

تحسين الصحة النفسية للطلاب: دراسة حول فعالية الخدمات الرقمية المدرسية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

يناير 30, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تحسين الصحة النفسية للطلاب: دراسة حول فعالية الخدمات الرقمية المدرسية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=115410>

هل تساءلت يوماً عن أفضل طريقة لتقديم الدعم النفسي للشباب في مرحلة المراهقة، خاصةً مع تزايد الضغوط والتحديات التي يواجهونها؟ غالباً ما تعتمد المدارس على مبادرات مختلفة، ولكن فعاليتها تتباين بشكل كبير. دراسة حديثة تسلط الضوء على هذا التحدي، وتبحث في كيفية تحسين استخدام الخدمات النفسية الرقمية في المدارس الثانوية الأسترالية.

النقاط الرئيسية

لم يؤد تخصيص وقت إضافي في الجدول الدراسي أو تقديم حوافز مالية إلى زيادة ملحوظة في تفاعل الطلاب مع البرنامج النفسي الرقمي. تحسنت نوايا الطلاب لطلب المساعدة النفسية بشكل ملحوظ في المجموعة التي تلقت الخدمة القياسية بالإضافة إلى وقت إضافي في الفصل الدراسي. أظهرت الدراسة أن النسيان ونقص الدافعية هما من أبرز العوائق التي تواجه الطلاب في استخدام هذه الخدمات. تشير النتائج إلى أهمية النظر في السياق المدرسي الأوسع عند محاولة تحسين استخدام الخدمات النفسية الرقمية.

المنهجية

قام باحثون في أستراليا بإجراء تجربة عشوائية مُجمَّعة (cluster randomised controlled trial) شملت 20 مدرسة ثانوية في ولايتين أستراليتين. وقد تم اختيار المدارس عشوائياً للانضمام إلى إحدى ثلاث مجموعات: المجموعة الأولى تلقت برنامج "Smooth Sailing" (إبحار سلس) النفسي الرقمي القياسي، وهو برنامج متاح على الإنترنت يهدف إلى تعزيز الصحة النفسية للطلاب. المجموعة الثانية تلقت نفس البرنامج القياسي بالإضافة إلى تخصيص وقت إضافي في الجدول الدراسي لاستخدامه. أما المجموعة الثالثة فقد تلقت البرنامج القياسي بالإضافة إلى حوافز مالية (لم يتم تحديد طبيعة هذه الحوافز في الملخص). استمرت التجربة لمدة 12 أسبوعاً، وشملت طلاب الصفين الثامن والتاسع (بما يعادل المرحلة الإعدادية والثانوية في بعض الأنظمة التعليمية).

تم قياس تفاعل الطلاب من خلال عدد الوحدات التعليمية (modules) التي قاموا بالوصول إليها في البرنامج بعد 12 أسبوعاً من بداية التجربة. بالإضافة إلى ذلك، تم تقييم عوامل أخرى مثل معدل الإقبال على البرنامج، ومعدل استمرارية الاستخدام، ونوايا الطلاب لطلب المساعدة في حالة وجود مشاكل نفسية، ومدى رضاهم عن الخدمة، والعوائق التي واجهتهم.

النتائج

شارك في الدراسة ما مجموعه 1295 طالباً. أظهرت النتائج أن الطلاب في المجموعتين اللتين تلقتا دعماً إضافياً (وقت إضافي في الفصل الدراسي أو حوافز مالية) قاموا بالوصول إلى عدد أكبر من الوحدات التعليمية مقارنة بالمجموعة التي تلقت البرنامج القياسي فقط. ومع ذلك، لم يكن هذا الفرق ذا دلالة إحصائية (قيمة $p = 0.14$)، مما يعني أن الزيادة في التفاعل لم تكن كبيرة بما يكفي لاعتبارها نتيجة حقيقية وليست مجرد صدفة.

لم تظهر الدراسة أي فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاث في معدل الإقبال على البرنامج (قيمة $p = 0.55$) أو معدل استمرارية الاستخدام (قيمة $p = 0.95$). ولكن، لوحظ تحسن ملحوظ في نوايا الطلاب لطلب المساعدة النفسية في المجموعتين اللتين تلقتا الخدمة القياسية بالإضافة إلى وقت إضافي في الفصل الدراسي، وذلك في التقييمين اللذين تم إجراؤهما بعد 6 و 12 أسبوعاً.

أفاد الطلاب بأن النسيان ونقص الدافعية هما من أبرز الأسباب التي تعيق استخدامهم للبرنامج.

الدلالات

تشير هذه الدراسة إلى أن مجرد توفير وقت إضافي في الجدول الدراسي أو تقديم حوافز مالية قد لا يكون كافياً لزيادة تفاعل الطلاب مع الخدمات النفسية الرقمية في المدارس. ويؤكد الباحثون على أهمية النظر في السياق المدرسي الأوسع، بما في ذلك ثقافة المدرسة، ودعم المعلمين، وتوفر الموارد الأخرى، عند محاولة تحسين استخدام هذه الخدمات.

إن التحسن الملحوظ في نوايا الطلاب لطلب المساعدة في المجموعة التي تلقت وقتاً إضافياً في الفصل الدراسي يشير إلى أن دمج البرنامج في الأنشطة الصفية قد يكون له تأثير إيجابي على وعي الطلاب بأهمية الصحة النفسية وتشجيعهم على طلب المساعدة عند الحاجة.

تؤكد هذه النتائج على الحاجة إلى مزيد من البحث لفهم العوامل التي تؤثر على تفاعل الطلاب مع الخدمات النفسية الرقمية، وتطوير استراتيجيات أكثر فعالية لتعزيز استخدامها. من المهم أيضاً معالجة العوائق التي يواجهها الطلاب، مثل النسيان ونقص الدافعية، من خلال توفير تذكيرات ودعم مستمر.

Reference

Subotic-Kerry M. (2025). *Optimising the implementation of a universal web-based mental health service for Australian secondary schools: a cluster randomised controlled trial*. Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health.

DOI: [10.1186/s13034-025-00975-5](https://doi.org/10.1186/s13034-025-00975-5)