

آراء الأطباء العامين في تطبيقات الصحة الرقمية لعلاج الاضطرابات النفسية: دراسة شاملة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 16, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). آراء الأطباء العامين في تطبيقات الصحة الرقمية لعلاج الاضطرابات النفسية:
دراسة شاملة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120828>

هل يمكن للتطبيقات الرقمية أن تسد الفجوة في الرعاية الصحية النفسية؟ نظرة من منظور الأطباء العامين

أعرفون هذا الشعور؟ ذلك المريض الذي يجلس أمامك، يحكي عن ضغوط الحياة المتراكمة، عن القلق الذي يخنقه، عن الحزن الذي يثقل كاهله... وأنت تعلم أن العلاج النفسي هو الحل، لكن قوائم الانتظار طويلة، والموارد محدودة، والوقت يمر. هذا الواقع المؤلم يواجهه الأطباء العامون يومياً، خاصةً مع تزايد الطلب على خدمات الصحة النفسية. هل يمكن للتكنولوجيا أن تقدم لنا يد العون في هذه المعضلة؟ هذا ما يحاول الباحثون الإجابة عليه من خلال دراسة حديثة أجراها شايبي وزملاؤها في ألمانيا، والتي استكشفت آراء الأطباء العامين حول استخدام التطبيقات الرقمية للصحة النفسية (DHA-MD) في الرعاية الأولية.

الإطار النظري

الأسس النفسية للتكنولوجيا في العلاج

إن استخدام التكنولوجيا في مجال الصحة النفسية ليس وليد اللحظة. فمنذ عقود، بدأ الباحثون في استكشاف إمكانات العلاج السلوكي المعرفي (CBT) عبر الإنترنت، والذي يعتمد على مبادئ تعديل الأفكار والسلوكيات السلبية. تعتمد هذه التقنية على فكرة أن أفكارنا تؤثر على مشاعرنا وسلوكياتنا، وأن تغيير الأفكار يمكن أن يؤدي إلى تحسين الصحة النفسية. التطبيقات الرقمية، في هذا السياق، تعمل كأدوات لتطبيق مبادئ العلاج السلوكي المعرفي بشكل ذاتي، مما يتيح للمرضى الوصول إلى الدعم النفسي في أي وقت ومكان. كما أن هناك اتجاهات متزايدة نحو دمج مبادئ علم النفس الإيجابي في هذه التطبيقات، بهدف تعزيز نقاط القوة والقدرات لدى الأفراد، وزيادة شعورهم بالسعادة والرضا عن الحياة. يمكن تشبيه هذه التطبيقات بـ "مدرّب شخصي" للصحة النفسية، يقدم الدعم والتوجيه للمستخدمين في رحلتهم نحو التعافي.

المنهجية

كيف تم إجراء الدراسة؟

اعتمدت الدراسة التي أجراها شايبي وزملاؤها على منهجية بحثية مختلطة، تجمع بين الاستبيانات الكمية والمقابلات النوعية. تم توزيع استبيان عبر الإنترنت على عينة وطنية من الأطباء العامين في ألمانيا، وشارك فيه 149 طبيباً. يهدف الاستبيان إلى جمع بيانات حول تصورات الأطباء العامين حول التطبيقات الرقمية للصحة النفسية، بما في ذلك مدى ملاءمتها لمجموعات مختلفة من المرضى، والسياقات العلاجية التي يمكن استخدامها فيها. بالإضافة إلى ذلك، تم إجراء مقابلات متعمقة مع 12 طبيباً عاماً، بهدف استكشاف آرائهم وخبراتهم بشكل أكثر تفصيلاً. تم تطوير الاستبيان ودليل المقابلة بناءً على إطار عمل شامل لتنفيذ البحوث، والذي يركز على العوامل التي تؤثر على تبني التقنيات الجديدة في مجال الرعاية الصحية. تم تحليل البيانات الكمية باستخدام التحليل الإحصائي الوصفي، بينما تم تحليل البيانات النوعية باستخدام تحليل المحتوى النوعي، وهو أسلوب يهدف إلى تحديد الأنماط والموضوعات الرئيسية في البيانات.

النتائج

ماذا كشف الأطباء العامون؟

أظهرت نتائج الاستبيان أن معظم الأطباء العامين (84.2٪) يرغبون في وصف التطبيقات الرقمية للصحة النفسية للمرضى الذين لديهم خبرة إيجابية سابقة مع هذه التطبيقات. كما أنهم يفضلون وصفها للمرضى الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و 35 عاماً (79.6٪)، والذين يعانون من محدودية في الحركة الجغرافية (78.6٪)، والذين يحتاجون إلى سد الفجوة الزمنية في انتظار العلاج النفسي التقليدي (83.3٪). في المقابل، كانوا أقل ميلاً لوصفها للمرضى الذين تزيد أعمارهم عن 80 عاماً (95.2٪)، أو الذين تقل أعمارهم عن 18 عاماً (87.0٪)، أو الذين يعانون من اضطرابات نفسية متعددة (80.7٪)، أو استخدامها كعلاج أساسي (81.1٪). أكدت المقابلات هذه النتائج، حيث أشار الأطباء العامون إلى أنهم يرون المرضى الأصغر سناً والأكثر قدرة على استخدام التكنولوجيا، والذين يعانون من اضطرابات نفسية خفيفة إلى متوسطة، هم الأكثر ملاءمة لاستخدام التطبيقات الرقمية. كما أشاروا إلى أنهم يرغبون في استخدامها بشكل خاص في فترات الانتظار، وكدعم للعلاج النفسي التقليدي.

الآثار

ماذا تعني هذه النتائج على أرض الواقع؟

تحمل هذه الدراسة آثاراً مهمة على كل من الأطباء النفسيين والمرضى والجمهور بشكل عام. بالنسبة للأطباء النفسيين، تسلط الدراسة الضوء على أهمية مراعاة الخصائص الفردية للمرضى، مثل العمر والقدرة على استخدام التكنولوجيا والظروف السريرية، عند اتخاذ قرار بشأن وصف التطبيقات الرقمية للصحة النفسية. كما تؤكد على أهمية اتخاذ القرارات بشكل مشترك مع المرضى، وتقييم ما إذا كانوا سيستفيدون بالفعل من استخدام هذه التطبيقات. بالنسبة للمرضى، تشير الدراسة إلى أن التطبيقات الرقمية يمكن أن تكون أداة مفيدة في إدارة الصحة النفسية، خاصة في الحالات التي يكون فيها الوصول إلى العلاج التقليدي محدوداً. ومع ذلك، من المهم أن يكونوا على دراية بحدود هذه التطبيقات، وأن لا يعتمدوا عليها كبديل للعلاج النفسي التقليدي. بالنسبة للجمهور بشكل عام، تساهم الدراسة في زيادة الوعي بإمكانات التكنولوجيا في مجال الصحة النفسية، وتشجع على تبني حلول مبتكرة لتحسين الوصول إلى الرعاية.

السياق الثقافي العربي

كيف تنطبق هذه النتائج على العالم العربي؟

عند النظر إلى هذه النتائج في سياق العالم العربي، تظهر بعض الفروق الدقيقة. ففي العديد من المجتمعات العربية، لا تزال هناك وصمة عار مرتبطة بالصحة النفسية، مما قد يجعل المرضى مترددين في طلب المساعدة أو استخدام التطبيقات الرقمية. بالإضافة إلى ذلك، قد تكون هناك فجوة رقمية بين الأجيال، حيث يفتقر كبار السن إلى المهارات الرقمية اللازمة لاستخدام هذه التطبيقات. ومع ذلك، هناك أيضاً عوامل إيجابية، مثل ارتفاع معدل استخدام الهواتف الذكية في المنطقة، وتزايد الوعي بأهمية الصحة النفسية. لذلك، من المهم تكييف التطبيقات الرقمية لتلبية الاحتياجات الثقافية واللغوية للمرضى العرب، وتقديم الدعم اللازم لهم لضمان استخدامهم الفعال. على سبيل المثال، يمكن ترجمة التطبيقات إلى اللغة العربية، وتوفير محتوى يتناسب مع القيم والمعتقدات الثقافية المحلية. كما يمكن تنظيم حملات توعية لتقليل الوصمة المرتبطة بالصحة النفسية، وتشجيع المرضى على طلب المساعدة.

التوجهات المستقبلية والقيود

ماذا بعد؟

تفتح هذه الدراسة الباب أمام العديد من التساؤلات والبحوث المستقبلية. من المهم إجراء المزيد من الدراسات لتقييم فعالية التطبيقات الرقمية للصحة النفسية في سياقات ثقافية مختلفة، وتحديد العوامل التي تؤثر على تبنيها واستخدامها. كما من الضروري تطوير نماذج جديدة لتقديم الرعاية الصحية النفسية، تجمع بين العلاج التقليدي والتكنولوجيا الرقمية، وتضمن حصول جميع المرضى على الدعم الذي يحتاجونه. أحد القيود الرئيسية لهذه الدراسة هو أنها أجريت في ألمانيا، وقد لا تكون نتائجها قابلة للتعميم على بلدان أخرى. بالإضافة إلى ذلك، اعتمدت الدراسة على بيانات ذاتية الإبلاغ من الأطباء العاميين، والتي قد تكون عرضة للتحيز. ومع ذلك، فإن هذه الدراسة تمثل خطوة مهمة نحو فهم أفضل لإمكانات التكنولوجيا في مجال الصحة النفسية، وتحديد كيفية استخدامها لتحسين الرعاية الصحية.

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليم View Course → أصول التربية والتعليم View Course → التربية البيئية والتنمية المستدامة View Course →

Reference

Scheibe S. (2026). *Exploring general practitioners' perspectives on the use and benefits of digital health applications for mental disorders in primary care: a mixed-methods study*. BMC Health Services Research, 26(1).

DOI: [10.1186/s12913-026-14256-0](https://doi.org/10.1186/s12913-026-14256-0)