

اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية

١.م. فاطمة عادل داخل

fatimaadel@uomisan.edu.iq

جامعة ميسان \ كلية التربية الاساسية

الملخص

مع تزايد المشكلات الحياتية والضغوط الاجتماعية والصدمات الناتجة عن الكوارث والأزمات، برزت الحاجة إلى تسريع التحول من الإرشاد النفسي المباشر إلى الاستشارات النفسية الافتراضية عن بعد عبر المنصات الرقمية، حيث يهدف البحث إلى تحليل اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الرقمية، واعتمدنا في البحث على المنهج الوصفي التحليلي، وتوصل البحث إلى وجود ارتفاع مستوى اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية بقيمة ٤.٠١ وانحراف معياري ٠.٧٩ وكذلك ارتفاع مستوى الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية بقيمة ٣.٨٥ وانحراف معياري ٠.٨٠، ولذلك نوصي بضرورة تثقيف الطلاب حول كيفية الوصول للدعم النفسي الإلكتروني وما يمكن توقعه من هذه الجلسات لتقليل الغموض.

الكلمات المفتاحية: الاتجاهات، طلبة الجامعات، الاستشارة النفسية، المنصات الرقمية.

University students' attitudes towards virtual psychological counseling via online platforms

Fatima Adel Dakhil

University of Misan / College of Basic Education

Abstract.

With the increasing life challenges, social pressures, and traumas resulting from disasters and crises, the need has arisen to accelerate the shift from in-person psychological counseling to remote psychological consultations via digital platforms. This research aims to

analyze university students' attitudes towards virtual psychological counseling via digital platforms. The research employed a descriptive-analytical approach and found a high level of positive attitudes among university students towards virtual psychological counseling, with a value of 4.01 and a standard deviation of 0.79. The level of virtual psychological counseling via online platforms also increased by 3.85 with a standard deviation of 0.80. Therefore, we recommend educating students on how to access online psychological support and what to expect from these sessions to reduce confusion.

Keywords: Trend, University students, Psychological counseling, Digital platforms.

الفصل الأول - التعريف بالبحث

أولاً: مشكلة البحث.

يشهد العالم المعاصر تحولات متسارعة وعميقة في مختلف المجالات، انعكست بشكل مباشر على البنية النفسية والاجتماعية للأفراد، وأدت إلى تصاعد مشاعر القلق والتوتر وعدم الاستقرار النفسي، لا سيما في أوساط فئة الشباب. وقد ساهمت هذه التغيرات في إعادة تشكيل أنماط التواصل وطرق الحصول على الدعم النفسي، مما أدى إلى بروز المنصات الرقمية كوسيط بديل وفعال لتقديم خدمات الاستشارة النفسية، ويتم تقديم المشورة وعلاج الأمراض النفسية عبر الإنترنت بأشكال عديدة منها (البريد الإلكتروني، الدردشة والتراسل الفوري). (العقاد، ٢٠١٦، ص ٧١-٧٢) وفي ظل هذه المستجدات، برزت الحاجة إلى فهم الكيفية التي يتفاعل بها طلبة الجامعات مع هذا النمط الجديد من الخدمات النفسية، وتحليل اتجاهاتهم نحو استخدام المنصات الرقمية الإلكترونية كوسيلة للحصول على الدعم النفسي. حيث يعد طلبة الجامعات من الفئات الأكثر تأثراً بالضغوط النفسية نتيجة التحديات الأكاديمية، ومتطلبات التكيف الاجتماعي، وتغير الأدوار والمسؤوليات، الأمر الذي يجعلهم بحاجة ماسة إلى خدمات إرشادية مرنة تتناسب مع طبيعة حياتهم الرقمية. وفي هذا الإطار، تبرز الاستشارة النفسية عبر المنصات الرقمية الإلكترونية كأداة داعمة يمكن أن تسهم في تحسين الصحة النفسية للطلبة، شريطة وجود اتجاهات إيجابية نحو استخدامها. ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في تحليل اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية عبر المنصات الرقمية الإلكترونية، بوصفها استجابة معاصرة للتحولات النفسية والاجتماعية التي فرضها الواقع الراهن. ولذلك يسهي للبحث للإجابة عن

السؤال الرئيسي: ما هو اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الرقمية؟ ويتفرع منه التالي

١- ما مستوى اتجاهات طلبة الجامعات نحو استخدام الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الرقمية؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة حول اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية تعزى إلى المتغيرات الديموغرافية (النوع، العمر، الفرقة الدراسية، التخصص)؟

ثانياً: أهمية البحث.

يشهد العالم منذ تسعينات القرن العشرين ثورة معلوماتية هائلة، وخاصة في مجال الاتصالات الإلكترونية، مما جعل الكثيرين يطلقون عليها مصطلح (الثورة الإلكترونية) ولها جوانب كثيرة ومتعددة، على مستويات فردية، أسرية واجتماعية، حكومية، وعالمية. (مريض، ٢٠١٥، ص٢) وفي ظل هذا التطور الذي شمل مختلف الميادين العلمية والاقتصادية والاجتماعية والطبية، كان لزاماً على علم النفس، بوصفه أحد العلوم الإنسانية المعنية بدراسة السلوك والعمليات العقلية والصحة النفسية، أن يواكب هذه التحولات. إذ يسعى علم النفس إلى فهم أثر العوامل البيئية في تشكيل السلوك الإنساني وما قد يترتب عليه من اضطرابات تؤثر في التوافق النفسي للفرد. ومع تزايد المشكلات الحياتية والضغوط الاجتماعية والصدمات الناتجة عن الكوارث والأزمات، برزت الحاجة إلى تطوير أساليب حديثة تتيح تقديم الدعم النفسي بطرق أكثر مرونة وسهولة. وقد أسهمت جائحة كورونا، بما فرضته من عزلة اجتماعية، في تسريع التحول من الإرشاد النفسي المباشر إلى الاستشارات النفسية عن بعد عبر المنصات الرقمية، التي شهدت انتشاراً ملحوظاً في الدول الأجنبية وبعض الدول العربية، وأصبحت تمثل بديلاً فاعلاً يواكب المتغيرات العالمية، ويعتمد على توظيف التقنيات الحديثة مع الحفاظ على الأسس العلمية للإرشاد والعلاج النفسي. (بلعيد وبوضياف، ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥، ص١٦) وتتبع أهمية هذا البحث من كونه يساهم في فهم اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية عبر المنصات الرقمية الإلكترونية، بما يساعد على تشخيص مدى تقبلهم لهذه الخدمات في ظل التحول الرقمي المتسارع، ويوفر مؤشرات علمية يمكن الاستفادة منها في تطوير برامج الإرشاد النفسي الإلكتروني بما يتلاءم مع احتياجات الطلبة النفسية وخصائصهم الديموغرافية، ودعم جهود المؤسسات التعليمية في تعزيز الصحة النفسية داخل البيئة الجامعية.

ثالثاً: أهداف البحث.

يهدف البحث إلى تحليل اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الرقمية، والكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في هذه الاتجاهات تبعا

للمتغيرات الديموغرافية المتمثلة في النوع، والعمر، والفرقة الدراسية، والتخصص، بما يساهم في فهم مدى تقبل الطلبة لهذا النمط من الخدمات النفسية وإمكانية توظيفه في دعم الصحة النفسية الجامعية.

رابعاً: فرضيات البحث.

الفرض الأول: يوجد تأثير ذي دلالة إحصائية لاتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية .

الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة حول اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية تبعا للمتغيرات الديموغرافية (النوع، العمر، الفرقة الدراسية، التخصص).

خامساً: مصطلحات البحث:

مفهوم طلبة الجامعات : يقصد بالجامعة أو المؤسسة التعليمية العليا التي تتيح للكبار، سواء كانوا باحثين عن المعرفة أو طلبة منتظمين، تحقيق ذلك عن طريق الحلقات الدراسية التي يلتقون فيها بأساتذتهم لمناقشة المواضيع أو توضيحها، أو عن طريق الكليات والمدارس التي يتيح فيها الأستاذ التفاعل المباشر مع طلبته. (قادري، ٢٠١٢، ص ٩٢)

ويقصد بطلبة الجامعة إجرائياً بأنهم الأفراد الملتحقين بمؤسسات التعليم العالي، ممن يدرسون للحصول على شهادات جامعية أو برامج أكاديمية عليا، ويشكلون الفئة المستهدفة في الدراسات المتعلقة بالاستشارات النفسية الافتراضية، حيث ينظر إليهم كمستفيدين محتملين من خدمات الدعم النفسي المقدم عبر المنصات الإلكترونية.

مفهوم الاستشارة النفسية " يشير العلاج والاستشارات النفسية عبر الإنترنت بأنه أحد التطبيقات الحديثة نسبياً في مجال الخدمات النفسية، سواء من حيث أساليب تقديمها أو من حيث توظيف التكنولوجيا لتطوير أدوات تسهل عمل المعالجين النفسيين وتيسر حصول المستفيدين على الخدمات العلاجية. ويشمل هذا النوع من العلاج جميع أشكال الاستشارات والخدمات الإكلينيكية التي تقدّم من خلال تطبيقات الإنترنت المختلفة، مثل غرف الدردشة، والمواقع الإلكترونية، والنشرات والمجلات الإلكترونية، وقواعد البيانات ومحركات البحث المتخصصة، والمجتمعات الافتراضية، والبريد الإلكتروني، والمقابلات عبر تقنيات الاتصال المرئي، إضافة إلى فرص التدريب والتعليم الإلكتروني". (عطا الله و أبو بكر، ٢٠٢٣، ص ٢٥٥).

ويعرّف الاستشارات النفسية الافتراضية إجرائياً في هذه الدراسة بأنها الخدمات الإرشادية والعلاجية النفسية التي تقدّم لطلبة الجامعات من خلال المنصات الإلكترونية الرقمية، مثل تطبيقات الاتصال المرئي، وبرامج المحادثة النصية، والبريد الإلكتروني، وغيرها من الوسائط

الإلكترونية، بهدف مساعدتهم على التعامل مع المشكلات النفسية أو الأكاديمية أو الاجتماعية التي يواجهونها.

مفهوم المنصات الإلكترونية تشير المنصات الإلكترونية إلى البيئة الرقمية التي تتيح تقديم الخدمات والتفاعل بين مقدم الخدمة والمستفيد عبر الإنترنت، وتشمل مواقع الويب، وتطبيقات الهواتف الذكية، وغرف الدردشة، والبريد الإلكتروني، وأدوات الفيديو والمؤتمرات الإلكترونية، بهدف تسهيل الوصول إلى المعلومات أو الخدمات بشكل مباشر وفعال.

سادساً: حدود البحث

الحدود الموضوعية: تقتصر الدراسة على التعرف إلى اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية المقدمة عبر المنصات الإلكترونية، من حيث درجة القبول، والاستعداد للاستخدام، والثقة، والإدراك لأهميتها.

الحدود البشرية: تتمثل في طلبة الجامعات المسجلين في مؤسسات التعليم العالي، بمختلف تخصصاتهم ومستوياتهم الدراسية، ممن تشملهم عينة الدراسة.

الحدود المكانية: تجرى الدراسة في الجامعات العراقية - جميع طلبة الجامعات العراقية

الفصل الثاني: جوانب نظرية والدراسات السابقة .

أحدث انتشار الإنترنت والوسائط المتعددة، في ظل التطور التقني المتسارع، أحدث تغييراً جذرياً في طرق حصول الأفراد على المعلومات وأساليب التواصل فيما بينهم، كما ساهم في تطوير أساليب تقديم الخدمات التعليمية والإرشادية عبر الإنترنت، مما يتيح بيئات رقمية جديدة للتفاعل والدعم النفسي، ويستدعي تناول هذه المتغيرات ضمن إطار نظري يوضح أبعادها وتأثيراتها في مجال الإرشاد النفسي المعاصر. (رضوان، ٢٠٢٠، ص ٢)

المطلب الأول: الاستشارة النفسية عبر المنصات الرقمية .

تحتل الصحة النفسية موقعا بارزا ضمن مجال الصحة الرقمية، حيث شهدت هذه الميادين تسارعا ملحوظاً في الابتكار والتطوير. ويتجلى ذلك في التحول السريع نحو القنوات الرقمية ضمن أنظمة الرعاية النفسية، وزيادة حجم الطلب على الخدمات النفسية الرقمية، مما يعكس أهمية توظيف التكنولوجيا الحديثة لتقديم الدعم النفسي وتعزيز الصحة العقلية للأفراد في مختلف المجتمعات. (رولاندا ولورانس، ٢٠٢٠، ص ٢)

أولاً: ماهية الاستشارات النفسية الإلكترونية.

تشير مفهوم الاستشارات النفسية الإلكترونية أو الرقمية بأنها "أداة مكملة للاستشارات المباشرة وجهاً لوجه، وكثيراً ما يؤكدون على أنها الأفضل أن تكون اختيارية وليست بديلاً عن الاستشارات المباشرة وجه لوجه". (مريض، ٢٠١٥، ص ٣) ويرى البعض أن "العلاج النفسي عبر الإنترنت (Essig, 2010) ليس نوعاً جديداً من العلاج النفسي، بل هو محاكاة تقنية

للعلاج النفسي التقليدي. فهو يحاكي بعض جوانب العلاج الواقعي، إلا أنه يتميز بحدود مختلفة ويعتمد على عمليات تختلف عن الواقع التقليدي الذي يحاكي. (رضوان، ٢٠٢٠، ص ٧)

تهدف الاستشارات النفسية الإلكترونية إلى مساعدة الأفراد على التعامل مع الضغوط النفسية والمشكلات الشخصية من خلال تقديم معلومات نفسية، أو استجابات موجهة، أو تيسير الوصول إلى الدعم النفسي. ويشير هذا المفهوم إلى نمط من الدعم الاجتماعي المدرك الذي يتلقاه الأفراد في بيئات افتراضية، ويعزز من شعورهم بالأمان والانتماء. وذلك من خلال صفحات الكترونية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث تكون امتداداً لما يسمى "الاستشارة النفسية الأولية" التي يمكن أن تقدم خارج إطار العيادات، حيث توفر تفاعلاً أولاً لا يغني عن التدخل العلاجي المتخصص، بل قد يكون بوابة للوصول إليه. (الدر، ٢٠٢٥، ص ١١٥٨)

ونتيجة لندرة التعريفات في موضوع (الاستشارات النفسية) فالبعض يرى بأن التدخل النفسي عبر الإنترنت هو برنامج قائم على مفهوم التحكم الذاتي، يتم تنفيذه من خلال موقع إلكتروني ويستخدم من قبل العملاء أو المستهلكين الباحثين عن المساعدة في مجال الصحة العامة أو الصحة النفسية. يهدف هذا التدخل إلى إحداث تغيير إيجابي وتحسين المعرفة والوعي والفهم لدى المستخدمين، من خلال توفير موارد صحية مسموعة واستغلال العناصر التفاعلية الإلكترونية. (بن شريك، ٢٠١٤، ص ٤٤٩ - ٤٥٠) كما يشير البعض أن العلاج النفسي عبر الإنترنت يتم فيه الاتصال بين المعالج النفسي والشخص الذي يعاني من أزمة نفسية، ومن خلال أي مكان في العالم عبر شبكة الإنترنت التي تمثل وسيط الاتصال. وأثبت التجارب الفعلية أن المعالجة عن طريق الإنترنت لها تأثير وفعالية في التخلص من أعراض المرض، وأن الحالة النفسية للمعالجين تتحسن بدرجة عالية. (العقاد، ٢٠٢١، ص ٢)

ثانياً: أهمية الاستشارة النفسية الإلكترونية.

تمثل الاستشارة النفسية الإلكترونية كأداة فعالة للتعامل مع المشكلات النفسية المختلفة، سواء كانت عامة أو خاصة، بما في ذلك التوتر والقلق واضطرابات الحياة اليومية، وتعتبر الاستشارة النفسية وسيلة موجهة لتقديم الدعم النفسي للأفراد، حيث تساعدهم على فهم مشكلاتهم ومعالجتها، وتقديم وجهات نظر موضوعية تساهم في التخفيف من الأعباء النفسية وتحسين جودة حياتهم، فهي أداة مكملة للاستشارات المباشرة، وجهاً لوجه، ويؤكد الكثيرون بأن (الاستشارات الإلكترونية اختيارية وليست بديلاً عن الاستشارات المباشرة وجهاً لوجه. (مريض، ٢٠٢٠، ص

(٣)

وتشمل استراتيجيات الاستشارة استخدام المكالمات الهاتفية والرسائل الإلكترونية لتسهيل التواصل مع المستشارين النفسيين، إلى جانب الاستفادة من الوسائط الرقمية الحديثة لتقديم الدعم النفسي بطريقة مباشرة وفعالة، بما يتيح الوصول إلى أكبر عدد من الأفراد المحتاجين، تعد

الولايات المتحدة الأمريكية الدولة الرائدة في توظيف الإنترنت في مجال الإرشاد والعلاج النفسي، حيث تشير بيانات موقع Alexa.com إلى أن ما لا يقل عن ٣٠% من المواقع الأمريكية المتخصصة في الصحة النفسية تحتل مراكز متقدمة في الترتيب على الإنترنت. (بن شريك، ٢٠١٤، ص ٤٤٨). ولذلك وتشير بعض الدراسات إلى الاستشارات الإلكترونية (عن طريق الإنترنت) في أمريكا خفضت الحاجة للاستشارات المباشرة بحوالي ٤٠% من حجم الاستشارات المباشرة (وجهاً لوجه) (مريض، ٢٠٢٠، ص ٣)، ويرجع ذلك لأن بعض الأفراد يفضلون الحصول على استشاراتهم النفسية عبر وسائل الاتصال الحديثة لما توفره من سرية وخصوصية وسهولة في الوصول إليه.

ثالثاً: أساليب الاستشارات النفسية عبر الإنترنت

يعد العلاج النفسي عبر الإنترنت، سواء من خلال البريد الإلكتروني، أو جلسات الإرشاد عبر الدردشة، أو المقابلات المرئية، تجربة مختلفة عن اللقاءات التقليدية وجهاً لوجه. فالعلاج بالفيديو ليس مجرد بديل مباشر، بل يمثل تجربة فريدة من نوعها، لها خصائصها ومميزاتها الخاصة، وقد تكون فعالة ومناسبة لبعض الأفراد دون غيرهم، تبعاً لاحتياجاتهم وتفضيلاتهم الشخصية. (العقاد، ٢٠٢١، ص ٢) ولذلك أشار (سمبسون وآخرون) إلى وجود ملايين من الصفحات على الإنترنت لتقديم خدمات بالاتصال غير المتزامن، وهناك أيضاً الاتصال المتزامن من خلال غرف الحوار والدردشة الحية هو نمط يسمح للعميل والمرشد النفسي بطرح الأسئلة المفتوحة والإجابات الفورية في التو واللحظة مما يساعد في حل المشكلات على نحو أسرع وحماية خصوصية العملاء (المطيري، ٢٠٢١، ص ٧٥)

المطلب الثاني: لجوء طلبة الجامعات إلى الاستشارة النفسية عبر المنصات الرقمية

تعد مرحلة الجامعة من أهم المراحل في حياة الطالب الجامعي، حيث تشكل فترة حاسمة في تكوين الهوية الشخصية واكتساب الاستقلالية والاعتماد على النفس. في هذه المرحلة، يواجه الطالب العديد من الضغوط سواء كانت أكاديمية، أسرية، اجتماعية، نفسية، صحية، أو اقتصادية، سواء داخل الجامعة أو خارجها. لذلك، يصبح من الضروري للطلاب إتقان استراتيجيات مختلفة للتكيف والتعامل مع هذه الضغوط بفعالية. (عبد القوي، ٢٠٢٣، ص ٣٧٦)، ولعل من أهم هذه الوسائل والأساليب الاستشارات النفسية عبر المنصات الرقمية، حيث يلجأ الطلبة لهذه الوسيلة بهدف الحصول على استشارة نفسية، عبر المواقع المخصصة لذلك الهدف.

أولاً: أسباب لجوء الطلبة للاستشارة النفسية عبر الإنترنت .

١. سهولة الوصول والراحة: يمكن للطالب الحصول على الدعم النفسي من أي مكان وفي أي وقت دون الحاجة للانتقال إلى مكتب الاستشارة، بالإضافة للمرونة في مواعيد التعاطي، وإمكانية

اجتماع المسترشد والمرشد الذين يقيمان في بلدين متباعدين، وسهولة الحصول على الاستشارة بمجرد توفر جهاز حاسب متصل بالإنترنت. (زعتري وجديدي، ٢٠٢١، ص ٤٦٤)

٢. **السرية والخصوصية**: توفر المنصات الرقمية مستوى عال من الخصوصية، مما يقلل من شعور الطالب بالإحراج أو الخجل، فقد ذكرت دراسة (زعتري وجديدي، ٢٠٢١، ص ٤٦٤) أن الإرشاد النفسي عبر شبكة الإنترنت مناسب للأشخاص الذين يشعرون بحرج من طلب إرشادات الصحة النفسية بشكل مباشر، بخلاف أنه يساعد المسترشد على الأمانة والصراحة والتعاون من خلال الجلسة وتوفير البيئة الآمنة الخالية من الأحراج مما يشجعه على الكشف عن ذاته، ويوفر آلية مساعدة لتحليل مستوى التقدم النفسي للعملاء عن طريق الاحتفاظ بسجلات التواصل القائمة على النص المكتوب. (حجازي، ٢٠١٥، ص ١٠٢٩)

٣. **تخفيف الضغوط الأكاديمية**: تساعد الاستشارة الرقمية الطلاب على التعامل مع الضغوط الدراسية، مثل الامتحانات والمهام والمشاريع، حيث أن الاستشارات عن طريق الإنترنت تساعد الطلاب في التخفيف من الشعور بالعزلة والوحدة الاجتماعية، وزيادة الثقة بالنفس، والشعور بالقوة والانتماء. (الدر، ٢٠٢٥، ص ١١٥٦)

٤. **دعم الصحة النفسية والعاطفية**: تساهم في التعامل مع مشاعر القلق، الاكتئاب، التوتر، أو المشاكل العاطفية والاجتماعية.

٥. **توفير الوقت والجهد**: خصوصاً للطلاب المشغولين أو الذين يعيشون في مناطق بعيدة عن المراكز النفسية، حيث تعد هذه الوسيلة اقتصادية وسهلة الاستخدام، وتقدم تغذية راجعة فورية. (محمد، ٢٠٢١، ص ٦٤٣)

٦. **الوصول إلى متخصصين متعددين**: تتيح المنصات الرقمية التواصل مع أخصائيين نفسيين لديهم خبرات متنوعة، بما لا يتوفر في الحرم الجامعي دائماً. حيث أن خدمة الاستشارة أو الإرشاد النفسي عبر الإنترنت يشرف عليها المختصون في العلاج النفسي، وغالباً ما يكونوا أساتذة في الجامعات، أو ممارسين من ذوي الخبرة، بخلاف وجود مشرفين تقنيين. (بن شريك، ٢٠١٥، ص ٤٥١)

٧. **التكيف مع الظروف الطارئة**: مثل فترات الجائحة أو العزلة، حيث يصبح التواصل الرقمي هو الوسيلة الوحيدة للدعم النفسي، بخلاف ذلك فقد تسهل الاستشارة عبر الإنترنت اتصالاً أولاً علاجياً وبالأخص الأشخاص الذين تكون حركاتهم محدودة بسبب الضعف أو الإعاقة. (آل سعد، ٢٠٢٤، ص ٤٢٣)

وبناء على ما تقدم يتضح أن اللجوء إلى الاستشارة النفسية عبر المنصات الرقمية من الموضوعات الحديثة التي حظيت باهتمام متزايد في المجال النفسي، خاصة في ظل التطور التكنولوجي المتسارع وانتشار استخدام الوسائط الرقمية بين طلبة الجامعات. فقد أسهمت هذه

المنصات في توفير خدمات نفسية مرنة وسهلة الوصول، تتيح للطلبة التعبير عن مشكلاتهم النفسية والانفعالية بسرية وخصوصية. (آل سعد، ٢٠٢٤، ص ٤١٦) كما تساعد الاستشارة النفسية الرقمية في دعم الصحة النفسية للطلبة، وتمكينهم من مواجهة الضغوط الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية بفاعلية، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على توافقهم النفسي والأكاديمي.

ثانياً: العوامل المساعدة لطلبة الجامعة نحو طلب الاستشارات النفسية الرقمية

تتضافر عدة عوامل تدفع طلبة الجامعة لاختيار المنصات الرقمية للحصول على الدعم النفسي، ويمكن تصنيفها إلى ثلاثة محاور رئيسية: (الدر، ٢٠٢٥، ص ١١٥٤ - ١١٥٥)

أ- العوامل الشخصية: تعد الاختلافات الفردية بين الطلبة في إدراك الدعم الاجتماعي من أهم المحفزات:

١. تجاوز الانطوائية: الطلبة الذين يعانون من مستويات عالية من القلق الاجتماعي أو يميلون للانطوائية يجدون في الاستشارات عبر الإنترنت وسيلة أكثر راحة من الطرق التقليدية.
٢. ميزة إخفاء الهوية: تتيح المنصات الرقمية للطلاب إخفاء هويته، مما يقلل من مخاوف الشعور بالضعف أو خشية إطلاق الأحكام عليهم من قبل الآخرين، وهذا يسهل عليهم التعبير عن مشكلاتهم بصدق.

ب-العوامل الاجتماعية والمعايير الرقمية: تلعب البيئة الرقمية دوراً في تشكيل سلوك الطالب تجاه طلب المساعدة:

١. تأثير المنصات: تشجع بعض المنصات مثل "تويتر" و"فيسبوك" على مشاركة التجارب علناً، بينما توفر تطبيقات مثل "واتساب" أو منتديات "Reddit" مساحة للتفاعل الخاص والمباشر.

٢. ديناميكيات الجماعة: شعور الطالب بوجود أقران يمرون بتجارب مشابهة في المجموعات الإلكترونية يزيد من احتمالية طلبه للدعم، حيث يسود مبدأ "الدعم المتبادل".

ج-العوامل التكنولوجية: يؤثر تصميم المنصات الرقمية ووظائفها بشكل مباشر على قرار الطالب بطلب الاستشارة:

١-سهولة الوصول: توفر ميزات مثل تحديثات الحالة والتعليقات وسيلة ميسرة للوصول إلى المختصين أو طلب الدعم في أي وقت ومن أي مكان.

بناء على ما سبق يتضح أن الإرشاد النفسي (الاستشارات النفسية) تتم من خلال الإنترنت، وغرف الدردشة، أو المحادثة بالصوت أو الصورة؛ باستخدام الكاميرا، وخدمات المحادثة الإلكترونية، إذ يستطيع المرشد الطلابي باستخدام الوسائط الإلكترونية، مثل: البريد الإلكتروني، ووسائل التواصل الاجتماعي أن ينشئ علاقات طويلة المدى مع المسترشدين الصغار والكبار؛ لتبادل الخبرات. (محمد، ٢٠٢٢، ص ٦٤٢)

المطلب الثالث: الدراسات السابقة.

دراسة آل سعد (٢٠٢٤) بعنوان "الاتجاه نحو استخدام خدمات الإرشاد والعلاج النفسي عبر الاستشارات الرقمية لدى عينة من مستخدمي التطبيقات عن بعد" هدفت إلى التعرف على مستوى الاتجاه نحو استخدام خدمات الإرشاد والعلاج النفسي الرقمي لدى مستخدمي التطبيقات عن بعد. تكونت عينة البحث من ٣٤٩ مستخدماً تراوحت أعمارهم بين ١٦-٣٩ عاماً، منهم ١٦٤ ذكراً و١٨٥ أنثى. وقد طبق على أفراد العينة مقياس الاتجاه نحو استخدام خدمات الإرشاد والعلاج النفسي عبر الاستشارات الرقمية الذي أعده الباحث. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاتجاه نحو استخدام هذه الخدمات جاء بدرجة متوسطة، كما بينت وجود فروق بين الذكور والإناث لصالح الإناث، إضافةً إلى فروق بين فئات المستخدمين (المراهقين، الشباب، الراشدين) لصالح المراهقين. وتشير هذه النتائج إلى أهمية الاستفادة من الخدمات الرقمية في الإرشاد والعلاج النفسي، خاصة بين الفئات الأصغر سناً، لتعزيز الوصول إلى الدعم النفسي بشكل فعال وسريع.

دراسة زعتر، بن جديدي، ودرماش (٢٠٢١) "الخدمة النفسية عبر الإنترنت"، هدفت إلى استعراض التحول الرقمي في تقديم العلاج والإرشاد النفسي نتيجة جائحة كورونا-COVID (19) وآثارها على الصحة النفسية للأفراد. أشارت الدراسة إلى أن الإجراءات الوقائية مثل الحجر الصحي، التباعد الاجتماعي، وإغلاق المراكز الصحية أدت إلى توقف الكثير من الأشخاص عن متابعة علاجهم النفسي، مما تسبب في زيادة الانتكاسات المرضية والمشكلات النفسية. وأكدت الدراسة أن الجائحة ساهمت في التحول الرقمي للوسائط التكنولوجية لتقديم الخدمات النفسية عن بعد، وضمان وصول الدعم النفسي إلى الأفراد المحتاجين، خاصة في البلدان العربية التي لم يشهد فيها استخدام العلاج النفسي الرقمي انتشاراً واسعاً سابقاً. وتوضح الدراسة أن الخدمة النفسية عبر الإنترنت أصبحت ضرورة لمواجهة التداعيات النفسية للجائحة، وتسهيل الوصول إلى العلاج دون مخاطر انتقال العدوى.

دراسة المطيري (٢٠٢١)، سعت هذه الدراسة إلى التعرف على اتجاهات وتفضيلات طلاب جامعة الملك عبد العزيز بجدة المستفيدين من خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني مقارنة بالإرشاد النفسي التقليدي. كما بحثت الدراسة في أثر متغيرات (الخجل، قلق التفاعل، والنوع، والعمر) على هذه الاتجاهات. طبقت الدراسة على عينة مكونة من (٢٠١) طالباً وطالبة، واستخدم الباحث مقياس الاتجاهات نحو الإرشاد (الإلكتروني/ التقليدي)، ومقياس القلق أثناء التفاعل الاجتماعي، ومقياس الخجل. وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: وجود اتجاه إيجابي مرتفع لدى أفراد العينة نحو الإرشاد الإلكتروني مقارنة بالاتجاه نحو الإرشاد التقليدي. أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى قلق التفاعل الاجتماعي والخجل لدى أفراد العينة، مع وجود فروق

ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث مقارنة بالذكور، مما يجعلهن أكثر تقبلاً لخيار الإرشاد النفسي الإلكتروني. وجود علاقة ارتباطية بين اتجاهات المسترشدين والمسترشديات نحو الإرشاد الإلكتروني وبين متغيري الخجل وقلق التفاعل الاجتماعي

دراسة (Wang, et al., 2020) بعنوان دراسة نوايا طلاب الجامعات في اللجوء إلى خدمات الإرشاد النفسي عبر الإنترنت. بحثت الدراسة في اتجاهات طلاب الجامعات للحصول على المشورة النفسية، والمقارنة بين خيارى الاستشارة وجهاً لوجه والاستشارة عبر الإنترنت. أُجريت الدراسة من خلال استطلاع عبر الإنترنت طبق على عينة بلغت (٤٤٠) طالباً جامعياً. وقد خلصت الدراسة إلى النتائج الآتية: تشير النتائج إلى أن المعايير والمواقف الذاتية والتحكم السلوكي المتصور تتنبأ باتجاهات المشاركين في طلب المشورة، على الرغم من أن الاستشارة وجهاً لوجه كانت تعتبر بشكل عام الأكثر جاذبية، إلا أن هذا التأثير تم تخفيفه من خلال مستويات مختلفة من الوصمة الذاتية، كما أظهرت النتائج أن انخفاض كفاءة التواصل لدى الطلاب يجعلهم يفضلون الاستشارة عبر الإنترنت على الاستشارة التقليدية (وجهاً لوجه).

وتناولت دراسة (Vossen, K., Rethans, 2020) بعنوان فهم اتجاهات طلاب الطب نحو تعلم الصحة الإلكترونية: دراسة استبائية، هدفت الدراسة إلى تقييم ما إذا كان طلاب الطب يرغبون في إدراج منهج دراسي مخصص للصحة الإلكترونية ضمن دراستهم الطبية، واعتمدت الدراسة على أداة الاستبيان وجرى تقييم بنود الاستبيان باستخدام مقياس من ١ (عدم الموافقة التامة) إلى ١٠ (الموافقة التامة). وزع الاستبيان على ١٤٦٨ طالب طب في جامعة ماستريخت في هولندا. واستخدم برنامج R الإصدار ٣.٥.٠ لإجراء جميع التحليلات الإحصائية، وتوصلت الدراسة إلى أن النتائج: استجاب ٣٠٣ طالب من أصل ١٤٦٨، بنسبة استجابة بلغت ٢٠.٦٤%. حصلت العبارة الإجمالية «أشعر أنني مستعد للاستفادة من التطورات التكنولوجية في المجال الطبي» على متوسط قدره ٤.٨ من ١٠. وتراوح المتوسطات المتعلقة بالحاجة إلى التعليم في موضوعات الصحة الإلكترونية بين ٦.٤ و ٧.٣. ولم يبد طلاب الطب تفضيلاً لتطوير تطبيقات صحية أو تطبيقات للهواتف المحمولة بأنفسهم، إذ بلغ متوسط هذا البند ٤.٩. أما الخيار التعليمي الأكثر تفضيلاً، بمتوسط ٧.٢، فكان متابعة مريض حقيقي عن بعد تحت إشراف طبيب.

دراسة (العقاد، ٢٠١٦) الاتجاه نحو خدمات الإرشاد والعلاج النفسي عبر بيئة الفضاء الإلكتروني لدى عينة من الشباب الجامعي، سعت الدراسة هدفت إلى التعرف على اتجاهات الشباب نحو خدمات الإرشاد والعلاج النفسي عبر بيئة الفضاء الإلكتروني. طبقت الدراسة على عينة قوامها (٢٥٧) طالباً وطالبة من جامعة الملك عبدالعزيز، شملت (١٣٧) طالباً من الكليات العملية و(١٢٠) طالباً من الكليات النظرية، وذلك باستخدام مقياس الاتجاه نحو خدمات الإرشاد

والعلاج النفسي عبر الفضاء الإلكتروني ، وقد توصلت الدراسة إلى: وجود اتجاهات إيجابية ملموسة لدى أفراد العينة (سواء في الكليات العملية أو النظرية) نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني، مع ملاحظة أن مستويات الإيجابية كانت أعلى لدى طلاب الكليات العملية. وأظهرت النتائج أن خدمات الإرشاد الإلكتروني مناسبة جداً للأشخاص الذين يعانون من "الخجل الاجتماعي"، كونها تعزز من مبدأ السرية والخصوصية، وقد أوصت الدراسة بضرورة تدعيم الاتجاهات الإيجابية نحو استخدام المشورة النفسية عبر الإنترنت. وتوجيه المسؤولين وصناع القرار لنشر ثقافة الإرشاد والعلاج النفسي الإلكتروني بين مختلف فئات المجتمع.

دراسة (Brown,2012) بعنوان الإرشاد النفسي عبر الإنترنت: الاتجاهات وإمكانية الاستفادة منه لدى طلاب الجامعات .رسالة ماجستير في علم النفس الإرشادي، كلية جامعة همبولت الحكومية. هدفت الدراسة لمعرفة اتجاه طلاب الجامعات واهتمامهم بالاستشارات عبر الإنترنت بالإضافة إلى توفير معلومات مفيدة للكليات المهمة بتقديم الخدمات عبر الإنترنت، وتمثلت عينة الدراسة في طلاب الجامعات، واعتمدت الدراسة على نموذج المواقف تجاه طلب المساعدة النفسية، ومقياس موقف الاستشارة عبر الإنترنت، ومقياس مواقف الاستشارة وجهاً لوجه، والاستبيانات التي طورها الباحثون، والذين تتراوح أعمارهم بين ١٨ و ٢٥ عاماً. وأظهرت النتائج اهتماماً وإعداداً للطلاب، حيث ذكر ٢٨.٩% من المشاركين أنهم استخدموا الاستشارة عبر الإنترنت و ٦٤.٤% أيدوا الاستشارة عبر الإنترنت كبديل جيد لاحتياجاتهم المتعلقة بالصحة العقلية. وذكر معظم المشاركين (٧٧.٣%) أنهم سيوافقون على تقديم معلومات الاتصال ذات الصلة في حالة حدوث أزمة. كما هو متوقع ارتبطت القيمة المتصورة للاستشارة وجهاً لوجه بالمواقف العامة لطلب المساعدة. وأظهرت اختلافات بين الجنسين تتفق مع الأدبيات الإرشادية في الاستشارة وجهاً لوجه ولكن ليس عبر الإنترنت؛ أبلغت الإناث عن أنهن أكثر تفضيلاً لطلب المساعدة العامة والقيمة المتصورة للاستشارة وجهاً لوجه. وتشير النتائج التفاضلية للإرشاد وجهاً لوجه والاستشارة عبر الإنترنت إلى أن الطلاب ينظرون إلى الاستشارة عبر الإنترنت بشكل مختلف وأنه قد يكون من المفيد لمراكز الاستشارة الجامعية توفير التعليم حول شكلي العلاج.

التعليق على الدراسات السابقة

تتناول الدراسات السابقة بشكل واضح فاعلية الإرشاد النفسي الرقمي وأهمية استخدام التكنولوجيا لتقديم الدعم النفسي في مختلف البيئات والفئات العمرية. فقد أظهرت دراسة آل سعد (٢٠٢٤) أن هناك درجة متوسطة من الاتجاه نحو استخدام خدمات الإرشاد والعلاج النفسي الرقمي بين مستخدمي التطبيقات عن بعد، مع تفوق الإناث والمراهقين على غيرهم، ما يؤكد الحاجة إلى تعزيز هذه الخدمات خاصة بين الفئات الأصغر سناً لضمان الوصول السريع والفعال للدعم النفسي. أما دراسة زعتر، بن جديدي، ودرماش (٢٠٢١) فقد أبرزت الدور الحيوي للتحويل

الرقمي في تقديم الخدمات النفسية أثناء جائحة كورونا، حيث ساهمت المنصات الرقمية في مواجهة تحديات توقف العلاج المباشر، وضمان وصول الدعم النفسي للأفراد، خاصة في البلدان العربية. هذا يوضح أهمية تكيف خدمات الإرشاد النفسي لتكون أكثر مرونة وتوافراً عبر الإنترنت، لمواجهة الأزمات الطارئة. وأشارت دراسة العقاد (٢٠١٦) إلى وجود اتجاهات إيجابية نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني بين الشباب الجامعي، مع ملاحظة تفوق طلاب الكليات العملية، وكون هذه الخدمات مناسبة لمن يعانون من الخجل الاجتماعي، نظراً لسرية التواصل وخصوصيته.

تتميز الدراسات السابقة جميعها بالتركيز على أهمية الإرشاد النفسي الرقمي في تيسير الوصول إلى الدعم النفسي وتقليل الحواجز الاجتماعية والنفسية، ويبرز البحث الحالي أهميته في تحليل اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية عبر المنصات الرقمية الإلكترونية، مع التركيز على قدرتها في خفض الشعور بالوحدة النفسية وتعزيز التفاعل الاجتماعي داخل البيئة الجامعية، وهو ما يمثل إضافة جديدة ضمن الدراسات السابقة لأنها تركز على فئة محددة (طلبة الجامعات) وتجاربهم مع الإرشاد الجماعي الرقمي..

الفصل الثالث: الدراسة التطبيقية

أولاً: منهجية البحث

يعتمد هذا البحث إلى استخدام منهج المسح بشقيه " الوصفي والتحليلي" لوصف وتحليل اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية حيث يعد ذلك المنهج الأنسب للدراسات التي تهدف إلى وصف الظاهرة المدروسة وتحليل أبعادها وتحديد العلاقات بين متغيراتها كما هي قائمة في الواقع.

ثانياً: مجتمع وعينة الدراسة

تمثل مجتمع الدراسة في جميع طلبة الجامعات العراقية ونتيجة لصعوبة إجراء الحصر الشامل لكافة أفراد مجتمع الدراسة فقد قامت الدراسة باستخدام أسلوب العينات العشوائية البسيطة من خلال نشر الرابط الخاص بالاستبيان على كافة مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بأفراد مجتمع الدراسة وقد بلغ عدد أفراد عينة الدراسة ٥٣٧ فرد وهم الذين أجابوا على اسئلة استمارة الاستبيان.

ثالثاً: أداة الدراسة

تم العمل على الاستبانة كأداة للدراسة وتم تقسيمها الى جزئين:

- القسم الأول: وهو الجزء الخاص بالمتغيرات الديمغرافية لأفراد عينة الدراسة وتم تقسيمها إلى: النوع، العمر، الفرقة الدراسية، التخصص

– القسم الثاني: اشتمل على الفقرات التي تقيس متغيرات الدراسة وتكونت من محور اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية واشتملت على ٧ عبارات ومحور الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية واشتمل على ٧ عبارات وتم استخدام مقياس ليكرت ذو الخمس درجات في الإجابة على أسئلة محاور الدراسة.

جدول (١) مستويات موافقة عينة الدراسة على عبارات أداة الدراسة

المستوي	الدرجة
منخفضة جدا	١ - ١.٧٩
منخفضة	١.٨٠ - ٢.٥٩
متوسطة	٢.٦٠ - ٣.٣٩
مرتفعة	٣.٤٠ - ٤.١٩
مرتفعة جدا	٤.٢٠ - ٥.٠٠

رابعاً: المعالجة الإحصائية

١. التوزيعات التكرارية، النسب المئوية

٢. المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية

٣. اختبار الفا كرونباخ

٤. معامل الارتباط لبيرسون

٥. معادلة الانحدار البسيط

٦. اختبار t واختبار (ANOVA)

صدق أداة الدراسة

جدول (٢) معاملات الارتباط لعبارات أداة الدراسة

العبارة	معامل الارتباط بيرسون	الدالة الاحصائية	العبارة	معامل الارتباط بيرسون	الدالة الاحصائية	العبارة	معامل الارتباط بيرسون	الدالة الاحصائية
اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية								
١	**٠.٧٤١	٠.٠٠٠	٤	**٠.٦١٧	٠.٠٠٠	٧	**٠.٧٤٨	٠.٠٠٠
٢	**٠.٧٢٥	٠.٠٠٠	٥	**٠.٧٩١	٠.٠٠٠	---	---	---
٣	**٠.٨١٦	٠.٠٠٠	٦	**٠.٦٠٣	0.000	---	---	---
الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية								
١	**٠.٧٤٦	٠.٠٠٠	٤	**٠.٩١٠	٠.٠٠٠	٧	**٠.٧٦٨	٠.٠٠٠
٢	**٠.٩١١	٠.٠٠٠	٥	**٠.٧٩٧	٠.٠٠٠	---	---	---
٣	**٠.٨٧٦	٠.٠٠٠	٦	**٠.٨٠٢	٠.٠٠٠	---	---	---

يتبين أن جميع قيم معاملات الارتباط بيرسون كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١)

وهذا يعني أن ارتفاع مستوى الصدق لعبارات أداة الدراسة

ثبات أداة الدراسة

جدول (٣) نتائج ثبات أداة الدراسة

المحور	عدد الفقرات	قيمة ألفا كرونباخ
اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية	٧	٠.٨٤٠
الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية	٧	٠.٩٢٣
إجمالي استمارة الاستبيان	١٤	٠.٩٣٠

تبين أن قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ أكبر من ٠.٧ لجميع محاور استمارة الاستبيان مما يوضح ارتفاع مستوى ثبات الأداة المستخدمة في الدراسة

خصائص عينة الدراسة

جدول (٤) توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً للخصائص الشخصية

الخاصية	الفئات	العدد	%
النوع	ذكر	٣٠٦	57.0
	أنثى	٢٣١	43.0
العمر	أقل من ١٧ سنة	135	25.1
	من ١٧ الى ١٩ سنة	189	35.2
	من ٢٠ الى ٢٢ سنة	138	25.7
	٢٣ سنة فأكثر	75	14.0
الفرقة الدراسية	الأولى	93	17.3
	الثانية	177	33.0
	الثالثة	138	25.7
	الرابعة	129	24.0
التخصص	علمي	٣٢٦	60.7
	أدبي	٢٥١	46.7

تحليل استمارة الاستبيان

المحور الأول: اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية

جدول (٥) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والترتيب ومستوى الموافقة على عبارات اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الموافقة
توفر بعض التطبيقات خدمات مجانية أو منخفضة التكلفة، مما يقلل الحواجز المادية التي يمكن أن يعاني منها الطلاب	4.16	0.82	١	مرتفع
يعاني الطلاب من قلق واكتئاب وضغوط دراسية واجتماعية، وتوفر المنصات الرقمية حلاً سريعاً	4.09	0.70	٢	مرتفع

لهذه المشاكل.				
مرتفع	٣	0.73	4.06	يجد الطلاب الراحة في الاستشارة عبر الإنترنت لتجنب وصمة العار المرتبطة بالصحة النفسية في بعض المجتمعات
مرتفع	٧	0.93	3.73	يهتم الطلاب بالتعرف على مدى كفاءة المعالجين عبر الإنترنت قبل قيامهم بالحصول على الاستشارة النفسية الافتراضية
مرتفع	٦	0.75	3.96	يتم تصميم التطبيقات التي يتعامل معها الطلاب بحيث يحصلون من خلالها على تجربة شخصية وفعالة، مع ميزات مثل تتبع التقدم وتحديد الأهداف
مرتفع	٤	0.77	4.06	تميل الإناث أحياناً للبحث عن الدعم النفسي أكثر من خلال الاستشارة النفسية الافتراضية مقارنة بالذكور
مرتفع	٥	0.82	3.99	تتيح التطبيقات الحصول على الخدمات في أي وقت ومن أي مكان مما يساهم في سهولة الحصول عليها
المتوسط		0.79	4.01	

عند دراسة عبارات اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية تبين أن جميع العبارات في مستوى الموافقة المرتفع مما يوضح ارتفاع مستوى اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية بقيمة ٤.٠١ وانحراف معياري ٠.٧٩.

المحور الثاني: الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية

جدول (٦) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والترتيب ومستوى الموافقة على عبارات الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الموافقة
الاعتماد على استخدام التطبيقات والمنصات الرقمية في جوانب الحياة الأخرى يسهل تقبل الاستشارات النفسية الافتراضية	4.06	0.68	١	مرتفع
مستوى الثقة في فعالية الخدمات الرقمية يلعب دوراً كبيراً في مدى الاستفادة من الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية	3.93	0.85	٤	مرتفع
تساعد الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية في الوصول إلى معالجين متخصصين من	3.66	0.83	٦	مرتفع

مختلف المناطق.				
مرتفع	٥	0.91	3.79	تساهم الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية في الحفاظ على خصوصية الفرد
مرتفع	٧	0.99	3.53	تتأثر الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية بصعوبة الوصول للإنترنت أو نقص المهارات الرقمية لدى بعض الطلاب
مرتفع	٣	0.73	3.99	توفر الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية بيئة آمنة ومريحة للتعبير دون الشعور بالضغط أو الانكشاف
مرتفع	٢	0.63	3.99	تناسب الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية مع الحالات غير الطارئة والاضطرابات النفسية المعتدلة
مرتفع		0.80	3.85	المتوسط

عند دراسة عبارات الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية تبين أن جميع العبارات في مستوى الموافقة المرتفع مما يوضح ارتفاع مستوى الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية بقيمة ٣.٨٥ وانحراف معياري ٠.٨٠

اختبار فروض الدراسة

الفرض الأول: يوجد تأثير ذي دلالة إحصائية لاتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية

جدول (٧) نتائج نموذج الانحدار الخطي البسيط لاختبار الفرضية الأولى

P-VALUE	F	t	B
0.000	* * ٧٢٦.٢٧٨	* * ٢٦.٩٥٠	٠.٩٠١

يتبين من الجدول (٧) وجود أثر طردي ذي دلالة إحصائية لاتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية عند ٠.٠٥ وتبين أن كلما ازداد مستوى اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية بمقدار ١ % ازداد مستوى الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية بمقدار ٠.٩٠١ % مما يبين صحة الفرضية الأولى للدراسة

الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة حول اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية تبعا للمتغيرات الديموغرافية (النوع، العمر، الفرقة الدراسية، التخصص).

جدول (٨) نتائج اختبار الفروق التي تعزي لمتغيرات (النوع، التخصص)

الخاصية	الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	قيمة t	Sig
النوع	ذكر	٣٠٦	٣.٦٦	٩.٢٣٥	0.000
	أنثى	٢٣١	٣.٩١		
التخصص	علمي	٣٢٦	٣.٧٢	٩.٧٧٢	٠.٠٠٠
	أدبي	٢٥١	٣.٩٥		

تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة حول اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية تعزي لمتغير النوع عند مستوى معنوية ٠.٠٠١ وكانت الفروق لصالح الإناث مما يبين أنها الفئة الأكثر وعياً ومعرفة باتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية وكذلك تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة حول اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية تعزي لمتغير التخصص عند مستوى معنوية ٠.٠٠١ وكانت الفروق لصالح التخصص الأدبي مما يبين أنها الفئة الأكثر وعياً ومعرفة باتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية

جدول (٩) نتائج اختبار الفروق التي تعزي لمتغيرات (العمر، الفرقة الدراسية)

المتغيرات	الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	قيمة t	Sig
العمر	أقل من ١٧ سنة	135	٣.٥٤	٩.٢٣٦	0.000
	من ١٧ الى ١٩ سنة	189	٣.٥٦		
	من ٢٠ الى ٢٢ سنة	138	٣.٦٣		
	٢٣ سنة فأكثر	75	٣.٧٩		
الفرقة الدراسية	الأولى	93	٣.٤٩	٩.٤١٤	٠.٠٠٠
	الثانية	177	٣.٥٧		
	الثالثة	138	٣.٦٢		
	الرابعة	129	٣.٧٦		

تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة حول اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية تعزي لمتغير العمر عند مستوى معنوية ٠.٠٠١ وكانت الفروق لصالح فئة ٢٣ سنة فأكثر مما يبين أنها الفئة الأكثر وعياً ومعرفة باتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية

وكذلك تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة حول اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية تعزي لمتغير الفرقة الدراسية عند مستوى معنوية ٠.٠١ وكانت الفروق لصالح الفرقة الرابعة مما يبين أنها الفئة الأكثر وعياً ومعرفة باتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية

مما سبق يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة حول اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية تبعا للمتغيرات الديموغرافية (النوع، العمر، الفرقة الدراسية، التخصص) عند مستوى معنوية ٠.٠١ مما يبين صحة الفرضية الثانية للدراسة

الفصل الرابع : نتائج وتوصيات البحث

اولاً: النتائج

١. ارتفاع مستوى اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية بقيمة ٤.٠١ وانحراف معياري ٠.٧٩ وكذلك ارتفاع مستوى الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الإلكترونية بقيمة ٣.٨٥ وانحراف معياري ٠.٨٠

٢. وجود أثر طردي ذي دلالة إحصائية لاتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية عند ٠.٠٥ وتبين أن كلما ازداد مستوى اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية بمقدار ١ % ازداد مستوى الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية بمقدار ٠.٩٠١ % مما يبين صحة الفرضية الاولى للدراسة.

٣. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة حول اتجاهات طلبة الجامعات نحو الاستشارة النفسية الافتراضية عبر المنصات الالكترونية تبعا للمتغيرات الديموغرافية (النوع، العمر، الفرقة الدراسية، التخصص) عند مستوى معنوية ٠.٠١ مما يبين صحة الفرضية الثانية للدراسة.

ثانياً: التوصيات

١. ضرورة تثقيف الطلاب حول كيفية الوصول للدعم النفسي الإلكتروني وما يمكن توقعه من هذه الجلسات لتقليل الغموض.
٢. تحديث طرق الإعلان عن المنصات الإلكترونية التي تقدم الدعم النفسي وتصميمها لتكون أكثر جاذبية وملاءمة لاحتياجات جيل الشباب .
٣. توفير خيارات حجز مواعيد مرنة تتناسب مع الجداول الدراسية المزدحمة.

٤. التوصية بتقديم الإرشاد الافتراضي كخيار مواز ومكمل للإرشاد التقليدي (وجهاً لوجه) لزيادة نسب الاستفادة الإجمالية.
 ٥. تدريب الأطقم المهنية على تقنيات "العلاج السيبراني (Cyber Therapy) " والتعامل مع الذكاء الاصطناعي في البحث العلمي والتشخيص.
 ٦. تصميم حملات إلكترونية تهدف لتقليل الوصمة المرتبطة بطلب المساعدة النفسية عبر الفضاء الرقمي.
 ٧. تركيز الخدمات على معالجة قضايا القلق، الاكتئاب، والرهاب الاجتماعي التي تزايدت بين الطلاب .
 ٨. إعطاء الطلاب أولوية قصوى لحماية البيانات والسرية التامة، ويفضلون المنصات التي توفر خيار "إخفاء الهوية"
 ٩. حث إدارات الجامعات على تأمين الأجهزة والبرمجيات المتطورة لدعم استقرار الجلسات الافتراضية
- المصادر:**

١. آل سعد، خالد بن سعيد محمد، (٢٠٢٤)، الاتجاه نحو استخدام خدمات الإرشاد والعلاج النفسي عبر الاستشارات الرقمية لدى عينة من مستخدمي التطبيقات عن بعد .التربية (الأزهر): مجلة علمية محكمة للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية، ع٢٠٤، الجزء ٤.
٢. الدر، هويدا رضا محمد، (٢٠٢٥)، العلاقة بين تعرض الجمهور المصري لصفحات الاستشارات النفسية عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتعزيز الدعم الاجتماعي، مجلة البحوث الإعلامية، ع ٧٥، الجزء ٢.
٣. حجازي، جولتان، (٢٠١٥)، فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني عبر شبكات التواصل الاجتماعي في تحسين مستوى الذكاء الانفعالي لدى عينة من طالبات جامعة الأقصى، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، مج٢٩، ع٦.
٤. عبد القوي، رانيا الصاوي عبده، (٢٠٢٣)، أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب الجامعي " دراسة مقارنة في ضوء متغيري النوع والعمر)، مجلة كلية الآداب جامعة بني سويف، ع٦٨.
٥. المطيري، جهر فهد عقاب، (٢٠٢١)، الإرشاد النفسي من التقليدية إلى الإرشاد والعلاج عن بعد: دراسة في اتجاهات المسترشدين من طلبة الجامعة في ضوء متغيرات الخجل وقلق التفاعل وبعض العوامل الديموغرافية، المجلة الدولية للتنمية، مج١٠، ع١.

٦. الدر، هويدا رضا محمد، (٢٢٥)، العلاقة بين تعرض الجمهور المصري لصفحات الاستشارات النفسية عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتعزيز الدعم الاجتماعي، مجلة البحوث الإعلامية، ٧٥ع، ج٢.
 ٧. رولاند جونتي، لروانس إيما وآخرون، (٢٠٢٠)، الثورة الرقمية في الصحة النفسية: إحداث التحول في الرعاية عبر الابتكار والتوسع، تقرير منتدى الصحة النفسية والتقنيات الرقمية التابع لمؤتمر "ويش" ٢٠٢٠.
 ٨. زعتر، نور الدين، بن جديدي سعاد، درماش، آسيا، (٢٠٢١)، توظيف الخدمة النفسية عبر الإنترنت، مجلة العوم القانونية والاجتماعية، مج٦، ع٢.
 ٩. بلعيد حكيم وبوضياف وهيبة، (٢٠٢٤-٢٠٢٥)، عنوان المشروع: My psy Dz، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ٨ ماي ١٩٤٥ - قالمة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.
 ١٠. رضوان، سامر جميل، (٢٠٢٠)، العلاج والإرشاد النفساني عبر الإنترنت: الفرص والتحديات، الملتقى الثالث لمركز العلاج الطلابي (الافتراضي)، جامعة السلطان قابوس.
 ١١. العقاد، عصام، (٢٠١٦) الاتجاه نحو خدمات الإرشاد والعلاج النفسي عبر بيئة الفضاء الإلكتروني لدى عينة من الشباب الجامعي، المجلة الدولية للتنمية، مج٥، ع١.
 ١٢. مريض، مأمون، (٢٠١٥)، الاستشارات النفسية والتربوية عن بعد الإلكترونية والهاتفية فهماً وتطبيقاً، ط١، المكتب الإسلامي، بيروت.
 ١٣. محمد، صلاح محمد محمود، (٢٠٢١)، اتجاهات طلبة الجامعات السعودية نحو الإرشاد النفسي (التقليدي والإلكتروني)، في ظل الإجراءات الاحترازية لجائحة كورونا، مجلة كلية التربية بينها، ع١٢٦، ج(١).
 ١٤. قادري حليلة، (٢٠١٢)، مشكلات الطلبة الجدد، مجلة العوم الإنسانية والاجتماعية، ع٧.
 ١٥. بن شريك، عمر، (٢٠١٤) توظيف الإنترنت في مجال الإرشاد النفسي التربوي (دراسة لمواقع في الولايات المتحدة الأمريكية نموذجاً)، مجلة دفاتر المخبر، مج٩، ع١.
- المصادر الأجنبية :

1- Essig, T. (2010, March15). Be warned: "Online therapy" is not therapy, not really [Blog post]. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/over-simulated/201003/be-warned-online-therapy-is-not-therapy-not-really>

- 2- Wang, X., Joyce, N., & Namkoong, K. (2020). Investigating college students' intentions to seek online counseling services. *Communication Studies*, 71(4), 550-567
- 3- Brown, C. (2012). Online counseling: Attitudes and potential utilization by college students. *Masters of Arts in Psychology Counseling*, The Faculty of Humboldt State University
- 4- Vossen, K., Rethans, J. J., van Kuijk, S. M., van der Vleuten, C. P., & Kubben, P. L. (2020). Understanding medical students' attitudes toward learning eHealth: questionnaire study. *JMIR medical education*, 6(2), e17030