وزارة التــعليم العـالي والبـحث الــعلمي

جامعة سعيدة.الدكتور مولاي الطــاهر

كلية العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية

قـــسم علـــم النـــفس وعـلوم التربية

شـــعبة علـــم الـــنفس

مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي تحت عنوان:

الصحة النفسية واستعمال الأجهزة الرقمية لدى الأطفال اقل من خمس سنوات

دراسة عيادية لثلاثة حالات– ولاية سعيدة–

إعداد الطالب:

رباوي خلف الله

تحت إشراف الأستاذ:

– د– بن عبد المؤمن هواري

2026 - 2025

شكـــر وتقديـــر:

أتقدم بأسمى عبارات الشكر والامتنان إلى كل من ساهم، من قريب أو بعيد، في إنجاز هذا العمل المتواضع وإخراجه إلى النور؛

ويطيب لي أن أخص بالشكر الجزيل أستاذي المشرف الفاضل،الأستاذ الدكتور بن عبد المؤمن هواري، على توجيهاته السديدة ودعمه المستمر طيلة فترة إعداد هذه الدراسة؛

كما يمتد ثنائي وتقديري إلى جميع أساتذة قسم علم النفس وعلوم التربية، لا سيما أولئك الذين منحونا من علمهم ومعرفتهم طوال مسيرتي الجامعية؛

كما أتوجه بشكر خالص مفعم بالاحترام إلى أعضاء لجنة المناقشة الموقرة، لتفضلهم بقبول تقييم هذا العمل المتواضع ومناقشته؛

ولا يفوتني أن أعبر عن بالغ العرفان والتقدير لأولياء أمور الحالات محل الدراسة، عن تعاونهم معنا ولم يبخلوا علينا بالبيانات والمعلومات اللازمة، مما أتاح لنا فرصة دراسة الحالات والتواصل معها دون قيود.

إهــداء:

إلى النور الذي رحل ولم ينطفئ في قلبي إلى روح أمي الغالية، فقيدة روحي وسبب وجودي؛

إلى منبع العطاء والحكمة، إلى أبي الغالي أطال الله في عمره وحفظه تاجا فوق رؤوسنا؛

إلى من رافقتني مشوار العمر خطوة بخطوة، إلى زوجتي الغالية ورفيقة دربي؛

إلى من أعتز بوجودهم في حياتي إلى إخوتي الأوفياء ؛

إلى غراس عمري وأمل غدي إلى أبنائي الأعزاء وإلى زهرة فؤادي وابنتي الغالية "نور"؛

إلى كل القلوب النقية التي تتمنى لنا الخير والنجاح؛

أهديكم هذا العمل تقديرا ومحبة.

خلف الله رباوي

الملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على موضوع الصحة النفسية واستعمال الأجهزة الرقمية لدى الأطفال اقل من خمس سنوات حيث تلخص مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

1- ماهي السلوكات التي تلاحظ لدى الحالة عند استخدام الجهاز الرقمي ؟

2- هل توفر هذه السلوكات معطيات لقياس التعلق بالأجهزة الرقمية؟

وتوصلت الدراسة إلى نتائج تمثلت في إظهار مدى خطورة الأجهزة الرقمية على الأطفال اقل من خمس سنوات ومدى تأثيرها السلبي على سلوك الأطفال اجتماعيا و انفعاليا وتكسبهم سلوكات عدوانية كما خلصت الدراسة إلى انجاز بعض البدائل الترفيهية و في نفس الوقت تفعيل دور الأولياء في مراقبة محتوى الذي يشاهده أبنائهم وتقنيين وقت استخدام الشاشات وكذلك عدم استخدامها أثناء الأكل ،النوم وتخصيص مكان ملائم يتيح لمراقبة الأبناء .

الكلمات المفتاحية :الصحة النفسية،الأجهزة الرقمية ،التعلق ،الطفولة المبكرة.

Abstract:

This study aimed to identify the phenomenon of digital device addiction among children under five years old. The research problem can be summarized in the following questions:

1- What behaviors are observed in children when using digital devices?

2- Do these behaviors provide data for measuring digital device addiction?

The study concluded that digital devices pose a significant risk to children under five years old, negatively impacting their social and emotional behavior and fostering aggressive tendencies. The study also recommended developing alternative recreational activities and, simultaneously, activating the role of parents in monitoring the content their children watch, limiting screen time, and avoiding screen use during meals and sleep. Parents should also designate a suitable space for monitoring their children.

Keywords: Mental health, digital devices, addiction, early childhood.

فهرس المحتويات

شكر وتقدير	ا
إهداء.	ب
الملخص	ت
فهرس المحتويات	ث
مقدمة	01
الفصل الأول: مدخل الدراسة	02
تمهيد:	03
1) الإطار النظري للدراسة	03
أولا : الصحة النفسية	03
1- تعريف الصحة النفسية	03.
2- الصحة النفسية في الأسرة	04
4- الحاجات النفسية للطفل	05
5- الصحة النفسية عند مدارس علم النفس	05
6- تعريف الطفولة المبكرة	05
خلاصة	06
ثانيا: الوسائل الرقمية	07
1- تعريف الوسائل الرقمية	07
2- تعريف استعمال الأجهزة الرقمية لدى الأطفال	07
3- أنواع الوسائل الرقمية المستخدمة من قبل الأطفال	08
4- تأثير الوسائل الرقمية على الطفل	09
5- الإدمان الرقمي لدى الأطفال	10
2)الدراسات السابقة	12
2- 1- الدراسات المحلية:	12
2-12-الدراسات العربية	16

2-3- دراسات أجنبية 20
2-4 التعقيب على الدراسات السابقة 24
3- إشكالية الدراسة 25
4- **فرضيات الدراسة** 26
5-أهداف الدراسة 26
6) أسباب اختيار الموضوع 27
7) أهمية الدراسة 28
8) المفاهيم الإجرائية 28
الفصل الثاني:الإجراءات المنهجية للدراسة
الدراسة الأساسية 30
1- منهج الدراسة الأساسية 30
2-أدوات الدراسة الأساسية 30
3- حدود الدراسة الأساسية. 31
4-حالات الدراسة الأساسية . 32
الفصل الثالث: عرض الحالات و مناقشة النتائج الدراسة
1) عرض حالات الدراسة . 34
1- الحالة الأولى 34
2- الحالة الثانية. 36
3- الحالة الثالثة. 39
2) مناقشة النتائج على ضوء الفرضية . 42
3- نتائج الدراسة و التوصيات 53
خاتمة. 54
قائمة المصادر و المراجع . 55

مقدمة

مقدمة :

شهد العصر الحالي تطور تكنولوجيا هائل احدث تحولات جذرية في أنماط الحياة اليومية حيث أضحت الأجهزة الرقمية جزء رئيسي من محتويات المنزل المعاصر، ومن خلال المحتوى الرقمي اللافت للانتباه و سهولة التفاعل مع الوسائط المتعددة ، تزايدت معدلات اقتناء و استخدام هذه الأجهزة من قبل كافة الفئات العمرية ،بدءا من البالغين إلى الأطفال بمختلف مراحل نموهم حتى مرحلة الطفولة المبكرة مما جعلها ظاهرة اجتماعية ،تستدعي دق ناقوس الخطر و تسليط ضوء عليها وذلك من خلال الدراسة وتحليل .

وعليه اشتملت دراستنا على ثلاثة فصول ، انطلاقا من الفصل الأول بعنوان مدخل الدراسة و الذي احتوى على الإطار النظري الخاص بمتغيرات الدراسة ،بداية من استخدام الأجهزة الرقمية وصولا إلى التعلق بها ، الدراسات السابقة والتعقيب عليها ، إشكالية الدراسة فرضيات الدراسة ،أسباب اختيار الموضوع ، أهمية الدراسة و التعريف الإجرائي أما الفصل الثاني يحتوي على الإجراءات المنهجية للدراسة ،حيث احتوى هذا الفصل على الدراسة الأساسية لموضوعنا ، وتطرقنا فيه إلى حدود الدراسة الأساسية ، حالات الدراسة الأساسية ، منهج الدراسة الأساسية و أدوات الدراسة الأساسية .

أما الفصل الثالث احتوى على عرض حالات الدراسة، مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات، والتي من خلالها توصلنا إلى طرح التوصيات و الاقتراحات، و في الأخير خاتمة للدراسة ثم قائمة المراجع والمصادر.

الفصل الأول :مدخل للدراسة.

تمهيد.

أولا الصحة النفسية.

1- الإطار النظري للدراسة.

2- الدراسات السابقة.

3- الإشكالية.

4- فرضية الدراسة

5- أهداف الدراسة.

6- أسباب اختيار الدراسة.

ثانيا :**الوسائل الرقمية.**

7- أهمية الدراسة.

8- المفاهيم الإجرائية.

تمهيد :

تعد مرحلة الطفولة المبكرة أقل من خمس سنوات الحجر الأساس في تكوين شخصية الفرد ورسم ملامح مستقبله الصحي والنفسي، وفي ظل التطور التكنولوجي التي يشهده العصر الحالي، لم تعد الأجهزة الرقمية مجرد أدوات ترفيهية عابرة، بل أصبحت جزءا لا يتجزأ من البيئة اليومية التي ينشأ فيها الطفل، مما فرض واقعا تربويا وصحيا جديدا يتطلب الدراسة والتحليل.

الإطار النظري للدراسة:

أولا:الصحة النفسية:

1 تعريف الصحة النفسية:

تعد الصحة النفسية من المفاهيم الأساسية في علم النفس ،حيث تشير إلى حالة من التوازن النفسي و الانفعالي التي تمكن الفرد من تكيف مع ذاته ومع محيطه ،والتعامل مع مختلف المواقف الحياتية بطريقة ايجابية .

وتعرف الصحة النفسية بأنها قدرة الفرد على تحقيق التوافق الداخلي و الخارجي ،بحيث يكون قادرا على ضبط انفعالاته ،و إقامة علاقات اجتماعية سليمة ،و التكيف مع الضغوط دون أن يتعرض لاضطرابات. (القحطاني،2020،ص،10).

كما تعرف أيضا بأنها حالة من الاستقرار النفسي التي يظهر فيها الفرد سلوكا متزنا ،ويكون قادرا على مواجهة التحديات اليومية بكفاءة ،مع الشعور بالرضا عن الذات. (العتيبي، 2019،ص،14).

ويرى بعض الباحثين إن الصحة النفسية لا تعني فقط غياب المرض ،بل تشمل أيضا تحقيق مستوى من الرفاه النفسي ،الذي يتمثل في الشعور بالسعادة ،و القدرة على الانجاز والتفاعل الايجابي مع الآخرين .(الزهراني ،2018،ص،9).

– يمكن تعريف الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نفسيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع بيئته،ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين ،ويكون قادرا

على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن و يكون قادر على مواجهة مطالب الحياة ،وتكون شخصيته متكاملة سوية ، ويكون سلوكه عاديا ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام .(حامد، 2005، ص10).

– ويعرف كل من ليلند وروبرت الصحة النفسية على أنها التكيف الملائم الذي يتفق مع المتجهات ومختلف المستويات التعامل التي ينشئ من خلالها الفرد العلاقات الإنسانية التي تحقق الإحساس بالسعادة النفسية .

–الصحة النفسية هي حالة ايجابية توجد لدى الفرد وتظهر في مستوى قيام وظائفه النفسية بمهماتها بشكل حسن ومتناسق و متكامل في وحدة الشخصية.

ومن خلال هذه التعريفات، يتضح أن الصحة النفسية مفهوم شامل يتضمن الجوانب الانفعالية و الاجتماعية و السلوكية.

2 – الصحة النفسية في الأسرة:

الأسرة تعتبر أهم عوامل التنشئة الاجتماعية وهي الممثلة الأولى للثقافة وأقوى الجماعات تأثيرا في سلوك الفرد ، وهي التي تسهم بالقدر الكبير في الإشراف على النمو الاجتماعي لطفل وتكوين شخصيته وتوجيه سلوكه ، وللأسرة وظيفة اجتماعية ونفسية هامة ، فهي المدرسة الاجتماعية الأولى للطفل وهي العامل الأول في صبغ سلوك الطفل بصبغة اجتماعية. (حامد، 2005، ص15).

3– الصحة النفسية للطفل:

مرحلة الطفولة لها أهميتها في تنشئة الطفل و تمتعه بأكثر قسط من التكيف السليم في مستقبل حياته ولكي تضمن نموا سليما متطورا محققا لحاجات الطفل العضوية و النفسية و الاجتماعية واجب علينا أن نتفهم أحسن السبل للتعامل مع الطفل في مراحل نموه الأولى فالبيئة المحيطة به بما في ذلك أسلوب معاملة الآباء تعتبر عاملا هاما في تشكيل شخصيته وتكوين اتجاهاته وميوله ونظرته للحياة .

(عبد الباري ، 2004، ص 92–93).

4- الحاجات النفسية للطفل: يحتاج الأطفال من الناحية النفسية أول ما يحتاجون إلى الشعور بالأمن العاطفي بمعنى أنهم محبوبون كأفراد ومرغوب فيهم لذاتهم وأنهم موضع حب وشعور الطفل بأنه محبوب ينبغي أن يبدأ من اللحظة الأولى لميلاده فالطفل بحاجة إلى الشعور على الأقل بمصدر أمان معتمد عليه في هذا العصر(عبد الباري ،2004،ص92).

5- الصحة النفسية عند مدارس علم النفس :

5-1- الاتجاه السلوكي:

إن مفهوم الصحة النفسية لدى السلوكيين يتحدد بناءا على استجابات الطفل للمثيرات المختلفة المعرضة عليه، فإذا كانت الاستجابات مناسبة للمثيرات كان السلوك سويا وإذا كانت الاستجابات غير متناسبة مع المثيرات كان السلوك غير سوي

ومن ناحية أخرى يرى السلوكيين أن تعرض الطفل لمثير يتطلب استجابتين متناقضتين في أن واحد يؤثر على صحته النفسية للأطفال فيجب إن لا نعرضهم لمواقف الصراع ،أو نعلمهم كيف يحلون صراعاتهم النفسية.

5-2- اتجاه التحليل النفسي:

إن الشخصية السوية هي التي يسيطر عليها الأنا المتمكن من تحقيق الاتزان ما بين دوافع الهو الشهوانية الحيوانية و دوافع الأنا الأعلى المثالية محاولا إيجاد اتزان أو توفيق ما بين حاجات و دوافع الهو و الأنا الأعلى أي إن الصحة النفسية تتحقق إذ تمكن الأنا من إحداث عملية التوازن بين رغبات الهو و مطالب الأنا الأعلى وفي هذا التوازن يعيش الإنسان حياة أمنة مطمئنة.(هشام،2023،ص17-18).

6- تعريف الطفولة المبكرة:

تعد مرحلة الطفولة المبكرة من أهم مراحل النمو في حياة الإنسان ،حيث تمتد عادة من الميلاد إلى سن الخامسة وتتميز بنمو سريع في مختلف الجوانب الجسدية و العقلية

والانفعالية في هذه المرحلة يكتسب الطفل العديد من المهارات الأساسية التي تشكل أساس شخصيته المستقبلية .

وتعرف الطفولة المبكرة بأنها المرحلة التي تتشكل فيها البنية الأساسية للنمو النفسي و الاجتماعي ،حيث يكون الطفل شديد التأثر بالبيئة المحيطة به ،خاصة الأسرة ،ويعتمد بشكل كبير على التفاعل المباشر لاكتساب الخبرات (القحطاني،2020،ص،15).

كما تعرف أيضا بأنها فترة حساسة من حياة الطفل ،تتسم بالمرونة و القابلية للتعلم ،مما يجعلها مرحلة حاسمة في تكوين الاتجاهات و السلوكيات ،سواء كانت ايجابية أو سلبية. (العتيبي ،2019،ص،22).

ومن خلال ما سبق نستنتج أن الطفولة المبكرة تمثل الأساس الذي تبنى عليه الصحة النفسية للطفل.

خلاصة:

من خلال التعريفات السابقة يمكن تعريف الصحة النفسية: بأنها الشعور بالارتياح و الأمن و الاستقرار نتيجة لإشباع الحاجات الأساسية، و النفسية للطفل، وينتج عن ذلك تكيف نفسي و اجتماعي مع القدرة على مواجهة المواقف و الأزمات.

ثانيا: الوسائل الرقمية :

1-تعريف الوسائل الرقمية:

هي مجموعة الوسائل المرتبطة تكنولوجيا، المعلومات والاتصالات والوسائل المتعددة، التي يتم توظيفها في الاتصال الإداري و تخطيط وتنظيم وتنفيذ رقابة و تقويم من اجل تطوير وسائل الاتصال الإداري وكفاءته وتحقيق الأهداف المخطط لها.(شحادة ،2008،ص163).

تعرف الأجهزة الرقمية بأنها مجموعة الوسائل الالكترونية التي تعتمد على التكنولوجيا الحديثة في معالجة البيانات وعرض المحتوى ،مثل الهواتف الذكية ،الأجهزة اللوحية الحواسيب و التلفاز الذكي.

و تعرف أيضا بأنها أدوات تكنولوجية تفاعلية تسمح للمستخدم بالوصول إلى المحتوى رقمي متنوع سواء كان تعليميا أو ترفيهيا و تتميز بسهولة الاستخدام وسرعة الانتشار. (بن سعادة وكناوي ،2025،ص،18).

كما يشير بعض الباحثين إلى الأجهزة الرقمية تمثل وسيطا حديثا للتواصل و التعلم، لكنها في الوقت نفسه قد تشكل خطرا إذا لم يتم استخدامها بشكل منظم.(الزهراني، 2018،ص،11).

وعليه فان الأجهزة الرقمية تعد سلاحا ذا حدين، يتوقف تأثيرها على طريقة ومدة استخدامها.

2- تعريف استعمال الأجهزة الرقمية لدى الأطفال :

شهد استعمال الأجهزة الرقمية لدى الأطفال تزايدا ملحوظا في السنوات الأخيرة حيث أصبح العديد من الأطفال يستخدمون هذه الأجهزة في سن مبكرة سواء لأغراض الترفيه أو التعلم.

ويعرف استعمال الأجهزة الرقمية لدى الأطفال بأنه تفاعل الطفل مع الوسائط الرقمية المختلفة لفترات زمنية متفاوتة قد تكون منظمة أو مفرطة حسب طبيعة الإشراف الأسري. (القحطاني ،2020،ص،40).

كما تشير الدراستان إلى أن هذا الاستعمال قد يكون ايجابيا إذا كان موجها لكنه قد يؤدي إلى أثار سلبية في حالة الإفراط مثل ضعف التفاعل الاجتماعي و تأخر النمو اللغوي. (العتيبي ،2019،ص،37).

وقد أظهرت بعض الدراسات أن الأطفال الذين يقضون وقتا طويلا أمام الشاشات يكونون أكثر عرضة لمشكلات سلوكية و انفعالية. (بن سعادة و قناوي ،2025،ص،52).

ومن خلال ذلك يتضح أن تنظيم استخدام الأجهزة الرقمية يعد عاملا أساسيا في حماية الصحة النفسية للطفل.

3- أنواع الوسائل الرقمية المستخدمة من قبل الأطفال:

3-1- التلفزيون:

هو وسيلة سمعية – بصرية تعتمد على الصورة و الصوت في أن واحد وهو وسيلة من وسائل الاتصال و الإعلام.

– هو طريقة إرسال و استقبال الصورة من مكان إلى أخر بواسطة الموجات الكهرومغناطيسية والأقمار الصناعية. (فضيل،1989،ص111).

3-2-الهواتف الذكية:

هي احد وسائل الاتصال الحديثة تعتمد على الاتصال اللاسلكي عن طريق أبراج موزعة في مناطق معينة هرتزية ، يوفر لصاحبه خدمة الاتصال ومتابعة الأخبار بمختلف أنواعها من خلال المشاركة في خدمة الانترنت.(علي ،2014،ص48).

3-3- الحاسوب :

هو عبارة عن آلة مساعدة للعقل البشري في العمليات الحسابية و المنطقية ، لديه القدرة على إدخال البيانات ،معلومات و معالجتها وتخزينها واسترجاعها كمخرجات بسرعة فائقة .(صفية، ص 146).

يقول بوير جبتر "ترتبط الكثير من المجالات التربوية بالحاسوب الآن ،وهو وسيلة نافعة لها مستقبل رائد في تحسين العملية التعليمية بمراحلها المختلفة حيث انه أصبح استخدامه في التربية والتعليم فقط شكل انقلابا جديدا في عملية التعليم والتعلم ".

ويعد الحاسوب محاولة لاستخدام المبادئ السلوكية بطريقة أكثر كفاية من التعليم المبرمج التقليدي نظرا لأنه يمكن المتعلم من السيطرة على البرنامج التعليمي دون تدخل من المعلم مباشرة.(حارث ،2007،ص88).

3-4- الألعاب الرقمية :

هي برمجيات تحاكي الواقع الحقيقي أو الافتراضي بالاعتماد على إمكانيات الحاسوب في التعامل مع الوسائل المتنوعة عن طريق صورة متحركة وإصدار أصوات.

وتعرف أيضا بأنها نشاط ذهني بالدرجة الأولى تشمل كل الألعاب الفيديو الخاصة منه ألعاب الكمبيوتر، ألعاب الهواتف الذكية وهي عبارة عن برنامج معلوماتي للألعاب و قد تمارس بشكل جماعي عن طريق شبكة الانترنت أو بشكل فردي.(سارة، 2016، ص8).

ومنه نرى أن الألعاب الالكترونية عبارة عن برمجية أو تطبيق هاتفي مصمم بهدف تقديم محتوى ترفيهي بعدة طرق مختلفة تستلزم المستخدم إتباع استراتيجيات معينة للفوز و الانتقال من مستوى إلى أخر.

4- تأثير الوسائل الرقمية على الطفل :

تأثير على النمو الذهني و السلوك:أثبتت الدراسات العلمية أن الاعتماد على التكنولوجيا يؤثر سلبا على سلوكيات الأطفال وخاصة في مرحلة الطفولة المبكرة .

حيث حذرت دراسة ألمانية حديثة من استخدام الأطفال للهواتف الذكية و الأجهزة اللوحية إذ قد تسبب ضررا كبيرا على سلوكيات الطفل ، وأوضحت الدراسة التي أجريت في جامعة ليبزغ الألمانية إن تلك الأجهزة تؤدي إلى حدوث فرط نشاط وشعور باللامبالاة لدى الأطفال ممن تتراوح أعمارهم ما بين الثانية و السادسة .

من جهة أخرى أكد الباحثون أن الإفراط في استخدام الوسائل الالكترونية الحديثة خاصة في مرحلة ما قبل التمدرس يؤدي إلى حدوث اضطرابات في العلاقات الأسرية . (باسم، 2016،ص123).

تأثير على النوم لدى الأطفال: في العصر الحديث لم يعد استخدام الأجهزة الالكترونية حكرا على البالغين بل امتدت هذه الأجهزة إلى عالم الأطفال حتى دون علم أبائهم ،وغالبا ما تؤثر على الصحة النفسية و الجسدية للطفل في هذا الإطار ، يؤثر استخدام الأطفال للوسائل الالكترونية بما فيها الهاتف النقال أو الأجهزة الرقمية لوقت طويل قبل خلودهم إلى النوم بشكل سلبي على جودته ويقلص من عدد الساعات المخصصة للنوم. (الهام.2014،ص،191).

5- الإدمان الرقمي لدى الأطفال :

يعد الإدمان الرقمي من الظواهر الحديثة المرتبطة بالتطور التكنولوجي ويقصد به الاستخدام المفرط و غير المنضبط للأجهزة الرقمية بحيث يؤثر سلبا على حياة الفرد اليومية .

ويعرف الإدمان الرقمي لدى الأطفال بأنه حالة من التعلق الشديد بالأجهزة الرقمية تجعل الطفل غير قادر على التحكم في مدة الاستخدام ويظهر عليه انزعاج أو غضب عند منعه من استخدامها(الزهراني،2018،ص،60).

كما يتميز هذا النوع من الإدمان بظهور مجموعة من الأعراض مثل:

نوبات الغضب، العزلة الاجتماعية ، ضعف التركيز و اضطرابات النوم .

وقد أكدت الدراسات أن الإدمان الرقمي لدى الأطفال يرتبط بضعف التفاعل الأسري وقلة الأنشطة البدنية مما يؤثر على النمو النفسي و الاجتماعي.(العتيبي ،2019،ص،49). وعليه فان الإدمان الرقمي يمثل خطرا حقيقيا على الصحة النفسية للأطفال في حال غياب التوجيه الأسري.

- **خلاصة:**

من خلال ما سبق ذكره نستنتج أن الوسائل الالكترونية تميزت بانتشار واسع أثرت من خلاله على عدة مجالات إيجابا و سلبا ، فأصبحت كل المجتمعات تعيش ثورة تقنية معلوماتية ومهارات معرفية اختلفت على ما كانت عليه ،حيث لعب هذا الأخير دورا مهما وحيوي في حياة الإنسان ،عمل على توفير الأدوات والوسائل الممكنة لتسهيل الحصول على المعلومات وتبادلها وجعلها في متناول الجميع.

2- الدراسات السابقة :

2- 1- الدراسات المحلية:

- دراسة لاليم لونيس و آخرون(2025):

أجريت الدراسة بعنوان: "علم نفس، الأسرة و الصحة النفسية في سياق إدمان الأطفال على التكنولوجيا الرقمية".

- مشكلة الدراسة :

" ماهي عواقب التعرض المستمر للمؤثرات السمعية و البصرية المتغيرة على الصحة النفسية للأطفال و على ديناميكيات الأسرة؟".

- أهداف الدراسة :

تحديد الاضطرابات النفسية الرئيسية التي تؤثر على الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة ومرحلة الطفولة المتوسطة.

تحليل العوامل المحددة التي تعزز إدمان الشاشات الذكية لدى الأطفال ،مع التركيز على الألعاب التنافسية.

دراسة الآليات التي تؤثر من خلالها هذا الإدمان على الأنظمة الأسرية ،وخاصة الصحة العقلية للأسرة ككيان واحد.

- **المنهج:** منهج دراسة حالة.

- **العينة:** عينة قصدية مكونة من ثلاثة أطفال وضمن فئة عمرية (من 4الى 6سنوات).

- **الأدوات:** - الملاحظة العيادية - المقابلات العيادية .

- **النتائج:** يسبب الإدمان على الأجهزة الرقمية، خاصة الألعاب التنافسية، اختلالا في التوازن الأسري؛

تعتبر المحفزات الرقمية الناتجة عن الإدمان وهمية،يصعب التعبير عنها أو التحكم فيها مما يزيد من تأثيرها على الاستقرار النفسي للأسرة؛

يظهر الذكور سلوكا عدوانيا أعلى مقارنة بالإناث بعد التعرض لمحتوى تنافسي.

- **التوصيات:**

-أهمية التدخل الأسري المبكر وتنظيم استخدام الشاشات عند الأطفال؛

- تعزيز عادات رقمية واعية ومتوازنة ومناسبة لمراحل النمو الأسر؛

- لا ينبغي ربط مراقبة وقت استخدام الشاشات بالسيطرة، بل بتعزيز الصحة النفسية و القدرة على التكيف؛

- الحفاظ على الصحة النفسية للأسرة أساسيا لدعم النمو العاطفي و الفكري والاجتماعي الشامل.

- **العلاقة بالدراسة الحالية :**

هذه الدراسة مهمة لأنها تدرس نفس الفئة العمرية لدراستنا في السياق الجزائري، وتدعم فرضية الدراسة الحالية حول تأثير الأجهزة الرقمية على الصحة النفسية للأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة .

- **دراسة بن سعادة وكناوي (2025):**

أجريت الدراسة بعنوان: "الأطفال واستخدام الأجهزة الإلكترونية: من الاكتشاف إلى الإدمان"

- **مشكلة الدراسة :**

ماهي المخاطر المرتبطة بالاستخدام المسيء للأجهزة الرقمية، مثل الأجهزة اللوحية والهواتف الذكية و غيرها في نمو الأطفال على جوانب مختلفة من حياتهم ؟

كيف نبعد الأطفال عن الهواتف الذكية والأجهزة الرقمية الأخرى؟- ما الذي يمكن فعله لمنع هذا الإدمان؟

- **أهداف الدراسة :**

- بحث المخاطر المرتبطة بالاستخدام المفرط للأجهزة الرقمية مثل الأجهزة اللوحية والهواتف الذكية على نمو الأطفال النفسي و المعرفي و البدني ؛

- تحليل بين مدة الاستخدام و الصحة النفسية؛

– فحص تأثير الاستخدام المفرط على النمو المعرفي و اللغوي لدى الأطفال؛

– الكشف عن مؤشرات الإدمان الرقمي المبكر لدى الأطفال .

– **المنهج:** تحليلي استكشافي.

– **النتائج:**

تسلط البيانات الضوء على مخاطر كبيرة مرتبطة بالاستخدام المفرط أو غير الخاضع للإشراف، بما في ذلك تأخر النمو المعرفي واللغوي، وانخفاض النشاط البدني، واضطرابات النوم، وتحديات الصحة النفسية؛

الإفراط في استخدام الشاشات غالباً ما يحل محل الأنشطة الأساسية غير المتصلة بالإنترنت، مثل التفاعلات المباشرة واللعب البدني والقراءة.

يؤثر على المهارات الاجتماعية و التنظيم العاطفي والصحة البدنية .

– **التوصيات:**

تشجيع الأنشطة البديلة، وإنشاء مناطق خالية من التكنولوجيا، وتوعية الأطفال بالاستخدام الرقمي المسؤول؛

وضع حدود واضحة، والإشراف على المحتوى، وتشجيع الأنشطة البدنية، وتعزيز التفاعل بين الأفراد، والقدوة الحسنة، وتوفير مساحات وأوقات خالية من الشاشات، والتوعية بالاستخدام المسؤول للتكنولوجيا، يمكننا ضمان تنمية علاقة صحية ومتوازنة بين الأطفال والأجهزة الرقمية.

الاستعمال غير المراقب للأجهزة الرقمية قد يؤثر على السلوك و الانفعالات لدى الأطفال ويبرز دور التوجيه الأبوي في الحماية .

العلاقة بالدراسة الحالية :

هذه الدراسة مهمة لأنها تركز على السلوكيات و الانفعالات في السياق الجزائري، وتدعم فرضية الدراسة الحالية حول تأثير الأجهزة الرقمية على الصحة النفسية للأطفال دون الخامسة.

- دراسة بن عيسى (2023):

أجريت الدراسة بعنوان:علاقة مدة استعمال الأجهزة الرقمية بالسلوك الاجتماعي و الانتباه لدى أطفال الروضة.

- مشكلة الدراسة :

ما هو تأثير مدة استعمال الأجهزة الرقمية على السلوك الأطفال الاجتماعي و الانتباه؟

- أهداف الدراسة :

- دراسة العلاقة بين مدة الاستعمال و السلوك الاجتماعي و الانتباه لدى الأطفال دون خمس سنوات؛
- الكشف عن اثر الاستخدام المفرط على الانتباه و التركيز لدى الأطفال؛
- دراسة تأثير الأجهزة على النمو اللغوي و التواصل؛
- تحديد دور الأسرة في تنظيم استخدام الأجهزة الرقمية لدى الأطفال.
- **المنهج:** الوصفي التحليلي.
- العينة: 110طفلا من رياض مختلفة في ولايات (الجزائر،البليدة ووهران).
- **الأدوات:** - الاستبيان ،مقياس الصحة النفسية للأطفال و الملاحظة العيادية.
- **النتائج:**
- زيادة وقت الشاشة ارتبط بانخفاض المشاركة الاجتماعية؛
- وجود صعوبات انتباه عند الأطفال ذوي الاستعمال العالي للشاشات؛
- الاستعمال المشترك مع الأولياء قام بدور مختلف للتأثيرات .
- **الخلاصة:**

التعرض الغير غير المراقب يؤثر على السلوك الاجتماعي و الانتباه بينما التوجيه الأبوي يحد من التأثير السلبي.

- **العلاقة بالدراسة الحالية :**

هذه الدراسة الأقرب لموضوعنا لأنها أنجزت في السياق الجزائري وتناقش نفس الفئة العمرية.

2- 2-الدراسات العربية:

- **دراسة: العوامي (2023):**

أجريت الدراسة بعنوان: " أثر استخدام الأجهزة الذكية على الأطفال من وجهة نظر الأمهات"

- **مشكلة الدراسة :**

- ما مدي تأثير الهواتف الذكية على أطفالنا من وجهة نظر الأمهات؟

- **أهداف الدراسة :**

- مستوي استخدام الأطفال للأجهزة الذكية على الأطفال من وجهة نظر الأمهات؛

- اثر استخدام الأجهزة الذكية على الأطفال حسب الأبعاد(الاجتماعية الصحية السلوكية النفسية, المتابعة والرقابة)؛

- التعرف على الفروق في استخدام الأجهزة الذكية من حيث متغيرات(عمر الطفل، عدد الأطفال وعدد ساعات الاستخدام من وجهة نظر الأمهات).

- **المنهج:** الوصفي التحليلي.

- **العينة:** تم اختيار العينة باستخدام العينة العشوائية البسيطة وطبق الاستبيان على (125) أم من المعلمات الأمهات في المدارس الابتدائية البالغ عددها (10) مدار س وكان توزيع العينة وفق متغيرات الدراسة وهي (عمر الطفل, وعدد الأطفال, وعدد ساعات الاستخدام للهاتف).

-**الأدوات:** - استخدم الباحث الاستبيان كأداة لجمع البيانات من الأمهات.

- **النتائج:**

– إن استخدام الهاتف الذكي لساعات طويلة له تأثير على الأطفال،ويشير ذلك إلى أن استخدام الأطفال للهاتف الذكي ولساعات طويلة له تأثير على صحة وسلوكيات الأطفال بشكل عام وكلما تقدم الأطفال في العمر كلما كان هناك تأثير نفسي وانفعالي عليهم جراء استخدام هذه الأجهزة.

- **التوصيات:**

– ضرورة العمل على ترشيد استخدام الهواتف الذكية بالنسبة للطفل ويكون الاستخدام تحت إشراف ولي الأمر وخاصة في هذه المرحلة العمرية المهمة؛

– توعية أولياء الأمور باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي للحد من أثارها السلبية وتعزيز دورها الايجابي في حياتهم ومجتمعهم؛

– تحديد الأولياء وقتا لتفاعل الطفل مع الهاتف الذكي؛

– توفير أنشطة رياضية وترفيهية وتعليمية للطفل لتقليل من لجوئه لهذه الأجهزة وملئ وقت الفراغ وممارسة الهوايات وتنمية القدرات والمهارات.

- **دراسة: حمدان (2022):**

أجريت الدراسة بعنوان: "استخدام الأجهزة الإلكترونية وأثرها على سلوك الأطفال من وجهة نظر الوالدين"

- **مشكلة الدراسة :**

ما مدى تأثير استخدام الأجهزة الإلكترونية على حياة الطفل السلوكية والتعليمية والصحية؟

- **أهداف الدراسة :**

الكشف عن العلاقة بين استخدام الأجهزة الإلكترونية والتحصيل الدراسي للطفل ؛

بيان أثر استخدام هذه الأجهزة على ظهور السلوك العدواني لدى الأطفال ؛

– دراسة العلاقة بين المستوى التعليمي والاقتصادي للأسرة ومدى امتلاك الأطفال لهذه الأجهزة؛

– معرفة مدى ارتباط استخدام الأجهزة الإلكترونية بمظاهر الانعزال والانطواء الاجتماعي؛

– تحديد طبيعة العلاقة بين الاستخدام وبين الصحة العامة للطفل .

– **المنهج:** الوصفي التحليلي.

– **العينة:** – طبقت الدراسة على عينة مكونة من (411) من أولياء الأمور في محافظة جدة و تشكلت من (294) أباً و(117) أماً.

– **الأدوات:** – استخدم الباحث الاستبيان كأداة لجمع البيانات من الوالدين.

– **النتائج:** – ارتباط استخدام الأجهزة الإلكترونية بتغيرات في السلوك الاجتماعي، ما قد يؤدي إلى الانعزال والانطواء إذا لم يتم تقنين الاستخدام؛

– دور المستوى الاقتصادي والتعليمي للأسرة كعامل مؤثر في كيفية امتلاك الأطفال للأجهزة وطريقة رقابتهم.

– **التوصيات:**

– إشراك الأطفال في وضع قواعد منزلية واضحة تحدد (الوقت، المكان، والمدة) المسموح بها لاستخدام الأجهزة؛

– تدريب الأطفال على مهارات الحفاظ على المعلومات الشخصية وعدم مشاركتها مع الغرباء عبر الفضاء الرقمي؛

– تعليم الأطفال مبادئ الأخلاق الرقمية بعدم تداول معلومات أو صور تخص الأصدقاء أو العائلة دون إذن؛

– المنع التام لتناول الوجبات الغذائية أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية لتجنب الاضطرابات الصحية وتشتت الانتباه.

– دراسة: د– حمودة(2019):

أجريت الدراسة بعنوان: "أثر استخدام الأجهزة الذكية على الصحة النفسية لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة ".

- **مشكلة الدراسة :**

- هل هناك اثر عند استخدام الأجهزة الذكية على الصحة النفسية لد الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة ؟

- **أهداف الدراسة :**

- الكشف عن تأثير استخدام أجهزة الذكية على الصحة النفسية للأطفال؛

- التعرف على مدى استخدم الأجهزة الذكية بين أطفال في المرحلة الطفولة المبكرة؛

- التحقيق في استخدام الأجهزة الذكية بين الأطفال في المرحلة المبكرة من طفولتهم .

- **المنهج:** الوصفي التحليلي.

- **العينة:** يتكون مجتمع الدراسة من أطفال في مرحلة الطفولة المبكرة في جمهورية مصر العربية، حيث تم اختيار عينة عشوائيا ويبلغ حجم العينة (160) طفل.

- **الأدوات:** استخدم الباحث الاستبيان كأداة لجمع البيانات من أهل العينة.

- **النتائج:**

- استخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة ومن ضمنها الهواتف الذكية باتت ضرورة وأمر ذو أهمية لا مفر منه لدى جميع فئات المجتمع؛

- أثبتت دراسات علمية التأثير السلبي للإشعاعات الصادرة من شاشات الأجهزة الإلكترونية على الأطفال، في حين نفت دراسات أخرى امتصاص هذه الأشعة من قبل الأطفال دون 14 شهرا؛

- أثبتت الدراسات بعض الجوانب السلبية، كامتصاص الجسم والدماغ للأشعة الكهرومغناطيسية ممكن أن تسبب هذه الموجات مخاطر في المستقبل فإن الأطفال هم الأكثر عرضة لتلك المخاطر نظرا لعدم تطور جهازهم العصبي، بالإضافة لاضطرابات

النوم والقلق مما يؤثر على حالتهم النفسية ومن الممكن أن يدخلهم في حالة غضب وتوتر.

- **التوصيات:**

- بناءا على الدراسات فإنه من الضروري إدخال الهواتف الذكية لعالم الأطفال لما لها من آثار ايجابية مستقبلا ولكن تحت إشراف الأهل ولفترات محدودة؛

- التأكد من المحتوى الذي يستخدمه الطفل بأن يكن مجهز للفئة العمرية المتوافقة مع سنه، بالإضافة للتأكد بأن المحتوى تعليمي ويكسب الطفل مهارات معينة؛

- الوالدين هم القدوة الأولى والرئيسية لأطفالهم، فيكتسبوا منهم عاداتهم وما يشاهدون منهم فيجب عليهم انتباه لطريقة استخدام هواتفهم الذكية أمام أطفالهم، وفترات استخدامها لأنها عادة مكتسبة لدى الأطفال كما أن انشغال الأهل لفترات طويلة بالهاتف من الممكن أن يترك أثر نفسي لدى الطفل بالإهمال ولامبالاة به .

2-3- دراسات أجنبية:

- دراسة Cho & Byeon (2021) :

أجريت الدراسة بعنوان: ."الإدمان الرقمي و التعلق المرضي بالهواتف الذكية"

- **مشكلة الدراسة :**

- كيف يؤدي غياب الرقابة الو الدية الواعية المباشرة واستبدالها برعاية الأجداد (التي يغلب عليها التدليل) أو استخدام الهاتف كـ "مهدئ وملهي رقمي" للطفل أثناء انشغال الوالدين بالمسؤوليات؟

- **أهداف الدراسة :**

- الكشف عن العلاقة الارتباطية و الطردية بين الحالة الوظيفية للأم (عمل الأم) وظهور مؤشرات التعلق الرقمي المرضي لدى الأطفال؛

- قياس الدور الوسيط لغياب الرقابة الو الدية المتمثل في تدليل الأجداد، واستخدام الأجهزة كمهدئات رقمية؛

– تحديد مدى تأثير هذا التعلق الرقمي على تدني وتراجع المهارات الاجتماعية والتفاعلية للطفل.

– **المنهج:** الوصفي الارتباطي والتحليلي.

– **العينة:** تكونت عينة الدراسة من مجموعة من الأطفال (في مرحلة الطفولة المبكرة والمستهدفة بالرعاية) وأمهاتهم وآبائهم في كوريا الجنوبية، حيث تم اختيار عينة طبقية عشوائية شملت الأسر التي تعمل فيها الأمهات بانتظام وتعتمد على بدائل رعاية متنوعة لتغطية فترة غيابهن.

– **الأدوات:** مقياس الإدمان والنزوع للتعلق بالهاتف الذكي للأطفال، استبيان و مقياس المهارات الاجتماعية للأطفال.

– **النتائج:**

– وجود علاقة طردية قوية بين عمل الأم الطويل وغياب الرقابة الوالدين الفعّالة، مما يرفع نسب التعلق المرضي بالأجهزة الرقمية؛

– تبين أن استخدام الهاتف كبديل للرعاية لإلهاء الطفل أثناء الأعمال المنزلية يعزز لديه الاعتمادية النفسية على الجهاز كملجأ وحيد للتنظيم العاطفي ؛

– وجود علاقة عكسية بين التعلق الرقمي والمهارات الاجتماعية؛ فكلما ارتفعت مؤشرات الإدمان الرقمي، انخفضت قدرة الطفل على التواصل البشري، التعاطف، والتفاعل الاجتماعي السليم.

– **التوصيات:**

– تثقيف الأجداد وكبار السن الذين يتولون رعاية الأطفال وتدريبهم على آليات الضبط الرقمي اللطيف لحماية الأطفال من التدليل المفرط في هذا الجانب؛

– إدراج برامج تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال في الروضات والمدارس للتعويض عن العزلة الرقمية؛

– تجنب استخدام الأجهزة الذكية كأدوات لإسكات الطفل أو إلهائه، واستبدالها بنشاطات تفاعلية حركية أو ألعاب تنمي الذكاء الاجتماعي والجسدي.

– **العلاقة بالدراسة الحالية :**

أثبتت وجود علاقة طردية بين عمل الأم وغياب الرقابة الوالدين التدليل من الأجداد كما في الحالة الثانية، أو استخدام الهاتف لتهدئة أثناء الأعمال المنزلية كما في الحالة الثالثة وبين ارتفاع مؤشرات التعلق الرقمي المرضي وتدني المهارات الاجتماعية للطفل وهذا ماتناولناه في دراستنا.

– دراسة جراتيسياما و آخرون (2020):

أجريت الدراسة بعنوان: " استخدام الأجهزة الرقمية و المهارات اللغوية لدى الأطفال بين8اشهر و36شهر" .

– **مشكلة الدراسة :**

– ما مدى تأثير استخدام الأجهزة الرقمية ومهارات اللغة لدى الأطفال بين8اشهر و36شهر؟

– **أهداف الدراسة :**

– تقييم العلاقة بين استخدام الأجهزة الرقمية و القدرات لدى الأطفال الذين تتراوح أعمارهم مابين8اشهر و36شهر .

– **المنهج:** دراسة ميدانية – مقارنة.

– **العينة:** 260طفلا تتراوح أعمارهم مابين8 أشهر و36شهر.

– **الأدوات:** – المقابلة نصف موجهة و استبيان.

– مقياس ماك آرثر–بيتس لتطور التواصل الأفعال والإيماءات.

- **النتائج:**

- طول مدة الأجهزة الرقمية يرتبط بانخفاض مهارات التعبير بالإيماءات و التقليد لدى الأطفال من 8أشهر و17شهرا وانخفاض المهارات اللغوية لدى الأطفال من 18 شهر الى36شهرا .

- **التوصيات:**

- ينصح الآباء بالحد من استخدام الأطفال للأجهزة الرقمية و تشجيعهم على التفاعل الاجتماعي لدعم تعلم اللغة ومهارات التواصل لهذه الفئة العمرية.

- **العلاقة بالدراسة الحالية :**

- تدعم فرضية تأثير الشاشة على اللغة و الجانب الاجتماعي لدى الأطفال اقل من خمس سنوات.

- **دراسة تشو و تشو (2015):**

أجريت الدراسة بعنوان: "تأثير استخدام الأطفال الصغار المفرط لألعاب الهواتف الذكية على الجانب الاجتماعي و مشكلاتهم السلوكية ".

- **مشكلة الدراسة :**

تزايد اضطرابات النوم لدى الأطفال نتيجة الاستخدام الليلي لأجهزة الرقمية.

- **أهداف الدراسة :**

- فحص العلاقة بين استعمال الأجهزة الرقمية و تأثيرها على الجانب الاجتماعي والسلوكي؛

- دراسة تأثير ذلك على القلق و المزاج.

- **المنهج:** وصفي ارتباطي.

- **العينة:** 147امهات و معلمات 147 طفلا من (3-5سنوات).

- **الأدوات:** استبيان و مقابلات مع أولياء الأمور.

- **النتائج:**

– كلما زاد استخدام الأطفال لهذه الألعاب بشكل مفرط تأثر سلوكهم الاجتماعي بشكل سلبي أكثر و كلما زاد انغمارهم في استخدام الألعاب الهاتف الذكي زادت مشكلاتهم السلوكية.

– **التوصيات:**

تقنين استعمال الأجهزة الرقمية وضرورة المراقبة الو الدية للمحتوى وتحديد وقت لايتجاوز ساعة واحدة .

العلاقة بالدراسة الحالية: تعزز هذه الدراسة فرضية تأثير الأجهزة على الصحة النفسية عبر بوابة النوم.

2-4 التعقيب على الدراسات السابقة:

قام عدد من الباحثين في الدراسات السابقة بتناول موضوع دراستنا الحالية ،سواء من خلال احد متغيري الدراسة أو كلاهما ،كما تم دراسة متغير الصحة النفسية لدى فئات مختلفة وعينات متعددة ،و بالرجوع إلى الدراسات السابقة ،سواء العربية منها أو الأجنبية نجد انه يمكن استخلاص عدد من الملاحظات و مجموعة من نقاط التشابه و الاختلاف تمثلت فيما يلي :

من حيث المتغيرات: اهتمت معظم الدراسات السابقة في حدود اطلاعنا بدراسة الصحة النفسية بمتغيرات مختلفة عن متغير الدراسة الحالية ،ماعدا دراسة واحدة تناولت موضوع دراستنا بمتغيريها وهي دراسة "بن سعادة وكناوي 2025.

من حيث المنهج: إن جل الدراسات السابقة اعتمدت على المنهج الوصفي من اجل الوصول إلى نتائج و أهداف دراستها كدراسة أمال حمودة 2019،ودراسة حمدان 2022و هو ما يختلف مع دراستنا الحالية ،ولكنها تتشابه مع دراسة " لاليم لونيس و آخرون(2025)،في استخدام المنهج العيادي من اجل الوصول إلى أهداف الدراسة.

من حيث العينة: تجدر الإشارة على أن جل الدراسات السابقة اعتمدت في بحوثها على أفراد عينات كبيرة و بمختلف الجنسيين كدراسة بن سعادة 2025و دراسة أمل حمودة

2019و دراسة تشو وتشو2015 و هو ما يختلف مع دراستنا الحالية ،على عكس دراسة لونيس وآخرون الذين اعتمدوا في دراستهم على دراسة حالات ،وهو ما يتشابه و يتوافق مع دراستنا الحالية التي تعتمد على دراسة حالات أيضا.

من حيث الحدود الزمنية والمكانية: تنوعت الدراسات السابقة العربية والأجنبية و اختلفت من ناحية الحدود المكانية والزمنية مع الدراسة الحالية كدراسة حمدان 2022بالعربية السعودية على عكس الدراسات المحلية التي نتشارك معها في نفس المجتمع الجزائري ونختلف من ناحية الإقليم الولائي كدراسة بن سعادة 2025 و دراسة بن عيسى 2022.

من حيث الفئة:لا يخفى علينا بالذكر أن اغلب الدراسات السابقة في حدود اطلاعنا كانت تركز على دراسة الصحة النفسية لدى الأطفال اقل من خمس سنوات جراء التعلق بالأجهزة الرقمية ،أما من الجانب الانفعالي أو السلوكي أو المعرفي أو تأثير على القدرات العقلية للطفل حسب أهداف كل دراسة مما أدى إلى إهمال التكافل الأسري ودور الولي أو المكلف بالرعاية ،في الحالة التي يصل إليها الطفل ألا و هي مرحلة التعلق المرضي كبديل للموضوع الأصلي .

من حيث الأداة: تتشابه الدراسة الحالية مع دراسة لونيس و اخرون ،2025من ناحية استخدام أدوات تمثلت في الملاحظة العيادية والمقابلة نصف موجهة.

3- إشكالية الدراسة:

أدى الانتشار الواسع للأجهزة الرقمية في السنوات الأخيرة إلى تغير واضح في أنماط تربية الأطفال و أساليب تفاعلهم مع محيطهم الأسري و الاجتماعي فقد أصبح الطفل في سن مبكرة لا يتجاوز أحيانا السنتين أو الثلاث سنوات يقضي وقتا طويلا أمام الشاشات ، ورغم ما توفره هذه الأجهزة من محتويات تعليمية و ترفيهية إلا أن العديد من المختصين في علم النفس ،و التربية يحذرون من أثارها السلبية المحتملة على النمو النفسي و الانفعالي و الاجتماعي للأطفال خاصة في مرحلة الطفولة المبكرة التي تعد

مرحلة حساسة في بناء الشخصية ، و النمو العقلي والجسمي للطفل بشكل متسارع وتأثر مباشر بالبيئة المحيطة به واخذ كل ما يلاحظه من سلوك سواء جيد أو السيئ.

ومن خلال الملاحظة العيادية و المقابلات نصف موجهة مع الأولياء لوحظ ظهور مشكلات متعددة لدى بعض الأطفال مثل العصبية المفرطة نوبات الغضب ضعف التركيز اضطرابات الأكل ،النوم و العزلة الاجتماعية والتي يرجح ارتباطها بتعلق الأطفال باستعمال الأجهزة الرقمية،وعليه تتحدد إشكالية الدراسة الحالية في التساؤلات التالية:

1- ماهي السلوكات التي تلاحظ لدى الحالة عند استخدام الجهاز الرقمي ؟

2- هل توفر هذه السلوكات معطيات لقياس التعلق بالأجهزة الرقمية؟

4) فرضيات الدراسة:

- السلوكات التي تلاحظ لدى الحالة عند استخدام الجهاز الرقمي سلوكات حركية و معرفية.

- توفر السلوكات معطيات لقياس التعلق بالجهاز الرقمي .

5) أهداف الدراسة:

- وصف أنماط استعمال الأجهزة الرقمية لدى الطفل محل الدراسة (مدة الاستخدام، نوع الجهاز، نوع المحتوى، توقيت الاستعمال)؛

-تحليل مظاهر الصحة النفسية لدى الطفل(الانفعالات، السلوك، النوم،الانتباه،التفاعل الاجتماعي ،اللغة)؛

- الكشف عن العلاقة بين مدة الاستعمال الأجهزة الرقمية و بعض الاضطرابات أو المؤشرات النفسية مثل: القلق ،الغضب الشديد ،ضعف الانتباه ،الانسحاب الاجتماعي ،تأخر اللغة؛

- تحليل التغيرات السلوكية و الانفعالية التي تظهر على الطفل قبل و أثناء و بعد استعمال الأجهزة الرقمية؛

– اقتراح توصيات نفسية و تربوية موجهة للأولياء و المربين و المكلفين برعاية الأطفال للحد من الآثار السلبية و تعزيز الاستعمال الأامن.

6) أسباب اختيار الموضوع:

تم اختيار دراسة الصحة النفسية واستخدام الأجهزة الرقمية لدى الأطفال دون سن الخامسة بناءً على المبررات التالية:

– **الأسباب الذاتية :**

– الميل الشخصي و الاهتمام بالصحة النفسية للأطفال وخاصة في مرحلة الطفولة المبكرة

– حداثة الموضوع وقلة التطرق لدراسات مماثلة وخاصة فئة اقل من خمس سنوات، حيث يعتبر موضوع الوقت الراهن، وتصنيفه ضمن حالات الإدمان التي تحدث عند الإنسان كالمخدرات وماشابه ذلك وإعطاءه تسمية الإدمان الرقمي؛

– مواجهة حالات فعليا من الأطفال الذين يعانون من التعلق المرضي بالأجهزة الرقمية مما دفعنا لاختيار هذا الموضوع للوقوف على الأسباب الحقيقية و الظروف المساعدة التي تجعل الطفل يتعلق بالأجهزة الرقمية وتصبح الموضوع البديل الخاص بالتعلق.

– **الأسباب الموضوعية :**

– طبيعة و أهمية الموضوع من الجانب الأكاديمي ،و ذلك لان تعلق الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة باستخدام الأجهزة الرقمية موضوع يستحق الدراسة لتأثيره على التكيف الأسري والصحة النفسية للأطفال؛

– تفشي ظاهرة التعلق المرضي لدى الأطفال اقل من خمس سنوات بالأجهزة الرقمية سواء بغرض التهدئة أو الترفيه أو التعلم أو التفاخر؛

– أهمية التركيز على الدعم النفسي للأطفال اقل من خمس سنوات و تدخل الآباء في استخدام الأجهزة الرقمية لدى أطفالهم سواء سلبا أو إيجابا.

7) أهمية الدراسة: تتمثل أهمية الدراسة في العديد من النقاط منها :

– تركيز الدراسة على فئة أطفال اقل من خمس سنوات ،لكونهم في مرحلة حساسة جدا وفترة النمو المعرفي والعقلي والجسمي المتسارع؛

– استغلال نتائج الدراسة في إثراء الدراسات العيادية حول التعلق المرضي بالأجهزة الرقمية عند الأطفال اقل من خمس سنوات؛

– محاولة تزويد الباحثين و المربين بمعطيات يمكن الاستفادة منها في وضع استراتيجيات تدخل و برامج علاجية وبدائل ترفيهية لتجنب الأطفال التعلق المرضي بالشاشات .

8) المفاهيم الإجرائية:

1-الصحة النفسية: تقاس من خلال مجموعة من السلوكيات و المظاهر مثل مستوى العصبية، نوبة الغضب، جودة النوم، اضطراب الأكل، القدرة على التركيز، التفاعل الاجتماعي و الاستقرار الانفعالي.

2- الأجهزة الرقمية: هي أي جهاز عرض يتم التحكم فيه الكترونيا ،سواء يتم تشغله عن طريق جهاز تحكم عن بعد مثل جهاز التلفزيون أو عن طريق اللمس المباشر مثل الهاتف الذكي والأجهزة اللوحية.

3- الطفولة المبكرة: هو كل طفل يتراوح عمره بين سنتين و خمس سنوات و مدرج ضمن العينة الميدانية للدراسة ويقيم مع أسرته إقامة دائمة خلال فترة جمع البيانات.

4- التعلق بالأجهزة الرقمية: هو درجة اعتماد الطفل النفسي و السلوكي على الأجهزة الرقمية ويلاحظ من خلال مؤشرات مثل: رفض التخلي عن الجهاز، نوبات الغضب عند منعه ،الانشغال المستمر بالشاشة وتفضيلها على اللعب والتفاعل مع الآخرين.

الفصل الثاني :الإجراءات المنهجية للدراسة .

الدراسة الأساسية.

1)حدود الدراسة الأساسية.

2)حالات الدراسة الأساسية.

3)منهج الدراسة الأساسية.

4)أدوات الدراسة الأساسية.

الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية للدراسة.

- الدراسة الأساسية:

بعد تحديد حالات الدراسة التي كانت حول موضوع "الصحة النفسية واستعمال الأجهزة الرقمية لدى الأطفال اقل من خمس سنوات "،لقد قمنا بأول خطوة وهي وضع مخطط عمل ميداني وذلك من خلال إجراء مقابلات نصف موجهة مع أولياءهم ،ووضع شبكة ملاحظة عيادية ، من اجل أن يتم التحقق من صحة الفرضية المطروحة. وتحقيق الأهداف المسطرة.

1- منهج الدراسة الأساسية :

حاولنا اختيار المنهج المناسب تبعا لطبيعة الدراسة والأهداف المرجوة ، وبما أن دراستنا تتناول موضوع "الصحة النفسية واستعمال الأجهزة الرقمية لدى الأطفال اقل من خمس سنوات"، فقد اعتمدنا على دراسة حالة وهي من مناهج البحث العيادي ، وذلك من اجل الفهم العميق لحالات الأطفال اقل من خمس سنوات والكشف عن معاناتهم ،و ذلك من خلال الاعتماد على مجموعة من أدواته .

2-أدوات وتقنيات الدراسة الأساسية:

كما هو معروف فان أي دراسة لموضوع أو ظاهرة نفسية تقتضي إتباع مجموعة من الخطوات واستخدام أدوات وتقنيات ملائمة لجمع المعطيات ،المعلومات والبيانات المرتبطة بموضوع الدراسة وقد اعتمدنا في دراستنا الحالية على المقابلة العيادية نصف موجهة مع الأولياء و الملاحظة العيادية لكل حالة على حدا لجمع المعلومات والبيانات.

2-1- الملاحظة العيادية :

تم الاعتماد على الملاحظة العيادية كتقنية بصرية منظمة لرصد سلوك الأطفال (أقل من 5 سنوات) في بيئتهم خلال نشاطاتهم اليومية العادية ، لم تكن الملاحظة مجرد مشاهدة بل تم التركيز فيها أيضا على تسجيل لغة جسد الطفل، وتواصله البصري، وقد نفذت ميدانيا من خلال رصد السلوك الحركي و البصري قبل وأثناء وبعد استعمال الجهاز الرقمي كما أنه رصد رد فعل الطفل عند سحب الهاتف الذكي منه من قبل والده أثناء تواجدي معهما .

- **تعريفها: هي عملية مراقبة أو مشاهدة لسلوك الظواهر والمشكلات والأحداث** مكوناتها المادية، البيئية، ومتابعة سيرها والاتجاهات علاقتها بأسلوب علمي منظم ومخطط هادف يقصد به التفسير وتحديد العلاقة بين المتغيرات والتنبؤ بسلوك الظاهرة وتوجيهها لخدمة أغراض الإنسان وتلبية احتياجاته .(عليان 2008.ص 120).

- يقول (غرايبه غدري و آخرون ،1977 ص 33)، الملاحظة العلمية هي "الاعتبار المنتبه للظواهر والحوادث بقصد تفسيرها واكتشاف أسبابها والوصول إلى القوانين التي تحكمها .

- الملاحظة تعني الانتباه المقصود و الموجه نحو سلوك فردي أو جماعي معين بقصد متابعة ورصد تغيراته ليتمكن الباحث بذلك من وصف وتحليل أو وصفه و تقويمه. (عطوي .2007.ص120).

2-2- المقابلة العيادية نصف موجهة:

أما المقابلة العيادية نصف الموجهة، فقد وظفناها كحوار مرن مع أولياء الأمور مستعينين بدليل مقابلة يضم محاور أساسية أعددناها مسبقا مثل:(وقت الاستخدام ، ساعات الاستخدام وتغيرات الانفعالية والسلوكية التي حصلت لي الطفل بعد التعلق بالجهاز الرقمي)،وذلك بالاعتماد على الجانب النظري و الدراسات السابقة، هذه التقنية أتاحت لنا كشف خفايا علاقة الطفل بالجهاز الرقمي.

بدأنا المقابلة مع الأولياء بإيضاح أن هذه الدراسة الميدانية هي لغرض دراسي فقط لأجل فهم طبيعة تعامل الطفل مع الجهاز الرقمي و السلوكات الناتجة عن استعمال المفرط و التعلق المرضي ، حيث كنا نترك المجال للولي لتفريغ ثم نتدخل بسؤال حسب طرح الذي قدمه .

- **تعريفها:** المقابلة هي عبارة عن وسيلة شفوية، عادة تكون مباشرة، هاتفية أو تقنية، لجمع البيانات يتم من خلالها سؤال فرد، خبير عن معلومات لا تتوفر عادة في الكتب أو المصادر الأخرى .(هشام، 2007،ص125).

3- حدود الدراسة الأساسية :

لكل دراسة علمية مجموعة من الحدود و المجالات الزمنية ، و المكانية ، التي تسهم في تأطيرها لاسيما من الجانب التطبيقي و قد تمثلت حدود دراسة في مايلي :

- الحدود المكانية:تمت الدراسة لثلاثة حالات بولاية سعيدة.

-الحدود الزمنية:لقد تمت هذه الدراسة في الفترة الممتدة من **جانفي**2026 إلى **ماي** 2026.

4- حالات الدراسة الأساسية :

تم إجراء الدراسة على ثلاث حالات لأطفال يعانون من تعلق بالأجهزة الرقمية ،وقد تنوعت هذه الأجهزة و تأثيراتها السلبية على الأطفال قيد الدراسة وقد تم اختبار الحالات بطريقة قصدية ، وبمساعد أولياء أمورهم .

الفصل الثالث : عرض حالات الدراسة و مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات .

1) – عرض حالات الدراسة.

– الحالة الأولى.

– الحالة الثانية.

– الحالة الثالثة.

2) – مناقشة النتائج على ضوء الفرضية .

1- عرض حالات الدراسة :

1- 1- الحالة الأولى:

- البيانات الأولية:

الاسم: ل

- العمر :أربع سنوات وشهرين
- الجنس:ذكر
- الرتبة بين الإخوة: الأول.
- المستوى الدراسي للولي: السنة الثانية ثانوي.
- مهنة الأب: متقاعد.
- مهنة الأم : عاملة في سلك التعليم .
- عدد الإخوة: أخت واحدة.
- مكان القامة : وسط حضري .
- تاريخ إجراء الدراسة:مارس 2026.

- سبب اختيار الحالة: تم اختيار الحالة بعد ملاحظة تعلق الطفل الشديد بالهاتف الذكي و استعماله لفترات طويلة يوميا إضافة إلى ظهور بعض السلوكات الغريبة مثل: الغضب الشديد ،ضعف التواصل مع الآخرين ،تراجع الرغبة في اللعب الجماعي ، كما صرح الأب بان الطفل أصبح يعتمد على الهاتف أثناء الأكل والنوم.

-أدوات الدراسة : اعتمدت الدراسة على:

-الملاحظة العيادية و المقابلة العيادية نصف موجهة.

- يعيش الطفل مع والديه و أخته الصغيرة في شقة مستقرة و من الناحية المادية ميسور الحال الأب متقاعد والأم تعمل بسلك التعليم ،كما أشار الأب أن الطفل بدأ مشاهدة الفيديوهات منذ سن مبكرة تقريبا سنتان ونص ثم تطور تدريجيا إلى الاستخدام اليومي بشكل منتظم .

- **تاريخ النمائي للحالة:**الحمل و الولادة طبيعية دون مضاعفات ، النمو الحركي طبيعي ، بداية المشي في عمر سنتان وثمان أشهر ، تأخر نسبي للكلام ، النوم غير منتظم.

- **عرض محتوى المقابلات :**

أجريت المقابلة الأولى مع الحالة بتاريخ 2026/03/16على الساعة الرابعة مساءا واستغرقت 30دقيقة، تهدف هذه المقابلة إلى التعرف على ولي أمر الحالة وبناء ثقة علاقة معه بالإضافة إلى جمع معلومات أساسية عليه وعن طفله.

- ولي الحالة أب يبلغ مكن العمر 47سنة متقاعد مستوى الدراسي السنة الثالثة ثانوي، مع العلم الزوجة عاملة بسلك التعليم ويعيش في أسرة ميسورة الحال، يعاني طفل(ل) من التعلق المرضي بالهاتف الذكي.

- **المقابلة الثانية:** أجريت المقابلة مع أب الحالة (ل) بتاريخ 2026/03/23 على الساعة العاشرة صباحا دامت 35دقيقة إلى حسب تصريحات الولي خلال المقابلة الثانية فان الحالة (ل) عند الاستيقاظ مباشرة يطلب الهاتف الذكي من الأب و عندما لا يسلمه له يبدأ بالبكاء حتى يتحصل على الجهاز.

- يستعمل الهاتف في الفراش لمدة حوالي نصف ساعة و يغادر الفراش ومعه الهاتف ، لا يأكل صباحا إلا بعد ساعة و أحيانا أكثر بعد الاستيقاظ بسبب استعمال الهاتف الذكي ،يأكل والهاتف بجنبه على مائدة الفطور وأحيانا يشاهد مقاطع الفيديو ،في غالب الأحيان لا يكمل فطوره أكله ضعيف نوعا ما حسب صرح به الأب أحيانا يأكل والهاتف بيده وبعد فترة يطلب الأكل فنقول له لقد أكلت فيقول كلا لم أأكل بعد لا يعي حتى انه أكل حيث أصبح له بمثابة عمل ميكانيكي غاب الشعور بالشبع والذوق.

لا يستغني على الهاتف حتى نهاية الشحن و انطفاء الهاتف ،مدة الاستعمال من ساعتان حتى ثلاث ساعات متواصلة ، ثم بعد ذلك يطالب بمشاهدة التلفزيون ووضعه على قناته المفضلة الخاصة بالأطفال لمشاهدة الرسوم المتحركة تقريبا معظم النهار .

في المساء حولي الساعة السادسة يطلب الهاتف ولكن لان امنحه إياه بل أعده أنني في الصباح الموالي سأقدم له الهاتف وهكذا.

المقابلة الثالثة : أجريت المقابلة مع أب الحالة ل بتاريخ 2026/03/28 على الساعة العاشرة صباحا دامت 35دقيقة حيث تطرقنا إلى المكان المفضل لديه أثناء استخدام الهاتف حيث صرح الولي أن ابنه لديه مكان منعزل في البيت في غرفة النوم ، أما فيما يخص المحتوى المفضل سماع موسيقى الأطفال رسوم ،وبرامج ترفيهية خاصة بالأطفال ومقاطع فيديو على اليوتوب متعددة أما في يخص اللعب التقليدي فلا يفضل اللعب مع أقرانه ويمل بسرعة عند اللعب بألعابه التقليدية.

أما فيما يخص النوم نومه متقطع، بسبب الخوف يسترجع المقاطع المخيفة التي شاهدها خلال النهار في الهاتف تسبب له أحلام مفزعة، أما في ما يخص تقليد ما يشاهده حسب الأب فانه يقلد ما يشاهده وخاصة مقاطع العنف وبعض الكلام الذي يسمعه، لغته غير سليمة فيها بعض التأتأة وعدم نطق الجيد لبعض الحروف.

1- 2- الحالة الثانية:

- البيانات الأولية:

الاسم: (ر)

-العمر :ثلاث سنوات و4شهر.

-الجنس:أنثى.

- الرتبة بين الإخوة: الثانية.

- المستوى الدراسي للأب: السنة الثالثة ثانوي.

- مهنة الأب: عامل في سلك التعليم .

- مهنة الأم : عاملة في سلك الصحة العمومية .

- عدد الإخوة: اثنان.

- مكان القامة : وسط حضري .

- تاريخ إجراء الدراسة:ابريل 2026.

– **سبب اختيار الحالة: تم اختيار الحالة بعد ملاحظة تعلق الطفلة الشديد بالهاتف الذكي** و التلفزيون و التعلق بهما لفترات طويلة يوميا إضافة إلى ظهور بعض السلوكات الغريبة مثل: الغضب الشديد ،ضعف التواصل مع الآخرين ،تراجع الرغبة في اللعب الجماعي، اضطراب في الأكل والنوم .

كما صرح الأب بان الطفلة أصبحت لا تستطيع الاستغناء عن الهاتف أو التلفزيون .

–أدوات الدراسة: اعتمدت الدراسة على الملاحظة العيادية و المقابلة نصف موجهة.

– تعيش الطفلة مع والديها و أختها الصغيرة و أخوها الأكبر منها في شقة مستأجرة وخلال ذهاب والديها إلى العمل يترك الأطفال في بيت الجد الذي يوجد بجوار بيت أبويها و من الناحية المادية الأب عامل والأم تعمل بسلك الصحة العمومية ،كما أشار الأب أن الطفلة بدأ ت مشاهدة الفيديوهات بالهاتف النقال خلال تواجدها ببيت جدها حيث تمنحها الجدة هاتفها وكذلك جدها بهدف تدليلها. .

– تاريخ النمائي للحالة:الحمل و الولادة قيصرية دون مضاعفات ، النمو الحركي طبيعي ، بداية المشي في عمر سنتان ، تأخر في النوم على الوقت المعتاد.

– **عرض محتوى المقابلات :**

أجريت المقابلة الأولى مع الحالة بتاريخ 2026/03/18على الساعة الخامسة مساءا واستغرقت 30دقيقة، تهدف هذه المقابلة إلى التعرف على ولي أمر الحالة وبناء ثقة علاقة معه بالإضافة إلى جمع معلومات أساسية عليه وعن طفلته.

– ولي الحالة أب يبلغ من العمر 31سنة عامل بسلك التعليم مستوى الدراسي السنة الثالثة ثانوي، الزوجة عاملة في الصحة العمومية وتعيش في أسرة ميسورة الحال، مسؤول عن رعاية الأطفال في غياب الولدين الجدة أي تأخذهم الأم صباحا قبل الذهاب إلى العمل إلى بيت والديها أي جد الأولاد من ناحية الأم .

تعاني طفلة(ر) البالغة من ثلاث سنوات و4شهر من التعلق المرضي بالهاتف الذكي و جهاز التلفزيون.

– **المقابلة الثانية:** أجريت المقابلة مع أب الحالة (ر) بتاريخ 2026/03/25 على الساعة الرابعة ونصف مساءا دامت 35دقيقة حسب تصريحات الولي خلال المقابلة الثانية فان الحالة (ر) عند دخول مباشرة لبيت الجد تطلب الهاتف الذكي من الجدة و عندما ترفض منحها إياه تبدأ بالبكاء حتى تحصل على الجهاز، و أحيانا من الجد و في المساء عند عودة الأم لتأخذ ابنتها من بيت الجد لا تقبل الذهاب مع أمها عكس أخوتها و ذلك لان الأم لا تمنحها الهاتف مثل الجدة وتبدأ بالبكاء و السقوط في الأرض ولا تذهب إلى بيت إلا مع جدها هو الذي يتكلف بإيصالها إلى البيت ويعدها انه في اليوم الموالي سيمنحها الهاتف عند مجيئها عنده ،أما في بيت الوالدين فيصرح الأب أن الحالة تطلب منهم تشغيل جهاز التلفزيون على قناة الخاصة بالأطفال ولا تسمح لهم بتغيير القناة حتى الشروع في النوم .

المقابلة الثالثة : أجريت المقابلة مع أب الحالة ل بتاريخ2026/03/30 على الساعة العاشرة صباحا دامت 35دقيقة حيث تطرقنا إلى المكان المفضل لديها أثناء استخدام الهاتف حيث صرح الولي أن ابنته لا تتفاعل مع إخوتها ولا تلعب معهم وإذا تقربوا منها تضربهم وتشرع في البكاء لديها تواصل بصري رهيب مع الجهاز لا تستجيب بسرعة عند مناداتها ، أما فيما يخص المحتوى المفضل سماع موسيقى الأطفال، رسوم متحركة ،و اليوتوب أما في يخص اللعب التقليدي فلا تفضل اللعب مع أقرانها و تقوم في الغالب بتكسير ألعابها التقليدية، أما فيما يخص النوم تجد صعوبة في الشروع في النوم، بسبب الضوء والأشعة الكهرومغناطيسية الصادرة من التلفزيون .

1- 3- الحالة الثالثة:

- البيانات الأولية:

الاسم: (و)

-العمر :أربع سنوات و6أشهر.

-الجنس:ذكر.

- الرتبة بين الإخوة: الأخير.

- المستوى الدراسي للأب: السنة الرابعة متوسط.

-مهنة الأب: عامل في التكوين المهني .

- مهنة الأم : ماكثة بالبيت.

- عدد الإخوة: ثلاثة إخوة.

- مكان القامة : وسط حضري .

- تاريخ إجراء الدراسة:ابريل 2026.

- سبب اختيار الحالة: تم اختيار الحالة بعد ملاحظة تعلق الطفل الشديد بالهاتف الذكي و التعلق به لفترات طويلة يوميا إضافة إلى ظهور بعض السلوكات الغريبة مثل: الغضب الشديد ،ضعف التواصل مع الآخرين ،تراجع الرغبة في اللعب الجماعي، اضطراب في الأكل والنوم و الخوف .

كما صرحت الأم بان الطفل أصبح لا يستطيع الاستغناء عن الهاتف.

-أدوات الدراسة : الملاحظة العيادية و المقابلة نصف موجهة.

- يعيش الطفل مع والديه و أخته و اخوين ذكور في منزل ملك للأب، كما صرحت الأم بان الطفل يعتمد على الهاتف أثناء الأكل والنوم ، وذكرت الأم أنها تلجأ أحيانا إلى الهاتف لإبقاء الابن هادئا أثناء أداء انشغالها بأداء الأعمال المنزلية.

- تاريخ النمائي للحالة:الحمل و الولادة طبيعية دون مضاعفات ، النمو الحركي طبيعي بداية المشي في عمر سنتان وشهر تقريبا ، النوم غير منتظم مع الخوف .

- عرض محتوى المقابلات :

أجريت المقابلة الأولى مع ولي الحالة بتاريخ2026/04/02على الساعة الخامسة مساءا واستغرقت 30دقيقة، تهدف هذه المقابلة إلى التعرف على ولي أمر الحالة وبناء ثقة علاقة معه بالإضافة إلى جمع معلومات أساسية أولية عليه وعن طفله.

- ولي الحالة أب يبلغ من العمر 50سنة عامل بالتكوين المهني مستوى الدراسي السنة الرابعة متوسط، مع العلم الزوجة ماكثة بالبيت ويعيش في أسرة متوسطة الحال.

حسب تصريح أم الطفل يقوم بطلب الهاتف عند الاستيقاظ مباشرة فتقول الأم أنها تسلمه الهاتف مباشرة بمحض إرادتها فيأخذ الهاتف ويبقى في الفراش حوالي عشرون دقيقة يشاهد في برامجه المفضلة و الخاصة بالأطفال ، ثم اطلب منه الحضور إلى طاولة الإفطار لكي يتناول وجبة الفطور الصباحي يأتي والهاتف معه أحيانا يأكل ويشاهد في نفس الوقت الهاتف ، عند اخذ الهاتف منه يشرع في البكاء والتخبط ،و في المساء وخاصة بعد المغرب عندما تأخذ منه الأم الهاتف أو ينتهي الشحن يأخذ هاتف الأب ،وعند سؤالها هل يلعب مع أقرانه خارج البيت قالت لا يفضل اللعب خارج البيت وأنا كذلك لا اتركه يلعب خارج البيت لأنني أخاف عليه أن يصيبه مكروه أو يذهب إلى مكان دون علمي ، .وتقول الأم أن الأوقات التي تسلمه الهاتف في الغالب هو وقت انشغالها بقضاء حاجات البيت كي لا يزعجها،المحتوى الذي يفضله العاب فيديو ، مشاهدة رسوم وبرامج خاصة بالأطفال.

- **المقابلة الثانية:** أجريت المقابلة مع ولي الحالة (و) بتاريخ 2026/04/15 على الساعة الرابعة ونصف مساءا دامت 35دقيقة، حسب تصريحات الأم خلال المقابلة الثانية الحالة (و) يقوم بطلب الهاتف عند الاستيقاظ مباشرة فتقول الأم أنها تسلمه الهاتف مباشرة بمحض إرادتها فيأخذ الهاتف ويبقى في الفراش حوالي عشرون دقيقة يشاهد في برامجه المفضلة و الخاصة بالأطفال على اليوتوب ، ثم اطلب منه الحضور إلى طاولة الإفطار لكي يتناول وجبة الفطور الصباحي يأتي والهاتف معه أحيانا يأكل، ويشاهد في نفس الوقت الهاتف الذكي عند اخذ الهاتف منه يشرع في البكاء والتخبط ،و في المساء

وخاصة بعد المغرب عندما تأخذ منه الأم الهاتف أو ينتهي الشحن يأخذ هاتف الأب ،وعند سؤالها هل يلعب مع أقرانه خارج البيت قالت لا يفضل اللعب خارج البيت وأنا كذلك لا اتركه يلعب خارج البيت لأنني أخاف عليه أن يصيبه مكروه أو يذهب إلى مكان دون علمي ، .وتقول الأم أن الأوقات التي تسلمه الهاتف في الغالب هو وقت انشغالها بقضاء حاجات البيت كي لا يزعجها،المحتوى الذي يفضله العاب فيديو ،مشاهدة رسوم وبرامج خاصة بالأطفال

المقابلة الثالثة : أجريت المقابلة مع أب الحالة ل بتاريخ2026/04/25 على الساعة الثالثة زوالا صباحا دامت 35دقيقة،في هذه المقابلة صرحت الأم أن الحالة(و) في الآونة الأخيرة لوحظ عليه الخوف ، وعدم ذهاب إلى مكان وحده حتى الذهاب لقضاء حاجته بالمرحاض مثلا إلا مع مرافق ، تقول الأم تغيرت سلوكاته بعد تعلقه بالهاتف أصبح كثير البكاء والغضب والعزلة مثلا عند مشاهدته الهاتف إذا حاول احد أخواته مشاركته في المشاهدة يرفض ويغير المكان و يصرخ في وجهه يكون في غرفة عند دخول أمه أو احد إخوته ينتقل إلى غرفة أخرى .

2- مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات :

- ماهي السلوكات التي تلاحظ لدى الحالة عند استخدام الجهاز الرقمي ؟

- السلوكات التي تلاحظ لدى عند استخدام الجهاز الرقمي سلوكات حركية ومعرفية .

2-1الحالة الأولى: (ل) – 4 سنوات و شهرين.

تعد مرحلة الطفولة المبكرة من مراحل طفولة الأساسية في بناء شخصية الطفل وتشكيل وعيه، إلا أن الاستعمال المتزايد للأجهزة الرقمية بات يفرض واقعاً سلوكياً جديداً يحتاج إلى الدراسة ، ومن هذا المنطلق تسعى هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على الأبعاد الميدانية لهذه الظاهرة من خلال البحث في التغيرات السلوكية المباشرة التي تطرأ على الطفل في بيئته الطبيعية جراء التعلق المرضي بهذه الأجهزة الرقمية ولتحديد معالم هذه المشكلة بشكل دقيق، نضع التساؤل الجوهري التالي: ماهي السلوكات التي تلاحظ لدى الحالة عند استخدام الجهاز الرقمي ؟

إن الاستعمال المبكر والمفرط للجهاز الرقمي يترك آثاراً عميقة في بنيتي الطفل النفسية والجسدية وتظهر هذه الآثار في صورة اضطرابات سلوكية تتداخل فيها الأبعاد الحركية والمعرفية والانفعالية ، وهو ما توضحه الأطر النظرية التي تشير إلى أن الجلوس الطويل أمام الشاشات يستبدل الديناميكية الحركية الطبيعية بالخمول.

ظهرت الحالة (ل) تعلقا مرضيا واضحا بالهاتف الذكي، إذ يطلبه فور استيقاظه ويبكي حتى يحصل عليه، ولا يتخلى عنه حتى نفاد شحنه، مع استخدام يومي يتراوح بين ساعتين وثلاث ساعات متواصلة، وهذا ما تؤكده دراسة شو وبيوا (2021) التي كشفت أن استخدام الهاتف لتهدئة يرسّخ لدى الطفل اعتمادية نفسية عميقة على الجهاز، لا سيما حين يغيب التوجيه الوالدي الواعي، وتجدر الإشارة هنا إلى أن عمل الأم في سلك التعليم وتكفّل الأب المتقاعد بالرعاية يُشكّل سياقاً مشابهاً لما رصدته الدراسة ذاتها من أن بدائل الرعاية كالأجداد ترتبط بضعف الحزم الرقمي وإتاحة استخدام غير مشروط للشاشات.

وفي السياق نفسه، توافقت هذه النتيجة مع ما أثبتته **دراسة العوامي (2023)** من أن الاستخدام المطوّل للهاتف الذكي يؤثر تأثيرا مباشرا على سلوكيات الأطفال وصحتهم،

وأن الأطر الأسرية التي تفتقر إلى تقنين واضح لوقت الشاشة تهيئ البيئة المناسبة لتنامي التعلق الرقمي.

من أبرز ما كشفت عنه الحالة (ل) اضطراب واضح في سلوك الأكل، إذ بات تناول الطعام عملاً ميكانيكياً مصحوباً بمشاهدة الهاتف، و صل إلى حد غياب الإحساس بالشبع وعدم الوعي بما يُؤكل. وقد أشارت **دراسة حمدان (2022)** صراحةً إلى ضرورة المنع التام لتناول الوجبات أثناء ممارسة الأنشطة الرقمية، لما يُسبّبه ذلك من اضطرابات صحية وتشتت في الانتباه، وهو ما يُجسّده سلوك الحالة (ل) بدقة كما ربطت **دراسة بن سعادة وكناوي (2025)** بين الإفراط في الشاشات وإحلاله محل الأنشطة الأساسية كالأكل والتفاعل المباشر، مما يُضعفا الوظائف الحيوية اليومية للطفل.

صرح أب الحالة (ل) بأن نوم طفله متقطع ومصحوب بأحلام مفزعة ناجمة عن مقاطع العنف التي يشاهدها خلال النهار. وهذا يتوافق تماماً مع ما خلصت إليه **دراسة تشو وتشو (2015)** من وجود ارتباط وثيق بين الاستخدام المفرط للأجهزة الرقمية واضطرابات النوم والقلق لدى أطفال ما بين ثلاث وخمس سنوات وقد أضافت **دراسة حمودة (2019)** بعدا تفسيريا مهما، إذ أكدت أن التعرض المتواصل لمحتوى الشاشات يُدخل الطفل في حالة من التوتر والخوف تنعكس على جودة نومه واتزانه النفسي، وهو ما يُفسّر باستحضار الحالة (ل) للمشاهد المخيفة في أثناء نومه.

لوحظ على الحالة (ل) تأخر نسبي في الكلام وبعض التأتأة وصعوبة في النطق السليم لبعض الحروف، مع ميل واضح لتقليد مقاطع العنف والكلام المسموع من الهاتف. وتدعم هذه النتيجة ما توصلت إليه **دراسة جراتيسياما وآخرون (2020)** التي أثبتت أن طول مدة استخدام الأجهزة الرقمية يرتبط ارتباطا سلبيا بالمهارات اللغوية لدى الأطفال دون الثلاث سنوات، إذ يتراجع التعبير اللفظي السليم لصالح التقليد الآلي للمحتوى المرئي، كما أكدت **دراسة بن عيسى (2023) أن** الأطفال ذوي الاستخدام المرتفع للشاشات يعانون من صعوبات في التواصل اللغوي الفعّال مقارنة بأقرانهم.

يرفض الحالة (ل) اللعب مع أقرانه ويحجم عن الأنشطة التقليدية، وينعزل في غرفته خلال استخدامه للهاتف. وهذا ما أثبتته **دراسة بن عيسى (2023)** من أن زيادة وقت الشاشة ترتبط بانخفاض المشاركة الاجتماعية وظهور صعوبات انتباه واضحة لدى الأطفال ذوي الاستخدام المرتفع، وتتقاطع هذه النتيجة مع ما خلص إليه دراسة شو وبيوا (2021)

من أن العلاقة بين التعلق الرقمي وتراجع المهارات الاجتماعية علاقة عكسية متصاعدة، فكلما عمّق الطفل ارتباطه بالجهاز ابتعد أكثر عن الفضاء الاجتماعي الحقيقي.

- هل توفر هذه السلوكات معطيات لقياس التعلق بالأجهزة الرقمية؟

- توفر السلوكات معطيات لقياس التعلق بالجهاز الرقمي.

إن تسارع وتيرة التحول الرقمي في البيئة الأسرية المعاصرة أدى إلى بروز ظواهر عيادية مستحدثة تتعلق بمدى ارتباط الطفل بالوسائط التكنولوجية، مما يضع التقييم النفسي أمام محك رصد الحدود الفاصلة بين الاستخدام العادي والارتباط المرضي. ومن هذا المنطلق، يتبلور التساؤل التالي: هل توفر هذه السلوكات معطيات لقياس التعلق بالأجهزة الرقمية؟ وللإجابة عن هذا التساؤل، يتبين أن التعبيرات السلوكية الظاهرية التي يصدرها الطفل تمنحنا مؤشرات موضوعية ملموسة وقابلة للقياس الكمي والكيفي للكشف عن طبيعة هذا الرابط الاستحواذي وتحديد مستوى التعلق بالجهاز الرقمي بدقة.

هذا ما تؤكده دراسة بن عيسى وأسماء سعد أن الاستخدام المفرط للهاتف لساعات طويلة يلقي بظلاله السلبية على صحة و سلوكات الأطفال بشكل عام، ويؤدي تحديداً إلى صعوبة الانتباه والتشتت، ومن زاوية المدرسة التحليلية، فإن الجانب النظري يفسر هذه الديناميكية الانفعالية بأن الجهاز الرقمي يتجاوز كونه أداة للعب ليصبح بمثابة "مُنظِّم انفعالي خارجي"، وعند محاولة نزعه يفشل "الأنا" في التعامل مع الإحباط، فيشعر الطفل بالعجز التام عن ضبط قلقه، مما يدفعه لتفريغه في صورة عدوانية ونوبات غضب اتجاه من يحاول منعه، وهو ما يجسد مفهوم "قلق الانفصال الرقمي" كبديل عن الموضوع الأصلي الذي يتمثل في الأم.

2-2- الحالة الثانية: الطفلة(ر)- 3 سنوات و4 أشهر.

- ماهي السلوكات التي تلاحظ لدى الحالة عند استخدام الجهاز الرقمي ؟

- السلوكات التي تلاحظ لدى عند استخدام الجهاز الرقمي سلوكات حركية ومعرفية .

شهد العقد الأخير تحولات جذرية في البنية الأسرية، كان من أبرز مظاهرها الانتشار الواسع للأجهزة الرقمية وتحوّلها من أداة ترفيهية استثنائية إلى حاجة يومية متجذّرة في الحياة اليومية، وقد طال هذا التحول الفئات العمرية الأكثر هشاشةً وحساسيةً، إذ بات الطفل في مراحل نموه الأولى مرحلة الطفولة المبكرة مُستخدِماً فعلياً لهذه الأجهزة قبل أن تكتمل منظومته المعرفية والانفعالية والحركية،وفي هذا السياق تصاعد الاهتمام بدراسة الانعكاسات النفسية والسلوكية لهذا الاستخدام المبكر، لا سيما في ضوء ما كشفته منظمة الصحة العالمية (2019) من توصيات صريحة بضرورة ومن هذا المنطلق ،يطرح هذا التساؤل :

1- ماهي السلوكات التي تلاحظ لدى الحالة عند استخدام الجهاز الرقمي ؟

ظهرت الحالة (ر) تعلقاً مرضياً مزدوجاً بالهاتف الذكي والتلفزيون معاً، إذ تبكي وتسقط على الأرض رفضاً للذهاب مع أمها التي لا تمنحها الهاتف، وتأبى تغيير قناة التلفزيون حتى لحظة النوم. ويتميز سياق هذه الحالة بعنصر مهم يتمثل في دور الأجداد في تكريس هذا التعلق، وهو ما رصدته دراسة شو و بيوا(2021) بدقة حين أثبتت أن "تدليل الأجداد" كبديل للرعاية الوالدية يرتبط بضعف الحزم الرقمي، مما يُتيح للطفل استخداماً غير مشروط للشاشات ويُرسّخ لديه الاعتمادية النفسية على الجهاز. وقد جاءت حالة (ر) نموذجا حيا على هذه الآلية، إذ أقرّ الأب صراحة بأن الجدة هي من بدأت بمنح الطفلة الهاتف بدافع التدليل.

وتتوافق هذه النتيجة كذلك مع ما أكدته **دراسة العوامي (2023)** من أن غياب الرقابة الو الدية المتّزنة وعدم تحديد وقت واضح للاستخدام يؤديان إلى تنامي التعلق الرقمي لدى الأطفال في هذه المرحلة العمرية الحساسة.

كشفت المقابلات أن الحالة (ر) لا تتفاعل مع إخوتها ولا تلعب معهم، وتضربهم عند اقترابهم منها، وتكسر ألعابها التقليدية، وهي مؤشرات جمعت بين الانسحاب الاجتماعي والسلوك العدواني في أن واحد. وقد توصلت **دراسة بن سعادة وكناوي (2025)** إلى أن الإفراط في استخدام الشاشات يؤثر سلباً على المهارات الاجتماعية والتنظيم العاطفي لدى أطفال ما بين ثلاث وخمس سنوات، بما يتجلى في سلوكيات الغضب والانسحاب. كما أثبتت **دراسة حمدان (2022)** ارتباط الاستخدام المفرط للأجهزة بظهور السلوك العدواني والانطواء الاجتماعي لدى الأطفال حين يغيب التقنين الأسري، وهو ما ينطبق على واقع الحالة (ر) التي تقضي معظم وقتها بعيدةً عن التفاعل الحقيقي مع محيطها الاجتماعي.

صرّح أب الحالة (ر) بأن طفلته تجد صعوبة بالغة في الشروع في النوم بسبب التعرض المستمر لضوء الشاشة والأشعة الكهرومغناطيسية الصادرة عن التلفزيون حتى لحظات النوم وهذا ما أكدته **دراسة تشو وتشو (2015)** حين ربطت بين الاستخدام المتأخر للأجهزة الرقمية واضطرابات النوم والقلق لدى الأطفال في هذه الفئة العمرية، موصية بتقنين الاستخدام وعدم تجاوز ساعة يومية، وفي السياق ذاته، أشارت **دراسة حمودة (2019)** إلى أن الأشعة الكهرومغناطيسية الصادرة عن الشاشات تلحق أضرارا بالغة بالجهاز العصبي غير المكتمل للأطفال الصغار، وتتسبب في اضطرابات النوم والقلق، وهو ما يفسر صعوبة النوم المزمنة التي تعانيها الحالة.

لاحظ الأب أن الحالة (ر) لا تستجيب بسرعة عند مناداتها، ولديها تواصل بصري مكثف مع الشاشة على حساب المحيط الاجتماعي من حولها، وتدعم هذه النتيجة ما توصلت إليه **دراسة بن عيسى (2023)** من أن الأطفال ذوي الاستخدام المرتفع للشاشات يعانون من صعوبات انتباه واضحة وضعف في الاستجابة للمثيرات الاجتماعية، وأن التعرض غير المراقب يؤثر سلبا على التواصل اللغوي والاجتماعي. وتتوافق هذه النتيجة كذلك مع ما أثبتته **دراسة جراتيسياما وآخرون (2020)** من أن الاستخدام المبكر والمفرط للأجهزة

الرقمية يضعف مهارات التواصل والتفاعل الإيمائي لدى الأطفال في المراحل العمرية الأولى.

تنفرد الحالة (ر) بخاصية بارزة تتمثل في تعدد مصادر غياب الرقابة، إذ يتشارك في ذلك الأجداد بالتدليل، والأبوان بانشغالهما المهني، مما أفرز فراغا رقابيا متراكما أسهم في تسريع وتيرة التعلق الرقمي، وقد نبهت دراسة بن سعادة وكناوي (2025) إلى أن الاستعمال غير المراقب يبرز دور التوجيه الأبوي بوصفه عاملا وقائيا جوهريا لا يمكن الاستغناء عنه، وأكدت دراسة حمدان (2022) أن المستوى التعليمي والوعي الأسري يؤديان دورا محوريا في كيفية ضبط استخدام الأطفال للأجهزة ومراقبتهم.

- هل توفر هذه السلوكات معطيات لقياس التعلق بالأجهزة الرقمية؟

- توفر السلوكات معطيات لقياس التعلق بالجهاز الرقمي.

تعدّ ظاهرة التعلق من أكثر الظواهر النفسية تأثيراً في تشكيل شخصية الطفل وبناء علاقاته مع محيطه،غير أن المشهد النفسي المعاصر يكشف عن تحوّل لافت في طبيعة هذا التعلق، إذ لم يعد مقتصرا على الأشخاص(الوالدين)، بل امتد ليشمل الأجهزة الرقمية التي باتت تحتل مكانة وجدانية متقدمة في حياة الأطفال، منتجة أنماطا سلوكية جديدة تستدعي الدراسة والتحليل، ومن هذا المنطلق يطرح هذا البحث التساؤل الجوهري الآتي: هل توفر هذه السلوكات معطيات لقياس التعلق بالأجهزة الرقمية؟

للإجابة عن هذا التساؤل، تكشف المعطيات السلوكية الملاحظة لدى الطفلة (ر) عن مؤشرات دالة تتيح قياس التعلق بالجهاز الرقمي، وذلك من خلال ما تقدمه الحالة يعتبر نموذجا واضحا للتعلق المرضي المرتبط بالبيئة، إذ أصبح بيت الجد يمثل في ذهن الطفلة بيئة محفزة لاستدعاء الجهاز الرقمي بمجرد الدخول إليه، ووفقا لنظرية التعلق لبولبي، فإن البكاء الشديد والسقوط أرضا عند الحرمان من الهاتف يشكلان استجابة احتجاجية تتطابق مع ما وصفه بولبي بـ"سلوك التعلق في مواجهة التهديد بالفقدان"، حيث يعامل الطفل غياب موضوع التعلق باعتباره تهديدا وجدانيا حقيقيا. والأكثر دلالة أن الجهاز بات يحدد طبيعة علاقة الطفلة العاطفية بأمها، إذ تؤثر البقاء في بيئة الجد حيث

تتوفر حرية الاستخدام على مرافقة والدتها التي تفرض قيودا عليها، وهو ما يدل بأن الجهاز الرقمي تجاوز حدود الأداة ليصبح معيارا للقرب والبعد العاطفي ،وقد ربطت دراسة تشو وبيوا (2021) بين غياب الرقابة الو الدية بسبب ظروف العمل وترك الأطفال في رعاية الأجداد وارتفاع مؤشرات الإدمان الرقمي الحاد، وهو ما يتطابق مع سياق حالتنا تماما، إذ أسهم غياب الرقابة في بيت الجد في تعزيز نمط التعلق المرضي بالجهاز .

يشير غياب الاستجابة للنداء اللفظي إلى أن الطفلة تقوم بكف حاسة السمع عن استقبال المثيرات الخارجية لحساب المثيرات البصرية الرقمية، مما يعطل الانتباه المشترك ويضعف التواصل الاجتماعي، وهو ما أكدته دراسة لونيس و آخرون (2025) التي رصدت انخفاضا ملحوظا في مستوى الانتباه لدى الأطفال الذين يشاهدون مقاطع سريعة لأكثر من ساعة يوميا.

وتزيد من عمق هذه الدلالة ظاهرة الانتقال الفوري من الهاتف إلى التلفزيون عند غيابه في بيت الوالدين والسيطرة على قناة الأطفال حتى الشروع في النوم، مما يؤكد أن الحاجة ليست مرتبطة بجهاز بعينه بل بنوع المثير البصري الرقمي في حد ذاته، وهو مؤشر بالغ الأهمية يكشف عن عدم قدرة الطفلة على الاستغناء عن هذه المثيرات حتى في لحظات الانتقال إلى النوم، وهو ما يتقاطع مع ما أثبتته الدراسات من ارتباط التعرض للشاشات قبل النوم بتأخر عملية الخلود إليه واضطراب جودته لدى الأطفال.

2-3 الحالة الثالثة: الطفل(و) 4 سنوات و6 أشهر.

- ماهي السلوكات التي تلاحظ لدى الحالة عند استخدام الجهاز الرقمي ؟

- السلوكات التي تلاحظ لدى عند استخدام الجهاز الرقمي سلوكات حركية ومعرفية .

تعتبر مرحلة الطفولة المبكرة الحجر الأساس الذي تتشكل فيه البنية النفسية والاجتماعية للطفل، حيث يكون شديد التأثر ببيئته المباشرة، وخاصة الأسرة التي يعتمد عليها في اكتساب خبراته عبر التفاعل الحي، إلا أن الانتشار المتسارع للأجهزة الرقمية وتغلغلها في البيئة الأسرية، باتت الشاشات رفيقا يوميا للأطفال في سنواتهم الأولى، وهي

المرحلة الأكثر حساسية من حيث النمو المعرفي والحركي والانفعالي ومن هذا المنطلق، يطرح التساؤل التالي :

1- ماهي السلوكات التي تلاحظ لدى الحالة عند استخدام الجهاز الرقمي ؟

- السلوكات التي تلاحظ لدى عند استخدام الجهاز الرقمي سلوكات حركية ومعرفية .

ظهرت الحالة (و) تعلقا شديدا بالهاتف الذكي، إذ يطلبه فور الاستيقاظ ويرفض التخلي عنه أثناء الأكل والنوم، وهو ما يتوافق مع ما توصلت إليه دراسة شو وبيون (2021) التي أثبتت وجود علاقة طردية قوية بين غياب الرقابة الوالدية الفعّالة وارتفاع مؤشرات التعلق الرقمي المرضي لدى الأطفال، كما كشفت أن استخدام الهاتف لتهدئة أثناء انشغال الأم بالأعمال المنزلية يعزز لدى الطفل الاعتمادية النفسية على الجهاز كملجأ وحيد للتنظيم العاطفي، وهو بالضبط ما صرحت به أم الحالة حين قالت إنها تسلمه الهاتف كي لا يزعجها أثناء قضاء أعمال البيت.

وفي السياق ذاته اكدت دراسة العوامي (2023) أن استخدام الهاتف الذكي لساعات طويلة له تأثير واضح على سلوكيات الأطفال وصحتهم، وأن الاستخدام غير المقنن يفضي إلى تبعية نفسية متزايدة وهو ما ظهر في رفض الحالة (و) القاطع لانتزاع الهاتف منه وانتقاله إلى هاتف الأب فور نفاد شحن هاتف الأم.

لوحظ على الحالة (و) ردود فعل انفعالية حادة عند محاولة أخذ الهاتف منه، تمثلت في البكاء الشديد والتخبط والصراخ، وهو ما يتسق مع نتائج **دراسة بن سعادة وكناوي(2025)** التي خلصت إلى أن الإفراط في استخدام الشاشات يؤثر سلبا على التنظيم العاطفي لدى الأطفال، وأن الاستعمال غير المراقب للأجهزة الرقمية يفضي إلى اضطرابات سلوكية وانفعالية واضحة.

ويدعم هذه النتيجة كذلك ما توصلت إليه **دراسة تشو وتشو (2015)** من أن الانغماس المفرط في استخدام الأجهزة يولد لدى الطفل مشكلات سلوكية متصاعدة، ويضعف قدرته على ضبط مشاعره وردود أفعاله، وأن الأثر السلبي يزداد كلما طالت ساعات الاستخدام اليومية.

كشفت المقابلات أن الحالة (و) يرفض اللعب الجماعي خارج المنزل، ويرفض مشاركة إخوته في مشاهدة الهاتف، وينتقل إلى غرفة أخرى عند دخول أحد أفراد الأسرة، وهذه مؤشرات واضحة على الانسحاب الاجتماعي،وقد جاءت نتائج **دراسة بن عيسى (2023)** لتدعم هذه النتيجة، إذ أثبتت أن زيادة وقت الشاشة ترتبط ارتباطا وثيقا بانخفاض المشاركة الاجتماعية لدى أطفال الروضة، مع التأكيد على أن التعرض غير المراقب يضعف السلوك الاجتماعي.

وتتوافق هذه النتائج أيضا مع ما خلصت دراسة إليه دراسة شو وبيوا(2021) من وجود علاقة عكسية بين التعلق الرقمي والمهارات الاجتماعية، حيث كلما ارتفعت مؤشرات الإدمان الرقمي انخفضت قدرة الطفل على التواصل والتفاعل الاجتماعي السليم، فضلا عن نتائج دراسة حمدان (2022)التي أكدت ارتباط استخدام الأجهزة الإلكترونية بالانعزال والانطواء الاجتماعي عند غياب الرقابة الأسرية.

يعاني الطفل (و) من سلوكات معرفية انفعالية بارزة في مقدمتها الخوف الشديد وعدم قدرته على التنقل في أي مكان بالمنزل إلا برفقة أحد أفراد الأسرة، وهو خوف يمثل نتاجا مباشرا للمحتوى المعرفي غير المراقب الذي يستهلكه الطفل منفردا، إذ تعمل الصور المرعبة في ألعاب الفيديو والرسوم على تضخيم التخيلات الداخلية لديه وتحويلها إلى مخاوف سلوكية تقيد حركته اليومية. ويتقاطع هذا مع ما أثبتته الدراسات من أن التعرض للمحتوى الرقمي المخيف دون رقابة والدية يُنتج اضطرابات الخوف المبكر لدى أطفال ما قبل المدرسة.

يعاني الطفل (و) من تقييد حركي مضاعف المصدر، فالأول ناتج عن الجلوس الطويل أمام الشاشة سواء في الفراش صباحا لمدة تصل إلى عشرين دقيقة أو على الطاولة، والثاني ناتج عن الحماية الزائدة من الأم التي تمنعه من اللعب خارج البيت وتلجأ إلى الهاتف لإبقائه هادئا أثناء انشغالها بالأعمال المنزلية، وقد أفضى هذا التقييد المزدوج إلى كبت الطاقة الحركية الطبيعية للطفل وتحويلها إلى تخبط وبكاء وغضب صاخب، وهي استجابات تعبر عن إحباط حركي عميق ناتج عن الحرمان من اللعب الحر في

الفضاء الخارجي،وتتقاطع هذه النتيجة مع ما أثبتته أدبيات علم النفس الحركي من أن غياب اللعب الحركي الاستكشافي في مرحلة الطفولة المبكرة يُنتج اضطرابات في التنظيم الانفعالي وضعف في المهارات الاجتماعية، إذ يعد اللعب الحر الوسيلة الأساسية التي يعالج بها الطفل انفعالاته ويبني من خلالها علاقاته مع الآخرين.

- هل توفر هذه السلوكات معطيات لقياس التعلق بالأجهزة الرقمية؟

- توفر السلوكات معطيات لقياس التعلق بالجهاز الرقمي.

الحالة (و) تقدم معطيات سلوكية بالغة الدلالة على وجود تعلق مرضي بالجهاز الرقمي؛ إذ يلاحظ أنه يغير مكانه فور دخول أي فرد إلى غرفته حماية لمساحته الرقمية، ويبدي تخبطا وبكاء وغضبا صاخبا عند الحرمان من الجهاز، فضلا عن عجزه عن التنقل داخل المنزل دون مرافق بسبب الخوف الذي أنتجه المحتوى الرقمي ، كما يكشف تقليده المستمر للشخصيات الرقمية واستبداله التفاعل الأسري بالعلاقة مع الشاشة ومن هذا المنطلق تطرح هذه الدراسة التساؤل الآتي: هل توفر هذه السلوكات معطيات لقياس التعلق بالأجهزة الرقمية؟

تكشف المعطيات السلوكية المُلاحَظة لدى الحالة(و)، والتي تترجم في عمقها حالة من الارتباط المرضي أو التعلق الشديد بالجهاز الرقمي،فمن الناحية المعرفية والانفعالية، يظهر على الطفل خوف شديد يمنعه من التنقل في البيت دون مرافق بسبب المحتوى الذي يستهلكه بمفرده، يصاحبه سلوك "الانسحاب الاجتماعي" لحماية مساحته الرقمية الخاصة، حيث يغير مكانه فور دخول أي فرد للغرفة تفاديا لقطع صلته بالجهاز، مما يعكس رغبة قهرية في الاستمرار بالاستخدام. ومن الناحية الحركية، يظهر هذا التعلق في استسلام الطفل للتقييد الحركي والجلوس الطويل في الفراش أو على الطاولة مستغرقا في الشاشة، ناهيك عن دور الأم التي تستخدم الهاتف لتهدئته، وعند محاولة كبح هذا الاستخدام أو تقييده، تتحول طاقة الطفل المكبوتة فورا إلى "تخبط وبكاء وغضب صاخب"، وهي أعراض سلوكية تحاكي أعراض الانسحاب الناتجة عن التعلق الشديد. وأخيرا، فإن لجوء الطفل لتقليد الشخصيات الرقمية ومحاكاتها يعطي مؤشرا حاسما على

أن تعلقه بالجهاز وصل إلى مرحلة بناء الهوية من خلال الصور الافتراضية بدلا من التفاعل الأسري المباشر، مما يؤكد أن هذه السلوكات المجتمعة تقدم معطيات ومؤشرات عيادية دقيقة وقابلة للقياس لتحديد درجة التعلق الرقمي.

خلاصة:

كانت اغلب السلوكات التي تم ملاحظتها ورصدها لدى الحالات الثلاث من طبيعة سلبية تظهر عند التعامل مع الجهاز الرقمي مثل السلوكات الحركية و سمات شخصية كالانعزال و الخمول و العدوانية ،واضطرابات كتأخر الكلام و التأتأة و تشتت الانتباه ،إضافة إلى مؤشرات تعلق واضحة تتمثل في طلب الجهاز فور الاستيقاظ واشتراطه أثناء الأكل و النوم .

3- نتائج الدراسة و التوصيات:

- 3-1- نتائج الدراسة:

- استخدام المفرط للأجهزة الرقمية بشكل عام يؤدي إلى زيادة ملحوظة في الخوف والقلق بسبب التعرض لمحتوى غير مناسب مثل العاب الأشباح .

- تقليد المحتوى المرئي مثل حركات الرقص و أنماط الكلام

- زيادة في العصبية و انخفاض في جودة التواصل مع أفراد الأسرة ما قد يؤدي إلى العزلة و الانطواء .

- انخفاض الانتباه عند الأطفال الذين يشاهدون الأجهزة الرقمية .

- الاستعمال المفرط للأجهزة الرقمية يسبب اضطراب في النوم و الأكل.

-3-2- توصيات:

- هل يمكن تقنين استخدام الأجهزة الرقمية من طرف الأطفال وذلك بتحديد مدة الأزمنة لاستعمال الجهاز الرقمي؟

- هل يمكن مراقبة المحتوى الذي يشاهده الطفل؟

- كيف يتم تشجيع الطفل بممارسة نشاطات بديلة و الاهتمام باللعب التقليدي؟

- كيف يمكن الاهتمام بالصحة النفسية و ذلك بتقديم الرعاية المناسبة لطفل ؟

الخاتمة:

بعد التطرق لعديد العناصر التي تجعل الطفل يغوص في عالم الأجهزة الرقمية، من خلال قضاء وقت طويل وهو منغمس فيها، هذا ما يؤثر فيه سلبا على بداية مراحل نموه ونضجه العقلي، وصولا إلى مختلف الأصعدة التي تهم مجالات حياته، عزله اجتماعيا واكتساب عادات وطباع عدوانية، اضطرابات النوم و الأكل ، كما يمكن للطفل أن يصل مرحلة الإدمان على إحدى الأجهزة الرقمية ، ولهذا يجب بناء عالقة أبوية متينة لحماية الطفل من ويلات التعلق بالأجهزة الرقمية مثلا كمشاركة الأطفال ومحاورتهم بغية معرفة مختلف اهتماماتهم .

كما أن النتائج المتوصل تفتح المجال لدراسات أخرى أوسع تهتم بجوانب الدعم النفسي للأطفال ، وتؤكد أهمية التدخل المبكر الشامل الذي يراعي حاجات الطفل.

وفي الأخير يمكننا القول أن أي تكفل ناجح بالطفل في مرحلة الطفولة المبكرة لا يكتمل إلا بدعم و مساعدة أمه، فهي الحاضن الأول لكل خطواته نحو المستقبل.

قائمة المراجع و المصادر :

- ابوزيد، شيماء عبد العزيز ،2023.صحة الطفل النفسية.جامعة الأزهر .
- الجندي، ممدوح رضا،2015.وسائل الإعلام والطفولة.عمان:دارالنشروالتوزيع الأردن.
- الهام مصطفى، 2014.المشكلات السلوكية جراء استخدام الهواتف من قبل الأطفال من وجهة نظر الوالدين في ضوء بعض المتغيرات.المجلة الدولية للأبحاث التربوية (35).
- حوامدة ،ع،ب،2016.وسائل الإعلام والطفولة.عمان:دار النشر عمان.
- داود عبد الباري محمد ،2004.الصحة النفسية للطفل.القاهرة:مطبعة ايتراك لنشروالتوزيع
- دليو فضيل، 1998.مقدمة في وسائل الاتصال الجماهيرية:ديوان مطبوعات الجزائر.
- حامد عبد السلام زهران،2005.الصحة النفسية و العلاج النفسي.القاهرة:طبعة 4.
- شقرة، علي خليل، 2014.الإعلام الجديد شبكات التواصل الاجتماعي.:دار أسامة للنشر و التوزيع الأردن.
- عبود حارث ،2007.الحاسوب في التعليم .الأردن : دار وائل للنشر طبعة 1.
- عزاب هشام احمد ، 2023.الصحة النفسية للطفل .طبعة 2.
- الشهري، حمدان بن عبده بن عبد الله. (2022). استخدام الأجهزة الإلكترونية وأثرها على سلوك الأطفال من وجهة نظر الوالدين، *المجلة الدولية لنشر البحوث والدراسات367*
- الكناوي، عمارية، وبن سعدة، هشام. (2025). الأطفال واستخدام الأجهزة الإلكترونية: من الاكتشاف إلى الإدمان *مجلة هيرودوت للعلوم الإنسانية والاجتماعية*،(1)9.
- العوامي، أسماء سعد عبد الرحمن، والطير، فاطمة عبد الله.(2023).أثر استخدام الأجهزة الذكية على الأطفال من وجهة نظر الأمهات *مجلة دراسات الإنسان والمجتمع.*

حمودة، أمل السيد عبدالعزيز.(2022). أثر استخدام الأجهزة الذكية على الصحة النفسية لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة *المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي.(8).*

–دليو، فضيل.(1998) *مقدمة في وسائل الاتصال الجماهيرية* ديوان مطبوعات الجزائر.

-مصطفى، إلهام. (2014). المشكلات السلوكية جراء استخدام الهواتف من قبل الأطفال من وجهة نظرالوالدين في ضوء بعض المتغيرات المجلة الدولية *للأبحاث التربوية*،(35)

-لاليم، لونيس، وآخرون. (2025). علم نفس، الأسرة و الصحة النفسية في سياق إدمان الأطفال على التكنولوجيا ،https://aleph.edinum.org/15098 .

- المراجع الأجنبية:

- Choo, B. H., & Choo, J. E. (2015). Effects of excessive use of smartphone games in young children on their social and behavioral problems. *Journal of the Korean Open Association for Early Childhood Education*, *20*(5), 263-288.

- Cho, & Byeon. (2021). Indicators of adolescents' susceptibility to smartphone addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(17), 9200. https://doi.org/10.3390/ijerph18179200

- Garattacia, N., et al. (2020). Digital device use and language skills in children aged 8 to 36 months. *Healthcare*, *8*(3), 330. https://doi.org/10.3390/healthcare8030330