العلاقة بين التكنولوجيا الرقمية والصحة النفسية للأسرة

إعداد

أخصائي اجتماعي / عبدالله محمد موسى الألمعي

أخصائي اجتماعي / علي إسحاق موسى الألمعي

ملخص البحث:

هدف البحث الحالي إلى: بيان تأثير التكنولوجيا الرقمية على التفاعل اليومي بين أفراد الأسرة، واكتشاف الفروق بين دور التكنولوجيا في التوافق الاجتماعي بين أفراد الأسرة وفق (العمر – النوع – عدد استخدام التكنولوجيا الرقمية)، والتعرف على دور التكنولوجيا الرقمية على تطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة، وبيان إيجابيات وسلبيات التكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة وكيفية التوازن بينهما. واعتمد هذا البحث على استخدام المنهج الوصفي، وأجريت هذه الدراسة من عينة عمدية قصدية من أفراد الأسر المتواجدة في مدينة أبها بعدد (١٢٠) فرد، وتم إعداد استبيان لجمع البيانات.

وتوصل البحث إلى النتائج الآتية:

١. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية إيجابية بين استخدام وسائل وبرامج التكنولوجيا الرقمية وبين التفاعل اليومي بين أفراد الأسرة، بما يعود بالنفع على مستويات الصحة النفسية للأسرة.
٢. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية إيجابية بين استخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية وبين زيادة مستويات التوافق الاجتماعي بين أفراد الأسرة وفق متغير العمر والنوع ومستوى استخدام التكنولوجيا الرقمية.
٣. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية إيجابية بين استخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية وبين تطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة، بما يعود بالنفع على سلامة الصحة النفسية للأسرة.
٤. توجد إيجابيات وسلبيات لاستخدام التكنولوجيا الرقمية تؤثر على الصحة النفسية للأسرة، الأمر الذي يلقي بالمسئولية على الأب والأم بضرورة العمل على ضمان الاستخدام الصحي لوسائل التكنولوجيا الرقمية من قبل الأبناء.

الكلمات المفتاحية: التكنولوجيا الرقمية – الصحة النفسية للأسرة.

Abstract:

The current study aims to: explore the impact of digital technology on daily interactions among family members; identify the differences in the role of technology in social compatibility among family members based on variables such as age, gender, and frequency of digital technology use; examine the role of digital technology in developing the social skills of family members; and highlight the positive and negative effects of digital technology on the family's mental health while proposing ways to balance these effects. The study adopts a descriptive methodology and was conducted on a purposive sample of 120 individuals from families residing in the city of Abha. A questionnaire was prepared to collect the data.

The study reached the following results:

1. There is a statistically significant positive relationship between the use of digital technology tools and programs and daily interactions among family members, which positively impacts the family's mental health levels.
2. There is a statistically significant positive relationship between the use of digital technology tools and increased levels of social compatibility among family members, based on variables such as age, gender, and the level of digital technology usage.
3. There is a statistically significant positive relationship between the use of digital technology tools and the development of social skills among family members, which benefits the family's mental health.
4. The use of digital technology has both positive and negative effects on the family's mental health. This places a responsibility on parents to ensure the healthy use of digital technology tools by their children.

Keywords: Digital Technology - Family Mental Health.

مقدمة:

الصحة النفسية للأسرة تعبر عن جودة الحياة النفسية والاجتماعية والروحية لأفراد هذه الأسرة، فتتسم الصحة النفسية المستقرة بحالة من الاتزان والاستقرار النفسي في جوانب متعددة كطريقة التفكير وضبط المشاعر والانفعالات والتحكم بالسلوكيات والتصرفات، واستقرار العلاقات الاجتماعية والحفاظ عليها، إضافة إلى استقرار الجوانب الروحية المتعلقة بالإيمان ووجود معنى ومغزى يعيشون ويكافحون من أجله.

وهذه الحالة النفسية المتزنة للأسرة تتأثر بالعديد من المؤثرات المحيطة، ومن أهمها مؤثرات التكنولوجيا الرقمية. فالصحة النفسية للأسرة شهدت تحديات متعددة بسبب التكنولوجيا الرقمية، حيث يعاني الأفراد من التوتر والقلق الناجمين عن الضغوط الحياتية المتصاعدة نتيجة لاستخدام الوسائط الرقمية بشكل مفرط. لكن على الرغم من الأضرار النفسية التي قد تسببها التكنولوجيا الرقمية فقد تكون أيضاً حلاً للتحديات النفسية التي تسببت فيها، من خلال توفر تطبيقات الصحة النفسية في الهواتف الذكية والأجهزة القابلة للارتداء وغيرها من الوسائط والبرامج المتعددة (بوزيان، ٢٠٢٠).

وبالإضافة إلى ذلك، توفر العلاج عبر الإنترنت والمساعدة النفسية عن بعد وسائل سهلة ومريحة للوصول إلى الدعم النفسي. ونظراً لتنوع العلاقات المتشابكة بين التكنولوجيا الرقمية وبين صحة الأسرة، فإن هذه الدراسة تهدف إلى توضيح جوانب هذه العلاقة بالتفصيل، والتعرف على تأثير التكنولوجيا الرقمية على التفاعل اليومي بين أفراد الأسرة، واكتشاف الفروق بين دور التكنولوجيا في التوافق الاجتماعي بين أفراد الأسرة وفق عدة متغيرات، بالإضافة إلى التعرف على دور التكنولوجيا الرقمية في تطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة (الشهري، ٢٠٢٢).

والتكنولوجيا الرقمية لها عدة مؤثرات وانعكاسات على الصحة النفسية لأفراد الأسرة، حيث أصبحت الأسرة عرضه للعديد من الآثار التي من شأنها التغيير من القيم الشخصية والمكونات النفسية لأفراد الأسرة، وخاصة لما تتمتع به هذه المصادر من قوة جذب هائلة بفضل التقنية الحديثة. والمواقع تبني أنماطاً حياتية تتميز بتنمية النزعة الفردية لدي الأبناء، حيث يجدون المتعة في الانفراد والتمركز حول الذات، مما يؤدي إلى اللامبالاة واهمال العلاقات الاجتماعية مع الأسرة والانسحاب تدريجياً وقد يصل إلى فقدان الهوية ومحدودية الانتماء. فمن الآثار السلبية للتكنولوجيا الرقمية عرقلة بناء الأسرة السليمة، وتأثر الأسرة بهذه التقنيات الحديثة في عالم التكنولوجيا مما أدى إلى سوء استخدام التكنولوجيا الرقمية وما يترتب على ذلك من أثر بالغ وتقليل مساحة التفاهم بين الزوجين والأبناء وتفضي إلى الصمت الأسري، وزيادة الاضطرابات النفسية، وتؤدي إلى تفكك الأسرة في بعض الحالات (سالم، ٢٠١٩). وسبل معالجة هذه السلبيات تكمن في الالتزام بالتوجيهات الأسرية، والتعليمات العائلية، التي غرسها الإسلام والأديان في نفوس أفراد الأسرة وزيادة الرقابة الأسرية وأشارت إلى أهمية دور المدرسة في الرقابة وتدعيم البناء القيمي مع ضرورة استخدام التكنولوجيا الرقمية والاستفادة منها في الأمور النافعة يؤدي إلى تقليص آثار هذه التقنيات الحديثة على تأسيس الأسرة ومكوثها سليمة من كافة النواحي وخاصة ما يتعلق بناحية الصحة النفسية (الحيلة، ٢٠٢١).

مشكلة البحث:

تتمثل مشكلة هذا البحث في محدودية الدراسات السابقة الحديثة التي توضح العلاقة بين التكنولوجيا الرقمية وبين الصحة النفسية للأسرة، بجانبي هذه العلاقة السلبي والإيجابي، وكيفية ضمان التوازن في هذه العلاقة بما يكفل الاستفادة من النتائج الإيجابية الناتجة عن ارتباط التكنولوجيا الرقمية بالصحة النفسية للأسرة، والابتعاد عن النتائج السلبية الناتجة عن هذه العلاقة.

أسئلة البحث:

يمكن صياغة السؤال الرئيس لهذه الدراسة فيما يلي:

ما هي العلاقة بين التكنولوجيا الرقمية والصحة النفسية للأسرة؟

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

١. ما هي الآثار السلبية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة؟
٢. ما هي الآثار الإيجابية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة؟
٣. كيف يمكن موازنة إيجابيات وسلبيات التكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة؟
٤. ما هو دور التكنولوجيا الرقمية في تطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة؟

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى تحقيق مجموعة من الأهداف تتمثل في:

١. بيان تأثير التكنولوجيا الرقمية على التفاعل اليومي بين أفراد الأسرة.
٢. اكتشاف الفروق بين دور التكنولوجيا في التوافق الاجتماعي بين أفراد الأسرة وفق (العمر – النوع – عدد استخدام التكنولوجيا الرقمية).
٣. التعرف على دور التكنولوجيا الرقمية على تطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة.
٤. بيان إيجابيات وسلبيات التكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة وكيفية التوازن بينهما؟

أهمية البحث:

يكتسب هذا البحث أهميته من أهمية الاستفادة من التكنولوجيا الرقمية على مستوى الفرد والأسرة والمجتمع، وكذلك ضرورة تجنب الآثار السلبية للتكنولوجيا الرقمية خاصة فيما يتعلق بالصحة النفسية للأسرة. وبيان الطرق الصحيحة التي تكفل التوازن بين إيجابيات وسلبيات التكنولوجيا الرقمية فيما يتعلق بالصحة النفسية للأسرة، نظراً للدور الحيوي والهام الذي تؤديه الأسرة في بناء المجتمع، وكذلك نظراً لأهمية التوازن النفسي لأفراد الأسرة الذي يمثل التوازن النفسي للمجتمع ككل.

الإطار النظري:

مفهوم التكنولوجيا الرقمية:

كلمة تكنولوجيا رقمية من المصطلحات التي تواجه الكثير من الالتباس والتأويل فقد يستخدمها البعض كمرادف للتقنية الرقمية، وتعني أيضاً المعالجة النظامية للفن أو جميع الوسائل التي تستخدم لإنتاج الأشياء الضرورية لراحة الانسان واستمرارية وجوده وهي طريقة فنية لأداء أو أنجاز أغراض علمية أي انها وسيلة ضرورية تخدم الانسان. والمتغيرات التكنولوجية الرقمية الحديثة عبارة عن التطبيق المنظم للمعارف والحقائق والنظريات التي تعتمد على وسائل التواصل الاجتماعي والتي أدت إلى تغيير في عملية التنشئة الاجتماعية للأبناء في نمط حياتهم الاجتماعية والسلوكية والعلمية والتي تتطلب لإحداث التغيير المرغوب تعاون العديد من التخصصات مع الأفراد وأسرهم (الجندي، ٢٠٢٠).

التنشئة الأسرية في ظل التكنولوجيا الرقمية:

تعد الأسرة أكثر أنساق المجتمع الإنساني حساسية للتغيير تأثراً وتأثيراً فهي بؤرة تفاعل تنظيمات ومؤسسات كثيرة ذات صلة بالوفاء بالحاجات الأساسية لأعضاء المجتمع، وتقاطع علاقات وعمليات اجتماعية من أبرزها عملية التنشئة الاجتماعية. فالأسرة تؤدي دوراً هاماً وإيجابياً في صقل شخصية الفرد وتكوينها لبناء ذاتيته الداخلية. وهي تمثل المدرسة الأولى التي تقوم بعملية التنشئة والتطبيع الاجتماعي للفرد. إذ تزوده بالأسس التي تبنى علها شخصيته فيتعلم منها كيف ينظر إلى ذاته وكيف يتعامل مع المشكلات التي تواجهه وكيف يتعامل مع الناس المحيطين به كما يتعلم المسئولية وحرية الراي وديمقراطية القرار وما له من حقوق وما عليه من

واجبات ويتعرف على الأساليب السلوكية الت عليه ان يمثلها كأسلوب في حياته. والأسرة هي أول بيئة تتولى هذا الإعداد (الشربيني، ٢٠٢١).

ونتيجة التغيرات التي طرأت على الأسرة بظهور وسائل التكنولوجيا الرقمية أصبحت الأسرة تواجه العديد من التحديات والتي أدت إلى قصور دورها في تربية الأبناء الأمر الذي أدى إلى انحسار في كثير من الوظائف الملقاة على عاتقها، خاصة تلك التي تتعلق بالصحة النفسية فقد أصبحت الوسائل المعاصرة هي التي تشكل العقول وتصوغ المفاهيم التربوية والاجتماعية مما أحدث اضطرابات في شخصية الأبناء انعكس على سلوكياتهم وقيمهم وقلت قدرة الأسرة على التفاعل الكامل مع أفرادها لأنها فقدت الكثير من مقومات وآليات التعامل مع المستجدات في حياة أفرادها مما يتطلب دوراً للأسرة في التقليـــل مـــن المخاطر التي تنتج عنها تجاه الصحة النفسية لأفراد الأسرة (الربيعي، ٢٠١٩).

سلبيات استخدام التكنولوجيا الرقمية على الأسرة:

تتمثل أولى سلبيات استخدام التكنولوجيا الرقمية في الخلافات الزوجية وفتور العلاقات الزوجية والعاطفية بين الزوجين كمهدد للبناء الأسري، فمن الطبيعي أن تمر الأسرة بمشاكل متنوعة، وتتعرض لأزمات وخلافات، ونزاعات متنوعة وخاصة في بداية تكوينها. فطبيعة الحياة الزوجية واختلاف الأدوار فيها وتصارعها أحيانا وطبيعة التفاعل الاجتماعي بين الزوجيين من جهة، وبينهما وبين بقية أفراد الأسرة من جهة ثانية، وبين الأبناء أنفسهم من جهة ثالثة يجعل من الخلافات والنزاعات أمرا مألوفا ومتوقعا فيها وأنها حالة طبيعية تتواجد في جميع الأسر. إن الصراع الزوجي الذي يحدث بين الزوجين لا يرتبط بعوامل مرتبطة بالعلاقات الزواجية فقط، ولكن يتضمن عناصر خبرات الحياة لكل من الزوجين ومدى تأقلمهم وملاءمتهم بين الخبرات الماضية والمواقف الحالية. ومن أقوى الخلافات وأشدها بين أفراد الأسرة والتي تؤثر في النهاية بطرق سلبية شتى على الصحة النفسية للأسرة، تلك التي تتعرض لها الزوجين في الوقت الحاضر، بسبب كثرة المشاكل والضغوطات التي تتعرض لها سواء أكانت مشاكل بيتيه أو اجتماعية أو نفسية أو اقتصادية أو في مجال العمل. فهذه الضغوطات تجعل من دورها دوراً أكثر تعقيداً (السنبل، ٢٠٢٠).

فالخلاف الزوجي عبارة عن تركيبه معقدة من العوامل الداخلية والخارجية المختلفة والمؤثرة على الخلافات الزوجية بين الزوجين وان الخلافات الأسرية لا تظهر فجأة في الأسرة وانما تبرز كنتيجة لمشكلات سابقة ومتراكمة تعرضت لها الأسرة في السابق، ولا ننسى مساهمة الثورة التكنولوجية الرقمية والعلمية والمعلوماتية اجهزة التلفزيون، والاقمار الصناعية والهاتف النقال، والانترنيت، والحاسوب في ادخال مفاهيم جديدة إلى ثقافة الأسرة وشاركتها في عملية التنشئة الاجتماعية لأفرادها، فان الثورة التكنولوجية ساعدت على انحسار العلاقات الاجتماعية بين أفراد الأسرة الواحدة، حيث اصبح الفرد ينشئ علاقات حميمة مع الهاتف النقال أو الحاسوب بدلاً من علاقته مع الزوجة أو الزوج أو الابناء، ويمضي لساعات طويلة امام الشاشات التكنولوجية بعيداً عن جو اسرته، وبهذا يختلف من حيث التفكير والهوايات والطموح عن اهله ويحتفظ بها لنفسه دون طرحها على الأسرة نتيجة الانشقاقات الحادة في العلاقات الحميمة بين أفراد الأسرة

الواحدة، فان هذا الانغلاق على الذات وضعف دائرة العلاقات الاجتماعية بين الأسرة يؤدي إلى التأثير سلباً على الصحة النفسية (الدباسي، ٢٠٢٠).

وأيضاً من سلبيات التكنولوجيا الرقمية التفكك الأسري، حيث يعتبر التفكك الأسري هو انهيار الأسرة وانحلال بناء الادوار الاجتماعية كوحدة اجتماعية واقتصادية نتيجة لفشل أحد أفرادها أو أكثر مع وجود نزاعات وخلافات وعدم توافق الفرد مع الروابط العائلية والأسرية التي تشمل علاقات الاباء بأبنائهم والازواج بالزوجات وعائلاتهم المقربة. فمن أكثر الأسباب التي ساعدت على التفكك الأسري هي التقنيات الرقمية بصورة عامه ووسائل الاتصال الحديثة التي دخلت إلى الأسرة، على الرغم من ايجابياتها لكن لها سلبيات عديدة، حيث ظهر ما يسمى بالإدمان على الانترنيت، بسبب قضاء الوقت الطويل بعد العمل أو المدرسة امام الحاسوب أو الهاتف النقال مبحراً في عالم هذه الشبكة، وهي تكون سبب من اسباب عدم التواصل الاسري وتضاؤل شعور الفرد بالمساندة الاجتماعية من جانب المقربين له من الاشخاص، وتناقص المؤشرات الدالة على التوافق النفسي والصحة النفسية (الفلاحي، ٢٠٢٠).

فتجاهل الزوج لزوجته وانشغاله في هذه البرامج واهمال الوقت المخصص للأسرة عامل رئيسي في يؤدي إلى تفكك الزواج، ومؤشر خطير على تدهور العلاقات الاجتماعية بين أفراد الأسرة بحيث يصبح معظم وقت فراغ الزوجين مخصصاً إلى الدردشة في هذه البرامج، بدل أن يخصصا الوقت لتقضيه مع شريك حياته، فهذا يؤدي إلى نشوء الغيرة بينهم. فيعتبر هذا هو استخدام خاطئ والمتواصل لهذه البرامج ودون مراعاة لمشاعر الآخرين يسبب الكثير من المشاكل بين أفراد الأسرة الواحدة (أبو حمدان، ٢٠٢٠).

ومن أخطر سلبيات التكنولوجيا الرقمية أنها سهلت الطرق نحو الجريمة، فالجريمة لازمت المجتمعات البشرية منذ أقدم العصور وعانت منها الانسانية على مر الزمن، والجريمة قد تختلف من مجتمع لأخر تبعاً لاختلاف المجتمعات في عناصر ثقافتها وبيئاتها الاجتماعية الجريمة ظاهرة اجتماعية موجودة في كل المجتمعات سواء كانت بدائية أو متطورة أو قديمة أو حديثة متحضرة أو متخلفة فان كل ما تتناوله من أنشطة إجرامية ليست واحدة في الزمان والمكان مادام التجريم تابع لوجهة نظر المجتمع في زمان ومكان ما، فان ما يجعل الفعل جريمة ليس الفعل في ذاته ولذاته بل نظرة المجتمع بذاته اليها فالجريمة ترتبط بالمجتمع ارتباط طبيعي، بمعنى حيثما تكون هناك حياة ومجتمع تكون هناك جريمة حتى لو كانت في ابسط صوره. فالجريمة هي الفعل الذي يقه بالمخالفة للشعور الجماعي، فالجريمة ماهي الا تعبير عن انعدام شعور التضامن الاجتماعي لدى الفرد الذي يفسره بعدم تزويد الفرد بالقيم والمعايير والقواعد الاجتماعية الازمة لصيانة وحماية الجماعة والتي تتضمن عنها فكرة التضامن الاجتماعي، فالجريمة ماهي الا فعل يخالف الشعور العام لجماعة. ويرتبط انحراف الاحداث بسوء السلوك ولكن ليس معنى ذلك ان كل سوء للسلوك هو يعتبر انحراف حتى عندما نعتبره سلوكاً غير ملائم بالنسبة لسن معين، فأن نوعية السلوك ودرجة الانحراف الاجتماعي هما العاملان الاساسين في الحكم على الفعل المنحرف الذي يؤثر سلباً على الصحة النفسية للأسرة (بوزيان، ٢٠٢٠).

ولازالت وسائل التقنية بمختلف أنواعها المرئية أو المقروءة أو المسموعة تساهم بشكل كبير في تربية سليمة تتماشى مع عادات وتقاليد المجتمع فوسائل الترفيه والتسلية المتعلقة خاصة

بالأحداث بحكم طبيعتها ومادتها وطريقة عرضها تعتبر من المثيرات الحسية والعقلية والانفعالية العنيفة على نفسية الحدث وعلى سلوكه، وقد تنبه علماء النفس والاجتماع إلى مدى أهمية هذه الوسائل قانونيا وثقافيا الرقابة التامة حتى تستغل أحسن استغلال ممكن لفائدة الكبار والصغار معاً. غير أن الملاحظ غير ذلك فانعدام الرقابة للكثير من وسائل التقنية الرقمية قد أدى إلى ظهور العديد من المشاكل السلوكية لدى الأفراد كذلك نجد أن معظم إنتاج وسائل التقنية السمعية والبصرية تولى اهتماماً كبيراً ببرامج الكبار مهملة في ذلك نشاطات الصغار التربوية والعلمية والثقافية. والواقع حتى الآن ليس من السهل التعرف على حقيقة تأثير وسائل التقنية على انتشار العنف والجريمة الذي يأخذ الأسرة في نطاق بعيد عن مقومات الصحة النفسية (الجندي، ٢٠٢٠).

ومن النتائج السلبية للتكنولوجيا الرقمية، أنها تفتح الباب نحو الاكتئاب والقلق الرقمي، فتعد التقنيات الحديثة حالياً البرهان الحقيقي على التطور التكنولوجي ومن نتاج هذا التطور هو شبكة الإنترنت التي تمثل تقنية حديثة في الوقت الحاضر وهو من الشبكات التي تضم الماليين من النظم الإلكترونية والشبكات المنتشرة حول العالم، مما يسمح بتقديم خدمات متعددة في شتى مجالات الحياة الاجتماعية، وبقدر ما تقدم هذه الشبكة من معلومات وخدمات على المستوى الشخصي والمهني، بقدر ما يثير الفضول لماذا يظل البعض أمامها لساعات طويلة وبشكل مفرط غير عقلاني. وهذا ما قد يؤدي إلى ما يسمى بالإدمان على استخدام الإنترنت الذي يشبه الإدمان الحقيقي. وتشير بعض الدراسات إلى أن أكثر مستخدمي شبكة الإنترنت (٩٠%) من الشباب وما يقارب ٥٠ % يدمنون على الأنترنت ويعانون من الاضطرابات النفسية ويعد الاكتئاب من الاضطرابات الأكثر شيوعا وانتشارا في العصر الحالي بما له من آثار سلبية كبيرة على مستوى الصحة النفسية لأفراد الأسرة (الربيعي، ٢٠١٩).

فتعرض أفراد الأسرة للشبكات الاجتماعية يعزز من حالة الاكتئاب لديهم، والتي تزيد بدورها من استخدامهم لتلك الشبكات، وتأثير رؤية حالة الآخرين ومشاعرهم المختلفة، والتي تؤجج حالة الحسد وتزيد من الاعتقاد بأن الآخرين يعيشون حياة أكثر سعادة ونجاحاً. كما ان الانخراط في بعض الأنشطة عديمة المعنى على الشبكات الاجتماعية يؤدي إلى شعور الشخص بأنه يضيع الوقت، وهو ما يؤثر على حالته النفسية بشكل سلبي، كما أن قضاء الكثير من الوقت على شبكات التواصل يزيد من خطر التعرض للتسلط الإلكتروني وغيرها من التفاعلات السلبية التي تقود في النهاية إلى الاكتئاب الذي يلعب دور رئيسي في تدهور الصحة النفسية لأفراد الأسرة (الفلاحي، ٢٠٢٠).

والقلق الرقمي أيضاً من سلبيات التكنولوجيا الرقمية، فهو حالة نفسية وفسيولوجية تحدث نتيجة تضافر عناصر إدراكية وجسدية وسلوكية تجاه شعور غير سار، يرتبط عادة بعدم الارتياح والخوف والتوتر من الابتعاد أو الانقطاع عن التقنيات الرقمية الحديثة أو وسائل الاتصال الحديثة الرقمية عموما، سواء أكانت شبكة الإنترنت أو الهواتف المحمولة أو مواقع التواصل الاجتماعي أو الالعاب الالكترونية. ويقول ستيفان هوفمان، أستاذ علم النفس بجامعة بوسطن، والخبير في دراسة المشاعر الإنسانية إن البعض قد تنتابهم حالة من القلق عند الابتعاد عن مواقع التواصل الاجتماعي، ويشعرون برغبة ملحة في العودة إليها، ويضيف هوفمان أن وجود مشاعر سلبية على المدى البعيد تجاه الاستخدام الشخصي لوسائل التواصل الاجتماعي، والفشل في التوقف

عن التعلق بها قد يعززان مشاعر الاكتئاب، كما أن الأشخاص الذين يشعرون بخيبة أمل بسبب عدم قدرتهم على الاستغناء عن تلك الوسائل يمكن أن تنتابهم مشاعر القلق والحزن والأسى (الربيعي، ٢٠١٩).

فالقلق الإلكتروني هو مرض العصر يمس كافة شرائح المجتمع وبالأخص أفراد الأسرة، وتتفاوت درجاته أكيد فهناك قلقاً إلكترونياً مؤقتاً سرعان ما يزول فالتفاعل مع منشور جديد لنا ينسينا تجاهل منشورنا القديم، وهناك الذي يتعزز ويتطور فيؤثر على السلامة النفسية للمستخدم ناهيك عن السلامة البدنية. حيث أصبحنا عند إرسال رسالة نحسب الوقت المستغرق لتلقينا الإجابة كما نعد الثواني اللازمة لرؤية المستقبل لهذه الرسالة فإن طال الزمن نقلق ونقوم بتأليف سيناريوهات لا نهاية لها فكل دقيقة تمضي تعادلها قصة، قد تنتهي ببلوك أو حذف أو حتى رسالة عتاب وتوبيخ نستحضر فيها الماضي والحاضر ونتنبأ بالمستقبل، قد يكون تفكيرنا السلبي هذا هو الصواب وقد يكون خطأ فتنتهي العلاقة بين الأفراد لأتفه الأسباب، ويبقى حصاد نتائج ذلك المتمثل في ضعف الصحة النفسية للأسرة (الربيعي، ٢٠١٩).

ويعد التوحد أيضاً من الآثار السلبية التي قد تنشأ نتيجة استخدام التكنولوجيا الرقمية، حيث شهدت البشرية توسعا هائلا في العولمة الافتراضية، بدءاً بمجالات التدريب في التخصصات المختلفة ووصولاً إلى ممارسة هذه التخصصات بل وما يلاحظ أيضاً من غزو عالم الترفيه مجتمعاتنا عبر الوسائل المرئية الرقمية كالتلفزيونات والشاشات الضخمة وغزو خصوصيات الأفراد عبر شاشات الأجهزة المحمولة الذكية متمثلاً في عدد كبير من الألعاب التي يتقمص فيها اللاعبون أدوارا بعينها أثناء اللعب. ان زيادة التطورات الإلكترونية ونشر المعلومات التي من شأنها زيادة وعي المجتمع وفي الوقت ذاته تزيد من حالات اضطراب طيف التوحد عند كل الفئات العمرية وبالأخص الاطفال في بداية عمرهم، فان التوحد هو اضطراب يتضمن قصوراً في التواصل الانفعالي وتأخر في النمو اللفظي المصاحب بشذوذ في الشكل ومضمون الكلام والترديد الآلي وعدم القدرة على استخدام الضمائر بالإضافة إلى النمطية والاصرار على الطقوس دون توقف مع وجود استجابات تتسم بالعنف إزاء أي تغير. فتعتبر التقنيات الرقمية وشبكات الاتصالات العالمية، وهي قرية صغيرة تجمع سكان العالم، وهي من اخطر التقنيات على المجتمعات، وضعت بين ايدينا تخضع لإرادتنا، فهناك من يحاول ان يبث الافكار المتطرفة في مجتمعنا بصورة عامة وبالأخص داخل الأسرة، ويدعو إلى سلوكيات غير اخلاقية، وان الادمان على هذه المواقع وتعويد الأطفال على متابعتها، أدى إلى قتل الروح الابداعية لديهم، واهمال الواجبات والضعف في المستوى العلمي اضافة إلى الكسل والخمول نتيجة الجلوس لفترات طويلة امام هذه الاجهزة الالكترونية، وان اغلب الاهالي وبالتحديد الأمهات يلجؤون اليوم إلى التخلص من شغب الاطفال في تركهم خلف شاشات جهاز الأيباد لساعات طويلة (أبو حمدان، ٢٠٢٠).

ومن الآثار السلبية كذلك المترتبة على استخدام التكنولوجيا الرقمية الاغتراب الرقمي، فيعد الاغتراب ظاهرة قديمة شديدة العمق عريقة الأصل تعود جذورها الأولى إلى تلك مشاعر الاغتراب التي عاشها سيدنا آدم عليه السلام حين نزل إلى الارض مغترباً عن الجنة وعن المعية الالهية، فالاغتراب حسب وولمان يشير إلى الابتعاد وقطع العلاقات أو الصلات القريبة وتمزيق الاحساس بالانتماء إلى الجماعة الكبيرة وزيادة الفجوة بين فئات الجماعة الواحدة. فالاغتراب

ظاهرة نفسية اجتماعية عامة، تزايد الاهتمام بها في السنوات الاخيرة نظرا لأعراضها التي باتت تهدد الأفراد في مختلف مجالات حياتهم، خاصة وإنها مرتبطة بالتطورات السريعة والعصر الرقمي التي نعيشها في المجتمع الانساني وهو ظاهرة متعددة الأبعاد اذ تتكون من العجز اللا معنى، اللا هدف، اللا معيارية، ويحدث الاغتراب في مجالات تواجد الأفراد وفي كل مجال يشكل نوعا مختلفا، فهناك، الاغتراب الاقتصادي والسياسي، والديني، والنفسي، والاجتماعي واغتراب تكنولوجي (رقمي). فان ثورة التقنيات الرقمية قد أدت إلى انتشار ظاهرة الاغتراب الرقمي نتيجة لكثرة الاجهزة الرقمية والتطورات الحديثة، حيث أصبحت خطر يهدد العلاقات الإنسانية ويثير كافة الأمراض والمشكلات النفسية (ناصر والعمري، ٢٠١٩).

فتعكس التقنية الرقمية ووسائلها الرقمية وخاصة الإفراط في استخدامها صورة سلبية في ظهور جوانب سلوكية واجتماعية تجعل مستخدميها في عزلة اجتماعية تحول دون مشاركتهم في تبادل الآراء وحل المشكلات فيصبح المستخدم مغترباً اجتماعياً، فإن عدد كبير من مستخدمي الانترنت يسرفون في استخدمها مما يؤثر ذلك على حياتهم الشخصية بمختلف جوانبها. فاستخدام منتديات غرف الدردشة الالكترونية، والمجاميع الافتراضية ومدى شعور الأفراد بالوحدة والعزلة عن المحيط الاسري والاجتماعي، حيث نلاحظ أن غالبية الأفراد الذين يشعرون بالوحدة، كان استعمالهم للمنتديات والمحادثات الالكترونية، يفوق مدة طويلة من الاستخدام، ولهذا نتج عن الشعور بالوحدة والانعزال عن الأسرة، وهذا الشعور بالانعزال يزيد كلما زادت مدة استخدام هذه المواقع الالكترونية والعكس صحيح، وهذا راجع إلى أن المستخدمين لهذه المواقع يندمجون بصفة شبه كلية في الجماعات الافتراضية ويرتبطون بشدة بأفرادها، لدرجة تجعلهم يستغنون عن الكثير من الأنشطة والأعمال التي كانوا يقومون بها في حياتهم اليومية، وأن الإدمان على الدردشة سيقود إلى تراجع مدة الجلوس مع الأهل والأصدقاء المحيطين بالفرد، ومع مرور الوقت يتمالك المستخدم شعور بالاغتراب الرقمي عن اسرته ومجتمعه المحيط به، وبمرور الوقت يعد بانه لا ينتمي إلى اسرته ومجتمعه وبأنه منعزل عن أفراد اسرته (أبو حمدان، ٢٠٢٠).

الدراسات السابقة:

دراسة العامودي (٢٠١٥م): بعنوان (الحاسوب كوسيلة اتصال: استخداماته ودوره في المجتمع السعودي) وهدفت الدراسة إلى التعرف على أنماط استخدام الحاسوب في المجتمع السعودي، وأثره على وسائل الاتصال الأخرى بالمجتمع، كما حاولت الدراسة التعرف على أهم آثار استخدام الحاسوب في المجتمع السعودي من وجهة نظر المستخدمين، وقد تم التحليل الإحصائي على أساس ٣٦٦ استبانة منهم ٥٣% ذكور، ٤٧% إناث تتراوح أعمارهم بين أقل من ٢٠ عاماً إلى أكثر من ٥٠ عاماً، وتمثل نسبة المتزوجون منهم ٣٥%، ومستواهم التعليمي يتراوح بين أقل من الثانوية إلى حاصلين على درجة الماجستير. ومن النتائج التي توصل إليها البحث عن دور الحاسوب في إضعاف العلاقات الاجتماعية في المجتمع السعودي، فقد وافق ٣٥,٢ % من المبحوثين فقط على أن استخدام الحاسوب وما يحتاجه من وقت يؤدي إلى إضعاف الاتصالات والعلاقات الاجتماعية وهذا يمكن أن يكون مؤشراً إلى أن العلاقات الاجتماعية لا زالت تحظى بأهمية لدى فئات مختلفة في المجتمع السعودي. ويرى نصف المبحوثين تقريب (٤٨,٤%) أن استخدام الحاسوب يقلل من ساعات النوم، كما يرى ٥٢,٧% منهم أن استخدام الحاسوب يخلق

نوعاً من الإدمان. ويرى ٦,٩ % من المبحوثين أن استخدام الحاسوب قد أسهم في تأخرهم عن أداء الواجبات الدينية كالصلاة مثلاً وهذه تعتبر نسبة كبيرة إذا أخذ في الاعتبار دور الدين وأهمية الصلاة في حياة المجتمع الإسلامي.

دراسة هندي (٢٠١٥م): بعنوان (أثر وسائل الإعلام على الطفل) وهدفت هذه الدراسة إلى استكشاف الأثر المترتب على استخدام وسائل الإعلام على الأطفال في الأسرة، وانتهج الباحث في هذه الدراسة التي أجريت في الأردن المنهج الوصفي الذي يتيح وصف ما هو كائن وتفسيره مع الاهتمام بتحديد العلاقات التي يكشف عنها البحث، وكانت أهم النتائج أن لوسائل الإعلام آثاراً إيجابية وأخرى سلبية على نمو الطفل المتكامل. وأن الآثار السلبية لهذه الوسائل أكثر خطورة على الطفل العربي في ظل غياب أسس اختيار موادها الإعلامية، الأمر الذي يبرز أهمية دور وسائل الإعلام التي أكدها التربويون والمفكرون. وأن الأسرة والمدرسة تتحمل مسئولية كبيرة في الاستخدام السليم لوسائل الإعلام التي يتعرض لها الطفل. وأن مسئوليتها تنحصر في توجيه الأطفال ومراقبتهم ومتابعتهم للكيفية الأفضل في التعامل مع هذه الوسائل، إضافة إلى المطالبة الحثيثة للسلطات التربوية الإعلامية في إعادة النظر في المواد الإعلامية وتطويرها باستمرار. ويمكن القول إن الحاسب الآلي والإنترنت وسيط تقني يمتلك خصائص الوسيلة الاتصالية والتي تعد أحد العناصر الأساسية للعملية الاتصالية باعتبارها حامل أو ناقل الرسالة من المرسل إلى المستقبل، فبإمكان مستخدمي الحاسبات تبادل الرسائل فيما بينهم من خلال شبكات اتصالية معينة مثل الإنترنت، كما أن الحاسوب يتيح للأفراد فرصة الاتصال بمراكز المعلومات في جميع أنحاء العالم لتبادل الآراء والحصول على بغيتهم من المعلومات.

دراسة الحربي (٢٠١٥م): بعنوان (دراسة حول مستقبل الإنترنت في مجتمع الكويت) وهدفت هذه الدراسة إلى بيان مستقبل الإنترنت في المجتمع الكويتي، وأجريت هذه الدراسة على عينة بلغ عددها ٥٠٠ فرد. منهم ٦٧,٨ % ذكور و٣٢,٢ % إناث، واشتملت على فئات عمرية مختلفة حيث تراوحت الأعمار من ١٣ إلى ٥٥ سنة، وقد بلغ متوسط عمر الذكور ٢٦ سنة في حين بلغ متوسط عمر الإناث ٢٣ سنة. وكان من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن المنزل يعتبر أفضل بيئة لاستخدام الإنترنت حيث أشار إلى ذلك نصف أفراد عينة الدراسة، وهذا أمر متوقع على اعتبار أن المنزل يوفر بيئة مريحة للمستخدم تتمثل في الراحة النفسية وحرية الحركة والتصرف دون قيود .. إلخ. وأن متوسط فترة الاستخدام اليومي للإنترنت عند أفراد العينة من ٣ إلى ٧ ساعات، كما تبين أن ٣٩% من المستخدمين يقضون أقل من ثلاث ساعات يومياً في استخدام الإنترنت، و٣٧% منهم يقضون من ٣ ساعات إلى أقل من ٥ ساعات في اليوم الواحد، في حين أن ٢٤% منهم يقضون ٥ ساعات فأكثر وهي نسبة مرتفعة، وبصفة عامة يمكن القول إن ربع إجمالي العينة تقضي فترة طويلة في اليوم الواحد أمام الإنترنت الأمر الذي يؤدي إلى الإدمان على الإنترنت. وأن ٤٤,٢% من أفراد العينة ترى أن للإنترنت أهمية كبيرة في كونه وسيلة ترفيهية بالدرجة الأولى، وهذا واضح من النتائج التي تشير إلى أن المستخدمين يرون أن التصفح والمحادثة من أهم الخدمات التي تقدم من خلال الإنترنت د - إن ما يقارب من ثلثي العينة تؤيد فرض رقابة على الإنترنت، كما أن نصف أفراد العينة تقريباً يؤيدون فكرة استخدام جميع أفراد الأسرة للإنترنت حيث بلغت النسبة عند الذكور والإناث ٤٨% و٥٣% على التوالي. هـ - إن ٣١% من

أفراد العينة يرون أن استخدام الإنترنت يؤثر سلباً في علاقة المستخدم بأسرته وقد يعزى ذلك إلى أن المستخدم قد يهمل واجباته العائلية والتزاماته الأسرية بسبب انشغاله بالإنترنت.

دراسة عزب (٢٠١٦م): بعنوان (إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية) وهدفت هذه الدراسة التي أجريت في المجتمع المصري إلى الكشف عن إدمان الإنترنت لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية والتحقق من وجود فروق بين الجنسين من المدمنين على الإنترنت ومن غير المدمنين فيما يتعلق ببعض أبعاد الصحة النفسية. وقد تم اختيار ٢٠٠ طالب وطالبة في الشريحة العمرية التي تتراوح بين ١٦ – ١٨ سنة وذلك بعد تطبيق مقياس إدمان الإنترنت على ١٠٠٠ طالب ممن يمتلكون أجهزة حاسب آلي ولديهم اتصال بشبكة الإنترنت، وكان من النتائج التي تم التوصل أن هناك علاقة ارتباطية عكسية بين إدمان الإنترنت وأبعاد الصحة النفسية كالتحرر من العصابية والقدرة على التفاعل الاجتماعي والالتزام بالقيم الأخلاقية وغير ذلك، حيث ينخفض ما يتمتع به المرء من مظاهر الصحة النفسية بظهور أعراض الإدمان. وأن الإدمان على الإنترنت ناتج من رغبة المراهق في تعويض نواحي القصور والإحباط في حياته مثل التعثر في الدراسة أو التفكك الأسري وعدم الرعاية الوالدية، أو القصور العضوي مثل الاصابات البدنية أو عدم تقبل صورة الجسم. وأن العلاقة بين التواجد على الإنترنت من حيث المدى الزمني تتناسب عكسياً مع التواجد ضمن نطاق الأسرة في المناسبات والاحتفالات أو الالتفاف حول مائدة الطعام أو النزهات الخارجية. ومن الأعراض الواضحة للإدمان على الإنترنت هو التقلب المزاجي الناتج عن التعرض الخبرة التعامل مع الإنترنت والتي تتطلب قمة الانشغال والتركيز، أو تزج بالمستخدم في مشاعر متناقضة يزيد منها ما يتعلمونه من الخبرات المعرفية وما يرونه من صور قد تسبق نضجهم الوجداني والعقلي. كل ذلك يؤدي إلى ظهور سلوكيات حادة ومتطرفة مما يتنافى مع أبعاد الصحة النفسية.

دراسة خالد (٢٠١٦ م): بعنوان (نمو واستخدامات الإنترنت في المملكة العربية السعودية) وهدفت هذه الدراسة إلى تحديد مستوى نمو واستخدام الإنترنت في المملكة العربية السعودية، وقد طبقت الدراسة على ١٠٥٦ فرد بلغ متوسط أعمارهم ٣٠ سنة، منهم ٦٨% ذكور و٣٠ % إناث. ومن النتائج التي تم التوصل إليها من خلال هذه الدراسة أن ٥٤% من المنازل يوجد بها حاسب آلي واتصال بالإنترنت، وأن ٣٦,٥% من أفراد العينة يستخدمون الإنترنت في المنزل. ١٥,٢% من أفراد العينة يستخدمون الإنترنت بشكل يومي، في حين ٢١,٣% منهم يستخدمونها بشكل غير منتظم. ١٦,٢% من أفراد العينة يستخدمون الإنترنت في فترة غير محددة من اليوم. ٣٠,٣% من أفراد العينة يعتقدون أن مشاكل الاتصال بشبكة الإنترنت مصدرها شركة الاتصالات، بينما ٢٢,٥% منهم يرون أن السبب هو مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية، في حين ٢٥,٦% منهم يرون أن السبب هو مقدم الخدمة.

دراسة دوتون وآخرون (٢٠١٧م): بعنوان (انتشار الحاسوب وتأثيره على المجتمع الأمريكي) وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الأسر والأفراد الذين تبنوا تقنية الحاسوب وصفات المالكين وغير المالكين للحاسوب ودواعي استخدام الحاسوب في المنزل، ومدى تغير أنماط الاستخدام بمرور الوقت، والتأثيرات الاجتماعية لاستخدام الحاسوب في المنزل. وتأثيره على طريقة استخدام الأفراد للوقت والتعليم وتنظيم أوقات الفراغ والعمل، ومدى تأثر خصوصيات

وحقوق الأفراد الخاصة نتيجة امتلاك الحاسوب. وقد وظف الباحثون منهج التحليل البعدي وهو المنهج الذي يعتمد على التحليل الإحصائي المنظم لنتائج أبحاث سابقة. وعن التأثير الاجتماعي لاستخدام الحاسوب في المنازل أكد المبحوثين أن لاستخدام الحاسوب دوراً في التعلم والتعليم. والروتين المنزلي، ويقصد به استخدام الحاسوب لتنفيذ وظائف داخل المنزل مثل التحكم في الأجهزة المنزلية. والعمل من المنزل، استخدام الحاسوب لممارسة الأعمال الوظيفية من المنزل. والمساهمة في حفظ أسرار وخصوصيات الأفراد.

دراسة ألين (٢٠١٨م): بعنوان (أثر المشاركة من المنزل في شبكة إلكترونية على مهارات حل المسائل الرياضية) وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير المشاركة في شبكة الكترونية على مهارة حل المسائل الرياضية.. وقد أجريت هذه الدراسة على ٣٢ طالب قبل سبعة أشهر من اختبار قبول تقدير تكساس للمهارات الأكاديمية في اكتوبر عام ١٩٩١ م، حيث تم تزويدهم بأجهزة كمبيوتر منزلية واتصالات الشبكة. وقد كان متوسط نسبة اجتياز الاختبار لأفراد العينة ٧٤%، أما نظرائهم في مدارس مشابهة وفي نفس الحي فقد كانت نسبة اجتيازهم ٣٤%. كما أظهرت الدراسة أن معدل استخدام الطلاب للشبكة كان ساعتين في الأسبوع يختارون بأنفسهم البرامج التعليمية من الشبكة مع العلم أن الاشتراك كان محصوراً في البرامج والخدمات التعليمية الأمر الذي ساهم في رفع اداء المستخدمين. ونشأ من خلال استخدام الشبكة مجتمع إلكتروني مما ساهم في التعاون في التعليم وتعزيز تقدير الشخص لذاته ورفع ثقته بنفسه، بالإضافة إلى وجود جو من التنافس ساهم في تحقيق أفضل النتائج.

دراسة باير (٢٠١٩م): بعنوان (تقدير تأثير الإنترنت غير المقنن على المجتمع الفقير – دراسة حالة على أربعة أسر من الوسط الشرقي فلوريدا) وقد تساءل الباحث كيف تستخدم أسرة ذات دخل محدود الإنترنت غير المقنن؟ وكم من الوقت يقضيه الشخص في استخدام الإنترنت؟ وما هي النشاطات التي يقوم بها أثناء استخدامه للإنترنت؟ وما هي العوامل التي تؤثر على استخدام الإنترنت في المنزل؟ وما هي المشاكل التي تواجه الأسر عند استخدامهم للإنترنت؟ وبدأت الدراسة باختيار ٦ أسر كعينات، ٤ منها مثلوا المجموعة التجريبية وظلوا على اتصال بالمشروع لأكثر من سنة ابتداء من نوفمبر ١٩٩٤م. وفي الأربع أشهر الأولى من الدراسة تم تدريب الأهل على أساسيات التشغيل التنقل عبر شبكة الإنترنت، وتضمنت مقابلات أسبوعية وشهرية مع الأفراد المشاركين في الدراسة تدور حول المعلومات التي حصل عليها الشخص من الشبكة.

دراسة اسماعيل (٢٠٢٠): بعنوان (الأثر التعليمي والاجتماعي للإنترنت على طلاب جامعة الكويت) وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الآثار الإيجابية والسلبية للإنترنت من الناحيتين التعليمية والاجتماعية وقد بنيت هذه الدراسة على إجراء مسح على ٢٢٤ طالب وطالبة من كليات مختلفة في جامعة الكويت، وقد كان ٦٣,٨ % من العينة ذكور تتراوح أعمارهم بين ٢٠ و٢٣، وجاءت أهم النتائج أنه يرى ٦١% من أفراد العينة أن استخدام الإنترنت يسبب عزلة اجتماعية وعائلية. وأن معظم المنازل غير مشتركة بشبكة الإنترنت، ومعظم الأهالي لا يعرفون الدور الرائع الذي يمكن أن تلعبه الأنترنت ولا يبالون به. كما أن الأسر المشتركة بالإنترنت لا تنظم استخدامه حيث أظهرت النتائج أن ٦٠% من الطلبة يعتقدون أن أهلهم لا يبالون ولا يقومون بالرقابة المطلوبة ولا التوجيه ولا التشجيع. كما يرى ٦١,١% من الطلبة أن للإنترنت تأثير سلبي

على الأخلاقيات وتصرفات المستخدمين. وفي مجتمع محافظ مثل المجتمع الكويتي وجد أنه بالرغم من أن نصف الطلبة يفضلون المحادثة الجماعية إلا أن الثلث منهم يتحادث مع الجنس الآخر، وهذه تعد نسبة عالية بالمقارنة مع مجتمعات مشابهة. كما أن ثلث الطلبة يعطون بيانات خاطئة عن هوياتهم وهذه تعد مشكلة أخلاقية أخرى.

دراسة خان (٢٠٢١م): بعنوان (ردة فعل الأطفال وفهمهم لقوانين وأنظمة كل من الإنترنت والتلفزيون) وهدفت الرسالة إلى دراسة استخدام الأطفال للتلفزيون والإنترنت في المجتمع الأمريكي. وتحتوي على مشروعين أولهما اعتمد على تفتيش الباحث داخل صفحات الإنترنت باحثاً عن مواضيع الجنس والعنف وكل ما هو غير لائق أخلاقياً وصحياً ليرصد وجود أو عدم وجود تحذيرات وموانع دخول.. وبعد زيارة مائة صفحة وجد أن الغالبية منها بدون تحذيرات بل وسهلة الدخول، ووجد أن صفحات الصور الجنسية والعنف تشكل ٨٥% من الصفحات وكلها سهلة الزيارة. أما المشروع الثاني فقد شمل إحصائية حول ٣٠٠ طفل في السنة الدراسية الثامنة وكانت النتائج أن اهتمام الأهالي وقلقهم كان حول امتناع أبنائهم عن الأكل أثناء اتصالهم بوسائل الإعلام، وبصفة عامة كان الأبناء يتبعون قوانين الكمبيوتر أكثر من اتباعهم أوامر الأهل. و٦٠% من الأطفال يشاهدون برامج محظورة وعادة تكون مواضيع جنسية بدون م أو وجود الأهل، و٥٨% منهم يشاهدون برامج محصورة على فئة عمرية محددة بدون علم الأهل. كما أن ٦٠% من الأطفال يرون أن الوصول إلى صفحات الكبار في الإنترنت أمر سهل جداً، و١٢% قد رأوا صفحات عن المخدرات والأسلحة والمتفجرات والعنف والموت والجنس والألفاظ البذيئة. وعند الأطفال الذين شاهدوا صفحات للكبار أكثر بثلاث مرات من عدد الأطفال الذين شاهدوا برامج تلفزيونية للكبار وبصفة عامة يستخدم الأولاد وسائل إعلامية للكبار أكثر من البنات. وأقل من نصف الأطفال ناقش الأهل معهم مضمون ما تعرضوا له على الإنترنت. و١٥% من الأطفال يقولون إن أهاليهم لا يشاهدون معهم التلفزيون ولا يشرفون على استخدامهم للإنترنت.

منهجية البحث وإجراءاته:

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي، لأنه من خلاله يتم وصف العلاقة بين التكنولوجيا الرقمية والصحة النفسية للأسرة، وجمع المعلومات بواسطة استجواب جميع أفراد مجتمع البحث أو عينة كبيرة منهم، وذلك بهدف تجميع المعلومات اللازمة لتحقيق أهداف البحث الحالي والإجابة على تساؤلاته. كما يساعد الباحث على جمع البيانات من مجتمع الدراسة باستخدام الاستبيان كأداة للدراسة، والقيام بتحليل البيانات احصائياً باستخدام برنامج التحليل الإحصائي SPSS من أجل الحصول على مخرجات التحليل التي تساعد في معرفة العلاقة بين التكنولوجيا الرقمية والصحة النفسية للأسرة، من أجل الإجابة على أسئلة الدراسة وإثبات صحة فرضياتها واستخلاص النتائج وصياغة التوصيات وتحقيق أهداف الدراسة.

مصادر جمع البيانات:

المصادر الأولية: اعتمدت هذه الدراسة على جمع المعلومات والبينات من عينة الدراسة التي شملت عينة عمدية قصدية من أفراد الأسر المتواجدة في مدينة أبها، وتم اختيار عينة عمدية قصدية

وقدرها (١٢٠) فرد، وتم توزيع الاستبيان على أفراد العينة جميعاً وتم استرداد عدد (١٢٠) استمارة استبيان، والمستوفاة للبيانات التي يمكن تحليلها كانت بعدد (١٢٠) استمارة استبيان.
المصادر الثانوية: شملت المصادر الثانوية التي اعتمدت عليها هذه الدراسة كافة الكتب والمراجع والأدبيات التي تمت الإشارة إليها في الدراسات السابقة وفي قسم المراجع في هذا البحث.

أساليب جمع البيانات:

هذه الدراسة اعتمدت على الاستبيان كأداة لها، حيث تم تصميم استبانة خصيصاً لجمع البيانات الأولية من أجل تحقيق أغراض البحث، والتي تقوم على أساس إعداد الأسئلة المرتبطة والمكلمة لبعضها البعض حول مشكلة البحث وفروضها الخاصة بموضوع (العلاقة بين التكنولوجيا الرقمية والصحة النفسية للأسرة).

مجتمع البحث:

الدراسة التي تعتمد على الاستبيان كأداة لها، تعتمد أيضاً على مجتمع الدراسة، والذي يعرف بأنه الجماعة التي يهتم بها الباحث والتي يريد أن يخلص بها إلى نتائج قابلة للتعميم عليها، وهو المجتمع الذي له خاصية واحدة على الأقل تميزه عن غيره من المجتمعات أو الجماعات، ويتكون مجتمع هذه الدراسة من عينة عمدية قصدية من أفراد الأسر المتواجدة في مدينة أبها بعدد (١٢٠) فرد.

عينة البحث:

اعتمدت الدراسة على العينة العمدية القصدية، وذلك لاتفاقها مع الهدف العام للدراسة حيث تم اختيار عينة عمدية قصدية مقدراها (١٢٠) فرد، تم توزيع الاستبيان على أفراد العينة جميعاً وتم استرداد عدد (١٢٠) استمارة استبيان، والمستوفاة للبيانات التي يمكن تحليلها كانت بعدد (١٢٠) استمارة استبيان.

أداة جمع بيانات البحث الميدانية:

- بهدف الإجابة عن أسئلة الدراسة المختلفة تم تصميم استمارة الاستبيان (استبانة) كأداة سيكومترية رئيسة لجمع البيانات مقسمة إلى جزئين:
- الجزء الأول: عبارة عن معلومات عامة حول البيانات الديموغرافية والتي تضمنت الفئة العمرية والمؤهل العلمي ونوع المشاركين والحالة الاجتماعية.
- الجزء الثاني: تم إعداد (٢٠) فقرة مكونة من أربعة محاور كل محور يتناول مجال خاص به وهي كما يلي:

- المحور الأول (٥ عبارات): الآثار السلبية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة.
- المحور الثاني: (٥ عبارات): الآثار الإيجابية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة.
- المحور الثالث: (٥ عبارات): موازنة إيجابيات وسلبيات التكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة.

- المحور الرابع: (٥ عبارات): تطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة نتيجة لاستخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية.

وتم إعطاء الوزن المناسب لأهمية كل عبارة من عبارات الاستبيان ذات الإجابات المغلقة باستخدام مقياس ليكرت المكون من خمس عبارات والتي تعادل خمس أوزان طبقاً لما يلي:

جدول رقم (١): أوزان العبارات حسب مقياس ليكرت الخماسي

درجة الموافقة	موافق بشدة	موافق	لا أعلم	غير موافق	غير موافق بشدة
الدرجة	٥	٤	٣	٢	١

وتم تحديد المدى لبداية ونهاية كل عبارة حسب مقياس ليكرت والتي قسمت إلى خمس درجات كما في الجدول التالي:

جدول رقم (٢): تحديد الاتجاه لمقياس ليكرت الخماسي

المتوسط المرجح	من ١ إلى ١,٧٩	من ١,٨٠ إلى ٢,٥٩	من ٢,٦٠ إلى ٣,٣٩	من ٣,٤٠ إلى ٤,١٩	من ٤,٢٠ إلى ٥
درجة الموافقة	غير موافق بشدة	غير موافق	لا أعلم	أوافق	أوافق بشدة

صدق أداة البحث:

من أجل قياس مدى صدق أداة البحث تم حساب صدق الاتساق الداخلي للاستبيان، عن طريق حساب معاملات الارتباط لبيرسون على محاور الدراسة الخاصة بالمقياس، وقد كانت معاملات الارتباط كما هو موضح في الجدول التالي، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) وذلك يدل على أن محاور البحث مرتبطة فيما بينها ويعتبر المقياس صادقاً لما وضع لقياسه.

جدول رقم (٣): معاملات الارتباط بين كل محور والمعدل الكلي

المحاور	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الأول	٠.٨٣٠	٠.٠٠١
المحور الثاني	٠.٨٤٢	٠.٠٠١
المحور الثالث	٠.٧٨٩	٠.٠٠١
المحور الرابع	٠.٨١٨	٠.٠٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه داله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، وأن قيم معامل الارتباط لجميع العبارات بالدرجة

الكلية للمحاور تتراوح ما بين موجب (٠.٧٨٩ و٠.٨٤٢) أي أن علاقة الارتباط عالية جداً، وبما أن جميع قيم الارتباط موجبه فإن العبارات تسهم إيجابياً في الدرجة الكلية للاستبيان، وإجمالاً نجد أن الفقرات تتمتع بقدر عال من صدق الاتساق الداخلي بما يمكنه من قياس الظاهرة محل البحث بقدر عال من الاستقرار.

ثبات أداة البحث:

تم التحقق من ثبات الأداة باستخدام معادلة معامل ألفا كرونباخ والتي تعتمد على تباينات أسئلة الاختبار الخاصة بموضوع العلاقة بين التكنولوجيا الرقمية والصحة النفسية للأسرة، وتشترط أن تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط والهدف من هذه الخطوة التحقق بثبات النتائج إذا ما أعيد البحث على عينة أخرى تحت نفس الظروف، ويعتمد هذا المعامل على قياس مدى الثبات الداخلي لأسئلة الاستبانة والتي تتراوح قيمتها بين (صفر، ١)، ولذلك يتم حساب معامل ألفا كرونباخ من خلال حساب معامل الثبات لكل فقرة من فقرات الاستبيان على انفراد، ثم حساب معامل ثبات المقياس الكلي كما هو مبين في الجدول الآتي:

الجدول رقم (٤): معاملات الثبات لإجابات المبحوثين لكل محور من أداة الدراسة

المحاور	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
المحور الأول	٥	٠.٨٩٧
المحور الثاني	٥	٠.٨٨٢
المحور الثالث	٥	٠.٨٧٩
المحور الرابع	٥	٠.٨٩٣
المتوسط العام للمقياس	٢٠	٠.٨٨٩

يتضح من خلال الجدول السابق أن معاملات ألفا كرونباخ تتراوح ما بين (٠.٨٧٩ - ٠.٨٩٧) بمعدل كلي (٠.٨٨٩) فنستنتج أن أداة البحث أوفت بالشروط السيكومترية للاختبار الجيد، وأنها تفي بأغراض البحث.

نتائج البحث:

١. تحليل البيانات الأولية:

أظهر تحليل البيانات الأولية ما يلي:

- متغير الفئة العمرية: أكثر الفئات العمرية المشاركة في الاستبيان هم الذين يبلغون من ٤١-٥٠ سنة بعدد ٥٢ مشارك ويمثلون نسبة ٤٨.٠% من المشاركين، في حين أن أقل نسبة مشاركة كانت من الفئة العمرية من ٢٠-٣٠ سنة بعدد ١٢ مشاركين يمثلون نسبة ١١.٠% من المشاركين.
- متغير النوع: المشاركين الذكور يمثلون أغلبية المشاركين بعدد ٨٦ مشارك وبنسبة ٧٤.٠%، في حين أن الإناث شاركن بعدد ٣٤ مشاركة وبنسبة مئوية ٢٦.٠% فقط.

- متغير المؤهل الدراسي: حملة البكالوريوس هم أكثر الفئات المشاركة في الاستبيان بعدد ٩١ مشاركاً بنسبة ٨١.٥% في حين أن أقل فئة شاركت في الاستبيان هم حملة الدكتوراة بعدد ١ مشارك وبنسبة مشاركة بلغت ٠.٩% فقط.
- متغير الحالة الاجتماعية: فئة أفراد الأسر المتواجدة في مدينة أبها، والمشاركين في الاستبيان كان معظمهم حالتهم الاجتماعية متزوج بعدد مشاركين ٨١ ونسبة مئوية ٦٨.٠% في حين أن الفئة الأقل كانت من ذوي الحالة الاجتماعية منفصل وبعدد ٦ مشاركين وبنسبة مشاركة بلغت ٥.٠% فقط.

تحليل محاور الدراسة:

- المحور الأول: الآثار السلبية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة.

الجدول رقم (٥) يوضح قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع عبارات المحور الأول وذلك كما يلي:

الجدول رقم (٥): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المحور الأول

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب أهمية الفقرة	درجة التقدير
١	استخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية أدى إلى انشغال افراد الأسرة كل بشؤونه أكثر من ذي قبل.	٤.٤٩٠٠	٠.٦٨٨٩٥	٣.٠٠	مرتفع
٢	يندمج أفراد الأسرة مع وسائل التكنولوجيا الرقمية على حساب العلاقات الاجتماعية.	٤.٠٦٠٠	٠.٩٩٣١١	٤.٠٠	مرتفع
٣	أفراد الأسرة يفضلون التواصل عبر الوسائل الرقمية عن الطرق التقليدية.	٤.١٨٠٠	٠.٩٥٧٤٨	٣.٠٠	مرتفع
٤	ظهرت على أحد أفراد الأسرة أعراض الاكتئاب نتيجة للاندماج مع الوسائل الرقمية.	٤.٣٦٠٠	٠.٧٨٥٢٢	٣.٠٠	مرتفع
٥	يعاني بعض أفراد الأسرة من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي أو استخدام أياً من البرامج الرقمية.	٤.١٧٢٠	٠.٩٨٧٤٠	٣.٠٠	مرتفع

يتضح من الجدول رقم (٥) أن إجابات عينة الدراسة عن العبارات المتعلقة بالآثار السلبية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة، أثبتت أنه هذه العلاقة وردت بنسب تراوحت بين (٤.٠٦) إلى (٤.٤٩) وفق مقياس التدرج الخماسي (ليكرت). وعند النظر في الفقرات نجد أن أكثر فقرة يطبق مضمونها حسب آراء أفراد عينة الدراسة كانت تلك المتعلقة بـ "استخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية أدى إلى انشغال افراد الأسرة كل بشؤونه أكثر من ذي قبل"، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٤.٤٩) أي بدرجة مرتفعة، وبانحراف معياري (٠.٦٨). في

المقابل كانت أقل فقرة مطبقة للمضمون تلك المتعلقة بـ " يندمج أفراد الأسرة مع وسائل التكنولوجيا الرقمية على حساب العلاقات الاجتماعية"، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٤.٠٦) وبانحراف معياري (٠.٩٩). وبذلك نستخلص من هذه النتائج أن متوسطات عبارات محور الآثار السلبية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة. جاءت جميعها مرتفعة، وتثبت إيجابية العلاقة بين التكنولوجيا الرقمية والصحة النفسية للأسرة.

- المحور الثاني: الآثار الإيجابية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة.

الجدول رقم (٦) يوضح قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع عبارات المحور الثاني وذلك كما يلي:

الجدول رقم (٦): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المحور الثاني

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب أهمية الفقرة	درجة التقدير
١	يقوم أفراد الأسرة باستخدام الوسائل التقنية للحصول على الخدمات العامة.	٤.٥٠٠٠	٠.٧٤٥٣٦	٤.٠٠	مرتفع
٢	يتم استخدام وسائل الدفع الإلكتروني لتسوية مدفوعات الأسرة الشهرية.	٤.٣٧٠٠	٠.٩٩١٤٣	٤.٠٠	مرتفع
٣	يتم التواصل مع طبيب الأسرة من خلال وسائل التواصل الرقمية بطريقة دورية.	٤.٢١٠٠	١.٠٩٤٤٨	٤.٠٠	مرتفع
٤	أفراد الأسرة يفضلون حجز المواعيد عن طريق الإنترنت أكثر من الوسائل التقليدية.	٤.٣٤٠٠	٠.٧٨١٣٥	٤.٠٠	مرتفع
٥	وسائل وبرامج التكنولوجيا الرقمية سهلت حياة أفراد الأسرة وجعلتها أسرع من السابق.	٤.٤١٠٠	٠.٩٨٩٥٠	٤.٠٠	مرتفع

يتضح من الجدول رقم (٦) أن إجابات عينة الدراسة عن العبارات المتعلقة بالآثار الإيجابية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة، تراوحت نسبها بين (٤.٢١) إلى (٤.٥٠) وفق مقياس التدرج الخماسي (ليكرت). وعند النظر في الفقرات نجد أن أكثر فقرة يطبق مضمونها حسب آراء أفراد عينة الدراسة كانت تلك المتعلقة بـ "يقوم أفراد الأسرة باستخدام الوسائل التقنية للحصول على الخدمات العامة"، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٤.٥٠) أي بدرجة مرتفعة، بانحراف معياري (٠.٧٤). في المقابل كانت أقل فقرة مطبقة للمضمون تلك المتعلقة بـ "يتم التواصل مع طبيب الأسرة من خلال وسائل التواصل الرقمية بطريقة دورية"، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٤.٢١) بانحراف معياري (١.٠٩). وبناء على ذلك نستخلص من النتائج أن متوسطات عبارات محور الآثار الإيجابية للتكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة. جاءت جميعها متوسطات مرتفعة، بما يثبت إيجابية العلاقة التكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة.

- المحور الثالث: موازنة إيجابيات وسلبيات التكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة.

الجدول رقم (٧) يوضح قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع عبارات المحور الثالث وذلك كما يلي:

الجدول رقم (٧): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المحور الثالث

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب أهمية الفقرة	درجة التقدير
١	الأسرة تهتم بمراقبة استخدام الأبناء للوسائل والبرامج الرقمية وتحرص أن يكون الاستخدام لمدة محددة.	٤.٤٥٠٠	٠.٨٠٨٧٣	٤.٠٠	مرتفع
٢	يتم تثقيف الأبناء بمخاطر إدمان الإنترنت والوسائل والبرامج الرقمية.	٤.٢٧٠٠	٠.٨٥١٠٨	٤.٠٠	مرتفع
٣	أفراد الأسرة عادة ما يستخدمون الوسائل الرقمية عند الحاجة إليها فقط لا غير.	٤.٣٠٠٠	٠.٩١٥٦٣	٣.٠٠	مرتفع
٤	الأسرة تمارس رقابة على فترات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وغيرها من البرامج الرقمية.	٤.٤٤٠٠	٠.٨٠٨٠٤	٣.٠٠	مرتفع
٥	يتم توعية أفراد الأسرة بمخاطر الاستخدام المفرط للوسائل والبرامج الرقمية.	٤.٣١٩٢	٠.٩٢٧٤٦	٣.٠٠	مرتفع

يتضح من الجدول رقم (٧) أن إجابات عينة الدراسة عن العبارات المتعلقة بموازنة إيجابيات وسلبيات التكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة، تراوحت نسبها بين (٤.٤٥) إلى (٤.٢٧) وفق مقياس التدرج الخماسي (ليكرت). وعند النظر في الفقرات نجد أن أكثر فقرة يطبق مضمونها حسب آراء أفراد عينة الدراسة كانت تلك المتعلقة بـ "الأسرة تهتم بمراقبة استخدام الأبناء للوسائل والبرامج الرقمية وتحرص أن يكون الاستخدام لمدة محددة"، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٤.٤٥) أي بدرجة مرتفعة، وبانحراف معياري (٠.٨٠). في المقابل كانت أقل فقرة مطبقة للمضمون تلك المتعلقة بـ "يتم تثقيف الأبناء بمخاطر إدمان الإنترنت والوسائل والبرامج الرقمية"، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٤.٢٧) بانحراف معياري (٠.٨٥). فنستنتج من ذلك أن متوسطات عبارات محور موازنة إيجابيات وسلبيات التكنولوجيا الرقمية على الصحة النفسية للأسرة، جاءت جميعها مرتفعة بما يبرهن على وجود العلاقة الإيجابية بين التكنولوجيا الرقمية والصحة النفسية للأسرة.

- المحور الرابع: تطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة نتيجة لاستخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية.

الجدول رقم (٨) يوضح قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع عبارات المحور الرابع وذلك كما يلي:

الجدول رقم (٨): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المحور الرابع

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب أهمية الفقرة	درجة التقدير
١	استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ساعد أفراد الاسرة على بناء علاقات اجتماعية واسعة.	٤.٣٨٠٠	٠.٧٧٥٦٤	٣.٠٠	مرتفع
٢	الوسائل والبرامج الرقمية ساعدت على إكساب الأسرة مهارات تكنولوجية نافعة.	٤.٣٩٠٠	٠.٧٧٧١٤	٤.٠٠	مرتفع
٣	ساعدت برامج الدراسة عن بعد في اختصار الفترات الزمنية اللازمة لتعليم أفراد الأسرة.	٤.٣١٠٠	٠.٩٥٠٢٣	٤.٠٠	مرتفع
٤	استخدام البرامج والتطبيقات الرقمية ساهم في سرعة تلقي الخدمات العامة المقدمة لأفراد الأسرة.	٤.٤٢٠٠	٠.٧٦٧٧٩	٤.٠٠	مرتفع
٥	الوسائل والبرامج الرقمية ساعدت على حسن استغلال الوقت وسرعة إنجاز المهام لدى أفراد الأسرة.	٤.٣٩٠٠	٠.٧٩٠٠٣	٤.٠٠	مرتفع

يتضح من الجدول رقم (٨) أن إجابات عينة الدراسة عن العبارات المتعلقة بتطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة نتيجة لاستخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية، تراوحت نسبها بين (٤.٣١) إلى (٤.٤٢) وفق مقياس التدرج الخماسي (ليكرت). وعند النظر في الفقرات نجد أن أكثر فقرة يطبق مضمونها حسب آراء أفراد عينة الدراسة كانت تلك المتعلقة بـ "استخدام البرامج والتطبيقات الرقمية ساهم في سرعة تلقي الخدمات العامة المقدمة لأفراد الأسرة"، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٤.٤٢) أي بدرجة مرتفعة، وبانحراف معياري (٠.٧٦). في المقابل كانت أقل فقرة مطبقة للمضمون تلك المتعلقة بـ "ساعدت برامج الدراسة عن بعد في اختصار الفترات الزمنية اللازمة لتعليم أفراد الأسرة"، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٤.٣١) بانحراف معياري (٠.٩٥). فنستنتج من ذلك أن متوسطات عبارات محور تطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة نتيجة لاستخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية، جاءت جميعها مرتفعة بما يبرهن على وجود العلاقة الإيجابية بين استخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية وبين تطوير المهارات الاجتماعية لأعضاء الأسرة.

التوصيات:

١. يجب العمل على إنجاز المزيد من الدراسات الأكاديمية التي تهتم ببيان العلاقة بين التكنولوجيا الرقمية والصحة النفسية للأسرة، نظراً لمحدودية الدراسات التي تم إجراؤها في هذا الشأن.
٢. يجب على المؤسسات ذات الاختصاص أن تعمل على زيادة الاهتمام بالوسائل الإرشادية للأسر، بشأن الطرق الصحيحة لاستخدام وسائل التكنولوجيا الرقمية، والتي من خلال اتباعها يمكن أن تتجنب الأسرة السلبيات التي تترتب على الاستخدام غير الصحي لهذه الوسائل.
٣. يجب أن تعمل الأسر على زيادة الرقابة على أفرادها بشأن استخدام أدوات ووسائل التكنولوجيا الرقمية، بما يكفل الاستفادة من هذه الوسائل بالشكل الأمثل، وتجنب السلبيات التي يمكن أن تترتب على الإفراط في استخدامها.

المراجع

١. بوزيان، نور الهدى، ٢٠٢٠، تأثير التهديدات الصحية على الامن الانساني في القارة الافريقية، دار الناشرين السعوديين، الرياض، المملكة العربية السعودية.
٢. سالم، امنية عبد الله، ٢٠١٩، الامن الصحي كأحد مهددات الامن القومي والمجتمعي العالمي، دار مدارك للنشر والتوزيع، أبو ظبي، الامارات العربية المتحدة.
٣. الفلاحي، حميد كردي عبد العزيز، ٢٠٢٠، الاثار الاجتماعية للحرب على المجتمع دراسات اجتماعية تحليله، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
٤. أبو حمدان، ماجد ملحم، ٢٠٢٠، طرائق التنشئة الاجتماعية الأسرية بمدى مشاركة الشباب في اتخاذ القرار داخل الأسرة دراسة ميدانية عن عينة من شباب، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
٥. الجندي، نزيه أحمد، ٢٠٢٠، التنشئة السوية للأبناء كما يدركها الوالدان في الأسرة العمانية، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
٦. الحيلة، محمود محمد، ٢٠٢١، تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، دار العلا للنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر.
٧. الدباسي، صالح مبارك، ٢٠٢٠، العولمة والتربية، دار الملك فهد للنشر، الرياض، المملكة العربية السعودية.
٨. الربيعي، دنيا جليل إسماعيل، ٢٠١٩، أساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة وانعكاساتها على الإعداد الاجتماعي للطفل، دار مدارك للنشر والتوزيع، أبو ظبي، الامارات العربية المتحدة.
٩. الزبيدي، رعد حافظ، ٢٠١٨، مبادئ التنشئة السياسية الاجتماعية، دار المناهج للنشر والتوزيع، الرياض، المملكة العربية السعودية.
١٠. زهران، حامد عبد السلام، ٢٠٢٠، علم النفس الاجتماعي، دار نهضة مصر للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
١١. السبعاوي، هناء جاسم، ٢٠١٩، الآثار الاجتماعية للهاتف النقال، مجلة دراسات موصلية، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

١٢. السنبل، عبد العزيز عبد الله، ٢٠٢٠، محو الامية والثقافة العامة، مجلة تعليم الجماهير، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
١٣. الشربيني، دينا علم أحمد، ٢٠٢١، أساليب التنشئة الاجتماعية الأسرية وعلاقتها ببعض القيم لدى طلاب المرحلة الاعدادية والثانوية دراسة مقارنة بين الريف والحضر، دار نهضة مصر للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
١٤. الشهري، حنان بنت شعشوع، ٢٠٢٢، أثر مواقع التواصل الالكتروني على العلاقات الاجتماعية (الفيس بوك وتويتر نموذجا)، دار المناهج للنشر والتوزيع، الرياض، المملكة العربية السعودية.
١٥. الصيرفي، محمد، ٢٠١٩، إدارة تكنولوجيا المعلومات، دار مدارك للنشر والتوزيع، أبو ظبي، الامارات العربية المتحدة.
١٦. الطيب، مولود زايد، ٢٠٢٠، تأثير القنوات الفضائية في تكوين شخصية الطفل، دار الناشرين السعوديين، الرياض، المملكة العربية السعودية.
١٧. عبد الرحمن، عزي، ٢٠١٨، الانترنت والشباب بعض الافتراضات القيمية، دار مدارك للنشر والتوزيع، أبو ظبي، الامارات العربية المتحدة.
١٨. غانم، مصطفى حمدي احمد وآخرون، ٢٠٢٠، أثر التغيرات التكنولوجية المعاصرة على التفاعل الاجتماعي للأسرة الريفية في بعض القري، دار الشروق للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
١٩. محمد، رشدي محمد، ٢٠٢٠، تقويم فاعليات المؤسسات الاجتماعية في مواجهة مشكلات شبكة الانترنت، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
٢٠. ناصر، أحلام والعمري رائقة علي، ٢٠١٩، أثر مواقع التواصل الاجتماعي على العلاقات الأسرية من وجهة نظر الطلبة، دار الناشرين السعوديين، الرياض، المملكة العربية السعودية.