



كلية البنات الآداب والعلوم والتربية

قسم علم النفس

تنمية المهارات الاجتماعية لخفض أعراض الوحدة النفسية لدى مدمني الانترنت

رسالة مقدمة من

إيمان مصطفى سرميني

لنيل درجة الماجستير في الآداب قسم علم النفس

إشراف

د . هبة محمد اسماعيل سري

أ . د . حمدي محمد ياسين

مدرس علم النفس

أستاذ علم النفس

كلية البنات - جامعة عين شمس

كلية البنات - جامعة عين شمس

1431 هـ - 2011 م

الفصل الأول " مدخل الدراسة "

- ٠ مقدمة الدراسة .
- ٠ مشكلة الدراسة .
- ٠ حدود الدراسة .
- ٠ أهداف الدراسة .
- ٠ أهمية الدراسة .
- ٠ مصطلحات الدراسة .

الفصل الثاني

" الاطار النظري و الدراسات السابقة "

المبحث الأول : ادمان الانترنت .

المبحث الثاني : الشعور بالوحدة النفسية

المبحث الثالث : المهارات الاجتماعية .

الفصل الثالث

" منهج الدراسة و اجراءاتها "

منهج الدراسة .

خطوات الدراسة.

عينة الدراسة.

أدوات الدراسة .

الأساليب الاحصائية .

الفصل الرابع

" مناقشة و تفسير النتائج "

الفرض الأول.

الفرض الثاني .

الفرض الثالث.

الفرض الرابع .

الفرض الخامس.

التوصيات و البحوث المقترحة .

ثبت بمصطلحات الدراسة .

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

" يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَ
جَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ
اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ "

الحجرات 105

صدق الله العظيم



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

قسم علم النفس

اسم الطالب : إيمان مصطفى سرميني .

الدرجة العلمية : ماجستير في الآداب (علم نفس) .

القسم التابع له : علم النفس .

الجامعة : عين شمس .

سنة التخرج :

سنة المنح :



كلية التربية للآداب والعلوم والتربية

قسم علم النفس

رسالة ماجستير

اسم الطالب : ايمان مصطفى سرميني .

عنوان الرسالة : تنمية المهارات الاجتماعية لخفض أعراض الوحدة النفسية لدى

مدمني الانترنت .

اسم الدراسة : ماجستير في الآداب (علم نفس) .

لجنة الإشراف

د . هبة محمد اسماعيل سري

مدرس علم النفس

كلية البنات - جامعة عين شمس

أ . د . حمدي محمد ياسين

أستاذ علم النفس

كلية البنات - جامعة عين شمس

تاريخ البحث : / / 2011 م .

الدراسات العليا .

اجيزت الرسالة بتاريخ

/ / 2011 م .

ختم الاجازة

/ / 2011 م .

موافقة مجلس الجامعة

/ / 2011 م .

موافقة مجلس الكلية

/ / 2011 م .

مستخلص

ايمان مصطفى سريميني .

تنمية المهارات الاجتماعية لخفض أعراض الوحدة النفسية لدى مدمني الانترنت .

تهدف الدراسة رصد الفروق بين مدمني الانترنت و غير المدمنين بصدد

المهارات الاجتماعية ، فضلاً عن اختبار فعالية برنامج لتنمية المهارات الاجتماعية

لخفض أعراض الشعور بالوحدة النفسية لدى مدمني الانترنت .

وقد أكدت النتائج أن مدمني الانترنت من الطلاب يختلفون عن غير المدمنين

بصدد المهارات الاجتماعية ، كما أنّ البرنامج نجح في خفض أعراض كل من الشعور

بالوحدة النفسية وإدمان الانترنت.

إهداء

إلى من ربّاني وأحسننا تربيتي

إلى من تفانيا في رعايتي و حمايتي

إلى من قدما دون مقابل

أمي وأبي

إلى من تقاسمت معهم هذه الحياة بما فيها من فرح و شجار

أختي وأخي

إلى فراشات عمري و ملائكة حياتي

أولاد أختي

إلى كل من أحب العلم و أهله و يسر الطريق إليه

أهديكم جميعاً جهدي المتواضع

شكر و تقدير

الحمد لله رب العالمين و الصلاة و السلام على أشرف الأنبياء و المرسلين ، نبينا محمد و على آله و صحبه أجمعين القائل " من لا يشكر الناس لم يشكر الله".

يسعدني و قد أنهيت بفضل الله و رعايته إعداد هذه الرسالة أن أتوجه إلى الله العلي القدير بالحمد و الشكر الذي هداني و أنار الطريق أمامي ، و أمدني بالعزم و التصميم لإتمام هذا العمل العلمي المتواضع و قيض لي من الأساتذة الأجلاء و العلماء الأفاضل من أناروا لي سبيل العلم و أرشدني إلى طريق الصواب .

و أتقدم بوافر الشكر و عظيم الإمتنان إلى من منحني الرعاية الصادقة و التوجيه المخلص منذ اللحظة الأولى من وصولي لأرض الكنانة مصر الأب الرحوم العطوف الأستاذ الدكتور حمدي ياسين الذي استقيت منه حب المعرفة و الصبر فكان المقيبل من العثرة و الباعث في النفس الهمة و العزيمة كلما وهنت الخطوة نعم المعلم الذي وهب نفسه لخدمة العلم و طلابه نعم الموجه و المرشد و الناصح المخلص ، و أسأل الله أن يجزيه عني خير الجزاء و يحفظه ذخراً و سنداً لأهله و وطنه . و صدق فيه القول :

له أياد عليّ سابعة أعد منها ولا أعددها

و أتقدم بأسى آيات الشكر و التقدير إلى د.هبه سري التي تفضلت بالإشراف على الباحثه و أنارة دربها بالتوجيه و النصح و الدعم و الرعاية الأخويه .

و أتوجه بأطيب آيات الشكر و التقدير إلى الأب العطوف أ.د. علي سيد خضر لقبوله مناقشة هذا العمل و تفانيه بمساعدة الباحثه و إلى أ.د. أسماء محمد السرسى لتفضلها بقبول مناقشة هذا العمل و إبداء ملاحظاتها القيمة .

و أوجه شكري و تقديري إلى أساتذتي د. ناظم طحان و د. بسام الطويل و د. محمد عبد الله و د. صفاء صبح و د. هيثم أبو حمود لما زرعوا من بذور العلم في نفسي .

الباحثة

فهرس المحتويات

أولاً فهرس المحتويات

رقم الصفحة	موضوع المحتوى
	الفصل الأول " مدخل الدراسة "
1	مقدمة الدراسة .
2	مشكلة الدراسة .
9	حدود الدراسة .
11	أهداف الدراسة .
11	أهمية الدراسة .
12	مصطلحات الدراسة .
	الفصل الثاني " الاطار النظري "
18	المبحث الأول " ادمان الانترنت " التعريف .
20	الإدمان وجهات نظر .
25	كيف يحدث الإدمان :
31	تصنيف ادمان الانترنت :
31	من هم أكثر الناس قابلية لإدمان الإنترنت؟
31	أسباب إدمان الانترنت .
32	تشخيص إدمان الإنترنت:
35	أعراض إدمان الانترنت :
38	كيف يمكن تقييم إدمان الانترنت :
40	علاج إدمان الانترنت:
43	ادمان الأنترنت و المهارات الاجتماعية :
44	الدراسات السابقة : أولاً : ادمان الانترنت و المهارات الاجتماعية.
51	ثانياً : ادمان الانترنت و الشعور بالوحدة النفسية.
58	ثالثاً : علاج ادمان الانترنت .
61	المبحث الثاني " الشعور بالوحدة النفسية " التعريف .
63	الشعور بالوحدة النفسية و بعض المفاهيم المرتبطة معها :
64	النظريات المفسرة للشعور بالوحدة النفسية :
66	تصنيف الوحدة النفسية:
67	مكونات الوحدة النفسية .
69	أسباب الشعور بالوحدة :
70	المظاهر السلوكية للشعور بالوحدة النفسية :
71	سمات الشخصية المرتبطة بخبرة الوحدة النفسية :
71	التوافق و التكيف مع الوحدة النفسية.

73	الاختلاف بين الأفراد في مواجهة الشعور بالوحدة النفسية .
74	الطرق الفعالة في الحد من الشعور بالوحدة النفسية .
74	المداخل العلاجية للشعور بالوحدة النفسية .
76	الشعور بالوحدة النفسية و المهارات الاجتماعية :
82	الدراسات السابقة : أولاً : الشعور بالوحدة النفسية و المتغيرات الديموغرافية.
88	ثانياً : الشعور بالوحدة النفسية و المهارات الاجتماعية .
105	المبحث الثالث : المهارات الاجتماعية : تعريف المهارات الاجتماعية .
107	الخلط بين مفهوم المهارات الاجتماعية و بعض المفاهيم الأخرى ذات الصلة.
108	أهم التوجهات النظرية في تفسير اكتساب المهارات الاجتماعية
114	مكونات المهارات الاجتماعية.
125	تقدير و قياس المهارات الاجتماعية .
126	استراتيجيات التدريب على المهارات الاجتماعية.
132	العلاقة بين المهارات الاجتماعية و الصحة النفسية .
153	الدراسات التي تناول المهارات الاجتماعية كمدخل لخفض الشعور بالوحدة النفسية.
143	نظرة تحليلية للدراسات السابقة.
148	فروض الدراسة .
	الفصل الثالث " منهج الدراسة و اجراءاتها "
152	منهج الدراسة .
152	خطوات الدراسة.
153	عينة الدراسة.
156	أدوات الدراسة .
203	الأساليب الاحصائية .
	الفصل الرابع " نتائج الدراسة و مناقشتها "
207	الفرض الأول : النتيجة ، التفسير ، المناقشة .
223	الفرض الثاني : النتيجة ، التفسير ، المناقشة .
230	الفرض الثالث : النتيجة ، التفسير ، المناقشة .
233	الفرض الرابع : النتيجة ، التفسير ، المناقشة .
242	الفرض الخامس : النتيجة ، التفسير ، المناقشة .
251	التوصيات و البحوث المقترحة
253	ثبت بمصطلحات الدراسة .
	قائمة المراجع
257	المراجع باللغة العربية .
267	المراجع باللغة الانكليزية .
285	المواقع الالكترونية العربية .
286	المواقع الالكترونية الأجنبية .
	ملخص الدراسة
288	ملخص الدراسة باللغة العربية .
297	ملخص الدراسة باللغة الانكليزية .