

توظيف الانترنت في مجال الإرشاد النفسي التربوي (دراسة لمواقع في الولايات المتحدة الأمريكية نموذجا)

د. عمر بن شريك
جامعة الجلفة

مقدمة:

التكنولوجيا تغزو كل مجال في حياتنا الشخصية و المهنية ففي أقل من 15 سنة انتقلنا من الهاتف الثابت إلى الجيل الثالث من الهاتف النقال و من المراسلة عن طريق رجل البريد إلى الرسائل الالكترونية و من التدريس المباشر في المحبرات إلى التدريس عن طريق الانترنت و من النزول لقطع المسافات قاصدين الأسواق إلى التسوق من خلال شاشة الكمبيوتر و إجراء مختلف المحوزات، بالفعل لقد أصبحت تكنولوجيا الاتصال والإعلام جزءا لا يمكن بأي حال من الأحوال الاستغناء عنها أو تهميشها في حياة المجتمعات و الأفراد نظرا للفائدة الكبيرة التي يمكن أن تقدمها إذا ما استعملت استعمالا صحيحا و مناسبا فهي كفيلة باختصار المسافات و الأوقات كما أنها متاحة للجميع بأبسط الطرق، و الانترنت كجزء من هذه التكنولوجيا أصبحت في كل مكان (البيت، المدرسة، العمل.....) لدرجة أن مستعمليها في الجزائر يصل إلى 11 مليون فرد بمعدل فردين في كل أسرة تقريبا وهذه المكانة تجعلها أفضل وسيلة للوصول إلى جمهور واسع في وقت قصير و في أي زمن و بشكل مستمر و شبه دائم و بأقل تكلفة.

كل هذه الخصائص دفعت الدول المتقدمة إلى الاستفادة من الانترنت و توظيفها لخدمة الفرد و المجتمع في العديد من المجالات ك مجال الإرشاد التربوي في كل المستويات (Cabaniss,K.2001) خاصة و أنه يوفر فرصة لمعالجة القضايا التي يعتقد المسترشد أنها محرجة و فرصة للأهل للحصول على معلومات و نصائح تخص أبنائهم مع توفر البدائل المتعددة (Guanipa,Nolte & Lizarraga,2002)، و المتبع للمواقع الالكترونية التي تقدم خدمات إرشادية و علاجية في الولايات المتحدة الأمريكية يجد أن عددها بالآلاف و أن روادها يعد بالملايين كما أن

الكثير من الدراسات بينت أنها أصبحت وسيلة ناجعة و فعالة في ممارسة الخدمات النفسية خاصة عند استعمال الاتصال المباشر (McCormick, and Bateman,2004 ; Lewis, Courso, and Herting 2004 ; Barak et al,2008).

على الرغم من ذلك منذ البداية كان هناك نوع من المعارضة لتوظيف الانترنت في الإرشاد و العلاج النفسي (Skinner & Latchford, 2006 ; Wells, M., Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Becker-Blease, K. A., 2007) فاستعمال أي نوع من التكنولوجيا يثير مجموعة من القضايا الأخلاقية و الانترنت بشكل خاص محل جدل كبير والأفراد يخافون من أن التفاعل الالكتروني (عبر الانترنت) مع الأشخاص يمكن أن يبعد الفرد عن المجتمع و يتسبب له في العزلة و لا ننسى مختلف المخاطر ذات العلاقة بالقضايا الجنسية و سرقة الهوية و الإحباط، وكل هذه المخاوف لها ما يدعمها على أرض الواقع لكن يبقى أن كل هذه المخاوف يمكن أن تتجسد بدورها في الوضعيات العادية وجها لوجه.

لكن من جهتنا نظن أن هذه المعارضة والمخاوف آيلة للزوال لأن التكنولوجيا تتطور بصورة جد متسارعة و سنتقل بنا إلى مستويات أخرى من التفاعل الالكتروني أكثر من التحادث عن طريق Skype و بتكلفة زهيدة لدرجة أن التدخل الالكتروني سيكون ضرورة وأفضل بكثير من المقابلة التقليدية، فالسؤال الأهم بالنسبة للمختصين في تقديم الخدمات النفسية هو كيف نستعمل التكنولوجيا بشكل فعال و مناسب لتحسين وتطوير الخدمات المقدمة للعملاء و التحكم أحسن في الموارد المتوفرة و هذا بالفعل ما يقوم به العديد من المختصين و المؤسسات في دول كالولايات المتحدة الأمريكية.

تعتبر الولايات المتحدة الأمريكية الدولة الرائدة في توظيف الانترنت في مجال الإرشاد والعلاج النفسي فحسب موقع Alexa.com يوجد ما لا يقل 30 % من المواقع الأمريكية المهتمة بالصحة العقلية تعتي أعلى الترتيب في العالم، كما أن و.م.أ بالمقارنة مع بعض الدول خطت خطوات مقبولة في مجال تنظيم هذا النوع من النشاط و هناك قوانين فيدرالية و محلية تضبطه وكل من الجمعية الأمريكية لعلم النفس و الجمعية الأمريكية للإرشاد و عدد من الجمعيات المحلية قدمت أكثر من دليل عملي لتقديم الخدمة النفسية الإرشادية و العلاجية عن طريق استخدام التكنولوجيا

الحديثة، و الجامعات الأمريكية بدورها تقدم تكوين خاص بهذا النمط من الخدمة وتضمنه في المقررات التعليمية الجامعية (Chester & Glass, 2006; Grohol, 2004)، ويحسب للولايات المتحدة الأمريكية أن المواقع الأولى التي توفر الخدمة النفسية ظهرت في هذا البلد، هذا و العديد من الأسباب الأخرى تجعل التجربة الأمريكية في التدخل الإلكتروني مميزة وجديرة بالدراسة، و هذا ما نطمح إليه من خلال هذه الورقة التي سنطلع فيها على 3 مواقع من بين أهم المواقع الأمريكية في تقديم الخدمة الإرشادية النفسية التربوية و نحاول تحليل أم ما فيها من أجل توضيح الإطار العام الأهداف العامة للدراسة:

تهدف الدراسة إلى تسليط الضوء على سبل توظيف إحدى أهم تقنيات العصر (وهل الانترنت) لخدمة علم النفس. في الجزء الأول من الدراسة نعرض أنواع وطرق توظيف الانترنت في الخدمة النفسية. نحاول من خلال هذه الدراسة تقييم بعض المواقع الإلكترونية الأمريكية وفق منهجية يحددها الباحث.

مضى على توظيف الإنترنت في خدمة علم النفس في الولايات المتحدة الأمريكية قرابة العشرين وهذا يوفر تراكما مهما يمكن الاستفادة منه.
حدود الدراسة:

تهتم هذه الدراسة بنمط خدمة انترنت محدد هو المواقع الإلكترونية دون المدونات وشبكات التواصل الاجتماعي وغيرهما. من بين الخدمات الإلكترونية العلاجية والإرشادية المتوفرة عبر الانترنت تهتم هذه الدراسة بالتدخل الإلكتروني التربوي. المواقع المدروسة في هذه الورقة ليست بالضرورة أهم المواقع في الولايات المتحدة الأمريكية لكنها من بين الأفضل ولقد تم اختيارها بما يخدم أهداف الدراسة.

المفاهيم الأساسية للدراسة: نتناول في هذا الجزء من الدراسة مفهومي فقط مهمين للدراسة:

1.4 التدخل النفسي عن طرق الانترنت (التدخل الإلكتروني):

نظرا لحداثة هذا الموضوع فإن التعاريف جد محدودة والمتوفر منها و أهمها هو تعريف Barak, Klein, and Proudffoot (2009) بأن التدخل النفسي عن طريق الانترنت هو برنامج تدخل أساسه التحكم الذاتي يشغل عن طريق برنامج يعمل من خلال موقع الكتروني و يستعمل من طرف

عملاء/مستهلكين يبحثون على مساعدة في الصحة عموماً أو الصحة العقلية، يحاول هذا التدخل إحداث تغيير إيجابي أو تحسين و تطوير المعارف و الوعي و التفهم عن طريق توفير موارد صحية مسموعة و استغلال العناصر التفاعلية الالكترونية.

طرق التدخل النفسي عن طريق الانترنت:

قسم Klein، Barak، (2009) and Proudford and Proudford (2009) التدخل النفسي عن طريق الانترنت في مجال العلاج والإرشاد النفسي لأربع فروع كما هي موضحة في الجدول رقم (01) وسأتي على التفصيل فيها فيما يلي لكن قبل ذلك من المهم الإشارة إلى أن هذا التقسيم أو التصنيف لطرق التدخل لا يعني على الإطلاق تصنيفاً للمواقع الالكترونية لأنه يمكن الاستفادة من أكثر طريقة في التدخل في موقع واحد كما سيتبين معنا لاحقاً. التدخل الالكتروني web-based interventions هناك ثلاث فروع/ أنواع ثانوية للتدخل الالكتروني هي:

1.1.5 التدخل الالكتروني التربوي:

يهدف هذا النوع من التدخل إلى تقديم معلومات حول وضعية أو مجموعة من الوضعيات الصحية العقلية أو الجسدية، من الممكن أن يقدم المحتوى في صيغ متنوعة (مثلاً: مرئي أو مسموع أو مكتوب) لكنه غير موجه أو على شكل تدخل منظم أو مهيكّل يوجه من خلاله الفرد لطريقة إجراء تغيير معرفي أو عاطفي أو سلوكي (Barak، Klein، (2009) and Proudford and Proudford ;2009).

نظراً للمخاوف المرتبطة بدقة و موثوقية التدخل التربوي الالكتروني طورت العديد من المؤسسات خدمة مصادقة تعنى بالتحقق من المعلومات في المواقع الالكترونية بغية مساعدة العملاء على الوثوق ببعض المواقع و الولوج إليها كما أن العديد من المواقع الالكترونية التابعة لجامعات كبرى أو مؤسسات دولية أو مراكز بحث و جمعيات مرموقة تقدم تصنيفات سنوية للمواقع الالكترونية و ترتبها على أساس نوع الخدمة المقدم من كل النواحي، محتوى هذا النوع من المواقع في الغالب ما يكون متاحاً للجميع لكن في بعض الحالات يتطلب الأمر التسجيل والحصول على العضوية من أجل الاستفادة من المحتوى و الخدمة الكلية المتوفرة (The Australian Psychological Society,2013).

2.1.5 التدخل العلاجي الالكتروني:

هذا النوع من الخدمة الالكترونية أكثر تخصصا من النمط السابق والغرض الأساسي منه هو دعم ومساندة العملاء على التغيير العاطفي أو السلوكي أو المعرفي. وهذه الخدمة يطورها ويشرف عليها المختصون في العلاج النفسي غالبا ما يكونون أساتذة في الجامعات أو ممارسين ذوي خبرة (إلى جانب المشرفين التقنيين) كما نلاحظ في الآونة الأخيرة تشكل نوع من النشاط التجاري في هذا السياق (Barak,1999).

على عكس التدخل التربوي الالكتروني يعتبر التدخل في هذا النوع من الخدمات ميكلًا بشكل كبير ووفق منهجية و أسلوب علاجي محدد (العلاج السلوكي المعرفي مثلا...) على شكل العلاج التقليدي وجها لوجه بحيث توفر الخدمة آلية للتواصل و تقديم التغذية العكسية و تتبع تطور العلاج مرحلة بمرحلة، خدمة التدخل العلاجي الالكتروني تتطلب التسجيل و الموافقة على استعمال البيانات المحصلة في التقييم و البحث العلمي، هذا الإجراء سمح بتقديم دلائل على فعالية التدخل الالكتروني الذي يستمر في النمو بشكل سريع (The Australian Psychological Society,2013).

3.1.5 التدخل العلاجي الإنساني الالكتروني:

خدمة العلاج الالكتروني الإنساني تتطلب إنسان (غالبا مختص في الصحة أو الصحة العقلية أو في بعض الحالات أو نظراء دعم) من أجل تقديم الدعم والتوجيه والتغذية العكسية. التدخل البشري المكمل للموارد الالكترونية يمكن أن يختلف على حسب النمط (الفيديو، الرسائل، المحادثة) والتكرار وإذا ما كانت آنية ومتزامنة أو غير آنية، مثلا بعض المواقع الالكترونية توفر خدمة العلاج عن طريق الرسائل الالكترونية والمختص يمكنه أن يقدم التوجيهات للعميل مرة واحدة في الأسبوع عن طريق الرسائل بالإضافة إلى الموارد الالكترونية المتوفرة (Barak et al,2008).

يختلف العلاج الإنساني الالكتروني عن العلاج الالكتروني والعلاج الالكتروني المباشر على وجه الخصوص من خلال المزاجية بين المساندة البشرية والموارد الالكترونية المتاحة. ينظر إلى التغذية العكسية والتوجيه المقدم من مختصي الصحة العقلية على أنه عنصر مكمل وفعال وحاسم في البرنامج (Barak et al,2008). خدمة العلاج الإنساني الالكتروني موجه أساسا للأفراد الذين يعانون من مستويات متوسطة إلى مرتفعة نوعا ما من الاضطرابات كالقلق على عكس العلاج الالكتروني

الذي يناسب أكثر الأفراد ذوي مستويات معتدلة من الاضطراب في حين أن الإرشاد الالكتروني المباشر مثل المقابلة وجها لوجه يقدم خدمات لكل الأفراد من مختلف مستويات الاضطراب.

2.5 العلاج والإرشاد الالكتروني المباشر:

العلاج والإرشاد الالكتروني المباشر يشير إلى توفير الخدمة النفسية مباشرة بين المختص النفسي والعميل عن طريق الانترنت. التواصل بينهما يمكن أن يكون عن طريق العديد من الأشكال بما فيها الرسائل الالكترونية أو المحادثة الآتية أو الفيديو أو الهاتف ويمكن لأن تكون ثنائية أو في مجموعة (Barak et al,2008).

العلاج والإرشاد الالكتروني المباشر يمكن أن يتضمن إجراء تقييمات واستبيانات وتقديم معلومات ومثل خدمة المقابلة وجها لوجه هناك تنوع كبير في محتوى وطريقة وكلفة الخدمة أثناء استعمال العلاج والإرشاد الالكتروني المباشر، بعض الخدمات متوفرة آتيا على مدار الساعة وبشكل مجاني في حين أن البعض الآخر تسعر على أساس الرسائل الالكترونية المرسله.

البرامج العلاجية الالكترونية المشغلة عن طريق الانترنت:

البرامج العلاجية الالكترونية المشغلة عن طريق الانترنت تشير إلى " البرامج العلاجية المحوسبة التي تستعمل القدرات المتقدمة للحاسوب مثل مبادئ الذكاء الاصطناعي (أ) المحاكاة عن طريق الإنسان الآلي لمختص يجري حوار مع عميل (ب) الأنظمة الخبيرة (ج) الألعاب و البرامج الافتراضية ثلاثية الأبعاد (Barak, Klein, & Proudfoot,2009) من بين برامج محاكاة المختص نجد برنامج « Eliza » الذي طور بالأساس كاختبار لتطور و قدرات الذكاء الاصطناعي على تقليد التفاعل الإنساني أما الأنظمة الخبيرة بالمقابل ليست مصممة للدخول في حوار بل هي مصممة لتقديم توجيهات للعميل بناء على إجاباته على الأسئلة.

من بين الثلاث تعتبر الألعاب العلاجية والتطبيقات ثلاثية الأبعاد الافتراضية الأكثر شيوعا واستعمالا في البحث واقتناء من طرف العملاء. برامج الواقع الافتراضي تم تطويرها وتطبيقها بنجاح لمعالجة أنواع خاصة من الرهاب واضطرابات القلق. الألعاب العلاجية طورت أساسا لتحقيق منافع صحية سلوكية ومعرفة وتربوية ولكنها كذلك ممتع للمستخدمين. الألعاب غالبا ما تطور بناء نتائج البحوث وعموما تصمم لمجموعات خاصة (The Australian Psychological Society,2013).

4.5 نشاطات الكترونية أخرى:

المجموعة الرابعة من الخدمات النفسية عبر الانترنت تضم مجموعة من الوسائل التي تفتح الباب أمام عدد متنوع من أشكال التواصل ومستويات مختلفة من التفاعل. تضم هذه المجموعة المدونات وغرف المحادثة وشبكات التواصل الاجتماعي. مسائل مرتبطة التدخل النفسي عن طريق الانترنت:

هناك العديد من القضايا والمسائل التي ظهرت بسبب تطبيقات الانترنت في مجال الارشاد والعلاج النفسي ونذكر منها ظهور أدوات التشخيص المحوسبة والمهارات التقنية للتدخل الالكتروني والمسائل القانونية والأخلاقية والتصريح. أدوات التشخيص المحوسبة والالكترونية:

أدوات التشخيص المحوسبة والالكترونية متوفرة للمختصين وعامة الناس. بعض من تلك الأدوات موجه للعامة ويمكن الحصول عليه بالتسجيل فقط في حين أن البعض الآخر من الأدوات لا يمكن الاستفادة منها إلا من خلال الحصول على رمز ولوج خاص يقدم من مختصين مسجلين لدى المواقع التي تقدم الخدمة. بالإضافة يمكن للمختصين والباحثين تنزيل بمقابل برامج تشخيص مصادق عليها تساعدهم على التقييم النفسي (The Australian Psychological Society, 2013).

2.6 دليل تقديم العلاج الالكتروني المباشر:

ينصح المختصين النفسيين الذين يقدمون أو يرغبون في تقديم خدمات نفسية عبر الانترنت بقراءة و الاطلاع على "دليل تقديم الخدمات و المنتجات النفسية عن طريق الانترنت و تكنولوجيا التواصل" و هو متوفر في الكثير من الدول على رأسها الولايات المتحدة الأمريكية و كندا وبريطانيا و هذا المورد يقدم معلومات وتوجيهات خاصة مرتبطة بمسائل السرية و كشف المعلومات و الوضعيات عالية الخطورة و ملائمة العلاج الالكتروني للعملاء و مهارات المرشد و المعالج الالكتروني و حدود العلاج الالكتروني و العديد من المسائل التي يجب أخذها بعين الاعتبار. المسائل القانونية والتصريح:

واحد من بين أهم المسائل العملية والأخلاقية التي تواجه المختصين النفسيين الذين يقدمون خدمات الكترونية تخص التسجيل وإلى أي مدى يمتد. أي هل من المهم بالنسبة المختص الذي

يقدم هذا النوع من الخدمات أن يكون مسجلا في الولاية أو البلد الذي يحصل فيه العميل على الخدمة أم يكفي أن يكون مسجلا في بلده هو أي المكان الذي تصدر منه الخدمة، نعلي عكس العديد من الدول المتقدمة تم التحقق من هذه المسألة بعض الولايات تطلب من المختص النفسي بأن يكون مسجلا في الولاية التي يقطن فيها العميل أي أن " المعالج يرى أنه يسافر اقراضيا إلى ولاية العميل بدل أن يسافر العميل ولاية المختص " (Zack,2008) بالإضافة إلى أن بعض الولايات التي لا تشترط تسجيل المختص بها تفترض أن يحاكم تحت قضائها إذا ما رفعت دعوى ضده (Zack,2008) لهذا ينصح المختصين الأخذ بعين الاعتبار متطلبات التسجيل و الحصول على الاستشارة القانونية المناسبة قبل تقديم خدمة العلاج الإلكتروني.

إيجابيات وسلبيات التدخل الإلكتروني:

مثل كل موضوع أو مسألة جديدة تستثار حوله ردود فعل مختلفة تتراوح بين القبول والرفض وهذا ما صادف التدخل الإلكتروني منذ البداية لكن الملاحظ أن الكفة تميل يوما بعد يوم نحو الإيجابيات نظرا للتطور الكبير في تكنولوجيا الاتصال ما تفتحه من آفاق في شكل التفاعل بين الأفراد.

أدلة لصالح التدخل الإلكتروني:

هناك عدد من الدراسات والقراءات التي جاءت نتائجها لصالح التدخل الإلكتروني وكانت حججها أن التواصل عن طريق الانترنت يسهل الحصول على الخدمة الإرشادية أو العلاجية خاصة بالنسبة للأشخاص الذين يصعب عليهم التنقل بسبب العجز أو لبعد المسافة أو التكلفة الباهظة أو غير ذلك، من جهة أخرى يشجع أسلوب التدخل الإلكتروني الأفراد المترددين لأي سبب (شخصيات عامة معروفة، التخوف من التمييز العنصري ضد المرأة مثلا، المعانات من مشكل محرج....) أو الحساسين على الإقدام على طلب الخدمة النفسية لأنه يضمن لهم السرية أكثر من المقابلة التقليدية. (Bradley, Sullivan, & King, 2003 ; Barak, Klein,& Proudfoot,2009) كل هذا مع العلم أن التدخل الإلكتروني يمكن أن يستغل كمدخل و مرحلة أولى للإرشاد و العلاج وجها لوجه.

2.7 أدلة ضد التدخل الإلكتروني:

قدم عدد من الأدلة ضد التدخل الإلكتروني وهذا يتضمن شح في التواصل غير اللفظي من كلا الطرفين يمكن أن يترك أثر سلبي على التدخل خاصة اثنا التواصل عن طريق البريد أين يوجد خطر سوء الفهم فيما هو مكتوب من طرف المختص أو العميل، كما أن التدخل الإلكتروني يجد من فرص استعمال أساليب مختلفة في التدخل الإرشادي أو العلاجي لأن التواصل يبقى الكترونيا ويحول دون القيام ببعض الألعاب أو الحركات الضرورية في بعض تقنيات التدخل التي تتطلب التواصل الجسدي. أما من ناحية السرية التي سبق و أشرنا إليها كإحدى إيجابيات التدخل الإلكتروني في شق آخر تمثل كذلك الشق السلبي لأن التواصل و تبادل المعلومات عن طريق الانترنت يمكن أن يخضع للقرصنة و بالتالي تتكشف كل المعلومات دفعة واحدة (Skinner &

Latchford، 2007)؛ Wells, Mitchell, Finkelhor, & Becker-Blease, 2007; Lester, 2006 ; 2006

دراسة حالة عينة من المواقع في الولايات المتحدة الأمريكية:

تشتمل العينة في هذه الدراسة على مجموعة من 3 مواقع الكترونية تنشط في الولايات المتحدة الأمريكية تم اختيارها بشكل قصدي نظرا لأنها تعتبر من بين أهم 15 موقع الكتروني في الولايات المتحدة الأمريكية في مجالاتها على حسب موقع Alexa.com المتخصص في تصنيف وترتيب المواقع الإلكترونية وقد تم اختيار هذه المواقع من مجموعات فرعية ثلاث اجتهد الباحث في تصنيفها بما يخدم أهداف الدراسة وجميعها تأتي في الصنف الأول من القسم الأول لتصنيف et al Barak وهو التدخل التربوي الإلكتروني وهذه المجموعات هي:

المواقع الإرشادية العائلية:

و هي مواقع الكترونية موجهة لمختلف أفراد العائلة و المختصين الناشطين في المجال التربوي و التعليمي و هي كثيرة جدا في الولايات المتحدة و يبلغ تعدادها بالآلاف و تقدم خدمات إرشادية (مجانية عموما) متنوعة تخص مواضيع تتعلق بالزواج الصحي و تربية الأولاد و الصحة و الرياضة و غيرها من المواضيع التي قد تأخذ منحى أكثر تخصصا، مع العلم أن درجة ثقة المعلومات التي تقدمها هذه المواقع مرتبط بطبيعة إدارة الموقع و الهيئة التابعة له و في و.م.أ بالضبط عدد من المواقع التي تشرف عليها هيئات حكومية و مراكز بحث معتمدة و جمعيات معترف بها و متعارف عليها.

اخترنا من هذه المجموعة موقع <http://www.Kidshealth.com>

المواقع الإرشادية النفسية العامة:

وهي مواقع أكثر تخصصا من سابقتها لأنها تركز على مواضيع في علم النفس وتوفر معلومات للعميل تميز بأنها على مستوى عالي من الحرفية لأنه يشار إلى مصدرها الأصلي سواء كان كتابا أو ممارسا متخصصا أو باحثا، تتميز هذه المواقع بأنها تعالج عدد كبير من المواضيع مثل القلق والضغط والمراهقة والإدمان وغيرها من المواضيع ذات الانتشار الواسع التي يحتاج الجميع إلى أن يعرف عنها ولو القدر البسيط

اخترنا من هذه المجموعة موقع <http://www.psychecentral.com>

ج. المواقع الإرشادية النفسية المتخصصة:

وهي المواقع الأكثر تخصصا لأنها تتناول موضوعا واحدا في الغالب ما يكون اضطرابا سلوكيا محددًا وتحاول أن تقدم كل المعلومات التي من الممكن أن تفيد العميل سواء كان المعني أو والديه أو زميله أو أستاذه وهي تسعى في العديد من الحالات إلى تجميع كل من يعانون من ذلك الاضطراب من أجل تكوين مجتمع يمكنه أن يساعد ويساند أفرادهم بعضهم البعض.

اخترنا من هذه المجموعة موقع <http://www.drugabuse.com>

قراءة في موقع kidshealth.com

تعريف: موقع <http://kidshealth.org> هو موقع تابع لمؤسسة The Nemours Foundation وهي مؤسسة غير حكومية قام بتأسيسها Alfred I. duPont سنة 1936 والموقع منظم ببساطة على شكل أربع أقسام الأول مخصص للآباء والثاني مخصص للأطفال والثالث للمراهقين والرابع للهريين وهو متوفر باللغتين الانجليزية والاسبانية ومصمم بشكل بسيط جدا يتيح الفرصة للتعامل معه حتى بالنسبة للأطفال في سن الخامسة ولا يوجد فيه أي روابط مع تويتر أو فيس بوك أو يوتيوب.

نوعية الخدمة المقدمة: الموقع يقدم معلومات جد موثوقة ومراجعة من طرف المختصين حسب الاختصاص وأغلبها ذات طابع طبي لكن يوجد عدد معتبر من المعلومات النفسية وكلها في السياق التربوي وكل قسم من الأقسام الأربعة يحتوي عدد من الروابط إلى المواضيع الأساسية في القسم كما هو موضح في الجدول:

الجدول رقم (1): المواضيع الأساسية لأقسام موقع kidshealth.com

القسم	قسم الآباء	قسم الأطفال	قسم المراهقين	قسم المربين
المواضيع الأساسية	الصحة العامة	كيف يعمل الجسم	الجسم	دليل رعاية الطفل قبل المدرسة
	النمو والتطور	البلوغ والنمو	العقل	دليل المعلم حتى الصف الثاني
	العدوى	البقاء بصحة جيدة	الحياة الجنسية	دليل المعلم من الصف 3 إلى الصف 5
	الأمراض	البقاء سالماً	الغذاء واللياقة	دليل المعلم من الصف 6 إلى الصف 8
	الحمل والطفل	الوصفات والطبخ	الأمراض	دليل المعلم من الصف 9 إلى الصف 12
	الغذاء واللياقة البدنية	مشاكل الصحة	العدوى	
	العواطف والسلوك	الوجع والجروح	المدرسة والوظائف	
	المدرسة والحياة العائلية	المشاكل الصحية المرتبطة بالنمو	المخدرات والكحول	
	الإسعافات الأولية والسلامة	الأشخاص والأماكن والأشياء التي يمكن أن تساعد	البقاء سالماً	
	الأطباء والمستشفيات	أفلام وأشياء أخرى	الوصفات	
	الأسئلة	الأسئلة	الأسئلة	
	الوصفات الغذائية	مسابقات		
		ألعاب		

		القاموس الطبي للأطفال		
--	--	--------------------------	--	--

من خلال الجدول نلاحظ أن لكل قسم عدد من الروابط يتراوح بين 5 و 11 رابط يشكلون أهم المواضيع التي يتناولها القسم بحيث نجد في كل موضوع ما لا يقل عن 7 مواضيع فرعية تتفرع هي بدورها إلى عشرات من المواضيع و مقاطع الفيديو التربوية المراجعة بشكل مكثف من طرف مختصين على قدر عالي من الأهلية و قد أحصينا ما لا يقل عن 310 مقال موثق في هذا الموقع و قابل للتحميل و حتى المقالات الموجهة للأطفال مقدمة من طرف دكاترة في الاختصاص، و كما نلاحظ في الجدول (2) القسم الرابع مخصص للمربين و هو يقدم لهم مجموعة ضخمة من المعلومات و بعض الكتيبات المفيدة، على حسب المستوى و ما يحسب لهذا المواقع أن أكثر من 95 % من الموارد المتوفرة موجودة على شكل مقاطع صوتية يمكن سماعها باللغتين الانجليزية و الاسبانية.

الجدول رقم (2): جدول تعريفى بموقع [kidshealth.com](http://www.Kidshealth.com)

الاسم	http://www.Kidshealth.com
الهدف ونوع الخدمة	تقديم معلومات ذات علاقة بالصحة العقلية والجسدية للطفل والمراهق والوالدين
السلطة والإشراف	The Nemours Foundation
المحتوى ونوع المعارف	متنوع وعلى مستوى عالي من الثقة والحرفية
خيارات الاستعمال	متنوعة جدا لتوفر كل المواد في الموقع بأكثر من صيغة
عدد الزوار في السنة	أكثر من 4 ملايين زائر

2.8 قراءة في موقع psychcentral.com

تعريف: موقع <http://psychcentral.com> وهو أحد أكبر وأقدم مواقع الصحة العقلية في الولايات المتحدة تم إنشائه سنة 1995 من طرف John M. Grohol وهو دكتور في علم النفس وأحد رواد توظيف علم النفس في الانترنت ويساعده في إدارة الموقع مختصين معروفين في علم النفس العيادي والاسري وباقي تخصصات علم النفس.

نوعية الخدمة المقدمة: يقدم معلومات عن العديد من الاضطرابات مثل القلق والضغط والتوحد وانفصام الشخصية واضطرابات الأكل واضطرابات بعد الصدمة والمعلومات الخاصة بالأطفال للآباء والعديد من المواضيع الأخرى والموقع منظم بطريقتين كل منهما في سطر أفقي فوق بعضهما البعض أعلاههما يضم الأقسام التالية:

الحالات، المقاييس، الاسئلة، المدونات، الأخبار، البحث، الموارد، المساعدة، المجتمعات الالكترونية (غرف الدردشة، والمدونات....)

في قسم المقاييس علا سبيل المثال نجد 44 مقياس تفاعلي على الانترنت محكم و متعارف عليه أو مصمم من طرف خبراء و دكاترة في الاختصاص بحيث تجيب عبر الانترنت و تحصل على الدرجة في النهاية بشكل مباشرة أما من حيث المعلومات المقدمة فهي جد موثوقة و يشرف عليها العشرات من الدكاترة في علم النفس العيادي و الطب النفسي و باقي اختصاصات علم النفس و الطب و قد قنا بتعداد ما لا يقل عن 500 مقال علمي حول المواضيع المستهدفة و العشرات من مقاطع الفيديو التربوية و 19700 إجابة عن تساؤل للمتصفحين منذ أفريل 2013 إلى غاية مارس 2014 حول مواضيع مختلفة.

الجدول رقم (3): جدول تعريفني بموقع [psychecentral.com](http://www.psychecentral.com)

http://www.psychecentral.com	الاسم
الصوت الحديث للصحة النفسية والإرشاد والدعم العاطفي	الهدف
الدكتور John M. Grohol	السلطة والإشراف
متنوع وعلى مستوى عالي من الثقة والحرفية	المحتوى ونوع المعارف
متنوعة بشكل مقبول جدا	خيارات الاستعمال
أكثر من 4 ملايين زائر	عدد الزوار في السنة

3.8 قراءة في موقع [drugabuse.gov](http://www.drugabuse.gov)

تعريف: موقع <http://www.drugabuse.gov> هو موقع تابع للمعهد الوطني لتعاطي المخدرات بالولايات المتحدة الأمريكية الذي أنشأ سنة 1935 أما الموقع فقد تم إطلاقه سنة 1994 و هو بهذا أحد

أقدم المواقع من نوعه في العالم ويهتم خصوصا بالإدمان دون غيره من المواضيع و متوفر باللغتين الانجليزية والاسبانية وتشرف عليه الدكتورة Nora D. Volkow منذ 2003، للموقع 6 ستة مواقع فرعية مستحدثة منذ فترة وجيزة لتسهيل البحث تظهر في أسفل الصفحة وأهمها الموقع الخاص بالمرهقين <http://teens.drugabuse.gov> وهو مصمم خصيصا للمراهقين والأولياء والمربين وتظهر فيه بوضوح الهمة الشبابية في التصميم و به موارد مجانية معتبرة جدا لمساعدة الفئات السابقة على التعامل مع ظاهرة الإدمان.

نوعية الخدمة المقدمة: المعلومات التي يقدمها الموقع جد موثوقة لأن مصدرها بشكل مباشر مجموعة من الباحثين في المعهد الوطني لتعاطي المخدرات والموقع منظم بطريقتين احدهما على أساس نوع الخدمة المعروضة والآخر حسب نوعية المتصفحين سواء كانوا باحثين أم مختصين في الصحة والطب أو مرضى وعائلاتهم أو آباء ومربين أو طلاب وشباب.

نجد في هذا الموقع المئات من المقالات والتقارير والمنشورات والمطويات التي من الممكن أن تهتم المدمنين وأقرباهم أو المسؤولين عنهم كما أن به قسم مخصص للمربين والآباء يتوفر على معلومات جد قيمة تخص الإدمان والأطفال وموارد مجانية قابلة للتحميل منها مثلا كتيب حول الحفاظ على العقل سليما.

الجدول رقم (4): جدول تعريفني بموقع [drugabuse.com](http://www.drugabuse.com)

الاسم	http://www.drugabuse.com
الهدف	قيادة الأمة في جلب قوة العلم لمحاربة على تعاطي المخدرات والإدمان
السلطة والإشراف	تابع للمعهد الوطني لتعاطي المخدرات وتشرف عليه الدكتورة Nora D. Volkow
المحتوى ونوع المعارف	متنوع وعلى مستوى عالي من الثقة والحرفية
خيارات الاستعمال	متنوعة بشكل مقبول جدا
عدد الزوار في السنة	أكثر من 4 ملايين زائر

أهم نتائج الدراسة:

من خلال دراستنا للمواقع الثلاث وقفنا على مجموعة من النتائج التالية:

- ✓ توفر المواقع المدروسة للمتصفحين كما ضمنا من المعلومات الموثوقة (يكتبها ويشرف عليها دكاترة ومختصين) المنظمة بشكل جيد يسمح لهم بالحصول على إجابات على أهم الأسئلة التي تجول في ذهن المتصفح كما يمكنه الاستفادة من إجابة خاصة على سؤاله.
 - ✓ تنوع الموارد الموجود على المواقع المدروسة (مقاطع فيديو، مقاطع صوتية، مقالات، مطويات،...) تتيح الفرصة للمتصفح للحصول على المعلومة المستهدفة بالطريقة التي تناسبه كمنها تتناسب مع أعمار مختلفة وحالات متنوعة.
 - ✓ المواقع مصممة بشكل بسيط يسهل التعامل معه بالنسبة لكل الأعمار (أكثر من 5 سنوات) وتصميمها مقبول جدا من الناحية الجمالية.
 - ✓ موقعين من المواقع المدروسة لهما عدد كبير من المدونات وغرف المحادثة مما يتيح لهم فرصة الحصول على استشارة خاصة والتعرف على الأفراد الذين يهتمون بموضوعه أو يبادلونه نفس الاهتمامات المشاغل.
 - ✓ نظرا لضخم وتنوع وموثوقية المعلومات في هذه المواقع نلاحظ أن عددا مقبولا من الأفراد من خارج و.م، أ يطلعون عليها ويستفيدون منها بشكل يومي.
 - ✓ كل المواقع المدروسة لها أقسام خاصة بالمربين والآباء وهي توفر للمربين مجموعة من الكتيبات والمطويات المهمة والموثوقة على حسب الصف (المستوى) التي يمكن أن تساعدهم كثيرا في مهامهم التربوية.
 - ✓ مقاطع الفيديو المتوفرة في موقع kidshealth.com ذات مستوى عالي من الجودة وتؤدي مهام تربوية وإرشادية كبيرة جدا لأنها تجيب على الكثير من الأسئلة الحرجة للطفل والمراهق مثل البلوغ والتغيرات الجسدية المصاحبة له.
 - ✓ تتميز المواقع المدروسة بنوع من الشمولية في تناول المواضيع فهي تتطرق لأهم المواضيع ذات العلاقة بالظواهر التي تتناولها.
- قائمة المراجع:

(1) American Psychological Association (2002). Ethical principles of psychologists and code of conduct. American Psychologist, 57, 1060-1073.

(2) Australian Psychological Society. (2013). Internet supported psychological interventions. Melbourne, Vic : Author.

- (3) Barak, A., Hen, L., Boniel-Nissim, M., & Shapira, N. (2008). A comprehensive review and a meta-analysis of the effectiveness of Internet-based psychotherapeutic interventions. *Journal of Technology in Human Services*, 26, 109-160.
- (4) Barak, A., Klein, B., & Proudfoot, J. (2009). Defining internet-supported therapeutic interventions. *Annals of Behavioral Medicine*, 38, 4-17.
- (5) Canadian Psychological Association: Ethical guidelines for psychologists providing services via electronic media. (2006). Retrieved from
- (6) <http://www.cpa.ca/aboutcpa/committees/ethics/psychserviceselectronically/>.
- (7) Cabaniss, K. (2002). Computer related technology use by counselors in the new millennium: A Delphi study. *Journal of Technology in Counseling*, 2(2). Retrieved from
- (8) http://jtc.colstate.edu/vol2_2/cabaniss.htm
- (9) Chester, A., & Glass, C. A. (2006). Online counseling: A descriptive analysis of therapy services on the Internet. *British Journal of Guidance and Counselling*, 34, 145–160.
- (10) Escoffery, C., McCormick, L., & Bateman, K. (2004). Development and process evaluation of a Web-based smoking cessation program for college smokers: Innovative tool for education. *Patient Education & Counseling*, 53, 217–225.
- (11) Ohio Psychological Association: Telepsychology guidelines. (2010). Retrieved from
- (12) <http://www.ohpsych.org/psychologists/files/2011/06/OPATelepsychologyGuidelines41710.pdf>
- (13) Grohol, J. M. (2004). Online counseling: A historical perspective. In R. Kraus, J. Zack, & G. Stricker (Eds.), *online counseling a handbook for mental health professionals* (pp. 51–68). San Diego, CA : Elsevier Academic Press.
- (14) Lewis, J., Coursol, D., & Herting, W. (2004). Researching the cyber counseling process: A study of the client and counselor experience. In J. W. Bloom & G. R. Walz (Eds.), *Cyber counseling & cyber learning: An encore* (pp. 307–325).
- (15) Skinner, A. E. G., & Latchford, G. (2006). Attitudes to counselling via the Internet: A comparison between in-person counselling clients and Internet support group users. *Counselling and Psychotherapy Research*, 6, 158–163.
- (16) Wells, M., Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Becker-Blease, K. A. (2007). Online mental health treatment : Concerns and considerations. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 453–459.
- (17) Zack, J.S. (2008). How sturdy is that digital couch? Legal considerations for mental health professionals who deliver clinical services via the internet. *Journal of Technology in Human Services*, 26, 333-359.