وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة وهران (2) محمد بن أحمد
كلية العلوم الاجتماعية

قسم علوم التربية

تخصص إرشاد وتوجيه

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر

بموضوع

إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي وإنعكاسه على الصحة النفسية للأبناء دراسة ميدانية على عينة من الأولياء وأبنائهم المراهقين بمدينة وهران

لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الرتبة	الصفة	الجامعة
أ. غياث حياة	استاذة	رئيسا	جامعة وهران 2
أ. ياسين أمينة	بروفيسور	مقررا	جامعة وهران 2
أ. صالح نعيمة	أستاذة	مناقشا	جامعة وهران 2

من إعداد الطالبة:
غربي نور الهدى

تحت اشراف الاستاذة:
ياسين أمنة

السنة الدراسية:

2025/2024

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي هدانا

لهذا وماكنا لنهتدي لولا أن

هدانا الله

شكر وتقدير

الحمد لله السميع العليم ذي العزة و الفضل العظيم و الصلاة و السلام على المصطفى الهادي الكريم و على آله و صحبه أجمعين.

أشكر الله العلي القدير الذي أنار لي درب العلم و المعرفة و أعانني على إتمام هذا العمل .

كما أتقدم بالشكر و الامتنان الى الوالدين العزيزين الذين أعانوني و شجعوني على الاستمرار في مسيرة العلم و النجاح.

كما أتوجه بالشكر و التقدير للأستاذة المشرفة "ياسين امينة" على إشرافها و توجيهاتها.

إهداء

الحمد لله و كفى و الصلاة على الحبيب المصطفى و أهله و من وفى أما بعد

إلى الينبوع الذي لا يمل العطاء إلى من حاكت سعادتنا بخيوط منسوجة من قلبها، إلى روح والدتي العزيزة رحمها الله.

إلى من سعى وشقا لأنعم بالراحة والهناء الذي لم ينجل بشيء من أجل دفعي في طريق النجاح الذي علمني أن ارتقي سلم الحياة بحكمة وصبر، إلى والدي العزيز.

إلى من حبهم يجري في عروقي ويلهج بذكراهم فؤادي إلى جدي وجدتي و إخوتي لمن سرنا سويا ونحن نشق الطريق معا نحو النجاح والإبداع.

إلى من تكاتفنا يدا بيد ونحن نقطف زهرة وتعلمنا إلى الأصدقاء والزملاء.

والى من علمونا حروفا من ذهب وكلمات من درر وعبارات من أسمى وأجلى عبارات في العلم إلى من صاغ و ا لنا علمهم حروفا ومن فكرهم منارة تنير لنا سيرة العلم والنجاح إلى أساتذتنا الكرام

الفهرس

شكر وتقدير ..... ب

إهداء ..... ت

فهرس الجداول ..... ح

ملخص البحث: ..... خ

Research summary: ..... د

مقدمة 1

الفصل الأول : مدخل الدراسة 1

تمهيد: 5

إشكالية البحث: 5

أهداف البحث: 7

تهدف الدراسة الحالية إلى: 7

أهمية البحث : تتمثل أهمية الدراسة الحالية فيما يلي: 7

التعاريف الإجرائية والنظرية: 8

الدراسات السابقة : 12

خلاصة الفصل : 18

الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية للدراسة 5

الدراسة الاستطلاعية 20

الفصل الثالث : الدراسة الأساسية 20

منهج الدراسة: 29

مجتمع الدراسة: 29

عينة الدراسة الأساسية ومواصفاتها 29

الأساليب الإحصائية المعتمد ة في الدراسة: 33

الفصل الثالث : عرض النتائج ومناقشتها 29

تمهيد: 35
عرض النتائج: 35
مناقشة النتائج: 37
توصيات واقتراحات:..... 47
قائمة المراجع 48

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
1	خصائص العينة الإستطلاعية حسب الجنس بالنسبة للآباء وأمهات	17
2	خصائص العينة الإستطلاعية حسب السن بالنسبة الآباء و أمهات	17
3	خصائص العينة الإستطلاعية حسب المستوى التعليمي بالنسبة للآباء وأمهات	18
4	خصائص العينة الإستطلاعية حسب مدة تكوين الأسرة	19
5	خصائص العينة الإستطلاعية حسب الجنس بالنسبة للأبناء	19
6	خصائص العينة الإستطلاعية حسب السن بالنسبة للأبناء	20
7	خصائص العينة الإستطلاعية حسب المستوى الدراسي للأبناء	20
8	جدول يمثل أرقام الفقرات الموجبة والسالبة وأوزان الإجابات لمقياس إتجاهات الأولياء	21
9	خصائص العينة الدراسة الأساسية حسب الجنس بالنسبة للآباء وأمهات	24
10	خصائص العينة الدراسة الأساسية حسب السن بالنسبة للآباء وأمهات	25
11	خصائص العينة الدراسة الأساسية حسب المستوى التعليمي بالنسبة للآباء وأمهات	26
12	خصائص العينة الدراسة الأساسية حسب مدة تكوين الأسرة	27
13	خصائص العينة الدراسة الأساسية حسب الجنس بالنسبة للآبناء	27
14	خصائص العينة الدراسة الأساسية حسب السن بالنسبة للأبناء	27
15	خصائص العينة الدراسة الأساسية حسب المستوى الدراسي للأبناء	28
16	جدول يوضح نتائج معامل الإرتباط بالنسبة لأبعاد مقياس إتجاهات الأولياء	31
17	جدول يوضح نتائج معامل الإرتباط بالنسبة لأبعاد مقياس الصحة النفسية	32

ملخص البحث:

تهدف الدراسة الحالية للتعرف على إتجاهات الأولياء، نحو الإستخدام الرقمي وإنعكاسه على الصحة النفسية للأبناء ولتحقيق الهدف من الدراسة اعتمدنا على المنهج الوصفي التحليلي مع قيام الباحثة بتصميم مقياس إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي، حيث تم التأكد من خصائصه السيكومترية للمقياس وبعدها تم تطبيقه على عينة مقدارها 60 فردا من الآباء والأمهات وأبنائهم المراهقين الذين تم تطبيق عليهم مقياس الصحة النفسية والإستعانة بالمنهج الوصفي التحليلي وتطبيق مقياس إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي ومقياس الصحة النفسية على أبناء ، حيث توصلت نتائج التالية : أنه لم يتم تسجيل الإرتباط بين إتجاهات الأولياء والصحة النفسية للأبناء ،مايدل عدم توفر رفاه المراهقين وصحتهم النفسية ،باتجاهات أوليائهم نحو أنواع الإستخدامات الرقمية ، رغم مايتخذه الآباء من سلوكات تكون أحيانا ردعية ومعنية

كما أسفرت أيضا نتائج البحث عن تسجيل تباين في إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تعزى لمستواهم التعليمي ولكن لم هناك إختلاف بينها تبعا للفئة العمرية التي ينتمون إليها ونمط الأسري

وخلصت الدراسة إلى مجموعة من التوصيات و الإقتراحات

Research summary:

The current study aims to identify parents' attitudes toward digital use and its impact on children's mental health.To achieve the goal of the study, we relied on the descriptive analytical approach, with the researcher designing a measure of parents' attitudes toward digital useIts psychometric properties of the scale were confirmed, and then it was applied to a sample of 60 individuals, including parents and their teenage children, to whom the mental health scale was applied, using the descriptive analytical approach, and applying the parents' attitudes toward digital use scale and the mental health scale to their children, where the following results were reached: The association between parents' attitudes and children's mental health was not recorded, which indicates the lack of adolescents' well-being and mental healthTheir parents' attitudes toward types of digital uses, despite the behaviors parents adopt that are sometimes deterrent and concerned. The results of the research also resulted in a difference in parents' attitudes towards digital use due to their educational level, but there was no difference between them depending on the age group to which they belong and the family style. The study concluded with a set of recommendations and suggestions

المقدمة

مقدمة

لقد شهد القرن الحادي والعشرون نهضة من التقدم التكنولوجي مما أدى إلى تحولات عميقة في كل جوانب حياتنا ،وذلك لأنها تلعب دورا رئيسيا في كل جانب من جوانب العصر الرقمي مما يتيح فرصا وتحديات جديدة لنمو الأطفال وتعليمهم ،وذلك يكمن في الوصول إلى المعلومات والتواصل وتطوير, وهذا من بين الإيجابيات التي تساعد الأطفال على نمو الإبداع لديهم والاستمتاع في البيانات الرقمية وتنمية قدراتهم ومهاراتهم الفكرية ،وأيضا لها مخاطر وسلبيات وذلك بسبب الإفراط في إستخدام هذه البيانات الرقمية ،مما قد ينعكس سلبا على صحتهم النفسية و الجسمية (ياسين وآخرون .2020.د.ن صفحة)

كما أن للأولياء دور مهم في المساهمة في الاستمتاع النشط والدعم العاطفي والتكيف مع احتياجات الأطفال المتغيرة وتساهم هذه الممارسات في إقامة علاقات إيجابية بين الوالدين و الطفل وتأمين الارتباط ،وهما أمران مهما لنماء الطفل ورفاهه(كون وكارثر. 2006.د.ن.صفحة)حيث أشارت دراسة حسن حيدر فاصل (64:2020) إلى أن الانتشار الواسع للألعاب الإلكترونية وألعاب الفيديو و الكمبيوتر يستقطب الأطفال والمراهقين إلى هذه الألعاب وتصبح تسليتهم المفضلة .كما أن ساعة إنتشار هذه الألعاب أحدث جدلا واسع النطاق حول النواحي الإيجابية والنواحي السلبية لها ويظهر من خلال الأدبيات الكثيرة التي تناولت تأثيرات الألعاب الإلكترونية ،يلاحظ أن هناك توجهين أساسين حول أثر الألعاب الإلكترونية على سلوك الأطفال والمراهقين الاتجاه الأول يرى أن الألعاب الإلكترونية لها تأثيرات إيجابية على الأطفال والمراهقين يظهر خصوصا في القدرات والمهارات المعرفية في التعلم ،بينما يرى الاتجاه الثاني أن الألعاب الإلكترونية تأثيرات سلبية تظهر العزلة الاجتماعية وقلة الحركة والعدوان ،من خلال استعراض الأدبيات السابقة توصل البحث الحالي إلى جملة من الاستنتاجات ،وكان من أهمها أن تأثيرات الألعاب الإلكترونية تنقسم إلى قسمين «تأثيرات إيجابية تتمثل بتطوير قدرات ذهنية معينة ،وتأثرات سلبية تشمل نواحي الصحة الجسدية و الإجتماعية والعدوانية لدى الأطفال والمراهقين

.كما أيضا أشارت دراسة شاعة حمزة 2015.د.ن.صفحة الذي يعتبر هذا البحث المعنون بالضغوط النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى المعلمين ،إنطلاقا من عدة تساؤلات حول طبيعة تلك العلاقة والفروق بين الجنسين وسنوات الخبرة ولتحقيق هذه الأهداف تم الإعتماد على المنهج الوصفي الإرتباطي وبحثنا الموضوع من الجانب النظري من خلال عرض بعض الدراسات السابقة حول الموضوع ،وكذا بعض الأدبيات حول الموضوع وبعدها قدمنا استبيانا لعينة استطلاعية مكونه من (30)معلما ,تم تطبيق على عينة البحث المقدرة عدد أفرادها ب (110)معلما من بعض إبتدائيات بلدية المسيلة ،وذلك بعد اختبار الخصائص السيكومترية لها وقد أسفرت نتائج البحث على إرتباط عكسي بين الضغوط النفسية و والصحة النفسية،وأفادت الدراسات أنه لايوجد فروق بين الجنسين وكذا الخبرة في كل الضغط النفسي والصحة النفسية،حيث أشارت الباحثة في هذا الموضوع إلى بعض دراسات الأجنبية من بينها دراسة

Frederik A.Run Y(2018)social Media Usability among University studentحيث يسعى هذا البحث لشرح كيف يقضي الطلاب ساعات عديد على مواقع التواصل الإجتماعي على حساب وقت الدراسة ،وتم اختبار حوالي 550 شخصا من مختلف الجامعات كما تم إستخدام استبيان عبر الإنترنت لجمع البيانات ،وكشف الدراسة ان أغلبية الطلاب إستخدموا وسائل التواصل الإجتماعي يوميا وشملت هذه الوسائطFacebook , We chat ,YouTube ,P.P وWe I boكما كشفت الدراسة أن الطلاب يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي من أجل المتعة الذاتية والعوامل التعليمية ويستخدمها البعض منهم للإنخراط في الجرائم الإلكترونية ومناقشة الأنشطة الإقتصادية(Merit Lowentein.2000p23)

وايضا أشارت دراسة قام بها كل من مولهان وموس (holohan, Moos1991 حيث هدفت الدراسة إلى بحث علاقة ضغوط الحياة والروافد الشخصية و الإجتماعية بالصحة النفسية على عينة من جامعة تكساس (254)شباب قسموا إلى مجموعتين :الأولى تحت الضغوط النفسية المرتفعة و الثانية تحت الضغوط النفسية المنخفضة فتوصل الباحثين إلى أن الروابط الشخصية و الإجتماعية لها دور مباشر في تحديد مستوى الصحة النفسية للفرد ،ومدى فعاليته وتوافقه مع العمل الأكاديمي (سعيد عطار .2009.ص119)ويعتبر هذا الأمر من دواعي إختيار

الموضوع بغية الإطلاع على واقع الإستخدام الرقمي لدى المراهقين ومدى وعي الآباء لهذا الإستخدام الرقمي وفيها تتمثل إتجاهاتهم نحوه مما ينعكس على جوانب الصحة النفسية للأبنائهم .

وسيتم تقسيم البحث إلى ثلاث جوانب والتي هي كالآتي:

مقدمة وطرح الإشكال والإجراءات المنهجية والنتائج وتحليلها.

الفصل الأول : مدخل الدراسة

تمهيد

إشكالية الدراسة

فرضيات الدراسة

أهداف الدراسة

أهمية الدراسة

التعاريف الإجرائية والنظرية

الدراسات السابقة

خلاصة الفصل

تمهيد:

يمثل هذا الفصل مدخل الدراسة حيث تستعرض فيها الباحثة دوافع اختبار الموضوع و طرح إشكالية البحث والفرضيات التي سيتم اختبارها ثم أهداف الدراسة وأهميتها وضبط لمفاهيم الدراسة نظريا وإجرائيا

إشكالية البحث:

تعد الأسرة خلية أساسية في بناء المجتمع ،وما تحمله على عاتقها من مسؤولية في بناء العلاقات والأدوار الاجتماعية للأفراد،وأيضا إشراف على تنشئة أبنائها ،وهذا كله بفضل التغيرات الكبيرة التي يمر بها العالم تحت تأثير العولمة ،والتي تؤثر على جميع جوانب الحياة وخاصة الحياة الأسرية ،ومن بين هذه القضايا هو الإستخدام الرقمي الذي يعتبر واحدا من أكثر القضايا التي تثير القلق في أوساط الآباء والمربين في العصر الحديث ،حيث يتعبر جزءا لا يتجزأ من حياة الأبناء ،ولكن يمكن للأمر أن يكون له انعكاسات إيجابية او سلبية على الصحة النفسية للأبناء وذلك حسب كيفية إستخدامهم لها حيث تشير دراسة سلماني مليكة (12:2023)التي أجمعت فيها الباحثة على أن المناخ الأسري السوي عامل أساسي ومهم في إحداث الصحة النفسية للأبناء و الدعامة الرئيسة في تشكيل معالم الشخصية لديهم،حيث اتفقت نتائج دراستها مع دراسة عفراء خليل (2006)والتي هدفت الى دراسة العلاقة بين المناخ الأسري والصحة النفسية للأبناء،وقد أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بمناخ اسري سوي إضافة إلى صحة النفسية جيدة .وذلك أن للأسرة دور مهم في بناء وتنشئة أبنائها ورعايتهم وضمان لهم صحة نفسية جيدة ،وذلك على حسب كل نمط أسري وكل أسرة وكيف ترى هذا الإستخدام الرقمي وإتجاهها وميولها لهذه الوسائل المتطورة حيث تشير دراسة ياسين آمينه (148:2017) حول قضية العولمة ووسائلها واجهزة الإتصال الحديثة واجهزة الإنترنت والقضايا المختلفة ذات الأبعاد والإتجاهات المتنوعة تحديا كبيرا للأسرة والمجتمع على حد سواء ،وحول تقبل الأسرة لهذه العولمة فهناك أسر توافق هذا التطور والاستخدام التكنولوجي وهناك من ترفض كل رفض هذا التطور خوفا من تنشئة أبناء بطريقة غير صحية ومخالفة لعادات وتقاليد الأسرة ،وذلك انه لكل أسرة إتجاهها الخاص حول هذه العولمة ونظرتها لها ،حيث أشارت دراسة-Voutsidou.S.Moraitis E,sissouras.A.jelastopulu.E.E HEALTHcharalampous والتي عمل فيها الباحثون على كيفية ترويج فكرة الصحة الإلكترونية إلى

إعادة تشكيل الطرق التقليدية في تقديم الخدمات من قبل مهنيون للصحة ،بهدف ترشيد وإرضاء المرضى فتناولوا تحليل أشكال الصحة الإلكترونية والفوائد المستمدة منها ،خاصة في مجال رعاية الصحة الأولية ومدى إسهام تطبيقات الصحة الإلكترونية في تقديم خدمات الرعاية الأولية مثلى من قبل المختصين في مجال الصحة من جانب الفعالية الكفاءة الجودة و المساواة في نظام الرعاية الصحية الرقمية ،ومع ذلك فإن ضمان توافق واسع في الآراء فضلا عن التزام القيادة اتجاه تحقيقه (صغير راضية .2024.ص 359) حيث تشير. دراسة(Stagier1974) بأن أساس الصحة النفسية كما يرى علماء النفس قائم على الارتباط النفسي وفقا لما يحدثه الطفل من علاقة حميمية ودائمة مع أفراد أسرته،اذ يجب في مثل هذه العلاقات إشباع حاجات الطفل النفسية ،كما تكون هذه العلاقة مليئة بالخبرات التي يكونها في بداية حياته ثم تأخذ أشكالا عديدة لها تأثيرات كبيرة في علاقته مع أفراده وفي علاقته المستقبلية مع الآخرين ،وبذلك فعلى الأسرة مراعاة هذه التطورات الحديثة،ومعاصرتها وذلك بفضل الإيجابيات التي قد تقدمها العولمة لأبنائهم خاصة في مجال العلمي ،وهذا ايضا ما أكدته دراسة غنيم (03:2019) أنه مع التوسع في إستخدام الحاسوب والحاسوب اللوحي في العملية التعليمية وفي تدريس المواد مع الإستغناء عن الكتب الورقية والدفاتر بصورة شبه كاملة فقد صارت رقمنة التعليم مرادفا للتقدم والحداثة والتطور وعليه فقد انقسم المختصون حول جدواها المعرفية والقيمية على الفرد والمجتمع ،بين فريق يرى أنه ذو فائدة كبيرة في التعلم ،نظرا لأنه يمثل فرصة لإتاحة المعلومات بكم وسرعة أكبر ،إلا أن فريقا آخر يتوقع أضرار كبيرة على المستوى الإدراكي والأخلاقي لديهم

وعليه تستعمل الباحثة ضمن الدراسة الحالية على إبراز أهم جوانب هذه الإستخدامات الرقمية ومدى تأثيرها على الصحة النفسية للأبناء ،والتعرف على إتجاهات الأولياء حول الإستخدام الرقمي وإنعكاسه على الصحة النفسية للأبناء،وعليه يمكننا طرح الإشكالية العامة :كيف تنعكس إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي على الصحة النفسية لأبنائهم ؟

الإشكالية الفرعية:

- هل يوجد إختلاف في إتجاهات الأولياء نحو الاستخدام الرقمي يعزى لمستويات التعليم لديهم؟

- هل يوجد.اختلاف في اتجاهات الأولياء نحو إستخدام الرقمي تعزى للفئات العمرية؟
- هل يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو إستخدام الرقمي تعزى للنمط الأسري ؟

الفرضية العامة: يمكن أن تنعكس اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي إيجابيا على الصحة النفسية لأبنائهم

الفرضيات الفرعية:

- يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي يعزى لمستويات التعليم لديهم
- يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي يعزى للفئات العمرية
- يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي يعزى للنمط الأسري

أهداف البحث:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- تعرف على اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي ومدى تأثيره على صحة أبنائهم.
- التعرف على دور الأولياء في التعرف على الوسائل الإستخدام الرقمي ومدى تقبل أسر لهذا التطور.
- تنبيه الباحثين لإجراء المزيد من الدراسات حول الاستخدام الرقمي وانعكاسه على الصحة النفسية من أجل إيجاد حلول له .
- التعرف على اتجاهات الأسر و أنماطها المختلفة ووسائل العولمة وكيفية تأقلم الأسر معها .
- تعلم كيفية بناء مقياس.

أهمية البحث : تتمثل أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

- أنها تتناول قضية من أهم القضايا التربوية و النفسية في عصر الحالي ولها أهمية خاصة بجيل المستقبل .
- تكمن اهميتها في معرفة إتجاهات الأولياء حول هذه الإستخدامات الرقمية.
- معرفة مدى وعي الآباء بهذه الإستخدامات الرقمية ومخاطرها ومدى إهتمامهم بأبنائهم .

- معرفة أهمية الإستخدامات الرقمية ومدى تأثيرها على الصحة النفسية للأبناء.

مفاهيم الدراسة:

التعاريف الإجرائية والنظرية:

تعاريف الإجرائية:

- اتجاهات الأولياء: تتمثل فيما يعبر عنه الأولياء في مقياس الإتجاهات نحو الإستخدام الرقمي،وهذا مايقصد به في الدراسة الحالية ويبلغ سنهم من (24 إلى 66).
- الإستخدام الرقمي: يقصد به الاستعمال اليومي للأجهزة الرقمية من قبل الأبناء بأنواعها المختلفة.
- الصحة النفسية : يقصد بها حالة من الرفاهية النفسية و الإجتماعية و الجسدية للأبناء حيث يشعر الفرد بالتوازن والإستمرار والرضا عن حياته .
- الأبناء : المعنيون في هذه الدراسة الحالية الأبناء في مرحلة المراهقة والتي تتزامن مع المرحلة المتوسطة والثانوية يبلغ سنهم من (13 إلى 18).

التعاريف النظرية:

تعريف الإستخدام الرقمي:تشير كلمة «الرقمية»الى إستخدام الأرقام لتمثيل المعلومات ،في سياق التكنولوجيا ، وتشير الرقمية إلى الأجهزة والأنظمة الإلكترونية التي تعمل بإستخدام الشفر الثنائية والتي تتكون من تلك والأصفار ، وتستخدم الأجهزة الرقمية لتمثيل البيانات ،مثل النص والصورة والصوت والتي يمكن معالجتها وإرسالها إليكترونيا(clubztutoring.com)

وايضا عرف الإستخدام الرقمي والذي يعني الإستخدام في الموارد الموحدة(URL) او اسم نطاق الإنترنت او عنوان او في دورية ، او الإستخدام فيما يتعلق بأي صفحة فايسبوك او حساب تويتر او حساب بينتريست أو أي وسيلة تواصل إجتماعي اخرى او أرقام هواتف ،او وسائل اخرى لتوجيه التسويق او مبيعات منتجاتها وخدماتها ، والتي قد تحتوي على العلامات التجارية المرخصة او تستخدمها بطريقة اخرى ، حسب الإقتضاء في كل حالة ، سواء كانت هذه الوسائط او الوسائل الأخرى معروفة الآن أو يتم تطويرها في المستقبل(Lawinsider .com)

من خلال التعريفين نستنتج ان الإستخدام الرقمي هو إستخدام التكنولوجيا الرقمية في مختلف جوانب الحياة ،مثل التواصل والتعلم والترفيه والتجارة ،يشمل الإستخدام الرقمي إستخدام الأجهزة الرقمية مثل الهواتف الذكية والحواسيب والأجهزة اللوحية ،وكذلك إستخدام الإنترنت والوسائل الإعلامية و الإجتماعية

تعريف الصحة النفسية:

عرفها حامد عبد السلام زهران بأنها «حالة دائمة نسبيا. يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا و شخصيا وانفعاليا واجتماعيا اي مع نفسه ومع بيئته ،ةيشعر فيها بالسعادة مع نفسه ،ومع الآخرين ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وامكانيته إلى حد أقصى ممكن ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة ،وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه ماديا بحيث يعيش في سلامة وسلام (غالي 2014. ص14.15(

ويعرفها ورقلة (2009):هي مجموعة من الإجراءات والطرائق التي يتبعها الأفراد في المحافظة على صحتهم النفسية حتى يتمكنوا من إيجاد الحلول المناسبة للمشكلات التي تواجههم (باسمة هلال 2018.ص226(

نستخلص من هذين التعريفين بأن الصحة النفسية هي تلك حالة من الرفاه النفسي تمكن الشخص من مواجهة ضغوط الحياة وتحقيق إمكاناته ، والتعلم والعمل بشكل جيد والمساهمة في مجتمعه المحلي وهي جزء لايتجزأ من الصحة والرفاه اللذين يدعمان قدراتنا الفردية والجماعية على اتخاذ القرارات وإقامة العلاقات وتشكيل العالم الذي نعيش فيه

يوجد ثلاث أنماط الأسرة مهمة قامت الباحثة بإستخلاصها من دراسة دكتورة ياسين أمينه (2017)هي -:أساليب تنشئة رافضة للعولمة: تميز هذه الأساليب الأسر التقليدية،المحافظة التي تحفز ترسيخ الموروث الثقافي المجتمع لأبنائها ،وعلى الموروث الثقافي العالمي وتركز على المعتقدات والأخلاق والتربية الروحية حيث تجسدت في نقاط التالية:

النموذج التربوي المرتكز على التسلط

النموذج التربوي المرتكز على القسوة

النموذج التربوي المرتكز على الحماية الزائدة

النموذج التربوي المرتكز على التحكم التربوي

-أساليب تنشئة راضخة للعولمة:هذا أسلوب على عكس الأسرة المحافظة فإن هذا نوع من أساليب التنشئة يتوافق والأسر المتفتحة،والمتقبلة لكل تغير وتجديد ،تقبل تام وكلي حيث تقبل جميع قيم الحداثة وتواكب مظاهر العصرنة والعولمة حيث تجسدت في نقاط التالية:

النموذج التربوي المرتكز على التدليل

النموذج التربوي المرتكز على الإهمال

نموذج الأسرة الواهبة

أساليب تنشئة مواكبة للعولمة:وهي الأساليب التي إلى التوفيق بين المظهرين سابقي الذكر بطريقة متجانسة وأصلية بين الخضوع والصد بين التبعية والمحافظة وما يميز الأسر التي تستعين بهذه الأساليب ،وإنها تسعى إلى مواكبة عصرها ومظاهر التغير فيه بحذر حيث تجسدت في نوع واحد وهو أسلوب المفاوضة

إبعاد الاتجاهات

يوجد ثلاث مكونات أساسية مهمة في الاتجاهات وهي كالآتي:

-المكون المعرفيcognitive component):

يدل هذا مكون على الجوانب المعرفية التي تنطوي عليها وجهة نظر الفرد ذات العلاقة بموقفه من موضوع الإتجاه وتتوافر هذه الجوانب عادة من خلال المعلومات والحقائق الواقعية التي يعرفها الفرد حول موضوع الاتجاه ،وهي أمر يتطلب الفهم والتفكير والمحاكمة والتقويم ...الخ

وقد قسم أحمد محمد حسن صالح وآخرون المكون المعرفي إلى مايلي:

المدركات والمفاهيم : كل ما يدركه الفرد حسيا ومعنويا

المعتقدات : يقصد بها مجموعة المفاهيم الراسخة في عقل الفرد ،فالناحية المعرفية للاتجاه تتكون من معتقدات الفرد إزاء موضوع أو شئ معين ،وقد تكون هذه المعتقدات مرغوبة او غير مرغوبة.

التوقعات:وهي مايمكن أن يتنبأ به الفرد بالنسبة للآخرين أو يتوقع حدوثه منهم. (محمد أحمد حسن صالح وآخرون .د.س .ص 260)

المكون الوجداني:

2.3. (Affective Component):المكون الوجداني

يشير هذا المكون إلى أسلوب شعوري عام، يؤثر في استجابة قبول موضوع الاتجاه أو رفضه، وقد يكون الشعور غير منطقي على الإطلاق، دون وعي منه للمسوغات التي دفعته إلى الاستجابة بالقبول أو الرفض. (نشواتي عبد المجيد، 2003، ص 471)

ويستدل على المكون العاطفي للاتجاه من خلال مشاعر الشخص ورغباته نحو الموضوع ومن إقباله عليه أو من نفوره منه، وحبه أو كرهه له (السيد أبو النيل، 2009، ص 355)

المكون السلوكي:

يشير هذا المكون إلى الأنماط السلوكية الصادرة عن الفرد والتي تشير صراحة إلى موضوع الإتجاه (محمود شمال حسن .2001ص280)

أو هو خطة سلوك الفرد نحو موضوع الإتجاه .ويعني بخطة السلوك الطريقة التي سوف يعامل بها الفرد موضوع الإتجاه في موقع إجتماعي معين (حسن الجبالي .2003ص237)

خصائص الإتجاهات : تتمثل خصائص الإتجاهات فيما يلي :

1. أنه حالة من الإستعداد و التهيؤ للتفاعل الإجابي أو السلبي نحو موضوع معين
2. يستدل على وجوده من خلال إستجابات الفرد او سلوكاته ،بل ويوجه سلوك الفرد .
3. يتميز بالثبات والديمومة ومرتبط بمصطلحات اخرى مثل تحفيز
4. هو مكتسب على الخصوص (عناصر التنشئة الإجتماعية)
5. هو قابل لتغير مع التعلم والخبرة
6. يمكن ملاحظته وقياسه من ثلاث نواحي : المعرفية ،الوجدانية السلوكية وهي في نفس الوقت مكونات الإتجاه
7. تمد الإتجاهات مابين طرفين متقابلين : الموجب والسالب ، وفي حالة القبول التام أو الرفض التام .مع إمكانية قياس تدرج الشدة بين الطرفين بعد إستخدام مقياس معين مثل مقياس ليكرت أو تيرسون

8. هي مشحونة بالطابع الانفعالي والميل إلى الموضوع ،حيث يعتبر هذا الميل إتجاها موجبا. 9 وأهم خاصية اتفق حولها الباحثون وركزوا عليها هي ما للإتجاهات من قوة تنبؤية لاستجابات الأفراد تجاه المواضيع والمواقف.(ياسين أمينة.52:2011)

الدراسات السابقة :

تتمثل في أهم الدراسات العربية والأجنبية التي لها علاقة بموضوع البحث

أهم الدراسات العربية:

دراسة حسن فاصل(2020):إلى أن الانتشار الواسع للألعاب الإلكترونية وألعاب الفيديو و الكمبيوتر يستقطب الأطفال والمراهقين إلى هذه الألعاب وتصبح تسليتهم المفضلة .كما أن ساعة إنتشار هذه الألعاب أحدث جدلا واسع النطاق حول النواحي الإيجابية والنواحي السلبية لها ويظهر من خلال الأدبيات الكثيرة التي تناولت تأثيرات الألعاب الإلكترونية ،يلاحظ أن هناك توجهين أساسين حول أثر الألعاب الإلكترونية على سلوك الأطفال والمراهقين الاتجاه الأول يرى أن الألعاب الإلكترونية لها تأثيرات إيجابية على الأطفال والمراهقين يظهر خصوصا في القدرات والمهارات المعرفية في التعلم ،بينما يرى الاتجاه الثاني أن الألعاب الإلكترونية تأثيرات سلبية تظهر العزلة الاجتماعية وقلة الحركة والعدوان ،من خلال استعراض الأدبيات السابقة توصل البحث الحالي إلى جملة من الاستنتاجات ،وكان من أهمها أن تأثيرات الألعاب الإلكترونية تنقسم إلى قسمين «تأثيرات إيجابية تتمثل بتطوير قدرات ذهنية معينة ،وتأثرات سلبية تشمل نواحي الصحة الجسدية و الإجتماعية والعدوانية لدى الأطفال والمراهقين.

دراسة شاعة حمزة (2015): الذي يعتبر هذا البحث المعنون بالضغوط النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى المعلمين ،إنطلاقا من عدة تساؤلات حول طبيعة تلك العلاقة والفروق بين الجنسين وسنوات الخبرة ولتحقيق هذه الأهداف تم الإعتماد على المنهج الوصفي الإرتباطي وبحثنا الموضوع من الجانب النظري من خلال عرض بعض الدراسات السابقة حول الموضوع ،وكذا بعض الأدبيات حول الموضوع وبعدها قدمنا استبيانا لعينة استطلاعية مكونه من (30)معلما ,تم تطبيق على عينة البحث المقدرة عدد أفرادها ب (110)معلما من بعض إبتدائيات بلدية المسيلة ،وذلك بعد اختبار الخصائص السيكومترية لها وقد أسفرت نتائج البحث على إرتباط عكسي بين الضغوط النفسية و والصحة

النفسية،وأفادت الدراسات أنه لايوجد فروق بين الجنسين وكذا الخبرة في كل الضغط النفسي والصحة النفسية.

دراسة سلماني مليكة (2023):التي أجمعت فيها الباحثة على أن المناخ الأسري السوي عامل أساسي ومهم في إحداث الصحة النفسية للأبناء و الدعامة الرئيسة في تشكيل معالم الشخصية لديهم،حيث اتفقت نتائج دراستها مع دراسة عفراء خليل (2006)والتي هدفت الى دراسة العلاقة بين المناخ الأسري والصحة النفسية للأبناء،وقد أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بمناخ اسري سوي إضافة إلى صحة النفسية جيدة .وذلك أن للأسرة دور مهم في بناء وتنشئة أبنائها ورعايتهم وضمان لهم صحة نفسية جيدة ،وذلك على حسب كل نمط أسري وكل أسرة وكيف ترى هذا الإستخدام الرقمي وإتجاهها وميولها لهذه الوسائل المتطورة.

دراسة ياسين آمينه (2017): حول قضية العولمة ووسائلها واجهزة الإتصال الحديثة واجهزة الإنترنت والقضايا المختلفة ذات الأبعاد والإتجاهات المتنوعة تحديا كبيرا للأسرة والمجتمع على حد سواء ،وحول تقبل الأسرة لهذه العولمة فهناك أسر توافق هذا التطور والاستخدام التكنولوجي وهناك من ترفض كل رفض هذا التطور خوفا من تنشئة أبناء بطريقة غير صحية ومخالفة لعادات وتقاليد الأسرة ،وذلك انه لكل أسرة إتجاهها الخاص حول هذه العولمة ونظرتها لها

دراسة غنيم (2019):أنه مع التوسع في إستخدام الحاسوب والحاسوب اللوحي في العملية التعليمية وفي تدريس المواد مع الإستغناء عن الكتب الورقية والدفاتر بصورة شبه كاملة فقد صارت رقمنة التعليم مرادفا للتقدم والحداثة والتطور وعليه فقد انقسم المختصون حول جدواها المعرفية والقيمية على الفرد والمجتمع ،بين فريق يرى أنه ذو فائدة كبيرة في التعلم ،نظرا لأنه يمثل فرصة لإتاحة المعلومات بكم وسرعة أكبر ،إلا أن فريقا آخر يتوقع أضرار كبيرة على المستوى الإدراكي والأخلاقي لديهم

دراسة غالي (2014):يرى المراهقون أن الإستخدام الرقمي لايؤثر على صحتهم النفسية و أنه مهما حاول الأولياء من منعهم عن هذه الوسائل فإن التوجه إليها يزداد ،حيث أن فضولهم هو الذي يدفعهم إلى إكتشاف ومعرفة الأشياء التي قد تم حرمانهم منها مما يؤدي بهم إلى إستعمال تلك الوسائل دون علم

الأولياء كما نلمس عدم مبالاتهم لا برأيهم ولا بأي عقوبة قد يبديها الأولياء حيث أن كل ممنوع مرغوب وبذلك نجدهم يسعون إلى تحقيق كل مايرغبون فيه بحسب فهمهم وتصورهم

دراسة العنزي (2021):أن الإتجاهات المتوازنة للأولياء تجاه إستخدام الأبناء للتكنولوجيا تسهم في تنمية الصحة النفسية وتعزيز بالكفاءة الذاتية .

دراسة الطويرقي (2020)ودراسة الخليفي (2018):واللتين أكدتا أن الأفراد ذوي المستويات التعليمية المرتفعة يظهرون إتجاهات أكثر إيجابية نحو التقنيات الرقمية وإستخدامها في المجال التربوي والتعليمي، ويعزى هذا الفرق في الإتجاهات إلى أن التعليم يعد من العوامل المؤثرة في تنمية المهارات الرقمية ،والقدرة على فهم وتقيم فوائد التكنولوجيا وتطبيقاتها المختلفة ،فالأولياء الحاصلون على تعليم جامعي او مابعده ،غالبا ماتكون لديهم تجارب شخصية في إستخدام الوسائط الرقمية في حياتهم المهنية أو الأكاديمية ،مما ينعكس على نظرتهم الإيجابية لاستخدامها في حياة أبنائهم

دراسة العجمي (2020):أشارت إلى أن الإستخدام التكنولوجيا الرقمية لم يعد مقتصرا على فئة عمرية محددة ،بل أصبح ضرورة حياتية تشمل جميع الفئات ،خاصة في ظل التحول الرقمي في التعليم والتواصل ،وهذا ينعكس درجة التعميم في التفاعل الإيجابي مع الوسائط الرقمية لدى مختلف الفئات العمرية

دراسة الطائي (2019):والتي كانت بعنوان إتجاهات الأولياء الأمور نحو الإستخدام أبنائهم للتكنولوجيا الرقمية حيث أظهرت النتائج على أنه لم تظهر فروق دالة إحصائيا في إتجاهات الأولياء الأمور تبعا لمتغيرات مثل النمط الأسري (أسرة نووية أو ممتدة)مما يشير إلى أن النمط الأسري لايؤثر بشكل كبير في مواقف الأولياء من التكنولوجيا،ةهذا يرمز على أنماط الأسرية لا تأثر على تشكل إتجاهات في هذا المجال

دراسة الحارثي عبد الله (2021):والتي كانت بعنوان العوامل المؤثرة في مواقف أولياء الأمور من الإستخدام الرقمي لدى الأبناء حيث أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير نمط الأسري في حين وجد تأثير لمتغيرات ،أخرى مثل مستوى التعليم والدخل،أي أنه قد تكون هنالك عوامل أخرى تشكل فارق في إتجاهات ولكن النمط الأسري لم يشكل فارق في إتجاهات الأولياء في مجال التكنولوجي

دراسة فهد وراوية (2020):والتي كانت بعنوان الإتجاهات الوالدية نحو الأجهزة الذكية في الطفولة المتوسطة،حيث تم كشف أن النمط الأسري لم يكن عاملا فارقا في تشكيل الإتجاهات الرقمية حيث لم تظهر فروق جوهرية بين أولياء الأمور في الأسرة الممتدة والنووية وهذا يوضح أنه حتى وإن كانت الأسرة ممتدة فلم يظهر هنالك فرق ولم يؤثر على إتجاهات الأولياء في الإستخدام الرقمي

أهم الدراسات الأجنبية:

دراسة Student University amony Usability Media Y(2018):حيث يسعى هذا البحث لشرح كيف يقضي الطلاب ساعات عديد على مواقع التواصل الإجتماعي على حساب وقت الدراسة ،وتم اختبار حوالي 550 شخصا من مختلف الجامعات كما تم إستخدام استبيان عبر الإنترنت لجمع البيانات ،وكشف الدراسة ان أغلبية الطلاب إستخدموا وسائل التواصل الإجتماعي يوميا وشملت هذه الوسائط Facebook , YouTube,We chat , P.Pو We I boكما كشفت الدراسة أن الطلاب يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي من أجل المتعة الذاتية والعوامل التعليمية ويستخدمها البعض منهم للإنخراط في الجرائم الإلكترونية ومناقشة الأنشطة الإقتصادية

دراسة Moos holohan

(1991)حيث هدفت الدراسة إلى بحث علاقة ضغوط الحياة والروافد الشخصية و الإجتماعية بالصحة النفسية على عينة من جامعة تكساس (254)شباب قسموا إلى مجموعتين :الأولى تحت الضغوط النفسية المرتفعة و الثانية تحت الضغوط النفسية المنخفضة فتوصل الباحثين إلى أن الروابط الشخصية و الإجتماعية لها دور مباشر في تحديد مستوى الصحة النفسية للفرد ،ومدى فعاليته وتوافقه مع العمل الأكاديمي

دراسة Stagier) 1974):بأن أساس الصحة النفسية كما يرى علماء النفس قائم على الارتباط النفسي وفقا لما يحدثه الطفل من علاقة حميمية ودائمة مع أفراد أسرته،اذ يجب في مثل هذه العلاقات إشباع حاجات الطفل النفسية ،كما تكون هذه العلاقة مليئة بالخبرات التي يكونها في بداية حياته ثم تأخذ أشكالا عديدة لها تأثيرات كبيرة في علاقته مع أفراده وفي علاقته المستقبلية مع الآخرين ،وبذلك فعلى الأسرة مراعاة هذه التطورات الحديثة،ومعاصرتها وذلك بفضل الإيجابيات التي قد تقدمها العولمة لأبنائهم خاصة في مجال العلمي.

دراسة Helsper&Livingstone(2008)

إلى أن أساليب الرقابة الأبوية الرقمية تلعب دورا محوريا في حماية الأبناء من التعرض للمحتوى الضار ،كما تسهم في تطوير سلوكيات رقمية صحية ،وذلك لأن في العصر الرقمي أصبحت الصحة النفسية موضوعا يحظى بالهتمام متزايد بسبب التغيرات الجذرية التي أحدثتها التكنولوجيا ووسائل التواصل الإجتماعي في أنماط والمنصات الإلكترونية إلى خلق بيئات إجتماعية افتراضية أصبحت جزاء أساسيا من التفاعل البشري ،ومع أن هذه التطورات قدمت العديد من الفرص لتعزيز التواصل والوصول إلى المعرفة إلا أنها أثارت أيضا تحديات كبيرة تتعلق بالضغوط النفسية ، والعزلة الإجتماعية و الإدمان الرقمي ، حيث تزامن هذا التحول مع إرتفاع معدلات القلق و الإكتئاب وغيرها من الاضطرابات النفسية ، مما يجعل من الضروري دراسة تأثير هذه الظاهرة وفهم العلاقة المتبادلة بين التكنولوجيا الحديثة والصحة النفسية في هذا العصر

دراسة Twenge Al et(2018)

أن الإستخدام المكثف للهواتف الذكية ، وخاصة في غياب التوجيه الأسري ، يرتبط بارتفاع معدلات القلق والإكتئاب لدى المراهقين،ومن جهة أخرى

دراسة Chen&Lee(2021)

أن أولياء الأمور الحاصلين على مستويات تعليمة مرتفعة يستخدمون الوسائل الرقمية بطرق أكثر تنوعا وفاعلية ،ويوجهون أبنائهم نحو الإستفادة القصوى من الإمكانات التعليمية المتاحة عبر الإنترنت ،حيث أنه كلما كان المستوى التعليمي للأولياء عاليا كلما كان وعيهم أكثر لمثل هذه الوسائل مما يخدم صالح الأبناء ويساهم في عملية توجيههم بشكل إيجابي،ومساعدتهم في كيفية إستخدام هذه الوسائل الرقمية مما يساعدهم في الدراسة والتعليم وتنمية قدراتهم ومواكبة العصر الرقمي ،على عكس نقص الوعي لدى الأولياء الذي يمكنه أن يعرقل عملية توجيه وإرشاد الأبناء وحرمانهم من إستخدام الوسائل الرقمية

دراسة زورلوكاما (Zourlu kama 2021)إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إتجاهات الأولياء الأمور الرقمية تعزى للعمر،مما يعزز الفرضية القائلة بأن الإستخدام الرقمي أصبح جزءا لايتجزأ من الحياة اليومية لكافة الفئات العمرية،وبالتالي حدث تقارب نسبي في المواقف تجاه التكنولوجيا

دراسة أكغنون (Akgün2023) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إتجاهات الأولياء الأمور نحو الإستخدام أطفالهم التكنولوجيا تعزى للفئة العمرية حيث كانت الإتجاهات أكثر إيجابية لدى أولياء الأمور الذين تتراوح أعمارهم بين (35و44)عاما مقارنة بالفئة الأصغر (25و34عاما) .ومع ذلك أشارت نتائج الدراسة إلى حجم التأثير كان متغير (n^2=0,019)مما يدل على أن العمر رغم التأثير إلا أنه ليس العامل الحاسم في تشكيل هذه الإتجاهات،وذلك لأن الأولياء من مختلف الفئات العمرية لديهم إهتمامات مختلفة حول الإستخدام الأبناء للوسائل الرقمية،ممايشير إلى أن الإتجاهات الرقمية لا تتأثر بعامل العمر أو السن

الدراسة (Alghamdi&Ahmad(2019 إلى أن الإتجاهات الإيجابية نحو التكنولوجيا بين الآباء لاتختلف جوهريا بإختلاف أعمارهم ،وإنما تتأثر بشكل أكبر بمدى نعرضهم للتكنولوجيا في بيئة العمل أو المنزل .وقد يعود ذلك إلى إزدياد إنتشار التكنولوجيا في الحياة اليومية وإعتمادها المتزايد في التواصل والتعليم والعمل مما دفع الأفراد بمختلف أعمارهم إلى تبني موافق متقاربة إتجاهها.من خلال ذلك يمكن تفسير بأن العمر لايمثل عاملا حاسما في تشكيل الإتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي وذلك لأن التقدم التكنولوجي وإنتشار الأجهزة الذكية ووسائل التواصل الإجتماعي قد ساهم في توحيد درجة التعرض التكنولوجيا بين مختلف الفئات العمرية مما أضعف الفروق المحتملة في الإتجاهات نحوها

دراسة دولية (Lavingstone et al 2018)والتي كانت بعنوانParenting For a Digital Futureحيث أظهرت نتائج الدراسة أن الإتجاهات نحو الإستخدام الرقمي للأهالي ترتبط بشكل أكبر بثقافتهم التقنية ومصادر المعلومات لديهم،وليس بالضرورة بالنمط الأسري الذي ينتمون إليه

دراسة Voutsidou.S.Moraitis E,sissouras.A.jelastopulu.E.E-HEALTHcharalampous والتي عمل فيها الباحثون على كيفية ترويج فكرة الصحة الإلكترونية إلى إعادة تشكيل الطرق التقليدية في تقديم الخدمات من قبل مهنيون للصحة ،بهدف ترشيد وإرضاء المرضى فتناولوا تحليل أشكال الصحة الإلكترونية والفوائد المستمدة منها ،خاصة في مجال رعاية الصحة الأولية ومدى إسهام تطبيقات الصحة الإلكترونية في تقديم خدمات الرعاية الأولية مثلى من قبل المختصين في مجال الصحة من جانب الفعالية الكفاءة الجودة و المساواة في نظام الرعاية الصحية الرقمية ،ومع ذلك فإن ضمان توافق واسع في الآراء فضلا عن التزام القيادة اتجاه تحقيقه (صغير راضية .2024.ص 359)

خلاصة الفصل :

من خلال عرضنا لتعاريف الإجرائية و النظرية للدراسة حول موضوع إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي وإنعكاسه على الصحة النفسية لأبنائهم،وذلك موضحا لمواقف الأولياء إتجاه التكنولوجيا، حيث تختلف بشكل كبير تبعا لمستوى وعيهم حول إستخدام الرقمي وخلفياتهم الثقافية والتربية ،حيث يرى بعض الأولياء في الوسائط الرقمية وسيلة تعليمية وترفيهية فعالة، وتساعد أبنائهم على تعلم ومواكبة العصر الرقمي في حين يتخوف آخرون من آثار السلبية على التوازن النفسي والسلوكي للأطفال ،حيث تم إشارة بعض الدراسات إلى أن الإستخدام المفرط وغير المنظم للأجهزة الرقمية يرتبط بالاضطرابات ،مثل القلق والإكتئاب وضعف و المهارات الإجتماعية ،وإضطرابات النوم والتركيز ،بينما يمكن أن يسهم الإستخدام المعتدل والهادف إلى تنمية المهارات معرفية وتواصلية ،كما يبرز الفصل أهمية دور الأولياء في التوجيه والرقابة ،حيث أن الرقابة الإيجابية ووعي وتوجيه وتحديد أوقات الإستخدام ،تعد أكثر فاعلية وذات نتيجة إيجابية على عكس الرقابة الصارمة أو الغائبة ، التي قد تؤدي إلى نتائج سلبية كالعزلة او التمرد ، ومن خلال ذلك نستخلص من الفصل إلى ضرورة تمكين الأولياء من وعي وإطلاعهم على الثقافة الرقمية وتشجيعهم على لعب دور المرافق وموجه لأبنائهم رقميا من أجل أن يضمن لهم توازنا نفسيا ومعرفيا سليما ،خاصة في ظل تسارع التحول الرقمي الذي يشهده العالم اليوم .

الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

الدراسة الاستطلاعية

الدراسة الأساسية

منهج الدراسة

المجتمع الأصلي

عينة الدراسة ومواصفاتها

منهج الدراسة

تطبيق أدوات الدراسة

المبحث الأول:

الدراسة الاستطلاعية

تمهيد : يتضمن هذا الفصل عرضنا للجزء الأول من إجراءات الدراسة الميدانية ،والذي يتمثل في إستطلاع الميدان وتصميم أداة البحث وتجريبها الأولي ،إضافة إلى قياس مؤشراتها السيكومترية وأهم تعديلات المجرات على أدوات الدراسة تبعا لما أوصى به المحكمون

1. مرحلة إستطلاع الميدان:

تعد هذه المرحلة أولى من عمل الميداني الذي قامت به الباحثة وهو إختيار أفراد العينة والتي تكونت من أسر وأبنائهم ،والتي ساعدت الباحثة في جلب أكبر قدر ممكن من المعلومات عن الدراسة

2. إختيار وإعداد أدوات البحث:

بالنظر إلى طبيعة الموضوع الذي تناولته الباحثة في هذه الدراسة قامت الباحثة بتصميم أداة البحث المناسبة المتمثلة في مقياس اتجاهات الأولياء وبحث عن مقياس الصحة النفسية المعدلSCL-90-R

_تصميم مقياس الاتجاهات:

قامت الباحثة بإعداد هذا مقياس حيث يهدف إلى:

- الكشف عن اتجاهات الأولياء حول الإستخدام الرقمي
- الكشف عن التغير الحاصل في إتجاهات الأولياء
- الكشف عن ثبات إتجاهات الأولياء

الإستفادة من مجمل الدراسات السابقة التي إستعانت بمقياس مماثلة :مثل مقياس دكتورة ياسين أمينة ومقياس دكتورة عبلة محرز .وغيرها ،تمكنت الباحثة في الأخير من صياغة فقرات هذا المقياس وتحديد أبعاده

- أبعاد المقياس وفقراته:

يتشكل مقياس الإتجاهات نحو الإستخدام الرقمي من ثلاثة أبعاد تمثل في الأصل مكونات وتركيبة الإتجاه وهي:

أ. البعد المعرفي

ب. البعد العاطفي _الوجداني

ت. البعد السلوكي

ويندرج تحت كل بعد مجموعة من الفقرات المناسبة

تستجوب فقرات البعد المعرفي ،معارف الأولياء ومعلوماتهم حول الإستخدام الرقمي.

في البعد العاطفي،تفسر الفقرات عن مشاعر وعواطف .الأولياء حول الإستخدام الرقمي

البعد السلوكي صممت فقرات لأجل قياس درجات إستجابة الأولياء حول الإستخدام الرقمي.

يتكون مقياس إتجاهات أولياء من 31 عبارة يجيب عنها الأولياء بإحدى الإجابات المندرجة في الشدة والوزن وهي خمسة : مواقف بشدة ،موافق ،محايد ،معارض ،معارض بشدة

ذات أوزان تقديرية من خمسة نقاط على طريقة سلم ليكرت ،ونحصل على درجة المقياس بجمع إستجابات كل الأولياء .لعبارات المقياس ،ويعبر المجموع عن إتجاهاتهم نحو الإستخدام الرقمي.

_وأعطيت الأوزان بحسب التأييد أو المعارضة فإن كانت للعبارة معنى مؤيد للإتجاه تعطى الإستجابات الدرجات التالية.

موافق بشدة 4،موافق3،محايد 2،معارض1،معارض بشدة 0

وإن كانت للعبارات معنى معارض للإتجاه تعطى الدرجات التالية:

موافق بشدة 0،موافق1،محايد2،معارض3،

معارض بشدة 4

وقد ضم البعد المعرفي في بداية تصميم المقياس وقبل خضوعه لتحكيم على 16 فقرة والبعد العاطفي الوجداني على 13 فقرة اما البعد السلوكي ضم 15 فقرة.

1تعديل المقياس من قبل اراء المحكمين تم الاشارة اليه في الملاحق

4مجتمع الدراسة الإستطلاعية:

المجتمع المعني في الدراسة الحالية هو الأولياء هو أبنائهم المراهقين

أ_عينة الدراسة الإستطلاعية:

بسبب عدم إمكانية تعميم الدراسة على كافة المجتمع تم إشتقاق عينة مماثلة المجتمع تحمل نفس الخصائص

ب_نوع عينة الدراسة الإستطلاعية:

تم إختيار أفراد العينة بطريقة مقصودة وذلك من خلال إختبار الأسر من أجل تطبيق المقياس حيث تكونت عينة الدراسة من 30 أب وأم 30 مراهقا ومراهقة

5خصائص عينة الدراسة الإستطلاعية:

_مواصفات العينة:

توزيع العينة حسب الجنس:

جدول (1)يمثل توزيع العينة حسب متغير الجنس بالنسبة للآباء وأمهات

الاولياء	التكرار	النسبة المئوية
الاباء	15	50.5%
الامهات	15	50.5%
المجموع	30	100.0%

من خلال جدول (1) يتبين لنا ان العينة تحتوي على نسبة متساوية بين الجنسين حيث نجد أن عدد الآباء 15 اي بنسبة 50.0%في حين نجد أن عدد الأمهات 15 اي بنسبة 50.0%أي عدد الأمهات يساوي عدد آباء

جدول (2)يمثل توزيع العينة حسب متغير السن بالنسبة للآباء والأمهات

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
24	1	3.3
26	1	3.3
31	2	6.7
33	1	3.3
35	1	3.3
37	1	3.3
40	3	10.0
43	1	3.3
45	3	10.0
50	2	6.7
52	1	3.3
54	1	3.3
55	5	16.7
56	2	6.7
60	3	10.0
63	1	3.3
66	1	3.3
المجموع	30	100.0

نلاحظ من خلال الجدول رقم 2 أن أفراد العينة الذين أعمارهم 24 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 ي بنسبة 3.3 %والذين اعمارهم 26 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3 %والذين أعمارهم 31 بلغ عدد تكراراتهم مرتين 2 أي بنسبة 6.7%والذين اعمارهم 33سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3%والذين اعمارهم 35 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3 %والذين أعمارهم 37 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3 %والذين اعمارهم 40 سنة بلغ عدد تكراراتهم ثلاث مرات 3 اي بنسبة 10.0% والذين اعمارهم 43سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3،3%والذين اعمارهم 45 سنة بلغ عدد تكراراتهم ثلاث مرات 3 اي بنسبة 10.0%والذين اعمارهم 50 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرتين 2 أي بنسبة 6.7%والذين

اعمارهم 52 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3%والذين اعمارهم 54سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3%والذين أعمارهم 55 سنة بلغ عدد تكراراتهم خمس مرات 5 أي بنسبة 16،7%والذين اعمارهم 56 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرتين 2 أي بنسبة 6،7%والذين اعمارهم 60 سنة بلغ عدد تكراراتهم ثلاث مرات 3 اي بنسبة 10,0%والذين اعمارهم 63 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3،3%والذين اعمارهم 66 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3%

جدول رقم 3 يمثل المستوى الدراسي للأولياء

النسبة المئوية	التكرارات	المستوى الدراسي
33.3	10	أمي
40.0	12	تعليم قاعدي
13.0	4	ثانوي
13.0	4	جامعي
100.0	30	**المجموع**

نلاحظ من خلال الجدول رقم 3 أن المستوى تعليمي لافراد العينة الذين مستواهم التعليمي أمي بلغ عدد تكراراتهم 10 مرات أي بنسبة 33.3%والذين مستواهم التعليمي تعليم قاعدي بلغ عدد تكراراتهم 12 مرة أي بنسبة 40،0%والذين مستواهم التعليمي تعليم ثانوي بلغ عدد تكراراتهم 4مرات أي بنسبة 13.0%والذين مستواهم التعليمي تعليم جامعي بلغ عدد تكراراتهم 4مرات أي بنسبة 13،0%

جدول رقم 4 يمثل مدة تكوين الاسرة (مدة الزواج)

النسبة المئوية	**التكرار**	**مدة التكوين**
10.0	3	أقل من 15 سنة
6.7	2	ما بين 15 سنة و20 سنة
83.3	25	أكثر من 20 سنة
.100	30	**مجموع**

نلاحظ من خلال الجدول أن أفراد العينة الذين مدة تكوينهم للأسرة أقل من 15 سنة عدد تكراراتهم هو 3 مرات أي بنسبة 10،0%والذين مدة تكوينهم للأسرة مابين 15 و 20 سنة عدد تكراراتهم مرتين 2

أي بنسبة 6،7%والذين مدة تكوينهم للأسرة اكثر من 20 سنة عدد تكراراتهم 25 مرة أي بنسبة 83،3%

جدول رقم (5)يمثل توزيع العينة حسب متغير الجنس بالنسبة للمراهقين

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
الدكور 1	15	50.0
الاناث 2	15	50.0
المجموع	30	100.0

من خلال جدول رقم 5 يتبين لنا أن العينة تحتوي على نسبة متساوية بين الجنسين حيث نجد أن عدد الذكور 15 أي بنسبة 50،0%في حين نجد عدد الإيناث 15 اي بنسبة 50،0% اي عدد الذكور يساوي عدد الإناث

جدول رقم 6 يمثل توزيع العينة حسب متغير الفئة العمرية بالنسبة للمراهقين

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
13	3	10.0
14	6	20.0
15	4	13.3
16	7	23.3
17	5	16.7
18	5	16.7
المجموع	30	100.0

نلاحظ من خلال الجدول رقم 6 أفراد العينة الذين اعمارهم 13 سنة بلغ عدد تكراراتهم ثلاث مرات 3 اي بنسبة 10،0%والذين اعمارهم 14 سنة بلغ عدد تكراراتهم 6مرات أي بنسبة 20،0%والذين اعمارهم 15 سنة بلغ عدد تكراراتهم 7مرات اي بنسبة 23،3%والذين اعمارهم 17سنة بلغ عدد تكراراتهم 5مرات أي بنسبة 16،7%والذين اعمارهم 18 سنة بلغ عدد تكراراتهم 5مرات أي بنسبة 16،7%

جدول رقم 7يمثل المستوى الدراسي للأبناء

المستوى الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
متوسط	17	56.7
ثانوي	13	43.3
المجموع	30	100.0

نلاحظ من خلال الجدول رقم 7 أن مستوى تعليمي لافراد العينة الذين مستواهم التعليمي تعليم متوسط بلغ عدد تكراراتهم 10 مرات أي بنسبة 33.3%والذين مستواهم التعليمي تعليم ثانوي بلغ عدد تكراراتهم 12مرة اي بنسبة 43.3%

المقاييس المستخدمة في الدراسة الإستطلاعية وخصائصها السيكومترية:

مقياس اتجاهات الأولياء: الذي تم اعداده من قبل الباحثة وعرضه على مجموعة من المحكمين ،يتكون المقياس من 31 عبارة وله ثلاث ابعاد البعد المعرفي و البعد الوجداني العاطفي و البعد السلوكي

جدول رقم 8 يبين أرقام الفقرات الموجبة والسالبة وأوزان العبارات

نوع الفقرات	رقم الفقرات الموجبة	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
الموجبة	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30	4	3	2	1	0
السالبة	2-31	0	1	2	3	4

من خلال جدول رقم 8 نلاحظ أن عدد العبارات الموجبة هي 29 عبارة في حين بلغ عدد العبارات السالبة عبارتين 2

_مقياس الصحة النفسية:

يتكون المقياس من 90 عبارة تندرج تحت تسعة ابعاد وهي موزعة كلآتي (الأعراض الجسمانية ،الوسواس القهري ،الحساسية التفاعلية ،الإكتئاب ،القلق ، العداوة،قلق الخواف ،بارانويا ،الذهانية)وتتم الإجابة عن المقياس من خلال ميزان تقدير مكون من:

لاأعاني أبدا ، أعاني قليلا ،أعاني ، أعاني جدا ،أعاني بشدة

وكل عبارات هذا المقياس هي عبارات سالبة

_الخصائص السيكومترية:

أولا :الصدق

أ_بالنسبة للإتجاهات الأولياء : عن طريق حساب الإتساق الداخلي والذي يوضح علاقة كل بعد بالمؤشر العام لإتجاهات الأولياء ،وبعد تم الإعتماد معامل الإرتباط (بيرسون)لتوضيح هذا الإتساق ،حيث دلت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

_يتبين من خلال الجدول أعلاه أن جميع الأبعاد دالة عند مستوى الدلالة (0.01(

ب_بالنسبة للصحة النفسية : عن طريق حساب الإتساق الداخلي والذي يوضح علاقة كل بعد بالمؤشر العام للصحة النفسية،ولقد تم اعتماد معامل الإرتباط (بيرسون(

لتوضيح هذا الإتساق حيث دلت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الاول	0.952	0.01
البعد الثاني	0.966	
البعد الثالث	0.966	

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن جميع الأبعاد دالة عند مستوى الدلالة (0.01

ب_بالنسبة للصحة النفسية : عن طريق حساب الإتساق الداخلي والذي يوضح علاقة كل بعد بالمؤشر العام للصحة النفسية،ولقد تم اعتماد معامل الإرتباط بيرسون

لتوضيح هذا الإتساق حيث دلت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد 1	0.593	0.01
البعد 2	0.540	
البعد3	0.551	
البعد4	0.751	0.01
البعد5	0.628	0.01
البعد6	0.447	0.05
البعد7	0.356	0.05
البعد8	0.447	0.05
البعد9	0.372	0.05
البعد10	0.754	0.01

ثانيا الثبات:تم حساب الثبات بطريقة ألفاكرومباخ حيث أسفرت النتائج على مايلي:

المتغير	معامل الثبات
اتجاهات الاولياء	0.935

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الثبات لمتغير إتجاهات الأولياء بإستخدام ألفا كرومباخ ،بلغت 0،935 وهو ثبات مقبول

المتغير	معامل الثبات
الصحة النفسية	0.881

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الثبات لمتغير الصحة النفسية بإستخدام ألفاكرومباخ بلغت 0،881وهو ثبات مقبول

7الأساليب الإحصائية المتبعة في الدراسة الإستطلاعية:

1التكرارات

2النسبة المئوية

الفصل الثالث : الدراسة الأساسية

تمهيد

منهج الدراسة

مجتمع الدراسة

إجراء وتطبيق أداة الدراسة

الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة

تمهيد:

تعتبر الدراسة الأساسية هي المكان الذي يطبق فيه الباحث أدوات الدراسة على عينة دراسته ليتحقق من الفرضيات وهي أساس البحوث في علم النفس وعلوم التربية

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في دراستها المنهج الوصفي التحليلي نظرا لملائمته لأهداف الدراسة وأسئلتها ،حيث أن المنهج الوصفي التحليلي يتناول أحداث وظواهر وممارسات موجودة متاحة للدراسة والقياس كما هي دون تدخل الباحثة في مجرياتها ،والمنهج الوصفي التحليلي يسعى إلى فحص العلاقة بين مجموعتين منفصلتين أو أكثر وذلك بإستخدام مقاييس ،وأيضا لإيجاد العلاقة الأساسية في البحث

مجتمع الدراسة:

المجتمع المعني في الدراسة الحالية هم الأولياء وأبنائهم المراهقين

عينة الدراسة الأساسية ومواصفاتها

أ_عينة الدراسة الأساسية ومواصفاتها:

حجم العينة :تم اختبار العينة بطريقة مقصودة وذلك من أجل معرفة إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي حول تأثيره على الصحة النفسية لدى أبنائهم

تكونت العينة من مجموعة من الأولياء وأبنائهم المراهقين ،حيث ضمت العينة 30 أب وأم و30 مراهق ومراهقة

ب_مواصفات العينة وخصائصها:

توزيع العينة حسب الجنس

جدول رقم (9)يمثل توزيع العينة حسب متغير الجنس بالنسبة للآباء والأمهات

الاولياء	التكرار	النسبة المئوية
الاباء	15	50.0
الامهات	15	50.0
المجموع	30	100.0

_من خلال جدول (9)يتبين لنا ان العينة تحتوي على نسبة متساوية بين الجنسين حيث نجد أن عدد الآباء 15 اي بنسبة 50.0%في حين نجد أن عدد الأمهات 15 اي بنسبة 50.0%أي عدد الأمهات يساوي عدد آباء

جدول (10)يمثل توزيع العينة حسب متغير السن بالنسبة للآباء والأمهات

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
24	1	3.3
26	1	3.3
31	2	6.7
33	1	3.3
35	1	3.3
37	1	3.3
40	3	10.0
43	1	3.3
45	3	10.0
50	2	6.7
52	1	3.3
54	1	3.3
55	5	16.7
56	2	6.7
60	3	10.0
63	1	3.3
66	1	3.3
المجموع	30	100.0

نلاحظ من خلال الجدول رقم 10 أن أفراد العينة الذين أعمارهم 24 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 ي بنسبة 3.3 %والذين اعمارهم 26 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3 %والذين أعمارهم 31 بلغ عدد تكراراتهم مرتين 2 أي بنسبة 6.7%والذين اعمارهم 33سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3%والذين اعمارهم 35 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3 %والذين أعمارهم 37 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3 %والذين اعمارهم 40 سنة بلغ عدد تكراراتهم ثلاث مرات 3 اي بنسبة 10.0% والذين اعمارهم 43سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3،3%والذين اعمارهم 45 سنة بلغ عدد تكراراتهم ثلاث مرات 3 اي بنسبة 10.0%والذين اعمارهم 50 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرتين 2 أي بنسبة 6.7%والذين اعمارهم 52 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3%والذين اعمارهم 54سنة بلغ عدد

تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3%والذين أعمارهم 55 سنة بلغ عدد تكراراتهم خمس مرات 5 أي بنسبة 16،7%والذين اعمارهم 56 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرتين 2 أي بنسبة 6،7%والذين اعمارهم 60 سنة بلغ عدد تكراراتهم ثلاث مرات 3 اي بنسبة 10,0%والذين اعمارهم 63 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3،3%والذين اعمارهم 66 سنة بلغ عدد تكراراتهم مرة واحدة 1 أي بنسبة 3.3%

جدول رقم (11) يمثل المستوى الدراسي للأولياء

النسبة المئوية	التكرارات	المستوى الدراسي
33.3	10	أمي
40.0	12	تعليم قاعدي
13.0	4	ثانوي
13.0	4	جامعي
100.0	30	**المجموع**

نلاحظ من خلال الجدول رقم 11 أن المستوى تعليمي لافراد العينة الذين مستواهم التعليمي أمي بلغ عدد تكراراتهم 10 مرات أي بنسبة 33.3%والذين مستواهم التعليمي تعليم قاعدي بلغ عدد تكراراتهم 12 مرة أي بنسبة 40،0%والذين مستواهم التعليمي تعليم ثانوي بلغ عدد تكراراتهم 4مرات أي بنسبة 13.0%والذين مستواهم التعليمي تعليم جامعي بلغ عدد تكراراتهم 4مرات أي بنسبة 13،0%

جدول رقم (12)يمثل مدة تكوين الأسرة (مدة الزواج)

النسبة المئوية	**التكرار**	**مدة التكوين**
10.0	3	أقل من 15 سنة
6.7	2	بين 15 سنة و20 سنة
83.3	25	أكثر من 20 سنة
.100	30	**مجموع**

نلاحظ من خلال الجدول رقم 12 أن أفراد العينة الذين مدة تكوينهم للأسرة أقل من 15 سنة عدد تكراراتهم هو 3 مرات أي بنسبة 10،0%والذين مدة تكوينهم للأسرة مابين 15 و 20 سنة عدد تكراراتهم مرتين 2 أي بنسبة 6،7%والذين مدة تكوينهم للأسرة اكثر من 20 سنة عدد تكراراتهم 25 مرة أي بنسبة 83،3%

جدول رقم (13)يمثل توزيع العينة حسب متغير الجنس بالنسبة للأبناء

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
الدكور 1	15	50.0
الاناث 2	15	50.0
المجموع	30	100.0

من خلال جدول رقم 13يتبين لنا أن العينة تحتوي على نسبة متساوية بين الجنسين حيث نجد أن عدد الذكور 15 أي بنسبة 50،0%في حين نجد عدد الإناث 15 اي بنسبة 50،0% اي عدد الذكور يساوي عدد الإناث

جدول رقم 14 يمثل توزيع العينة حسب متغير الفئة العمرية بالنسبة للأبناء

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
13	3	10.0
14	6	20.0
15	4	13.3
16	7	23.3
17	5	16.7
18	5	16.7
المجموع	30	100.0

نلاحظ من خلال الجدول رقم 14 أن أفراد العينة الذين اعمارهم 13 سنة بلغ عدد تكراراتهم ثلاث مرات 3 اي بنسبة 10،0%والذين اعمارهم 14 سنة بلغ عدد تكراراتهم 6مرات أي بنسبة 20،0%والذين اعمارهم 15 سنة بلغ عدد تكراراتهم 7مرات اي بنسبة 23،3%والذين اعمارهم 17سنة بلغ عدد تكراراتهم 5مرات أي بنسبة 16،7%والذين اعمارهم 18 سنة بلغ عدد تكراراتهم 5مرات أي بنسبة 16،7%

جدول رقم (15)يمثل المستوى الدراسي للأبناء

النسبة المئوية	التكرار	المستوى الدراسي
56.7	17	متوسط
43.3	13	ثانوي
100.0	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم 15 أن مستوى تعليمي لافراد العينة الذين مستواهم التعليمي تعليم متوسط بلغ عدد تكراراتهم 10 مرات أي بنسبة 33.3%والذين مستواهم التعليمي تعليم ثانوي بلغ عدد تكراراتهم 12مرة اي بنسبة 43.3%

إجراء وتطبيق أداة الدراسة:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس إتجاهات الأولياء الذي قامت بإعداده والذي يحتوي على 31 بحث تضمن 29 عبارة ذات إتجاه إجابي وعبارتين 2 ذات إتجاه سلبي

تقابلها 5 بدائل وهي :موافق بشدة ،موافق ،محايد، معارض، معارض بشدة.

ومقياس ثاني هو مقياس الصحة النفسية والذي يحتوي على 90 عبارة وكلها ذات إتجاه سلبي

تقابلها 5 بدائل وهي:لاأعاني أبدا ، أعاني قليلا، أعاني ، أعاني جدا، أعاني بشدة

لاتوجد أي عبارات محذوفة وذلك لأن كل عبارات دالة إحصائيا

الأساليب الإحصائية المعتمد ة في الدراسة:

علم االحصاء وهو العلم الذي يبحث في طرق جمع البيانات الصحيحة والدقيقة عن ظاهرة ما، تم تلخيص هذه

البيانات)بيانيا او جدوليا(في صورة مبسطة يسهل معها قراءتها و إستخدامها.

-وصف هذه تم تحليلها واستخراج نتائج منها، واتخاذ القرارات المناسبة.

-دراسة عالقة الظاهرة بباقي الظواهر وتقديم قيمة الظاهر ة في المستقبل.

(lhs-lm-book-Pdf : P06)

كما انه يسمح للباحث في علم النفس وعلوم اخرى بتنظيم المعطيات وجمعها ووصفها وصفا دقيقا وذلك بفضل

تقنياته االحصائية المختلفة

النسبة المئوية:إستخدام النسبة المئوية من أجل حساب مواصفات وخصائص العينة من حيث متغيرات الكمية ونوعية

معامل الإرتباط: وذلك من أجل وحساب ومعرفة العلاقة بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي والصحة نفسية لأبنائهم

الفصل الثالث : عرض النتائج ومناقشتها

تمهيد

اولا عرض النتائج

ثانيا مناقشة النتائج

المناقشة العامة

توصيات واقتراحات

تمهيد:

لقد خصوصا الباحثة في هذا الفصل عرض نتائج الدراسة الأساسية ومناقشتها وذلك من اجل التعرف على مدى تحقق الفرضيات المطروحة.

عرض النتائج:

الفرضية العامة :

توجد علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي و الصحة النفسية للأبناء

جدول (16)يبين العلاقة إرتباطية بين إتجاهات الأولياء والصحة النفسية للأبناء

	قيمة "ر" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
العلاقة بين إتجاهات الأولياء والصحة النفسية للأبناء	**0.233**	**28**	**غير دالة**

يشير الجدول أعلاه الذي يبين العلاقة بين اتجاهات الأولياء والصحة النفسية للأبناء أن قيمة (ر) المحسوبة تساوي 0,233عند مستوى الدلالة 0,01وعليه تم رفض فرضية البحث وقبول الفرض البديل أي لايوجد علاقة موجبة بين إتجاهات الأولياء والصحة النفسية للأبناء

الفرضيات الفرعية:

فرضية الأولى

يوجد إختلاف في إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي يعزى لمستوى التعليمي

جدول (17)يبين الفروق بين إتجاهات أولياء و المستوى التعليمي

	مصادر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	ف المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
اتجاهات الاولياء	التباين بين المجموعات	4514.683	1504.894	5.388	3	0.005
	التباين داخل المجموعات	7261.317	279.281		26	

	التباين الكلي	11776.000			29	

يشير الجدول أعلاه الذي يبين الفرق بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير المستوى التعليمي لديهم أن قيمة (ف)المحسوبة تساوي 5،388 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,005 وعليه تم قبول فرضية البحث ورفض الفرض الصفري،أي يوجد فروق بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير المستوى التعليمي لديهم

الفرضية الثانية

يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي يعزى للفئة العمرية

جدول (18)يبين الفروق بين إتجاهات الأولياء والفئة العمرية

	مصادر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	ف المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
اتجاهات الاولياء	التباين بين المجموعات	8109.167	506.823	1.797	16	غير دالة
	التباين داخل المجموعات	3666.833	282.064		13	
	التباين الكلي	11776.000			29	

يشير الجدول أعلاه الذي يبين الفرق بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير الفئة العمرية أن قيمة (ف)المحسوبة تساوي 1،797وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0،01وعليه تم رفض فرضية البحث وقبول الفرض الصفري ،أي لا يوجد فروق بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير الفئة العمرية لديهم

الفرضية الثالثة

يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تعزى للنمط الأسري

جدول (19)يبين إتجاهات الأولياء ونمط الأسري

إتجاهات الاولياء	مصادر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	ف المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
اتجاهات الاولياء	التباين بين المجموعات	1586.160	793.080	2.101	2	غير دالة

	التباين داخل المجموعات	10189.840	377.401		27	
	التباين الكلي	11776.000			29	

يشير الجدول أعلاه الذي يبين الفرق بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير نمط الأسري أن قيمة (ف)المحسوبة تساوي 2،101وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0.01 وعليه تم رفض فرضية البحث وقبول الفرض الصفري،أي لايوجد فروق بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير نمط الأسري لديهم.

مناقشة النتائج:

مناقشة الفرضية العامة:

نص الفرضية: توجد علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائيا بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي والصحة النفسية للأبناء

أسفرت نتائج البحث أن مستوى إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي جاء سالبا وذلك بسبب معارفهم وإعتقاداتهم الراسخة حول الإستخدام الرقمي كلها سلبية وذلك في نظرهم أن الإستخدام الرقمي لانفع منه، وأنه مضيعة للوقت ولايمكنه أن يساعد أبنائهم في عملية التعلم بل يعتبرونه عائقا لهم، وهذا راجع إلى إفتقار بعض الأولياء إلى المعرفة اللازمة لفهم هذه الوسائل الحديثة وإستخدامها بشكل صحيح ،مما يجعلهم مترددين في تشجيع أبنائهم على إستخدام هذه الوسائل الرقمية كما أن الأولياء يحملون عواطف وجدانية وإنفعالات سالبة نحو الإستخدام الرقمي حيث يشعرون بالقلق و الخوف من تأثيرات التكنولوجيا على أبنائهم .ويمكن أن يعود ذلك إلى تجاربهم السابقة حول الإستخدام الرقمي مما يؤثر على عواطفهم وكيفية التواصل مع أبنائهم حيث أنها تؤثر على العلاقة بين الأبناء وأوليائهم بشكل عام إلى جانب ذلك أن سلوكات الأولياء كلها تسري عكس التعامل مع الرقمنة وإستخدام الإنترنت حيث نجدهم يلجؤون إلى توجيه أقسى العقوبات إتجاههم كمنعهم من إستخدام الأجهزة الرقمية مثل الهواتف الذكية أو الأجهزة الرقمية وغيرها و أيضا لجوئهم إلى تحديد وقت إستخدام الأجهزة الرقمية ، والقيام أيضا بحظر الوصول إلى مواقع أو تطبيقات

خاصة ،وأيضا سحب منهم إمتيازات معينة مثل ألعاب الإلكترونية أو مشاهدة الفيديوهات ونجد من الأولياء من يلجأ إلى أساليب تعنيف وتسليط أقسى العقوبات البدنية كالضرب والعقوبات اللفظية مثل التوبيخ والإهانة،وأيضا حرمانهم من الدعم والحب مما قد يكون معظلة كبيرة يفعلها الأولياء في حق أبنائهم دون وعي منهم بمدى الخطر الذي قد يصل إليه أبنائهم بسبب أفعالهم وأفكارهم الخاطئة ،حيث أشار كل من(2008)Livingstone &Helsper إلى أن أساليب الرقابة الأبوية الرقمية تلعب دورا محوريا في حماية الأبناء من التعرض للمحتوى الضار ،كما تسهم في تطوير سلوكيات رقمية صحية ،وذلك لأن في العصر الرقمي أصبحت الصحة النفسية موضوعا يحظى بالهتمام متزايد بسبب التغيرات الجذرية التي أحدثتها التكنولوجيا ووسائل التواصل الإجتماعي في أنماط والمنصات الإلكترونية إلى خلق بيئات إجتماعية افتراضية أصبحت جزاء أساسيا من التفاعل البشري ،ومع أن هذه التطورات قدمت العديد من الفرص لتعزيز التواصل والوصول إلى المعرفة إلا أنها أثارت أيضا تحديات كبيرة تتعلق بالضغوط النفسية ، والعزلة الإجتماعية و الإدمان الرقمي ، حيث تزامن هذا التحول مع إرتفاع معدلات القلق و الإكتئاب وغيرها من الاضطرابات النفسية ، مما يجعل من الضروري دراسة تأثير هذه الظاهرة وفهم العلاقة المتبادلة بين التكنولوجيا الحديثة والصحة النفسية في هذا العصر(Sjr-publishing.com Haifa Bakr)

حيث أن هذا الأمر الذي يخيف أولياء ويجعلهم يرون أن الإستخدام الرقمي عامل من العوامل التي قد تؤثر على الصحة النفسية للأبنائهم ،والأمر الذي يجعلهم ينبذون الإستخدام الرقمي،وفي هذا السياق أسفرت نتائج البحث عن مستوى الصحة النفسية للأبناء كان منخفضا ،بحيث أنه راجع إلى عدة عوامل أثرت عليهم والتي تتمثل في الحرمان من منحهم الحرية في إستخدام الوسائل الرقمية و أيضا عدم إرتياح النفسي،ونقص في الشعور بالرفاهية النفسية لديهم وهذا الذي قد ينعكس على صحتهم النفسية بالسلب،وأيضا يؤدي بهم إلى الضغوطات الإجتماعية حيث أن المراهقين رغم منع الأولياء لهم وعدم السماح لهم بإستخدام الأجهزة الرقمية والذي في منظورهم يرون بأنه يؤدي بهم إلى الشعور بالعزلة عن أقرانهم الذين يتواصلون عبر هذه الوسائل،وأيضا يشعرون أنهم محرومون من تجارب إجتماعية مهمة وأن عزلهم عن هذه الوسائل الحديثة لايساعدهم في تعزيز المهارات لديهم

مثل التفكير النقدي وحل المشكلات و الإبداع،وذلك لأن الأبناء يعيشون في عصر رقمي ويرون أنه لابد من أن يتعلموا كيفية إستخدام التكنولوجيا الرقمية،ويجدون أن هذا المنع يجعلهم غير مستعدين لمواجهة تحديات العالم الرقمي،حيث أن مفهوم الصحة النفسية كما عرفها حامد عبد السلام زهران"بأنها حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا و شخصيا وانفعاليا وإجتماعيا،أي مع نفسه وبيئته ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وامكانياته إلى أقسى حد ممكن ، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه ماديا بحيث يعيش في سلام (غالي 2014ص14،15)ومن خلال هذا يرى المراهقون أن الإستخدام الرقمي لايؤثر على صحتهم النفسية و أنه مهما حاول الأولياء من منعهم عن هذه الوسائل فإن التوجه إليها يزداد ،حيث أن فضولهم هو الذي يدفعهم إلى إكتشاف ومعرفة الأشياء التي قد تم حرمانهم منها مما يؤدي بهم إلى إستعمال تلك الوسائل دون علم الأولياء كما نلمس عدم مبالاتهم لا برأيهم ولا بأي عقوبة قد يبديها الأولياء حيث أن كل ممنوع مرغوب وبذلك نجدهم يسعون إلى تحقيق كل مايرغبون فيه بحسب فهمهم وتصورهم ،كما أكدت دراسة Twenge et al (2018)أن الإستخدام المكثف للهواتف الذكية ، وخاصة في غياب التوجيه الأسري ، يرتبط بارتفاع معدلات القلق والإكتئاب لدى المراهقين،ومن جهة أخرى ،توصلت دراسة عربية حديثة العنزي (2021)إلى أن الإتجاهات المتوازنة للأولياء تجاه إستخدام الأبناء للتكنولوجيا تسهم في تنمية الصحة النفسية وتعزيز بالكفاءة الذاتية.

وعموما فإن إختبار الفرضية العامة أفضى إلى عدم وجود علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي و الصحة النفسية للأبناء،بمعنى أن الإرتباط لم يصل إلى درجة الدلالة الإحصائية ،حيث أنه لم نجد إتجاهات الأولياء السلبية نحو الإستخدام الرقمي بالمستوى المنخفض للصحة النفسية لدى أبنائهم فالأبناء لايبالون برأي آبائهم ولا بمنعهم من الإستخدام ولا بالغضب ولا بالعقوبات التي توجهه لهم من قبل الأولياء ولابحرمانهم من الوسائل الرقمية لأنهم يملكون طرق أخرى لإستعمالهم الوسائل الرقمية و بالتالي فإن الإتجاهات السالبة

للأولياء نحو الإستخدام الرقمي لا علاقة له بمستوى الصحة النفسية المنخفض للأبناء،وإنما يعود إلى عوامل أخرى

مناقشة الفرضية الفرعية الأولى

نص الفرضية: توجد فروق بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير المستوى التعليمي لديهم

أفضى تحليل النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تعزى لمستويات التعليم لديهم حيث أن الأولياء ذوو المستوى التعليمي العالي هم أكثر وعيا بالتكنولوجيا وتأثيراتها ويحبذون الإستخدام الرقمي أكثر من بقية فئات أفراد العينة،حيث نجدهم أكثر قدرة على التكيف مع التكنولوجيا وتغيراتها ولديهم إهتمام بتعليم أبنائهم وتطوير مهاراتهم الرقمية ،ويمكن تفسير ذلك بأن المستوى التعليمي للأولياء له من التأثير الإيجابي على الأبناء من حيث التكيف مع التطور التكنولوجي ومن حيث الإستخدام الآمن والمسؤول نجدهم على إستعداد للإستثمار من الأجهزة الرقمية والبرامج التعليمية،لأنهم وسيلة لتعزيز تعلم أبنائهم ومساعدتهم في تحقيق النجاح الأكاديمي عكس الأولياء ذوي المستويات التعليمية المنخفضة والذين نجدهم لديهم مخاوف وقلق أكبر بشأن إستخدام التكنولوجيا الرقمية،وإتفقت هذه النتيجة مع دراسة الطويرقي (2020)ودراسة الخليفي(2018)واللتين أكدتا أن الأفراد ذوي المستويات التعليمية المرتفعة يظهرون إتجاهات أكثر إيجابية نحو التقنيات الرقمية وإستخدامها في المجال التربوي والتعليمي، ويعزى هذا الفرق في الإتجاهات إلى أن التعليم يعد من العوامل المؤثرة في تنمية المهارات الرقمية ،والقدرة على فهم وتقيم فوائد التكنولوجيا وتطبيقاتها المختلفة ،فالأولياء الحاصلون على تعليم جامعي او مابعده ،غالبا ماتكون لديهم تجارب شخصية في إستخدام الوسائط الرقمية في حياتهم المهنية أو الأكاديمية ،مما ينعكس على نظرتهم الإيجابية لاستخدامها في حياة أبنائهم ،كما تفسره نظرية انتشار الإبتكار (Diffusion of innovation Theory)لروجرز(2003)هذا التفاوت حيث أن الأفراد المتعلمين أكثر قابيلة لتقبل الإبتكار التكنولوجية ،نظرا لقدرتهم على إدراك مزايا هذه الإبتكارات ،ومهاراتهم الأعلى في التعامل معها ،وتدعم أيضا نظرية الإستخدامات والإشباعات هذا التوجه ،إذ ترى أن إستخدام

الفرد للتكنولوجيا مرتبط بإدراكه لقيمتها في إشباع حاجاته ،وهو مايتأثر بمستوى التعليم وقد أظهرت دراسة (Chen&Lee 2021)أن أولياء الأمور الحاصلين على مستويات تعليمة مرتفعة يستخدمون الوسائل الرقمية بطرق أكثر تنوعا وفاعلية ،ويوجهون أبنائهم نحو الإستفادة القصوى من الإمكانات التعليمية المتاحة عبر الإنترنت ،حيث أنه كلما كان المستوى التعليمي للأولياء عاليا كلما كان وعيهم أكثر لمثل هذه الوسائل مما يخدم صالح الأبناء ويساهم في عملية توجيههم بشكل إيجابي،ومساعدتهم في كيفية إستخدام هذه الوسائل الرقمية مما يساعدهم في الدراسة والتعليم وتنمية قدراتهم ومواكبة العصر الرقمي ،على عكس نقص الوعي لدى الأولياء الذي يمكنه أن يعرقل عملية توجيه وإرشاد الأبناء وحرمانهم من إستخدام الوسائل الرقمية

وبالتالي تؤكد نتائج الدراسة الحالية أن المستوى التعليمي يلعب دورا حاسما في تشكيل الإتجاهات نحو الإستخدام الرقمي،وهو ما ينبغي أخذه بعين الإعتبار عند تصميم برامج التوعية أو التدريب الرقمي للأولياء لضمان عدالة رقمية وشمولية في الإستفادة من الموارد التقنية في التعليم والتربية

مناقشة الفرضية الفرعية الثانية

نص الفرضية: توجد فروق بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير الفئة العمرية

أفضى تحليل النتائج عدم تحقق الفرضية ،مما يعنى أن الآباء أو الأولياء،بغض النظر عن أعمارهم ،لديهم مواقف أو إتجاهات متقاربة من حيث نظرتهم او تعاملهم مع الإستخدام الرقمي،حيث يمكن تفسير ذلك بأن متغير العمر لايشكل عاملا مؤثرا في تكوين الإتجاهات حول هذا الموضوع ،وذلك أن الإستخدام الرقمي أو التكنولوجيا عامة أصبحا جزءا لايتجزأ من الحياة اليومية للفرد في مختلف مراحل العمرية ،مما أدى إلى تقارب في مواقفهم وإتجاهاتهم حيالها

وبما أن الفئة العمرية لاتشكل عاملا فارقا في إتجاهات الأولياء لابد من أن تضع برامج توعوية وتدريبية موحدة لجميع الأولياء دون الحاجة لتقسيمها وفق الفئة العمرية،وكذلك دعم المبادرات الرقمية التي تعزز مشاركة أولياء الأمور من مختلف الأعمار في في العملية التربوية الرقمية وتتفق هذه النتيجة مع دراسة زورلوكاما(Zourlu kama 2021) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إتجاهات الأولياء الأمور الرقمية تعزى للعمر،مما يعزز الفرضية القائلة بأن الإستخدام الرقمي أصبح

جزءا لايتجزأ من الحياة اليومية لكافة الفئات العمرية،وبالتالي حدث تقارب نسبي في المواقف تجاه التكنولوجيا،وإختلفت مع دراسة أكغنون (Akgün2023) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إتجاهات الأولياء الأمور نحو الإستخدام أطفالهم التكنولوجيا تعزى للفئة العمرية حيث كانت الإتجاهات أكثر إيجابية لدى أولياء الأمور الذين تتراوح أعمارهم بين (35و44)عاما مقارنة بالفئة الأصغر (25و34عاما) .ومع ذلك أشارت نتائج الدراسة إلى حجم التأثير كان متغير(n^2=0,019) مما يدل على أن العمر رغم التأثير إلا أنه ليس العامل الحاسم في تشكيل هذه الإتجاهات،وذلك لأن الأولياء من مختلف الفئات العمرية لديهم إهتمامات مختلفة حول الإستخدام الأبناء للوسائل الرقمية،ممايشير إلى أن الإتجاهات الرقمية لا تتأثر بعامل العمر أو السن،حيث تتفق هذه النتيجة مع دراسة العجمي (2020)أشارت إلى أن الإستخدام التكنولوجيا الرقمية لم يعد مقتصرا على فئة عمرية محددة ،بل أصبح ضرورة حياتية تشمل جميع الفئات ،خاصة في ظل التحول الرقمي في التعليم والتواصل ،وهذا ينعكس درجة التعميم في التفاعل الإيجابي مع الوسائط الرقمية لدى مختلف الفئات العمرية،حيث توصلت الدراسة (Alghamdi&Ahmad 2019)إلى أن الإتجاهات الإيجابية نحو التكنولوجيا بين الآباء لاتختلف جوهريا بإختلاف أعمارهم ،وإنما تتأثر بشكل أكبر بمدى نعرضهم للتكنولوجيا في بيئة العمل أو المنزل .وقد يعود ذلك إلى إزدياد إنتشار التكنولوجيا في الحياة اليومية وإعتمادها المتزايد في التواصل والتعليم والعمل مما دفع الأفراد بمختلف أعمارهم إلى تبني موافق متقاربة إتجاهها.من خلال ذلك يمكن تفسير بأن العمر لايمثل عاملا حاسما في تشكيل الإتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي وذلك لأن التقدم التكنولوجي وإنتشار الأجهزة الذكية ووسائل التواصل الإجتماعي قد ساهم في توحيد درجة التعرض التكنولوجيا بين مختلف الفئات العمرية مما أضعف الفروق المحتملة في الإتجاهات نحوها

مناقشة الفرضية الفرعية الثالثة

نص الفرضية: توجد فروق بين إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير النمط الأسري

افضت النتائج إلى عدم تحقق هذه الفرضية؛ ويمكن تفسيرذلك بأن الأنماط الأسرية تشير إلى الطريقة التي تتفاعل بها الأسرة وكيفية توزيع الأدوار والضوابط والعلاقات العاطفية بين أفرادها،

ذلك أن للأسرة تصنيفها وهذا ما أشارت إليه دراسة ياسين آمينه (2017)حيث قامت الباحثة هنا بتصنيف الأسرة إلى ثلاثة أنماط مهمة والتي تمثلت في أساليب التنشئة الرافضة للعولمة والتي تختص بالأسر التقليدية والمحافظة التقليدية ومحافظةالداعية إلى ترسيخ الموروث الثقافي للمجتمع لأبنائها وتركز على المعتقدات والأخلاق والتربية وتجسدت في النماذج التربوية المرتكزة على التسلط والقسوة والحماية الزائدة والتحكم التربوي. ويوجد أيضا نوع ثاني هو أسلوب التنشئة الراضخة للعولمة وهذا أسلوب على عكس الأسرة المحافظة فإن هذا نوع من أساليب التنشئة يتوافق و الأسرة المتفتحة والمتقبلة لكل تغيير وتجديد تقبل تام وكلي حيث تقبل جميع قيم الحداثة وتواكب مظاهر العصرنة والعولمة.نجدها تتجسد في النقاط التالية: النموذج التربوي المتركز على التدليل والنموذج المركتز على الإهمال ونموذج الأسرة الواهبة

كما نجد نمطا أسريا ثالثا يواكب العولمة وهو نوع من الأساليب التي توفق بين المظهرين سابقي الذكر بطريقة متجانسة ونجده يتأرجح بين الخضوع والصد،وبين التبعية والمحافظة. ومايميز هاته الأسر أسلوب المفاوضة ،حيث توافقت نتائج الدراسة حالية مع دراسة الطائي (2019)والتي كانت بعنوان إتجاهات الأولياء الأمور نحو الإستخدام أبنائهم للتكنولوجيا الرقمية حيث أظهرت النتائج على أنه لم تظهر فروق دالة إحصائيا في إتجاهات الأولياء الأمور تبعا لمتغيرات مثل النمط الأسري (أسرة نووية أو ممتدة)مما يشير إلى أن النمط الأسري لايؤثر بشكل كبير في مواقف الأولياء من التكنولوجيا،ةهذا يرمز على أنماط الأسرية لا تأثر على تشكل إتجاهات في هذا المجال حيث توافقت نتائج الدراسة حالية مع دراسة الحارثي عبد الله (2021) والتي كانت بعنوان العوامل المؤثرة في مواقف أولياء الأمور من الإستخدام الرقمي لدى الأبناء حيث أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير نمط الأسري في حين وجد تأثير لمتغيرات ،أخرى مثل مستوى التعليم والدخل،أي أنه قد تكون هنالك عوامل أخرى تشكل فارق في إتجاهات ولكن النمط الأسري لم يشكل فارق في إتجاهات الأولياء في مجال التكنولوجي،حيث أظهرت نتائج الدراسة فهد وراوية (2020)والتي كانت بعنوان الإتجاهات الوالدية نحو الأجهزة الذكية في الطفولة المتوسطة،حيث تم كشف أن النمط الأسري لم يكن عاملا فارقا في تشكيل الإتجاهات الرقمية حيث لم تظهر فروق

جوهرية بين أولياء الأمور في الأسرة الممتدة والنووية وهذا يوضح أنه حتى وإن كانت الأسرة ممتدة فلم يظهر هنالك فرق ولم يؤثر على إتجاهات الأولياء في الإستخدام الرقمي حيث توافقت نتائج الدراسة حالية مع دراسة دولية(2018) Lavingstone et al والتي كانت بعنوان Parenting For a Digital Futureحيث أظهرت نتائج الدراسة أن الإتجاهات نحو الإستخدام الرقمي للأهالي ترتبط بشكل أكبر بثقافتهم التقنية ومصادر المعلومات لديهم،وليس بالضرورة بالنمط الأسري الذي ينتمون إليه ومن خلال ذلك ما أظهرته نتائج الدراسة هو عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين إتجاهات أولياء نحو الإستخدام الرقمي تبعا لمتغير النمط الأسري ومنها يشير إلى أن البيئة الأسرية سواء كانت نووية ممتدة أو غيرها لاتمثل عاملا في تشكيل هذه الإتجاهات.

خلاصة

نستنتج مما سبق ومن خلال مناقشتنا لنتائج البحث أن اتجاهات الأولياء نحو الاستخدام الرقمي لا ترتبط بشكل دال إحصائيًا بالصحة النفسية للأبناء، مما يدل على أن مواقف الأولياء تجاه التقنيات الرقمية لا تؤثر مباشرة على الجانب النفسي لأبنائهم كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات الأولياء نحو الاستخدام الرقمي باختلاف المستوى التعليمي، مما يشير إلى أن الخلفية التعليمية تلعب دورًا في تشكيل نظرة الأولياء للتكنولوجيا واستخدامها.

في المقابل، لم تُسجل فروق في اتجاهات الأولياء نحو الاستخدام الرقمي باختلاف الفئة العمرية أو نمط الأسرة، مما يوحي بأن هذين المتغيرين لا يشكلان عوامل فارقة في تحديد مواقف الأولياء من الاستخدام الرقمي وبالتالي، يُستنتج أن المستوى التعليمي هو العامل الأكثر تأثيرًا في تشكيل اتجاهات الأولياء نحو التكنولوجيا الرقمية، بينما لا يبدو أن لهذه الاتجاهات أثر مباشر على الصحة النفسية للأبناء.

الخاتمة

الخاتمة:

أصبح الإستخدام الرقمي من أهم عناصر الحياة اليومية في الوقت الحالي،لأنه إكتسح جميع المجالات وأصبح يشكل مصدر الأساسي للمعلومات والترفيه والتواصل والتعليم ،حيث أصبح العالم كله مرتبطا به ، وذلك بسبب تطور الكبير الذي عرفه وسهولة إستخدامه ، حيث أنه أصبح من السهل الولوج إليه وفي متناول الجميع ، بيما فيهم المراهقين ،حيث أصبح بشكل تحديا حقيقيا للأولياء في متابعة ومراقبة إستخدام أبنائهم للمواقع ، وذلك لأن إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي،أصبحت تمثل عاملا حاسما في تشكيل الممارسات الرقمية لدى الأبناء ، وذلك لما تحمله من تداعياته نفسية و إجتماعية حيث أن إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي تلعب دورا محوريا في تشكيل تجارب الأبناء الرقمية ، وبالتالي قد يؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على صحتهم النفسية ، فبينما يمكن أن يسهم الإستخدام الواعي والموجه والمراقب ، يمكن أن يعمل في تنمية مهارات الأبناء وتحفيز التفكير النقدي و الإبداع ،حيث أن الإهمال أو المراقبة المفرطة أو المواقف السلبية التي يقوم بها الأولياء قد تؤدي إلى اضطرابات نفسية أو من الممكن أن لا تؤثر على أبنائهم المراهقين وذلك لأن المراهقين خاصة في العصر الحالي لايمكن ردعهم أو منعهم من أي فعل يقومون به ،ولذلك على الأولياء تبني أفكار إيجابية ومعرفة كل المحتويات الرقمية وذلك من أجل تحقيق توازن صحي بين الرقابة والدعم وبين الحرية والتوجيه ،وعلى الأولياء مواكبة التغيرات الرقمية وتركيز على الحوار والتثقيف والقدوة الحسنة في التعامل مع الاستخدام الرقمي ، حيث توصلت الباحثة في دراستها حالية إلى تصميم مقياس يقيس اتجاهات الأولياء نحو الاستخدام الرقمي،وذلك من أجل تعرف على اتجاهات الأولياء نحوه،حيث توصلت في دراستها إلى أن الاتجاهات الأولياء سلبية نحو هذا الاستخدام الرقمي وذلك بسبب عدم وعيهم الكافي به وأيضا عدم ثقتهم بمحتواه ومنافعه

وذلك إن تعزيز والوعي الرقمي لدى الأولياء ،والأبناء معا يعد خطوة أساسية نحو بناء بيئة رقمية آمنة وصحية تدعم النمو النفسي و الاجتماعي السليم للأبناء في هذا العصر الرقمي المتسارع.

توصيات

توصيات واقتراحات :

1. تنمية الوعي الرقمي الأسري
2. ضرورة اكتساب الأولياء للمهارات التعامل مع التكنولوجيا
3. على أولياء فهم المنصات الرقمية و الألعاب والتطبيقات الأكثر استخداما من طرف الأبناء
4. تنظيم لقاءات و ورشات توعوية للأولياء
5. على أولياء تبني أسلوب تربوي متوازن
6. تجنب الأسلوب التسلطي أو الإهمال الرقمي
7. على أولياء تبني نمط يقوم على الحوار والتوجيه الإيجابي بدلا من المنع الصارم أو الحرية المطلقة
8. مرافقة النفسية والرقمية للأبناء
9. على أولياء تخصيص وقت للحديث مع الأبناء عن تجاربهم للانترنت
10. الحد من الإفراط في استخدام الشاشات
11. مراقبة المحتوى لا الوقت فقط
12. تعليم أبناء مهارات السلامة الرقمية والتمييز بين الاستخدامات المفيدة و الاستخدامات المضرة

وعليه إن تحسين اتجاهات الأولياء نحو الاستخدام الرقمي لايعد ترفا تربويا بل هو ضرورة لحماية الأبناء نفسيا اجتماعيا في زمن باتت فيه التكنولوجيا جزاء لا يتجزأ من واقعهم .حيث أن توازن الوعي والحوار هي مفاتيح أساسية لتوجيه هذا المسار نحو تنشئة رقمية آمنة ومزدهرة

قائمة المراجع

1. الحارثي،ن،وعبد الله ،م(2021)"العوامل المؤثرة في مواقف أولياء الأمور من الإستخدام الرقمي لدى الأبناء"مجلة العلوم التربوية و النفسية،12(01)203-226
2. الخليفي ،ع،(2018)"أثر المتغيرات الديموغرافية في إتجاهات الأولياء الأمور نحو التكنولوجيا التعليمية .مجلة التربية والتعلم الإلكتروني 22(01)73،55
3. الطائي،س.م(2019)"إتجاهات أولياء الأمور نحو إستخدام أبنائهم للتكنولوجيا الرقمية".مجلة دراسات الطفولة والتربية.7(02).115-138
4. الطويرقي.س(2020)"إتجاهات الأولياء الأمور نحو إستخدام المنصات التعليمية الرقمية في التعليم عن بعد ،المجلة التربوية السعودية، 45(02),112,129
5. العجمي ،فهد(2020)"إتجاهات أولياء الأمور نحو إستخدام التكنولوجيا الرقمية في التعليم،مجلة التربية المعاصرة ،45(03)122-135
6. العنزي،ن(2021)"إتجاهات الأولياء الأمور نحو إستخدام الأبناء للتكنولوجيا وعلاقتها بصحتهم النفسية ،المجلة العربية للعلوم النفسية -12(03)87-104
7. أبو النبيل .محمود السيد (2009)"علم النفس الإجتماعي"مكتبة الأنجلو المصرية القاهرة .مصر
8. أحمد زكي بدوي (1983)"معجم المصطلحات العلوم الإجتماعية"مكتبة لبنان بيروت
9. بومخيلة خالد (2022)"الأبوة في العصر الرقمي تحديات مسؤولية الأولياء من منظور مقارن (مقال مترجم)"الجلد 11ع02-مجلة دراسات إنسانية وإجتماعية.جامعة وهران 02
10. حسن الجبالي (2003)"علم النفس الإجتماعي بين النظرية والتطبيق".طبعة الأولى.مكتبة أنجلو المصرية
11. حسن حيدر فاصل (2020)"التأثيرات النفسية للألعاب الإلكترونية لدى الأطفال والمراهقين"مجلة البحوث التربوية والنفسية مج17
12. حسن عبد الحميد رشوان (1983)"دور المتغيرات الإجتماعية الطب الأمراض "المكتبة الجامعي الحديث الإسكندرية
13. رنا عبد الرحمان سليماني الركبان (2022)"درو الأم في ضبط إستخدام أطفالها لتطبيقات التواصل الاجتماعي"العدد الرابع عشر. المجلد الأول.المجلة الأكاديمة للبحوث و الدراسات .مجلة العلوم التربوية و الإجتماعية
14. سعيد عطار (2009)"الحنين إلى البيت وعلاقته بالصحة النفسية في ظل المسائدة الإجتماعية المدركة".رسالة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه في علم النفس العام .جامعة وهران
15. سلماني مليكة (2023)"علاقة المناخ الأسري بالصحة النفسية لدى المراهقين"المجلد11 العدد1

16. شاعة ،حمزة (2015)"الضغوط النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى معلمين المرحلة الإبتدائية"المسيلة (الجزائر)

17. صغير ويس بن يطو، راضية بوشعور (2024)"قراءة في التحول الرقمي لنظام الرعاية الصحية في الجزائر"الجلد 9 العدد 02 مجلة إقتصاديات الأعمال التجارة . مخبر الحوكمة العمومية و الاقتصادية الاجتماعية (GPES)جامعة تلمسان . الجزائر

18. غنيم .صلاح الدين عبد العزيز (2019)"التعلم الرقمي:حتمية التحول في المؤسسات التعليمية (الفهوم-الحوكمة-التطبيقات -السياسات) مركز القومي للبحوث التربية والتنمية ،القاهرة 7غالي مريم (2014)"الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة"مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس وعلوم التربية.قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا .كلية العلوم الإجتماعية.وهران .الجزائر

19. فهد ،ل،وراوية ،ع(2020)"الإتجاهات الوالدية نحو الأجهزة الذكية في الطفولة المتوسطة"مجلة الطفولة والتقنيات الحديثة ،4(03),75

20. محرز عبلة (2015)"إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام أبنائهم المراهقين للأنترنت وتأثيرها على توافقهم النفسي الدراسي"عدد 15.دراسات نفسية وتربوية. جامعة الجزائر 02 (الجزائر)

21. محمد حسن أحمد صالح (دس)"الصحة النفسية وعلم النفس الإجتماعي والتربية الصحية"مركز الإسكندرية للكتاب.الإسكندرية

22. محمود شمال حسن (2001)"سيكولوجية الفرد في المجتمع"طبعة الأولى.دار الآفاق العربية.القاهرة

23. نشواتي عبد المجيد (2003)"علم النفس التربوي"طبعة الرابعة.دار الفرقان للنشر .عمان .الأردن

24. ياسين آمنة(2011)"أثر إستخدام برنامج إرشاد جمعي في الوقاية من حدوث التكرار كمظهر من مظاهر التسرب المدرسي"أطروحة لنيل شهادة دكتوراه في تخصص علم النفس التربوي،قسم علم النفس وعلوم التربية.كلية العلوم الإجتماعية.جامعة وهران

25. ياسين آمينه (2017)"علاقة خصائص الأسرة الجزائرية بأساليب التنشئة الإجتماعية للأبناء في ضوء إرهاصات العولمة الثقافية"العدد 31.مجلة العلوم الإنسانية و الإجتماعية.جامعة وهران

26. Akgün,F.(2023).Parents'Attiudes Towards children's Use of Technology by Age Group.journal of Educational Technology studies,15(02),115-130

27. Alghamdi, S.,a Ahmad,M(2019).Parental attitudes towards digital learning tools:Age and education as Key predictors.International Journal of Educational Technology,14 (02).88-96

28. Bassi,6.Mancinelli.E.Riso.&Slacuni.S(2020)Parental stress amkiety and depression symptons associated with seff-efficay in paediatric type 1 diabetes : Aliterature review imtermational journal of Environnemental Public Health,18(01),152
29. Calvert,S,L(2006)Media and early development In : McCartney,k, Phillips D.A(EdS) Hamdbook of Early childhood Development.MA: Blackwell p843,879
30. Chen,L.,&Lee,J.(2021).Parental Education and Digital Parenting Practices :ACross-National Analysis.Journal of Educational Technology & society .24(03).85-97
31. http://chubztuoring.com20:12: ساعة 2025/01/20: يوم
32. http://www.lawinsider.com20:28:ساعة 2025/02/20: يوم
33. https://doi org /xxx
34. https://doi,org /10,3390/ijerph
35. Katz.E.,Blumler,J.G.&Gurevitch ,M.(1973).Uses and gratifications research .Public Opinion Quarterly ,37(04),509-532
36. Khalalf.A.M.Alubied.A.A.Khalaf .A.M&Rifaey A.A.(2023)The impact of social media on the mental health of adolescents and young adults :a systematie review.Cureus.15 (8(
37. Livingstone,S.,&Helsper,E.J.(2008)Parental mediation of children'S internret use .Journal of Brosdcasting &Electronic Media,52(04),581-599
38. Merit Lowenstein, Media, message,and new perspctive in communication New York.USA: Longman (2000(
39. Rogers,E.M.(2003).Diffusion of innovatinns (5thed.).Free Press.
40. S.J.R.P https://sjr -publishing .com19:58 : ساعة 2025/05/10: المجلة العلمية لنشر البحوث اليوم
41. STAGIER,ROSS.(1974);psychology of personality, New York mc.craw-hill.inc
42. Twenge,J,M.,Joiner,T,E.,Rogers,M.L.,&Martin ,G.N.(2018)Increase in depressive symptons,suicide-related outcomes,and suicïde to rates among U.S.adobescents after 2010 and links increased new media screen time .clinical Psychological science .6(01),3-17
43. Zorlu Kana , H.(2021).Digital Parenting in the Age of.Technology:The Role of Age in Parental Attitudes.international Journal of Educational Research.10(01).45-59

قائمة الملاحق

جامعة وهران 2

كلية العلوم الاجتماعية **قسم علوم التربية**

استبيان موجه للأولياء
للتعرف على وجهة النظر تجاه الاستخدام الرقمي لدى الأبناء

التعليمات :
السيد (ة) المحترم (ة) ولي (ة) الأمر،

يسرنا أن نضع بين يديك هذا الإستبيان الذي يحوي مجموعة من الأسئلة في الإطار البحثي للموضوع أعلاه، الرجاء منك الإجابة عليها بوضع علامة (×) أمام الاختيار الذي يناسب رأيك، مع العلم أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة وأن ما تعبر عنه هو رأيك فقط، وحاول الاجابة بصدق بعد فهم العبارة لتقدم لنا العون في إنجاز هذا البحث، و لك منا جزيل الشكر.

البيانات الشخصية:

الأم **الأب**

المستوى التعليمي: **أمي** **تعليم قاعدي** **ثانوي** **جامعي**

مدة تكوين الأسرة: **أقل من 10 سنوات** **أكثر من 10 سنوات**

البعد المعرفي	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1-لدي وعي كافي حول تأثير الإستخدام الرقمي على نفسية ابنائي					
2-أعتقد ان الإستخدام الرقمي الطويل لكل ماهو رقمي يعود بالفائدة على أبنائي					
3-أعتقد أن الإستخدام المفرط للأجهزة الرقمية يؤثر على تركيز والإنتباه لدى أبنائي					

4-ارى أن الاستخدام الرقمي رفع من المستوى الفكري لأبنائي					
5-الاحظ تحسنا على أداء أبنائي الدراسي بسبب الإستخدام الرقمي					
6-أعتقد أن الإستخدام الرقمي ساهم بدرجة كبيرة في مواكبة أبنائي للتكنولوجيا					
7-أعتقد أن الاستخدام الرقمي تساهم بدرجة كبيرة في تنمية المهارات المعرفية لدى أبنائي					
8-يساهم الاستخدام الرقمي على تنمية التفكير النقدي والإبتكاري لدى أبنائي					
9-ارى أن إستخدام التكنولوجيا الرقمية يوفر فرصا تعليمية كبيرة لأبنائي					
10-أصبح لأبنائي تفكيرا سليما بسبب اعتمادهم على الاستخدام الرقمي					
11-اعتقد ان الإستخدام الرقمي يمكن أن يؤدي إلى تقليل القدرة على التفكير النقدي لأبنائي					
12- أعتقد أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يكون مفيدا ولكن يجب ان نضمن ان أبنائي يستخدمونه بشكل مسؤول					
13-أعتقد أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يساعد أبنائي على تطوير مهاراتهم في التواصل والتعاون					
-14 أجزم أن كثرة الاستخدام الرقمي سينعكس بالسلب على الصحة النفسية لأبنائي					

15-أرى أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يؤدي إلى زيادة خطر تعرض ابنائي للمحتوى غير اللائق					
16-أريد أن أعلم أبنائي أن العالم الرقمي هو عالم افتراضي وأن العلاقات الحقيقة و المشاعر هي الأهم					

البعد الوجداني	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1- انبذ إستخدام الرقمي لأنه يسبب لأبنائي ضعفا في تفاعلهم الاجتماعي الواقعي مع زملائهم ومعلميهم					
2- أمقت إستخدام أبنائي للأجهزة الرقمية لما لاحظت عليهم من تغير في المزاج (القلق و العصبية)					
3- أشعر بالسعادة عندما أرى أبنائي يستخدمون التكنولوجيا الرقمية بشكل إيجابي وآمن					
4- احب أن يستعمل أبنائي المنصات الرقمية لأنها تساعدهم في تنمية مهارات اجتماعية لديهم					
5- أشعر بالقلق عندما أرى أبنائي يستخدمون التكنولوجيا الرقمية لفترات طويلة					
6- اخشى على أبنائي من أن يرتبطوا بشكل مفطر بالعالم الافتراضي على حساب تفاعلهم مع العالم الحقيقي					

7-أشعر بالقلق من التهديدات التي يمكن أن تواجه أبنائي عبر الإنترنت مثل :التنمر الإلكتروني أو الإتصال مع الغرباء					
8-قلبي ينقبض عندما أرى إبني مشغولا بالشاشة بدلا من اللعب مع أصدقائه في الخارج					
9-أخشى ان يفوت ابنائي الكثير من اللحظات الجميلة في الحياة الحقيقية بسبب انغماسهم في العالم الإفتراضي					
10- أشعر بالقلق عندما أرى أبنائي يستخدمون التكنولوجيا الرقمية لفترات طويلة					
11-أخشى على ابنائي من ان يصابوا بالجمود الفكري بسبب إستخدامهم المفرط للأجهزة الرقمية					
12- اخاف ان يقلل الإستخدام الرقمي من التفاعل الإجتماعي لأبنائي					
13-اخاف ان يكون الاستخدام الرقمي وسيلة ضارة على تعلم أبنائي					

البعد السلوكي	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1-أتحدث مع أبنائي عن مخاطر الإستخدام المفرط للأجهزة الرقمية					

2- أضع قيودا زمنية لأبنائي أثناء إستخدامهم الأجهزة الرقمية					
3- اعمل على صرف أبنائي عن العالم الرقمي حتى لا يؤثر على تفاعلهم في العالم الحقيقي					
4-أشارك أبنائي في الأنشطة الرقمية مثل ألعاب الفيديو					
5-أمنع أبنائي من الاستخدام المفرط للإنترنت الذي قد يؤدي بهم إلى سلوكات سلبية مثل :الشعور بالوحدة أو التصرفات المتهورة					
6-أسعى لتعليم أبنائي كيفية استخدامهم الإنترنت بشكل آمن وتعريفهم على المحتوى مناسب كيفية والتعرف على المحتوى غير المناسب					
7-اسعى دائما في التكيف مع التغير تكنولوجي وذلك من أجل توجيه أبنائي ومساعدتهم في تعامل مع التحديات					
8-أتحاور مع أبنائي حول استخدامهم للتكنولوجيا الرقمية وأيضا استمع لمشاكلهم واهتماماتهم					
9-احاول دائما تشجيع أبنائي على التعبير عن أنفسهم بشكل مناسب على الإنترنت حتى لايقعوا في فخ السلوكيات السلبية					
10-أريد أن يتعلم أبنائي إحترام الآخرين في الفضاء الرقمي لذلك أسعى دائما على تحدث معهم حول القيم الأخلاقية والسلوكات الجيدة					
11-أدفع أبنائي للقيام بالبحوث بإستخدام الإنترنت					

12-اتحدث مع أبنائي حول ما يواجهونه على الإنترنت حتى لايشعروا أنهم وحدهم					
13-أقوم بتوجيه أبنائي وتعليمهم القيم من أجل أن يميزوا بين الجيد والسيء عبر مختلف المواقع الرقمية					
14-امنح أبنائي كل حرية في استخدامهم للتكنولوجيا الرقمية					
15-اشعر بالفرح والسعادة عند رؤية أبنائي يستخدمون الأجهزة بشكل إيجابي					

تحكيم استبيان

الطالبة	التخصص	الاستاذ المشرف
غربي نور الهدى	ماستر ارشاد وتوجيه	ياسين امنة

الاستاذ المحكم:.....

التخصص:.....

عنوان الدراسة:

اتجاهات الأولياء نحو إستخدام الرقمي وانعكاسه على الصحة النفسية للأبناء

أهداف الدراسة:

- التعرف على اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي ومدى تأثيره على صحة أبنائهم
- التعرف على دور الأولياء في تعرف على الوسائل الإستخدام الرقمي ومدى تقبل أسر لهذا التطور
- تنبيه الباحثين لإجراء المزيد من الدراسات حول الإستخدام الرقمي وانعكاسه على الصحة النفسية من أجل إيجاد حلول له
- التعرف على اتجاهات الأسر و أنماطها مختلفة وسائل العولمة وكيفية تأقلم الأسر معها
- تعلم كيفية بناء مقياس

طرح الاشكال:

-العامة:

كيف تنعكس إتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي على الصحة النفسية لأبنائهم ؟

- الفرعية :

هل يوجد.اختلاف في اتجاهات الأولياء نحو إستخدام الرقمي تعزى للفئات العمرية؟

هل يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو إستخدام الرقمي تعزى للنمط الأسري ؟

الفرضيات

-العامة:

يمكن أن تنعكس اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي إيجابيا على الصحة النفسية لأبنائهم.

-الفرضيات الفرعية :

يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي يعزى لمستويات التعليم لديهم.

يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي يعزى للفئات العمرية.

يوجد إختلاف في اتجاهات الأولياء نحو الإستخدام الرقمي يعزى للنمط الأسري.

التعاريف الإجرائية:

- اتجاهات الأولياء: تتمثل فيما يعبر عنه الأولياء في مقياس الاتجاهات نحو الإستخدام الرقمي،وهذا مايقصد به في الدراسة الحالية.

- الإستخدام الرقمي: يقصد به الإستعمال اليومي للأجهزة الرقمية من قبل الأبناء بأنواعها المختلفة.

- الصحة النفسية : يقصد بها حالة من الرفاهية النفسية و الإجتماعية و الجسدية للأبناء حيث يشعر الفرد بالتوازن والإستمرار والرضا عن حياته.

- الأبناء : المعنيون في هذه الدراسة الحالية الأبناء في مرحلة المراهقة والتي تتزامن مع المرحلة المتوسطة والثانوية.

جامعة وهران 2

كلية العلوم الاجتماعية قسم علوم التربية

استبيان موجه للأولياء

للتعرف على وجهة النظر تجاه الاستخدام الرقمي لدى الأبناء

التعليمات :

السيد (ة) المحترم (ة) ولي (ة) الأمر،

يسرنا أن نضع بين يديك هذا الإستبيان الذي يحوي مجموعة من الأسئلة في الإطار البحثي للموضوع أعلاه، الرجاء منك الإجابة عليها بوضع علامة (×) أمام الاختيار الذي يناسب رأيك، مع العلم أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة وأن ما تعبر عنه هو رأيك فقط، وحاول الاجابة بصدق بعد فهم العبارة لتقدم لنا العون في إنجاز هذا البحث، و لك منا جزيل الشكر.

البيانات الشخصية:

الأم الأب

المستوى التعليمي: أمي تعليم قاعدي ثانوي جامعي

مدة تكوين الأسرة: أقل من 10 سنوات أكثر من 10 سنوات

البعد المعرفي	واضحة	غير واضحة	مناسبة	غير مناسبة
1-لدي وعي كافي حول تأثير الإستخدام الرقمي على نفسية ابنائي				
2-أعتقد ان الإستخدام الرقمي الطويل لكل ماهو رقمي يعود بالفائدة على أبنائي				
3-أعتقد أن الإستخدام المفرط للأجهزة الرقمية يؤثر على تركيز والإنتباه لدى أبنائي				
4-ارى أن الاستخدام الرقمي رفع من المستوى الفكري لأبنائي				
5-الاحظ تحسنا على أداء أبنائي الدراسي بسبب الإستخدام الرقمي				
6-أعتقد أن الإستخدام الرقمي ساهم بدرجة كبيرة في مواكبة أبنائي للتكنولوجيا				
7-أعتقد أن الاستخدام الرقمي تساهم بدرجة كبيرة في تنمية المهارات المعرفية لدى أبنائي				
8-يساهم الاستخدام الرقمي على تنمية التفكير النقدي والإبتكاري لدى أبنائي				
9- ارى أن إستخدام التكنولوجيا الرقمية يوفر فرصا تعليمية كبيرة لأبنائي				

10-أصبح لأبنائي تفكيرا سليما بسبب اعتمادهم على الاستخدام الرقمي				
11-اعتقد ان الإستخدام الرقمي يمكن أن يؤدي إلى تقليل القدرة على التفكير النقدي لأبنائي				
12- أعتقد أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يكون مفيدا ولكن يجب ان نضمن ان أبنائي يستخدمونه بشكل مسؤول				
13-أعتقد أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يساعد أبنائي على تطوير مهاراتهم في التواصل والتعاون				
14- أجزم أن كثرة الاستخدام الرقمي سينعكس بالسلب على الصحة النفسية لأبنائي				
15-أرى أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يؤدي إلى زيادة خطر تعرض ابنائي للمحتوى غير اللائق				
16-أريد أن أعلم أبنائي أن العالم الرقمي هو عالم افتراضي وأن العلاقات الحقيقة و المشاعر هي الأهم				

البعد الوجداني	واضحة	غير واضحة	مناسبة	غير مناسبة
1- انبذ إستخدام الرقمي لأنه يسبب لأبنائي ضعفا في تفاعلهم الاجتماعي الواقعي مع زملائهم ومعلميهم				
2- أمقت إستخدام أبنائي للأجهزة الرقمية لما لاحظت عليهم من تغير في المزاج (القلق و العصبية)				
3- أشعر بالسعادة عندما أرى أبنائي يستخدمون التكنولوجيا الرقمية بشكل إيجابي وآمن				
4- احب أن يستعمل أبنائي المنصات الرقمية لأنها تساعدهم في تنمية مهارات اجتماعية لديهم				

5- أشعر بالقلق عندما أرى أبنائي يستخدمون التكنولوجيا الرقمية لفترات طويلة				
6- اخشى على أبنائي من أن يرتبطوا بشكل مفطر بالعالم الافتراضي على حساب تفاعلهم مع العالم الحقيقي				
7-أشعر بالقلق من التهديدات التي يمكن أن تواجه أبنائي عبر الإنترنت مثل :التنمر الإلكتروني أو الإتصال مع الغرباء				
8-قلبي ينقبض عندما أرى إبني مشغولا بالشاشة بدلا من اللعب مع أصدقائه في الخارج				
9-أخشى ان يفوت ابنائي الكثير من اللحظات الجميلة في الحياة الحقيقية بسبب انغماسهم في العالم الإفتراضي				
10- أشعر بالقلق عندما أرى أبنائي يستخدمون التكنولوجيا الرقمية لفترات طويلة				
11-أخشى على ابنائي من ان يصابوا بالجمود الفكري بسبب إستخدامهم المفرط للأجهزة الرقمية				
12- اخاف ان يقلل الإستخدام الرقمي من التفاعل الإجتماعي لأبنائي				
13-اخاف ان يكون الاستخدام الرقمي وسيلة ضارة على تعلم أبنائي				

البعد السلوكي	واضحة	غير واضحة	مناسبة	غير مناسبة
1-أتحدث مع أبنائي عن مخاطر الإستخدام المفرط للأجهزة الرقمية				

2- أضع قيودا زمنية لأبنائي أثناء إستخدامهم الأجهزة الرقمية				
3- اعمل على صرف أبنائي عن العالم الرقمي حتى لا يؤثر على تفاعلهم في العالم الحقيقي				
4-أشارك أبنائي في الأنشطة الرقمية مثل ألعاب الفيديو				
5-أمنع أبنائي من الاستخدام المفرط للإنترنت الذي قد يؤدي بهم إلى سلوكيات سلبية مثل :الشعور بالوحدة أو التصرفات المتهورة				
6-أسعى لتعليم أبنائي كيفية استخدامهم الإنترنت بشكل آمن وتعريفهم على المحتوى المناسب و المحتوى غير المناسب				
7-اسعى دائما في التكيف مع التغير التكنولوجي وذلك من أجل توجيه أبنائي ومساعدتهم في التعامل مع التحديات				
8-أتحاور مع أبنائي حول استخدامهم للتكنولوجيا الرقمية وأيضا استمع لمشاكلهم واهتماماتهم				
9-احاول دائما تشجيع أبنائي على التعبير عن أنفسهم بشكل مناسب على الإنترنت حتى لايقعوا في فخ السلوكيات السلبية				
10-أريد أن يتعلم أبنائي إحترام الآخرين في الفضاء الرقمي لذلك أسعى دائما على تحدث معهم حول القيم الأخلاقية والسلوكيات الجيدة				
11-أدفع أبنائي للقيام بالبحوث بإستخدام الإنترنت				
12-اتحدث مع أبنائي حول ما يواجهونه على الإنترنت حتى لايشعروا أنهم وحدهم				
13-أقوم بتوجيه أبنائي وتعليمهم القيم من أجل أن يميزوا بين الجيد والسيء عبر مختلف المواقع الرقمية				
14-امنح أبنائي كل حرية في استخدامهم للتكنولوجيا الرقمية				

15-اشعر بالفرح والسعادة عند رؤية أبنائي يستخدمون الأجهزة بشكل إيجابي				

ملاحظات بخصوص الاستبيان

.....

.....

.....

.....

اقتراحات بخصوص الاستبيان

.....

.....

.....

.....

جدول خاص بآراء المحكمين حول المقياس

المحكمين	أرائهم
أستاذة غياث حياة	الإستبيان طويل جدا مما يترتب عنه عدم الإجابة عن كل الأسئلة أو الإجابة بطريقة عشوائية بالنسبة للبيانات يجب توضيح الصياغة حتى تكون مفهومة بالنسبة لهذه الفئة تصحيح أخطاء الكتابية
أستاذة مرياح فاطمة زهراء	مقياس مناسب ولكنه طويل يجيب جمع فقراته متقاربة في فقرة واحدة من أجل أن يكون واضحا لأفراد العينة
3أستاذة كروش كريمة	مقياس مقبول وفي مستوى إلا أنه يوجد بعض الهفوات والأخطاء والتعديلات الواجب القيام بها على مستوى الفقرات

أستاذة صالح نعيمة	حذف عبارة رقم 10 من البعد المعرفي والتي كانت "أصبح لأبنائي تفكيرا سليما بسبب إعتمادهم على الإستخدام الرقمي " تغير عبارة رقم 14 والتي كانت"أحزم أن كثرة الإستخدام الرقمي ينعكس بالسلب على الصحة النفسية للأبنائي " أصبحت :" أعتقد أن الإستخدام الواعي للأجهزة الرقمية يعود بالصحة النفسية لأبنائي" حذف عبارة رقم 15التي كانت:"أرى أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يؤدي إلى زيادة خطر تعرض أبنائي للمحتوى غير اللائق أما بالنسبة لأبعاد الوجداني وسلوكي عبارات أخرى جيدة ومقياس مناسب
أستاذة قادري حليمة	تغير عبارة رقم من بعد المعرفي 2-أعتقد ان الإستخدام الرقمي الطويل لكل ماهو رقمي يعود بالفائدة على أبنائي (تكرار كلمة رقمي تشوه العبارة) أفضل قول أعتقد أن الاستخدام.....يعود بالفائدة (بحذف لكل ماهو رقمي(حذف عبارة رقم 3-أعتقد أن الإستخدام المفرط للأجهزة الرقمية يؤثر على تركيز والإنتباه لدى أبنائي -5الاحظ تحسنا على (ضعي حرف الجر في وليس على) أداء أبنائي الدراسي بسبب الإستخدام الرقمي -7أعتقد أن الاستخدام الرقمي تساهم بدرجة كبيرة في تنمية المهارات المعرفية لدى أبنائي (نقول إما ساهم أو يساهم(-12أعتقد أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يكون مفيدا ولكن يجب ان نضمن ان أبنائي يستخدمونه بشكل مسؤول (يستحسن قول أعتقد أن الاستخدام الرقمي مفيد لكن بضمان مسئولية استخدامه(-13أعتقد أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يساعد أبنائي على تطوير مهاراتهم في التواصل والتعاون عبارة مركبة فيها شطر يتناول عن مهارة التواصل وشطر لمهارة التعاون جزئيها تغير عبارة رقم 1 من بعد الوجداني - انبذ إستخدام الرقمي لأنه يسبب لأبنائي ضعفا في تفاعلهم الاجتماعي الواقعي مع زملائهم ومعلميهم (لكن مركبة ضعي فقرة للتفاعل مع الزملاء وفقرة للتفاعل مع المعلمين(-7أشعر بالقلق من التهديدات التي يمكن أن تواجه أبنائي عبر الإنترنت مثل :التنمر الإلكتروني أو الإتصال مع الغرباء (مركبة ضعي فقرة للتنمر وفقرة للتواصل مع الغرباء(-9أخشى ان يفوت ابنائي الكثير من اللحظات الجميلة في الحياة الحقيقية بسبب انغماسهم في العالم الإفتراضي (افضل استبدال الحقيقية بالواقعية(تغير عبارة رقم 3 من بعد السلوكي - اعمل على صرف أبنائي عن العالم الرقمي حتى لا يؤثر على تفاعلهم في العالم الحقيقي (الواقعي(-5أمنع أبنائي من الاستخدام المفرط للإنترنت الذي قد يؤدي بهم إلى سلوكيات سلبية مثل :الشعور بالوحدة أو التصرفات المتهورة فقرة مركبة ضعي عبارة للشعور بالوحدة وفقرة للتصرفات المتهورة -6أسعى لتعليم أبنائي كيفية استخدامهم الإنترنت بشكل آمن وتعريفهم على المحتوى المناسب و المحتوى غير المناسب فقرة مركبة بين المحتوى المناسب وغير المناسب -7اسعى دائما في التكيف مع التغير التكنولوجي وذلك من أجل توجيه أبنائي ومساعدتهم في التعامل مع التحديات (حذف دائما وتغيير التكيف واستبدالها بمسايرة(-8أتحاور مع أبنائي حول استخدامهم للتكنولوجيا الرقمية وأيضا استمع لمشاكلهم واهتماماتهم (مركبة (

	-9احاول دائما تشجيع أبنائي على التعبير عن أنفسهم بشكل مناسب على الإنترنت حتى لايقعوا في فخ السلوكيات السلبية (حذف دائما(-10أريد أن يتعلم أبنائي إحترام الآخرين في الفضاء الرقمي لذلك أسعى دائما على تحدث معهم حول القيم الأخلاقية والسلوكيات الجيدة (مركبة) ضعي فقرة كالاتي: أريد أن يتعلم أبنائي إحترام الآخرين في الفضاء الرقمي -اتحدث مع ابنائي حول القيم الاخلاقية وسلوكيات أثناء التواصل الرقمي -11أدفع أبنائي للقيام بالبحوث بإستخدام الإنترنت -12اتحدث مع أبنائي حول ما يواجهونه على الإنترنت حتى لايشعروا أنهم وحدهم (ضعي مباشرة حتى لا يشعروا بالوحدة (-13أقوم بتوجيه أبنائي وتعليمهم القيم من أجل أن يميزوا بين الجيد والسيء عبر مختلف المواقع الرقمية (اقوم بتوجيه ابنائي لكي يميزوا بماهو سيء في العالم الرقمي(فيما يخص بأبعاد الاستبيان المتعلقة بالاتجاهات هي مناسبة لكن يتضمن بعض الفقرات المركبة التي تجعل المستجوب يقع في حيرة في الاجابة على ماهو مطلوب. جاء الاستبيان متوازن من حيث فقراته في شكله الأولي والمرسل الينا لتحكيم اقتراحات بخصوص الاستبيان عدم اطالة في الاستبيان بسبب تجزئة بعض العبارات حتى لا يكون متعبا ، وحتى لا يجب الأولياء بطريقة عشوائية
استاذة شيخ فتيحة	تغير عبارة رقم 2من بعد المعرفي-أعتقد ان الإستخدام الطويل لكل ماهو رقمي يعود بالفائدة على أبنائي -3أعتقد أن الإستخدام المفرط للأجهزة الرقمية يؤثر على تركيز وإنتباه أبنائي. -7أعتقد أن الاستخدام الرقمي يساهم بدرجة كبيرة في تنمية المهارات المعرفية لدى أبنائي. -11قد يؤدي الإستخدام الرقمي إلى تقليل القدرة على التفكير النقدي لأبنائي -12أعتقد أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يكون مفيدا اذا أستخدم بشكل مسؤول من طرف أبنائنا. -15أرى أن الإستخدام الرقمي يمكن أن يؤدي إلى زيادة خطر تعرض ابنائي لمحتوى غير لائق تغير عبارةرقم 4من بعد الوجداني- احب أن يستعمل أبنائي المنصات الرقمية لأنها تساعدهم في تنمية مهاراتهم الاجتماعية. -6اخشى على أبنائي من أن يرتبطوا بشكل مفرط بالعالم الافتراضي على حساب تفاعلهم مع العالم الحقيقي تغير عبارة رقم 6من بعد السلوكي-أسعى لتعليم أبنائي كيفية استخدامهم الإنترنت بشكل آمن وتعريفهم على المحتوى المناسب و غير المناسب ملاحظات بخصوص الاستبيان لم يعرض النمط الأسري و الفئات العمرية ضمن البيانات الشخصية

جامعة و هران2

كلية العلوم الاجتماعية قسم علوم التربية

استبيان موجه للأولياء

النظر تجاه الاستخدام الرقمي وانعكاساتها على الصحة النفسية للأبناء

التعليمات:

السيد(ة)المحترم(ة)ولي(ة)الأمر،

يسرنا أن نضع بين يديك هذا الإستبيان الذي يحوي مجموعة من الأسئلة في الإطار البحثي للموضوع أعلاه، الرجاء منك الإجابة عليها بوضع علامة(×)أمام الاختيار الذي يناسب رأيك،مع العلم أنه لا توجد إجابات صحيحة و أخرى خاطئة و أن ما تعبر عنه هو رأيك فقط، وحاول الاجابة بصدق بعد فهم العبارة لتقدم لنا العون في إنجاز هذا البحث، و لك منا جزيل الشكر.

البيانات الشخصية:

ا☐ ☐

الأب

العمر.....:حسب إجابة.....

المستوى

التعليمي:

☐ **أمي** ☐ **تعليم** ☐ **ثانو** ☐ **جامعي**

مدة تكوين الأسرة

☐ أقل من 15 سنة ☐ ن 15 و 20 سنة ☐ من 20 سنة

مقياس اتجاهات الأولياء نحوالاستخدام الرقمي

العبارات	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1-لدي وعي كافي حول تأثير الإستخدام الرقمي على نفسية ابنائي					
2- اعمل على صرف أبنائي عن العالم الرقمي حتى لا يؤثر على تفاعلهم في العالم الحقيقي					
3-أحب أن يستعمل أبنائي المنصات الرقمية لأنها تساعدهم في تنمية مهاراتهم الاجتماعية					
4-اتحدث مع أبنائي عن مخاطر الاستخدام المفرط للأجهزة الرقمية					
5-انبذ الإستخدام الرقمي لأنه يسبب لأبنائي ضعفا في تفاعلهم الاجتماعي الواقعي					
6-ألاحظ تحسنا في أداء أبنائي الدراسي بسبب الإستخدام الرقمي					
7-اريد ان اعلم ابنائي ان العالم الرقمي هو عالم افتراضي و أن العلاقات الحقيقية و المشاعرهي الأهم					
8- أخشى على أبنائي من يصابوا بالجمود الفكري بسبب استخدامهم المفرط للأجهزة الرقمية					
9-قلبي ينقبض عندما ارى إبني مشغولا بالشاشة بدلا من اللعب مع أصدقائه في الخارج					
10-أمقت إستخدام الرقمي للأجهزة الرقمية لما لاحظت على ابنائي من تغير في المزاج (القلق و العصبية)					
11-أحاول تشجيع أبنائي على التعبير عن أنفسهم بشكل مناسب على الإنترنت حتى لايقعوا في فخ السلوكيات السلبية					

1-يساهم الاستخدام الرقمي على تنمية التفكير نقدي والابتكاري لدى أبنائي					
1-ارى أن الإستخدام التكنولوجيا الرقمية يوفر رصا تعليمية كبيرة لأبنائي					
1- اريد أن يتعلم أبنائي إحترام الآخرين في فضاء الرقمي					
1-أشعر ربالسعادة عندها أرى أبنائي يستخدمون					
تكنولوجيا الرقمية بشكل إيجابي و آمن					
1-أقوم بتوجيه أبنائي لكي يميزوا بما هو سيئ في عالم الرقمي					
1-أدفع أبنائي للقيام بالبحوث باستخدام لإنترنت					
1-اعتقد أن الإستخدام الطويل لكل ماهو رقمي عود بالفائدة على أبنائي					
1-اعتقد ان الاستخدام المفرط للأجهزة رقمية يؤثر على تركيز الانتباه أبنائي					
2-أشعر بالقلق عندما ارى أبنائي يستخدمون تكنولوجيا الرقمية لفترات طويلة					
2-أخشى على أبنائي من أن يرتبطوا بشكل مفرط لعالم الإفتراضي على حساب تفاعلهم مع العالم حقيقي					
2-اشعر بالفرح والسعادة عند رؤية أبنائي ستخدمون الأجهزة الرقمية بشكل إيجابي					
2-اشارك ابنائي في الانشطة الرقمية مثل ألعاب فيديو					
2-أخاف أن يكون الاستخدام الرقمي وسيلة عارة على تعلم ابنائي					
2-اعتقد ان الاستخدام الرقمي يساهم بدرجة بيرة في مواكبة ابنائي للتكنولوجيا					
2-اضع قيودا زمنية لأبنائي أثناء استخدامهم جهزة الرقمية					

2- أعتقد أن الإستخدام الرقمي يساهم بدرجة بيرة في تنمية المهارات المعرفية لدى أبنائي					
2-اعتقد ان الإستخدام الرقمي يمكن أن يساعد بنائي على تطوير مهاراتهم في التواصل و التعاون					
2-أعتقد أن الاستخدام الرقمي يمكن أن يكون فيدا إذا استخدم بشكل مسؤول من طرف بنائنا					
3-امنح ابنائي كل حرية في استخدامهم تكنولوجيا الرقمية					
3-اعتقد ان الاستخدام الواعي للأجهزة الرقمية عود بالصحة النفسية لأبنائي					

جامعة وهران 2

كلية العلوم الاجتماعية **قسم علوم التربية**

استبيان موجه للابناء
للتعرف على انعكاسات الاستخدام الرقمي على الصحة النفسية

التعليمات :

عزيزي المراهق (ة):

يسرنا أن نضع بين يديك هذا الإستبيان الذي يحوي مجموعة من الأسئلة في الإطار البحثي للموضوع أعلاه، الرجاء منك الإجابة عليها بوضع علامة (×) أمام الاختيار الذي يناسب رأيك، مع العلم أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة وأن ما تعبر عنه هو رأيك فقط، وحاول الاجابة بصدق بعد فهم العبارة لتقدم لنا العون في إنجاز هذا البحث، و لك منا جزيل الشكر.

البيانات الشخصية:

- **الجنس:** ذكر ☐ أنثى ☐
- **السن:** .....
- **المستوى التعليمي:** متوسط ☐ ثانوي ☐

مقياس الصحة النفسية

	العبارات	لاأعاني أبدا	اعاني قليلا	اعاني	أعاني جدا	أعاني بشدة
	الصداع المستمر					
	النرفزة و الارتعاش					
	حدوث أفكارسيئة					
	الدوخان مع الاصفرار					

	فقدان الرغبة أو الاهتمام الجنسي					
	الرغبة في انتقاد الآخرين					
	أعتقد بأن الآخرين يسيطرون على افكاري					
	أعتقد بأن الآخرين مسؤولين عن مشاكلي					
	صعوبة في تذكر الاشياء					
	الانزعاج بسبب الإهمال و عدم النظافة					
	يسهل استثارتي بسهولة					
	الألم في الصدر والقلب					
	الخوف في الأماكن العامة و الشوارع					
	الشعور بالبطء وفقدان الطاقة					
	تراودني أفكار للتخلص من الحياة					
	اسمع أصوات لا يسمعها الآخرون					
	الشعور بالارتجاف					
	عدم الثقة بالآخرين					
	فقدان الشهية					
	البكاء بسهولة					
	الخجل و صعوبة التعامل مع الآخرين					
	أشعر أني مقبوض أو ممسوك او مكبل					
	الخوف فجأة و بدون سبب محدد					
	عدم المقدرة على التحكم في الغضب					
	اخاف ان اخرج من البيت					
	نقد الذات لعمل بعض الأشياء					
	الالم في اسفل الظهر					
	أشعر بأن الأمورلا تسيرعلى ما يرام					
	الشعور بالوحدة					

	الشعور بالحزن"الاكتئاب"					
	الانزعاج على الأشياء بشكل كبير					
	فقدان الأهمية بالأشياء					
	الشعور بالخوف					
	أشعر بأنه يسهل إيذائي					
	اطلاع الآخرين على أفكاري الخاصة بسهولة					
	الشعور بأن الآخرين لا يفهمونني					

37	الشعور بأن الآخرين غير ودودين					
38	اعمل الأشياء ببطء شديد					
39	زيادة ضربات القلب					
40	الغثيان واضطرابات في المعدة					
41	مقارنة بالآخرين اشعر باني اقل قيمة منهم					
42	عضلاتي تتشنج					
43	أشعر بأنني مراقب من قبل الآخرين					
44	صعوبة النوم					
45	افحص ما أقوم به عدة مرات					
46	اجد صعوبة في اتخاذ القرارات					
47	الخوف من السفر					
48	صعوبة التنفس					
49	السخونة والبرودة في جسمي					
50	اتجنب أشياء معينة					
51	الشعور بعدم القدرة على التفكير					
52	الخدر و النمنمة في الجسم					
53	الشعور بانغلاق الحلق و عدم المقدرة على					

	البلع					
54	فقدان الأمل في المستقبل					
55	صعوبة التركيز					
56	ضعف عام في أعضاء جسمي					
57	الشعور بالتوتر					
58	الشعور بثقل اليدين و الرجلين					
59	الخوف من الموت					
60	الإفراط في النوم					
61	أشعر بالضيق عند وجود الآخرين و مراقبتهم لي					
62	توجد عندي أفكار غريبة					
63	أشعر بالرغبة في إيذاء الآخرين					
64	الاستيقاظ مبكرا					
65	إعادةنفسالاشياءعدة مرات					
66	أعاني من النوم المتقطع والمزعج					
67	الرغبة في تكسير و تحطيم الأشياء					
68	توجد لدي أفكار غير موجودة عند الآخرين					
69	حساسية زائدة في التعامل مع الآخرين					
70	الخوف من التواجد في التجمعات البشرية					
71	كل شيء يحتاج إلى مجهود زائد					
72	أشعر بحالات الخوف و التعب					

73	أشعر بالخوف من التواجد في الأماكن العامة					
74	كثرة الدخول في الجدل و النقاش بشكل حاد					
75	اشعر بالنرفزة عندما اكون حيدا					
76	الآخرون لا يقدرون عملي					

77	اشعر بالوحدة حتى عندما أكون مع الناس					
78	الشعور بالضيق و كثرة الحركة					
79	اشعر باني غيرمهم					
80	اشعر بان اشياء سيئة سوف تحدث لي					
81	الصراخ و رمي الاشياء					
82	اخاف من فقدان الوعي أمام الآخرين					
83	أشعر بأن الآخرين سيستغلوني					
84	يزعجني التفكير فيالأمور الجنسية					
85	تراودني أفكار بأنه يجب معاقبتي					
86	توجد عندي تخيلات و أفكار غريبة					
87	اعتقد انه يوجد خلل في جسمي					
88	اشعر باني‌غيرقريب بعيد عن الآخرين					
89	الشعور بالذنب					
90	عندي مشكلة في عقلي "نفسي"					