

تاريخ النشر: 2026-08-05	تاريخ القبول: 2026-08-01	تاريخ انتهاء التعديلات: 2026-07-20	تاريخ التسليم: 2026-06-28
-------------------------	--------------------------	------------------------------------	---------------------------

The Reality and Barriers of Applying Electronic Psychological Counseling and Its Role in Promoting Sustainable Development

Souad Mohammed Ramadan Abdelsamie^{1*}  , Musrafa A. Ben Hkoma²  , Yasser Fathi Nassar³  

¹ Libyan Center for Sustainable Development Research

² Sustainable Development Research Center, Libya

³ Mechanical and Renewable Energy Engineering Department, Engineering Faculty, Wadi Alshatti University, Brack Alshatti, Libya

ABSTRACT

This study aimed to identify the current status of electronic psychological counseling implementation, examine the major barriers to its application, and analyze its role in promoting sustainable development from the perspectives of psychological counselors in secondary schools in the city of Zliten, Libya. The study was motivated by a central problem concerning the gap between the opportunities offered by digital technologies and the actual level of implementation of electronic psychological counseling within educational institutions, in light of persistent technical, professional, organizational, and ethical challenges that limit its effectiveness. The study adopted the descriptive-analytical approach and employed a questionnaire as the primary instrument for data collection. The study sample consisted of 60 male and female psychological counselors selected through simple random sampling. The validity and reliability analyses demonstrated that the instrument possessed strong psychometric properties, with Pearson correlation coefficients ranging from 0.781 to 0.886 and a Cronbach's alpha coefficient of 0.914, confirming the instrument's suitability for research purposes. The findings revealed a high level of implementation of electronic psychological counseling, with a mean score of 4.20 and a relative weight of 83.9%. Similarly, counselors' perceptions of its role in promoting sustainable development were high, with a mean score of 4.32 and a relative weight of 86.4%. The results further indicated that psychological counselors demonstrated a strong willingness to acquire electronic counseling skills, while emphasizing the need for specialized training, improved digital infrastructure, and the development of appropriate regulatory legislation. Moreover, the findings showed a positive correlation between the implementation of electronic psychological counseling and its contribution to sustainable development. The study concluded that the success of electronic psychological counseling depends on the integration of technical, human, organizational, and legislative dimensions in order to enhance the quality of psychological services, support digital transformation, and contribute to achieving the Sustainable Development Goals (SDGs). Accordingly, the study recommends improving digital infrastructure, providing specialized training for psychological counselors, developing appropriate legislative frameworks, establishing secure national electronic psychological counseling platforms, and integrating digital mental health services into sustainable development strategies.

Keywords: Electronic Psychological Counseling; Sustainable Development; Mental Health; Digital Transformation; Psychological Counselors.

واقع ومعوقات تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني ودوره في تعزيز التنمية المستدامة

سعاد محمد رمضان عبد السميع^{1*}، مصطفى أحمد بن حكومة²، ياسر فتحي نصار³

¹المركز الليبي لأبحاث التنمية المستدامة

²مركز أبحاث التنمية المستدامة، ليبيا

³قسم الهندسة الميكانيكية والطاقة المتجددة، كلية الهندسة، جامعة وادي الشاطئ، براك الشاطئ، ليبيا

المخلص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على واقع تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني، والكشف عن أبرز المعوقات التي تحد من تطبيقه وتحليل دوره في تعزيز التنمية المستدامة من وجهة نظر المرشدين النفسيين في مدارس التعليم الثانوي بمدينة زليتن في ليبيا وانطلقت الدراسة من مشكلة رئيسة تتمثل في الفجوة بين الإمكانيات التي تتيحها التقنيات الرقمية وبين مستوى التطبيق الفعلي للإرشاد النفسي الإلكتروني داخل المؤسسات التعليمية، في ظل استمرار تحديات تقنية ومهنية وتنظيمية وأخلاقية تحد من فاعليته. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت الاستبانة أداة رئيسة لجمع البيانات. وتكونت عينة الدراسة من 60 مرشداً ومرشدة نفسيين اختيروا بأسلوب العينة العشوائية البسيطة. وأظهرت اختبارات

الصدق والثبات أن الأداة تتمتع بخصائص سيكومترية قوية؛ إذ تراوحت معاملات ارتباط بيرسون بين 0.781 و0.886، وبلغ معامل ألفا كرونباخ 0.914، بما يؤكد صلاحية الأداة لأغراض البحث. كشفت النتائج عن ارتفاع مستوى تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني بمتوسط حسابي بلغ 4.20 ووزن نسبي قدره 83.9% كما جاءت تقديرات المرشدين لدوره في تعزيز التنمية المستدامة مرتفعة بمتوسط حسابي بلغ 4.32 ووزن نسبي قدره 86.4%. وأظهرت النتائج كذلك استعداداً مرتفعاً لدى المرشدين النفسيين لاكتساب مهارات الإرشاد الإلكتروني، مع تأكيد الحاجة إلى تدريب متخصص، وتحسين البنية التحتية الرقمية، وتطوير التشريعات التنظيمية الملائمة. كما تبين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني وإسهامه في تعزيز التنمية المستدامة. وخلصت الدراسة إلى أن نجاح الإرشاد النفسي الإلكتروني يعتمد على تكامل الأبعاد التقنية والبشرية والتنظيمية والتشريعية بما يعزز جودة الخدمات النفسية، ويدعم التحول الرقمي، ويسهم في تحقيق أهداف التنمية المستدامة. وأوصت الدراسة بتطوير البنية التحتية الرقمية، وتوفير تدريب متخصص للمرشدين النفسيين، ووضع أطر تشريعية مناسبة، وإنشاء منصات وطنية آمنة للإرشاد النفسي الإلكتروني، ودمج خدمات الصحة النفسية الرقمية في استراتيجيات التنمية المستدامة.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد النفسي الإلكتروني، التنمية المستدامة، الصحة النفسية، التحول الرقمي، المرشدون النفسيون

1. مقدمة

يشهد العالم في السنوات الأخيرة تحولاً رقمياً متسارعاً شمل مختلف القطاعات الخدمية، ومن بينها قطاع الصحة النفسية والإرشاد النفسي، حيث أسهمت التطورات المتلاحقة في تقنيات الاتصال والمعلومات والذكاء الاصطناعي في ظهور أنماط جديدة من الخدمات النفسية تعتمد على الوسائط الإلكترونية والمنصات الرقمية.

وقد برز الإرشاد النفسي الإلكتروني خلال السنوات الأخيرة بوصفه أحد أهم الممارسات المهنية الحديثة في مجال الخدمات النفسية والإرشادية، حيث يعتمد على توظيف التقنيات الرقمية وشبكات الإنترنت ومنصات الاتصال المرئي وتطبيقات الهواتف الذكية لتقديم الدعم النفسي والإرشادي والعلاجي عن بُعد. وقد أسهم هذا النمط من الإرشاد في توسيع نطاق الوصول إلى المستفيدين، وتقليل العوائق المكانية والزمانية، وتحقيق قدر أكبر من المرونة والسرية في تقديم الخدمات النفسية، خاصة في ظل الأزمات الصحية والظروف التي تحد من التواصل المباشر. كما أظهرت الأدبيات الحديثة أن الإرشاد النفسي الإلكتروني أصبح خياراً مهنياً فاعلاً يسهم في تحسين فرص الحصول على الخدمات النفسية وضمان استمرارية الرعاية الإرشادية لمختلف الفئات المستفيدة (الأمين وآخرون، 2022).

وتزايد الاهتمام بالإرشاد النفسي الإلكتروني بصورة ملحوظة بعد جائحة كوفيد-19، التي كشفت الحاجة إلى بدائل مرنة للخدمات النفسية التقليدية، وأسهمت في تسريع التحول نحو الممارسات الرقمية في مجالات الإرشاد والصحة النفسية

وتشير الأدبيات الحديثة إلى أن المنصات الرقمية والتطبيقات النفسية الإلكترونية أصبحت أدوات واعدة في دعم الصحة النفسية وتعزيز الرفاه النفسي والاجتماعي، من خلال توفير خدمات الدعم والإرشاد النفسي عن بُعد، وإتاحة الوصول السريع إلى الموارد النفسية والتدخلات الوقائية والعلاجية. كما تسهم هذه التقنيات في خفض مستويات الضغوط النفسية وتحسين التوافق النفسي والاجتماعي لدى فئات مختلفة من المستفيدين، ولا سيما الشباب وطلبة الجامعات الذين يُعدّون الأكثر انخراطاً في البيئة الرقمية وأكثر استفادة من خدمات الدعم النفسي الإلكتروني (عطا الله، 2023).

وقد أكدت دراسات حديثة أن الدعم النفسي الرقمي المدعوم بالتقنيات الذكية يسهم بصورة إيجابية في تعزيز مؤشرات الصحة النفسية والرفاه النفسي لدى الشباب الجامعي عند استخدامه بصورة مهنية ومنظمة (العبيدي، 2026).

يمثل الإرشاد النفسي الإلكتروني أحد التطورات الحديثة في مجال الخدمات النفسية والإرشادية، حيث يوظف التقنيات الرقمية وشبكات الاتصال الحديثة لتقديم خدمات التوجيه والدعم والاستشارات النفسية عن بُعد، بما يعزز فرص الاستفادة من الخدمات الإرشادية ويحد من العوائق الجغرافية والزمنية والاجتماعية التي قد تحول دون حصول الأفراد على المساندة النفسية اللازمة، خاصة لدى الفئات التي تواجه صعوبات في الوصول إلى مراكز الإرشاد التقليدية (العتيبي، 2021؛ الجهني، 2024).

وفي المقابل، فإن تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني لا يخلو من التحديات والمعوقات، إذ تواجه المؤسسات التعليمية والصحية جملة من الصعوبات المتعلقة بالبنية التحتية الرقمية، وضعف الكفايات التقنية لدى بعض المرشدين النفسيين، وقضايا الخصوصية وأمن المعلومات، إضافة إلى الجوانب الأخلاقية والتنظيمية المرتبطة بممارسة الإرشاد عبر الفضاء الإلكتروني.

وتؤكد الأدبيات الحديثة أن فاعلية الإرشاد النفسي الإلكتروني لا تعتمد على توافر التقنيات الرقمية فحسب، بل تتطلب وجود بنية تقنية آمنة، وأطار تنظيمية وتشريعية واضحة، بالإضافة إلى تأهيل المرشدين النفسيين وتمكينهم من المهارات الرقمية والمهنية اللازمة لضمان جودة الخدمات المقدمة وكفاءتها. كما ينسجم الإرشاد النفسي الإلكتروني مع توجهات التنمية المستدامة من خلال دعمه للصحة النفسية والرفاه النفسي والاجتماعي، وتعزيز فرص الوصول العادل إلى الخدمات النفسية لمختلف فئات المجتمع، الأمر الذي يجعله أحد المداخل الحديثة الداعمة لتحقيق الهدف الثالث من أهداف التنمية المستدامة المتعلق بالصحة الجيدة والرفاه وتحسين جودة الحياة (عطا الله، 2023؛ الساعدي والربيعي، 2024).

كما يسهم توظيف التقنيات الرقمية في مجال الإرشاد النفسي في تعزيز قدرة الأفراد والمجتمعات على التكيف الإيجابي مع الأزمات والتحديات الاجتماعية والاقتصادية المتسارعة، من خلال توفير خدمات الدعم النفسي والإرشادي بصورة أكثر مرونة وشمولاً واستدامة. ويساعد ذلك في بناء مجتمعات أكثر صموداً ووعياً بالصحة النفسية، بما يدعم تنمية رأس المال البشري ويرسخ مبادئ التنمية البشرية المستدامة وتحسين جودة الحياة والرفاه النفسي والاجتماعي للأفراد (عطا الله، 2023). وفي ظل التوسع المتزايد في استخدام التقنيات الرقمية في المؤسسات التعليمية والصحية، تبرز الحاجة إلى دراسة واقع الإرشاد النفسي الإلكتروني، والكشف عن أبرز معوقات تطبيقه، وبيان دوره في دعم جهود التنمية المستدامة.

ومن هذا المنطلق تأتي الدراسة الحالية لتسليط الضوء على واقع الإرشاد النفسي الإلكتروني، والتحديات التي تواجه تطبيقه، ومدى إسهامه في تعزيز أبعاد التنمية المستدامة، بما يوفر قاعدة معرفية يمكن الاستفادة منها في تطوير السياسات والبرامج الإرشادية الرقمية مستقبلاً.

مشكلة الدراسة

في ظل التوسع المتزايد في استخدام التكنولوجيا الرقمية في المجال النفسي والإرشادي، ما تزال هناك فجوة بين الإمكانيات المتاحة للإرشاد النفسي الإلكتروني ومستوى تطبيقه الفعلي في العديد من المؤسسات التعليمية. كما تشير الأدبيات الحديثة إلى وجود معوقات تقنية ومهنية وتشريعية وأخلاقية تؤثر في جودة الخدمات الإرشادية الإلكترونية وفعاليتها.

ومن هنا تتمثل مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس الآتي:

تساؤلات الدراسة :

- ما واقع تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني في المؤسسات التربوية والنفسية؟
- ما أبرز المعوقات التي تواجه تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني؟
- ما دور الإرشاد النفسي الإلكتروني في تحسين جودة الخدمات النفسية؟
- كيف يسهم الإرشاد النفسي الإلكتروني في تحقيق أهداف التنمية المستدامة؟
- ما المقترحات اللازمة لتعزيز فاعلية الإرشاد النفسي الإلكتروني؟

2- أهداف الدراسة

- التعرف إلى واقع الإرشاد النفسي الإلكتروني
- تحديد معوقات تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني
- الكشف عن إسهامات الإرشاد النفسي الإلكتروني في تطوير الخدمات النفسية
- بيان دوره في تحقيق التنمية المستدامة
- تقديم توصيات لتطوير خدمات الإرشاد

3- أهمية الدراسة

الأهمية النظرية

1. ثراء الأدبيات العربية المتعلقة بالإرشاد النفسي الإلكتروني
2. توضيح العلاقة بين الإرشاد النفسي الإلكتروني والتنمية المستدامة
3. توفير إطار نظري حديث حول الخدمات النفسية الرقمية
4. دعم التوجهات البحثية الحديثة في مجال الصحة النفسية الرقمية
5. فتح آفاق لدراسات مستقبلية في المجال

الأهمية التطبيقية:

1. مساعدة صناع القرار في تطوير الخدمات النفسية الرقمية
2. دعم المرشدين النفسيين في توظيف التقنيات الحديثة
3. تحسين جودة الخدمات النفسية المقدمة للمستخدمين
4. تعزيز فرص الوصول إلى الخدمات النفسية للفئات المختلفة
5. المساهمة في تحقيق أهداف التنمية المستدامة

مفاهيم الدراسة

الإرشاد النفسي الإلكتروني: هو عملية مهنية منظمة يتم من خلالها تقديم الخدمات الإرشادية والنفسية باستخدام وسائل الاتصال والتقنيات الرقمية مثل الإنترنت وتطبيقات الهواتف الذكية ومنصات التواصل الإلكتروني.

التنمية المستدامة: هي عملية تنموية شاملة تهدف إلى تلبية احتياجات الحاضر دون المساس بقدرة الأجيال القادمة على تلبية احتياجاتها، من خلال تحقيق التوازن بين الأبعاد الاقتصادية والاجتماعية والبيئية. الصحة النفسية: قدرة الفرد على التوافق النفسي والاجتماعي والتعامل الإيجابي مع الضغوط الحياتية، كما تقاس بالدرجة التي يحصل عليها في فقرات الصحة النفسية بأداة الدراسة.

معوقات تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني: مجموعة العوامل التي تحد من فاعلية تطبيق خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني أو تعيق انتشارها واستدامتها.

المراجعة الأدبية

الإرشاد النفسي الإلكتروني

شهدت العقود الأخيرة تطوراً ملحوظاً في توظيف التقنيات الرقمية في تقديم الخدمات النفسية والإرشادية، حيث أصبح الإرشاد النفسي الإلكتروني أحد أبرز المداخل الحديثة التي تهدف إلى تقديم الخدمات النفسية عبر الإنترنت ومنصات الاتصال الرقمية. وقد ارتبط ظهور هذا النمط من الإرشاد بتزايد الحاجة إلى توفير خدمات أكثر مرونة وقدرة على الوصول إلى المستفيدين في المناطق النائية أو الفئات التي تواجه صعوبات في الوصول إلى الخدمات التقليدية.

وتشير الأدبيات الحديثة إلى أن الإرشاد النفسي الإلكتروني لم يعد مجرد بديل مؤقت للإرشاد عبر المقابلة الشخصية بل أصبح ممارسة مهنية متكاملة تستند إلى أسس علمية وأخلاقية ومهنية واضحة، خاصة بعد التطورات المتسارعة في تقنيات الاتصال المرئي وتطبيقات الهواتف الذكية والذكاء الاصطناعي. كما أسهمت جائحة كوفيد 19- في تسريع تبني هذا النوع من الخدمات على نطاق عالمي، الأمر الذي دفع المؤسسات الأكاديمية والمهنية إلى تطوير معايير خاصة بالممارسة الإلكترونية.

وفي السياق العربي، أوضحت مراجعة الفضلي (2024) أن حجم الإنتاج العلمي العربي في مجال الإرشاد النفسي عبر الإنترنت شهد نمواً ملحوظاً خلال السنوات الأخيرة، إلا أن جودة البحوث ما تزال بحاجة إلى مزيد من التطوير المنهجي، خاصة فيما يتعلق بتصميم الدراسات التجريبية وتقييم فاعلية الخدمات الإلكترونية. كما أشارت الدراسة إلى تزايد اهتمام الباحثين العرب بدراسة واقع الإرشاد الإلكتروني ومعوقات تطبيقه في المؤسسات التعليمية والصحية. الفضلي(2024).

وتؤكد الاتجاهات الحديثة أن التحول نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني يعكس استجابة طبيعية للتحول الرقمي الذي تشهده المجتمعات المعاصرة، حيث أصبحت التكنولوجيا جزءاً أساسياً من حياة الأفراد اليومية، مما يفرض على المؤسسات الإرشادية الاستفادة من هذه الأدوات لتوسيع نطاق خدماتها وتحسين

جودتها

ثانياً: معوقات تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني

على الرغم من التطور الملحوظ الذي شهده الإرشاد النفسي الإلكتروني خلال السنوات الأخيرة، فإن تطبيقه ما يزال يواجه العديد من المعوقات التي تحد من فعاليته وانتشاره في البيئات العربية. وتتنوع هذه المعوقات بين معوقات تقنية ومهنية وأخلاقية وتشريعية، الأمر الذي يتطلب تضافر الجهود المؤسسية والمهنية لمعالجتها وتطوير آليات التغلب عليها وتُعد البنية التحتية التقنية من أبرز التحديات التي تواجه تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني، إذ يتطلب هذا النوع من الخدمات توافر شبكات اتصال مستقرة وسريعة، بالإضافة إلى امتلاك المستفيدين والمرشدين للأجهزة والتطبيقات الرقمية اللازمة وتشير الأدبيات الحديثة إلى أن ضعف البنية التحتية الرقمية في بعض البيئات العربية يحد من إمكانية الاستفادة الكاملة من الخدمات النفسية (الإلكترونية) الفضلي، (2024).

كما تشكل قضايا الخصوصية وسرية المعلومات تحدياً رئيساً أمام انتشار الإرشاد النفسي الإلكتروني، إذ تتضمن العملية الإرشادية تبادل معلومات شخصية وحساسة تتطلب مستويات عالية من الحماية والأمان الإلكتروني

ويؤدي غياب التشريعات الواضحة أو ضعف إجراءات حماية البيانات إلى تراجع ثقة المستفيدين بالخدمات الإلكترونية، مما ينعكس سلباً على معدلات استخدامها ومن المعوقات المهمة كذلك نقص الكفايات الرقمية لدى بعض المرشدين النفسيين، حيث يتطلب الإرشاد الإلكتروني مهارات إضافية تتجاوز المهارات الإرشادية التقليدية، وتشمل إدارة الجلسات الافتراضية والتعامل مع المنصات الرقمية وحل المشكلات التقنية الطارئة كما أن بعض المسترشدين قد يواجهون صعوبة في استخدام التطبيقات والمنصات الإلكترونية، خاصة كبار السن أو ذوي الخبرة التقنية المحدودة وتبرز أيضاً تحديات تتعلق ببناء العلاقة الإرشادية المهنية عبر الوسائط الرقمية، إذ يرى بعض الباحثين أن غياب التفاعل الوجهي المباشر قد يحد من قدرة المرشد على ملاحظة الإشارات غير اللفظية والانفعالية للمسترشد، مما قد يؤثر في دقة التشخيص وفعالية التدخل الإرشادي.

كما أن بعض الحالات النفسية الشديدة قد تتطلب تدخلاً مباشراً يصعب تحقيقه عبر الوسائط الإلكترونية وعليه، فإن نجاح تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني يتطلب توفير بنية تقنية متطورة، وسن تشريعات مهنية وأخلاقية واضحة، وتدريب المرشدين على المهارات الرقمية اللازمة، بما يضمن تقديم خدمات نفسية إلكترونية آمنة وفعالة تتوافق مع المعايير المهنية الحديثة.

ثالثاً: الصحة النفسية والرفاه النفسي

تُعد الصحة النفسية أحد المكونات الأساسية لصحة الإنسان الشاملة، وتشير إلى حالة من التوازن النفسي والانفعالي والاجتماعي تمكن الفرد من مواجهة ضغوط الحياة اليومية والعمل بفاعلية والمساهمة الإيجابية في مجتمعه.

وقد أكدت منظمة الصحة العالمية أن الصحة النفسية لا تقتصر على غياب الاضطرابات النفسية، بل تشمل القدرة على تحقيق الإمكانات الشخصية وبناء العلاقات الإيجابية والتكيف مع متطلبات الحياة المختلفة. ويرتبط مفهوم الرفاه النفسي ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية، إذ يشير إلى شعور الفرد بالرضا عن حياته وإحساسه بالسعادة والقدرة على تحقيق أهدافه الشخصية والمهنية.

ويشمل الرفاه النفسي مجموعة من الأبعاد مثل تقبل الذات والاستقلالية والنمو الشخصي والقدرة على بناء علاقات اجتماعية إيجابية والشعور بمعنى الحياة وهدفها.

وقد شهدت السنوات الأخيرة اهتماماً متزايداً بالصحة النفسية في المجتمعات العربية نتيجة التغيرات الاجتماعية والتكنولوجية المتسارعة. وتشير الدراسات الحديثة إلى أن الاستخدام المفرط وغير المنظم لوسائل التواصل الاجتماعي قد يرتبط بارتفاع معدلات القلق والاكتئاب والضغوط النفسية بين فئات مختلفة من المجتمع، الأمر الذي يؤكد الحاجة إلى تعزيز برامج الوقاية والدعم النفسي (عوي وآخرون،

(2024).

وتؤكد الأدبيات النفسية أن توفير خدمات الإرشاد النفسي يسهم بصورة مباشرة في تعزيز الصحة النفسية والرفاه النفسي من خلال مساعدة الأفراد على تطوير مهارات التكيف وحل المشكلات وإدارة الضغوط وتحسين تقدير الذات. كما تساعد الخدمات الإرشادية في الحد من الآثار السلبية للمشكلات النفسية والاجتماعية وتحسين جودة الحياة لدى الأفراد.

وفي هذا الإطار، أصبح الإرشاد النفسي الإلكتروني أداة مهمة لدعم الصحة النفسية والرفاه النفسي، حيث يوفر خدمات نفسية مرنة ومتاحة لشريحة واسعة من المستفيدين، ويسهم في تعزيز الوعي بالصحة النفسية وتقديم التدخلات الوقائية والعلاجية بصورة أكثر سهولة وفاعلية.

رابعاً: دور الإرشاد النفسي الإلكتروني في تحقيق التنمية المستدامة

أصبحت الصحة النفسية أحد المؤشرات الأساسية للتنمية المستدامة في المجتمعات المعاصرة، حيث تؤكد أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة أهمية ضمان حياة صحية وتعزيز الرفاه للجميع. وفي هذا السياق، يبرز الإرشاد النفسي الإلكتروني بوصفه إحدى الآليات الحديثة التي تسهم في دعم التنمية المستدامة من خلال تحسين الوصول إلى خدمات الصحة النفسية وتعزيز جودة الحياة لدى الأفراد.

ويسهم الإرشاد النفسي الإلكتروني في تحقيق العدالة في الحصول على الخدمات النفسية، إذ يتيح تقديم الدعم النفسي للأفراد في المناطق النائية أو الفئات التي تواجه صعوبات اقتصادية أو اجتماعية تحول دون حصولها على الخدمات التقليدية. ويعزز ذلك من مبدأ تكافؤ الفرص ويقلل من الفجوات الصحية والاجتماعية بين أفراد المجتمع.

كما يؤدي الإرشاد النفسي الإلكتروني دوراً مهماً في بناء رأس المال البشري من خلال تعزيز الصحة النفسية للأفراد ورفع مستوى توافقه النفسي والاجتماعي، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على الإنتاجية والقدرة على التعلم والعمل والمشاركة المجتمعية. وتشير الدراسات الحديثة إلى أن الاستثمار في الخدمات النفسية الرقمية يسهم في خفض الأعباء الاقتصادية والاجتماعية المرتبطة بالاضطرابات النفسية وتحسين مؤشرات التنمية البشرية (Balanghais et al., 2024).

ومن جانب آخر، يدعم الإرشاد النفسي الإلكتروني التحول الرقمي الذي تتبناه المؤسسات التعليمية والصحية، ويسهم في تطوير الخدمات الذكية وتحسين كفاءتها واستدامتها. كما يساعد في نشر الوعي بالصحة النفسية وتوفير التدخلات الوقائية المبكرة، مما يقلل من تفاقم المشكلات النفسية ويعزز الاستقرار الأسري والمجتمعي.

وبناءً على ذلك، يمكن النظر إلى الإرشاد النفسي الإلكتروني باعتباره أداة استراتيجية تسهم في تحقيق العديد من أهداف التنمية المستدامة، وعلى رأسها تعزيز الصحة الجيدة والرفاه، وتحسين جودة التعليم، والحد من أوجه عدم المساواة، وبناء مجتمعات أكثر استقراراً وقدرة على مواجهة التحديات المستقبلية.

الدراسات السابقة

أولاً: الدراسات العربية

هدفت الدراسة هادي (2025) إلى تحليل دور المرشدين في توظيف التقنيات الرقمية لتعزيز الصحة النفسية لدى الطلبة. واعتمدت المنهج التحليلي. وأظهرت النتائج أن دمج التكنولوجيا في الخدمات الإرشادية يزيد من سرعة الوصول إلى المستفيدين، ويعزز التوعية النفسية والوقاية، لكنه يتطلب تدريباً مستمراً للمرشدين وتطويراً للبنية الرقمية في المؤسسات التعليمية. حيث تدعم الدراسة محور دور الإرشاد النفسي الإلكتروني في تعزيز التنمية المستدامة من خلال تحسين جودة الخدمات النفسية.

هدفت دراسة الشرفي وعبد الله (2025) إلى الكشف عن اتجاهات الممارسين النفسيين السعوديين نحو الإرشاد النفسي الإلكتروني وعلاقتها بالكفاءة الذاتية العامة. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي على عينة من الممارسين النفسيين. وأظهرت النتائج وجود اتجاهات إيجابية نحو استخدام الإرشاد النفسي الإلكتروني، كما تبين وجود علاقة موجبة بين الكفاءة الذاتية للممارسين ومستوى تقبلهم لاستخدام التقنيات الرقمية في تقديم الخدمات الإرشادية. وأوصت الدراسة بتكثيف برامج التدريب المهني المتعلقة بالإرشاد الإلكتروني.

هدفت دراسة المضحي والبقي والحربي والمطيري وعزب (2025) إلى تحليل استخدامات الذكاء الاصطناعي في مجال التوجيه والإرشاد النفسي، واستعراض التطبيقات الرقمية الحديثة الداعمة للعمل الإرشادي. وأظهرت النتائج أن التقنيات الذكية تسهم في تحسين جودة الخدمات النفسية، وتعزيز سرعة الاستجابة للمستفيدين، وزيادة فرص الوصول إلى الخدمات الإرشادية. كما أشارت الدراسة إلى أهمية توظيف الذكاء الاصطناعي في دعم أهداف التنمية المستدامة المتعلقة بالصحة النفسية والرفاه الاجتماعي. هدفت دراسة الحويج (2024) إلى التعرف إلى واقع ممارسة خدمات الإرشاد النفسي في مدارس التعليم الثانوي بمدينة الخمس في ليبيا. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وأظهرت النتائج انخفاض مستوى الخدمات الإرشادية المقدمة للطلبة وضعف الاستفادة منها داخل المؤسسات التعليمية. وأوصت الدراسة بضرورة تطوير خدمات الإرشاد النفسي والاستفادة من التقنيات الحديثة لتوسيع نطاق الخدمات وتحسين جودتها، بما ينسجم مع متطلبات التحول الرقمي في المؤسسات التعليمية.

هدفت دراسة بلبيسي وحسني (2023) إلى التعرف إلى اتجاهات المرشدين التربويين في المدارس الحكومية الفلسطينية نحو استخدام الإرشاد الإلكتروني في ظل جائحة كورونا، والكشف عن علاقتها بالذات المهنية لديهم، إضافة إلى تفصي الفروق في هذه الاتجاهات تبعاً لمتغيرات الجنس، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، ومكان السكن، والمديرية. واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وطبقت مقياسي اتجاهات المرشدين نحو استخدام الإرشاد الإلكتروني والذات المهنية على عينة عشوائية طبقية بلغت (453) مرشداً ومرشدة في المحافظات الشمالية الفلسطينية خلال العام الدراسي (2020/2021). وأظهرت النتائج أن اتجاهات المرشدين نحو استخدام الإرشاد الإلكتروني جاءت إيجابية، كما جاء مستوى الذات المهنية مرتفعاً، ووجدت علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الاتجاهات نحو استخدام الإرشاد الإلكتروني والذات المهنية، مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى الذات المهنية يسهم في تعزيز تقبل المرشدين لاستخدام الإرشاد الإلكتروني. كما أوصت الدراسة بإنشاء مركز متخصص للإرشاد الإلكتروني، وتوفير برامج تدريبية مستمرة لتنمية الكفايات الرقمية والمهنية للمرشدين التربويين، بما يسهم في تحسين جودة الخدمات الإرشادية.

هدفت دراسة بعلي وبركات (2021) إلى التعرف إلى واقع استخدام الإرشاد الإلكتروني في البيئة الجامعية من خلال منصة "إرشاد" الإلكترونية، والكشف عن دور المنصات الرقمية في تقديم الخدمات الإرشادية للطلبة الجامعيين. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت إلى أن المنصات الإلكترونية أسهمت في تسهيل الوصول إلى الخدمات الإرشادية وتحسين التواصل بين المرشدين والطلبة، كما ساعدت في التغلب على بعض المعوقات المرتبطة بالمكان والزمان. وأكدت الدراسة أهمية توظيف التقنيات الحديثة في تطوير الخدمات الإرشادية داخل المؤسسات التعليمية.

استعرضت دراسة كشتور ومنصور (2025) دور المرشد الأكاديمي في تقديم التوجيه التربوي والنفسي لدى طلاب الجامعة باستخدام استبانة للكشف عن الدور الذي يقوم به المرشد الأكاديمي في التوجيه التربوي والنفسي لدى عينة من طلاب مرحلة التخرج بكليتي التربية تراغن وكلية براك. ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن الدور الرئيسي الذي يقوم به المرشد الأكاديمي في التوجيه التربوي للطلاب هو الدعم الأكاديمي من وجهة نظر عينة الدراسة ويليهِ الدعم الاجتماعي، ومن ثم الدعم المهني، وأخيراً الدعم الإعلامي، أي أن المرشد الأكاديمي في الكليتين يركز على تحسين المستوى الأكاديمي للطلاب ويشجعهم على التكيف الاجتماعي، مما يؤكد أن المرشد الأكاديمي يقدم التوجيه التربوي لطلاب المرحلة الجامعية.

هدف تحقيقاً قامت به ذكار (2025) إلى التعرف على مستوى الإرتياح لدى الأساتذة لبعض المؤسسات التعليمية في الجزائر، وقد تكونت عينة الدراسة من 77 أستاذ بمختلف الأطوار التعليمية (الإبتدائي – المتوسط – الثانوي). وقد أشارت النتائج إلى أن مستوى الإرتياح النفسي متوسط حسب إستجابات أفراد عينة الدراسة كما أظهرت الدراسة الى عدم وجود فروق في مستوى الإرتياح النفسي للأساتذة تبعاً لمتغير الجنس ومتغير الولاية من وجهة نظرهم؛ وعليه تم إقتراح جملة من التوصيات من بينها ضرورة الإهتمام بالجوانب النفسية للأساتذة وتقديم الإرشادات والخدمات النفسية التي تساعد في حل المشكلات بالإضافة إلى إتاحة العديد من الفرص للأساتذة من أجل الإطلاع على المستجدات والتواصل مع الخبراء وأهل

الإختصاص، و الحرص على خلق جو تنظيمي مناسب آمن وخالي من المشاكل والضغوطات، وزيادة الدعم المادي والمعنوي ما ينعكس إيجاباً على أدائهم في العمل.

ثانياً: الدراسات الأجنبية

هدفت دراسة (Cho et al. (2025 إلى استكشاف معوقات استخدام خدمات الصحة النفسية الرقمية لدى طلبة الجامعات. وكشفت النتائج عن وجود عدة عوائق تشمل مخاوف الخصوصية، وضعف التفاعل مع المنصات الإلكترونية، والضغوط الزمنية، والعوائق المالية. وأكدت الدراسة أن معالجة هذه التحديات تسهم في تعزيز الاستفادة من الإرشاد النفسي الإلكتروني وتحقيق أهداف التنمية المستدامة المرتبطة بتحسين الصحة النفسية وجودة الحياة.

فحين استعرضت دراسة (Jannah & Masham (2026 فعالية وإمكانية الوصول إلى خدمات الإرشاد الإلكتروني. وأظهرت نتائج المراجعة أن الإرشاد النفسي الإلكتروني يتميز بالمرونة، وانخفاض التكلفة، وتحسين الوصول إلى المستفيدين في المناطق النائية، مما يجعله أداة فعالة لدعم التنمية المستدامة من خلال تعزيز العدالة في الحصول على الخدمات النفسية. كما أشارت الدراسة إلى استمرار بعض المعوقات المتعلقة بالكفاءة التقنية والبنية التحتية الرقمية.

هدفت دراسة (Buta وآخرين (2025 إلى التعرف إلى واقع ممارسة الإرشاد النفسي الإلكتروني من وجهة نظر المرشدين النفسيين، والكشف عن أهم المعوقات التي تؤثر في جودة العلاقة الإرشادية وفعالية الخدمات المقدمة عبر المنصات الرقمية. واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي من خلال مقابلات منظمة وتحليل خبرات المرشدين النفسيين الذين يمارسون الإرشاد الإلكتروني. وأشارت النتائج إلى أن الإرشاد النفسي الإلكتروني يوفر مرونة كبيرة في الوصول إلى المستفيدين، ويسهم في توسيع نطاق الخدمات النفسية وتحقيق العدالة في الوصول إليها، وهو ما ينسجم مع مبادئ التنمية المستدامة. كما بينت النتائج أن أبرز المعوقات تمثلت في ضعف الاتصال بالإنترنت، وصعوبة ملاحظة الإشارات غير اللفظية، والتحديات الأخلاقية المتعلقة بالخصوصية والسرية، إضافة إلى الحاجة إلى تدريب متخصص في الممارسات الرقمية. وأوصت الدراسة بسن تشريعات مهنية واضحة، وتطوير برامج تدريبية مستمرة لتعزيز جودة الإرشاد النفسي الإلكتروني.

هدفت دراسة (Berardi وآخرين (2024 إلى تحليل واقع تطبيق التقنيات الرقمية في أنظمة الصحة النفسية، والكشف عن أبرز المعوقات التي تحد من دمج خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني في المؤسسات الصحية والتعليمية، بما يسهم في تحقيق أهداف التنمية المستدامة، ولاسيما الهدف الثالث المتعلق بالصحة الجيدة والرفاه. واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي من خلال مراجعة وتحليل الدراسات المنشورة في قواعد بيانات علمية عالمية، منها Scopus و Web of Science و Google Scholar. وأظهرت النتائج أن الإرشاد النفسي الإلكتروني يسهم في تحسين الوصول إلى الخدمات النفسية وتقليل الفجوة الجغرافية، إلا أن تطبيقه يواجه معوقات تقنية، وتنظيمية، ومهنية، وأخلاقية، أبرزها ضعف البنية التحتية الرقمية، ومحدودية تدريب المرشدين، ومخاوف الخصوصية وسرية البيانات. وأوصت الدراسة بتطوير السياسات الرقمية، وتعزيز كفاءة الكوادر المهنية، ووضع أطر تنظيمية لضمان استدامة خدمات الإرشاد النفسي الإلكتروني بما يدعم تحقيق التنمية المستدامة.

تناولت دراسة (Maqsood et al. (2024 التحول من الإرشاد النفسي التقليدي إلى الإرشاد الرقمي، وركزت على أبعاد الفعالية وإمكانية الوصول والعلاقة الإرشادية عبر الإنترنت. وأظهرت النتائج أن الإرشاد النفسي الإلكتروني يساهم في توسيع نطاق الخدمات النفسية وخفض الفجوات الجغرافية والاجتماعية، إلا أن نجاحه يعتمد على توفر المهارات الرقمية لدى المرشدين والمستفيدين، إضافة إلى حماية الخصوصية وسرية البيانات. وترى الدراسة أن هذه الممارسات تدعم التنمية المستدامة من خلال تعزيز الشمولية والإنصاف في الخدمات الصحية النفسية.

هدفت دراسة (Gigauri, 2021) إلى استعراض واقع استخدام الإرشاد النفسي عن بُعد في البيئة المدرسية، وتحليل فوائده وتحدياته في تقديم الخدمات النفسية للطلبة. اعتمدت الدراسة المنهج التحليلي. وأظهرت النتائج أن الإرشاد عن بُعد يسهم في توسيع نطاق الخدمات النفسية داخل المدارس، إلا أن نجاحه يعتمد على البنية التحتية الرقمية، وكفاءة المرشدين، والالتزام بالضوابط الأخلاقية والسرية المهنية.

وبذلك تكون أوجه الاستفادة بحيث ترتبط الدراسة مباشرة بمحور واقع تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني في المؤسسات التعليمية

تعقيب على الدراسات السابقة

اتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة عن تطور واضح في الاهتمام بالإرشاد النفسي الإلكتروني خلال السنوات الأخيرة، إذ انتقل التركيز من إثبات جدوى استخدام التقنيات الرقمية في تقديم الخدمات الإرشادية إلى بحث العوامل المؤثرة في جودة التطبيق واستدامته. ويعكس هذا التطور إدراكاً متزايداً لأهمية التحول الرقمي في تحسين خدمات الصحة النفسية، ولا سيما في المؤسسات التعليمية التي أصبحت مطلوبة بتوفير خدمات إرشادية أكثر مرونة وكفاءة واستجابة لاحتياجات المستفيدين.

ومن خلال تحليل الدراسات العربية، يتبين أنها ركزت على توصيف واقع الإرشاد النفسي الإلكتروني، وقياس اتجاهات الممارسين نحوه، وإبراز دوره في تحسين جودة الخدمات الإرشادية. فقد أوضحت دراسة بعلي وبركات (2021) قدرة المنصات الإلكترونية على تجاوز القيود الزمانية والمكانية، بينما أبرزت دراسة الشرفي وعبد الله (2025) أهمية الكفاءة الذاتية للممارسين في تعزيز تقبلهم للإرشاد الإلكتروني، في حين كشفت دراسة الحويج (2024) عن محدودية الخدمات الإرشادية في المدارس الريفية، الأمر الذي يؤكد الحاجة إلى تبني حلول رقمية أكثر فاعلية. كما وسعت دراسة المضحي وآخرين (2025) نطاق الاهتمام من الإرشاد الإلكتروني إلى تطبيقات الذكاء الاصطناعي، مؤكدة أن التقنيات الذكية أصبحت تمثل ركيزة أساسية في تطوير الخدمات النفسية وتحقيق أهداف التنمية المستدامة.

أما الدراسات الأجنبية، فقد اتسمت بمنظور أكثر شمولاً، حيث لم تقتصر على تقييم فاعلية الإرشاد النفسي الإلكتروني، بل تناولت العوامل التنظيمية والتقنية والأخلاقية المؤثرة في نجاحه. فقد بينت دراسة Maqsood et al. (2024) أن فاعلية الإرشاد الرقمي ترتبط بامتلاك المهارات الرقمية وضمان سرية المعلومات، في حين أوضحت دراسة Berardi et al. (2024) أن نجاح التحول الرقمي في خدمات الصحة النفسية يعتمد على تكامل البنية التحتية، والدعم المؤسسي، والتشريعات المنظمة. كما أظهرت دراسة Cho et al. (2025) أن مخاوف الخصوصية والعوائق المالية وضعف التفاعل الرقمي ما تزال تحد من الاستفادة المثلى من الخدمات النفسية الإلكترونية، بينما أكدت دراسة Jannah و Masham (2025) أن الإرشاد الإلكتروني يمثل نموذجاً واعداً لتحقيق العدالة في الوصول إلى الخدمات النفسية، رغم استمرار بعض التحديات التقنية.

وعلى الرغم من القيمة العلمية لهذه الدراسات، فإنها عالجت الموضوع من زوايا منفصلة؛ إذ ركز بعضها على الاتجاهات نحو الإرشاد الإلكتروني، بينما انصرف بعضها الآخر إلى دراسة المعوقات أو تقييم فاعلية التطبيقات الرقمية بصورة مستقلة. كما أن معظم الدراسات العربية أجريت في البيئات الجامعية أو الصحية، في حين ظلت البيئة المدرسية، وخاصة في السياق الليبي، محدودة الحضور في الأدبيات الحديثة. كذلك، فإن الربط المباشر بين واقع تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني، ومعوقات تطبيقه، ودوره في تعزيز التنمية المستدامة لم يحظ بالاهتمام الكافي في دراسة واحدة متكاملة.

وانطلاقاً من ذلك، تتميز الدراسة الحالية بأنها تتبنى منظوراً تكاملياً يجمع بين تشخيص واقع تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني، وتحليل المعوقات التي تواجهه واستكشاف إسهامه في تعزيز التنمية المستدامة داخل مؤسسات التعليم الثانوي في ليبيا من وجهة نظر المرشدين النفسيين. ومن ثم فإنها تسعى إلى سد فجوة نظرية وتطبيقية في الأدبيات العربية، وتوفير مؤشرات علمية يمكن الاستناد إليها في تطوير السياسات والبرامج الداعمة للتحول الرقمي في خدمات الإرشاد النفسي بما ينسجم مع أهداف التنمية المستدامة.

الفجوة البحثية:

على الرغم من ثراء الأدبيات الحديثة التي تناولت الإرشاد النفسي الإلكتروني، فإن مراجعتها تكشف أن المعرفة المتوافرة ما تزال مجزأة؛ إذ ركزت معظم الدراسات على جانب واحد من الموضوع، كاتجاهات الممارسين، أو فاعلية المنصات الرقمية، أو معوقات التطبيق، دون تقديم رؤية متكاملة تجمع بين هذه الأبعاد في إطار واحد. كما أن غالبية الدراسات العربية أجريت في البيئات الجامعية أو الصحية، بينما لا

تزال الدراسات التي تناولت مؤسسات التعليم الثانوي، ولا سيما في البيئة الريفية، محدودة من حيث العدد والعمق وتتضح الفجوة البحثية بصورة أكبر في ندرة الدراسات التي ربطت بين واقع تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني، والمعوقات التي تواجهه، ودوره في تعزيز التنمية المستدامة ضمن نموذج تحليلي واحد، بالرغم من أن هذه المتغيرات أصبحت مترابطة في ظل التحول الرقمي الذي تشهده المؤسسات التعليمية. كما أن تمنح الأدبيات السابقة اهتماماً كافياً لوجهة نظر المرشدين النفسيين بوصفهم الفاعل الرئيسي في تنفيذ الخدمات الإرشادية الإلكترونية.

خامساً: الحدود المنهجية

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المسحي لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها الرامية إلى التعرف على واقع تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني، والكشف عن أبرز معوقات تطبيقه، وبيان دوره في تعزيز التنمية المستدامة من وجهة نظر المرشدين النفسيين. هذا المنهج من أكثر المناهج استخداماً في البحوث التربوية والنفسية التي تستهدف وصف الظواهر وتحليلها كما هي في الواقع والكشف عن العلاقات بين متغيراتها دون التدخل في ضبطها أو التحكم فيها) عباس وعيسى، (2023)

مجتمع الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة على عينة من المرشدين النفسيين بمدارس التعليم الثانوي في البلدية زليتن خلال العام الدراسي (2025/2026) حيث كان عددها بما يقارب (10) ثانويات وذلك بوصفهم الفئة الأكثر ارتباطاً بتقديم خدمات الإرشاد النفسي في البيئة التعليمية، والأقدر على تقييم واقع تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني ومعوقاته.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (60) مرشد ومرشدة نفسيين حيث كان عدد الذكور (30) بينما كان عدداً لإناث (30) تم اختيارهم باستخدام أسلوب العينة العشوائية البسيطة، بما يحقق تمثيلاً مناسباً لمجتمع الدراسة ويزيد من إمكانية تعميم النتائج، مع مراعاة توافر الخبرة العملية والاستعداد للمشاركة في الدراسة

أداة الدراسة :

اعتمدت الباحثة في الدراسة الحالية على الاستبانة بوصفها الأداة الرئيسة لجمع البيانات، نظراً لملاءمتها لطبيعة المنهج الوصفي، وقدرتها على جمع البيانات من عدد كبير من أفراد العينة خلال مدة زمنية مناسبة، فضلاً عن سهولة تحليل بياناتها إحصائياً .

وتتكون الاستبانة من قسمين :

القسم الأول: البيانات الديموغرافية، وتشمل: الجنس، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، والمرحلة التعليمية، ومكان العمل .

القسم الثاني: محاور الدراسة، ويتكون من ثلاثة محاور رئيسة :

- المحور الأول: واقع تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني.
 - المحور الثاني: معوقات تطبيق الإرشاد النفسي الإلكتروني، ويتضمن المعوقات التقنية، والإدارية، والمهنية، والأخلاقية.
 - المحور الثالث: دور الإرشاد النفسي الإلكتروني في تعزيز التنمية المستدامة.
- وقد صيغت جميع الفقرات وفق مقياس ليكرت الخماسي، بحيث تتدرج الاستجابات إلى: (أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة) (وأعطيت الأوزان 5، 4، 3، 2، 1) على التوالي

References

- [1] Berardi, C., Antonini, M., Jordan, Z., Wachtler, H., & Paolucci, F. (2024). Barriers and facilitators to the implementation of digital technologies in mental health systems: A qualitative systematic review to inform a policy framework. BMC Health Services Research, 24, 243.
- [2] Buta, A., et al. (2025). Exploring psychological counselors' perspectives on the online counseling process: Therapeutic relationship, self-disclosure, and professional experiences. Frontiers in Psychology.

- [3] Cho, H. N., Jung, K., Eisenberg, D., King, C. A., & Zheng, K. (2025). Barriers to Digital Mental Health Services among College Students.
- [4] Dokkar, K. (2025). The Level of Psychological Comfort Among Male and Female Teachers in Some Educational Institutions in Algeria (Ouargla -Mila) as a Model. Wadi Alshatti University Journal of of Human Sciences, SP, 173-183.
- [5] Jannah, N. L., & Muhsam, J. (2025). Pamantasan Technology Digital dalam Layanan Counseling: Effectivities dan Accessibilities. MUTIARA: Journal Ilmiah Multidiscipline Indonesia.
- [6] Kashtou, Z., & Mansour, M. (2025). The role of the academic advisor in providing educational guidance to students (A comparative study between students of the Faculties of Education at Fezzan University and Wadi Al-Shati University). Wadi Alshatti University Journal of of Human Sciences, SP, 115-122.
- [7] Maqsood, A., Gul, S., Zahra, T., Noureen, N., & Khattak, A. (2024). From face-to-face to screen-to-screen: Exploring the multifaceted dimensions of digital mental health care. Frontiers in Psychiatry, 15, 14131.

المراجع والمصادر العربية

- [1] الأمين، رحاب بنت محمد أحمد، الشهري، رشا بنت محمد بن مرضي، القيشاوي، رنده إنعام، المعيزر، مي سعد، والحربي، هوازن سعيد سالم. (2022). الإرشاد النفسي الإلكتروني خلال جائحة كورونا: (2019-2021) مراجعة منهجية. مجلة العلوم التربوية، (1)30، الجزء الثاني، 513-538.
- [2] بليبيسي، حنان صبحي عبد الكريم، وحسني، محمد عوض. (2023). اتجاهات المرشدين التربويين في المدارس الحكومية نحو الإرشاد الإلكتروني في ظل جائحة كورونا وعلاقتها بالذات المهنية لديهم. دراسات: العلوم التربوية، (2)50، 428-446.
- [3] الجهني، عبد العزيز بن محمد. (2024). فاعلية الخدمات الإرشادية الرقمية في تعزيز الصحة النفسية لدى الشباب الجامعي: دراسة تحليلية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، (2)8، 115-138.
- [4] الحراصي، وآخرون. (2025). Arabic Mental Health Apps: A Narrative Review of Therapeutic and Engagement Features.
- [5] الحويج، أحمد علي. (2024). واقع ممارسة الإرشاد النفسي بمدارس التعليم الثانوي بمدينة الخمس. مجلة العلوم الإنسانية.
- [6] الساعدي، أحمد محمد، والربيعي، علي حسن. (2024). الصحة النفسية الرقمية ودورها في تعزيز الرفاه النفسي وتحقيق أهداف التنمية المستدامة. المجلة العربية للدراسات النفسية والتربوية.
- [7] العبيدي، محمد حسن. (2026). أثر الذكاء الاصطناعي والدعم النفسي الرقمي في تعزيز الصحة النفسية لدى الشباب الجامعي. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية.
- [8] عطا الله، خليل محمود. (2023). الأساس المنطقي للإرشاد والعلاج النفسي عبر الإنترنت لرعاية الصحة النفسية. مجلة كلية التربية، جامعة المنوفية.
- [9] الفضلي، هدى ملوح عسكر. (2024). الإنتاج الفكري في مجال الإرشاد النفسي عبر الإنترنت: مراجعة منهجية لقياس جودة البحوث العربية. مجلة العلوم المتقدمة للصحة النفسية والتربية الخاصة.
- [10] المضحي، حفصة صالح، البقمي، براء محمد، الحربي، نجود ملفي، المطيري، مريم متعب، وعزب، نوف وليد. (2025). استخدامات الذكاء الاصطناعي في مجال التوجيه والإرشاد النفسي: دراسة تحليلية. مجلة العلوم التربوية والنفسية.