مجلة جامعة طرطوس للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (١٠) العدد (١١) ٢٠٢٦
Tartous University Journal for Research and Scientific Studies –Arts and Humanities Series Vol. (10) No. (11) 2026

مستوى الرفاهية الرقمية وعلاقتها باستخدام أساليب الرقابة الوالدية (دراسة ميدانية على عينة من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية)

*د. سمية الأخرس
** د. هدى يونس

(تاريخ الإيداع ٢/٣ /٢٠٢٦. قُبِل للنشر في ٦/٢ /٢٠٢٦)

□ ملخّص □

هدف هذا البحث إلى تعرُّف العلاقة بين الرفاهية الرقمية وأساليب الرقابة الوالدية، لدى متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، وتعرُّف الفروق تبعاً لمتغيري النوع والصف الدراسي، ولتحقيق الهدف من البحث أُعدَّت استبانة الرفاهية الرقمية، التي تضمنت (٣٧) بنداً، واستبانة أساليب الرقابة الوالدية واشتملت على (٢٨) بنداً؛ وجرى تطبيقهما على عينة مكونة من(379) متعلماً ومتعلمةً، اختيروا بالطريقة العشوائية، واعتمد البحث المنهج الوصفي التحليلي، تمت معالجة البيانات باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والتربوية، ومن ثم مناقشة النتائج وتفسيرها، وصولاً إلى عدد من التوصيات والمقترحات. أظهرت نتائج البحث أن مستوى الرفاهية الرقمية، وأساليب الرقابة الوالدية كان متوسطاً، وتبين وجود علاقة ارتباطية بين الرفاهية الرقمية وأساليب الرقابة الوالدية، وتبين وجود فروق على الاستبانة تبعاً لمتغيري النوع(لصالح الذكور)، والصف الدراسي(لصالح الصف السابع).

الكلمات المفتاحية: الرفاهية الرقمية، أساليب الرقابة الوالدية، متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

*أستاذ مساعد في قسم تربية الطفل، كلية التربية، جامعة اللاذقية،اللاذقية، سورية.
**مدرسة في قسم تربية الطفل، كلية التربية، جامعة اللاذقية،اللاذقية، سورية.

مجلة جامعة طرطوس للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (١٠) العدد (١١) ٢٠٢٦
Tartous University Journal for Research and Scientific Studies –Arts and Humanities Series Vol. (10) No. (11) 2026

Digital Well-Being and Its Relationship with Parental Monitoring Styles
A Field Study on a Sample of Lower Secondary Education Students in the City of Latakia

***Dr. Sumaya Al-Akhras**
****Dr. Huda Younes**

(Received 3/2 /2026. 2 /6/2026)

□ ABSTRACT□

This study aimed to investigate the relationship between digital well-being and parental monitoring styles among students of the lower secondary stage in the city of Latakia. It also sought to identify the differences in the mean scores of the study sample on the questionnaires according to the variables of gender and grade level. To achieve the objectives of the study, a Digital Well-Being Questionnaire consisting of (37) items and a Parental Monitoring Styles Questionnaire consisting of (28) items were developed. Both questionnaires were administered to a random sample of (379) male and female students. The study adopted the descriptive analytical method. Data were analyzed using the Statistical package for the Social and Educational Sciences (SPSS), after which the results were discussed and interpreted, leading to a number of recommendations and suggestions.

The results indicated that the level of digital well-being and parental monitoring styles among the participants was moderate. A statistically significant correlation was found between digital well-being and parental monitoring styles. In addition, statistically significant differences were found in the mean scores of the participants according to gender (in favor of males) and grade level (in favor of seventh-grade students).

Keywords : Digital well-being, parental monitoring styles, lower secondary education students. Affiliations

*Assistant Professor, Department of Child Education, Faculty of Education, University of Latakia, Latakia, Syria .
**Lecturer, Department of Child Education, Faculty of Education, University of Latakia, Latakia, Syria .

١ – مقدمة

في ظل تسارع وتيرة الحياة وتعقيداتها وتعرضنا لكثير من الضغوط، ومع عصر رقمي سريع التغيير أصبحنا نعيش فيه، لم يعد الاهتمام والعناية بالصحة النفسية ترفاً، بل أصبحت ضرورةً ملحةً، وأصبحت التقنيةُ جزءاً مهماً لا يستغنى عنه في الحياة، ومن هنا ظهرت مصطلحات ومفاهيم جديدة مرتبطة بالتغييرات التكنولوجية المتسارعة، وبرز مصطلح "الرفاهية الرقمية"(العصفوري، ٢٠٢٥). فقد ظهر هذا المفهوم ليس كرفاهية للاستخدام الزمني للشاشات فحسب، بل كتجربة شاملة تتعلق بجودة التفاعل مع المحتوى الرقمي وتأثيراته على كافة المجالات النفسية والاجتماعية والعقلية والتربوية، وبرزت حاجة ماسة إلى موازنة فوائد ذاك التحول الرقمي المتسارع مع آثاره المحتملة على المستخدمين وخاصةً فئة الأطفال والمراهقين، وبالتالي ظهرت تحديات جديدة تتعلق بتحقيق تلك الرفاهية الرقمية والتي تهدف إلى تحقيق حالة من التوازن الأمثل بين الاستفادة من إيجابيات العالم الرقمي وتجنب سلبياته للحفاظ على صحة الفرد وسعادته في الحياة الواقعية، فالرفاهية الرقمية هي القدرة على رعاية الصحة الشخصية والسلامة والعلاقات والتوازن بين العمل والحياة في البيئات الرقمية، واستخدام الأدوات الرقمية لتحقيق الأهداف الشخصية مثل الصحة واللياقة البدنية والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، التصرف بأمان وبمسؤولية في البيئات الرقمية، التفاوض وحل النزاعات، إدارة عبء العمل الرقمي والإرهاق والتشتت والتصرف بحرص(Carme et al,2019,13).

وتعد مرحلة المراهقة المبكرة والمتوسطة من أكثر المراحل حساسية، كونها تتسم بتغيرات نفسية واجتماعية ومعرفية متسارعة تنعكس بشكل مباشر على أنماط استخدامهم للتكنولوجيا الرقمية. وتُعد هذه المرحلة من أكثر المراحل عرضة للتأثر بالمخاطر الرقمية، نظراً لارتفاع معدل استخدام الأجهزة الذكية والإنترنت، مما يجعل دراسة الرفاهية الرقمية لدى المراهقين ذات أهمية خاصة، حيث يزداد فيها إقبال المراهق على العالم الرقمي للتواصل الاجتماعي وللتعلم؛ حيث يكون في أعلى درجات فضوله لاستخدام التقنيات ومواقع التواصل الاجتماعي، بينما لا تزال مهاراته وقدراته على إدارة الوقت الرقمي وعلى اختيار المواقع الموثوقة ومعرفة مصادر المعلومات الأهم والأكثر أماناً، في طور النضج. وهذا ما وضع أمام الأسرة في العصر الرقمي تحديات كبيرة مما يستوجب تربية حديثة معاصرة للأبناء ومغايرة للتربية التقليدية التي نشأ عليها الآباء(عبده وآخرون، ٢٠٢٤، ٣٤٩)، ونتيجة لانتشار الاستخدام السيئ للتطبيقات الرقمية المختلفة والتي أثرت على الأفرادبكافة مراحل نموهم المختلفة _ولاسيما فترة المراهقة_ وتكوينهم الأخلاقي والعلمي في ظل هذا العالم الرقمي الخالي في أغلب الأحيان من القواعد المنظمة والضوابط التي ترتبط بالسلوكيات السلبية والإيجابية للمواطن الرقمي(حمود، ٢٠٢٣، ٣٩٢)، الأمر الذي بات معه ضرورياً أن يكون هناك رقابة والدية حثيثة لكل ما يستخدمه الأبناء من مصادر تكنولوجيا وتقنيات حديثة بغرض الاستفادة منها في مجالات متنوعة، فالتكنولوجيا تخترق الخصوصيات، وتسهل الانفتاح على العالم بثقافاته المتنوعة، سواء ما يتماشى منها مع ثقافاتنا، أو يهدمها ويستبدلها بثقافات أخرى مغايرة لهويتنا الثقافية، إضافةً إلى أن الاستخدام المفرط أو غير المدروس قد يؤدي إلى نتائج سلبية مثل زيادة التوتر والقلق، والعزلة الاجتماعية، والتأثير على التحصيل الأكاديمي. لذا ينبغي على الآباء أن يكونوا متابعين ومراقبين وموجهين ومرشدين لأبنائهم لمصادر المعرفة وأن يكونوا مصححين للأخطاء التي من الممكن أن يقع بها أبناؤهم عند استخدامهم للتكنولوجيا والتقنيات الحديثة، فالرقابة الوالدية والمتابعة التكنولوجية للأبناء أصبحت من أهم مسؤوليات الأسرة في العصر الحالي المتقدم. وقد أظهرت العديد من الدراسات الحديثة أهمية الرقابة الوالدية في توجيه استخدام التكنولوجيا لدى الأبناء وتحقيق رفاهيتهم الرقمية، كدراسة توف لافتون وآخرين (Tovelafton et al،(2024،

من خلال ما سبق، هدف البحث الحالي إلى دراسة العلاقة بين الرفاهية الرقمية لدى متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي واستخدام أساليب الرقابة الوالدية، مع التركيز على متغيرات جنس المتعلمين والصف الدراسي في تحديد نوع الرقابة وتأثيراتها. ويُتوقع من هذا البحث تقديم رؤى معمقة حول كيفية تحسين رفاهيتهم في عصر التكنولوجيا من خلال التفاعل السليم بين المراهقين وأسرهم.

مشكلة البحث:

يواجه المراهقون في العصر الرقمي تحديات متزايدة تتعلق بكيفية إدارة استخدامهم للأجهزة الرقمية والإنترنت بصورة صحية ومتوازنة. فعلى الرغم من أن التقنيات الحديثة توفر فرصاً واسعة للتعلّم والتواصل والترفيه، إلا أن الاستخدام المفرط أو غير المنظم لها قد يفضي إلى آثار سلبية تمس الرفاهية الرقمية للمتعلمين، مثل ارتفاع مستويات القلق والاكتئاب، وتعزيز مشاعر العزلة الاجتماعية، وتراجع التحصيل الدراسي. وفي هذا السياق، تُعد الرقابة الوالدية من أهم الآليات التي تهدف إلى تنظيم استخدام الأبناء للتكنولوجيا الرقمية؛ إذ تتنوع أساليبها بين الرقابة النشطة القائمة على الحوار والتوجيه، والرقابة المقيدة التي تعتمد على تحديد أوقات الاستخدام أو حجب بعض المواقع والتطبيقات. ورغم تزايد الاهتمام بهذا الموضوع، لا تزال هناك تساؤلات قائمة حول العوامل التي قد تؤثر في فاعلية هذه الأساليب، ولاسيما ما يتعلق بمرحلة المراهقة ذاتها. ومن هنا تبرز أهمية دراسة متغير الصف الدراسي بوصفه مؤشراً نمائياً يعكس الفروق العمرية والمعرفية بين المتعلمين، ومدى انعكاس ذلك على مستوى الرفاهية الرقمية لديهم، وعلى طبيعة استجابتهم لأساليب الرقابة الوالدية. حيث قد تختلف أنماط استخدام التكنولوجيا وطبيعة التفاعل معها باختلاف الصف الدراسي، مما قد يؤثر في فعالية الأساليب الرقابية وفي تحقيق التوازن بين الاستقلالية الرقمية والحماية من المخاطر. هذا وقد انطلقت الباحثتان من تأكيد العديد من الدراسات والأدبيات التربوية على تزايد الاعتماد على التكنولوجيا لدى كل أفراد المجتمع بعامة ولدى متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بخاصة، وأشارت دراسات سابقة إلى تباين في أساليب الرقابة الوالدية المطبقة على هذه الفئة العمرية كدراسة الناصر (٢٠٢٤)، بالإضافة إلى أن الباحثتين قد لاحظتا أن هناك تناقضاً واضحاً في السلوك الرقمي لدى العديد من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، فبعضهم يبدو أكثر توافقاً ورفاهية في أثناء استخدام التكنولوجيا، بينما يظهر آخرون مؤشرات سلبية على انخفاض الرفاهية الرقمية لديهم كانخفاض الشعور بالأمان عند استخدامها.

لقد دعمت العديد من المؤتمرات والمنظمات الدولية مسألة الرفاهية الرقمية وحماية الأطفال والمراهقين من المخاطر الرقمية، وأكدت دور الرقابة الوالدية بوصفها أداة أساسية في تعزيز رفاهية الأطفال والمراهقين في العالم الرقمي. وقد وردت عدة توصيات من هذه الهيئات التي تعزز مشكلة البحث وتسلط الضوء على أهمية التوازن بين الحرية الرقمية والحماية من المخاطر أهمها:

١. منظمة الصحة العالمية (WHO): في تقريرها الصادر في ٢٠١٦، أكدت منظمة الصحة العالمية ضرورة تقديم بيئة صحية وآمنة للأطفال والمراهقين في العالم الرقمي. أوصت المنظمة بضرورة أن تشارك الأسر في مراقبة وتوجيه استخدام التكنولوجيا لضمان حماية الأطفال من المخاطر المرتبطة بالإنترنت، مثل التنمر الرقمي، والإدمان على الشاشات. كما أشار التقرير إلى أهمية توازن الوقت الذي يقضيه المراهقون أمام الشاشات وضرورة التواصل المستمر بين الوالدين والأبناء حول الاستخدام الرقمي(منظمة الصحة العالمية، ٢٠١٦).

٢. الاتحاد الدولي لجمعيات الآباء والمعلمين (FIP): في تقرير ٢٠٢٠، تم التأكيد على أهمية الرقابة التشاركية بين الأهل وأبنائهم لتعزيز رفاهيتهم الرقمية. وأوصى بضرورة مشاركة الوالدين في الأنشطة الرقمية لأبنائهم بشكل

إيجابي، مما يساعد في بناء علاقة صحية مع التكنولوجيا. كما أوصى الاتحاد بضرورة تعزيز الوعي الرقمي لدى الأسر لضمان استخدام التكنولوجيا بشكل آمن ومفيد(http: //www. parentsinternational. org).

٣. وكذلك اليونيسيف (UNICEF) أصدرت تقريراً في ٢٠١٩ شددت فيه على ضرورة التوعية الرقمية للأطفال والمراهقين. ودعت إلى برامج تعليمية تركز على كيفية استخدام الإنترنت بشكل آمن، كما أكدت أهمية وجود إشراف مباشر من الوالدين على استخدام الأبناء للتكنولوجيا(http: //www. unicef. org).

٤. مؤتمر الأمم المتحدة العالمي للاتصالات (ITU): في (٢٠٢١)، تناول المؤتمر أهمية الرقابة الذكية التي تتيح للوالدين مراقبة مرنة لاستخدام الأبناء للأجهزة الرقمية. وتم التأكيد على أن الرقابة الفعّالة لا تتطلب فقط فرض القيود، بل تحتاج إلى حوار مستمر حول الاستخدام المسؤول للتكنولوجيا (http: //www. itu. int).

٥. منظمة اليونسكو (UNESCO): في تقريرها لعام ٢٠٢٢، حيث دعت إلى إشراك الوالدين في عملية التربية الرقمية لأبنائهم، إذ يسهم ذلك في تطوير قدرة المتعلمين على اتخاذ قرارات مسؤولة في بيئات الإنترنت. كما أوصت بتطوير منهجيات تعليمية تهدف إلى تعزيز الرفاهية الرقمية للمتعلمين من خلال تدريب الوالدين على أساليب التوجيه الرقمي/ https: //WWW. unesco. org/ar/education/action.). تؤكد هذه التوصيات من المؤتمرات والمنظمات الدولية أهمية الرقابة الوالدية في تعزيز الرفاهية الرقمية للمتعلمين، وعلى ضرورة تحسين التوازن بين الحرية الرقمية والحماية من المخاطر. وبناءً على ما سبق، تتحدد مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن السؤال الرئيس الآتي:

"ما العلاقة بين الرفاهية الرقمية واستخدام أساليب الرقابة الوالدية لدى متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟"

أهمية البحث وأهدافه: تأتي الأهمية النظرية للبحث الحالي من:

- أهمية موضوع الرفاهية الرقمية كونه من الموضوعات المهمة في مجال دراسات المراهقة والتكنولوجيا، حيث يسعى لفهم الرفاهية الرقمية وعلاقتها باستخدام أساليب الرقابة الوالدية في ظل التحولات التي يشهدها العصر الرقمي.

- كون هذه الدراسة توفر إضافة نظرية إلى الأدبيات الموجودة حول تأثير استخدام التقنيات الحديثة على المتعلمين، وذلك من خلال تسليط الضوء على كيفية تأثير أساليب الرقابة الوالدية (مثل الرقابة النشطة، المقيدة، التشاركية، التوجيهية) على رفاهية المتعلمين في أربعة جوانب رئيسة: النفسية، الاجتماعية، التعليمية، والبدنية.

- يقدم هذا البحث إطاراً نظرياً لفهم العلاقة بين المتغيرات الاجتماعية مثل جنس المتعلم والصف الدراسي وفعالية الرقابة الوالدية في تعزيز رفاهية المتعلمين.

- يسهم في توسيع الفهم الأكاديمي حول كيفية توجيه وتحسين استخدام الأطفال والمراهقين للتكنولوجيا بما يتوافق مع احتياجاتهم النفسية والاجتماعية والتربوية.

- أهمية مرحلة التعليم الأساسي، كونها مرحلة تأسيسية من ناحية، ومن ناحية أخرى تعد مرحلة حاسمة كونها تشمل مرحلة المراهقة المبكرة حيث يتشكل خلالها الوعي الرقمي والتوجهات السلوكية للمراهق، مما يجعلها النافذة الزمنية المثلى لغرس عادات الاستخدام الصحي للتقنيات وبناء مناعة رقمية فعالة.

- أهمية العينة (متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي) كونهم يمثلون مرحلة عمرية حرجة في النمو النفسي والمعرفي والاجتماعي، حيث يبدأ فيها الاستخدام المستقل والواسع للتكنولوجيا.

- قلة الأبحاث والدراسات المحلية –على حدود علم الباحثتين– التي تناولت العلاقة بين الرفاهية الرقمية واستخدام أساليب الرقابة الوالدية لدى المتعلمين في مرحلة التعليم الأساسي.

تأتي الأهمية التطبيقية للبحث الحالي من:

- قد تفيد نتائج البحث أولياء الأمور من خلال المساعدة في فهم أفضل لأساليب الرقابة الوالدية الفعالة وكيفية تحقيق التوازن بين المراقبة وبناء الثقة مما ينعكس إيجاباً على العلاقة الأسرية.
- قد تفيد نتائج البحث المعلمين وصناع السياسات التربوية حول كيفية تحسين رفاهية المتعلمين الرقمية.
- قد تفيد نتائج البحث صناع السياسات التربوية لوضع برامج توعية تعزز الرفاهية الرقمية والاستخدام الآمن للإنترنت.
- قد تفيد نتائج البحث المختصين التربويين في المدارس لوضع برامج توعية للآباء والمتعلمين معاً حول كيفية تحقيق التوازن في استخدام التكنولوجيا وتعزيز الوعي بالعادات الرقمية الصحية وإدارة الضغوط عبر الإنترنت.
- قد تفيد نتائج البحث الحالي متعلمي التعليم الأساسي (الحلقة الثانية) أنفسهم ومساعدتهم على فهم تجاربهم الرقمية بشكل أفضل والتعبير عن احتياجاتهم بشكل بناء.
- فتح قنوات بحثية أمام باحثين آخرين لإجراء أبحاث أخرى حول دراسة موضوع الرفاهية الرقمية، وموضوع أساليب الرقابة الوالدية وفي مراحل دراسية مختلفة.

أما أهداف البحث فتتمثل بالآتي:

- التعرُّف إلى العلاقة بين الرفاهية الرقمية واستخدام أساليب الرقابة الوالدية لدى عينة من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.
- التعرُّف إلى مستوى الرفاهية الرقمية لدى عينة من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.
- التعرُّف إلى مستوى استخدام أساليب الرقابة الوالدية لدى عينة من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.
- التعرُّف إلى الفرق بين الذكور والإناث في الرفاهية الرقمية.
- التعرُّف إلى الفرق بين الذكور والإناث في استخدام أساليب الرقابة الوالدية.
- التعرُّف إلى الفروق في الرفاهية الرقمية وفقاً للصف الدراسي.
- التعرُّف إلى الفروق في استخدام أساليب الرقابة الوالدية وفقاً للصف الدراسي.

أسئلة البحث:

- ما مستوى الرفاهية الرقمية لدى عينة من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟
- ما مستوى استخدام أساليب الرقابة الوالدية لدى متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟

فرضيات البحث: جرى اختبار فرضيات البحث عند مستوى دلالة (٠. ٠٥)

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على استبانة الرفاهية الرقمية ودرجاتهم على استبانة استخدام أساليب الرقابة الوالدية.
- لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على استبانة الرفاهية الرقمية تبعاً لمتغير النوع.

- لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على استبانة استخدام أساليب الرقابة الوالدية تبعاً لمتغير النوع.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على استبانة الرفاهية الرقمية تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على استبانة استخدام أساليب الرقابة الوالدية تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

منهجية البحث:

يعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي (التحليلي)نظراً لمناسبته طبيعة هذا البحث، كونه يصف المتغيرات موضع البحث كما هي في الواقع ومن ثم تحليلها، وذلك من خلال جمع البيانات واستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة وتحليلها للوصول إلى النتائج حول البحث الحالي.

مجتمع البحث وعينته:

تكون المجتمع الأصلي للبحث من جميع متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية للعام الدراسي (٢٠٢٥/٢٠٢٦)، والبالغ عددهم (١٢٨٥٤)من الذكور ، و(١٣٧٠٧)من الإناث ، بحسب إحصائية مديرية التربية في اللاذقية (المصدر: دائرة الإحصاء والتخطيط في مديرية تربية اللاذقية). وقد جرى اختيار متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي (الصفوف السابع والثامن والتاسع). كما أُدرج متغير الجنس بهدف الكشف عن الفروق المحتملة بين الذكور والإناث في أنماط الاستخدام الرقمي والتفاعل مع المحتوى الإلكتروني، وقد تم سحب عينة طبقية عشوائية قدرها (٣٧٩)متعلماً ومتعلمةً، بنسبة(١. %٤٣) من المجتمع الأصلي. والجدول الآتي يوضح توزع أفراد العينة بحسب المتغيرات (النوع، الصف الدراسي):

جدول رقم (١) توزع أفراد العينة

المتغير	عوامل المتغير	التكرار
النوع	ذكر	١٣٧
	أنثى	٢٤٢
الصف الدراسي	السابع	128
	الثامن	157
	التاسع	94
المجموع		٣٧٩

أدوات البحث:

لتحقيق الهدف من البحث الحالي قامت الباحثتان بإعداد استبانتين: استبانة الرفاهية الرقمية، واستبانة أساليب الرقابة الوالدية، وذلك بعد الاطلاع على الدراسات السابقة وأدبيات البحث التربوي ذات الصلة بموضوع البحث الحالي، وتضمنت الاستبانتان قسمين: **القسم الأول:** ويحتوي على التعريف بالهدف من الاستبانة والمطلوب من المفحوص القيام به، والبيانات الأساسية لأفراد العينة وتشمل: (النوع، والصف الدراسي). **القسم الثاني:** الذي تضمن بنود الاستبانتين، حيث تكونت استبانة الرفاهية الرقمية من (٣٧) بنداً، واستبانة أساليب الرقابة الوالدية تكونت من (٢٨) بنداً. وقد تمت صياغة البنود بطريقة تتفق مع أهداف الاستبانة، ثم قامت الباحثتان باستشارة عدد من الخبراء

والمتخصصين في التربية وعددهم خمسة الملحق رقم (١)، بغية الوصول إلى أداة ملائمة لتحقيق أهداف البحث، كانت بدائل العبارات وفق مقياس ليكرت الخماسي: درجة الإجابة(موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة)، وأعطيت الأوزان الآتية (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب. أما **معيار** الحكم على متوسط الإجابات وفق هذا المقياس فقد قسم المقياس إلى ثلاث فئات متساوية، وتم تحديد النقاط الفاصلة على التدرُّج من خلال حساب المدى (الدرجة العليا لمقياس ليكرت– الدرجة الدنيا لمقياس ليكرت)، أي(١–٥=٤)، ومن ثم التقسيم إلى ثلاثة مستويات(٤÷٣= ١. ٣٣)، وفق الآتي: (١– ٢. ٣٣) منخفضة، (٢. ٣٤– ٣. ٦٧) متوسطة، (٣. ٦٨– ٥) مرتفعة.

صدق الأدوات وثباتها:

للتأكد من صدق الأداة عُرض المقياس على عدد من المحكمين من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة اللاذقية، وعددهم خمسة الملحق رقم (١)، من أجل إبداء الرأي فيها من حيث صياغة البنود ووضوحها، وقد كان لآرائهم وملاحظاتهم فائدة في بناء الاستبانة،وكذلك تم التحقق من صدق الأداة من خلال صدق الاتساق الداخلي للبنود عن طريق حساب معامل الارتباط بيرسون وذلك بعد تطبيقها على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠)متعلماً ومتعلمةً خارج عينة البحث الأساسية، وقد تبين أن جميع البنود كانت ذات ارتباط معنوي ودال، بلغ معامل الارتباط بيرسون عند مستوى دلالة (٠. ٠٥) للاستبانة ككل(٠. ٧٣٣)، وقامت الباحثتان بحساب الثبات عن طريق معامل الثبات ألفا كرونباخ، وتبين أن جميع البنود ذات ثبات عالٍ، وبلغ معامل الثبات للاستبانة ككل (٠. ٦٥٧).

حدود البحث:

- **حدود أُجري المكانية:** أُجري البحث في مدارس الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.
- **حدود زمانية:** أُجري البحث في العام الدراسي ٢٠٢٥/٢٠٢٦.
- **حدود بشرية:** اقتصر البحث الحالي على متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.
- **حدود موضوعية:** اقتصر البحث على دراسة موضوع مستوى الرفاهية الرقمية وعلاقتها باستخدام أساليب الرقابة الوالدية لدى عينة من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية.

مصطلحات البحث:

- **الرفاهية الرقميةDigital Well–being:** الاستخدام الواعي والإيجابي للتكنولوجيا، بالشكل الذي يضمن للأفراد الاستفادة من مزايا الأدوات الرقمي، وتجنب سلبياتها وأضرارها المحتملة، وتهتم بحالة الأفراد النفسية كالمشاعر الإيجابية، ورضاهم عن جوانب حياتهم المختلفة كعلاقاتهم الاجتماعية(Lewendet al, 2025, p3064)، **وتعرف إجرائياً** في البحث الحالي بأنها مستوى التفاعل المنتظم والواعي الذي يقوم به متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي مع الأدوات والوسائل الرقمية (الإنترنت، التطبيقات، الأجهزة)، بالشكل الذي يحقق التوازن لهم ومن دون أن يكون لذلك تأثيرات سلبية على سلامته الجسدية والنفسية، وتقاس إجرائياً بالدرجة التي حصلت عليها إجابات أفراد العينة على استبانة الرفاهية الرقمية.

- **أساليب الرقابة الوالديةParental MonitoringStyles:** مجموعة الإجراءات التي يقوم بها الوالدان لمتابعة وتوجيه استخدام الأبناء للتكنولوجيا الرقمية، بما في ذلك الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، لضمان سلامتهم وحمايتهم من المخاطر المحتملة، وتشمل هذه الرقابة مراقبة الأنشطة الرقمية للأطفال مثل المواقع التي يزورونها والمحتوى الذي يتعرضون له، مع توجيههم نحو استخدام التكنولوجيا بشكل مسؤول وآمن(سليم وخالد، ٢٠٢٥، ٧٧).

- وتُعرّف إجرائياً في البحث الحالي بأنها: مجموعة العمليات التي يقوم بها الوالدان لمراقبة استخدام أبنائهم التكنولوجيا والتقنيات الرقمية، وتنظيم وقت الاستخدام وعدد الساعات، ومراقبة نوعية المحتوى الذي يتابعونه، ووضع قواعد للسلوك الرقمي لحمايتهم من التعرض للمخاطر الرقمية، وتقاس إجرائياً بالدرجة التي حصل عليها أفراد العينة على الاستبانة التي تم إعدادها لهذا الغرض.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

مفهوم الرفاهية الرقمية: تعرف الرفاهية الرقمية بأنها: القدرة على التعامل مع الضغوط عبر الإنترنت، وتبني سلوكيات رقمية صحية، واستخدام التكنولوجيا بطرق تساعد على الازدهار، ويتم تناوله من خلال: **المنظور الفردي:** أي السياقات الشخصية والتعليمية والمهنية، ويتعلق هذا الجانب بتحديد وفهم الجوانب الإيجابية والسلبية المحتملة والمرتبطة بالمشاركة في الأنشطة الرقمية إلى جانب الوعي بالإستراتيجيات اللازمة لإدارة هذه الجوانب والتحكم بها بفعالية لتعزيز الرفاهية العامة. وهناك **المنظور المجتمعي أو التنظيمي:** يتحمل مقدمو الأنظمة والخدمات والمحتوى الرقمي مسؤولية ضمان إدارة هذه العناصر بكفاءة ودعمها بشكل مناسب وإمكانية سهولة الوصول إليها، ويحتاجون إلى تمكين وبناء القدرات لدى المستخدمين بحيث يكون جميع الأفراد الذين يتفاعلون مع هذه الأنظمة مجهزين للقيام بذلك بطريقة تدعم وتعزز رفاهيتهم(العصفوري، ٢٠٢٥).

أبعاد الرفاهية الرقمية: يوجد نموذج شامل مكون من تسعة أبعاد للرفاهية الرقمية: السلامة والأمن الرقميين، الحقوق والمسؤوليات الرقمية، الصحة الرقمية، والرعاية الذاتية، الإبداع الرقمي، الذكاء العاطفي الرقمي، والاتصالات الرقمية، والتحول الرقمي، والتوظيف وريادة الأعمال، والنشاط الرقمي/المشاركة المدنية، بالإضافة إلى ذلك أضاف باحثون آخرون أربعة أبعاد إلى إطار الرفاهية الرقمية ليعكس بشكل أكبر العلاقة بين **الرفاهية الرقمية والمواطنة الرقمية:** المهارات الرقمية، والهوية، والتمكين، والوكالة، بينما هناك آخرون يرون أن أبعاد الرفاهية الرقمية تتمثل في ثلاثة أبعاد: البعد العقلي، البعد العاطفي، البعد البدني(خشبة، ٢٠٢٤، ٢٤٥).

إستراتيجيات تعزيز الرفاهية الرقمية: الرفاهية الرقمية تشير إلى تحقيق توازن صحي بين استخدام التكنولوجيا والحفاظ على الصحة العقلية والبدنية والنفسية، وهناك مجموعة من الإستراتيجيات القائمة على الأدلة العلمية لتعزيز الرفاهية الرقمية، منها: وضع أهداف محددة للاستخدام الرقمي، إدارة الوقت الرقمي، إنشاء بيئات خالية من التكنولوجيا، إدارة الإشعارات بذكاء، ممارسة الوعي الرقمي، التخلص الرقمي الدوري، تحسين بيئة العمل الرقمية، التثقيف المستمر حول الرفاهية الرقمية، تعزيز التفاعلات الاجتماعية المباشرة، استخدام التكنولوجيا لدعم الرفاهية، وإنشاء منشورات رقمية تعزز التواصل الاجتماعي لدعم الرفاهية الرقمية(العصفوري، ٢٠٢٥).

مفهوم الرقابة الوالدية: تعرَّف بأنها مجموعة الممارسات الوالدية التي تهدف إلى توجيه واستخدام الأبناء للإنترنت، والوسائط الرقمية ومناقشة تفاصيل هذا الاستخدام وخصائص المحتوى الرقمي، وكذلك هي وصف لممارسات وتفاعلات الوالدين مع أطفالهم والإستراتيجياتالمتبعة لتقنين الاستخدام، وتتضمن إستراتيجيات التواصل والسلوك الرقمي وإنفاذ القواعد المتعلقة باستخدام التكنولوجيا لتقليل الآثار السلبية المحتملة من الوسائط، وتعظيم فوائد الاستخدام، وكذلك تعرف بأنها مجموعة المهارات والمعارف والأساليب والإستراتيجيات التي يتبعها الوالدان لمتابعة أنشطة أبنائهم على الإنترنت وتنظيم استخدامهم للوسائط الرقمية بما يحفظ حقوقهم الرقمية ويحافظ على أمنهم وسلامتهم الرقمية(الشامي، ٢٠٢٤، ٤٠٩).

ويمكن للوالدين تثقيف أبنائهم تكنولوجياً من خلال: –تدريب الأبناء على إنشاء المواقع الإلكترونية اللازمة لهم في حياتهم بشكل عملي، تتوفر فيه الآليات الآمنة التي تحمي خصوصياتهم، والتصرف المناسب حال التعرض لمواقف تسبب لهم مشكلات رقمية. **و**متابعة الأبناء بشكل دائم ومستمر في أثناء تعاملهم مع الأجهزة والمواقع والتطبيقات الإلكترونية، وتزويدهم بالمعارف والمعلومات والمهارات التي تنقصهم وتسبب لهم خللاً ومشكلات تعوق هذا التعامل الرقمي. **و**تكوين الوعي لدى الأبناء الذي يمكنهم من عدم الانخراط في المواقع والتطبيقات الإلكترونية غير الآمنة وغير الأخلاقية، وإعلامهم بأهم تلك المواقع والتطبيقات، وكيفية التصرف السليم حال تعرضهم للتنمر، والتعدي غير الأخلاقي من الآخرين. **و**الحوار الدائم مع الأبناء ومناقشتهم فيما يقرؤونه أو يتداولونه من آداب ومعارف، وتشجيعهم على التنوع في البرامج والألعاب والتطبيقات، ومعرفة الفرق بين النافع والضار والغث والثمين(خضر، ٢٠٢٣، ٧٠).

تأثير التربية الوالدية الرقمية على الرفاهية الرقمية للأبناء:

درس عدد من الباحثين كيف يمكن لبعض جوانب التربية الرقمية أن تؤثر في سلامة الأطفال الرقمية: يمكن للتربية الرقمية أن تؤثر من خلال الملاحظة والتعزيز وتنمية الكفاءة الذاتية أولاً، حيث يمكن للأطفال ملاحظة كيفية استخدام آبائهم التقنيات الرقمية وردود فعلهم تجاه مختلف المواقف على الإنترنت، هذا بدوره يشكل مواقف الأطفال وسلوكياتهم تجاه التكنولوجيا، فمثلاً أظهر ليفينغستونوهيلسبر (٢٠٠٨) أن التربية الرقميةالتي تضمنت تقديم نموذج يحتذى به في الاستخدام المسؤول والإيجابي بالإضافة إلى الممارسات أخرى مثل وضع قواعد ومراقبة أنشطة الأطفال وتقديم التوجيه، قد ساعدت الأطفال على تطوير المهارات والمعرفة الأزمة للتنقل في العالم الرقمي بأمان ومسؤولية. يمكن أن تعزز استجابات الوالدين اتجاه استخدام الأطفال للإنترنت عاداتهم الرقمية وتشكلها، كما تؤثر على سلامتهم الرقمية، فالرقابة الأبوية تساعد الأطفال على تنمية عادات جيدة على الإنترنت، كالأمان والخصوصية، فعندما يستخدم الآباء أدوات الرقابة لتنظيم استخدام أطفالهم للوسائط الرقمية مثل مراقبة أنشطتهم على الإنترنت أو تقييد الوصول إلى مواقع إلكترونية محددة، فإنهم يعززون سلامتهم على الإنترنت. أخيراً يمكن للوالدين تشجيع أطفالهم وتوجيههم والتدخل أثناء الأزمات عندما يستخدمون التكنولوجيا، مما قد يؤثر إيجاباً على ثقتهم بأنفسهم في استخدامها بفعالية ومسؤولية ويسهم في رفاهيتهم الرقمية. على سبيل المثال يمكن للوالدين تقديم الإرشادات حول كيفية استخدام الوسائط الرقمية للتعلم والإبداعوالتواصل الاجتماعي، وبالتالي تنمية مهارات الأطفال في الثقافة الرقمية، ومعرفة المعلومات، وحماية خصوصيتهم على الإنترنت، وعندما يشارك الوالدان وأطفالهم في مشاهدة المحتوى الرقمي معاً أي الاستخدام المشترك، يمكنهم مناقشة المحتوى الذي يشاهدونه، ويمكن للوالدين تقديم الإرشادات حول كيفيةتفسير هذا المحتوى وتقييمه، فالوساطة الإيجابية والاستخدام المشترك تقللان من خطر تورط الأطفال في التنمر الإلكتروني، لأن وساطة الوالدين تعزز المهارات الرقمية للأطفال، ومعرفة المعلومات، وحماية الخصوصية عبر الإنترنت(Cheng,Naiqixu, 2025,p3).

الدراسات السابقة:

- **دراسة كنوش (٢٠١٧) في العراق بعنوان: "الرفاهية الرقمية وعلاقتها بالخجل لدى طلبة الجامعة"**

هدفت الدراسة إلى تعرُّف مستوى الرفاهية الرقمية وعلاقتها بالخجل لدى طلبة الجامعة، وتعرُّف العلاقة بينهما، ولأجل ذلك صُمِّمت استبانة الرفاهية الرقمية، ومقياس الخجل، وجرى تطبيقهما على عينة من طلاب الجامعة تكونت من (٣٠٠) طالب وطالبة من ثلاثة أقسام من كليات العلوم الإنسانية والتربية للعلوم، اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة، اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتبين بالنتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين

الرفاهية الرقمية والخجل لدى طلبة الجامعة، وأن هناك فرقاً بين الطلبة الذكور والطالبات الإناث عل استبانة الرفاهية الرقمية ولصالح الذكور.

- **دراسة حمود (٢٠٢٣) في مصر بعنوان: "الثقافة الرقمية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى الأطفال في ضوء التحديات التكنولوجية كما تدركها الأمهات"**

كان هدف الدراسة الأساسي التعرف إلى العلاقة بين الثقافة الرقمية والمهارات الاجتماعية لدى الأطفال في ضوء التحديات التكنولوجية كما تدركها الأمهات، بلغ عدد أفراد العينة (١٦٥) طفلاً وأمهاتهم من الملتحقين بالصفين الخامس والسادس الابتدائي ذكوراً وإناثاً ومن مستويات اقتصادية واجتماعية مختلفة، وتم اتباع المنهج الوصفي، وكانت الأدوات عبارة عن استبانة ومقياس الثقافة الرقمية للأطفال، واختبار مواقف عن المهارات الاجتماعية للأطفال، ومقياس التحديات التكنولوجية كما تدركها الأمهات، وقد تبين بالنتائج نسبة مرتفعة من الأطفال يستخدمون التطبيقات الرقمية بمعدل يصل إلى أكثر من أربع ساعات يومياً، وأن الألعاب الإلكترونية تأتي في الترتيب الأول كأكثر التطبيقات والبرامج الرقمية التي يستخدمها الأطفال عينة البحث، وأكثر تطبيقات التواصل الاجتماعي استخداماً كان تطبيق سناب شات snapchat ومستوى الأطفال في الثقافة الرقمية كان متوسطاً، وكذلك مستوى امتلاكهم المهارات الاجتماعية أيضاً كان متوسطاً، وتبين وجود فروق بين متوسطات درجات العينة على استبانة الثقافة الرقمية تبعاً لمتغيرات الدراسة، كما وجدت فروق بين الأمهات في إدراكهم للتحديات التكنولوجية تبعاً متغيرات الدراسة، وتبين وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الثقافة الرقمية والمهارات الاجتماعية.

- **دراسة خشبة (٢٠٢٤) في مصر بعنوان: "الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهية الرقمية لدى طلبة جامعة الأزهر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية".**

هدفت الدراسة إلى إعداد مقياس للرفاهية الرقمية لدى طلبة جامعة الزهر، وكذلك معرفة مستوى الرفاهية الرقمية لديهم، وبيان فيما إذا كان هناك فروق في الرفاهية الرقمية تبعاً لمتغيرات النوع والكلية، وأُجري البحث على عينة مكونة من (١٠١٤) طالباً وطالبةً، اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي، واستخدمت الباحثة مقياس الرفاهية الرقمية من إعدادها، وأظهرت النتائج صلاحية المقياس المعد من قبل الباحثة وتمتعه بقدر عال من الصدق والثبات، وأظهرت النتائج كذلك تمتع أفراد العينة بمستوى مرتفع من الرفاهية الرقمية، وعدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الرفاهية الرقمية تبعاً لمتغير النوع ومتغير العمر.

- **دراسة الشامي (٢٠٢٤) في العراق بعنوان: "إستراتيجيات الوساطة الوالدية الرقمية وعلاقتها بالسلامة السيبرانية للأطفال بمرحلة الطفولة المتأخرة في ضوء تداعيات عصر المعلوماتية".**

هدفت الدراسة لتعرّف العلاقة بين ممارسة الأمهات لإستراتيجيات الوساطة الوالدية الرقمية بمحاورها، والسلامة السيبرانية بمحاورها للأطفال بمرحلة الطفولة المتأخرة في ضوء تداعيات عصر المعلوماتية جرى اختيار العينة بطريقة قصدية بشرط أن يكون الطفل لنفس الأم، ومن مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، وتم إعداد الاستبانة لأجل تحقيق أهداف البحث، ووزعت على (٣١٠) من الأمهات، بالإضافة إلى (٣١٠) من الأطفال في عمر (١٢-٩) لنفس الأم، اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، أظهرت النتائج أن الأمهات يمارسن إستراتيجيات وساطة والدية رقمية منخفضة، وتبين وجود علاقة إيجابية ارتباطية بين مستوى ممارسة الأمهات لإستراتيجيات الوساطة الوالدية الرقمية ومستوى الوعي بالسلامة السيبرانية لدى الأطفال بمرحلة الطفولة المتأخرة، وتبين وجود فرق على استبانة الوساطة الوالدية الرقمية تبعاً لعمل الأم لصالح الأمهات العاملات، وتبعاً لمدى التزام الأمهات بإستراتيجيات الحماية الرقمية

لصالح الأمهات اللاتي يلتزمن بتطبيق إستراتيجيات الحماية الرقمية مع أبنائهن، وتبعاً لمستوى تعليم الأم لصالح ذوات التعليم المرتفع.

- **دراسة الناصر (٢٠٢٤) في السعودية بعنوان: "الوساطة الوالدية وعلاقتها بالمهارات الرقمية وإدراك الفتيات لمخاطر الإنترنت".**

هدف البحث إلى تحليل إستراتيجيات الوساطة الوالدية(إشرافية، إرشادية، رقابية، تقييدية)، وأثرها في المهارات الرقمية وإدراك الفتيات لمخاطر الإنترنت، كما هدفت إلى تعرُّف العلاقة بين هذه المتغيرات وتأثيرها، لأجل ذلك تم إعداد استبانة وطُبقت على عينة تكونت من (٣٨٠) طالبة من طالبات المدارس الحكومية المتوسطة بمدينة الرياض، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، وجرى اعتماد المنهج الوصفي(أسلوب المسح الاجتماعي)، بينت النتائج مستوى ممارسة الوساطة الوالدية جاء بمستوى متوسط، وقد تبين وجود تباين بين إستراتيجيات الوساطة الوالدية، وكذلك تبين وجود علاقة عكسية بين المهارات الرقمية والوساطة الوالدية، ووجود علاقة ارتباطية بين المهارات الرقمية وإدراك الفتيات لمخاطر الإنترنت.

الدراسات الأجنبية:

- **دراسة كارمي وآخرين (2019)،Carme etal في الولايات المتحدة الأمريكية بعنوان: "تعليم الرفاهية الرقمية، مجموعة من الممارسات المبتكرة"**

Digital Wellbeing Education – A Compendium Of Innovative Practices

هدف هذا البحث إلى تحسين قدرات المعلمين في مؤسسات التعليم العالي لتمكينهم من دمج التعليم الرقمي وتعزيز رفاهية طلابهم، وبالتالي إعداد دليل شامل للممارسات المبتكرة والموارد التعليمية المفتوحة، تم التمويل من قبل برنامج إيراسموس التابع للاتحاد الأوروبي وكان الهدف تعزيز قدرات المعلمين في مؤسسات التعليم العالي لتمكينهم من دمج التعليم الرقمي في العملية التعليمية وتعزيز رفاهية طلابهم، شملت العينة معلمين وطلاب جامعات، وقد ضم المشروع ستة جامعات(جامعة لانكستر في المملكة المتحدة، معهد ليتركيني للتكنولوجيا في أيرلندا، وجامعة ألكالا في اسبانيا، ومركز إيوسين في بلجيكا، والمعهد الأوروبي للتعليم الإلكتروني في الدنمارك، وشركة خدمات التسويق الإلكتروني في أيرلندا)، تبين أن ٦٠ % من المعلمين في الاتحاد الأوروبي يدركون أهمية الثقافة الرقمية، وأن ٢٠–٢٥ % من الطلاب يتلقون تعليمهم على يد معلمين يتمتعون بالثقة الرقمية، وتم وضع دليل شامل يتضمن مجموعة من الممارسات المبتكرة لمساعدة المعلمين على دمج التعليم وتحسين رفاهية طلبهم الرقمية.

- **دراسة كريستين وآخرين (2021)،Kristin et al في الولايات المتحدة الأمريكية بعنوان: "الرقابة الوالدية وضبط استخدام المراهقين للإنترنت: فهم وتوقع تبنّي برامج الرقابة الوالدية"**

Parental Supervision And Control Of Adolescents' Problematic Internet Use: Understanding And Predicting Adoption Of Parental Control Software.

هدف هذا البحث إلى تحديد العوامل التي تحفز الآباء على استخدام برامج الرقابة الأبوية للحد من الاستخدام الإشكالي للإنترنت وحماية أطفالهم على الإنترنت. ولأجل ذلك أُجري استطلاع رأي عبر الإنترنت باستخدام عينة ممثلة تكونت من (٣٣٠) والداً ووالدةً في الولايات المتحدة الأمريكية، لديهم أطفال تتراوح أعمارهم بين (١٠) و(١٥) عاماً. تم تحليل النتائج باستخدام نمذجة المعادلات الهيكلية، حيث يجمع هذا البحث بين نظريتين، هما نموذج قبول التكنولوجيا، ونظرية دافع الحماية (لتحديد العوامل التي تحفز الآباء على استخدام برامج مراقبة الإنترنت لمساعدة أطفالهم). أظهرت

نتائج البحث وجود عوامل شخصية وتكنولوجية وظرفية تُحفِّز تبني برامج مراقبة الإنترنت. ولهذه العوامل المحددة آثار على كيفية تحديد المُسوِّقين للمستخدمين المُحتملين، وكيف يُمكنهم تحسين الترويج لتقنيات مراقبة الإنترنت. وتُظهر النتائج أيضاً أن العوامل الشخصية والإدراكية تُحفِّز الآباء على تبني برامج مراقبة الإنترنت للحد من الاستخدام المُشكِل للإنترنت والحفاظ على سلامة الأطفال على الإنترنت.

- **دراسة جوليا وأوسكار (2023)،Julia et Oskar بعنوان: "المراهقون المسيطرون تعزيز استقلالية المراهقين في تطبيقات الرقابة الوالدية "**

Adolescents In Control Promoting, Adolescents Autonomy in Parental ControlApplications.

هدفت هذه الدراسة إلى البحث في كيفية تصميم تطبيقات الرقابة الأبوية لدعم نمو المراهقين نحو مرحلة البلوغ، وتعزيز المشاركة الفعالة من كلا الطرفين. بالرغم من أن تطبيقات الرقابة الأبوية مطورة لتنظيم استخدام المراهقين للتكنولوجيا وتجنب الآثار السلبية له. إلا أن تلك التطبيقات تفتقر إلى التركيز على تعزيز استقلالية المراهقين وتعاونهم، أُجريت الدراسة من خلال مقابلات مع أولياء الأمور (وعددهم ٧)، حيث استُخدم نموذج أولي مُحفّز لتحفيز النقاشات حول هذا الموضوع. توصلت هذه الدراسة إلى خمسة آثار تصميمية، وهي: التعاون بين الوالدين والمراهقين، ودعم التواصل لتعزيز فهم الوالدين، ودعم التواصل المُخصص لمختلف الثقافات، وتحفيز العادات الصحية، وتكييف التصميم مع مستويات معرفة القراءة والكتابة المختلفة. وقد استُخلصت هذه الآثار من النتائج التي تُظهر احترام الآباء لخصوصية أبنائهم المراهقين الرقمية واستقلاليتهم. ومع ذلك، هناك مؤشرات على أنه رغم تقدير الآباء أهميةَ الاطلاع على أنشطة أبنائهم المراهقين على الإنترنت، إلا أنهم قلقون بشأن انتهاك خصوصيتهم. وكذلك بينت النتائج أن التعاون بين الوالدين والمراهقين ضروري لتلبية احتياجاتهم. وخلصت الدراسة إلى أنه يمكن تصميم تطبيقات الرقابة الأبوية بطرق بديلة مع التركيز بشكل أقل على وظائف المراقبة، والسعي بدلاً من ذلك إلى جوانب التعاون والتواصل والاستقلالية.

- **دراسة جي مايا وآخرين (2023)،Maya et al لفي الولايات المتحدة بعنوان: "مراقبة الوالدين لاستخدام المراهقين الصغار للتكنولوجيا الاجتماعية في الولايات المتحدة: دراسة متعددة الأساليب".**

Parental Monitoring Of Early Adolescents Social Technology Use In The US; A Mixed-Method Study

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى مراقبة الوالدين استخدامَ أبنائهم المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة للتكنولوجيا الاجتماعية (وسائل التواصل الاجتماعي)، لأجل ذلك تم اختيار عينة من أولياء أمور المراهقين في الولايات المتحدة وعددهم (٢٨٤)، وتمت دراسة سلوكياتهم في مراقبة الوسائط الرقمية(كالتقييد، والرقابة الفعالة، والرقابة الضمنية)، والسياق الأسري (كالتقارب الأسري، وتدخل الوالدين في التكنولوجيا، وتصوراتهم حول الاستخدام الإشكالي للإنترنت لدى أبنائهم، وذلك من خلال استبانة، وتم الاعتماد على منهجية بحث مختلطة، أظهرت النتائج أن الرقابة التقييدية للوالدين على استخدام المراهقين للوسائط الرقمية ترتبط إيجاباً بالاستخدام الإشكالي للإنترنت لدى الأبناء، واتفق أولياء الأمور على أنواع وأسباب متشابهة للمراقبة التقييدية للوسائط بينما تباينت في الوسائط الأخرى.

- **دراسة توف لافتون وآخرين (٢٠٢٤)،Tovelaftonet al في النرويج بعنوان: "الوساطة الوالدية ورفاهية الأطفال الرقمية في الحياة الأسرية في النرويج"**

Parental mediation and children' s Digital Well-being in family life in Norway.

هدف هذا البحث إلى تحديد تأثير القيم الأسرية وتوجيهات الوالدين على حياة الأطفال الرقمية ورفاهيتهم الرقمية، استند إلى بيانات نوعية مستقاة من مقابلات فردية، تم الاعتماد على المقابلة كأداة رئيسة لتحقيق أهداف البحث، حيث تم إجراء مقابلات فردية مع أفراد من عشر أسر مختلفة، وعشر مجموعات نقاشية مع أطفال تتراوح أعمارهم بين خمس وعشر سنوات، أظهرت النتائج ارتباط القيم الأسرية وتوجيهات الوالدين بالمهارات الرقمية للأطفال ورفاهيتهم الرقمية، وبينت أهمية القيم المرتبطة بتوجيه الوالدين في تحديد كيفية تعامل أفراد الأسرة مع التكنولوجيا الرقمية، وبما يحقق رفاهية الأطفال الرقمية وفقاً لتلك القيم والتوجيهات، وتوصل البحث إلى أن القدرة على التواصل بشأن الحياة اليومية يعد قيمة مهمة لرفاهية الأطفال الصغار، وبينت كذلك أن الضوابط الصارمة قد تدفع الأطفال إلى عدم مناقشة تجاربهم عبر الإنترنت مع والديهم، وأن القيم الأسرية تؤثر على أساليب تدخل الوالدين، وبالتالي تتفاعل مع تنمية المهارات الرقمية المعقدة.

التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض بعض الدراسات السابقة التي تناولت الرفاهية الرقمية وأساليب الرقابة الوالدية، تبين أن البحث الحالي يتشابه مع بعض تلك الدراسات، من حيث استخدام المنهج الوصفي كدراسة خشبة(٢٠٢٤)، دراسة الشامي (٢٠٢٤)، دراسة الناصر(٢٠٢٤)، والأدوات كذلك وكانت استبانة. وتختلف مع دراسة خشبة(٢٠٢٤)، ودراسة كنوش(٢٠١٧) ودراسة كارمي وآخرين (2019)،Carme et al في العينة دراسة جوليا وأوسكار (2023)، Julia et Oskar، حيث تكونت العينة من طلاب جامعة؛ وتختلف مع دراسة الشامي (٢٠٢٤)، في العينة حيث كانت أمهات وأطفال وتتفق معها بالأدوات. تتفق في النتائج مع الشامي (٢٠٢٤)، دراسة الناصر(٢٠٢٤)، وبالنسبة إلى دراسة جوليا وأوسكار (2023)،Julia et Oskar، ودراسة توف لافتون وآخرين (2019)، Tovelafton et alفتتفق معها بالنتائج وتختلف عنها بالأدوات(مقابلة)، وقد استفادت الباحثتان من الدراسات السابقة في الاطلاع على موضوع الدراسة والإلمام بجوانبه المختلفة، وكذلك في إعداد أدوات البحث وهي الاستبانة، وما يميز البحث الحالي أنه يُعَد من الدراسات المحلية النادرة التي تناولت موضوع الرفاهية الرقمية وعلاقتها بأساليب الرقابة الوالدية، في ظل التقدم التكنولوجي الهائل وسيطرة التقنيات الرقمية والإنترنت على مختلف نواحي الحياة، لاسيما وأنه تم اختيار عينة من المتعلمين في مرحلة المراهقة المبكرة والتي تعد المرحلة الأهم من حياة الفرد (المتعلم) نظراً لحساسيتها، وارتباطها بتغيرات نفسية وجسدية لدى المراهق، وشغفه حب الاطلاع لديه والذي تلبيه له هذه التقنيات.

النتائج والمناقشة:

النتائج المتعلقة بأسئلة البحث:

- **السؤال الأول: ما مستوى الرفاهية الرقمية لدى عينة من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟** للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل محور من محاور الاستبانة ومن ثم استخراج الدرجة الكلية للاستبانة كما في الجدول الآتي:

جدول رقم (٢) المتوسط الحسابي لمستوى الرفاهية الرقمية لدى عينة من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتب	رجة الإجابة
١	أستطيع إدارة الوقت الذي أقضيه على الجوال أو الحاسوب بشكل لا يؤثر على دراستي أو نومي.	3. 61	0. 72	%72. 7	١٥	توسطة
٢	ألتزم بجدول زمني محدد عند استخدامي للتطبيقات الرقمية.	4. 20	1. 30	%84	9	رتفعة
٣	أتجنب استخدام الجوال في أثناء أداء الواجبات المدرسية.	3. 40	0. 93	%68	١٨	توسطة
٤	أشعر بالندم عندما أهدر وقتاً طويلاً على الإنترنت.	3. 73	1. 07	%74. 6	١٢	رتفعة
٥	أشعر بمرور الوقت سريعاً عند استخدامي الإنترنت مهملاً واجباتي المدرسية.	2. 54	0. 73	%50. 5	٢٥	توسطة
٦	أستطيع التوقف عن استخدام الأجهزة الرقمية عندما أريد.	4. 40	1. 15	%88	٦	رتفعة
٧	تضعف قدرتي على التركيز في الدراسة عند قضائي وقتاً طويلاً أمام الشاشة	2. 40	0. 56	%48	٢٧	توسطة
٨	أشعر بالراحة النفسية عند استخدامي مواقع التواصل.	4. 32	1. 20	%86. 4	7	رتفعة
٩	تضعف ثقتي بنفسي عند مقارنة نفسي بالآخرين من خلال منشوراتهم على صفحات التواصل الاجتماعي.	4. 80	0. 68	%96	١	رتفعة
١٠	أشعر بالرضا عن طريقة استخدامي التقنيات الرقمية.	2. 17	1. 54	%43. 4	٣٠	نخفضة
١١	أستطيع التعبير عن مشاعري وآرائي بإيجابية عبر المنصات الرقمية.	2. 64	1. 39	%52. 8	٢٤	توسطة
١٢	أشعر بالسعادة عندما أرى الآخرين يهتمون ويتفاعلون على منشوراتي.	2. 90	0. 10	%58	٢٢	توسطة
١٣	أبحث عن محتوى إيجابي يثريني نفسياً.	2. 71	1. 27	%54. 2	٢٣	توسطة
١٤	أتجنب المواقف التي تسبب لي التوتر والضغط النفسي عبر الإنترنت.	1. 75	0. 89	%35	٣٢	نخفضة
١٥	أشعر بالوحدة أحياناً رغم اتصالي الدائم بالناس عبر العالم الرقمي.	3. 48	1. 08	%69. 6	١٧	توسطة
١٦	لا يؤثر استخدامي الأجهزة الرقمية على تواصلي مع عائلتي وأصدقائي.	1. 98	0. 69	%39. 6	٣١	نخفضة
١٧	تساعدني التطبيقات والمنصات الرقمية(الواتساب، انستغرام، الفيسبوك،	1. 52	0. 66	%30. 4	٣٦	

	.الماسنجر) على التواصل الدائم مع أصدقائي المقربين					نخفضة
١٨	.أحرص على احترام آراء الآخرين في أثناء التفاعل الرقمي	1. 73	0. 59	%34. 6	٣٣	نخفضة
١٩	أستخدم الإنترنت للتواصل مع من يفيدني لتطوير مهاراتي وأداء واجباتي المدرسية.	1. 61	0. 82	%32. 2	٣٥	نخفضة
٢٠	.أحرص على خصوصية المعلومات الشخصية للآخرين	1. 62	0. 65	%32. 4	٣٤	نخفضة
٢١	.أتجنب النقاشات السلبية والمشاحنات عبر الإنترنت	1. 27	0. 62	%25. 4	٣٧	نخفضة
٢٢	أشعر بتحسن علاقاتي الاجتماعية بفضل الاستخدام المناسب للأجهزة الرقمية ومواقع التواصل الاجتماعي.	2. 22	1. 20	%44. 4	٢٩	نخفضة
٢٣	أشعر أن علاقاتي الافتراضية عبر الإنترنت لا تقل أهمية عن علاقاتي على أرض الواقع.	2. 29	1. 44	%45. 8	٢٨	نخفضة
٢٤	.أستخدم تطبيقات رقمية لتحسين معلوماتي العامة	3. 00	1. 38	%60	٢١	توسطة
٢٥	.أوظف التقنيات الحديثة لتطوير مهاراتي	3. 84	1. 15	%76. 8	١١	رتفعة
٢٦	.أستخدم التطبيقات لتنمية مهاراتي اللغوية الأجنبية	3. 66	1. 05	%73. 2	١٤	توسطة
٢٧	أستخدم تطبيقات أو منصات رقمية(مثل تطبيقات حل المسائل الرياضية أو قنوات اليوتيوب التعليمية) لفهم الدروس التي أجد صعوبة فيها.	3. 86	1. 22	%77. 2	١٠	رتفعة
٢٨	أستخدم الأدوات الرقمية مثل تطبيقات التقويم أو المذاكرات لتنظيم مواعيد تسليم الواجبات المدرسية والاختبارات.	3. 58	1. 26	%71. 6	١٦	توسطة
٢٩	أشعر بأن استخدامي الجوال يشتت انتباهي في أثناء التحضير للاختبارات.	3. 16	1. 68	%63. 2	٢٠	توسطة
٣٠	أجد صعوبة في تنظيم وقتي بين استخدام الإنترنت للترفيه واستخدامه للتعلم.	3. 34	1. 28	%66. 8	١٩	توسطة
٣١	يزيد استخدامي الإنترنت من حبي للاستكشاف والتعلم عن مواضيع . جديدة تثير اهتمامي.	3. 73	1. 21	%74. 6	١٣	رتفعة
٣٢	أتجنب استخدام الجوال أو الحاسوب قبل النوم مباشرة للحفاظ على صحتي.	4. 63	0. 80	%92. 6	٣	رتفعة
٣٣	.أهتم بوضعية جلوسي الصحيحة في أثناء استخدام الأجهزة	4. 60	0. 89	%92	٤	رتفعة
٣٤	أمارس بعض التمارين الرياضية التي تعلمتها من خلال مقاطع الفيديو على الإنترنت/ تطبيقات الصحة الرقمية.	4. 72	0. 65	%94. 4	٢	رتفعة
٣٥	.أضبط إضاءة الشاشة لتكون مناسبة للرؤية	2. 45	0. 50	%49	٢٦	توسطة
٣٦	.أبتعد عن استخدام الأجهزة في أثناء تناول الطعام	4. 22	0. 94	%84. 4	8	رتفعة

٣٧	.أعطي أولوية لصحتي البدنية على الاستخدام الرقمي	4. 44	0. 84	%88. 8	٥	رتفعة
	الدرجة الكلية	3. 15	0. 98	%63		توسطة

يُلاحَظ من الجدول رقم (٢) أن الدرجة الكلية لمستوى الرفاهية الرقمية بلغت (٣. ١٥) وبوزن نسبي (٦٣%)، وهي درجة متوسطة، مما يشير إلى أن المتعلمين يمتلكون مستوى متوسطاً من الرفاهية الرقمية، إلا أنه لا يصل إلى المستوى المرتفع الذي يعكس الاستخدام المتوازن والصحي للتقنيات الرقمية. وتبين أن أعلى العبارات تمثلت في: ممارسة التمارين الرياضية عبر التطبيقات، تجنب استخدام الأجهزة قبل النوم، الاهتمام بوضعية الجلوس، إعطاء أولوية للصحة البدنية، ويدل ذلك على وعي صحي رقمي جيد لدى المتعلمين فيما يتعلق بالجوانب الجسدية. في المقابل، جاءت أدنى العبارات في: تجنب النقاشات السلبية، احترام آراء الآخرين، استخدام الإنترنت للتطوير الدراسي، الحفاظ على الخصوصية، تحسين العلاقات الاجتماعية. مما يشير إلى ضعف في الرفاهية الرقمية، ويعكس حاجة المتعلمين إلى مزيد من التوجيه في آداب التواصل الرقمي، والاستخدام الإيجابي للإنترنت. كما أظهرت بعض العبارات مؤشرات نفسية مقلقة مثل: ضعف الثقة بالنفس عند مقارنة الذات بالآخرين، الشعور بالوحدة رغم التواصل الرقمي. وهذا يؤكد أن الاستخدام الرقمي قد يسهم في ضغط نفسي واجتماعي لدى بعض المتعلمين. تشير هذه النتائج إلى أن المتعلمين يمتلكون مهارات رقمية صحية جيدة نسبياً، إلا أن الجانب النفسي والاجتماعي والأخلاقي في الرفاهية الرقمية لا يزال بحاجة إلى دعم تربوي وإرشادي من المدرسة والأسرة، لأن هذه الجوانب لا تكتسب تلقائياً بمجرد استخدام التكنولوجيا. تتفق هذه النتيجة مع دراسة حمود(٢٠٢٣) التي بينت نتائجها وجود مستوى متوسط على الاستبانة.

- السؤال الثاني: ما مستوى استخدام أساليب الرقابة الوالديةلدى عينة من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية؟ للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل محور من محاور الاستبانة ومن ثم استخراج الدرجة الكلية للاستبانة كما في الجدول الآتي:

جدول رقم (٣) المتوسط الحسابي لمستوى استخدام أساليب الرقابة الوالدية لدى أفراد العينة في مدينة اللاذقية

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب	درجة الإجابة
١	.يناقشني والداي حول ما أتابعه على وسائل التواصل الاجتماعي	2. 68	1. 033	%53. 6	١٥	متوسطة
٢	.يوضح لي والداى الطرق الصحيحة للتعامل مع ما أراه في المواقع المختلفة	3. 23	0. 76	%64. 6	١٤	مرتفعة
٣	.يُشجعني والداي على التعبير عن آرائي تجاه ما يحدث في العالم الرقمي	4. 61	0. 78	%92. 9	١	مرتفعة
٤	.يفتح والداي حواراً معي عندما أواجه موقفاً مزعجاً في أثناء استخدام الإنترنت	4. 42	0. 86	%88. 4	٣	مرتفعة
٥	.يساعدني والداي على فهم القضايا الرقمية بطريقة تناسب عمري	4. 55	0. 99	%91	٢	مرتفعة
٦	.يحدد لي والداي عدد الساعات المسموح بها لاستخدام الإنترنت يومياً	1. 57	1. 07	%31. 4	٢٤	منخفضة
٧	.يمنعني والداي من زيارة بعض المواقع أو التطبيقات غير المناسبة	1. 96	0. 88	%39. 2	٢٠	منخفضة
٨	.يمنعني والداي من تحميل التطبيقات دون إذنهما المسبق	2. 27	0. 91	%45. 4	١٧	منخفضة
٩	.يراقب والداي نوعية الألعاب أو المقاطع التي أتابعها عبر الإنترنت	2. 33	0. 94	%46. 6	١٦	منخفضة
١٠	.يتحقق والداي أحياناً من سجل التصفح في أجهزتي	3. 70	0. 66	%74	١٢	متوسطة

١١	.يسألني والداي بانتظام عن الأشخاص الذين أتواصل معهم عبر الإنترنت	1. 66	0. 99	%33. 2	٢٣	منخفضة
١٢	.يطلب والداي مني إظهار الحسابات أو التطبيقات التي أستخدمها	4. 05	0. 98	%81	٩	مرتفعة
١٣	.يعرف والداي كلمات المرور الخاصة ببعض حساباتي الرقمية	4. 13	1. 21	%82. 6	٥	مرتفعة
١٤	.يتابع والداي التحديثات والمنشورات التي أشاركها على الإنترنت	3. 65	1. 31	%73	١٣	متوسطة
١٥	.يستخدم والداي الإنترنت معي في أوقات الفراغ	4. 19	0. 76	%83. 8	٤	مرتفعة
١٦	.أشاهد مع والديّ بعض مقاطع الفيديو أو البرامج عبر الإنترنت	4. 17	0. 83	%83. 4	٦	مرتفعة
١٧	.يساعدني والداي على تعلم مهارات جديدة من خلال التطبيقات الرقمية	3. 98	0. 78	%79. 6	١٠	مرتفعة
١٨	.أستشير والدّي بالمنشورات أو الصور التي أرغب بنشرها على حساباتي	4. 07	0. 79	%81. 4	٨	مرتفعة
19	.يبدي والداي اهتماماً بالمحتوى الذي أتابعه عبر الإنترنت	3. 74	1. 03	%74. 8	١١	مرتفعة
٢٠	.أتعاون مع والديّ في استخدام الأجهزة الرقمية بطريقة ممتعة	4. 15	0. 82	%83	٧	مرتفعة
٢١	.يشجعني والداي على استخدام التكنولوجيا في أنشطة مفيدة أو تعليمية	1. 18	0. 55	%23. 6	٢٨	منخفضة
٢٢	.يوجهني والدايللابتعاد عن مشاركة معلوماتي الشخصية على الإنترنت	1. 26	0. 46	%91. 8	٢٧	منخفضة
٢٣	.ينبهني والداي إلى مخاطر التعامل مع الغرباء عبر الشبكة	1. 97	0. 80	%39. 4	١٩	منخفضة
٢٤	.يقدم لي والداي نصائح حول كيفية حماية حساباتي من الاختراق	2. 27	0. 88	%45. 4	١٨	منخفضة
٢٥	.يعلّمني والداي كيف أتعامل مع التنمر الإلكتروني أو الرسائل المزعجة	1. 47	0. 55	%29. 4	٢٦	منخفضة
٢٦	.يشجعني والداي على احترام الآخرين في أثناء تفاعلي الرقمي	1. 90	0. 75	%38	٢١	منخفضة
٢٧	.ينبهني والداي لعدم نشر صور أو تعليقات قد تُسبب لي مشكلات مستقبلية	1. 55	0. 86	%31	٢٥	منخفضة
٢٨	.يوجهني والداي لاستخدام الوقت الرقمي بشكل متوازن مع أنشطة الحياة اليومية	1. 86	1. 03	%37. 2	٢٢	منخفضة
	الدرجة الكلية	2. 95	0. 87	%59		متوسطة

يُلاحَظ من الجدول رقم (٣) أن الدرجة الكلية لاستخدام أساليب الرقابة الوالدية بلغت (٢. ٩٥)، وهي درجة تقع ضمن المستوى المتوسط، ويشير ذلك إلى أن أولياء الأمور يمارسون الرقابة الوالدية بدرجة متوسطة، أي أن الرقابة موجودة ولكنها غير شاملة ومتفاوتة من حيث الأساليب والأنماط المستخدمة. وقد أظهرت نتائج عدد كبير من العبارات مستوى مرتفعاً، أبرزها: تشجيع الأبناء على التعبير عن آرائهم في العالم الرقمي، فتح الحوار عند التعرض لمواقف مزعجة في أثناء استخدام الإنترنت، مساعدة الأبناء على فهم القضايا الرقمية بما يتناسب مع أعمارهم، استخدام الإنترنت بشكل مشترك (مشاهدة مقاطع، استخدام التطبيقات، قضاء وقت فراغ)، تشجيع الأبناء على تعلم مهارات جديدة عبر التطبيقات الرقمية، استشارة الوالدين قبل نشر المحتوى، اهتمام الوالدين بما يتابعه الأبناء رقمياً. تعكس هذه النتائج اعتماداً واضحاً من قبل الوالدين على الرقابة الإيجابية القائمة على الحوار والمشاركة والدعم، وهو نمط رقابي حديث يركز على بناء الثقة، والتواصل المفتوح، ومرافقة الأبناء رقمياً بدل السيطرة المباشرة. كما يشير هذا النمط إلى إدراك الوالدين أهمية العلاقة الحوارية في هذه المرحلة العمرية الحساسة. وجاءت بعض العبارات في المستوى المتوسط، مثل: مناقشة الوالدين لما يتابعه الأبناء على وسائل التواصل الاجتماعي، التحقق أحياناً من سجل التصفح، متابعة

التحديثات والمنشورات التي يشاركها الأبناء. يدل المستوى المتوسط لهذه الأساليب على وجود رقابة سإشرافية غير منتظمة أو غير ثابتة، حيث يلجأ الوالدان إلى المتابعة أحياناً دون التزام دائم، ربما تجنباً لإشعار الأبناء بالتدخل الزائد أو انتهاك الخصوصية، أو نتيجة نقص الوقت أو المعرفة التقنية. بينما سجلت غالبية العبارات المتعلقة بالرقابة التقييدية والوقائية مستوى منخفضاً، ومن أبرزها: تحديد عدد ساعات استخدام الإنترنت، منع زيارة بعض المواقع أو تحميل التطبيقات، مراقبة نوعية الألعاب والمحتوى، السؤال المنتظم عن الأشخاص الذين يتواصل معهم الأبناء، توجيه الأبناء لحماية الخصوصية الرقمية، التنبيه إلى مخاطر الغرباء والتنمر الإلكتروني، التوجيه للاستخدام المتوازن للوقت الرقمي، تشجيع الاستخدام التعليمي والنافع للتكنولوجيا، تشير هذه النتائج إلى ضعف واضح في الممارسات الوقائية والتوعوية الرقمية لدى الوالدين، خاصة تلك المرتبطة ب: الأمن الرقمي، حماية الخصوصية، إدارة الوقت. مخاطر العالم الرقمي (التنمر، الاختراق، الغرباء). وقد يُعزى هذا الضعف إلى: قلة وعي بعض أولياء الأمور بالمخاطر الرقمية المعاصرة، الفجوة الرقمية بين الوالدين والأبناء، الاعتماد المفرط على الثقة بدل التوجيه المنظم، غياب برامج إرشاد أسري متخصصة بالتربية الرقمية. يمكن القول إن مستوى استخدام أساليب الرقابة الوالدية لدى عينة الدراسة جاء متوسطاً، مع: هيمنة الأساليب الحوارية والتشاركية، ضعف واضح في الأساليب التقييدية والوقائية والتوعوية. ويوضح ذلك أن الرقابة الوالدية تركز على العلاقة الإيجابية أكثر من تركيزها على الحماية الرقمية المنهجية، الأمر الذي قد ينعكس على مستوى الرفاهية الرقمية لدى الأبناء، خاصة في جوانبها الاجتماعية والأخلاقية. تتفق هذه النتيجة مع دراسة الناصر (٢٠٢٤) التي أظهرت نتائجها أن مستوى ممارسة الرقابة الوالدية جاء بدرجة متوسطة على الاستبانة.

النتائج المتعلقة بفرضيات البحث:

- الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على استبانة الرفاهية الرقمية ودرجاتهم على استبانة استخدام أساليب الرقابة الوالدية.

للتحقق من صحة هذه الفرضية، حُسب معامل الارتباط بيرسون لكلتا الاستبانتين، وأُدرجت النتائج في الجدول كالآتي:

جدول (٤) قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات المعلمين على استبانة الرفاهية الرقمية ودرجاتهم على استبانة أساليب الرقابة الوالدية

المتغيرات	حجم العينة	قيمة معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار
الرفاهية الرقمية	٣٧٩	٦٩٢ .٠**	٠٠٠ .٠	دال
أساليب الرقابة الوالدية	٣٧٩			

**. Correlation is significant at the 0. 01 level (2–tailed).

يُلاحَظ من الجدول رقم(٤) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قد بلغت (٠. ٦٩٢) بمستوى دلالة (٠. ٠٠٠) أصغر من (٠. ٠٥) مما يؤكد وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية ودالة إحصائياً بين درجات المتعلمين علىاستبانة أساليب الرفاهية الرقمية، ودرجاتهم على استبانة الرقابة الوالدية، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة القائلة بوجود هذه العلاقة، ويعني ذلك أن ارتفاع مستوى الرقابة الوالدية يقترن بارتفاع مستوى الرفاهية الرقمية لدى المتعلمين. ويُفسَّر هذا الارتباط القوي بأن التوجيه الأسري الإيجابي قد يسهم في تنظيم استخدام الأبناء للتقنيات الرقمية، ويعزز وعيهم بالمخاطر الرقمية، ويدعم قدرتهم على التفاعل الإيجابي والمتوازن مع البيئة الرقمية. كما أن الحوار الأسري والمتابعة المستمرة يساعدان المتعلم على بناء اتجاهات إيجابية نحو الاستخدام الرقمي، ويحدان من السلوكيات

السلبية مثل الإدمان الرقمي، والمقارنات الاجتماعية السلبية والتعرض للمحتوى غير المناسب، مما ينعكس إيجاباً على مستوى رفاهيته الرقمية.

تتفق هذه النتيجة مع دراسة الشامي (٢٠٢٤) التي بينت وجود علاقة بين إستراتيجيات الرقابة الوالدية والسلامة السيبرانية، ومع دراسة الناصر (٢٠٢٤) التي أظهرت وجود علاقة بين المهارات الرقمية والرقابة الوالدية، ومع دراسة توف لافتون وآخرين (٢٠٢٤) **ToveLaftonetal** التي توصلت بالنتائج إلى وجود علاقة بين الرقابة الوالدية والرفاهية الرقمية.

- الفرضية الثانية: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على استبانة الرفاهية الرقمية تبعاً لمتغير النوع.

للتحقق من صحة هذه الفرضية، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار T-Test لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين متوسطي درجات أفراد العينة على الأداة تبعاً لمتغير النوع، وأُدرجت النتائج في الجدول (٥)، كالآتي:

جدول (٥) نتائج اختبار T-Test لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة الرفاهية الرقمية تبعاً لمتغير النوع

المحاور	النوع	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	مجال الثقة ٩٥%		القرار
							أدنى قيمة	أعلى قيمة	
الدرجة الكلية للاستبانة	ذكر	137	87. 7007	7. 97456	-10. 685-	. 022	-8. 77466-	-12. 75692-	دال
	أنثى	242	79. 6570	6. 45525	-10. 083-		-8. 79165-	-12. 73993-	

من خلال الجدول رقم (٥)أظهرت نتائج اختبار(T-test) وجود فرق دال إحصائياً بين الذكور والإناث في مستوى الرفاهية الرقمية، حيث جاء مستوى الدلالة (٠. ٠٢٢) وهو أصغر من (٠. ٠٥)، مما أدى إلى رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة القائلة بوجود فرق، وكان لصالح الذكور. ويُعزى تفوق الذكور في مستوى الرفاهية الرقمية إلى امتلاكهم خبرة تقنية أكبر في التعامل مع الأجهزة والتطبيقات. كما قد تتمتع الإناث بحساسية نفسية أعلى تجاه التفاعلات الرقمية، مما يجعلهن أكثر عرضة للتأثر بالتعليقات والمقارنات الاجتماعية، وهو ما ينعكس سلباً على مستوى رفاهيتهن الرقمية، إضافة إلى أنهن أكثر تركيزاً على الجانب الاجتماعي والعاطفي، مما يجعلهن أكثر وعياً بالمخاطر الرقمية مثل (التنمر الإلكتروني، المحتوى غير المناسب)، وهذا الوعي يجعلهن أكثر قلقاً وتوتراً في أثناء استخدام التكنولوجيا مما ينعكس على رفاهيتهن الرقمية، تشير هذه النتيجة إلى أهمية مراعاة الفروق النفسية والاجتماعية بين الجنسين عند تصميم برامج التربية الرقمية. تتفق هذه النتيجة مع دراسة كنوش (٢٠١٧) حيث جاء الفرق أيضاً لصالح الذكور، وتتفق أيضاً مع دراسة حمود(٢٠٢٣).

- الفرضية الثالثة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على استبانة استخدام أساليب الرقابة الوالدية تبعاً لمتغير النوع.

للتحقق من صحة هذه الفرضية، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار T-Test لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين متوسطي درجات أفراد العينة على الأداة تبعاً لمتغير النوع، وأُدرجت النتائج في الجدول (٦)، كالآتي:

جدول (٦) نتائج اختبار T-Test لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة أساليب الرقابة الوالدية تبعاً لمتغير النوع

المحاور	النوع	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	مجال الثقة ٩٥%		القرار
							أدنى قيمة	أعلى قيمة	
الدرجة الكلية للاستبانة	ذكر	137	123. 3650	9. 26321	-10. 631-	. 022	-6. 56342-	-9. 52399-	دال
	أنثى	242	112. 5992	9. 58650	-10. 733-		-6. 47216-	-9. 61525-	

أظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً لصالح الذكور، مما يدل على أن الذكور يخضعون لرقابة والدية أكبر من الإناث. ويُفسَّر ذلك بأن الأسر قد ترى أن الذكور أكثر عرضة لاستخدام الألعاب الإلكترونية، والمنصات التفاعلية، والمحتوى غير المناسب، مما يدفع الوالدين إلى ممارسة رقابة أكبر عليهم مقارنة بالإناث.

كما قد تُمنح الإناث قدراً أكبر من الثقة الأسرية في استخدام الأجهزة الرقمية، خاصة في البيئات الأسرية المحافظة، مما يقلل من مستوى الرقابة المفروضة عليهن، ومن ناحية أخرى أيضاً يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الذكور قد يكونون أكثر حساسية للرقابة الوالدية، وبالتالي فإنهم يعدُّون أي محاولة أو توجيه أو رقابة من الوالدين تدخلاً في خصوصياتهم حتى ولو كانت بسيطة، لكنهم يعتبروها عالية -لاسيما وأنهم في هذه المرحلة يميلون إلى إثبات استقلاليتهم وذكوريتهم-، أما الإناث فإنهن يتقبلن الرقابة الوالدية كأمر طبيعي وكنوع من الرعاية والاهتمام.

- **الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات إجابات أفراد عينة البحث من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على استبانة الرفاهية الرقمية تبعاً لمتغير الصف الدراسي.**

للتحقق من صحة هذه الفرضية، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لإجابات أفراد عينة الدراسة على الاستبانة، وأُدرجت النتائج في الجدولين (٧)، (٨)، كالآتي:

جدول (٧) المتوسطات الحسابية لمتوسطات درجات المتعلمين على استبانة الرفاهية الرقمية تبعاً لمتغير الصف الدراسي

	المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	مجال الثقة 95%	
						أدنى قيمة	أعلى قيمة
الأداة ككل	السابع	128	124. 3828	7. 32499	. 64744	123.	125.
	الثامن	157	112. 7516	8. 20620	. 65493	111. 4579	114. 0453
	التاسع	94	111. 9894	12.	1. 29077	109.	114.
	المجموع	379	116. 4908	10. 78367	. 55392	115. 4016	117. 5799

جدول (٨) نتائج اختبار تحليل التباين الأحاديANOVA لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات درجات المتعلمين على الاستبانة تبعاً لمتغير الصف الدراسي

	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمةF	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	12072. 174	2	6036. 087	71. 181	. 000	دال
داخل المجموعات	31884. 544	376	84. 799			
المجموع	43956. 718	378				

يُلاحَظ من الجدول (٨) أن قيمة مستوى الدلالة أصغر من (٠. ٠٥) وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق، ولمعرفة هذه الفروق استُخدم اختبار (Scheffe) لدلالة الفروق بين المتوسطات وأدرجت النتائج في الجدول (٩) كالآتي:

جدول (٩) نتائج اختبار(Scheffe)للفروق تبعاً لمتغير الصف الدراسي

الاستبانة ككل	المؤهل (I)	المؤهل (J)	اختلاف المتوسطات (J-I)	الخطأ المعياري	قيمة الدلالة	مجال الثقة 95%	
						أدنى قيمة	أعلى قيمة
	السابع	الثامن	11. 63122*	1. 09664	. 000	8. 9362	14. 3262
		التاسع	12. 39345*	1. 25085	. 000	9. 3195	15. 4674
	الثامن	السابع	-11. 63122-*	1. 09664	. 000	-14. 3262-	-8. 9362-
		التاسع	. 76223	1. 20093	. 818	-2. 1891-	3. 7136
	التاسع	السابع	-12. 39345-*	1. 25085	. 000	-15. 4674-	-9. 3195-
		الثامن	-. 76223-	1. 20093	. 818	-3. 7136-	2. 1891

أظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي وجود فروق دالة إحصائياً بين الصفوف الدراسية، وجاءت الفروق لصالح الصف السابع مقارنة بالثامن والتاسع. ويُعزا ذلك إلى أن طلبة الصف السابع لا يزالون في مرحلة عمرية أقل تعرضاً للمحتوى الرقمي الضاغط، ويخضعون لرقابة أسرية أعلى، مما يسهم في رفع مستوى رفاهيتهم الرقمية. بينما يزداد تعرض طلبة الصفين الثامن والتاسع للمقارنات الاجتماعية الرقمية، وضغوط الهوية، وتوسع دائرة العلاقات الرقمية، مما يؤثر سلباً على مستوى رفاهيتهم الرقمية، تؤكد هذه النتيجة أن الرفاهية الرقمية تتأثر بالنضج العمري والتجارب الرقمية المتراكمة.

- الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث من متعلمي الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على استبانة الرفاهية الرقمية تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

للتحقق من صحة هذه الفرضية، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لإجابات أفراد عينة الدراسة على الاستبانة، وأُدرجت النتائج في الجدولين (١٠)، (١١)، كالآتي:

جدول (١٠) المتوسطات الحسابية لمتوسطات درجات المتعلمين على استبانة أساليب الرقابة الوالدية تبعاً لمتغير الصف الدراسي

		العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	مجال الثقة 95%	
						أدنى قيمة	أعلى قيمة
الأداة ككل	السابع	128	87. 8906	7. 32511	. 64745	86. 6094	89. 1718
	الثامن	157	81. 1019	5. 84433	. 46643	80. 1806	82. 0232
	التاسع	94	77. 7553	8. 07716	. 83310	76. 1010	79. 4097
	المجموع	379	82. 5646	8. 02627	. 41228	81. 7540	83. 3753

جدول (١١) نتائج اختبار تحليل التباين الأحاديANOVA لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات درجات المتعلمين على استبانة أساليب الرقابة الوالدية تبعاً لمتغير الصف الدراسي

	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمةF	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	6140. 956	2	3070. 478	63. 398	. 000	دال
داخل المجموعات	18210. 211	376	48. 431			
المجموع	24351. 166	378				

يُلاحَظ من الجدول رقم(١١) أن قيمة مستوى الدلالة أصغر من (٠. ٠٥) وبالتالي ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق ولمعرفة هذه الفروق استُخدم اختبار (Scheffe) لدلالة الفروق بين المتوسطات وأدرجت النتائج في الجدول (١٢) كالآتي:

جدول (١٢) نتائج اختبار(Scheffe)للفروق تبعاً لمتغير الصف الدراسي

الاستبانة ككل	المؤهل (I)	المؤهل (J)	اختلاف المتوسطات (J-I)	الخطأ المعياري	قيمة الدلالة	مجال الثقة 95%	
						أدنى قيمة	أعلى قيمة
	السابع	الثامن	6. 78871*	. 82876	. 000	4. 7520	8. 8254
		التاسع	10. 13531*	. 94530	. 000	7. 8122	12. 4584
	الثامن	السابع	-6. 78871-*	. 82876	. 000	-8. 8254-	-4. 7520-
		التاسع	3. 34659*	. 90758	. 001	1. 1162	5. 5770
	التاسع	السابع	-10. 13531-*	. 94530	. 000	-12. 4584-	-7. 8122-
		الثامن	-3. 34659-*	. 90758	. 001	-5. 5770-	-1. 1162-

أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً لصالح الصف السابع، يليه الثامن ثم التاسع. ويُفسَّر ذلك بأن الوالدين يميلون إلى تخفيف الرقابة تدريجياً كلما تقدم الأبناء في العمر، اعتماداً على مبدأ الاستقلالية والثقة، رغم أن هذه المرحلة العمرية لا تزال بحاجة إلى توجيه وإشراف تربوي.

التوصيات والمقترحات:

بناء على ما توصل إليه البحث من نتائج، فقد تم وضع عدد من التوصيات والمقترحات:

- عقد ورشات عمل وجلسات حوارية للأهل للتوعية بأهمية الرقابة الوالدية القائمة على التوجيه والحوار، نظراً لدورها المهم في تعزيز الرفاهية الرقمية لدى الأبناء.
- إقامة أنشطة توعوية للمتعلمين يتم من خلالها تنمية مهارات رقمية وتزويدهم بمعلومات حول مخاطر الاستخدام المفرط للإنترنت والتقنيات الرقمية.
- إدماج مفاهيم التربية الرقمية في المناهج الدراسية المختلفة.

- إقامة دورات تدريبية وورشات عمل وندوات حوارية للآباء للتوعية بمخاطر الإنترنت على الأبناء، وضرورة متابعتهم والإشراف عليهم، ولتوعيتهم كذلك بأخلاقيات استخدام الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي.
- إحداث مراكز متخصصة بالأمن الرقمي لتدريب الآباء على برامج الرقابة الوالدية.
- إعداد برامج توعية متعلقة بالرفاهية الرقمية يتم فيها مراعاة الفروق المرتبطة بالنوع والصف الدراسي.
- قيام وسائل الإعلام بتقديم محتوى نوعي موجه للآباء والأبناء حول الاستخدام الآمن والمنتظم للتقنيات الرقمية.

المراجع العربية:

- الاتحاد الدولي للاتصالات (ITU). ٢٠٢٠. إرشادات حماية الأطفال على الإنترنت: دليل للوالدين والمربين. جنيف: الاتحاد الدولي للاتصالات. (http: //www. itu. int)
- الاتحاد الدولي لجمعيات الآباء والمعلمين. ٢٠٢٠. دور الأسرة في تعزيز الرفاهية الرقمية للأطفال والمراهقين. (http: //www. parentsinternational. org)
- حمود، رغدة. ٢٠٢٣. *الثقافة الرقمية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى الأطفال في ضوء التحديات التكنولوجية كما تدركها الأمهات. مجلة بحوث التربية النوعية*، العدد الثاني والسبعون، الصفحات ٣٨٩- ٤٦٠.
- خشبة، فاطمة. ٢٠٢٤. *الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهية الرقمية لدى طلبة جامعة الأزهر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. مجلة كلية التربية في جامعة الأزهر*، العدد المئتان وواحد، الصفحات ٢٢٨- ٢٨٩.
- خضر، أحمد إبراهيم أحمد. ٢٠٢٣. *أساليب التربية الوالدية الملائمة للتحول الرقمي وتأثيرها على الأبناء. مجلة كلية التربية –جامعة المنصورة*، العدد مئة وأربع وعشرون، الصفحات ٥٨- ٨٦.
- سليم، عابد، خالد، شويني. ٢٠٢٥. *الرقابة الأسرية ودورها في توجيه استخدام الأطفال للوسائل الرقمية: مقاربة نظرية. مجلة أقلام*، المجلد الرابع، العددالأول، الصفحات ٧٤- ٩٢.
- الشامي، منال. ٢٠٢٤. *إستراتيجيات الوساطة الوالدية الرقمية وعلاقتها بالسلامة السيبرانية للأطفال بمرحلة الطفولة المتأخرة في ضوء تداعيات عصر المعلوماتية. المجلة العلمية لعلوم التربية النوعية*، العدد العشرون، الصفحات ٣٩٥- ٤٦٤.
- عبده، مروة، السمدوني، إبراهيم، كفافي، حنان. ٢٠٢٤. *ثقافة الوالدين المرتبطة بمهارات الوالدية الرقمية في ضوء متطلبات التقدم التكنولوجي المعاصر. مجلة كلية التربية للبنات بالقاهرة*، المجلد الأول، العدد الرابع، الصفحات ٣٤٦- ٤٠١.
- العصفوري، رهام. ٢٠٢٥. الرفاهية الرقمية: تأثير التقنيات والخدمات الرقمية على الصحة العقلية والجسدية والنفسية. المعهد العربي للاعتماد، مصر. (عبر موقع الإنترنت: https: //instituteeaa. com/digitalwellbeing/)
- كنوش، مظهر. ٢٠١٧. *الرفاهية الرقمية وعلاقتها بالخجل لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامعة العراقية*، المجلد الواحد والسبعون، العدد الثاني، الصفحات ٣٠٤- ٣١٧.
- منظمة الصحة العالمية . ٢٠١٦. السلوكيات الصحية لدى الأطفال في سن المدرسة(HBSC). التقرير الدولي، كوبنهاغن: عن المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية لأوروبا.

- منظمة اليونسكو. ٢٠٢٢. تقرير السياسات والممارسات البحثية العالمية: تعزيز تعليم المواطنة الرقمية العالمية المدعوم بالذكاء الاصطناعي. (https: //WWW. unesco. org/ar/education/action. /)

- منظمة اليونيسيف. ٢٠١٩. حالة أطفال العالم: الأطفال في عالم رقمي. نيويورك، منظمة الأمم المتحدة للطفولة (UNICEF). http: //www. unicef. org

- الناصر، روان إبراهيم. ٢٠٢٤. *الوساطة الوالدية وعلاقتها بالمهارات الرقمية وإدراك الفتيات لمخاطر الإنترنت. دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية*، المجلد الواحد والخمسون، العدد الثالث، الصفحات ٩٢– ١٠٩.

المراجع الأجنبية:

- CARME,R. B;BELGIUM, J. C;ANN. S, C; MIGUEL. A,M. 2019. *Digital Wellbeing Education – A Compendium Of Innovative Practices*. *Journal of ULLL* , Vol. 3, No 1,pp13- 18.

- CHENG, Y. T; NAIQIXU, M. L. 2025**.** *Meta-analysis of associations between digital parenting and children' s Digital Well-being. educational research*, Vol. 48,pp1-20. https: //www. doi. org/10. 1016/j. edurev. 2025. 100699

- J MAYA, H. D;ELANA P,B. J; STEPHANIE,R. L. 2023. *Parental Monitoring Of Early Adolescents Social Technology Use In The US; A Mixed-Method Study*. *JournalOfChild And Family Study*,Vol. 3,No. 33,pp 759-776.

- JULIA,L. M; OSKAR,M. F. 2023. *Adolescents In Control Promoting, Adolescents Autonomy in Parental ControlApplications*. *UmeaUniversity*,No. 30,pp1-38.

- KRISTIN, S. A;, GLEN, B. J , DONALD, S. M. 2021. *Parental Supervision And Control Of Adolescents' Problematic Internet Use: Understanding And Predicting Adoption Of Parental Control Software*. *University San Marcoss*, California, USA,No. 10,pp1- 20.

- LEWEND,M. K; ERKIN,A. C; GUSTAV,T. M; DANIEL,V. L; KINGA,B. C. 2025. *Determinants Of Digital Well-being*. *Al And Society*, Vol. 40,pp 3063-3073.

- TOVELAFTON,J. E; WILHELMSEN, H. B; HOLMARS,D. R. 2024**.** *Parental mediation and children' s Digital Well-being in family life in Norway***.** *Journal Of Children And Media*, Vol. 18, No. 2,pp198- 215.

ملحق (١) أسماء السادة المحكمين لأداة البحث

اسم المحكم	المرتبة العلمية	القسم	الاختصاص	الجامعة
أ. د. منال سلطان	أستاذ دكتور	تربية الطفل	التربية الصحية	اللاذقية
أ. د. أحلام ياسين	أستاذ دكتور	أصول التربية	التربية البيئية والسكانية	اللاذقية
أ. د. ثناء غانم	أستاذ دكتور	المناهج وطرائق التدريس	إدارة تربوية	اللاذقية
د. وعد محمد	مدرس	أصول التربية	التخطيط التربوي	اللاذقية
د. رمضان إبراهيم	مدرس	اللغة العربية	طرائق تدريس لغة عربية	حماة