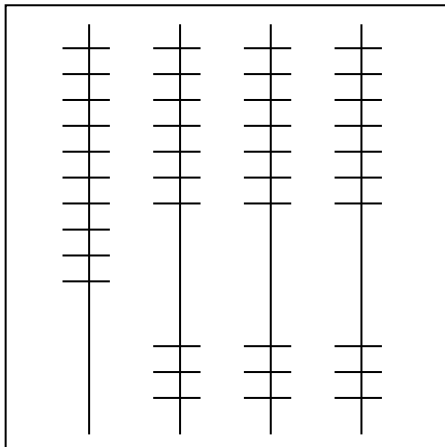
رنازجلا في نترنتلا راشتنا

الفصل الثاني نشأة الحاسب الالكتروني و تاريخ المعلوماتية

قبل ان نتطرق الى موضوع الانترنت ، من الضروري ان نتعرّف على الحاسب الالكتروني وتاريخ اختراعه و ايضا تاريخ المعلوماتية و هذا حتى نتتبع تطور هذه الالة واستعمالاتها في الماضي و في الحاضر.

1 . نظرة تاريخية عن نشأة الحاسب الالكتروني وأهميته

لم يكف الانسان منذ أن وجد على الارض و على مدى قرون عديدة على البحث عن أدوات تعينه على اجراء العمليات الحسابية بسهولة و يسر و بسرعة اكبر و دقة اكثر . ويعتبر المعداد Abacus من وجهة النظر التاريخية- و الذي ظهر في القرن السادس قبل الميلاد- من اول ادوات الحساب الحقيقية . ولقد وجد المعداد بأشكال مختلفة في كثير من الثقافات ، و مازال يستخدم في بعض المجالات الى يومنا هذا .



الشكل رقم 06 : شكل مبسط لمعداد يبين العدد 9

و لم تتحسن هذه الادوات الاساسية لقرون عديدة، و لكن بحلول القرن السابع عشر بدأت تظهر اختراعات و ابتكارات عديدة و متنوعة .

يرجع إختراع أول آلة حاسبة فعلية الى الرياضي الفرنسي "بلاز باسكال Pascal" عام 1942 الذي اكتشف المتتاليات العددية. حاول "بلاز" ايجاد طريقة لتمثيل الارقام حتى يتمكن من القيام بعمليات حسابية اساسية، فأخترع انذاك سلسلة من العجلات بعشرة اسنان، كل سن يمثل رقما من الصفر الى تسعة، وما ان تدار العجلات المسننة حتى تتم عملية الجمع و الطرح (نبيلة شكيراد 2001).

وفي عام 1617 استطاع "ليبنز Leibniz" أن يخترع آلة أكثر تقدما حيث تسطيع الجمع والطرح و الضرب و القسمة و استخلاص قيمة الجذور التربيعية. و كان ذلك بداية لصنع الآلات الحاسوبية.

و لقد حدث تطور آخر اكثر اهمية خلال القرن الثامن عشر، حيث اخترعت الانظمة التي تستعمل الكروت المثقوبة و ذلك لتشغيل الطواحين. و يرجع فضل هذا الاختراع الى الباحث "جوزيف جاكوارد Joseph Jacquard" عام 1801. و لقد رأى احد علماء الرياضيات امكانية تخزين البيانات على كروت مثقوبة و هو الانجليزي "شارلز بابيج Charles Babbage". ثم جاء "هرمان هوليرث Herman Hollerith" في اواخر القرن التاسع عشر، و أضاف الكارت الكهربائي القارئ الى عملية التعامل بالبيانات. ولقد استخدم نظامه في عمل جداول للتعداد السكاني عام 1890 بأمریکا.

و لقد استمرت الحاسبات الكهروميكانيكية في الميدان من عام 1925 حتى منتصف عام 1940 حين بلغت الذروة في اول كمبيوتر تم اكتماله بواسطة جامعة "هارفارد Harvard" الأمريكية عام 1933، و لقد بدأ قبل ذلك العمل في أول كمبيوتر الكتروني المعروف بإسم ENIAC.

لقد استمرت النظرة للكمبيوتر على انه آلة حسابية ضخمة. وسيطرت هذه النظرة على صناعة الحاسب الالكتروني في السنوات العشر الاولى على تواجده، ثم ما لبثت ان ظهرت المزايا الاكثر تعميما للكمبيوتر ، كمعالج للمعلومات و كأداة تحكم الكترونية.

و ساعد هذا التغيير على البدء في العديد من التطبيقات التي يستخدم فيها الحاسب الالكتروني، و في حقيقة الامر، فإن الطرق التي يؤثر بها الحاسب الالكتروني على حياتنا تكاد تكون خيالية ، وبرغم ذلك فإن هذه الحقيقة لم يدركها العديد منا بعد(فوزي طه ابراهيم ورجب احمد الكلزه 1999).

تاريخ المعلوماتية و الانترنت 2 .

المعلوماتية Informatique هي كلمة مستحدثة تضم كلمتين معلومة و اوتوماتيك automatique ، و هي تشير الى العلم الذي يهتم بتحضير و معالجة المعلومات (ادخال المعلومة، ارسالها، فرزها، تحويلها، تخزينها الخ...)

لا تزال الانترنت في مهد نشأتها و قد ابتدأت كمجموعة صغيرة من مؤسسات وجامعات امريكية كانت تعمل في الابحاث العسكرية و تقع في اماكن متباعدة و احتاجت يوما الى تبادل نتائج ابحاثها عبر الحواسيب.

في الثمانينات، انشأت المؤسسة الوطنية للعلوم National science Foundation شبكة توصل مراكزها الكومبيوترية الخمس ببعضها البعض. و شكلت هذه الشبكة الخاصة التي دعيت NSFNET و كانت حجر الاساس للانترنت بالولايات المتحدة الأمريكية.

و مع تزايد الطلب على الشبكات الحاسب الالكترونية، عمدت الجامعات و الدوائر الحكومية الى تشكيل تعاونيات محلية من الشبكات الحاسب الالكترونية ثم وصلها بشبكة NSFNET و تعمل الشبكات التعاونية كوصلة ربط بين المؤسسات المحلية الصغيرة و الانترنت . ويستفيد الطلاب و موظفو تلك المؤسسات من قدرات الانترنت فيما يخص تبادل الرسائل الالكترونية و كافة انواع المعلومات الاخرى.

و مع توسعها المتواصل، استقطبت الانترنت المزيد من الناس، مما سّرع وتيرة نموها.

بينما كانت الولايات المتحدة الأمريكية تطور شبكاتها الالكترونية المحلية والوطنية، كانت الدول الاخرى تخوض التجربة نفسها.

و لقد شهدت الثمانينات بداية التواصل بين شبكات الدول المختلفة. و في كل سنة يلتحق المزيد من الدول بالانترنت سعياً وراء الاستفادة من مواردها و المساهمة فيها.

ارتقت الانترنت الى مجمع عالمي شامل من الشبكات المترابطة. و تتحمل كل شبكة محلية تكاليف اجهزة الحاسوب الخاصة بها، و تقوم بتسيير رسوم توصيلها بالشبكة الاوسع منها عن طريق مودم Modem او سائل Satellite او كابل Cable و هكذا، تأخذنا تلك العلاقات التعاونية المتدرجة الى الطريق العام الوطني للبيانات- مثل NSFNET في الولايات المتحدة الأمريكية.

ليست الانترنت الشبكة الالكترونية الوحيدة في العالم. فهناك ايضا الشبكات التجارية العالمية مثل C.I.S و CompuServe و America OnLine هذه الشبكات تملكها شركات خاصة. و هي كالانترنت يستخدمها الناس حول العالم.

كان مستعملو الانترنت حتى منتصف التسعينات ، يُعتبرون من رواد مكتشفي تلك المجالات الالكترونية الواسعة، و هو الامر الذي حث المبتدئين على اختبار امكانيات الانترنت و اكتشاف مختلف استعمالاتها. فهناك كنوز من المعلومات المفيدة و فرص كبيرة للتعرف على أناس يسعون جاهدين الى التوطن في هذه البلاد الالكترونية الجديدة.

في سنة 1968 نشرت فرقة البحث "أربا" ARPA التي كانت تابعة لوزارة الدفاع الأمريكية اعلان مناقصة و كان هذا الإعلان خاصاً بربط الحواسيب الموجودة في أربع نواح متفرقة من أمريكا تسمح لشبكة الحواسيب ان تستمر في العمل حتى في حالة هجوم نووي.

من بين مصممي هذا النموذج الجديد "فينتون سرف" Fenton Serve و هذا النموذج سمح للنظام الاتصال بطريقة خاصة حيث تُبعث الرسالة عبر حاسوب على شكل

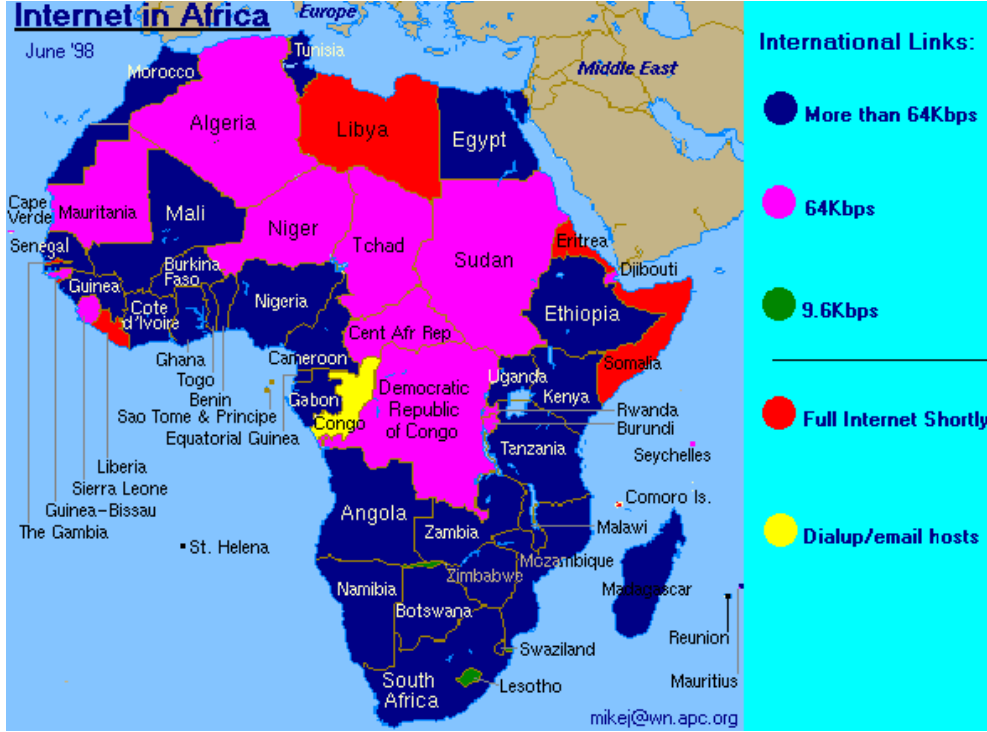
مجموعات صغيرة من المعلومات، و تأخذ هذه المجموعات طرقا متفرقة و تصل كلها لمكان ما ، حيث تُجمع بطريقة خاصة لتكوّن من جديد الرسالة الاصلية كاملة.

3-تطور أنواع الاتصال عبر الحاسب الالكتروني

إن ظهور تكنولوجية جديدة خاصة بالإعلام خلال العشرية الأخيرة. مكن من انتشار هذا النوع من التكنولوجيا حول العالم بثمان معقول. كما أن التطور التكنولوجي أثر أساسا على العمليات المحلية والشخصية في الأقسام والمخابر والعيادات النفسية. إن التكوين المتواصل على استعمال انترنت ضاعف من عدد الشبكات المحلية والحواسيب ومن ثم تكونت "قرية جماعية" أين استطاع أشخاص وأمم أن يتفاعلوا "على الخط online/ en ligne" بطريقة سهلة (2004 [Azy Barak](#)).

« إن استعمال الحاسوب كوسيلة اتصال أصبح شيئا روتينيا وجزءا عاديا من العمليات اليومية سواء على المستوى التجاري أو التربوي أو الترفيهي، وهذا باستعمال وسائل كالبريد الإلكتروني e_mail / Couriel والحوار الجماعي مثل الأخبار الجماعية Newsgroups/ Forums والملققات ، والمراسلة المباشرة عن طريق النصوص المكتوبة مثل قاعات المحادثة Chat rooms/ salons de Tchache وأيضا المحادثة الصوتية (الهاتفية Téléphonie /Telephony) والاتصال وجه لوجه عن طريق الفيديو conférences vidéo / video conferencing الذي يستعمل كناقل للصوت والصورة لكل المتحدثين بينهم مما يجعلهم في اجتماع عبر الانترنت.

إن التطور ونجاح التجارة خلال المساعدة عن بعد Multimedia aid وكذا الطب عن بعد Telemedicine، والتدريس عن بعد téléducation كل هذا خلق تطورا متواصلًا، وتحفيزا ذاتيا حول "الدائرة السحرية Magic circle"، ويقصد بالدائرة السحرية، الدائرة التي يدخل داخلها الشخص كل ما يحتاج اليه من وسائل تربوية وترفيهية وعلاقات اجتماعية واهداف مرجوة الخ . وهذه الدائرة هي الوسط الذي بدأ يعيش فيه الأشخاص عبر الانترنت.



خريطة رقم 1 : الاتصال الشبكي عبر قارة افريقيا سنة 1998

انتشار الانترنت عبر إفريقيا-4

تعتبر هذه الخريطة عن سرعة اتصال أجهزة الحاسب الالكتروني بالملقم الاساسي و هذا سنة 1998 حيث كان الاتصال بالشبكة يبلغ 64 كيلو بايت kbps (kilo byte per second كيلو بايت في الثانية و البايت هو الوحدة الاساسية لقياس سرعة الاتصال والبايت أو octet هي وحدة المعلومات متكونة من ثمانية bits و ال bit هو اختصار لمصطلح binary digit أي الرقم الثنائي، و يأخذ القيمة 0 أو 1 . و bit هو أصغر وحدة للمعالجة اليدوية لمعلومة عن طريق الحاسب الالكتروني و يقاس حجم الذاكرة و قدرة تخزين الحاسب الالكتروني عادة بالكيلوبايت (المصطلح الانجليزي) او الكيلواوكتي (المصطلح الفرنسي)).

و في سنة 2003 بلغت هذه السرعة 330000 كيلوبايت في الثانية بعد تسريع الاتصالات و تحسين الخدمات الهاتفية بالانتقال من النظام analogique إلى النظام الرقمي numérique.

انتشار الانترنت في الجزائر 5-

بعد الاطلاع على بعض الصحف و المجلات المكتوبة و الالكترونية، اتضح لنا أن الجزائر لم تدخل مجال الاتصال الشبكي العالمي الا متأخرة بالمقارنة مع جاراتها تونس والمغرب، حيث أن أول ملقم استعمل من طرف CERIST سنة 1993 و بقي هذا المجال مغلقا حتى سنة 1997 حيث بدأ توزيع خطوط الانترنت . و الملاحظ ان تطور الانترنت لم يكن محسوسا الا هذه السنة و ذلك كالتالي:

بث تقرير في 04 نوفمبر سنة 2006 جاء فيه أن وزع 10.000 خط مما مكن من اعطاء فرصة ل 100.000 عميل للاتصال بالانترنت ، فنشأت 4046 مقهى انترنت بنفس السنة و ازداد 34 ملقما بالوطن مما أعطى فرصة ل 1.500.000 شخص بالجزائر ان يكون لديهم خط انترنت بالمنزل . كما قامت مصالح الاتصال بربط 3023 مركز للبريد والمواصلات من اصل 3282 في كامل التراب الوطني.

كما بث تقرير آخر في 17/11/2006 يعطي الارقام التالية :

يفوق عدد مستعملي الانترنت بالجزائر 03 ملايين شخص منهم 700.000 يستعملون تقنية ADSL التي دخلت الى الجزائر في 22 نوفمبر 2003 و يوفر حقل الانترنت 120.000 منصب عمل بالوطن.

و من هنا للعام القادم، ستدخل التجارة الجزائرية عالم الانترنت عن طريق التجارة الالكترونية E-commerce .

و حسب تقرير المنظمة العالمية المتحدة ، فإن الجزائر تحتل المرتبة الرابعة من حيث الحكومات الالكترونية في المغرب العربي حيث أن الكثير من الشركات الحكومية تتعامل بالانترنت مثل مركز البريد و المواصلات على عنوان www.poste.dz . وتحتل الجزائر المرتبة التاسعة من بين 173 دولة مسجلة حيث تملك 7.1 حاسوب لكل

ألف شخص بالمقارنة مع المغرب 13.7 حاسوب لكل ألف شخص و تونس 26.3 حاسوب لكل ألف شخص. و مع ظهور شركة "أسرتك OUSRATIC" سنة 2005 التي سهلت مهمة اقتناء الحواسيب حيث جعلت اقتناءها عن طريق الدفع بالتقسيط ، فإن عدد الحواسيب الشخصية سيتضاعف و لاشك.

و في هذه السنة أيضا، ابرمت اتفاقية جزائرية امريكية تنص على تطوير مجال الاتصال الشبكي بتخفيض قيمة الاتصالات و تسريع حركتها haut débit .

كما انه في هذه السنة ايضا ، بدأت الجزائر باستعمال بروتوكول WIMAX (world wide interoperability for microwave Access) لبث المعلومات على الانترنت بسرعة 70 ميغابايت/ثانية و هذه تعد قفزة نوعية حيث أن هذه السرعة تفوق بمئة مرة سرعة بروتوكول ADSL الحالي.

الفصل الثالث

الارشاد النفسي و التوجيه عبر الانترنت

أهم العوامل المساعدة على نشأة
الإرشاد النفسي وتطوره

ماهية الإرشاد النفسي

دور المرشد النفسي

ماهية التوجيه

تاريخ علم النفس عبر الانترنت

أنواع الخدمات النفسية عبر الانترنت

البريد الالكتروني و استعماله للتدخل
أثناء الأزمات النفسية

أخلاقيات استعمال الانترنت

الفصل الثالث

ماهية الإرشاد النفسي و التوجيه عبر الانترنت

توجد الكثير من التخصصات تعرف بمصطلح "مهنة المساعدة" professions
d'aide. هذه الأخيرة تهدف الى مساعدة الأشخاص على حل مشاكلهم اليومية سواء أكانت

مشاكل اجتماعية أو عائلية أو زوجية أو مشاكل بالعمل. ومن بين هذه التخصصات، الإرشاد النفسي. والإرشاد مجال ينتسب الى علم النفس التطبيقي.

1-أهم العوامل المساعدة على نشأة الإرشاد النفسي و تطوره

الحياة مقسمة إلى حياة مادية وحياة معنوية ، وكلاهما يسيران جنباً إلى جنب. وكما تقدمت الأزمنة كلما تعقدت هذه الحياة ، وعموماً، في عصرنا هذا يقول الكثير أن الحياة أصبحت لا تطاق من الناحية المعنوية. فإذا كانت الحياة المادية تسير بخطوات سريعة فإن الحياة المعنوية عكسها تماماً ، وهذا ما أوجد الفجوات بينهما .. وكما حدث تطور في الحياة المادية بواسطة العلوم الدقيقة كلما كبر الفراغ بين الجانبين. من ثم أصبح الجانب المعنوي للحياة العامة عرضة لصددمات الحياة المادية وتتمثل هذه الصدمات والمخاطر في كثرة المشاكل التي يعاني منها الفرد في الجانب المعنوي. وتتصّب مشاكل الفرد على ثلاث جوانب في الحياة المعنوية:

- الجانب الاجتماعي
- الجانب الإنمائي والتربوي
- الجانب النفسي

ولما أصبحت هذه الجوانب من شخصية الفرد معقدة، انعكست بدورها على أنشطته وسلوكاته في المجتمع وفي الميادين التي يعيش فيها. ونصنف هذه الميادين الى ثلاثة أصناف كبرى:

- -الميدان الصحي
- - الميدان المهني
- - الميدان الاجتماعي التربوي

هذه الميادين الثلاثة الكبرى يكون فيها الفرد عادة ناجحاً وفي نفس الوقت يشعر بالاطمئنان داخله. ولكي يكون كذلك لابد من أن يتخلص من المشاكل المادية والمعنوية.

وليقوم أخصائي نفسي بمهمة مساعدة الفرد على التخلص من هذه المشاكل ،عليه امتلاك أساليب ووسائل لدراسة حاجيات الفرد ومعاناته لتلبية طلباته. اذن، لا بد للمتخصصين أن تقوموا بالبحث عن تلك الأساليب والوسائل والأدوات. ومن بين هذه العلوم التي تخصصت في هذا المجال علم النفس وعلم الاجتماع بصفة خاصة والعلوم الإنسانية بصفة عامة في مقابل العلوم المادية الأخرى. فإذا كان الطب العام اقتطع لنفسه معالجة الجوانب الجسمية، فإن الطب النفسي اقتطع لنفسه معالجة الأمراض النفسية العقلية والتربوية الاجتماعية، فكان على علماء النفس الاجتهاد في البحث عن الوسائل والأساليب والتي يلبون بها طلبات الناس لمعالجة مشاكلهم النفسية والمهنية والتربوية الاجتماعية والسلوكية. فالعامل الصحي دفع بعلماء النفس المرضي والعلاجي وعلماء الطب النفسي عموما للبحث والدراسة بهدف تصميم أدوات تشخيصية وتحليلية ووسائل تساعد على ذلك. فكثرت العيادات النفسية لازدياد الحاجة للإرشادات والتوجيهات النفسية، كما ازدهرت أدوات التشخيص كالاختبارات النفسية الإسقاطية منها والمهنية.

من الملاحظ أنه يوجد تداخل كبير بين المجالات التالية:

- علم النفس الإكلينيكي
- علم النفس الإرشادي
- علم النفس المدرسي

و هذا التداخل يأتي من تداخل الوظائف بين الأخصائيين في المجالات الثلاث حيث لايجري التمييز بينهم الا على أساس المؤسسات التي يعملون بها. و الجدير بالذكر، أنه كلا من علم النفس الإكلينيكي و علم النفس الإرشادي يزداد توجههما نحو الانتقائية.

-2 ماهية الإرشاد النفسي:

1.2-مختلف التعريفات للإرشاد:

ما هو الإرشاد؟ انه مفهوم في رأي بعض الباحثين وتعريف إجرائي لعملية المساعدة الإنسانية في رأي البعض الآخر .

لقد ارتكزت بعض التعريفات على العلاقة الإرشادية ودور المرشد ، و أخرى على العملية الإرشادية نفسها ، وقامت فئة ثالثة من الباحثين بتعريف الإرشاد من ناحية النتائج

المحصل عليها من هذه العملية او العلاقة. بالتالي، سنعرض مجمل هذه التعريفات ونحاول في الأخير إعطاء تعريف إجرائي شامل.

1.1.2-تعريف جوستاد (1952) Gustad

لقد راجع جوستاد كل التعريفات المعطاة لمفهوم الإرشاد عام 1952 ثم قام بتصنيفها الى ثلاث جوانب:

- وجود شخصين في العملية الإرشادية : المرشد وهو متخصص والشخص المسترشد وهو صاحب المشكل .
- من الأهداف تحسين التوافق والأداء الأفضل للوصول إلى سعادة أكبر .
- الإرشاد هو احد الجوانب التعليمية في الحياة.

واقترح جوستاد تعريفا للإرشاد أقامه على الأسس الثلاث التي قمنا بذكرها وجاء تعريفه كالتالي:

" الإرشاد هو عملية موجهة تعليميا ، تتم في إطار بيئة اجتماعية بين شخصين (شخص مقابل شخص) حيث المرشد و هو شخص متخصص وماهر في المعارف والمهارات النفسية ، يحاول مساعدة المسترشد بالطرق التي تناسب طلبات هذا المسترشد في إطار برنامج التوجيه (برنامج شئون الأفراد) ليتعلم أكثر عن ذاته ويتعلم أن يستفيد من ذلك في تحقيق أهداف واقعية ومحددة توصله إلى أن يكون أكثر سعادة وإنتاجية في المجتمع " (1).

2.1.2-تعريف باترسون (1973) :

- يرى باترسون انه يمكننا معرفة الإرشاد إذا حددنا ما لا يدخل في الإرشاد. مثلا:
- الإرشاد ليس مجرد إعطاء معلومات رغم أن المعلومات تعطى في حصة إرشادية.
 - الإرشاد ليس هو النصح فقط أو اقتراحات وتوصيات للمسترشد.

¹() محمد محروس الشناوي : " موسوعة الارشاد و العلاج النفسي نظريات الارشاد و العلاج النفسي " . ص.22

- الإرشاد ليس هو التأثير على الاتجاهات والأفكار والسلوك عن طريق الإقناع والقيادة.
 - الإرشاد ليس هو المقابلة رغم ان المقابلة جانب أساسي في الإرشاد.
- وحسب باترسون فإن الإرشاد له خصائص هي كالآتي:
- يهتم الإرشاد بالتأثير على سلوك الفرد دون ضغط وإرغام أي يكون التغيير في سلوك المسترشد تغييراً اختيارياً.
 - ان الغرض من الإرشاد هو توفير الظروف التي تسهل في عملية التغيير في السلوك.
 - يوجد قيود تفرض على المسترشد أي لا يكون المسترشد حراً حرية كاملة في تصرفه بل توضع له ضوابط يحترمها وحدوداً لا يتعداها.
 - يوفر المرشد الظروف الملائمة لتسهيل عملية التغيير في سلوك المسترشد.
 - يعتبر الإصغاء أحد ركائز العملية الإرشادية والإصغاء l'écoute ليس معناه الإنصات entendre.
 - يتفهم المرشد المسترشد.
 - يتم الإرشاد في إطار من الخصوصية والسرية.

3.1.2-تعريف روجرز (1952) Rogers

يرى روجرز أن:"الإرشاد هو العملية التي يحدث فيها استرخاء لبنية الذات للمسترشد في إطار الأمن الذي توفره العلاقة مع المرشد ، والتي يتم فيها إدراك الخبرات المستبعدة في ذات جديدة".

4.1.2-رأي برامر وشوستروم (1977) Brammer&Shostrom

يلخص برامر وشوستروم موقف الإرشاد فيريان أن الإرشاد يركز بشكل أكبر على التخطيط المنطقي، وحل المشكلات، واتخاذ القرارات والمساندة في مواجهة الضغوط التي تطرأ على الحياة اليومية للأشخاص العاديين (الأسوياء) ، ومن ثم فان الإرشاد يتحدد بشكل كبير بما يفعله المرشد وبدوره وبمهاراته (محمد محروس الشناوي 1994).

5.1.2- التعريف الإجرائي لمفهوم الإرشاد:

علمنا من جميع التعريفات أن الإرشاد هو مقابلة خصوصية تتم بين المرشد والمسترشد في ظروف جيدة يوفرها المرشد لإجراء تغيير إيجابي على سلوك المسترشد لإحداث تكيف مع المحيط الذي كان يعيقه ويشكل مصدرا لعدم توازنه النفسي.

2.2- مصطلحات تختلط بمصطلح الإرشاد النفسي:

من الضروري أن نتعرف على مصطلحات يتم استعمالها عشوائيا كبديل لمصطلح الإرشاد النفسي ومنها مصطلح التوجيه **Orientation** ومصطلح النصح الأكاديمي **Conseil académique**.

يعتبر مصطلح التوجيه كمجال ، الحاضن الأول لنمو الإرشاد النفسي الذي بدأ مع كتابات بارسونز 1909 حول اختيار المهنة.

أما مصطلح النصح الأكاديمي، فلقد نقله المهتمون بالتعليم وحولوه إلى مسمى: "الإرشاد الأكاديمي" ((محمد محروس الشناوي 1994).

يرتبط النصح في غالب الأحيان بموقف يكون فيه شخص ما بحاجة لنصائح شخص آخر يحل مشاكله أو اتخاذ قراراته وعادة يتسم هذا الموقف بعدة خصائص منها:

● للشخص الاختيار الكامل في إتباع أو عدم إتباع النصائح التي تعطى له.

● يرى الشخص أن الناصح لديه خبرة وحكمة تجعلانه قادرا على إبداء النصح الصحيح.

● لا ترتبط النصيحة بعملية النمو النفسي حيث قد تقابل شخصا ما مشكلة يطلب النصيحة بشأنها وقد لا يجد حلا عند أحدهم، لكن إذا واجهته نفس المشكلة في المستقبل فلن يستطيع حلها لأنه لم ينم المهارات اللازمة والمناسبة لحل المشكلات على النحو الذي يحدث في الإرشاد.

3.2. أنواع الإرشاد النفسي:

إن الارشاد النفسي يتنوع بتنوع الحالات التي يهتم بها ، ونستطيع حصر هذه الانواع في المجالات التالية:

- المجال الاجتماعي
- المجال المهني
- المجال التربوي
- المجال الصحي الاكلينيكي

وهذا التنوع هو بسبب أرضية حياة الفرد فهي صحية ومهنية وتربوية واجتماعية. من ثم على المرشد النفسي أن يكون ملما بمعلومات متكاملة في كل هذه المجالات ليستطيع اسداء النصح الجيد وإرشاد وتوجيه الحالات التي يأخذ بيدها نحو حل لمشاكلها حلا جيدا وصائبا.

فمثلا في **المجال الاجتماعي** ، قد يهتم المرشد بالمشاكل السلوكية لفرد ما ويحاول أن يجعل منها سلوكيات مقبولة من طرف المجتمع ، هذا المجتمع الذي سطر قوانين عرفية وأخلاقية على الفرد عدم تجاوزها للعيش بسلام.

أما في **المجال المهني**، قد يعمل المرشد على توجيه فرد ما لم يعد يستطيع التوافق مع متطلبات عمله ، أو قد يعاني من مشاكل سلوكية مع رئيسه في العمل فيرشده الى أنجع الحلول لحل المشاكل بينهما، ويساعده على إعادة تكيفه في وسطه المهني.

أما في **المجال التربوي** ، فإن الحالات التي تعاني من مشاكل دراسية كالإخفاق الدراسي أو عدم القدرة على متابعة الدروس أو مشاكل سلوكية داخل المدرسة ، فإن المرشد النفسي يحاول معرفة سبب المشكل ومن ثم مساعدة الحالة على تخطي صعوباتها الدراسية .

أما في **المجال الصحي الاكلينيكي** ، فإن كثرة الأمراض العصابية كالقهر والوسواس المرضي والخوف المرضي من أشياء أو أشخاص أو مواقف والتي تجعل

الفرد غير متوافق مع ذاته وغير قادر على التكيف مع الواقع، تجعل المرشد في وضع تدخل لمعالجة هذه المشاكل ان استطاع، والا فإن مهمته تكمن في توجيه الحالات لأخصائيين ومعالجين كفاء من أجل تتبع حصص علاجية مكثفة ، و هذه الحصص لا يقوم بها هو بل الطبيب النفسي.

4.2. خصائص الإرشاد النفسي

حسب العالمين جورج وكريستيانى **George and Cristiani** تشترك مهنة المساعدة في الخصائص التالية:

- يفترض الأخصائي وجود سبب وراء كل سلوك يأتي به الفرد ومن ثم يمكن تعديل هذا السلوك إن كان سلوكا شاذا أو غير مقبول.
- إمكانية مساعدة الشخص ذو المشكل لأن يصبح أكثر تكاملا من الناحية النفسية ومن ثم أكثر فعالية.
- تواجد علاقة بين الأخصائي والشخص ذو المشكل هي الوسيلة الأساسية لتقديم المساعدة.
- للرقابة أهمية بالنسبة لمهنة المساعدة.
- تقوم هذه التخصصات على أساس تدريب متخصص.
- يهتم الإرشاد بالتأثير الاختياري على سلوك المسترشد.

5.2. علاقة الإرشاد النفسي بالعلاج النفسي و الفرق بينهما

بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي تداخل كبير من ناحية الأداء التخصصي. ومع هذا يوجد فوارق بينها. من هنا سنذكر أولا أوجه الاتفاق ثم أوجه الاختلاف بينهما:

1.5.2- أوجه الاتفاق:

- يعد التخصص والتدريب والمهارة كلها عناصر لازمة لكل من الإرشاد النفسي والعلاج النفسي .

- كلا المجالين يستند إلى قواعد نفسية.
- هدفهما الوصول بالعميل (سواء المسترشد أو المريض) إلى درجة أفضل من التوافق النفسي.
- يعتمد كلا المجالين على المقابلة.
- الإرشاد النفسي والعلاج النفسي هما عمليتين تشتملان على نوع خاص من العلاقة بين شخص يحتاج إلى مساعدة في مشكلة نفسية (المسترشد أو المريض) وشخص مدرب على تقديم هذه المساعدة (المرشد أو المعالج).

2.5.2- أوجه الاختلاف:

يرى جوستاد أن كلا من الإرشاد النفسي والعلاج النفسي يتجهان نفس الوجهة في الأداء، ولكنهما يختلفان في النقاط التي يركزان عليها .

ويضيف واطسون **Watson** أن "ما يميز الإرشاد هو وجود الموقف التعليمي ، وأن المرشدين يعملون أساس مع أشخاص عاديين في حين أن التدريب والمهارات مشتركة بين المرشدين و المعالجين" ⁽¹⁾.

و يختلف سوبر **Super** مع غيره لأنه يرى أن الإرشاد يهتم أكثر بالجانب الصحي للسلوك ، بينما يهتم علم النفس الاكلينيكي (و منه العلاجي النفسي) بالجانب المرضي للسلوك.

و للتوضيح أكثر ، فإننا نقول ان الجانب الصحي في أي تدخل يقوم على دراسة المشكلات لدى الأشخاص العاديين و محاولة الوقوف أمام المشكلات الانفعالية الشديدة (الوقاية منها)، بينما نلمس الجانب المرضي في المستشفيات و العيادات حيث تكون العملية العلاجية خاصة بأشخاص مرضى يعانون من اضطرابات شديدة في السلوك.

يرى باترسون أن المرشد النفسي و المعالج النفسي يتلقيان نفس التعليم ويستخدمان نفس النظريات و الاساليب . و لكن الاختلاف بينهما إنما هو اختلاف في الدرجة و ليس

¹ (محمد محروس الشناوي ،: "موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي، نظريات الارشاد والعلاج النفسي" ص 21

اختلافا في النوع.

نجد أيضا بعض الاختلاف في الأهداف. فالأهداف التي حددتها الجمعية الأمريكية لعلماء النفس، شعبة الإرشاد النفسي (الشعبة رقم 18) هي "معاونة الأفراد على التغلب على العقبات التي تقابل نموهم الشخصي حيثما واجهوها و ذلك لتحقيق أقصى نمو لإمكاناتهم الشخصية" (1).

أما تايلر Tyler، فإنها ترى أن "عمل المعالج يهدف إلى تغيير البنية النمائية، وإصلاح ما حدث من تلف في الماضي" (2).

و لمزيد من التوضيح نسطر الجدول التالي :

الجدول رقم 1 : الفرق بين الإرشاد النفسي و العلاج النفسي

الإرشاد النفسي	العلاج النفسي
مساند	مساند
موقفي	يعيد بناء الشخصية
الوعي بالشعور	عميق التركيز
حل المشكلات	تحليلي
يركز على الحاضر	يركز على الماضي
يركز على العاديين	يركز على الأعصاب أو المشكلات الانفعالية الشديدة

¹ محمد محروس الشناوي : " موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي..ص 21.

² () المرجع السابق.

6.2. تصنيف نظريات الإرشاد النفسي والعلاج النفسي :

ان عملية الإرشاد تركز في أصلها على نظريات أساسية في علم النفس، مثل نظريات الشخصية و نظريات التعلم و نظريان النمو.

من بين التصنيفات المستخدمة في مجال الإرشاد النفسي هو تصنيف اقترحه بيينسكي و بيينسكي و صنفا فيه نظريات الإرشاد في المجموعات التالية:

- مدرسة السمات والعوامل .
- مدرسة الاتصالات .
- نظريات الذات .
- مدرسة التحليل النفسي .
- المدرسة السلوكية الحديثة .

و لقد اعتمدت الباحثة على النظرية السلوكية الحديثة في تدخلاتها الارشادية في الموقع الذي صمته حيث ترشد ذوي المشاكل الى خطوات سلوكية عليهم المرور بها من أجل الخروج من مشكل ما.

7.2- متطلبات العملية الارشادية:

للعملية متطلبات و مراحل لا بد على المرشد ان يتبعها هذه المتطلبات نلخصها في اربع نقاط مهمة:

1.7.2.-أدوات التشخيص:

كل مرشد ينطلق من نظرية ما و يتبع مدرسة ما من مدارس علم النفس و من هنا فإن الأدوات التشخيصية التي يستعملها هي وفقا للنظرية التي يتبعها.

2.7.2- موضوعات العملية الارشادية:

و هي الحدود التي تجمعها العملية الارشادية : عميل و اخصائي و حوار un client / un conseiller et un dialogue. من هنا فإنه لا يمكن القيام بهذه العملية اذا غاب احد هذه العناصر، و الحوار سواء أكان عبر المقابلة وجها لوجه او عبر الانترنت عن طريق الكتابة فيعتبر حوارا.

3.7.2- أساليب التشخيص المباشر و غير المباشر:

و تختلف الاساليب هنا أيضا حسب اختلاف النظرية التي يتبعها الاخصائي والمدرسة التي ينتمي اليها و من هذه المدارس مدرسة العلاج السلوكي، مدرسة العلاج السلوكي الانفعالي عند أيليس ، المدرسة السلوكية المعرفية عند ميكينيوم ، مدرسة العلاج المعرفي عند بيك ، مدرسة العلاج المعرفي عند ريمي، مدرسة السمات والعوامل (مدرسة مينسوتا للإرشاد)، مدرسة العلاج بالواقع عند جلاسر ، مدرسة العلاج المتعدد الوسائل عند لازاروس ، مدرسة العلاج المتمركز حول الشخص عند روجرز ، مدرسة العلاج الجشطلتي عند بيرلز ، مدرسة العلاج بتحليل التعاملات عند بيرن ، مدرسة التحليل النفسي عند سيجموند فرويد ، مدرسة العلاج النفسي عند أدلر ، مدرسة العلاج الاسرى الى آخره من المدارس التي لازالت تظهر و تتطور بتطور علم النفس وأساليبه.

4.7.2- خطوات التشخيص:

يوجد ثلاث خطوات أساسية:

- *- جمع المعلومات.
- *- تحديد شكل التدخل الإرشادي.
- *- اعطاء خلاصة عامة للأعمال السابقة مع تقرير سواء فرضية تشخيصية او علاجية.

في حالة اذا كانت العملية الارشادية تشخيصية فقط فإننا نتبع المتطلبات الثلاث الاولى، اما اذا كانت تشخيصية ثم علاجية فهنا نظيف خطوة مهمة أخرى و هي الخطوة العلاجية و في غالبية الاحيان فإن المرشد النفسي يلجأ الى العلاج بالدعم أو لا **Thérapie de soutien**.

أما اذا كانت الحالة معقدة فإن المرشد النفسي يحيلها لمعالج نفسي أو طبيب نفسي وهذه كخطوة أخيرة، أي خطوة تحويل العميل لأخصائي آخر حسب حدة اضطرابه أو نوع مرضه النفسي.

3- دور المرشد النفسي:

للمرشد النفسي مستلزمات عليه القيام بها ليقوم بالعملية الإرشادية على احسن وأكمل وجه سواء أكان ذلك عبر مقابلة وجهها لوجه أو عبر الانترنت (عبر الرسالة الالكترونية او المحادثة الالكترونية) .

سنقوم بمقارنة بسيطة لهذين النوعين من التدخل الإرشادي لنفهم أكثر دور المرشد النفسي في كلا الحالتين:

الجدول رقم 2: مقارنة دور المرشد النفسي عبر المقابلة وجهها لوجه و عبر

الانترنت (نقلا عن (Azy Barak 2004)

المقابلة عبر الانترنت	المقابلة وجهها لوجه
يركز المرشد على الحوار عبر الكتابة أي التعبير عن المشكل و التعبير عن المشاعر لدى المسترشد الذي يستعمل ايقونات التعبير (انظر الملاحق)	يركز المرشد على الحوار المباشر (صوت المسترشد وتعبيرات وجهه)

الإصغاء للمسترشد	قراءة و فهم موضوع الرسالة و طلب الاستفسار للفهم الجيد لما يقصده المسترشد
افهام المسترشد شفويا ما عليه القيام به ليحل مشكله	افهام المسترشد كتابيا و توضيح الخطوات التي عليه ان يتبعها ليحل مشكله
وجوب وجود ثقة متبادلة بين المرشد والمسترشد	وجوب وجود ثقة متبادلة بين المرشد والمسترشد أيضا
الملاحظة تكون مباشرة	الملاحظة غير مباشرة إلا اذا وجدت كاميرا بالحاسوب أثناء التدخل الإرشادي Webcam.

4- ماهية التوجيه:

التوجيه يعتبر الحاضن الأول لنمو الإرشاد النفسي ، وهو التوجيه (خاصة برامج التوجيه المهني) ، الذي بدأ مع كتابات بارسونز 1909 حول اختيار المهنة و مازال هذا المصطلح يظهر في كثير من الكتابات العربية ليرادف أو يترافق مع مصطلح الإرشاد في الوقت الذي يتلاشى فيه ذلك الترادف وذلك الترافق من الكتابات المتخصصة عن الإرشاد في الغرب . إن الجمعية الأمريكية للتوجيه وشؤون الأفراد **American Personnel And Guidance Association** قد تغير اسمها اعتبارا من عام 1986 ليصبح الجمعية الأمريكية للإرشاد والتنمية – **American Association For Counseling & Development (AACD)**.

يشير التوجيه بصفة عامة الى المساعدة التي يقدمها شخص ما لفرد آخر ليختار ما يناسبه من الافكار و الحلول السليمة حتى يحقق بها التوافق في المجال الذي سأل فيه. ومن أهداف التوجيه:

- مساعدة الأفراد ليساعدوا أنفسهم باعطائهم معلومات يستفيدون منها.
- ينمي التوجيه المسؤولية و الشعور بالمسؤولية اتجاه الأفراد.

يعتبر التوجيه جزءا من التعليم، و قد تكون المعلومات التي يطلبها شخص ما معلومات بسيطة كما قد تكون معقدة و كثيرة مثل المعلومات التي يحتاجها الطالب لإختيار تخصصا معيناً أو شخص عامل يطلب معلومات عن بعض المهن ليختار أنسبها له ولطموحه و مؤهلاته الشخصية.

من المتفق عليه بين المتخصصين أن التوجيه التربوي يشمل بين عناصره على عملية الإرشاد ، و يستطيع اخصائي نفسي أو طبيب نفسي توجيه الأشخاص الى علاجات مختلفة و عيادات أخرى و اعطاء معلومات دقيقة للمسترشدين.

5- تاريخ علم النفس عبر الانترنت

ان علم النفس و الوظائف المصاحبة له التحق بهذه القافلة المتواسعة " عبر الشبكة العالمية" في أواخر الثمانينات و هذا كان انتشارا عاديا بعد استعمال الحواسيب المحلية من أجل عدة وظائف **fonctions** . وبغض النظر على المراسلة الالكترونية عبر البريد الالكتروني بين المحترفين، فإن الاستعمالات النفسية عبر الواب لم تظهر الا حديثا.

يكتشف حاليا علم النفس الفرص المتاحة عبر هذا الوسيط و خصوصا فيما يتعلق باستعمال الشبكة للاقتراب من الاشخاص بطريقة أسهل بغرض المبادرة في التغيير الاجتماعي و ارشاد المراهقين و الراشدين و ايضا بهدف تقديم الإرشاد المدرسي و تمرين مجموعات و فرق أخذ القرار . كما استعملت خدمات الشبكة في نشر التربية الجنسية.

وعلى العموم فإن الخدمات عبر الانترنت ساهمت في المحافظة على الصحة العقلية عن طريق وسائل الإرشاد النفسي و الاستشارات النفسية.

6 -أنواع الخدمات النفسية عبر انترنت

لقد استعملت شبكة "الانترنت" لنشر خدمات ووسائل متنوعة ، وسنعرض هذه الوظائف مصنفة حسب الهدف الذي ترمي إليه. وبما أن "الانترنت" هي ظاهرة ديناميكية تركز أساسا على التطور التكنولوجي السريع ونماء الأفكار، فإن القائمة التي سنتلي عن أنواع الخدمات، لا يجب اعتبارها نهائية ومغلقة إذ أنها لا تصف إلا ما هو مستعمل حاليا .

ومن خلال وصفنا لهذه الأنواع، سنحاول إبراز نقاط قوة ونقاط ضعف كل خدمة شبكية نفسية.

.. 1.6.المصادر الإعلامية الخاصة بالمفاهيم والمواضيع النفسية

إن العديد من بنوك المعلومات النفسية موجودة عبر "الانترنت" وهي تضم معلومات مترجمة وقواعد معرفية تغطي ظواهرها ومواضيعا وأعراضا وأمراضا ومفاهيمها نفسية متعددة -انظر موقع الصحة النفسية <http://www.cmhc.com> او www.psychomedia.ac.ca .

تحتوي المعلومات المعروضة من خلال المواقع الشبكية على نصوص وأشكال وصور وجداول إحصائية الخ.. زيادة على ذلك، فإن المستخدم يجد بعض الإشارات الدالة على مواقع نفسية هامة وهذه الإشارات هي على شكل ارتباطات تشعبية لعناوين هامة مثل: قاموس الصحة النفسية عبر الهواء <http://www.human-nature.com/odmh/index.html> ودليل المواقع النفسية الاجنبي www.ansame.com والمرجع النفسي الشامل العربي <http://bafree.com/hisn/links/index.php?>

. [PID=48](#)

إن بنوك المعلومات النفسية لها، ولاشك، قيمة علمية كونها مصدرا للأخصائيين النفسيين المتمرنين أساتذة علم النفس وأيضا للأشخاص الذين يريدون المطالعة في هذا المجال.

من إيجابيات هذه البنوك المعلوماتية الالكترونية أن استعمالها غير باهض الثمن ويكون غالبا مجانيا، كما أنها تستعمل بطريقة متواصلة ومتجددة من طرف الأخصائيين النفسيين والمحترفين في الوظائف المرافقة لهذا المجال .

بالمقارنة مع المصادر الكلاسيكية التي تضم الكتب والمجلات والوثائق، فإن المصادر عبر الانترنت لها عدة إيجابيات منها أنه يمكن الإطلاع عليها في أي وقت ومن أي مكان. كما أنه من السهل نسخ المعلومات وطبعا.

يتوفر عبر شبكة المعلومات اكثر من مجرد نصوص أوصور، وهنا نتكلم عن المعلومات عبر القنوات الإعلامية (أفلام مسجلة، محاضرات على الهواء، الخ..)

نذكر أيضا أنه من خلال المصادر الكلاسيكية كالكتب مثلا، فإنه للبحث عن معلومة نرتكز على فهرسة الكتاب وهذا يأخذ وقتا، لكن عبر الشبكة يتم العثور على المعلومة بسرعة عن طريق البحث السريع، حيث تُدخل كلمة أو عبارة البحث بمحرك بحث **Moteur de recherche** ، وبمجرد الضغط على ايقونة البحث يتم العثور على مواضيع متعددة لها علاقة مباشرة مع الكلمة أو عبارة البحث المُدخلة. و **محرك البحث** هو تطبيق تحتوي عليه بعض المواقع وبواسطته يتم البحث عن معلومات عن طريق ادخال كلمات مفتاحية مثل محرك البحث الخاص ب **Yahoo** و **Altavista** و **Aol** وهناك ايضا محركات خاصة بالبحث فقط و ليست مواقع مثل www.google.com و www.ask.com، و www.go.com أما الايقونات فهي عبارة عن شكل هندسي نقوم بالضغط عليه بواسطة فأرة الحاسوب من أجل تشغيل برنامج ما.

أما سلبيات هذا النوع من الخدمات ، فإن المستخدم قد يجد معلومات دون مصدر محدد، وقد تكون المعلومات المنشورة خاطئة أو ملتوية أو قديمة أو غير موجودة أصلا في

القاموس العلمي للمجال المراد البحث فيه. هذا يرجع أساسا إلى انتشار مواقع خصوصية قد يدخل فيها الناشر معلومات أو أفكارا دون التمهيد في مصدرها الأصلي.

لقد ناقش هذا المشكل بعض الباحثين مثل (جداد وقاليردي 1998 **Jadad** و (**Gagliardi**) و (سيلبار ليندبرغ وموزاشيو 1997 **Lundberg Silberg Musaccio**) وذلك في المجال الطبي، حيث أكدوا أن الكثير من المعلومات المنشورة هي من طرف أشخاص غير أخصائيين وهذا يجعل نسبة الخطأ مرتفعة.

ولتجنب هذا المشكل فإنه من الضروري أن يقتبس الباحث من مصادر موثوق منها عن طريق الإطلاع على منشورات المعاهد والجامعات والجمعيات العلمية.

إن المصادر المتعددة المنشورة عبر مواقع وصفحات الواب تقدم خدمة توجيهية للأشخاص في حياتهم المهنية (ليندبارغ وثيرسك 1995 **Lundberg and Thirsk**)، وبفضل وجود كم هائل من المعلومات الخاصة بجميع ميادين علم النفس، فإنه أصبح من السهل على الأخصائي النفسي أن يختار مهنته ومكان عمله بواسطة الخدمات المهنية المتوفرة عن طريق الإعلانات الوظيفية عبر الشبكة.

لقد قدم كل من الباحثين (شابمان وديبيانكو 1996 **Chapman and DiBianco**) دراسة وجدا فيها أن المصادر المعلوماتية عبر الإنترنت وفرت للطلبة فرصا لاكتشاف عالم الشغل وأعطتهم فرصة في مواصلة الدراسة.

2.6. التوجيهات للمساعدة الذاتية

إن المواقع النفسية تهدف معظمها لمساعدة من هم بحاجة لذلك عن طريق توجيههم لأحسن الطرق التي يستطيعون من خلالها مساعدة أنفسهم. إن المشاكل التي يستطيع المسترشد أن يحلها بنفسه متعددة وكثيرة، منها مثلا اضطراب الأكل، المشاكل العلائقية بين الولي والمراهق، المخاوف المرضية، أخذ القرارات في المجال التربوي ومجال الميولات الشخصية الخ..

يستطيع المسترشد أيضا الاستفادة من نصائح المختص النفسي لحل مشاكل التعلم

وصعوباته والاضطراب الوظيفي الجنسي ومشاكل الاقلاع عن التدخين، ومشاكل نقص الثقة بالنفس، والخجل والاضطرابات الانفعالية، (انظر الموقع [/http://www.youthworks.ca](http://www.youthworks.ca) الخاص بالمساعدة المهنية للشباب).

إن الكثير من المواقع الخدمائية التي تقدم توجيهات وإرشادات نفسية والتي يستطيع المسترشد من خلالها أن يساعد نفسه للخروج من مشكل ما، تقدم أيضا تحليلا وتقييما لدرجة خطورة المشكل حسب ما يرد للمختص من معلومات عن تاريخ المشكل وتطوره واستعداد صاحب المشكل للتغيير الإيجابي. كما يقدم المختص مخططا موجّها نحو أهداف بناءة. وهذا ما تقوم به الباحثة من خلال موقع "نفسيات".

في بعض الحالات، يقدم الموقع الإرشادي توجيهات للسائل للإطلاع على بعض الكتب أو المجالات الخاصة بمشكلة وهذا بهدف تثقيفي.

رغم أن التوجيه الذاتي (self-guidance / auto-orientation) ليست وسيلة تدخل نفسية جديدة فإن توفر هذه الوسيلة عبر الانترنت بطريقة مجانية أوبثمن زهيد، جعل الإقبال عليها كبيرا لسرعة الحصول على المعلومات.

إن الدراسة السابقة لكل من) فين ولافيت 1994 Finn and Lavitt (أبرزت أن التوجيه للمساعدة الذاتية قد أعطى نتيجة إيجابية عند تطبيقه على عينة من النساء اللواتي تعرضن لاعتداء جنسي. هذه الحالة الفريدة هي مثال عن الطريقة التي يعالج بها احساس نفسي مفعم بعواطف الخجل والقلق من الآخرين بواسطة خدمة نفسية مجهولة عبر الانترنت .

3.6. الإختبارات النفسية والتقييمية:

تقدم الكثير من المواقع اختبارات نفسية على الهواء واستمارات تهدف إلى التقييم النفسي للمستخدم. بعض الاختبارات تقيس عوامل خصوصية مثل الذكاء والقدرات وبعض السلوكيات، والبعض الآخر يقيس عوامل عمومية من خصائص ومميزات الشخصية، والاهتمامات حسب الميول (انظر موقع <http://www.utne.com/cgi->

[\(bin/eq\)](#).

تعد بعض الاختبارات المنشورة اختبارات أصلية صممت للنشر عبر الموقع، أما أكثرها فهي نسخ من اختبارات ورقة وقلم تم إعادة تكييفها و نشرها عبر صفحات موقعية.

كما أن بعض المواقع تنشر اختبارات نفسية كاملة ، والبعض الآخر ينشر فقط أمثلة عن البنود المستخدمة في الاختبارات وما تقيسه، وفئة ثالثة تنشر هذه الخدمة عبر الهواء وأخرى عبر البريد الإلكتروني.

ان الاختبارات النفسية عبر الحاسوب ليست مبادرة جديدة ولها بعض الايجابيات كاستعمال الاختبار (المعاد تكييفه) بطريقة سريعة وعرض تحليل الاختبار بطريقة سريعة (سمسون 1995 Sampson) وفي حالة الاختبارات الادراكية ، فان الحاسوب يمكن أن يعرض اشكالا ذات ثلاث أبعاد ومن هنا تقاس قدرة المفحوص الادراكية وايضا ذاتية ادراكه للواقع.

رغم هذه الايجابيات لتطبيق الاختبارات على الهواء، فإن هذه الخدمة لها سلبياتها ومشاكلها أيضا حيث أن هذه الطريقة قد تخرق القواعد والقوانين الخاصة بدور النشر الخاصة بالاختبارات النفسية.

كما أنه لم تخضع الكثير من الاختبارات المشهورة لشروط الاختبار الجيد ومن هنا تعد غير صالحة.

بالمقارنة مع اختبارات ورقة وقلم، فإنه لا يمكن للمستخدم أن يفهم بنود الاختبار أوفهم تعليماته، وهذا يمس بصدق النتائج المحصل عليها.

إن الاختبارات المنشورة تقدم لكل الشرائح الاجتماعية دون تمييز ومن ثم فإن هذا الاستعمال العام يقلل من قيمة وصدق الاختبار لعدم أخذه بعين الاعتبار سن وجنس المستخدم(خصائص عينة الدراسة)، كما أن النتائج التي يتحصل عليها المستخدم لحظات بعد قيامه بالإجابة على بنود الاختبار تكون غالبا نتائج سطحية دون تقديم شرح تفصيلي للمستخدم مما يضاعف من خطر الإرجاع السلبي **negative feed back** لـ دى المستخدمين مثل حصول مستخدم ما على نتائج ضعيفة في اختبار الذكاء IQ أو اختبارات

القدرة دون الحصول على الدعم العاطفي خلال حصوله على هذه النتائج وقد يمس هذا بشخصه ويجعله يشعر بالاحباط وقد تنقص ثقته بنفسه.

لكن رغم هذه التجاوزات، فإن بعض الدراسات وجدت أن من إيجابيات الاختبار المنشور عبر الإنترنت أنه اقتصادي أكثر بالنسبة لاختبار ورقة وقلم (بيكانش، سلفنسكي، هاردويك وكابس 1997 Bicanich and Kapes ، Slivinski، Bicanich).

4.6. المساعدة على قرار اتباع علاج نفسي :

لقد اهتمت بعض المواقع النفسية على الانترنت بنشر معلومات للمستخدمين ومساعدتهم على أخذ قرار اتباع علاج نفسي حسب الأعراض التي يعانون منها. وأخذت على عاتقها توجيه هؤلاء المستخدمين لأحسن الطرق وأفضلها لعلاج حالاتهم وتوجيههم لعيادات نفسية خاصة.

هذه الخدمة ساهمت في نشر حقائق علمية هامة بين المستخدمين الذين يجهلون كل شيء عن علم النفس والعلاج النفسي ، وأعطت لهم فرصا تجعل توقعاتهم أكثر واقعية.

لكن لتجنب المشاكل الأخلاقية والقانونية فإن المعلومات المنشورة عليها أن تكون موضوعية ومحيدة .

5.6. معلومات عن خدمات نفسية خاصة:

إن الكثير من العيادات النفسية والمعاهد والجامعات والخدمات الخاصة تنتشر مواقعها لها عبر الإنترنت أين يجد المستخدم التفاصيل النفسية مثل العناوين وأرقام الهاتف وعناوين البريد الإلكتروني وساعات الاستقبال وتفاصيل عن الخدمات الخاصة المقدمة وأيضا عن الفرقة المعالجة –أنظر على سبيل المثال www.sdc.uwo.ca والإعلانات المنشورة قد تعطي فرصة لملا استثمارات وإرسالها بطريقة سريعة عبر البريد الإلكتروني.

لقد قام الباحث (هيسوانغ 1997 Hsiung) بجمع 200 كتيب إلكتروني منشور عبر انترنت عن 52 جامعة ومركز ارشاد، ومن هنا وضع قائمة إرشادية للطلبة وقد ساعد هذا العمل الطلبة للتعرف على الجامعات واختيار ما يناسبهم وأخذ قرارات بشأن مستقبلهم الدراسي والعلمي، تجد هذه المعلومات عبر العنوان الموقع الاتي
www.vhs.bsd.vchicago.edu/scrs/vpc.html

بعد ثلاث سنوات من التتبع، أثبتت دراسة (ز لاكت وسولفيان 1998 Zalaquett and Sullivan) أن المعلومات المقدمة للطلبة الجامعيين عن طريق المراكز الارشادية قدمت لهم مساعدة جمة وقاموا هم بدورهم بنصح آخرين بالانتفاع من تلك الخدمات.

6.6. الفحص الأحادي الخاص بالإرشاد النفسي عبر البريد الإلكتروني:

الإرشاد النفسي عبر مواقع ذات خدمة أحادية نعني به اتصال أشخاص بأخصائيين نفسيين عن طريق البريد الإلكتروني وطرحهم لمشاكل يجيبونهم عنها ويرشدونهم للحلول الممكنة بنفس الطريقة (أي بواسطة البريد الإلكتروني). وهذا النوع من الخدمات هو عمومي ولا يركز على إعطاء معلومات في مجال دون الآخر. ومن ثم فإن المشاكل التي يحاول الأخصائيون الإجابة عنها قد تكون اجتماعية أو نفسية عيادية أو مشاكل جنسية أو زواجية إلخ.. وتختلف المواقع فيما بينها بحيث ان معظمها يقدم خدمات بالمجان أو بثمن زهيد لكن يوجد مواقع نفسية لا تقدم خدماتها إلا لقاء أجر يساوي أجر فحص نفسي وجها لوجه.

لا يوجد قاعدة مقننة ما بين المواقع من حيث عمق واتساع الأجوبة عن المشاكل المطروحة، ولا من ناحية نوع القرار الذي على المستخدم اتخاذه بعد الاستفادة من هذه الخدمة. لكن في أغلب الأحيان، تشجع هذه الخدمات المستخدمين لأخذ القرار في اتباع حصص علاجية إذا كان الأمر يستدعي ذلك أو تتصحهم بعدم ضرورة التدخل العلاجي في الحالات الاضطرابية البسيطة.

في أحوال كثيرة، تبقى المراسلة بين المستخدم والمرشد سرية، وفي أحوال أخرى تنتشر الأسئلة والأجوبة على حد سواء عبر النشرة الإلكترونية Bulletin board حتى

يستفيد من الإجابات أشخاص آخرون. في هذه الحالة، يعطي المستخدمون موافقتهم أو رفضهم لعرض مشكلهم عبر النشرة الإلكترونية وغالبا ما تعرض المشاكل بأسماء مستعارة **Pseudonymes** و هذا لضمان السرية. و يقدم موقع الباحثة هذا النوع من الخدمات و تنشر رسائل و اجابات المرشدين عبر نشرة الكترونية خاصة.

عند الإبحار عبر بعض المواقع النفسية فإننا نجد أنواعا كثيرة من المرشدين: فمنهم الأخصائيون النفسيون بمختلف تخصصاتهم وهناك الاطباء النفسيون والأخصائيون الاجتماعيون والمرشدون المتخصصون تظهر معلوماتهم عبر مواقعهم.

7.6. الإرشاد النفسي والعلاج النفسي عبر البريد الإلكتروني:

هذا النوع من الخدمات يقدم علاجا نفسيا عبر البريد الإلكتروني عن طريق المراسلة دون اللجوء للاتصال وجها لوجه بين المريض والمعالج. و هذا ما يقدمه موقع "نفسيات".

يختلف العلاج النفسي عبر المراسلة الإلكترونية عن العلاج التقليدي في نقاط عديدة أهمها:

التفاعل دون اللجوء للاتصال وجها لوجه: فالإتصال يكون اذن غير لفظي ولا يرى فيه المرشد التعبيرات الخاصة بالمفحوص (الا التعبيرات المعبر عنها بواسطة رموز الكترونية او ما يسمى بأيقونات الانفعال **Smileys/Emoticons ou Trombines**). انظر الملاحق.

باختلاف العلاج النفسي التقليدي الذي يلتقي فيه المعالج والمريض بطريقة منتظمة مرة في الأسبوع أو أكثر، فإن الإتصال عن طريق المراسلة الإلكترونية بين المعالج والمريض يكون تقريبا يوميا وفي بعض الأحيان يكون التبادل النصي مرتين أو أكثر في اليوم، وهذا حسب عمق المشكل والترتيبات الشخصية الخاصة بالمعالج الذي يحدد عدد مرات الإتصال.

قد يضم التبادل العلاجي عن طريق المراسلة الإلكترونية في محتواه اقتباسا من

مراسلات سابقة مع المريض حيث يدون التبادل العلاجي على شكل نصوص تخزن في كل من حاسوب المختص والمريض.

يكون التبادل غير عفويا حيث أن المراسلة تسمح للمريض بالتفكير والتغيير في محتوى رسالته متى شاء قبل بعثها للمعالج.

من الواضح أن مثل هذا العلاج له إيجابياته وسلبياته المختلفة بالمقارنة مع العلاج التقليدي.

على الصعيد الإيجابي نسرّد النقاط الآتية:

توفر نصوص الحصص العلاجية تعطي المعالج فرصة تذكّر ما قاله المريض، كما أن كل المعلومات تحفظ في ملف مكتوب قابل للطبع.

إمكانية مشاركة معالج أو أكثر في تحليل محتوى الرسائل.

إمكانية اتصال بعض الأشخاص عبر البريد الإلكتروني إذا كان امر تتقلهم الى العيادة النفسية أمرا مستحيلا ، أي في حالة وجود عوائق تمنع الشخص من الذهاب عند المعالج مثل مشكل تنقل الشيوخ، والمرضى المعوقين، والحالات التي تحتاج للسرية الكاملة كمرضى فقدان المناعة المكتسب SIDA، ومن يعانون من الخجل والخوف من الاتصال وجها لوجه، ومن ليس لديهم وقت لزيارة الأخصائي النفسي بحيث وقت عملهم متواصل- وايضا الامر يتعلق بمن يقطنون بعيدا عن العيادات النفسية (الاماكن النائبة) (شلدرس 1998 Childress).

أما (جرلر 1995 Gerler) فلقد أظهر أن الإرشاد النفسي عبر الإنترنت هو هام بالنسبة للأطفال اذ يوفر لهم خدمات إرشادية مدرسية.

فرصة الاتصال العلاجي عند توفر الوقت لذلك، سواء بالنسبة للمريض أو المعالج، وهذا قد يكون خارج نطاق العمل نهارا أو ليلا وفق مواعيد مضبوطة.

الأثر الإيجابي على المرضى الذين يفضلون التعبير عن مشاكلهم كتابيا، حيث ان الانطوائيين يستطيعون التعبير أحسن عن مشاكلهم كتابيا من أن يعبروا عليها شفويا.

أما من الناحية السلبية فلا توجد عوامل سلبية كثيرة ونذكر أهمها:

عدم وجود الاتصال وجها لوجه وعدم رؤية المعالج للمريض يضعف من قوة تأثير المعالج على المريض إذ أن هناك غيابا للحركية والخصائص الصوتية التي تساعد على تقييم الاعراض وحالة المريض.

ان العلاج عن طريق البريد الالكتروني ليس علاجاً بمعنى الكلمة إذ هو في حقيقة الامر "تقديم نصائح".

ان الكتابة المتابعة لرسائل الكترونية قد لا يحترم السرية، إذ انه من السهل كتابة رسائل وبعثها باسم المعني بالمشكل، ومن أجل الحفاظ على سرية المراسلة، طورت طريقة الكتابة المشفرة "cryptologie" عن طريق برامج معلوماتية مثل PGP وهي كفيلة بحلّ هذا المشكل .

لكن رغم هذه السلبيات التي قد تخلق عوائقاً أمام ارشاد فعال، وجد أن الفرق بين التجارب الانفعالية للمشاركين (العملاء) في الاتصال وجها لوجه بالمقارنة مع تفاعلات المشاركين عبر الحاسوب هو فرق بسيط جداً قد يختفي بعد حين بعد أن يخلق المستخدمون بينهم عواطفاً واقعية و تتطور مع الوقت.

وجد أحج الاخصائيين النفسيين سنة 1996 واسمه ولذر **Walther**، أن الاتصال عبر الانترنت موجّه ومقيّد بقواعد وقوانين تجعل منه اتصالاً "شديد الخصوصية hyper personnel" وهذه الخاصية تخدم العلاقات العلاجية.

من ناحية التأثير العلاجي الايجابي عن طريق البريد الالكتروني نذكر:

كتابة وقراءة الرسائل الالكترونية يخلق حيلة من شأنها تسهيل فتح باب التعبير عن الذات والتفريغ بالتعبير عن المشاكل والصراعات ونشرها، مما يؤدي الى تصعيد الوعي الذاتي.

8.6. الارشاد النفسي على الهواء (على الخط) عن طريق المحادثة الكتابية وعن طريق الهاتفية الشبكية والمؤتمرات الافتراضية :

يعتبر الاتصال عبر البريد الالكتروني اتصالا لاتزامنيا Asynchrone يتيح الفرصة للمرشد والعميل أن يكونا على اتصال ليس فقط عند وجود كل واحد منهما في منطقة بعيدة عن مكان وجود الآخر بل يكون التبادل ايضا في وقت مختلف بالنسبة للآثنين. وحسب بعض الاخصائيين النفسيين فإن طريقة الارشاد النفسي عن طريق المحادثة الكتابية أو عن طريق الهاتفية الشبكية أو عن طريق اللقاءات من خلال الفيديو، تعتبر تفاعلات آنية عفوية وتتداخل هذه التفاعلات في العمل العلاجي.

توجد طرق عديدة تسمح بالاتصال اللاتزامني عبر الانترنت وهي:

1.8.6. برامج المحادثة (Irc: internet rely chat)

و هي تسمح لمستخدمي الانترنت بالاتصال الكتابي الآني بينهم ويكون التبادل فوريا من خلال ما يسمى بقاعات المحادثة الافتراضية **virtual chat rooms / salons de discussion virtuelle** هذه الخدمة توفرها بعض المواقع الشبكية مثل - **(caramail.com)** او بعض البرامج الشبكية مثل : **ICQ / Yahoo messenger / MSN messenger / Odigo** الخ..

2.8.6. الهاتفية الشبكية /téléphonie Internet telephony

و هي تسمح بالمكالمة الهاتفية عبر الانترنت عن طريق استخدام خوذة بها مايكروفون وجهاز تخريج الصوت (سماعات أو مكبرات صوتية Microcasque).

3.8.6. المؤتمرات الافتراضية **virtual conferences / conferences**

virtuelles

و هي تسمح بتفاعل اشخاص باجتماعهم حول ندوة صوتية مرئية لتبادل الآراء عن طريق اجهزة فيديو مثبتة في حواسيب المستخدمين وتسمى هذه الاجهزة بالكاميرا الشبكية (Webcam).

كل هذه الطرق تستخدم بشكل واسع جدا في العالم وخصوصا في امريكا واوروبا وتسمح باتصال عالي الجودة وتحسن هذه الخدمة بالتدريج يوما بعد يوم للأحسن دائما.

وكنتيجة لهذا التطور، نرى ان بعض الخدمات النفسية في العالم طبقت هذه الوسيلة مثلا في علاج بعض الاضطرابات اللغوية ، و للمساعدة اثناء العلاج التحليلي حيث يستخدم الاتصال فضاء افتراضيا يؤدي الى تفاعلات عفوية وكذا في مجال العمل الارشادي ، و ايضا مجال الاضطرابات العقلية العامة و في الخدمات النفس-عصبية .

9.6. المساعدة الجماعية التزامنية و اللاتزامنية : المناقشات الجماعية والارشاد النفسي الجماعي.

من السهل ان تساهم شبكة الانترنت في الاتصال الفعال بين الاشخاص يشكلون جماعة من حيث ان أي فرد من الجماعة يجد سهولة في الاتصال بمجموعة من الاشخاص سواء عن طريق البريد الالكتروني او النشرات الاخبارية **forums de discussion /newsgroup** (اتصال لاتزامني) او عن طريق المحادثة المباشرة (اتصال تزامني).

لقد سهلت البرامج الشبكية هذا النوع من الاتصال سواء عبر قاعات المحادثة او النشرات الاخبارية، و لكل برنامج خاصياته التكنولوجية او الوظيفية، لكن كلها تصب في مجرى واحد و هو تكوين جماعة محادثة عبر الانترنت.

تعد النشرات الاخبارية وسيلة تبادل لمعلومات مختلفة ، حيث تقوم مجموعة من

الأشخاص بتبادل معلومات عن موضوع ما من جوانب الحياة أو موضوع تقني الخ.. ومن هنا يتم تبادل المشاعر أيضا . فكل مشترك يدلي برأيه للآخرين لدرجة اعطاء نصائح و ارشادات لهم و من هنا يتم تبادل عواطف ايجابية(انظر مثل على ذلك على هذا العنوان <http://bafree.com/hisn/m>).

من اول الجماعات التي شكّلت و سارت على هدف تقديم المساعدة الجماعية ، جماعة الكهول بالولايات المتحدة الامريكية و جماعة مرضى السيدا .

ان الامكانيات التي يوفرها الاتصال الافتراضي عبر الانترنت بتمكين أي شخص ان يتصل بآخر في ظل السرية لها تأثير فريد على المشاركين في الجماعة. مثلا، استعمال اسم مستعار لعدم الافصاح على الهوية وحتى على الجنس يزيد من السلوك الانفتاحي ويمكن من التحدث عن المشاكل بشكل عفوي.

كما ان دراسات سابقة للبروفسور ماك كنة **Mc Kenna** و كاتلين **Katelyn** وبارق **Bargh** سنة 1998 ، وجدت ان المشاركة السرية خلال التفاعل الجماعي الافتراضي يسهل على المشاركين التعرف على الذات و تقبل الذات أيضا .

رغم ان الطبيعة التقنية للحواسيب تجعل الاتصال سهلا ما بين اشخاص لم يسبق لهم وان التقوا في الواقع الا أنه وجد أن مثل هذه الجماعات قد تتحول الى جماعات حقيقية.

10.6. البحث النفسي و الاجتماعي:

بما ان الانترنت هو وسط يتفاعل الانسان معه ، فإنه استخدم بطرق عديدة و في مجالات مختلفة من البحث . و نتطرق هنا للبحث النفسي و الاجتماعي حيث استخدمت شبكة الانترنت اساسا لدفع المشتركين نحو البحث العلمي. و جاءت بعد هذا مرحلة هامة تطور فيها البحث الى ان دخل في اطار الدراسات المخبرية. و هذا الاستخدام في اطار منظم موضوعي و مقنن كانت له خصائص منها : قلة التكاليف الخاصة بالبحث و فعاليته.

ان الانترنت اعطى فرصا جيدة للدراسة و كمثال نذكر دراسة ستانتون 1998

Stanton التي اقيمت حول دراسة استبيان قامت عينة شبكية عامة **General web-**

sample من ملئه عبر الانترنت ثم بعد مدة اعطى الباحث نفس الاستبيان الى نفس العينة لكن هذه المرة بطريقة ورقة و قلم ، ووجد المتغيرات المختبرة متطابقة . و بعد هذا ناقش ستانتون عملية وجوب التحكم اكثر في طريقة المعاينة عبر الشبكة و اعطاء اهمية لكيفية جمع البيانات التي يحتاجها الدارس.

بالاضافة الى البحوث الخاصة بالاسيانات من خلال الانترنت ، فإن بحوثا اخرى قام بها باحثون على هذه الوسيلة الهامة . نذكر من بينهم ريفا و قاليمبري **Riva et Galimberi** سنة 1997 اللذين وجدا ان الانترنت هي وسط اجتماعي نمطي **typique** اين يتبادل الاشخاص المعلومات و يتفاعلون مع بعضهم البعض بطرق عديدة بينما يقوم الحاسوب بلعب دور الوسيط في هذه الاتصالات. و لقد وجدا ايضا ان المحيط الاجتماعي عبر شبكة الانترنت يعطي فرصة لدراسة خصائص التفاعل الاجتماعي الانساني.

و لقد اقيمت بحوث عديدة في مجال علم النفس المدرسي من طرف باحثي مدرسة علم النفس بجامعة سان ادروز **St. Andrews** بسد كوتلاندا (انظر <http://monty.st-and.ac.uk/expt2>) .

و أكد موريس و اوقان **Morris and Ogan** 1996 ان استعمال الانترنت في مجال البحث الاجتماعي هو الوسيلة الوحيدة التي تؤدي الى الحصول على بحوث تستعمل فيها عدة مجالات في آن واحد فمثلا تقام دراسات متفهمة لخصائص السلوك الانساني فتدرسه من الناحية النفسية و الاجتماعية والقانونية والتكنولوجية و الانثروبولوجية و الاقتصادية والفلسفية الخ..

لكن هذا لا يجعل وسيلة تكنولوجية كالانترنت خالية من العيوب و النقائص التي تتعكس سلبا على مستخدميها اذ قد يستعمل هذا الاخير بعض البيانات بطريقة خاطئة ، و قد تظهر مشاكل و صعوبات للمحافظة على الخصوصية.

كل هذه النقائص أدت الى القيام بتأليف دليل للبحوث عبر الانترنت. و هذا الدليل أخذ بعين الاعتبار أخلاقيات البحث العلمي و تطبيقاته .

7. البريد الإلكتروني واستعماله للتدخل أثناء الأزمات النفسية

إن نجاح كلا من البريد الإلكتروني والتدخل أثناء الأزمات النفسية عبر علاج قصير يرجعان إلى التحفيزات المتشابهة التي يمتاز بها كل واحد منهما:

هذه التحفيزات هي كالاتي :

- الحاجة الماسة لاستجابة سريعة.
- الثمن الزهيد من أجل تحقيق هذا الهدف.
- سهولة التناول *accessibilité*.
- الفعالية اتجاه أهداف بسيطة.

عند القيام بضم الوسيلتين لتعطينا " التدخل أثناء الأزمات عبر البريد الإلكتروني " فإنها قد تكون وسيلة هامة بالنسبة للمتمرسين في الصحة العقلية.

إن نظرية التدخل أثناء الأزمات الحساسة والتقنيات المستعملة لذلك لا تتطلب إحداث تغيير كبير إذا ما وجهت عبر سلسلة من الاتصالات الإلكترونية بين المعالج والمريض.

و من الضروري أن نمدد المفاهيم حتى لا نقوم بالخلط بين التدخل أثناء الأزمات

Crisis intervention و بين الخدمات الخاصة بالصددمات **Trauma services**.

إن الخدمات الخاصة بالصددمات تركز على التدخل الاستثنائي، أما التدخل أثناء الأزمات فهو ارشاد نفسي مؤقت ذو فنية تحتوي على مراحل وذات أهداف ملموسة وتمارين تهدف لحل المشكل المطروح. وما يريجوه المعالج من خلال هذا التدخل هو تثبيت **stabiliser** السلوك وإرجاع المريض لحالة ما قبل الأزمة.

و يعد التدخل أثناء الأزمات عن طريق البريد الإلكتروني من الاختراعات التطبيقية الفعالة التي بإمكانها في وقتنا الحاضر أن تعيد الصحة العقلية للملايين من البيوت.

و فيما يلي سنقارن بين التدخل أثناء الأزمات عبر البريد الإلكتروني والتدخل أثناء

الأزمات عبر وكالة متخصصة في ذلك.

الجدول رقم 3 : جدول مقارنة بين التدخل أثناء الأزمات عبر البريد الإلكتروني وعبر وكالة متخصصة

التدخل أثناء الأزمات عبر وكالة متخصصة	التدخل أثناء الأزمات عبر البريد الإلكتروني	الخاصية
يعرف المشكل خلال أيام كظاهرة اضطراب وظيفي	يوضع المشكل في إطاره من خلال الرسائل الأولية	تقديم المشكل
من طرف أطباء أو مستشفى أو وكالات للخدمات الإنسانية	مصدر ذاتي	المصدر المرجعي
نظرية خاصة بالمعالج (تحليل نفسي، علم النفس الأنا ego psychology، النظرية المعرفية أو نظرية التعلم	نظرية خاصة بالمعالج (تحليل نفسي، علم النفس الأنا ego psychology، النظرية المعرفية أو نظرية التعلم	النظرية المعمول بها أثناء العلاج التوجيهي
هام لكن غير مستعمل بسبب الحاجة للحل الآني للمشكل	هام لكن غير مستعمل بسبب الحاجة للحل الآني للمشكل	التشخيص حسب DSM IV
تقييم منطقي وسريع لطبيعة المشكل، تقييم قدرات العميل لوجود المرجع العائلي والوسط الذي ينتمي إليه لكن	مماثل للاقتراب الكلاسيكي لكن أكثر صعوبة بسبب طبيعة الوسط (الحاسوب)	التقييم النفسي الاجتماعي

التعمق في تاريخ المريض ليس جزءاً من المبادئ العلاجية.

الجدول رقم 3 : جدول مقارنة بين التدخل أثناء الأزمات عبر البريد الإلكتروني وعبر وكالة متخصصة -تابع-

الخاصية	التدخل أثناء الأزمات عبر البريد الإلكتروني	التدخل أثناء الأزمات عبر وكالة متخصصة
المرحلة الأولى	استكشاف المشكل ووضع إطار معرفي على المستوى اللغوي؛ يقدم المعالج على العموم فرضية خاصة بطبيعة المشكل ودينامية العميل يحدد العلاج ويخطط له وفقاً لوقت معين.	نفس الشيء
المبادئ العلاجية	يشجع العميل للتشبت بمعنى الاستقلالية كما أنه يبنى عقداً contract حسب الأهداف المرجوة من العلاج ويحدد وقت العلاج. يساعد المعالج العملاء على إيجاد حلول وفق قدراتهم الخاصة ولا يستعمل الأسلوب القيادي أو التكويني coaching	نفس الشيء
أهداف العلاج	تختلف حسب الأعراض، منها إعادة القدرات الوظيفية، تقوية القدرات على حل المشاكل، الرؤية المتعمقة أثناء مواقف القلق.	نفس الشيء
نهاية العلاج	هو الجزء الأخير من العقد العلاجي، وهنا إذا ظهر مشكل آخر فيستوجب ذلك تحديد عقد آخر. إن إنهاء العلاج يشجع العميل على	نفس الشيء

	الاستقلالية.	
غالبا يبادر العميل بذلك	ترك المبادرة للعميل	التبوع البعدي
مرات كثيرة في الأسبوع	غالبا ما يتصل العميل بالمعالج أكثر من مرة في الأسبوع. وفي بعض الأحيان تبرمج عدة مراسلات في نفس الأسبوع حتى يحل المشكل.	أوقات اللقاء

الجدول رقم 3 : جدول مقارنة بين التدخل أثناء الأزمات عبر البريد الإلكتروني وعبر وكالة متخصصة تابع و نهائية.

التدخل أثناء الأزمات عبر وكالة متخصصة	التدخل أثناء الأزمات عبر البريد الإلكتروني	الخاصية
غالبا ما تفرض الوكالة من المعالجين مؤهلات و شهادات للممارسة.	غير محددة	المؤهلات المهنية للمعالج
تدفع المصاريف عن العميل من طرف وكالات التي تقوم بضيافة العميل أو من طرف المستشفى أو الجامعة.	دفع خصوصي، وبعض المعالجين يقدمون هذه الخدمة بالمجان	الـدفع paiement
ظرفية لسبب وجود الوكالة قرب العميل من	صعبة لوجود وسيط	المرجعية

الناحية الجغرافية.

الخارجية

8- أخلاقيات استعمال الانترنت

لقد قام الأخصائيون بطرح إشكالات كثيرة تدور حول أخلاقيات إستعمال الانترنت. و لقد نشرت بعض الجمعيات دليلا لاستعمال شبكة الانترنت و هي خاصة بتقديم الخدمات الشبكية (انظر الجمعية النفسية الأمريكية 1997 APA) .

بالإضافة إلى ذلك، فلهذا الدليل دور خاص إذ أنه يوضح قوانين عمليتي الإرشاد والعلاج النفسيين.

من أهم المشاكل الأخلاقية هي التي لها علاقة بالتأكد من الشهادات الجامعية لمؤسسي مواقع المساعدة النفسية او الذين يقومون بالتدخل الارشادي أو حتى المواقع الخاصة بإعطاء المعلومات و التوجيهات. هذه الشهادات خاصة بالإرشاد النفسي أو بالعلاج النفسي أو بتطبيق الاختبارات النفسية.

يؤكد بعض الاخصائيين أن الانترنت هو فضاء حساس جدا بالنسبة لهذا الموضوع حيث أنه يعطي فرصة للمشعوذين للممارسة ، و قد يلحق هذا ضررا بأشخاص كثيرين، هذا من ناحية. من ناحية أخرى، يعطي فرصة للمساس بنوعية الخدمات النفسية المقدمة من طرف محترفي هذا المجال.

من أجل هذا، أكدت مجموعة من العلماء على ضرورة تحليل مشكل أخلاقيات العلاج النفسي و الإرشاد النفسي عبر الانترنت ، و أكدوا على ضرورة وجود دليل خاص بالإرشاد و بالعلاج النفسي على الهواء ، و أكدوا أيضا على ضرورة تكوين **المعالجين والمرشدين النفسيين** الذين اختاروا هذا النوع من العمل.

من أهم المشاكل أيضا التي ظهرت ، مشكل **السرية و الخصوصية** ما بين العملاء و الأخصائيين الذين يلجأ أكثرهم لوضع مواقعهم في مساحات شبكية غير مؤمنة كفاية حيث يستطيع بعض قراصنة الواب التسلل الى الموقع و أخذ معلومات عن العملاء أو قد تكون المعلومات المخزنة في حاسوب المرشد أو المعالج غير مؤمن عليها و من ثم قد يتعرض الزبائن الى استفزات أو مشاكل معينة.

ان استعمال الخدمات النفسية عبر الانترنت يؤدي بطريقة غير مباشرة الى مضاعفة استعمال الحاسوب في حياة الأفراد. و هذا الأمر قدّره البعض على أنه شيء لاجتماعي antisocial بسبب وجود من ينادي بضرورة الإنقاص من استعمال الحاسوب و بالخصوص الانترنت لوجود تأثير سلبي على الشخص نفسه.

و نشرت احدى الدراسات الاولية أن استعمال الحاسوب بطريقة مكثفة يؤثر على الجانب الانفعالي و الاجتماعي للأشخاص و العائلات على السواء. كما أكدت دراسات أخرى على أن استعمال الانترنت بكثرة يعرّض الأشخاص لاستعمال وسائل سلبية موجودة على الانترنت بطريقة سهلة كمواقع الجنس . و التعرض لمثل هذه المواقع قد يجرح شعور الشخص.

السبب الثاني هو أن استعمال الانترنت بكثرة قد يولد نوعا من الإدمان على الاتصال الشبكي خصوصا إدمان برامج تسهّل عملية التفاعل الاتصالي كبرامج المحادثة الالكترونية .

إذا، من الهام جدا أن يتطرق محترفو الخدمات النفسية عبر الانترنت لهذه المواضيع الخطيرة بالتعرّف عليها أولا ثم تحليلها لإمكانية تفاديها.

ان التطبيقات النفسية عبر الانترنت بإختلاف طبيعة كل تطبيق تتزايد بسرعة سواء أكان ذلك من طرف خواص أو جمعيات أو الذين يتعاملون مع مشاكل و حاجات الأشخاص.

هذا المجال لا زال فتيا و لم يحن بعد وقت تعميم تأثيراته الممكنة، و أهميته وتطبيقه.

لقد كان الموضوع الأساسي منذ سنوات في الولايات المتحدة أولا ثم في أوروبا يتعلق بإشكالية القدرة على إعطاء علاج نفسي عبر رسائل تبعث بالبريد الالكتروني و أكد بعدها البحث التجريبي على امكانية هذا النوع من العلاج. أما في الحاضر، فإن الدراسات الحالية تقام على أساس منهجي أدق.

من الواضح أن مجال علم النفس هو في مرحلة ملاحظة التطورات التي تحصل في هذا المجال و إعطاء معلومات عن النصائح و التوجيهات و التحذيرات للمختصين أنفسهم.

الفصل الرابع

شكل موقع "نفسيات" و مواصفاته

1. هتيمهاو " تايستق " عقوم لکن

2. مواصفات موقع " نفسيات "

2. عقومل ٲبيرعلا ٲهجاولا رصانع 1.

عقومل ٲيسنرفلا ٲهجاولا رصانع 2.2.

الفصل الرابع

شكل موقع "نفسيات" و مواصفاته

1. شكل موقع نفسيات وأهميته:

ان استعمال الحاسوب يعني بديهيا الالمام بطرق استخدامه سواء للتعامل مع المعلومات التي يحتويها او لإستعماله في مجال الطبع او الحساب الخ..

و بنفس الطريقة ، فإنه لاستعمال شبكة الانترنت، لابد على المستخدم ان يلم بطرق توظيفها وبالأخص توظيف الخدمات المعروضة بصفحاتها و هذا حسب حاجة كل فرد أو مجموعة.

أما لتصميم أو بناء موقع شبكي، فإنه لا يكفي أن يلم المستخدم بطرق استخدام الانترنت بل عليه القيام بجهد من نوع آخر وهو تعلم استخدام وسائل برمجة متنوعة تكون الوسيلة الاساسية للوصول الى الهدف، وعليه ان يقوم ايضا بالالمام بالطرق التقنية الشبكية من اجل وضع الموقع على الخط *online / en ligne* أي نشره و ذلك حتى يستطيع كل مستخدم للانترنت الاطلاع على صفحات الموقع و الاستفادة من خدماته.

من هنا صممت الباحثة موقع "نفسيات" و الذي يتكون في المجموع من 108 صفحة و
44 صورة و هي مقسمة حسب الجدول التالي:

الجدول رقم 04 : مكونات موقع "نفسيات"

الواجهة	عدد الصفحات	عدد الصور المستخ
العربية	40	23
الفرنسية	67	20
الانجليزية	01	01
المجموع	108	44

و لقد عنيت الباحثة بشكل الموقع لأهمية هذا الأمر، حيث أن الصورة التي يظهر
بها لمستخدمي الانترنت من حيث الالوان و البساطة و سهولة التناول يعطي للموقع قيمة
أكبر و يضمن اطلاع الاشخاص عليه بطريقة مكثفة و متواصلة .

اذن ، فإن شكل الموقع هو احد الاقطاب الذي يلعب دورا هاما في حجم زيارة
الموقع من طرف مستخدمي الانترنت .

ولقد اختارت الباحثة المواصفات التالية لتصميم موقعها " نفسيات " :

1.1- من حيث اللون:

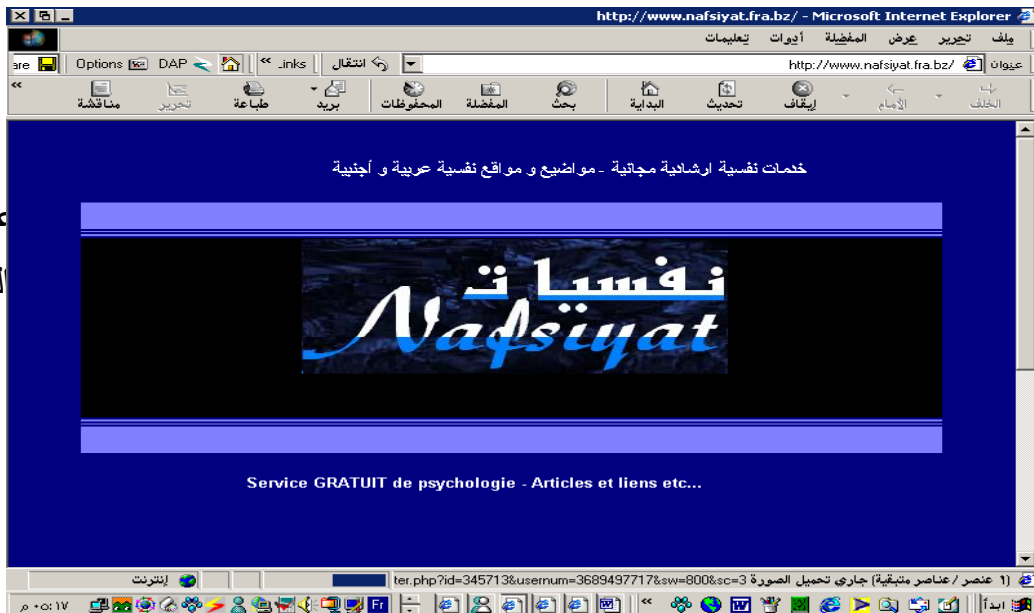
اختارت الباحثة اللون الازرق و اللون البنفسجي، وهذا الاختيار نابع من دراسات
مختلفة على تأثير اللون في الحالة النفسية للشخص. ولهذا قام الأطباء بطلاء المستشفيات
والمصحات العقلية و كل مؤسسة تعتنى بصحة الإنسان عموما باللون الأزرق ، حيث
لاحظوا أن هذا اللون يعطي راحة نفسية أكبر و يبعث انشراحا في صدر المرضى . من
ثم، جعلت الباحثة من التدرج في اللون الأزرق هدفا لإراحة عين المطلع عند التصفح
خصوصا و أن أشعة الحاسوب تؤثر على عين و دماغ المستعمل و خصوصا الذي يأخذ
وقتا طويلا أمامه.

اما اللون البنفسجي ، فإن اختياره نابع من أساس فني للحصول على تناسق في الالوان ومن هذه الناحية استعمل التدرج اللوني للون الأزرق أيضا.

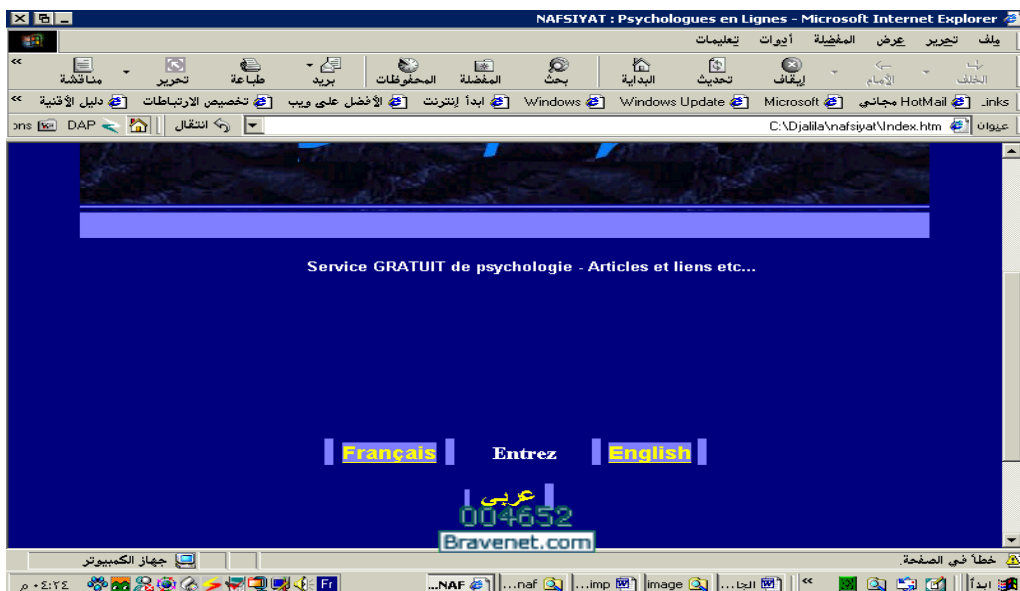
2.1- من حيث الشكل العام:

تختلف اشكال المواقع المنتشرة عبر الانترنت وتختلف التقنيات المستعملة من اجل تصميمها. لكن الباحثة فضلت ان تختار ابسطها حتى لا يتحول الموقع من موقع واضح بسيط الى موقع استعراضي تجاري .

عن طريق
المطلوب.



الشكل رقم : 07 النصف الاول من الصفحة العامة



الشكل رقم : 08 النصف الثاني من الصفحة العامة

تعتبر الصفحة العامة الصفحة الأم و هي تحمل:

- رمز الموقع Logo
- وصف لماهية الموقع واهدافه .
- ثلاث ازرار تعطى الاختيار للمستخدم في نوع اللغة التي يريد استعمالها لتصفح الموقع ، اللغة العربية ام اللغة الفرنسية ام اللغة الانجليزية (لضمان الاطلاع الواسع على خدمات الموقع ، فإن الباحثة بصدد بناء واجهة باللغة الانجليزية للموقع).
- عدادا Bravenet.com 004652 يساعد على التعرف على عدد المطلعين على الموقع و من ثم يتعرف المستخدم على شعبية الموقع.

*تعريف الصفحة الرئيسية:

و هي الصفحة المرجعية لجميع خدمات الموقع وهنا يجب الاشارة الى وجود صفتين رئيسيتين أو واجهتين (الصفحة الرئيسية باللغة الفرنسية والصفحة الرئيسية باللغة العربية).

ولكل واجهة عناصرها المكونة لها و سنعرض فيما يلي عناصر كل واجهة على

حدة.



الشكل رقم : 09 النصف الاول من الصفحة الرئيسية باللغة العربية



الشكل رقم : 10 النصف الثاني من الصفحة الرئيسية باللغة العربية

1.1.2. خدمات الواجهة العربية للموقع:

ان الصفحة الرئيسية للواجهة العربية تخص خدمات متعددة وهي ارتباطات خاصة بالصفحات الموجودة بالموقع التي تقدم هذه الخدمات. وفيما يلي عرض مفصل لهذه الخدمات.

عناوين خدمات موقع "نفسيات" للواجهة العربية	يؤدي هذا الارتباط الى	ماهية الخدمة
الموقع بالفرنسية	←	الواجهة الفرنسية للموقع.
مشاكل وحلول	←	خدمة تعرض المشاكل التي أرسلت الى الباحثة والأجوبة التي تقدمها لذوي المشاكل Bulletin de .bord
اعرض مشكلك هنا	←	استمارة عرض المشكل التي على المسترشد ملأها وبعثها للأخصائية.
تخصصات علم النفس	←	تخصصات علم النفس بجامعة وهران.
مواضيع وبحوث	←	ارتباطات تشعبية عديدة لمواضيع وبحوث صنفتها

الباحثة حسب نوعها.		
مجموعة ارتباطات تشعبية لمواقع نفسية عربية هامة منشورة عبر الانترنت ، بهذه الطريقة يسهل على كل من يبحث عن معلومات ان يتوجه لمختلف المواقع دون اللجوء لمحركات البحث التي من خلالها يأخذ وقتا طويلا للتعرف على نفس هذه المواقع والتي تكون مدمجة مع الكثير من الارتباطات التي لا علاقة لها بما يبحث عنه.	←	مواقع نفسية هامة
منتدى يساعد المسترشدين على الحصول على معلومات وبناء علاقات مع أشخاص يعانون نفس المشاكل ويتبادلون من خلاله أفكارهم وخبراتهم.	←	منتدى الحصن

ماهية الخدمة	يودي هذا الارتباط الى	عناوين خدمات موقع "نفسيات" للواجهة العربية
صفحة موقعية ينشر من خلالها مختلف الأشخاص رأيهم بموقع "نفسيات" و تطلعاتهم.	←	الكتاب الذهبي
صفحة بها آراء بعض الاساتذة والخبراء في علم النفس باختلاف مجالاتهم	←	صدي نفسيات
صفحة تعرض فيها الباحثة عناوين لأشخاص ووكالات تريد ان تعرف بنفسها وهذه العناوين خاصة بالجزائريين المقيمين بالجزائر أو خارج الوطن، والهدف منها هو تكوين علاقات و تبادل المعلومات والآراء	←	دليل العناوين
خدمة موقعية يقوم من خلالها كل من له موقع نفسي بالاعلان عن موقعه ويذكر معلومات عما يقدمه بهذا الموقع.	←	أضف موقعك
صفحة تقوم من خلالها الباحثة بنشر عناوين كتب ومؤلفات نفسية لكل كاتب يريد التعريف بمؤلفه ، وطريقة اقتنائه.	←	كتب ومؤلفات
صفحة معلومات أدرجت فيها الباحثة سيرتها الذاتية .	←	صاحبة الموقع

خدمات أخرى ← و هي خدمات متنوعة للترفيه والاتصال والتعلم الخ..



2.2

الشكل رقم : 11 النصف الاول من الصفحة الرئيسية باللغة الفرنسية



الشكل رقم : 12 النصف الثاني من الصفحة الرئيسية باللغة الفرنسية

1.2.2 - خدمات الواجهة الفرنسية للموقع:

ماهية الخدمة	يؤدي هذا الارتباط الى	عناوين خدمات موقع "نفسيات" للواجهة الفرنسية
	←	Site en arabe
	←	Questions aux psy
	←	Conseils des psychologues
	←	Exposés et Recherches
	←	Espace des Etudiants
	←	Astuces Internet
	←	Annuaire

<ul style="list-style-type: none"> • AD-DALIL: وهو دليل عناوين أشخاص جزائريين ووكالات جزائرية • ANNUAIRE DES PSY EN ALGERIE: عناوين الأخصائيين النفسيين والأطباء النفسيين بالجزائر (صفحة في طور الانجاز) • ANNUAIRE DES DEMANDES D'EMPLOI وهي صفحة خاصة بطلبات العمل للمتخرجين من أخصائيين نفسيين و أطباء نفسيين (صفحة في طور الانجاز) • ANNUAIRE DES OFFRES D'EMPLOI وهي صفحة خاصة بعروض العمل للأخصائيين النفسيين و الاطباء النفسيين. • ANNUAIRE DES SITES ALGERIENS: وهو دليل لمواقع جزائرية هامة 		
---	--	--

ماهية الخدمة	يؤدي هذا الارتباط الى	عناوين خدمات موقع "نفسيات" للواجهة الفرنسية
صفحة معلومات أدرجت فيها الباحثة سيرتها الذاتية.	←	Cv de l'auteur du site
صفحة تضم فرقة أخصائيين ومعالجين نفسيين انظموا للباحثة من أجل الاستفادة من الموقع وأيضا من أجل إفادة الأشخاص بتوجيههم وإرشادهم.	←	Staff du site
صفحة إعلانية تحفز الأخصائيين النفسيين على الانضمام لصاحبة الموقع لتشكيل فرقة بحث وإرشاد وتوجيه.	←	Annonce aux psy
صفحة موقعية ينشر من خلالها مختلف الأشخاص رأيهم بموقع "نفسيات" و تطلعاتهم.	←	Livre d'Or
خدمة موقعية يقوم من خلالها كل من له موقع نفسي بالاعلان عن موقعه ويدرج معلومات عما يقدمه بهذا الموقع.	←	Ajoutez votre site
صفحة تشكر فيها صاحبة الموقع كل من ساعدها من قريب أو من بعيد على بناء موقع "نفسيات".	←	Remerciements

صفحات لخدمات متنوعة للترفيه والاتصال والتعلم الخ..	←	Divers
---	---	---------------

الفصل الخامس

مراحل تصميم موقع "نفسيات" والتعديلات المدخلة عليه

1. " تايسفي " عقوم ميمصت لحارم

1. ينقتلا نيوكتلا ؤلحرم .1

1. تايسفي عقومى يلعفلاءانبلا ؤلحرم.2

1. " تايسفي " عقوم رشن ؤلحرم.3

1. " تايسفي " عقوم بيرج.4

1. عقوماج فيرعتلا ؤلحرم .5

1. " تايسفي " عقوم لامعتسا ؤلحرم .6

2-التعديلات المدخلة على موقع "نفسيات"

3- عرض بعض خدمات موقع "نفسيات"

الفصل الخامس

مراحل تصميم موقع "نفسيات" و التعديلات المدخلة عليه

1.1 مراحل تصميم موقع "نفسيات":

ان تصميم موقع "نفسيات" ونشره عبر الشبكة العالمية تمّ على عدة مراحل

1.1.1 مرحلة التكوين التقني:

1.1.1.1 بالنسبة لبرامج تصميم الموقع :

في شهر جويلية 1999 تابعت الباحثة تكويننا معلوماتيا ذاتيا لمدة شهرين و تلقت دروسا خاصة ببرنامج Microsoft Front page2000. الذي اختارته لبذاء موقع "نفسيات" وكان التكوين ذاتي عبر اقراص مضغوطة و عبر دروس منشورة على شبكة الانترنت. و اتصلت الباحثة ايضا بمهندسين عبر الانترنت للحصول على حلول لمشاكل تقنية تعرضت لها خلال هذه الفترة.

2.1.1 بالنسبة لنشر الموقع وتوظيف خدماته الشبكية:

اما بالنسبة لتعلم طريقة نشر الموقع وتوظيف خدماته الشبكية كالعداد وخدمة اضافة المواقع وايضا الكتاب الذهبي الخ.. استغرقت الباحثة شهران (02) معتمدة في ذلك على دروس شبكية و ذلك من سبتمبر 1999 الى نوفمبر 1999.

2.1.1 مرحلة التصميم الفعلي لموقع نفسيات:

اسغرقت عملية تصميم الموقع شهرا كاملا حيث كان على الباحثة القيام ببحث معمق على معلومات وبحوث ومواقع هامة لجعل الارتباطات التشعبية صحيحة وضم

المسارات بعضها لبعض حسب الاركان التي تطرقت لها سواء ذلك باللغة العربية او الفرنسية. اذن، فعملية تصميم الموقع كان في شهر ديسمبر 1999 ، و ضم مسارات هامة يساعد المطلعين على ايجاد معلومات مركزة في مجال علم النفس عامة.

من خلال مرحلة التصميم هذه، اخذت الباحثة بعين الاعتبار ما يلي:

- تنظيم المعلومات تحت **عناوين واضحة** دون تحميل الصفحة واثقالها حيث ان امر تجميع العناوين بطريقة منهجية يتطلب الدقة والتفكير في تسهيل التناول على المطلعين .
- ضم صور للصفحات تكون صغيرة من حيث السعة بالكيلوبايت حتى يكون أمر فتح الصفحات (أي تحميلها) سريعاً.
- ضم خدمات شبكية كمنتدى الحصن النفسي الخاص بالمناقشة الجماعية تعطي للمطلع فرصة الاحساس بإنتمائه لأعضاء الموقع والاحساس بوجود اشخاص هم في استعداد لمساعدته ، والوصول لهذا الغرض يعدّ من بؤادر نجاح الموقع على المستوى الاتصالي.

3.1.مرحلة نشر موقع "نفسيات":

بعد اعطاء الصبغة الاولى للموقع، كان على الباحثة أن تنشره عبر الشبكة العالمية وتمت هذه العملية في اول جانفي 2000 و كان ذلك على عدة مراحل:

1.3.1-مرحلة ابواء الموقع (أو استضافة الموقع):

من الضروري الحصول على مكان للايواء الموقع لضمان نشره، وهذه خدمة تقدمها بالمجان شركات الكترونية متعددة مثل: / MULTIMANIA.COM / CHEZ.COM /IFRANCE.COM الخ..

و في نفس الاطار من الممكن ان تقدم هذه الشركات خدمات اخرى مكملة أهمها:

- الفضاء الخاص بالتحكم في كل جزء من الموقع .
- البيان الخاص بالإحصائيات للتعرف على عدد المطلعين على الموقع والبلد الذي يتصلون منه.
- عرض خدمات شبكية كالعداد و الكتاب الذهبي الخ..

2.3.1 - التعديلات في الايواء على الشبكة:

لقد اختارت الباحثة شركة Multimania.Com لايواء موقع "نفسيات" وفعلا هذا ما تم الى ان ظهرت بعض المشاكل التقنية الخاصة بهذه الشركة ومن ثم فإن الباحثة كانت مرغمة على اختيار مكان آخر البحث على امتيازات أهم. وهذا ما تم فعلا حيث اختارت شركة Ifrance.Com التي تؤمن امتيازات افضل وهي كالتالي:

- احصائيات يومية عن زيارة الموقع
- احصائيات عن الصفحات المطلع عليها
- بلد اتصال المطلع على الموقع
- خدمات داخلية مثل النشرات الاخبارية
- كتاب ذهبي خاص بالموقع
- فضاء تحكم بملفات الموقع (لتحميلها و انزالها و تعويضها ان لزم الامر).

سنة 2005، قامت شركة Ifrance.com بتغييرات جذرية في واجهتها وخدماتها و أثر هذا سلبا على هيكل موقع "نفسيات" حيث لم تعد معظم مسارات الارتباطات التشعبية تعمل ، و صعب تحميل الموقع أو أي صفحة من صفحاته و ضاعت الكثير من رسائل المتصلين، ومن هنا، كان على الباحثة أن تعيبد النظر في طريقة تنزيل موقعها في مكانه الأصلي . استغرقت الباحثة 17 يوما في إعادة تصحيح كل المسارات و في عملية تنزيل الموقع بنفس الشركة التي قامت بالتعديلات .

3.3.1- توظيف الخدمات الشبكية:

لكل موقع عدة خدمات شبكية يستطيع المستخدم الاطلاع عليها او استخدامها. من بين هذه الخدمات التي رأت الباحثة ضرورة ادراجها خدمة "العداد" وبرنامج "المناقشة الجماعية" وخدمة "الكتاب الذهبي" وخدمة "اضافة المواقع الجديدة"، واستغرقت عملية التكوين والادراج اربعة اشهر (04) بين شهر أوت و نوفمبر 1999. ولقد كانت هذه المدة طويلة بسبب نقص المهندسين في الاعلام الآلي الذين يتحكمون في بناء المواقع ، لهذا اضطرت الباحثة الاستعانة بدروس على الانترنت وايضا الاستعانة بمهندسين وتقنيين أجانب متخصصين في مجال الاعلام الآلي عبر برامج المحادثة - Yahoo/ Icq/ Messenger.

4.1. تجريب موقع "نفسيات":

بعد وضع ملفات الموقع على الشبكة بواسطة برنامج تحكم شبكي (FTP)، كان على الباحثة التأكد من أن الموقع يعمل بطريقة عادية و يمكن للجميع الاطلاع عليه، وبعد التعرف على المشاكل التي قد تحدث في حالة استعمال المستخدمين لحواسيب ذات أنظمة مختلفة كحاسوب الماكتوش والحواسيب التي تشتغل على أنظمة الاونكس او اللونكس **Unix ou Lunix** بدل استعمال نظام مايكروسوفت **Microsoft**. وليس هذا فقط ، بل اختبار قابلية واجهتي الموقع (العربية والفرنسية) للتصفح من خلال أنظمة تحكم مختلفة: النظام الفرنسي **لويندوز Windows** والنظام الانجليزي-العربي أيضا و كذا برنامج اكسبلورر **4.0 Explorer** و اكسبلورر **5.0** ثم اكسبلورر **0.6**

إذا، أجري تجريب الموقع على الخط **online/en ligne** لتوفير الشروط الآتية:

- سهولة تحميل كل صفحات الموقع وايضا الخدمات التي يعرضها هذا الأخير.
- سهولة الانتقال بين صفحات الموقع .

وضوح المعلومات من ناحية كيفية ظهورها عبر مختلف الحواسيب (وضوح الخط واللون، عدم وجود مشاكل في ترميز النص **Codage de texte** و ترميز النص هو

نظام يندرج تحته الكثير من نوعيات استعمال الخط مثل الترميز لويندوز windows او الترميز الشرقي oriental او الغربي occidental أو ASCII الخ ..

- التأكد من صحة المسارات التي تؤدي لمختلف الصفحات ، أي وجود اتصال ما بين الارتباط التشعبي و الصفحة المراد تحميلها.

5.1. مرحلة التعريف بالموقع

استغرقت مرحلة التعريف بالموقع شهرين وأسبوع واحد من الزمن وكان ذلك بطرق مختلفة:

1.5.1-لتعريف بالموقع من خلال خدمة الشركة الشبكية IFRANCE.COM

حيث تقدم الشركة خدمة مجانية للتعريف بالمواقع التي تؤويها وذلك عن طريق خدمة المرجعية Service de référencement .

تقوم الشركة بنشر اسم الموقع ضمن لائحة المواقع في العالم حسب تصنيف معين، كما تنشر اختصارا لنوع الخدمات التي يقدمها الموقع، ويُدْرَج اسم الموقع ضمن اللائحة العالمية في خلال 48 ساعة على الاكثر حتى تستطيع محركات البحث العثور عليه وادراجه في قوائمها ، واهم هذه المحركات / / Google/ Altavista/ Lycos/ Yahoo / Ask/Go/Webcrawler/ Hotbot/ Ecila/ Aol .

2.5.1- التعريف بالموقع عن طريق البريد الالكتروني

لقد تم ارسال اعلان عن ظهور موقع جديد خاص بالارشاد النفسي والتوجيه وذلك عن طريق البريد الالكتروني لـ 182 مستخدم جزائري للانترنت. اخذت هذه العناوين بطريقة عشوائية سواء من موقع Cerist الجزائري أو من خلال دليل بريدي منشور عن بر شركة ICQ.

3.5.1-التعريف بالموقع عن طريق مقاهي الانترنت

وضعت الباحثة اعلانا عن الموقع وخدماته واتصلت بثلاثين مقهى للانترنت سنة 2004 منها 15 بوهران 04 عبر مدينة عين تموشنت و06 بتلمسان و 02 بمستغانم و03 بسيدي بلعباس و هذا استعانة ببعض الزملاء المقيمين بهته المدن.

4.5.1-التعريف بالموقع في الوسط الجامعي

اختارت الباحثة وضع اعلانات بكل معاهد جامعة وهران واستهدفت بالخصوص اعلام طلبة علم النفس بواسطة اعلان خاص بهم بوجود موقع خاص بمجال دراستهم لضمان مشاركتهم في تقييم الموقع و المشاركة بملا استمارات البحث.

6.1. مرحلة استعمال موقع "نفسيات"

بعدما نشرت الباحثة الموقع وعرفت به فإنها توصلت ب 689 رسالة الكترونية في الشهر الاول من النشر النهائي. وقسمت الباحثة هذه الرسائل الى ثلاث أنواع :

- رسائل تهنئة بظهور اول موقع جزائري مئة بالمئة في مجال علم النفس(201 رسالة)
- رسائل استفسارية عن بعض محاور الموقع (459 رسالة)
- طلبات مساعدة وتوجيه (124 رسالة).
- رسائل من مواقع اخرى بالخارج يبحث أصحابها عن التبادل في مجال علم النفس والفلسفة ، وهم مختصون في علم النفس وعلم الاجتماع و الطب النفسي (62 رسالة).

-التعديلات المدخلة على موقع "نفسيات" 2.

من اجل اعطاء الشكل النهائي للموقع وبعد حصول تغذية رجعية ايجابية عبر الانترنت وذلك من خلال المطلعين على موقع "نفسيات" والمستخدمين لخدماته ، وعبر سبر آراء أولي قدم عبر البريد الالكتروني، شارك 396 مستخدم باعطاء رأيهم فيما يخص شكل ومضمون موقع "نفسيات".

ووفقا لهذه الآراء، اجرت الباحثة تعديلات على مستويين:

1.2-شكل الموقع:

غيرت اللون الخلفي لصفحات الموقع من صورة "سماء" لصورة بسيطة عبارة عن واجهة باللون الازرق الفاتح . كما استعملت على الاكثر ثلاث ألوان للخط الذي كتبت به محاور الموقع (خط أصفر أو أبيض على ارضية بنفسجية).

2.2-عنوان الموقع:

لقد كان اسم الموقع في بادئ الامر " نفس جز - Nafsdz " وهذا ليعبر عن بلد الموقع. لكن بعد وجود مشكل على مستوى صعوبة تذكر اسم الموقع ، قررت الباحثة تغيير الاسم الى "نفسيات"، هذا كمرحلة اولى.

كمرحلة ثانية، وبما ان الموقع تابع لشركة IFRANCE.COM فإن عنوان الموقع كان <http://www.ifrance.com/nafsiyat> أو <http://nafsiyat.ifrance.com> وهذا العنوان وجده بعض المستخدمين صعب التداول لهذا وضعت الباحثة موقع "نفسيات" تحت اسم عنوان خاص به دون المرور من خلال شركة الايواء او ما يسمى بتحويل مسار الموقع la redirection du site ، ومن ثم كان على الباحثة شراء عنوان مجال من شركة توزيع اسماء المجالات فاختارت شركة BLEUBLANCNET.COM ، فأصبح بذلك عنوان الموقع www.nafsiyat.net ، وهو اسهل للتذكر ويوفر سرعة في البحث. لكن بعد وقوع تعديل في شركة BLEUBLANCNET.COM كان على الباحثة الانتقال مرة ثانية للمجال الاول لأنه الاكثر أمانا لتحميل الموقع.

: "عرض بعض خدمات موقع "نفسيات-3"

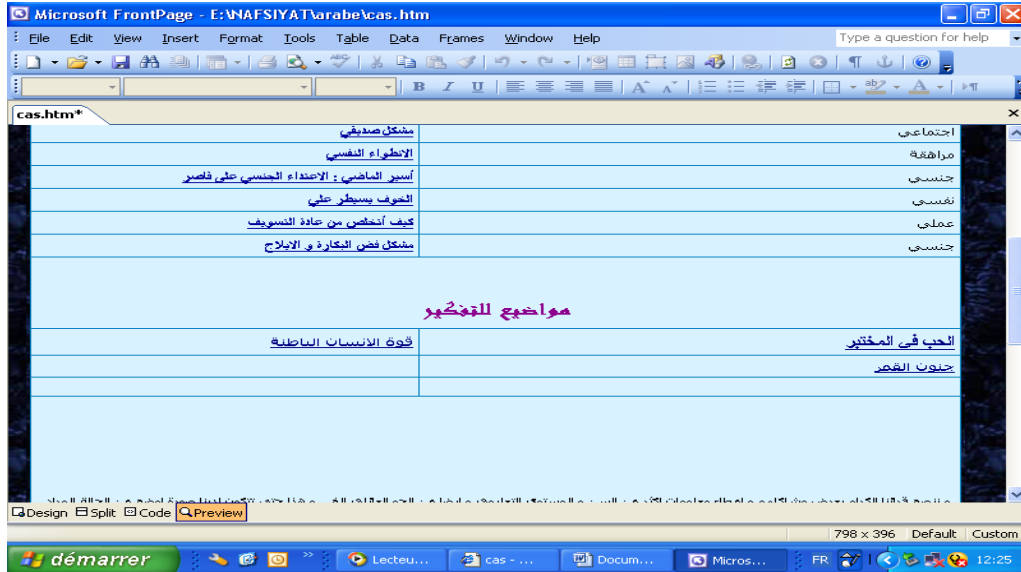
نعرض في هذا العنصر بعض خدمات موقع "نفسيات" للواجهتين العربية والفرنسية :

[مشاكل وحلول](#)

وهي خدمة تعرض المشاكل التي أرسلت الى الباحثة والاجوبة التي تقدمها لذوي المشاكل.



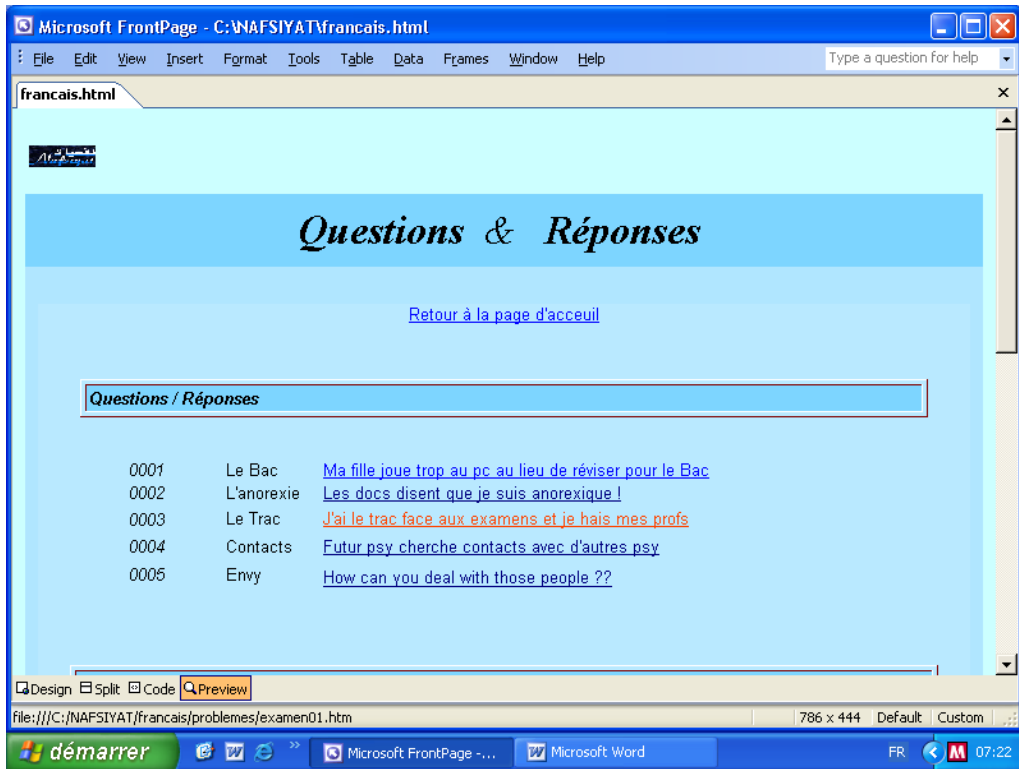
الشكل رقم 13 : صفحة عرض المشاكل و الحلول المقدمة من طرف الأخصائية بالعربية الجزء الاول



الشكل رقم 14 : صفحة عرض المشاكل و الحلول المقدمة من طرف الأخصائية بالعربية الجزء الثاني

و نفس الخدمة نجدها باللغة الفرنسية:

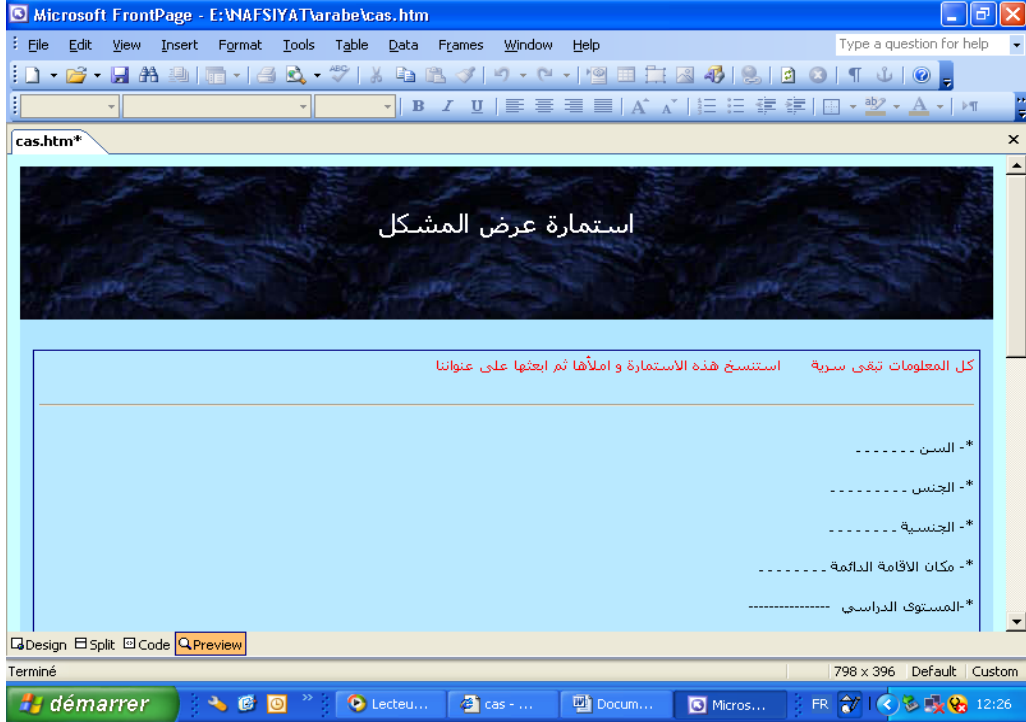
وهي خدمة تعرض المشاكل التي أرسلت الى الباحثة والاجوبة التي تقدمها لذوي المشاكل. **Conseils des psychologues**



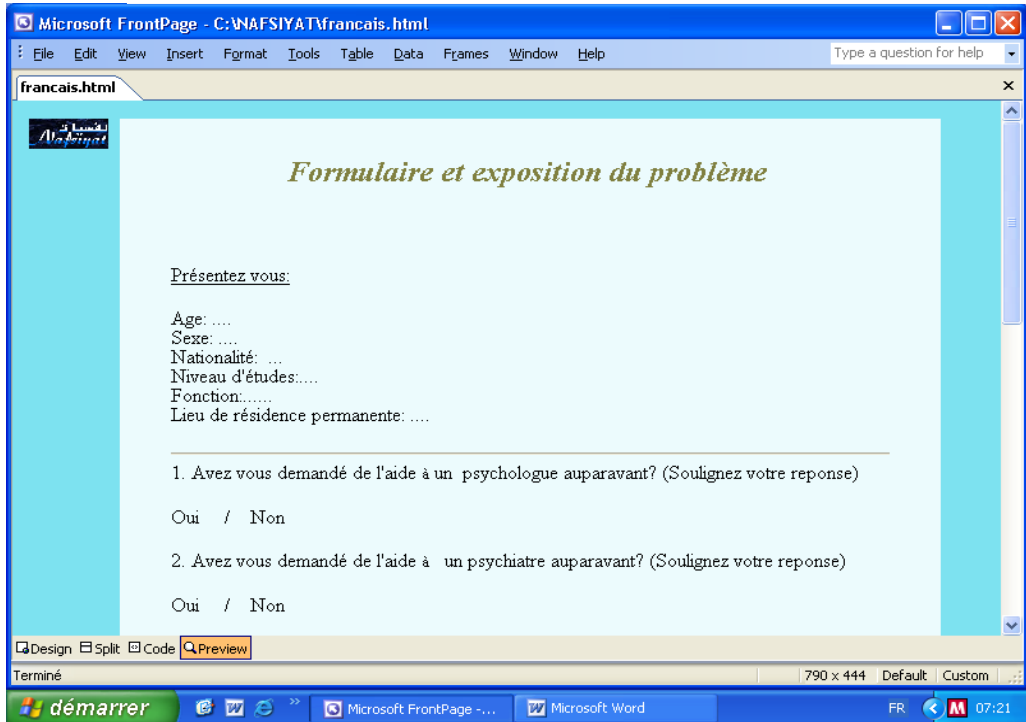
الشكل رقم 15 : : صفحة عرض المشاكل و الحلول المقدمة من طرف الأخصائية بالفرنسية

في هذه المساحة يملأ المسترشد استمارة عرض
المشكل .

**اعرض مشكلك هنا (استمارة
عرض المشكل)**



الشكل رقم 16 : استمارة عرض المشكل بالعربية



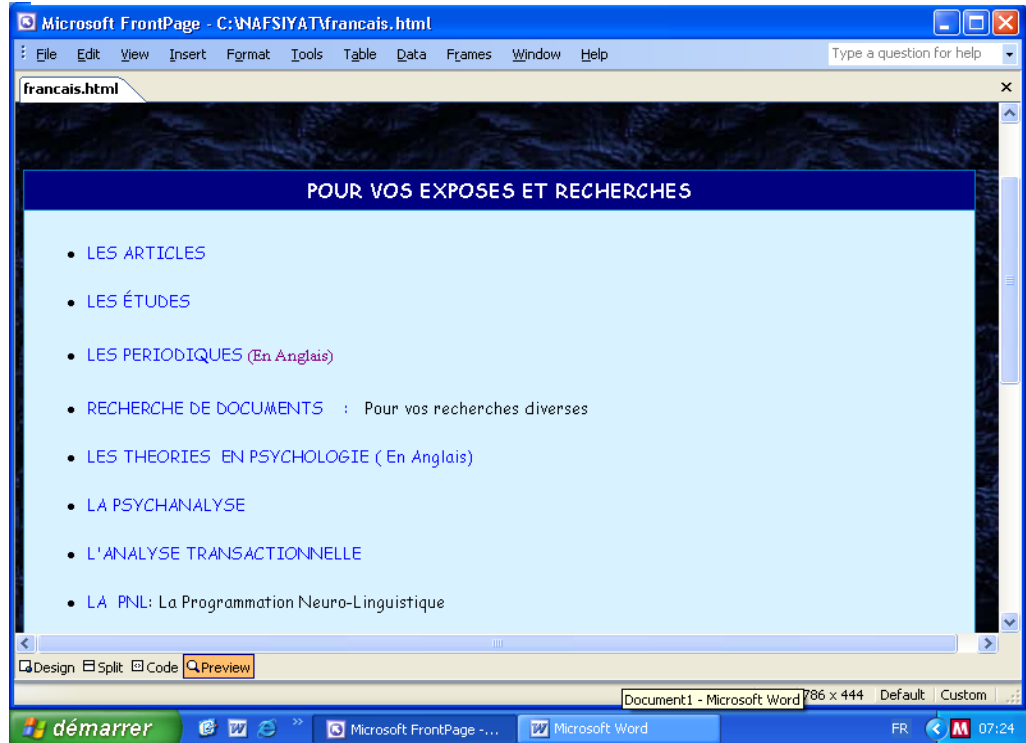
الشكل رقم 17 : استمارة عرض المشكل بالفرنسية

بداية لمواضيع

وبحوث صنفتها الباحثة حسب نوعها.



الشكل رقم 18 : صفحة عرض ارتباطات تشعبية لمواضيع و بحوث هامة بالعربية



الشكل رقم 19 : صفحة عرض ارتباطات تشعبية لمواضيع و بحوث هامة بالفرنسية

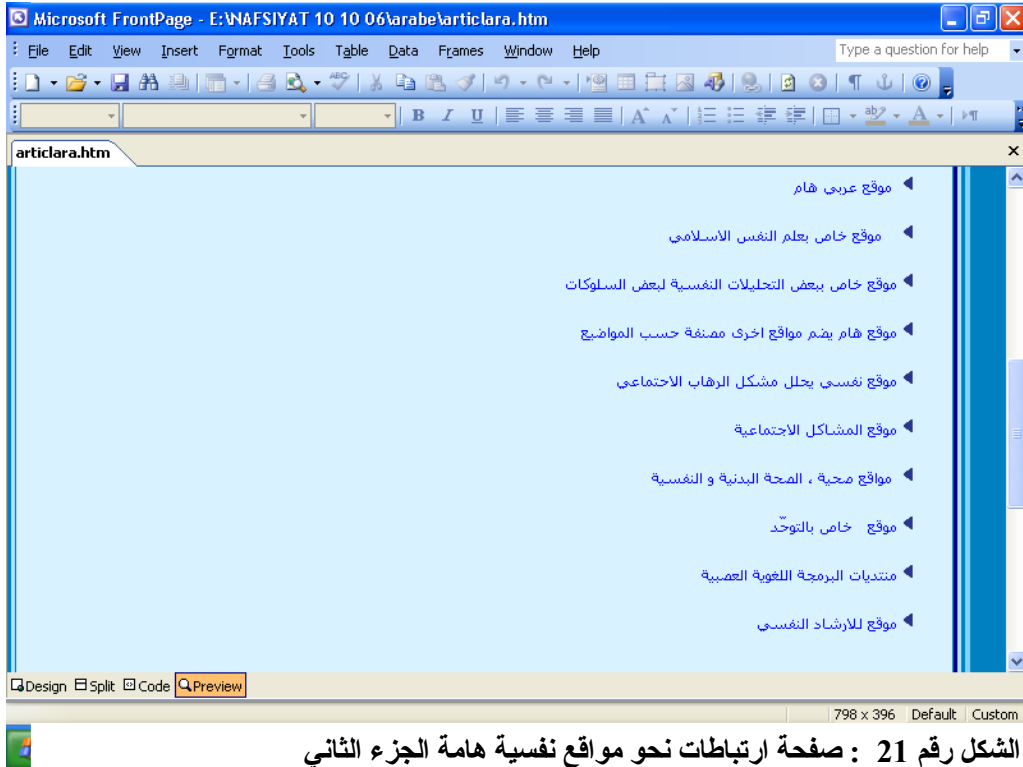
مواقع نفسية هامة

تضم ارتباطات لصفحات و مسارات نحو مواقع نفسية

هامة.



الشكل رقم 20 : صفحة ارتباطات نحو مواقع نفسية هامة الجزء الأول

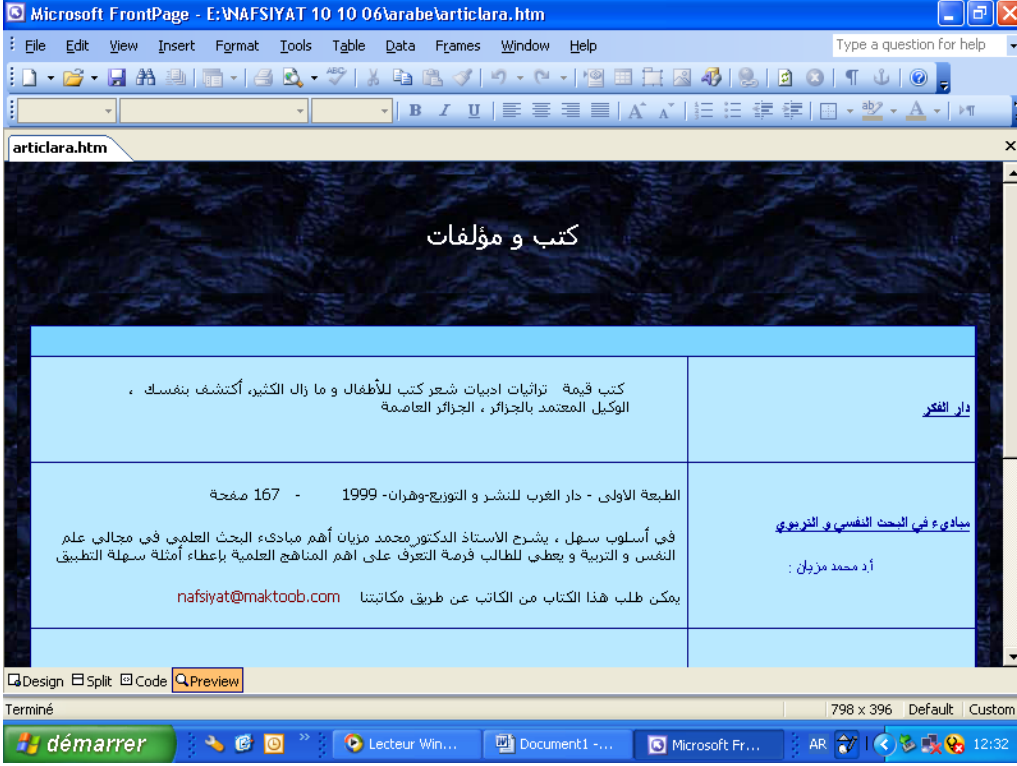


الشكل رقم 21 : صفحة ارتباطات نحو مواقع نفسية هامة الجزء الثاني

و هي صفحة تقوم من خلالها الباحثة بنشر عناوين كتب

كتب ومؤلفات

ومؤلفات نفسية لكل كاتب يريد التعريف بمؤلفه ، وطريقة
اقتنائه.



الشكل رقم 22 : صفحة عرض مؤلفات الكتاب في علم النفس

الفصل السادس

الخطوات المتبعة لتحديد الموضوع و منهجية الدراسة

1. الخطوات المتبعة لتحديد الموضوع

2 كيفية تحديد مراحل الدراسة

3 منهج البحث المتبع

4 المنهج الوصفي

5 المنهج الإحصائي

4 إجراءات الدراسة و برنامج العمل
على الشبكة

5 أدوات البحث

6 الدراسة الاستطلاعية

7- الدراسة الأساسية

الفصل السادس

الخطوات المتبعة لتحديد الموضوع ومنهجية الدراسة

1- الخطوات المتبعة لتحديد الموضوع:

ان اختلاف المواضيع يقودنا لإختلاف الوسائل التي يؤدي استعمالها الى الكشف
موضوع البحث صعبا -أي يصعب الإمام بكل الحقائق التي تدور حوله-. اذن، مرّت
الباحثة ببعض الخطوات قبل أن تحدّد موضوع بحثها وهي كالآتي:

الخطوة الاولى:

من خلال استعمال الباحثة لشبكة الانترنت لمدة سنتين ونصف منذ سنة 1997م، ومن خلال بعض الخدمات الشبكية المعروضة عبر المواقع الأجنبية المختلفة والتي لاحظت ان الفئة الجزائرية تميل الى استعمالها، وبالخصوص مواقع المحادثة (Chat/Tchache) جلبت انتباهها بعض الظواهر "السلبية" كظاهرة العنف اللفظي والتعدي اللفظي والتهكم في غير مكانهما ما بين المتحدثين عبر المحادثة الالكترونية، وايضا ظاهرة ميل المتحدثين سواء للكذب او لجلب أطراف الحديث مع الجنس الآخر الى درجة التحرش الجنسي، وهذا من الطرفين على السواء.. كل هذه الظواهر وغيرها دفعت الباحثة ان تحاول فهم هذه الظواهر ولماذا تقع عبر الانترنت بالذات.

الخطوة الثانية :

جربت الباحثة الإعلان عن شخصها كأخصائية نفسية وهكذا تعجبت في إحدى غرف المحادثة الالكترونية من كمية الأسئلة التي كانت تتهاطل عليها خلال كل محادثة و من خلال بريدها الالكتروني، وتعدد نوع المتدخلين الذين يريدون عرض مشاكلهم والبحث عن المساعدة المتخصصة. هذا الامر، جعلها تعرض خدماتها عبر الشبكة وفكرت من ثم أن تصمم موقعا يعطي للانترنوتيين أجوبة على أسئلتهم ويكون بمثابة الموجه لمن يريد توجيهات وإرشادات نفسية.

الخطوة الثالثة:

فكرت الباحثة بتعميق خدماتها وجعل الركن الأساسي بالموقع الذي أرادت تصميمه هو الإرشاد النفسي عن طريق البريد الالكتروني او عن طريق المحادثة الالكترونية.

2. كيفية تحديد مراحل الدراسة :

1.2 - بناء موقع الارشاد النفسي على الانترنت

1.1.2 - شكل الموقع :

حاولت الباحثة تبسيط طريقة عرض خدمات الموقع الى أقصى حدّ وجعلت شكله بسيطاً وألوانه بسيطة ودالة في نفس الوقت.

2.1.2 - طرق الاستفادة من الخدمات الالكترونية لموقع "نفسيات":

يستطيع أي انترنوت الاستفادة من الخدمات الالكترونية بأربع طرق :

- طريقة الاطلاع على موضوع يهمه عبر الصفحات المنشورة للمواضيع عبر الموقع.
- طريقة تتبع ارتباط تشعبي بالموقع يوصله للمعلومات الضرورية.
- طريقة الاتصال عبر البريد الالكتروني بالباحثة وتقوم هي بدورها بالردّ على الرسالة بنفس الطريقة.
- طريقة طلب الانترنت لمقابلة مع المرشدة عبر حصة من المحادثة الالكترونية ليشرح عليها مشكله او ليطلب منها توجيهات معينة لمعلومات يحتاج إليها.

3.1.2 - الحالات المستفيدة :

كل الأشخاص من جميع الفئات العمرية ومن كلا الجنسين، أي كلّ من يتصل بالباحثة لغرض طلب التوجيه او للاسترشاد في مجال علم النفس.

4.1.2- طريقة الإجابة على الحالات من طرف المرشد النفسي

تكون الإجابة سواء عبر البريد الإلكتروني أو عبر المحادثة الإلكترونية

3- منهج البحث المتبع:

يعرّف المنهج على أنه: " الطريقة المسطرة من طرف الباحث بهدف الوصول الى الحقيقة واكتشاف الظاهرة المدروسة من أجل الحكم على صدقها" (عمار بخوش) 1984.

1.3- المنهج الوصفي:

لقد اعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الوصفي من بين مناهج عديدة بسبب طبيعة الموضوع المدروس، ولأنها الطريقة الوحيدة الممكنة في دراسة مواقف اجتماعية او ظواهر سلوكية تقع عبر الانترنت.

من هنا استعملت الباحثة جهاز الحاسوب لتلاحظ تفاعلات مستخدمي الانترنت فيما بينهم، ومعها، ومع موقع "نفسيات" وخدماته ايضا.

قامت أيضا بملاحظة مستخدمي الانترنت عبر المحادثة الإلكترونية "الشات" لأخذ نظرة عن سلوكهم وأخذ فكرة عما إذا كانوا في حاجة لتدخل أخصائيين نفسيين للإجابة على بعض الأسئلة التي يطرحونها في قاعات الشات.

رغم ان تفسير نتائج البحوث الوصفية يبقى مبدئيا الى حد بعيد، إلا أن موضوعا جديدا كدراسة تقييمية لموقع نفسي جزائري في حاجة لمعلومات تفسيرية للإطلاق منها نحو آفاق جديدة في مجال علم النفس. ومن مميزات الملاحظة الطبيعية لظاهرة ما ، تقليل تأثير الملاحظ (الباحثة) على الملاحظين (مستخدمي الانترنت) حيث لا يدركون أنهم هدف الملاحظة.

اذن، كخلاصة لما عرض ، فإن بحثنا هذا يندرج في إطار المنهج الوصفي

لسببين رئيسيين:

- ان المشكلة المطروحة للبحث تعتمد على جمع المعلومات والبيانات والتي من خلالها تستطيع الباحثة تبيان قيمة موقع "نفسيات" .
- استعملت الباحثة الاستمارة كأداة للبحث ووسيلة من وسائل البحث الوصفي لأنها لم تجد من الضروري تطبيق نوع آخر الادوات كالاختبارات النفسية او المقابلات المباشرة، و ذلك لأنها لم تعص في أغوار شخصية أفراد الدراسة بل اكتفت بملاحظة استجاباتهم عبر الانترنت .

2.3-المنهج الإحصائي:

يعرف فاخر عاقل المنهج الاحصائي انه منهج "يستعمل .. في دراسة عينة من العينات لكي يمكّن من التعرف على المجموع الكلي للموضوع" (عمار بخوش 1984).

"و يحصل الباحث عادة على نتائج تكون في صورة رقمية وتستخدم الاجرائات الرياضية المسماة "الإحصاء" لتنظيم وصف وتفسير البيانات" (لندال. دافيدوف 1981)

و تتمثل ميزة هذا المنهج ليس فقط في وجود إحصائيات ومعلومات موبّنة، بل بصفة خاصة في التعرف على نوع الأعمال أو النشاطات التي يعرف فيها المجهود الإنساني، وكيف يمكن للتخطيط لهذه الأعمال في المستقبل، ثم التعرف على الأدلة والأسباب التي يمكن استخلاصها من تلك الإحصائيات المتوفرة " (عمار بخوش 1984).

1.2.3- أداة التقييم الإحصائي:

من أجل الحصول على معلومات حقيقية حول تعامل مستخدمي الانترنت مع موقع "نفسيات" ومع مختلف صفحاته وخدماته ، استعملت الباحثة أداتين : العدّاد وسلم تقييمي.

*- العدّاد : Le compteur

و هو أداة دقيقة تمكنت الباحثة من خلالها من الاطلاع على عدد زيارة مستخدمي الموقع لكل صفحة من صفحاته وكل خدمة من خدماته وذلك بالتعرف على تاريخ ووقت زيارة الصفحات وبلد الشخص الزائر .

*- سلم تقييم الموقع:

و هو سلم يحتوي على خمس (05) درجات تقييمية لجودة موقع "نفسيات" من حيث المضمون، الشكل العام والاستعمال. ونقصد بالمضمون ما قدمته الباحثة من معلومات مختلفة في الموقع أما الشكل العام، فإن جودته تكمن في تناسق الألوان وشكل تقديم المعلومات به ونسبة التوافق ما بين هدف الموقع وشكله. أما الاستعمال فتقصد به الباحثة سهولة تصفح صفحات موقع "نفسيات" والتنقل بين المعلومات والعودة للمعلومات في حالة التوغل بين الارتباطات التشعبية، وكذا سرعة ظهور الصفحات من وقت أن يضغط فيها الباحث على الارتباط التشعبي الى وقت تحميل الصفحة بالكامل (أي ظهورها).

2.2.3- أداة التحليل الإحصائي:

ان تحليل النتائج هو الذي يجعل من الإحصائيات المحصل عليها أرقاماً ناطقة، حيث عن طريق التحليل نستطيع فهم العلاقات الموجودة بين الرقم والصفة المعبر عنها. اعتمدت الباحثة على الطريقة البسيطة المتمثلة في حساب النسبة المئوية لإجابات الافراد على استمارات البحث والسبب أنه لم يكن هناك داع للإستعانة بالطرق الاحصائية المعقدة غرض التضخيم ما دام البسيط يفي بالغرض. ان طريقة حساب النسبة المئوية ساعدت الباحثة في التعرف على مدى اقبال مستخدمي الانترنت على موقع "نفسيات" وعلى نوعيتهم من خلال الجنس والسن و البلد.

4- إجراءات الدراسة وبرنامج العمل على الشبكة:

1.4- مكان الدراسة:

بسبب طبيعة البحث، أقامت الباحثة جلّ دراستها بمكتبها الكائن بمقر سكنها، حيث استعملت حاسوبها الشخصي المزود بخدمة الانترنت. وبعض الاحيان كانت تضطر للذهاب لمقهى الانترنت خصوصاً في حالة محاولة تجريب موقعها وكان هذا شيئاً

ضرورياً أو عند وجود عطل بالاتصال الشبكي لحاسوبها الشخصي.

ثم بدأت من سنة 2005 بإستعمال الانترنت بمقاهي الانترنت بسبب تغيير المسكن و الاستقرار ببيت لا يتوفر على خدمة التهتفية.

2.4- وقت اجراء الاتصالات الشبكية:

بما أن الباحثة تعمل في نفس الوقت بإحدى الشركات، لم تستطع استعمال أدوات بحثها أثناء النهار الا أيام الخميس والجمعة وكان الاتصال الشبكي ما بين السادسة مساء الى غاية الواحدة صباحا وذلك يومين في الاسبوع. والملاحظ أن الاتصال الشبكي بعد الساعة العاشرة كان أسهل واسرع **le débit de connexion Internet**. لهذا فضلت الباحثة هذه الاوقات.

3.4- عينة البحث:

لقد كان اختيار عينة البحث اختيارا عرضيا، وطريقة اختيار عينة عرضية **accidentelle** هو نوع من الطرق " يأخذ العينات بطريقة الصدفة أي يحصل الباحث على المعلومات من الذين يصادفهم. وطبعاً، فإن نتيجة هذه العينات لا تعكس واقع المجتمع الأصلي وإنما تعطي فكرة على مجموع الأفراد الذين أخذ منهم الباحث المعلومات المتجمعة لديه" (عامر ابراهيم قنديلجي 1979)

و من أجل الحصول على أكبر عينة ممكنة من الأشخاص ، قامت الباحثة بالاعلان على موقع "نفسيات" من خلال مواقع أخرى ، كما اتصلت ببعض الاشخاص عبر المحادثة الالكترونية ليتعرفوا هم بدورهم على خدمات موقع "نفسيات" وليقوموا بتعريفها لغيرهم.

من هنا ، فإن عيني الدراسة الاستطلاعية والأساسية كانتا عينتين عرضيتين **accidentelles** وضمتا أفرادا من الجنسين ومن فئات عمرية مختلفة من سن 15 سنة الى ما فوق 50 سنة. ومنهم طلبة علم النفس للمستويات الأربعة بجامعة وهران من ثم فإن العينة الكلية تتمثل في 3227 شخص منهم 305 من الطلبة والباقيون أي 2922 شخص هم مستخدمون للانترنت من اصل عربي أجابوا على الاستمارة التي عرضتها الباحثة على

3738 شخص عربي عبر الانترنت (هذه الاستمارة معروضة ايضا على موقع "نفسيات" وقامت الباحثة ببعثها أيضا الى لمختلف الأشخاص العرب عبر برامج مختلفة عبر الانترنت ، ولقد استبعد كل المتصلين الأجانب الغربيين من عينة البحث.

5- أدوات البحث:

من الضروري أن تتناسب طريقة جمع معلومات البحث مع أهدافه، وبما أن طرقا كالمقابلة واختبارات الشخصية من نوع ورقة وقلم أو من نوع الكروت **les cartes** أو اللوحات **les planches** لا تقي بالعرض وغير ممكن استعمالها بسبب طبيعة البحث ، استعملت الباحثة طريقة الاستبيان **questionnaire** وطريقة الشبكات التقييمية **grille d'évaluation**. ويمكن الاستبيان من " جمع معلومات عن تفكير وسلوك عدد كبير من الأفراد بطريقة اقتصادية وسريعة" (لندال . دافيدوف 1981) أما الشبكة التقييمية فنقيّم الموقع على سلم درجات من "ردئ" الى "جيد جدا".

و حتى تكون العينة واسعة وكافية لتمثل المجتمع الأصلي، وزع الاستبيان بأربع طرق مختلفة:

1- عبر البريد الإلكتروني بعد جمع عناوين طلبة علم النفس للمستويات الأربع بجامعة وهران وهذا استعانة بأساتذتهم.

2- عبر البريد الإلكتروني لعينة من 3738 شخص عربي من كامل انحاء العالم استعانة ببرامج المحادثة الإلكترونية التي تبث هذه العناوين مصنفة حسب السن ودولة الإقامة وأصل مستخدمها.

3- عبر ثلاثين (30) مقهى للانترنت في مدن جزائرية مختلفة وزعت من خلالها اعلانات من طرف بعض زملاء الباحثة المقيمين في هذه المدن (15 بوهران، 02 بمستغانم، 04 بعين تموشنت، 06 بتلمسان و 03 بسيدي بلعباس).

1.5- الاستمارة :

ان الاستمارة الاولى متكونة من 29 عبارة بقيت منها 20 عبارة بعد تنقيح الاساتذة لها. قسمت العشرون عبارة كما يلي:

البعد الاول (الفقرة أ): يقيس قيمة خدمات موقع "نفسيات" في مجال البحث عن معلومات في علم النفس للطلبة الذين هم في اطار التخصص .

البعد الثاني (الفقرة ب): يقيس قيمة خدمات موقع "نفسيات" من ناحية الارشاد النفسي والتوجيه بالنسبة لمستخدمي الانترنت العرب.

البعد الثالث (الفقرة ج): يعطي تقييمًا لخدمات موقع "نفسيات" من حيث استعماله وسهولة الاطلاع على صفحاته ومضمونه وشكله أيضا.

البعد الرابع (الفقرة د): يقيس قيمة خدمات موقع "نفسيات" بالنسبة للإرشاد النفسي والتوجيه نحو التخصص وهو خاص بطلبة علم النفس ما قبل التخصص.

2.5- الهيكل العام للاستمارة:

التعليمات: اقتصرت التعليمات على دعوة لملأ الاستمارة بطريقة سرية دون ذكر الاسم وهذا لتشجيع أكبر عدد ممكن من الأشخاص للاجابة على الاستبيان.

العبارات: هي على شكل أسئلة مغلقة يجيب عليها الشخص ب "نعم" أو "لا" وهي 36 عبارة في المجموع: 13 عبارة في الاستمارة الاولى و 13 في الاستمارة الثانية و 10 في الاستمارة الثالثة.

عدد الاستمارات: وضعت الباحثة ثلاث استمارات متداخلة العبارات وذلك حسب عينة البحث و محور أسئلة البحث. وفي حقيقة الامر فإن الباحثة قسّمت العينة الكلية الى ثلاث مجموعات :

- *- مجموعة مستخدمي الانترنت العرب
- *- مجموعة طلبة علم النفس ما قبل التخصص
- *- مجموعة طلبة علم النفس في اطار التخصص

6- الدراسة الاستطلاعية :

ان الدراسة الاستطلاعية هي جانب هام من كل بحث حيث بواسطتها يتم الانتقال من النظرية الى التطبيق للتعرف عن قرب على المشاكل والصعوبات التي قد تعترض الباحث وتقف حجر عثرة أمام التوصل الى نتائج موثوق بها. وقد تتم مراجعة فرضيات البحث واهدافه انطلاقا من النتائج المحصل عليها في الميدان.

1.6- الغرض من الدراسة الاستطلاعية:

ان الغرض منها في بحثنا هذا هو تجربة نشر موقع "نفسيات" على شبكة الانترنت للتعرف على الاشكالات التي قد تعترض سواء الباحث أو مستخدم الانترنت والداخل على الموقع. ثم ، معرفة اذا ما كان الاقبال على الخدمات النفسية هاما وخصوصا الاقدام على الاجابة على استمارات البحث المنشورة عبر الموقع. واستغرقت هذه الدراسة 32 يوما حيث كان انتظار التوصل برسائل مستخدمي الانترنت واجاباتهم حوالي اسبوعين.

2.6- العينة الاولى للبحث الاستطلاعي وتجريب الاستمارات:

بعدها وضعت الباحثة اسئلة الاستمارات الثلاث حسب المحاور التي سطرته، عرضتها على اساتذة مختصين أفادوا بخبرتهم في هذا المجال وأعطوا ملاحظات قيمة حول الاسئلة المطروحة وصيغتها ومدى معالجتها الموضوعية للبحث وسيرها نحو التقصي عن قيمة الارشاد النفسي عبر موقع "نفسيات" وكذا صحة الصياغة وصدقها فيما يراد قياسه . فبناء على هذه الملاحظات ، تمت اعادة صياغة الاسئلة من جديد ثم تم تطبيق الاستمارات تطبيقا تجريبيا على 320 مستخدم عربي للانترنت و 40 طالبا بمعهد علم النفس ، أي أخذت الباحثة 10 طالبة بالنسبة لكل مستوى.

بهذا التجريب استطاعت الباحثة أخذ فكرة أدق وأكثر واقعية على ردود أفعال العينة. هذا التجريب الفعلي جعل الباحثة تلغي 09 أسئلة وتعديل بعض المفردات التي أن أصبحت الاستثمار في شكلها النهائي ثم عرضتها مرة ثانية على نفس الاساتذة .

الجدول رقم 05 : توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية

عينة الدراسة الاستطلاعية	خصائص العينة
40	طلبة علم النفس للسنوات الأربع
320	مستخدمي الانترنت
360	المجموع

3.6- العوامل المؤثرة على سير المرحلة الاستطلاعية:

من أهم العراقيل والصعوبات التي صادفت الباحثة في هذه المرحلة هي توقف شركة **multimania** لإيواء المواقع عن البث ومن هنا لم يكن باستطاعة أحد الاطلاع على موقع "نفسيات" عبر الانترنت الى ان قامت الباحثة بنقل ايواء الموقع لشركة أخرى هي شركة **.ifrance**.

4.6- التجريب النهائي للاستمارات:

بعدها أعيدت صياغة بنية الاستمارات وتصحيح الاخطاء وتعويض النقائص، وتوضيح الغموض، وضعت الاستمارات في شكلها النهائي وتم بعثها الى العينة الكبرى عبر الانترنت عن طريق البريد الالكتروني ل 3738 مستخدما للانترنت و 415 طالبا وطالبة بمعهد علم النفس بجامعة وهران.

7 - الدراسة الأساسية

1.7-العوامل المؤثرة على الدراسة الأساسية

كان على الباحثة ان لا تبدأ بتقريغ النتائج حتى تتوصل بأكبر عدد ممكن من الاستثمارات عبر الانترنت وذلك سواء من عند مستخدمي الانترنت أو من طلبة علم النفس حيث كانت هذه أول تجربة من نوعها في تقديم استثمارات عبر الانترنت . ولقد قامت الباحثة بهذه المحاولة استنادا للدراسات السابقة (انظر الفصل الثالث) حيث بدأت هذه الطريقة في الانتشار منذ 1996 رغم النقائص الملاحظ عليها .

و من العوامل المؤثرة على الدراسة الاساسية نذكر:

- عامل الوقت حيث انتظرت الباحثة حوالي الشهر حتى جمعت كل الاستثمارات .
- عامل انتقال الباحثة لمقهي الانترنت لجمع الاستثمارات من الشبكة بعدما لم يتوفر لها بالبيت اتصال انترنت وهذا بسبب انتقالها الى بيت آخر لم يكن به اتصال هاتفي .

2.7-مدة الدراسة الأساسية

استغرقت الدراسة الأساسية بما فيها جمع النتائج وتقريغها وتحليلها حوالي الشهرين .

3.7-عينة الدراسة الأساسية وخصائصها:

الجدول رقم 06 : توزيع العينة الكلية

نسبة المشاركة	عينة البحث الفعلية	العينة الأولية	خصائص العينة
73.49%	305	415	طلبة علم النفس للسنوات الأربع
78.17%	2922	3738	مستخدمي الانترنت العرب
77.70%	3227	4153	المجموع

لقد بعثت الباحثة ب 415 رسالة الكترونية لطلبة علم النفس بالسنوات الأربع بجامعة وهران وأجاب 305 فرد منهم على الاستمارة المبعوثة أي 73.49% منهم استجابوا للدراسة وهذا بعد أن ساعدها أساتذة الطلبة بجمع عناوينهم الالكترونية وكذا وضعت الباحثة إعلانا بالجامعة لمن يريد المشاركة في البحث .

أما بالنسبة لمستخدمي الانترنت العرب، فقامت الباحثة ببعث 3738 رسالة الكترونية وأجاب 2922 انترنوت عليها. من هنا كانت نسبة المشاركة والاهتمام 78.17% .

هذه النسب من المشاركة جعلت الباحثة تتقدم أكثر وتضمن مسبقا أن نتائج البحث ستكون معبرة عن الواقع وتخدم اسئلة البحث للجواب عنها.

1.3.7- توزيع طلبة علم النفس حسب المستوى الدراسي؛

الجدول رقم 07: توزيع عينة الطلبة ما قبل التخصص

نسبة المشاركة	العينة الفعلية	العينة الاولية	خصائص العينة
64.00%	80	125	طلبة السنة الاولى
85.16%	132	155	طلبة السنة الثانية
75.71%	212	280	المجموع

عند التدقيق أكثر في مجموعة طلبة علم النفس ، فإننا نرى أن طلبة السنة الثانية كانوا اكثر اهتماما من طلبة السنة الاولى و ذلك بنسبة 85.16% مقابل 64.00% وهذا ربما راجع لحرصهم على الحصول على معلومات اكثر عن التخصصات الموجودة ليقوموا بإختيار افضلها بالنسبة لهم عند المرور للسنة الثالثة .

الجدول رقم 08 : توزيع مجموعة الطلبة في اطار التخصص

نسبة المشاركة	العينة الفعلية	العينة الاولية	خصائص العينة
60.97 %	50	82	طلبة السنة الثالثة
81.13 %	43	53	طلبة السنة الرابعة
68.88 %	93	135	المجموع

أما بالنسبة لطلبة علم النفس في اطار التخصص، فنلاحظ أن طلبة السنة الرابعة كانوا أكثر اهتماما بموقع "نفسيات" وخدماته وذلك بنسبة 81.13% من طلبة السنة الثالثة (60.97 %) وربما يرجع هذا الى أن طلبة السنة الرابعة يحضرون مذكرة تخرجهم في تلك السنة وهم بأمس الحاجة لمعلومات أكثر من كل المصادر. وقد يشكل لديهم الانترنت احد هذه المصادر من ثم فإن اهتمامهم بموقع "نفسيات" وبالإجابة على الاستمارة قد يكون في دائرة بحثهم هذا.

الجدول رقم 09 : توزيع الجنس حسب سنوات الدراسة

الجنس	تكرار الذكور	نسبة الذكور	تكرار الإناث	نسبة الإناث
طلبة السنة 1	25	31.25	55	68.75
طلبة السنة 2	58	43.93	74	56.06
طلبة السنة 3	22	25.58	28	56.00
طلبة السنة 4	11	38.03	32	74.41
المجموع	116	100	189	61.96

نلاحظ من خلال هذه النتائج أن 61.96% هي نسبة اهتمام الإناث بموقع "نفسيات" وبالمشاركة في ملاءمة الاستمارة البحث وهي مرتفعة بالنسبة لاهتمام الذكور التي كانت نسبة مشاركتهم 38.03%. والملاحظ أن الارتفاع الأكثر كان

عند اناث السنة الرابعة ب 74.41% و عند ذكور السنة الثالثة ب 44% -نسب
كان عند المستويات الأربع لطلبة علم النفس بجامعة وهران.

الجدول رقم 10 : جدول احصائي لنسبة اطلاع مستخدمي الانترنت على موقع "نفسيات"

التكرارات	التكرار الاجمالي للسائل المبعوثة من طرف الباحثة	تكرار المطلعين على "نفسيات" (عينة البحث)	تكرار غير المطلعين على "نفسيات"	نسبة المطلعين على "نفسيات" الوسيلة
رسائل عبر icq	3413	2724	689	79,81
رسائل عبر caramail	325	198	127	60,92
المجموع	3738	2922	816	78,17

نرى من خلال نتائج هذا الجدول أن اكثر من 78% من الرسائل التي
بعثت بها الباحثة عبر الانترنت لعينة كبيرة من الانترنتيين (3738) تلقت الاجابة
عنها ، و استعملت برنامج المحادثة الالكترونية Icq لسهولة استعماله وسرعة
بعث الرسائل الالكترونية بواسطته ومعرفة بلد الأشخاص المسجلين به.

و فيما يلي توزيع عينة البحث حسب جنسيات مجموعاتها:

الجدول رقم 11 : توزيع عينة البحث حسب الجنسية والمستوى الدراسي

الجنسية	ابتدائي	%	متوسط	%	ثانوي	%	جامعي	%	المجموع	%
جزائرية	7	0,80	50	5,71	535	61,14	283	32,34	875	29,95
مغربية	1	0,15	12	1,86	326	50,46	307	47,52	646	22,11
سعودية	5	0,89	58	10,32	351	62,46	148	26,33	562	19,23
كويتية	2	0,56	42	11,67	206	57,22	110	30,56	360	12,32
لبنانية	1	0,36	28	10,07	99	35,61	150	53,96	278	9,51
أردنية	0	0,00	29	77,23	41	33,61	52	42,62	122	4,18
يمنية	9	11,39	42	53,16	20	25,32	8	10,13	79	2,70
المجموع	23	0,79	257	8,80	1584	54,21	1058	36,21	2922	100

نلاحظ من خلال هذه النتائج أن أكبر نسبة مشاركة هي لأفراد ذو جنسية جزائرية ب **29.95 %** ثم تليها مجموعة من أشخاص ذوو جنسية مغربية بنسبة **22.11 %** وبعدهما تأتي مجموعة أفراد من المملكة العربية السعودية بنسبة **19.23 %**.

أما من ناحية المستوى الدراسي ، فإن اغلب المشاركين هم طلبة ثانويات أو أشخاص لهم مستوى ثانوي وهذا سواء بالنسبة للمجموعة الجزائرية أو المغربية أو السعودية أو الكويتية بنسب هي على التوالي **61.14 % - 50.46 % - 62.46 %** و **57.22 %** ومن هنا كانت النسبة العامة أنه من بين **100** مشارك **54.21 %** منهم ذوو مستوى ثانوي أي **1584** شخص من بين **2922**.

و فيما يلي المستوى العمري لعينة البحث:

الجدول رقم 12 : جدول توزيع الجنس حسب الاعمار لأفراد العينة.

السن	الجنس		نكر	%	أنثى	%
	الجنس	السن				
15-20	68	4,09	52	4,13		
21-25	388	23,32	322	25,6		
26-30	262	15,75	160	12,72		
31-35	479	28,79	310	24,64		
36-40	214	12,8	151	12		
41-45	250	15,02	163	12,96		
46-50	62	3,73	16	1,27		
فما فوق 50	19	1,14	6	0,48		
	1664		1258			

من خلال النتائج المعروضة ، لاحظنا أن أكبر نسبة للانترنتيين الذين أجابوا على الاستمارات هم من الفئة العمرية ما بين **30** و **35** سنة للذكور و بنسبة تقدر ب **28.79 %**. أما بالنسبة للإناث فكانت الفئة العمرية ما بين **20** و **25** و بنسبة تقدر ب **25.60 %**.

أما أقل نسبة للإستجابة فكانت لدى أشخاص من الفئة العمرية التي ما فوق سنّ 50 سنة ذكور واناث بنسبتي **1.14%** و **0.48%**.

و أخيرا ، كملاحظة عامة فإننا نجد أن نسبة استجابة الذكور الانترنتيون أكبر من استجابة الإناث وهذا عكس ما وجدنا عند طلبة علم النفس حيث وجدنا استجابة الإناث الطالبات أكثر من الذكور الطلاب بجميع المستويات .

الفصل السابع

عرض ، تحليل و مناقشة النتائج

1 عرض و تحليل نتائج الاستمارات

931

1 عرض و تحليل نتائج فقرات استمارة
مستخدمي الانترنت العرب

2 عرض و تحليل نتائج فقرات استمارة
طلبة علم النفس ما قبل التخصص

3 عرض و تحليل نتائج فقرات استمارة
طلبة علم النفس في اطار التخصص

2- مناقشة نتائج البحث

451

3 خاتمة عامة

751

4 اقتراحات و توصيات

الفصل السابع عرض ، تحليل و مناقشة النتائج

1- عرض و تحليل نتائج الاستثمارات

فيما يلي سنعرض نتائج الاستثمارات الثلاث من دراستنا الأساسية بعد تفرغها في جداول و ذلك حسب العينات الثلاث التي تشكل العينة الكلية للبحث:

- مجموعة مستخدمي الانترنت العرب : كل العرب الذين أجابوا على استمارة البحث

- مجموعة طلبة علم النفس ما قبل التخصص: طلبة السنتين الاولى و الثانية

- مجموعة طلبة علم النفس في اطار التخصص: طلبة السنتين الثالثة و الرابعة

الجدول رقم 13 : نتائج الاستمارة التقييمية المقدمة ل 2022 عربي مستخدم للانترنت

رقم العبارة	هل اطلعت على موقع " نفسيات " عبر الانترنت؟	2022	لا	% الاجابة ب لا
*		100	0	0

*	هل سبق و ان استفدت من خدمات نفسية عبر الانترنت؟	968	33,13	1954	66,87
ج.1	هل ترى ان موقع "نفسيات" سهل من حيث الاطلاع على صفحاته؟	1569	53,70	1353	46,30
ب.1	هل ترى ان موقع "نفسيات" وسيلة فعالة في ارشاد ذوي المشاكل لأفضل الطرق لحل مشاكلهم؟	2120	72,55	802	27,45
ج.2	هل تظن ان موقع "نفسيات" يخدم مستعملي الانترنت عامة و	2803	95,93	119	4,07

				طلبة علم النفس خصوصا؟	
31,66	925	68,34	1997	هل تظن أنه من السهل أن يتبع مستخدمو موقع "نفسيات" التوجيهات النفسية الموجودة في صفحاته؟	2.ب
36,62	1070	63,38	1852	هل في نظرك موقع نفسيات جيد جدا من حيث المضمون؟	3.ج
5,61	164	94,39	2758	هل تظن أن موقع "نفسيات" يوجه مستخدمي الانترنت الى معلومات نفسية هامة لمن لم يتعرف أبدا على مجال علم النفس	3.ب

					؟
92,98	2717	7,02	205	هل تفضل ان يتم تغيير شكل موقع "نفسيات"؟	4.ج
32,72	956	67,28	1966	هل ترى ان موقع "نفسيات" قد يساعد المضطرب النفسي على ايجاد حلول لاضطرابه؟	4.ب
95,72	2797	4,28	125	هل تفضل ان يتم تغيير مضمون موقع "نفسيات"؟	5.ج

23,92	699	76,08	2223	5.ب هل ترى ان موقع "نفسيات" قد يساعد المضطرب النفسي على ايجاد معلومات عن اضطرابه ؟
26,15	764	73,85	2158	6.ج هل ترى ان نوعية الخدمات الارشادية و التوجيهية في موقع "نفسيات" جيدة؟
4,83	141	95,17	2781	6.ب هل ترى ان اتصال ذوي المشاكل بالمختص النفسي عبر الانترنت أسهل من اتصالهم به في الواقع؟

57,70	1686	42,30	1236	7.ب هل تظن ان أجوبة المختص النفسي و توجيهاته عبر الانترنت كافية؟
-------	------	-------	------	--

1.1. عرض و تحليل نتائج فقرات استمارة مستخدمى الانترنت العرب :

الجدول رقم 14 : نتائج مجموعة مستخدمى الانترنت العرب على مقياس قيمة موقع "نفسيات" في الإرشاد النفسى والتوجيه (الفقرة ب)

النسبة الايجابية	رقم العبارة
72.55	ب.1.
68.34	ب.2.
94.39	ب.3.
67.28	ب.4.
76.08	ب.5.
95.17	ب.6.
42.30	ب.7.
73.73	النسبة العامة

نلاحظ انه على مقياس قيمة موقع "نفسيات" في الإرشاد النفسى والتوجيه بالنسبة لمستخدمى الانترنت العرب فإن النسبة العامة الدالة ايجابيا على قيمة الموقع مرتفعة، اذ أن 73.73% من هذه المجموعة يرون أن لخدمات موقع "نفسيات" قيمة بالنسبة لتوجيه الأشخاص و إرشادهم نفسيا اذا ما كانوا يعانون من مشكل ما ويريدون الحصول على نصح أخصائى متخصص في مجال علم النفس الإرشادي. و أكبر نسبة لاحظناها فهي للعبارة رقم ب.6 و ذلك ب 95.17% من الإجابات الايجابية و هي العبارة : " هل ترى ان اتصال ذوى المشاكل بالمختص النفسى عبر الانترنت أسهل من اتصالهم به فى الواقع؟" أي أن من أهم ما يقدمه أي موقع نفسى عبر الانترنت أسهل من اتصالهم به فى الواقع؟" أي أن من أهم ما يقدمه أي موقع نفسى هو تسهيل عملية اتصال الأشخاص بالأخصائيين النفسيين و من ثم فإنه من الهام جدا أن لا يجد ذوو المشاكل صعوبة فى حل مشاكلهم بالجوء فى أسرع وقت لأخصائى نفسى.

الجدول رقم 15 : نتائج مجموعة مستخدمي الانترنت العرب على مقياس تقييم موقع "نفسيات" من (الفقرة ج)

النسبة الا	رقم العبارة
3.70	ج.1.
5.93	ج.2.
3.38	ج.3.
2.98	ج.4.
5.72	ج.5.
3.85	ج.6.
9.26	النسبة العامة

من الملاحظ أنه على مقياس تقييم موقع "نفسيات" فإن أجوبة مستخدمي الانترنت العرب كان جلها يتفق على أن هذا الموقع يخدم مستعملي الانترنت و طلبة علم النفس خصوصا وذلك بنسبة 95.93%. و كانت النسبة المرتفعة الثانية العبارة التي تسأل فيها الباحثة عما اذا فضل مستخدمي الانترنت ان يتم تغيير مضمون موقع "نفسيات" فأجاب 95.72% من المجموعة ب "لا". اما التقييم العام لهذه الفقرة فكانت ايجابيته بنسبة 79.26% و هذا يدل على حاجة الانترنتيين و طلبة علم النفس لمواقع نفسية تساعدهم في حل مشاكلهم وتوجههم لمعلومات في مجال علم النفس.

17-الجدول رقم 16 : نتائج الاستمارة التقييمية ل 212 طالب و طالبة ما قبل التخصص

رقم العبار ة	العبارات	نعم	% الاجابة بنعم	لا	% الاجابة ب لا
*	هل سبق و ان استعملت الانترنت ؟	251	89,64	29	10,36
*	هل اطلعت على موقع " نفسيات " عبر الانترنت؟	212	100	0	0
*	هل سبق و ان تصفحت موقعا خاصا بعلم النفس عبر الانترنت؟	154	72,64	58	27,36
أ.4	هل ترى ان الموقع " نفسيات " يعطي معلومات كافية في مجال البحث عن معلومات في علم النفس ؟	123	58,02	89	41,98
ج.1	هل ترى ان موقع " نفسيات " سهل من حيث الاطلاع على صفحاته؟	185	87,26	27	12,74
د.1	هل ترى ان الموقع " نفسيات " يعطي معلومات كافية عن التخصصات في مجال علم النفس؟	121	57,08	91	42,92
أ.2	هل تظن ان موقع " نفسيات " يرشد طلبة قسم علم النفس و يوجههم نحو معلومات محددة هم بصدد البحث عنها؟	166	78,30	46	21,70
ج.4	هل تفضل ان يتم تغيير شكل موقع " نفسيات " ؟	20	9,43	192	90,57
د.2	هل وجدت في موقع " نفسيات " معلومات كافية عن التخصص الذي تريد مواصلة الدراسة فيه؟	114	53,77	98	46,23
أ.1	هل ترى ان موقع نفسيات وسيلة فعالة في البحث عن معلومات خاصة بمجال دراستك؟	179	84,43	33	15,57
ج.5	هل تفضل ان يتم تغيير مضمون موقع " نفسيات "؟	24	11,32	188	88,68
د.3	هل تظن انك ستستعمل مستقبلا موقع " نفسيات " للبحث عن معلومات خاصة بموضوع ما في المجال الذي تريد التخصص فيه؟	211	99,53	1	0,47
أ.3	هل تظن ان موقع " نفسيات " يلبي حاجات و متطلبات طلبة علم النفس في مجال البحث عن معلومات في علم النفس ؟	186	87,74	26	12,26
ج.2	هل تظن ان موقع " نفسيات " يخدم مستعملي الانترنت عامة و طلبة علم النفس خصوصا؟	212	100,00	0	0,00
ج.6	هل ترى ان نوعية الخدمات الارشادية و التوجيهية في موقع " نفسيات " جيدة؟	199	93,87	13	6,13

32,08	68	67,92	144	هل في نظرك موقع نفسيات جيد جدا من حيث المضمون؟	3.ج
-------	----	-------	-----	--	-----

2.1. عرض و تحليل نتائج فقرات استمارة طلبة ما قبل التخصص

الجدول رقم 17 : نتائج مجموعة طلبة ما قبل التخصص على مقياس قيمة موقع "نفسيات" في مجال البحث عن معلومات في علم النفس (الفقرة أ)

النسبة	رقم العبارة
3	1.
0	2.
4	3.
2	4.
2	النسبة العامة

ان النسبة العامة المحصل عليها في هذه الفقرة بالنسبة لطلبة علم النفس ما قبل التخصص تعتبر مرتفعة حيث أن 77.12% من المجموعة يتفقون على أن موقع "نفسيات" له قيمة في مجال البحث عن معلومات في علم النفس. و اكبر نسبة ايجابية سجلت 87.74% هي على العبارة : "هل تظن أن موقع "نفسيات" يلبي حاجات ومتطلبات طلبة علم النفس في مجال البحث عن معلومات في علم النفس؟".

الجدول رقم 18: نتائج مجموعة طلبة ما قبل التخصص على مقياس تقييم موقع "نفسيات"
(الفقرة ج)

النسبة	رقم العبارة
5	1.ج
	2.ج
2	3.ج
7	4.ج
3	5.ج
7	6.ج
5	النسبة العامة

تظهر النتائج أن 100% من طلبة ما قبل التخصص لمجموعة البحث اتفقت على أن موقع "نفسيات" يخدم مستعملي الانترنت عامة و طلبة علم النفس خصوصا و تليها نسبة

مرتفعة أخرى 93.87% سجلت على العبارة "هل ترى أن نوعية الخدمات الإرشادية والتوجيهية في موقع "نفسيات" جيدة؟"، فكانت الإجابة بـ "نعم".

الجدول رقم 19 : نتائج مجموعة طلبة ما قبل التخصص على مقياس قيمة موقع "نفسيات" في الإرشاد النفسي و التوجيه نحو التخصص (الفقرة د)

النسبة	رقم العبارة
3	د.1.
7	د.2.
3	د.3.
2	النسبة العامة

ان جل مجموعة البحث لطلبة ما قبل التخصص يظنون أنهم سيستعملون موقع "نفسيات" للبحث عن معلومات خاصة بموضوع ما في المجال الذي يريدون التخصص فيه، فوصلت النسبة الى 99.53% من يرون أن و هذا ان دلّ على شيء فإنما يدل على الأهمية والقيمة التي وجدوها بالموقع في إرشادهم نحو التخصص الذي يريدون اختياره لمواصلة الدراسة فيه. كما أن نسبة 57.08% يرون أن موقع "نفسيات" يعطي معلومات كافية عن التخصصات في مجال علم النفس و هذه النسبة مرتفعة قليلا عن المتوسط و السبب راجع بالتأكد لبقاء قائمة المعلومات التي على الباحثة ادخالها مفتوحة كون مجالات علم النفس متعددة و متفرعة. و اثرها هذا الجانب من الموقع سيكون في الاقرب ان شاء الله.

الجدول رقم 20 : نتائج الاستمارة التقييمية ل 93 طالب و طالبة في اطار التخصص

رقم العبارة	العبارات	نعم	% الاجابة بنعم	لا	% الاجابة ب لا
*	هل سبق و ان استعملت الانترنت ؟	118	76,62	36	23,38
*	هل اطلعت على موقع نفسيات عبر الانترنت؟	93	100	0	0
*	هل سبق و ان تصفحت موقعا خاصا بعلم النفس عبر الانترنت؟	57	61,29	36	38,71
أ.3	هل ترى ان الموقع " نفسيات " يعطي معلومات كافية في مجال البحث عن معلومات في علم النفس؟	48	51,61	45	48,39
ج.1	هل ترى ان موقع " نفسيات " سهل من حيث الاطلاع على صفحاته؟	77	82,80	16	17,20
أ.2	هل تظن ان موقع " نفسيات " يرشد طالبة قسم علم النفس و يوجههم نحو معلومات محددة هم بصدد البحث عنها؟	74	79,57	19	20,43
ج.1	هل تفضل ان يتم تغيير شكل موقع " نفسيات " ؟	6	6,45	87	93,55
أ.1	هل ترى ان موقع نفسيات وسيلة فعالة في البحث عن معلومات خاصة بمجال دراستك؟	85	91,40	8	8,60
ج.5	هل تفضل ان يتم تغيير مضمون موقع " نفسيات " ؟	9	9,68	84	90,32
أ.3	هل تظن ان موقع " نفسيات " يلبي حاجات و متطلبات طالبة علم النفس في مجال البحث عن معلومات في علم النفس ؟	71	76,34	22	23,66
ج.2	هل تظن ان موقع " نفسيات " يخدم مستعملي الانترنت عامة و طالبة علم النفس خصوصا؟	72	77,41	21	22,58

21,51	20	78,49	73	هل ترى ان نوعية الخدمات الارشادية و التوجيهية في موقع "نفسيات" جيدة؟	ج.6
39,78	37	60,22	56	هل في نظرك موقع نفسيات جيد جدا من حيث المضمون؟	ج.3

3.1. عرض و تحليل نتائج فقرات استمارة طلبة في اطار التخصص

الجدول رقم 21 : نتائج مجموعة طلبة في اطار التخصص على مقياس قيمة موقع "نفسيات" في مجال البحث عن معلومات في علم النفس (الفقرة أ)

النسبة	رقم العبارة
0	1.أ.
7	2.أ.
4	3.أ.
.	4.أ.
3	النسبة العامة

ان النسبة العامة على هذا المقياس بالنسبة لطلبة في اطار التخصص أي طلبة علم النفس بالسنة الثالثة و الرابعة مرتفعة حيث بلغت 74.73% ، و هذا ان دل على شيء فإنما يدل على أن هؤلاء الطلبة يجدون ان لموقع "نفسيات" قيمة في مجال البحث عن معلومات في علم النفس، وربما هذا راجع لأنهم خصوصا وأنهم بهتين السننتين تعطى لهم بحوث و تقارير لإنجازها ، فربما انطلقت هذه المجموعة من هذا الباب أي باب الحاجة لمعلومات لإنجاز البحوث و التقارير، و لما لا، لإنجاز مذكرة تخرجهم. و سجلت اكبر نسبة 91.40% على العبارة " هل ترى أن موقع "نفسيات" وسيلة فعالة في البحث عن معلومات خاصة بمجال دراستك؟ " .

الجدول رقم 22 : نتائج مجموعة طلبة ما بعد التخصص على مقياس تقييم موقع "نفسيات" (الفقرة ج)

النسبة	رقم العبارة
	1.ج.
	2.ج.
	3.ج.
5	4.ج.
2	5.ج.

5	ج.6. النسبة العامة
---	-----------------------

نرى أن النسبة العامة الخاصة بمقياس تقييم موقع "نفسيات" 80.46% هي مرتفعة حيث أن 93.55% من طلبة في اطار التخصص يفضلون أن لا يتم تغيير شكل الموقع و نسبة 90.32%- يرون أنه من المفضل عدم تغيير مضمون الموقع رغم أنه في بداية التكوين. والملاحظ أن أقل نسبة على هذا المقياس كانت على العبارة: "هل في نظرك موقع "نفسيات" جيد جدا من حيث المضمون؟" وذلك بنسبة 60.22%- و ما يفسر هذه النتيجة هو ان الموقع في بداية الطريق رغم انه نشر سنة 2000 لكن العمل على اثراء مضمونه سار بطيئا بسبب عمل المشرفة في مجال آخر و عدم وجود مختصين آخرين يشاركونها في جمع المعلومات و العمل على اثراءه.

4.1. عرض و تحليل نتائج الشبكة التقييمية للموقع من حيث المضمون، الشكل العام والاستعمال :

الجدول رقم 23 : تفريغ الإجابات على الشبكة التقييمية لموقع "نفسيات"

قيمة الموقع من حيث الاستعمال					قيمة الموقع من حيث الشكل العام					قيمة الموقع من حيث المضمون					
سهل جدا	سهل	متوسط الصعوبة	قليل الصعوبة	صعب	جيد جدا	جيد	مقبول	متوسط	رديء	جيد جدا	جيد	مقبول	متوسط	فقير	
300	2057	520	29	16	721	1850	301	45	5	700	1988	210	22	2	ع. مستخدمي الانترنت العرب
22	125	34	21	18	85	104	19	4	0	20	179	7	5	1	ع. ط. ما قبل التخصص
14	59	12	6	2	38	25	18	10	2	6	72	2	7	6	ع. ط. في اطار التخصص
336	2241	566	56	36	844	1979	338	59	07	726	2239	219	34	9	النبة العامة للغة الكلية

نرى من خلال هذا الجدول أنه في كل عينات البحث (مجموعة مستخدمي الانترنت العرب، مجموعة طلبة علم النفس ما قبل التخصص و مجموعة طلبة علم النفس في اطار التخصص)، أكبر عدد من المجيبين ايجابيا في فقرة **تقييم مضمون** موقع " نفسيات " كان على الإجابة "**جيد**"، اما في فقرة **الشكل العام** فكانت الإجابة "**جيد**" عند جميع المجموعات ما عدى مجموعة طلبة في اطار التخصص حيث رأى جلهم أن موقع "نفسيات" من حيث **الشكل العام** يعتبر "**جيد جدا**". أما من ناحية **الاستعمال** ، فكان أن أجابت جميع العينات أن موقع "نفسيات" هو **سهل** الاستعمال ، أي أنه واضح و يتم التنقل بسهولة بين صفحاته. و كانت اذن النسب كالاتي :

الجدول رقم 24 : نسب الإجابات على الشبكة التقييمية لموقع "نفسيات"

% من حيث الاستعمال				% من حيث الشكل العام					% من حيث المضمون					
سهل	متوسط الصعوبة	قليل الصعوبة	صعب	جيد جدا	جيد	مقبول	متوسط	رديء	جيد جدا	جيد	مقبول	متوسط		فقير
70,40	17,80	0,99	0,55	24,67	63,31	10,30	1,54	0,17	23,96	68,04	7,19	0,75	0,07	مجموعة مستخدمي الانترنت العرب
58,96	16,04	9,91	8,49	40,09	49,06	8,96	1,89	0,00	9,43	84,43	3,30	2,36	0,47	مجموعة طلبة ما قبل التخصص
63,44	12,90	6,45	2,15	40,86	26,88	19,35	10,75	2,15	6,45	77,42	2,15	7,53	6,45	مجموعة طلبة في اطار التخصص
69,45	17,54	1,74	1,12	26,15	61,33	10,47	1,83	0,22	22,50	69,38	6,79	1,05	0,28	النسبة العامة للعيينة الكلية

نسجل النسب المرتفعة التالية **68,04%** ، **84,43%** و **77,42%** عند الثلاث عينات على التوالي، مجموعة مستخدمي الانترنت العرب و طلبة ما قبل التخصص و ما بعده فنلاحظ أن طلبة علم النفس ما قبل التخصص هم الأكثر إجابة على أن موقع "نفسيات" جيد من حيث المضمون يليهم طلبة علم النفس في اطار التخصص ثم مستخدمي الانترنت العرب. أما النسبة المؤوية العامة فهي **69,38%** و هذا ان دلّ على شيء فإنما يدل على ان أكثر من نصف العينة الكبرى (**3227** فردا) اتفقوا على جودة موقع "نفسيات" وخدماته . و الملاحظ أيضا هو أن نسبة **23.69%** من مستخدمي الانترنت العرب يرون ان موقع "نفسيات" جيد جدا من حيث المضمون. و ان ضمنا النسبتين **69.38** و **22.50** فإنه سيكون عندنا **91.88%** من العينة الذين اتفقوا على جودة الموقع.

أما من حيث جودة الشكل العام للموقع فإن النسب المؤوية كانت كالتالي: رأى **63.31%** من مجموعة مستخدمي الانترنت العرب و **49.06%** من الطلبة ما قبل التخصص أن موقع "نفسيات" "جيد". اما الطلبة في اطار التخصص، فأكبر نسبة سجلت رأيها على أن موقع "نفسيات" "جيد جدا" من حيث الشكل العام (**40.86%**) و **26.8** **8%** من نفس المجموعة اعتبروه "جيدا". و كانت النسبة العامة للعينة الكلية أن سجلت الباحثة **61.33%** من الآراء التي اتفقت على ان موقع "نفسيات" "جيد" من حيث الشكل العام و **26.15%** رأوا أنه جيد جدا. و ان ضمنا النسبتين فسنجد ان **87.48%** اعتبروا الموقع جيد و جيد جدا..

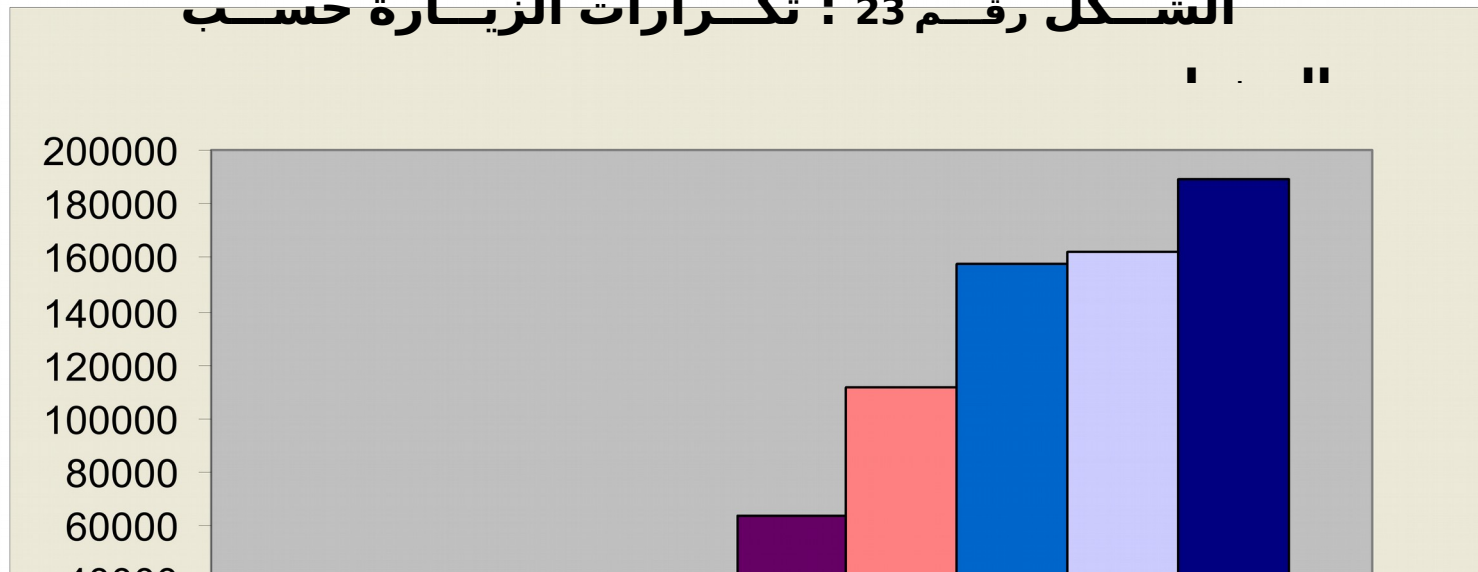
أما من ناحية الاستعمال ، فإن كل العينات اتفقت على أن موقع "نفسيات" "سهل" من حيث استعماله بنسبة **69.45%** و **10.41%** رأوا أنه سهل جدا أي التنقل عبر صفحاته و ايجاد المعلومات بداخله حيث أن الارتباطات الشعبية مرتبة و واضحة، و ان ضمنا النسبتين نجد ان **79.86%** يرون ان موقع "نفسيات" و خدماته سهل الاستعمال.

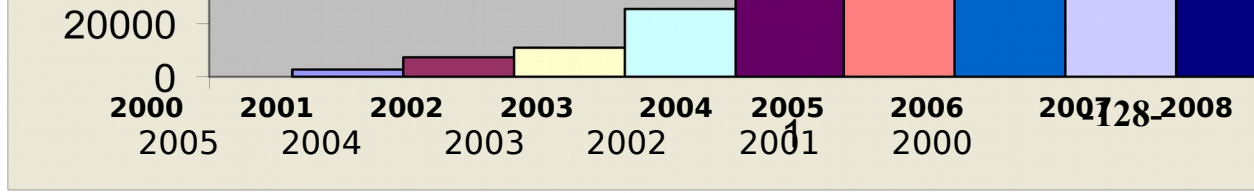
الجدول رقم 25 : عدد المطلعين على موقع "نفسيات" منذ نشره على الانترنت ونسب الزيادة

2006		2005		2004		2003		2002		2001		2000		الشهور الاعوام
نسبة الزيادة	التكرار	نسبة الزيادة	التكرار	نسبة الزيادة	التكرار	نسبة الزيادة	التكرار	نسبة الزيادة	التكرار	نسبة الزيادة	التكرار	نسبة الزيادة	التكرار	
7.1	120556	13.54	73889	21.37	31540	0.95	11003	5.57	7545	27.85	3699	100	125	جانفي- فبراير
7.04	129688	9.91	82021	17.02	38009	11.66	12455	3.95	7855	2.38	3789	57.34	293	مارس- ابريل
3.36	134196	8.38	89521	11.54	42969	18.37	15258	15.11	9253	9.81	4201	65.77	856	ماي - جوان
5.43	141900	12.72	102563	10.27	47889	19.64	18987	9.37	10250	19.37	5210	15.08	1008	جويلية - اوت
6.05	151036	2.51	105200	14.34	55908	18.4	23269	3.1	10578	25.38	6982	17.38	1220	سبتمبر - اكتوبر
-	-	6.07	112000	12.49	63887	6.18	24801	2.95	10899	2.01	7125	54.29	2669	نوفمبر - ديسمبر
28.98	677376	53.13	565194	87.03	280202	75.2	105773	40.05	56380	86.8	31006	51.6433	6171	المجموع

تكرارات الزيارة

الشكل رقم 23 : تكرارات الزيارة حسب





من الملاحظ أنه في السنة الأولى لنشر موقع "نفسيات" أي سنة 2000 كان عدد الانترنتين المطلعين على الموقع 2669 مطلع و سجلت الباحثة أكبر نسبة زيادة ما بين شهري ماي و جوان 2000 هذا بسبب نشاطها في التعريف عن الموقع سواء في الانترنت أو في مقاهي الانترنت أوفي الجامعة. أما أقل نسبة زيادة فكانت بين شهري جانفي و فيفري من سنة 2003 حيث بلغت 0.95%. حيث حدث عطل بالموقع "نفسيات" في هذه الفترة.

في سنة 2000 بلغ عدد المطلعين على موقع "نفسيات" 2669 و في اواخر هذه السنة 2006 بلغ 151036 أي ما يعادل 57 ضعف العدد الاول تقريبا. و بمعدل 61 مطلع يوميا. و هذا ان دل على شيء فإنما يدل على ان الموقع يزداد الاهتمام به يوما بعد يوم.

يجب التنويه إلى انه لم يتم حساب مستخدمي الانترنت الذين اطلعوا على موقع "نفسيات" عن طريق الخطأ أو الصدفة و هم 7452 انترنت بل لم يحسب الامن دخلوا فعلا على الموقع و اطلعوا على صفحاته سواء في الواجهة العربية أو الفرنسية.

2 - مناقشة نتائج البحث:

1.2 النتائج التفصيلية:

ان عينتي الدراسة الاستطلاعية والأساسية كانتا عينتين عرضيتين accidentelles ورأت الباحثة أن تقوم أولاً بدراسة استطلاعية حتى تتمكن من التأكد من الاستثمارات و ضمان فهمها و مصداقية ما تقيسه. و استجاب 305 طالب و طالبة لموضوع البحث و كذا كم هائل من مستخدمي الانترنت من جنسيات عربية مختلفة للبحث و لموقع "نفسيات" 2922 شخص. و أسفرت نتائج البحث عما يلي:

ان طلبة السنة الثانية هم أكثر اهتماما بموقع "نفسيات" بالنسبة لطلبة السنة الأولى

وهذا ربما راجع لحرصهم على الحصول على معلومات أكثر عن التخصصات الموجودة ليقوموا بإختيار أفضلها بالنسبة لهم عند المرور للسنة الثالثة.

ان طلبة السنة الرابعة هم أكثر اهتماما بموقع "نفسيات" وخدماته من طلبة السنة الثالثة وربما يرجع هذا الى أن طلبة السنة الرابعة يحضرون مذكرة تخرجهم في تلك السنة وهم بأمس الحاجة لمعلومات أكثر من كل المصادر. وقد يشكل لديهم الانترنت احد هذه المصادر من ثم فإن اهتمامهم بموقع "نفسيات" وبالإجابة على الاستمارة قد يكون في دائرة بحثهم هذا.

ان الطلبات أكثر اهتماما بموقع "نفسيات" من الطلبة الذكور و بجميع مستويات الدراسة (السنة الأولى ، الثانية، الثالثة و الرابعة)

و بالنسبة لمستخدمي الانترنت فإن أكبر نسبة مشاركة هي لأفراد ذو جنسية جزائرية ثم تليها مجموعة من أشخاص ذوو جنسية مغربية و يليهما مجموعة أفراد من المملكة العربية السعودية .

أما بالنسبة للمستوى الدراسي ، فإن اغلب المشاركين من مستخدمي الانترنت العرب هم طلبة ثانويات أو أشخاص لهم مستوى ثانوي وهذا سواء بالنسبة للمجموعة الجزائرية أو المغربية أو السعودية أو الكويتية .

ان أكبر نسبة للانترنتيين الذين أجابوا على الاستمارات هم من الفئة العمرية ما بين 30 و 35 سنة للذكور و ما بين 20 و 25 للإناث أما أقل نسبة للإستجابة فكانت لدى أشخاص (ذكور واناث) من الفئة العمرية التي ما فوق سن 50 سنة . من هنا نستنتج أن اكبر مجموعة يهتمها موقع نفسي بالانترنت هي ما بين سن 20 و 35 .

يرى مستخدمي الانترنت العرب أن للموقع "نفسيات" قيمة بالنسبة لتوجيه الأشخاص وإرشادهم نفسيا اذا ما كانوا يعانون من مشكل ما ويريدون الحصول على نصح أخصائي متخصص في مجال علم النفس الإرشادي و أغلبهم يرى أن من أهم ما يقدمه أي موقع نفسي هو تسهيل عملية اتصال الأشخاص بالأخصائيين النفسيين و من ثم فإنه من الهام جدا

أن لا يجد ذوو المشاكل صعوبة في حل مشاكل باللجوء في أسرع وقت لأخصائي نفسي.

يخدم الموقع مستعملي الانترنت العرب و طلبة علم النفس خصوصا و لا تفضل هتين الفئتين أن يتم تغيير مضمون الموقع و هذا يدل على حاجتهما لمواقع نفسية تساعدهم في حل مشاكلهم وتوجههم لمعلومات في مجال علم النفس.

للموقع "نفسيات" قيمة في مجال البحث عن معلومات في علم النفس و يلبي حاجات و متطلبات طلبة علم النفس في مجال البحث عن معلومات في علم النفس .

أما طلبة ما قبل التخصص لمجموعة البحث اتفقوا على أن موقع "نفسيات" يخدم مستعملي الانترنت عامة و طلبة علم النفس خصوصا و أن نوعية الخدمات الإرشادية و التوجيهية في موقع "نفسيات" جيدة.

ان جل مجموعة البحث لطلبة ما قبل التخصص يظنون أنهم سيستعملون موقع "نفسيات" للبحث عن معلومات خاصة بموضوع ما في المجال الذي يريدون التخصص فيه و هذا ان دلّ على شيء فإنما يدل على الأهمية و القيمة التي وجدوها بالموقع في إرشادهم نحو التخصص الذي يريدون اختياره لمواصلة الدراسة فيه، و يرون أن موقع "نفسيات" يعطي معلومات كافية عن التخصصات في مجال علم النفس .

ان طلبة علم النفس بالسنة الثالثة و الرابعة يجدون ان لموقع "نفسيات" قيمة في مجال البحث عن معلومات في علم النفس خصوصا و أنهم بهتين السنتين تعطى لهم بحوث و تقارير لإنجازها ، فرما انطلقت هذه المجموعة من هذا الباب أي باب الحاجة لمعلومات لإنجاز البحوث و التقارير، و لما لا، لإنجاز مذكرة تخرجهم.

ان طلبة في اطار التخصص لا يفضلون أن يتم تغيير شكل الموقع و يرون أنه من المفضل عدم تغيير مضمون الموقع رغم أنه في بداية التكوين. لكن العمل على اثراء مضمونه سار بطيئا بسبب عمل المشرفة في مجال آخر و عدم وجود مختصين آخرين يشاركون في جمع المعلومات و العمل على اثراء الموقع.

ان طلبة علم النفس ما قبل التخصص هم الأكثر إجابة على أن موقع "نفسيات" جيد

من حيث المضمون و يليهم طلبة علم النفس في اطار التخصص ثم مستخدمي الانترنت العرب.

أكثر من نصف العينة الكبرى (طلبة علم النفس و مستخدمي الانترنت العرب) (3227 فردا) اتفقوا على جودة موقع "نفسيات" و 23.69% من مستخدمي الانترنت العرب يرون ان موقع "نفسيات" ثري المضمون.

من حيث جودة الشكل العام للموقع كانت النسبة العامة للعينة الكلية أن سجلت الباحثة 61.33% من الآراء التي اتفقت على ان موقع "نفسيات" " جيد" من حيث الشكل العام.

أما من ناحية الاستعمال ، فإن كل العينات اتفقت على أن موقع "نفسيات" "سهل جدا" من حيث استعماله أي التنقل عبر صفحاته و ايجاد المعلومات بداخله حيث أن الارتباطات التشعبية مرتبة و واضحة.

من سنة 2000 إلى سنة 2006 ازداد عدد المطلعين على موقع "نفسيات" بما يعادل 57 ضعف أي بمعدل 61 مطلع يوميا . و هذا ان دل على شيء فإنما يدل على ان الموقع يزداد الاهتمام به يوما بعد يوم.

2.2- النتائج العامة :

بعد قيامنا بتفريغ إجابات عينات البحث و تحليلها إحصائيا عن طريق حساب النسب المؤوية، و لكي نستطيع مناقشة اسئلة البحث التي انطلقنا منها في بادئ الأمر نعرض الجدولين التاليين الذين يضمن النتائج العامة لاستمارات بحثنا:

الجدول رقم 26 : نتائج الفقرات الأربع للإستمارات أ-ب-ج-د
بالنسبة لعينة البحث العامة

النتيجة العامة لكل الاستمارات	فقرة -د (مجال الإرشاد والتوجيه نحو التخصص)	فقرة -ج (مجال تقييم الموقع)	فقرة -ب (مجال الإرشاد والتوجيه)	فقرة -أ (مجال البحث عن معلومات في علم النفس)	
	-	79.26	73.73	-	مستخدمي الانترنت العرب
	70.12	88.05	-	77.12	ط. ما قبل التخصص
	-	80.46	-	74.73	ط. في اطار التخصص
74.59	70.12	82.59	73.73	75.92	النسبة العامة للعينة الكلية

الجدول رقم 27 : تجميع نتائج الشبكة التقييمية لكل العينات

قيمة الموقع من حيث الاستعمال			قيمة الموقع من حيث الشكل العام			قيمة الموقع من حيث المضمون			
المجموع	سهل جدا	سهل	المجموع	جيد جدا	جيد	المجموع	جيد جدا	جيد	
						91.88	22.5	69.3	جميع عينات البحث
			87.4	26.1	61.3				جميع عينات البحث
79.86	10.4	69.4							جميع عينات البحث
	1	5							
79.8			87.4			91.8			التقييم العام

6			8			8			(مجموع النسب)
---	--	--	---	--	--	---	--	--	------------------

لقد انطلقت الباحثة من السؤال العام او الأساسي التالي : هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه عبر الانترنت؟ و كان الهدف من البحث الاجابة على هذا السؤال . و للاجابة عنه وضعت الباحثة ثلاث استمارات وشبكة تقييمية لموقع "نفسيات" أجاب عنها 3227 شخص (طلبة علم النفس بالسنوات الأولى الثانية و الثالثة و الرابعة زيادة على 2922 مستخدم للانترنت من اصل عربي من مختلف الجنسيات والاعمار و المستويات الثقافية).

و أظهرت النتائج العامة لكل الاستمارات **74.59%** من الاجابة بنعم على قيمة موقع "نفسيات" في مجال الإرشاد النفسي و لتوجيه و النتيجة العامة للشبكات التقييمية لموقع "نفسيات" **86.40%** من الاجابة الايجابية على الأسئلة الفرعية المطروحة .
و كانت النسب المؤوية بالنسبة للاسئلة الفرعية مختلفة من اجابة لأخرى كالآتي:

السؤال الأول الذي يقول : " هل لخدمات موقع " نفسيات " قيمة في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه لمستخدمي الانترنت العرب.؟" ، تم الاجابة عنه ايجابيا بواسطة النتائج المحصل عليها حيث أن **73.73%** من عينة البحث (2922) أجابوا على فقرة الاستمارة ب "نعم" (انظر الفقرة ب)

أما السؤال الثاني الذي يقول: "هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في ارشاد وتوجيه طلبة علم النفس ما قبل التخصص للاختصاص المراد متابعة الدراسة فيه بجامعة وهران.؟ فتم الاجابة عنه ايجابيا بنسبة **70.12%**

فيما يخص السؤال الثالث الذي يقول: " هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في مجال البحث عن معلومات في علم النفس لدى طلبة علم النفس في اطار التخصص بجامعة وهران.؟" فلقد تم الاجابة عنه ايضا ايجابيا حيث **75.92%** من طلبة علم النفس ما قبل و في اطار التخصص أجابوا بنعم على الفقرة أ .

أما السؤال الرابع و الذي أرادت الباحثة تقييم موقع "نفسيات" من خلاله فكان : " ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" ازاء مضمونه؟" و **91.88%** من العينة

الكلية رأوا ان الموقع جيد جدا.

و يقول السؤال الخامس " ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" ازاء شكله العام ؟ " فكانت الاجابة ان كان 87.48% من اشخاص العينة الكلية ذو رأي ايجابي حيث اعتبروا الموقع جيد الى جيد جدا من حيث الشكل العام.

أما السؤال الاخير و الذي يقول : " ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" ازاء سهولة استعماله؟ فكان أن 79.86%- اعتبروه من سهل الى سهل جدا من حيث الاستعمال او التناول.

3-خاتمة عامة

أول ما ظهرت الخدمات الإرشادية كانت في عيادات نفسية فتحها أطباء و اخصائون نفسيون أمام من يريدون الاستشارة الجادة و المتخصصة حول مشاكلهم النفسية. وخرجت الاستشارة النفسية عن اطارها الأولي بعد ظهور الصحافة المقروءة حيث وفر بعض الاخصائيين النفسيين مساحة للإجابة على رسائل ذوي المشاكل ثم بعد اختراع الراديو، أصبح المستمعون يطلبون المساعدة من متخصصين نفسانيين لإعطائهم حلولاً لمشاكلهم عبر موجات الأثير. و بعد اختراع التلفاز، توسع هذا النوع من الخدمات إلى جلسات يعدّها فريق من المتخصصين، تطرح فيها مشاكل نفسية بالصوت و الصورة، و مجمل التعليقات تكون توجيهية للمشاهد عموماً. و تكون الحصص النفسية تثقيفية و توجيهية في آن واحد. ثم توسعت الخدمات النفسية الإرشادية و التوجيهية بعد اختراع الحاسوب و ربطه بحواسيب حول العالم عن طريق شبكة عالمية سميت ب"الانترنت" و توسعت دائرة الإرشاد النفسي خلال السنوات الخمس الأخيرة، حيث اخذ النفسانيون يساعدون ذوي المشاكل النفسية سواء عبر برامج الدردشة الالكترونية او بالبريد الالكتروني او عبر مواقع نفسية متخصصة.

من هنا تمت انطلاقة جديدة لتعميم الخدمات النفسية الإرشادية التوجيهية عبر الانترنت في جميع جوانب الحياة الشخصية و الاجتماعية و التربوية في ظل عالم يتسارع و يخلق مشاكل نفسية متفاوتة العمق و مختلفة الأصل و الاتجاه.

فأخذ الاخصائيون في علم النفس يصممون مواقع نفسية متخصصة. و بدأ هذا النوع من الخدمات النفسية بأمريكا ثم انتقل الى كندا ثم فرنسا الى ان عم كثيراً من الدول في العالم حتى بعض الدول العربية. و في ظل عدم تواجد مثل هذه المواقع بالجزائر، قررت الباحثة تصميم موقع نفسي جزائري يهتم بالإرشاد النفسي و التوجيه و أطلقت عليه تسمية "نفسيات" و قامت بتفعيله سنة 2000.

و بعد تصميم موقع "نفسيات" ببرنامج **Front page** و جعل واجهتين له، واحدة باللغة العربية و الاخرى باللغة الفرنسية لضمان اكبر استفادة ممكنة من خدماته في

انتظار الواجهة الانجليزية التي هي بصدد الاعداد-، و بعد نشره عبر الانترنت و اقامة تعديلات عليه بعد جمع معلومات تقييمية من بعض المطلعين عليه ، ترددت تساؤلات كثيرة على فكر الباحثة جعلتها تفكر في القيام ببحث خاص يتناول خدمات الموقع الذي صممه. هذه التساؤلات حوّلتها إلى أسئلة لبحثها عوض طرح فرضيات وهذا لأن الدراسة نفسها تهدف إلى اكتشاف أهمية موقع "نفسيات" ومكانته وايجابياته او سلبياته.

و السؤال الرئيسي الذي انطلقت منه هو كالتالي:

- هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه عبر الانترنت؟ وتفرعت عنه ست أسئلة هي:

• هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه لمستخدمي الانترنت العرب؟

• هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في ارشاد وتوجيه طلبة علم النفس ما قبل التخصص للاختصاص المراد متابعة الدراسة فيه بجامعة وهران؟

• هل لخدمات موقع "نفسيات" قيمة في مجال البحث عن معلومات في علم النفس لدى طلبة علم النفس في اطار التخصص بجامعة وهران؟

• ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" إزاء مضمونه؟

• ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" إزاء شكله العام؟

• ما هي اتجاهات مستخدمي موقع "نفسيات" إزاء سهولة استعماله؟

و للإجابة على هذه الأسئلة استخدمت بعض الطرق و الادوات و هي:

- استمارات تقييمية

و سلم تقييمي يحتوي على خمس درجات تقييمية من حيث المضمون و الشكل العام والاستعمال.

و كل هذه الادوات بعثت بها الباحثة عبر البريد الالكتروني لثلاث عينات : مجموعة من مستخدمي الانترنت العرب ومجموعة من طلبة علم النفس بالسنتين الأولى و الثانية

-أي الدارسين لعلم النفس ما قبل التخصص - و اخيرا مجموعة من طلبة علم النفس في اطار التخصص وهم بالسنتين الثالثة والرابعة.

كما استعملت الباحثة عدادا الكترونيا لمعرفة عدد المطلعين على موقع "نفسيات" منذ تفعيله ، و أقصى جميع الاشخاص الذين اطلعوا على الموقع عن طريق الخطأ أو الصدفة.

أما كأداة للتحليل الاحصائي اعتمدت الباحثة على الطريقة الابطسط المتمثلة في حساب النسبة المئوية لإجابات الافراد على استمارات البحث والسبب أنه لم يكن هناك داع للإستعانة بالطرق الاحصائية المعقدة غرض التضخيم ما دام البسيط يفى بالغرض.

و عند البدء في المرحلة التطبيقية ، قامت الباحثة اولا بدراسة استطلاعية من خلالها عدّلت بعض عبارات الاستمارات و حذفت البعض الاخر و كانت الدراسة الاستطلاعية تضم 40 طالبا و طالبة ، 10 طلبة من كل مستوى دراسي و 320 مستخدم للانترنت من اصل عربي. اما الدراسة الاساسية فتمت 305 طالب و طالبة بالاربع مستويات و 2922 مستخدم للانترنت من اصل عربي. ووزعت ادوات البحث بواسطة البريد الالكتروني . و اعتمدت هذه الطريقة الجديدة لدى علماء النفس بأمريكا لجمع اكبر عينة ممكنة للبحث رغم بعض النقائص الملاحظ عليها.

و كانت النتائج النهائية المتوصل اليها كالتالي:

- تم الإجابة ايجابيا على السؤال الرئيسي بنسبة **74.59%**
- تم الإجابة ايجابيا على السؤال الأول بنسبة **73.73%**
- تم الإجابة ايجابيا على السؤال الثاني بنسبة **70.12%**
- تم الإجابة ايجابيا على السؤال الثالث بنسبة **75.92%**
- تم الإجابة ايجابيا على السؤال الرابع بنسبة **91.88%**
- تم الإجابة ايجابيا على السؤال الخامس بنسبة **87.48%**
- تم الإجابة ايجابيا على السؤال السادس بنسبة **79.86%**

4- اقتراحات و توصيات

أخيراً، فإن سيرورة البحث و كل الصعوبات و المراحل التي مررنا بها جعلتنا نكتشف الكثير و الكثير في مجال الخدمات النفسية عبر الانترنت ، و لهذا نستطيع اعطاء اقتراحات و توصيات يستطيع من خلالها الباحثون و الطلبة ان يتقدموا في هذا المجال تقدماً علمياً ملحوظاً .

بالنسبة لمن يريد اختيار وسيلة الانترنت للتدخل النفسي، تقترح الباحثة القيام بدراسات في مجال خدمات الإرشاد النفسي عبر الانترنت و دراسة حالات لمسترشدين تتبعهم مرشدون نفسيون عبر الانترنت ثم تتبع تطورهم النفسي من حيث المشكل الذي طلبوا فيه المساعدة. **étude de cas**

تقترح ايضاً على من يريد استعمال الانترنت في مجال علم النفس بالقيام بمقاربة علاجية عبر هذه الوسيلة ، أي تحديد مراحل العلاج و تتبع الحالات و تطويرها بواسطة المحادثة الالكترونية او البريد الالكتروني لدراسة مدى نجاح او فشل العلاجات التي من هذا النوع..

من حيث التقنية، تقترح الباحثة على من يأتون بعدها باستعمال تقنية الفلاش **Flash** لبناء موقعهم، كما تنصحهم بأن يطلبوا مساعدة اختصاصيين في مجال الاعلام الالي و البرمجة ليتم بناء موقع نفسي ديناميكي بدلاً من موقع كلاسيكي و الفرق بينهما انه بواسطة الأول يستطيع المتدخلون المشاركة المباشرة في الموقع ، مثل المشاركة في المنتديات وفي الاختبارات النفسية و الحصول على نتائج الاختبارات بطريقة آلية.

و تضيف الباحثة ان بناء مواقع نفسية متخصصة بمجالات علم النفس المتعددة سيكون لها دور كبير في المستقبل.

كما تنصح الباحثة بايواء المواقع النفسية بشركة جزائرية او عربية بعد التأكد من جودة الخدمات التي تقدمها.

بالنسبة لطلبة علم النفس ، تتصحهم الدراسة بتبادل مذكراتهم أو دروسهم أو بحوثهم عبر الانترنت ، ويوفر موقع "نفسيات" مساحة لهذا التبادل. كما ان إثراء أي موقع نفسي بمعلومات و عناوين لأخصائيين نفسيين أو أطباء نفسيين جزائريين يمارسون مهنتهم بالجزائر اوحتى لمختصين في مجالات اخرى (محامون، اخصائيون اجتماعيون الخ) سيعود بالفائدة على المسترشدين الذي يطلبون عناوين اطباء متمرسين بمدينةتهم.

و ليس هذا فقط بل حتى إثراء موقع "نفسيات" ببعث ارتباطات شعبية لمواقع نفسية اخرى لن يكون الا في فائدة طلبة علم النفس فيما بينهم.

بالنسبة لاساتذة علم النفس بجامعة وهران او بجامعات جزائرية أخرى، ترى الباحثة أن التفاعل مع خدمات موقع "نفسيات" بالمساعدة باثرائه بحوثهم و عناوين كتبهم المطروحة في سوق الكتاب ستعود و لاشك بالفائدة عليهم و على طلبتهم. و من هنا تتقدم الباحثة بالطلب من الأساتذة الأفاضل بضرورة تحسيس طلبتهم بمكانة الانترنت بمجال علم النفس للنهوض بهذا العلم و الارتقاء به الى مكانة أعلى تساير دراسات الغرب بمجال علم النفس عبر الانترنت.

و أخيرا ، لن تنسى الباحثة بتذكير كل من يطلع على هذا البحث المتواضع بأنها بصدد إعداد ما يلي:

- ادماج منتدى خاص بموقع "نفسيات".
- تحضير الواجهة الانجليزية لموقع "نفسيات".
- عقد شراكة مع موقع عمرو خالد و موقع "حياتنا النفسية" و موقع "الحصن النفسي" لتطوير موقع "نفسيات".
- اعداد دليل عناوين اساتذة علم النفس بجامعة السانية وهران.
- اعداد دليل عناوين طلبة علم النفس بجامعة السانية وهران.

ايقونات التعبير الانفعالي
Smiley indiquant l'état d'esprit de celui qui les écrit

معنى الايقونة باللغة الفرنسية	معنى الايقونة باللغة العربية	الايقونة
Est content, heureux, sourit	شخص يبتسم و هو فرح	: -)
Rigole beaucoup	شخص يضحك	: ->
Rigole énormément	شخص يضحك كثيرا	: -)))
A un très grand sourire	ابتسامة عريضة	: -D
Fait un clin d'oeil	غمزة عين	; -)
Est triste, est fâché	شخص حزين	: -(
Boude, est vexé	شخص لايعرف كيف يتصرف و هو في مأزق	: -[
Est très fâché	شخص غاضب	: -&
Est vraiment, vraiment, vraiment fâché	شخص غاضب جدا	: -C
A une journée ordinaire, est indifférent.	شخص غير مهتم ، يوم عادي	: -
Est sceptique	شخص يشك في شيء	: -/
Vous trouve insensé	يجدك الشخص غير مقتنع في كلامك	=<:-)
Vous félicite, vous tire son chapeau	شخص يهنئك	d :-)
Est étonné, ou bien parle beaucoup	شخص متعجب أو يتكلم كثيرا	: -O
Tire la langue	شخص يعيب عليك بإخراج لسانه	: -P

Est incrédule, vous traite de menteur	شخص لم يقنع بما تقول او يتهمك بالكذب	:----)
Jure de dire la vérité	شخص يحلف بقول الحقيقة	:-@
S'est mal exprimé, ou bien ne veut plus rien dire	لم يعرف شخص كيف يعبر أو لا يريد الكلام	:-#
Aurait mieux fait de se taire	شخص يتمنى لو لم يتكلم	:-*
Envoie un petit bisou	شخص يبعث قبلة	:-x
Envoie un gros bisou	شخص يبعث تحية كبيرة	:-X
A le coeur brisé	شخص قلبه محطم	:-...
Pleure	شخص يبكي	:-(')
Pleure de joie	شخص يبكي من كثرة الفرح	:-(')
S'endort	شخص بصدد النوم	-)
Ronfle	شخص يشخر	-o
Baille	شخص يتثاءب	-O
Est endormi	شخص نائم	-I
Est malade, ne se sent pas bien	شخص مريض أو لا يحس بنفسه جيدا	:-\$
Soupçonne quelque-chose (poisson d'avril)	شخص يظن أن شيئاً فعل به	(O--<

مواقع نفسية عربية

1. موقع الحصن النفسي: <http://bafree.com/hisn/index.html> أول موقع باللغة العربية خاص بعلم النفس
2. حياتنا النفسية: [/http://www.hayatnafs.com](http://www.hayatnafs.com) موقع يطرح مواضيع جيدة في علم النفس
3. موقع خاص بالصحة النفسية
<http://www.sehha.com/mentalhealth/index.htm>
4. موقع خاص بالصرع اعراضه و علاجه
[/http://www.epilepsyinarabic.com](http://www.epilepsyinarabic.com)
5. موقع عربي هام
<http://www.islamset.com/arabic/apsycho/index.html>
6. موقع خاص بعلم النفس الاسلامي
<http://www.islamset.com/arabic/apsycho/index.html>
7. موقع خاص ببعض التحليلات النفسية لبعض السلوكيات
<http://www.nanoart.f2s.com/TANA.htm>
8. موقع هام يضم مواقع اخرى مصنفة حسب المواضيع
<http://www.athagafy.com/Health/nafs1.htm>
9. موقع نفسي يحلل مشكل الرهاب الاجتماعي
<http://www.sehha.com/mentalhealth/socialphobia.htm>
10. موقع المشاكل الاجتماعية [/http://www.alateeg.com](http://www.alateeg.com)
11. مواقع صحية ، الصحة البدنية و النفسية
<http://www.athagafy.com/Health/start4.htm>
12. موقع خاص بالتوحد [/http://www.tawahud.com](http://www.tawahud.com)

13. منتديات البرمجة اللغوية العصبية
<http://www.nlpaf.f2s.com/vb/index.php3>

14. موقع للارشاد النفسي [/http://jubailnet.com/web/dnabils](http://jubailnet.com/web/dnabils)

قرص مضغوط لفصول الرسالة

المراجع

1- المراجع باللغة العربية

1.1 - الكتب

1. محمد محروس الشناوي: "موسوعة الإرشاد و العلاج النفسي. نظريات الارشاد والعلاج النفسي". دار غريب للطباعة والنشر و التوزيع. 1994.
2. فوزي طه ابراهيم و درجب احمد الكلزہ: "المناهج المعاصرة". منشأة المعارف بالاسكندرية. 1999.
3. عمار بخوش: "دليل الباحث في منهجية و كتابة الرسائل الجامعية". وحدة الطبع المؤسسة الوطنية للفنون المطبعية . الجزائر. 1984.
4. لندال. دافيدوف: "مدخل علم النفس". ترجمة مجموعة دكاترة . طبعة 3. دار ماكجر و هيل للنشر. 1981.
5. عامر ابراهيم قنديلجي: "البحث العلمي". بغداد. مطبعة عصام. 1979.

2.1- مجلات

1. نبيلة شكيراد : "أسكرام". مجلة العلوم و الثقافة. العدد 15 فيفري 2001 .

3.1- أقرص مضغوطة

1. قرص مضغوط بعنوان : استعمال انترنت 2000
2. قرص مضغوط بعنوان : Dico2001

4.1- مواقع

1. موقع الحصن النفسي <http://bafree.com/hisn/m>

المراجع باللغة الفرنسية -2

Livres 1.2 -

Leonard. V. Gordon : Manuel de l'inventaire des valeurs interpersonnelles .1
.SIV . Les éditions du centre de psychologie appliquée. 1979

Site en français 2.2-

1. Site de l'encyclopédie Hachette www.encyclopedie-hachette.com

3- المراجع باللغة انجليزية :

.1 Azy Barak (2004) : Psychological Applications on the Internet: A Discipline on the Threshold of a New Millennium. Applied and Preventive Psychology, 8, 231-246.

.2Jadad, A. R., & Gagliardi, A. (1998). Rating health information on the Internet: Navigating to knowledge or to Babel? Journal of the American Medical Association, 279, 611-614.

.3 Silberg, W. M., Lundberg, G. D., & Musaccio, R. A. (1997). Assessing, controlling, and assuring the quality of medical information on the Internet. Journal of The American Medical Association, 277, 1244-1245

.4 Lundberg, D. J., & Thirsk, R. W. (1995). Cruising the information highway for jobs: On-line career development. Greensboro, NC: ERIC Clearinghouse on Counseling and Student Services. (ERIC Digest #ED405534)

.5 Chapman, L., & DiBianco, P. (1996). Beyond high school: College and career guidance online. Multimedia Schools, 3(5), 26-30.

.6Finn, J., & Lavitt, M. (1994). Computer based self-help groups for sexual abuse survivors. Social Work with Groups, 17, 21-46.

.7 Sampson, J. P., Jr. (1995). Computer-assisted testing in counseling and therapy. Greensboro, NC: ERIC Clearinghouse on Counseling and Student Services (ERIC # ED391983)

.8 Bicanich, E., Slivinski, T., Hardwicke, S. B., & Kapes, J. T. (1997). Internet-based testing: A vision or reality? Technological Horizons in Education (T.H.E.) Journal [on-line]. Available (February, 1999):
<http://www.thejournal.com/magazine/97/sep/feat3.html>

.9 Hsiung, R. C. (1997). The Student Counseling Virtual Pamphlet Collection: An innovative resource. Behavior Research Methods, Instruments and Computers, 29, 154-157.

.10 Zalaquett, C. P., & Sullivan, J. R. (1998). Counseling Center Help Screens: Students' use and evaluation of an Internet-based program. Journal of College Student Development, 39, 494-498.

.11 Childress, C. (1998). Potential risks and benefits of online psychotherapeutic interventions [on-line]. Available (February, 1999):
<http://www.ismho.org/issues/9801.htm>

.12 Gerler, E. R., Jr. (1995). Advancing elementary and middle school counseling through computer technology. Elementary School Guidance and Counseling, 30, 8-15.