

انعكاسات الإدمان الإلكتروني للأمهات على العلاقة التفاعلية أم-طفل

The impact of mother's electronic addiction on the interactive mother-child relationship

شناوي رزيقة

جامعة وهران 2 (الجزائر)، chenaoui.razika@univ-oran2.dz

تاريخ النشر: 2024/07/31

تاريخ القبول: 2024/07/06

تاريخ الاستلام: 2023/10/13

ملخص:

الإدمان الإلكتروني هو نوع من الإدمان السلوكي ينتقل فيه الفرد من الاستخدام العادي إلى الاستخدام المفرط للأجهزة الذكية ما يؤثر على طبيعة التفاعلات بين الآباء والأبناء ، وللتعمق أكثر تناولت الدراسة الحالية موضوع " انعكاسات الإدمان الإلكتروني للأمهات على العلاقة التفاعلية أم-طفل " والتي من خلالها نحاول تحديد مفهوم الإدمان الإلكتروني عند الأمهات والكشف عن انعكاساته على العلاقة التفاعلية بين الأم والطفل ، معتمدين على المنهج الوصفي وجمع وتحليل البيانات ثم اقتراح مجموعة من التوصيات لحل المشكلة .

كلمات مفتاحية: الإدمان السلوكي؛ الإدمان الإلكتروني؛ العلاقة التفاعلية أم-طفل.

Abstract:

electronic addiction is a type of behavioral addiction in which the individual exceeds normal use to excessive use of new technology, which causes disruption in family relationship. our study focuses on «the impact of mother's electronic addiction on the interactive mother-child relationship».it will allow us to study mother's electronic addiction and its impacts on the interaction that connect them to their children. We adopted the descriptive method to understand this phenomenon and its impacts that affect this relationship in addition we exposed some recommendations to resolve this problem.

Keywords: behavioral addiction; electronic addiction; relationship mother-child.

1. مقدمة :

أثرت التكنولوجيا الحديثة على نمط التواصل داخل الأسرة الواحدة ، وأصبح أفرادها يستخدمون الأنترنت بشكل يومي ، ولعل من عواقب الاستخدام المفرط لأجهزة الكمبيوتر والهواتف المحمولة هو الاعتمادية على الأنترنت والولوج في فخ الإدمان الإلكتروني، وحسب تقرير النظرة العامة العالمية الرقمية لعام 2022 يقضي الشخص العادي نحو 7 ساعات يوميا في التصفح على شاشات الأنترنت ويزيد هذا الرقم بشكل كبير اذا كانت الوظيفة تتطلب الحاسوب . ووفقا لنفس التقرير فان مستخدمي الأنترنت في العالم ارتفع الى 4.95 مليارات بداية 2022 وبلغ مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي العالمية الى 4.62 مليارات مستخدم (datareportal, 26 January 2022).

يؤثر الإدمان الإلكتروني على نمط العلاقات الأسرية خاصة إذا تعلق الأمر بامان الآباء للأنترنت حيث يزيد من تعقيد عملية التفاعل مع أبنائهم ويخلف آثار سلبية على الصحة النفسية لهم ولأبنائهم، في حين يكتسي موضوع الإدمان الإلكتروني عند الأمهات أهمية بالغة باعتبار الأم مصدر من مصادر الأمان ، و لها دور أساسي في النمو النفسي السليم للطفل من خلال التبادل العاطفي ومدى استجابتها لحاجياته النفسية وان إهمال العلاقة التفاعلية أم-طفل بسبب الاستخدام المفرط للشاشات قد يتسبب في اضطراب هذه العلاقة التفاعلية القائمة بينهما .

1.1 إشكالية الدراسة

يعتبر الإدمان السلوكي مشكلة من مشكلات الإدمان في العصر الحديث أين يعتمد الفرد فيه على سلوكات وأفعال قهرية لا يستطيع التحكم فيها ولا مراقبتها ، و من بين أنواعه نجد ادمان الجنس ، و ادمان الرياضة والتسوق والقمار والعباب الفيديو ،والادمان الإلكتروني ، و يعرف الإدمان الإلكتروني أنه نمط من أنماط الإدمان السلوكي الذي يدفع الفرد إلى الاستخدام المفرط ثم الاعتمادية على أجهزة التكنولوجيا المرتبطة بالأنترنت كالحاسوب والأجهزة الذكية من خلال تطبيقات الواتساب والفيسبوك والانستغرام والألعاب الإلكترونية حيث يشعر الفرد بالرغبة الملحة وباستمرار للإبحار في الشبكة العنكبوتية وعدم القدرة على السيطرة على ساعات التصفح على الأنترنت مع الشعور بالضيق النفسي أثناء الانقطاع عنها ما يؤثر سلبا على الصحة النفسية للفرد.

وأشار تقرير النظرة العامة العالمية الرقمية سنة 2023 أن 5.44 مليارات مستخدم للهواتف المحمولة ما يعادل 68% من إجمالي السكان في العالم ، وأن 5.16 مستخدم للأنترنت في العالم أي 64.4% من إجمال سكان العالم متصلون بالنت (khaledsaifi, 25 /01/ 2023)

بينما كشف نفس التقرير الرقمي لسنة 2022 عن موقع Data Reportal أن عدد المستخدمين للإنترنت في الجزائر وصل إلى 27.28 مليون مستخدم منهم 26.60 مليون مستخدم لمواقع التواصل الاجتماعي أما الفيسبوك فقد وصل إلى 25.43 مليون (20/02/2022, echoroukonline)

لا يقتصر الإدمان الإلكتروني على فئة الأطفال والمراهقين، بل يصل إلى إدمان الآباء والأمهات حيث تدفع ظروف الحياة بعض الأمهات للاستخدام المفرط للهواتف لغرض التجارة وكسب المال أو البحث عن الدعم داخل منتديات الدردشة للإجابة على تساؤلات متعلقة بمشاعر الأمومة أو البحث عن علاقات اجتماعية افتراضية، ما يقود الأم إلى قضاء ساعات مطولة أمام الهاتف رغم وجود الطفل بجانبها فتهمل واجباتها اتجاهه ما يؤثر سلبا على العلاقات والتبادلات الانفعالية بينهم ويؤدي لاختلالات في النمو النفسي الانفعالي للطفل. حيث بينت دراسة (يونغ، 1996) أن معظم النساء في عمر 43 سنة مدمنات على الإنترنت وأن المرأة الشرقية قد تسيء استخدامها مما يؤدي إلى إهمالها لأسرتها وواجباتها اتجاه ابنائها ولجوءها للإنترنت هو هروب من المسؤولية الاجتماعية والرغبة في إشباع الحاجات (دبراسو، صفحة 196)، ويشير (Duris, 2022) أن الاستخدام المفرط للهواتف المحمولة من طرف الأولياء لفترة طويلة مرتبط بانتباه ضعيف اتجاه أطفالهم وحضور قليل لدعهم انفعاليا، و تقديرهم في اكتشافاتهم للعالم ومختلف تجاربهم (Duris, 2022, p. 25)

في هذا الإطار، اهتم العديد من الباحثين بالعلاقة التفاعلية التي تربط الأم بطفلها وهي تشمل النشاطات والتبادلات التي تقوم بها الأم والرضيع في آن واحد عن طريق عملية التأثير والتأثر، ويعتبر Spitz أن أي اضطراب في العلاقة التفاعلية بين الأم والطفل يؤدي إلى تسمم نفسي وعجز انفعالي (أكروم، 2018، صفحة 11)، فالإدمان الإلكتروني للأمهات كاضطراب نفسي من شأنه إعاقة التبادلات الانفعالية بين الأم والطفل ويؤكد كل من (Sakakihal, Haga, Kinijo, & Osaki, 2019, p. 1) أن هناك علاقة بين استخدام الإنترنت المفرط وإساءة الأمهات للأطفال ودرجة الإساءة تخضع لعدة متغيرات أهمها: عدد الأطفال، القائم على العناية بالأطفال في النهار والدعم وتدخين أحد الوالدين والاكنتاب ما بعد الولادة والغضب والضرب.

يبدو مما سبق أن إدمان الأمهات الإلكتروني يؤثر سلبا على العلاقة التفاعلية التي تربطهن بأطفالهن، والتي بدورها تشكل خطرا يهدد نمو الطفل نفسيا وانفعاليا، ونظرا لندرة الدراسات العلمية والتي اهتمت بإدمان الوالدين خصوصا الأمهات في حدود علم الباحثة، جاءت دراستنا الحالية للوقوف أمام الانعكاسات النفسية الناتجة عن الإدمان الإلكتروني مركزين على العلاقة التفاعلية أم-طفل ومن هذا المنطلق نطرح

التساؤل التالي:

- ما هي انعكاسات الإدمان الإلكتروني للأمهات على العلاقة التفاعلية أم-طفل؟

2.1 أهداف الدراسة: نهدف من خلال هذه الدراسة الى:

- التعرف على ماهية الإدمان الإلكتروني وأهمية العلاقة التفاعلية أم-طفل
- الكشف عن انعكاسات إدمان الأمهات الإلكتروني على علاقتهم مع أطفالهم
- مراجعة بعض الدراسات السابقة التي اهتمت بموضوع الدراسة

3.1 أهمية الدراسة: تنبثق أهمية هذه الدراسة من أهمية العلاقة التفاعلية بين الأم والطفل، وخصائص التبادلات العاطفية والانفعالية بينهما في تنمية وتطوير مهارات الاتصال عند الطفل من جهة وتكوين شخصيته من جهة أخرى، وتزداد أهمية هذه الدراسة أيضا بالنظر الى ضرورة الاهتمام ببعض اضطرابات العلاقة التفاعلية أم-طفل في ظل الانتشار الواسع للاستخدام المفرط للأجهزة الذكية في حياة الأمهات بعدما كان ضرورة حتمية للتواصل ليتحول الى ادمان الكتروني له انعكاساته على صحة الطفل وأمه.

4.1 منهج الدراسة

تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي، واعتمدنا من خلاله على فهم ظاهرة الإدمان الإلكتروني عند الأمهات وانعكاساتها على العلاقات التفاعلية مع الطفل بواسطة جمع المعطيات والبيانات حول الظاهرة وتفسير الظروف المحيطة بها استنادا لبعض الدراسات السابقة ثم تحليلها والوصول إلى اقتراح توصيات لحل المشكلة.

5.1 الدراسات السابقة

تجدر الإشارة إلى ندرة الدراسات المهمة بالإدمان الإلكتروني للأمهات خاصة العربية منها حسب أدبيات البحث التي تحصلت عليها الباحثة وأن جل الدراسات تميل إلى البحث في ادمان الأطفال والمراهقين والشباب على الشاشات وغيرها من الأجهزة الذكية وسيتم عرض ما تم التوصل اليه من دراسات ذات الصلة بموضوع الدراسة.

- في البداية كشفت الدكتورة "شريفة نعمان العمادي"، المدير التنفيذي لمعهد الدوحة الدولي للأسرة، عن وجود علاقة مباشرة بين إدمان الوالدين وأطفالهم على الإنترنت، مشيرة إلى أنه ومن خلال دراسة أجراها معهد الدوحة للأسرة أكدت على أنه كلما زادت درجة إدمان الوالدين على الإنترنت كلما زاد إدمان أطفالهم، كذلك فإن الأمهات يملن إلى الخوض في نقاشات جديدة مع أطفالهن حول استخدام التكنولوجيا

أكثر من الآباء (al-watan, 21/12/2021)

- دراسة إيرانية قام بها فرج دنيا في (2021) حول التنبؤ بالمشكلات السلوكية للأطفال بناءً على استخدام الامهات المفرط لشبكات التواصل الاجتماعية. دراسة وصفية ارتباطية على عينة بلغت 1400 أم لديهم طفل واحد والعلاقة بين جودة الرعاية الأبوية وادمان الانترنت والصحة النفسية عند المراهقين على الأقل في الابتدائي ، وطبق عليم استبيان السلوكيات والقدرات نسخة 1997 توصلت نتائجها الى وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا بين استخدام الانترنت المفرط والمشكلات السلوكية عند الاطفال واستخدام الانترنت كعامل تنبؤي لمشكلات الاطفال واقترحت الدراسة ضرورة تسيير استخدام الانترنت للآباء (Fareajdonyvia, winter 2021, p. 1)

- دراسة كل من (Dennis, Carsley, Brennenstuhl, & Brown, 2022, p. 1) حول موضوع "استخدام الشاشة وادمان الانترنت عند الآباء ذوي أطفال صغار دراسة استقصائية مقطعية في كندا ، شملت العينة 1156 مدمن انترنت منهم آباء وأمهات باستخدام اختبار IAT حيث تم التوصل الى انهم يعانون من ضعف إدارة الوقت أكثر من ضعف الأداء الاجتماعي والعاطفي ، و استنتج الباحثون أن الآباء يقضون وقتا طويلا على الشاشة خاصة الهواتف المحمولة ، ما يؤدي الى اضطراب العلاقة التفاعلية الاجتماعية الايجابية بينهم وبين اطفالهم فهم بحاجة الى دعم للتخلص من الاستخدام المفرط.

- دراسة كل من (Sakakihal, Haga, Kinijo, & Osaki, 2019, p. 1) في اليابان حول العلاقة بين استخدام الامهات للأنترنت كمشكلة واعتراف الامهات بإساءة معاملة الاطفال حيث تم جمع تقارير الفحوصات الصحية للأطفال تتراوح أعمارهم ما بين 4 سنوات و 3 سنوات وسنة ونصف سنة 2016 و 2017 وكانت العينة مكونة من 1685 و 1729 و 1674 وتوصل الباحثون الى : ان هناك علاقة بين استخدام الانترنت المفرط وإساءة الأمهات للأطفال ودرجة الاساءة تخضع لعدة متغيرات أهمها: عدد الاطفال، القائم على العناية بالأطفال في النهار والدعم وتدخين احد الوالدين والاكنتاب ما بعد الولادة والغضب والضرب.

2. الإطار النظري للدراسة

1.2 الإدمان الالكتروني

1.1.2 نشأة مفهوم الإدمان الالكتروني

حسب (Lonacheni et al (2007 مفهوم الاعتمادية على الأنترنت دخل قاموس الطب سنة 1995 في الوقت الذي دخلت الانترنت الى بيوت الأمريكيين ولكن تم استخدام هذا المصطلح "الاعتماد على الانترنت" لأول مرة سنة 1996 بتورنتو في ملتقى أمريكي لجمعية الطب النفسي APA ومنه

الاضطرابية النفسية الأمريكية kemberly young التي قدمت أعمال حول : Internet addictive ; the emergence of mend clinical disorder. وحسب هذه الاضطرابية فالأشخاص أصبحوا مدمنين على الانترنت مثل مدمنين المخدرات والكحول والألعاب وهي تؤثر بالسلب على حياة الأشخاص على المستوى العلائقي والمهني والفردى ، و في نهاية سنة التسعينات ظهرت المخاطر الناتجة عن الاستخدام السيئ للإنترنت ، اما في سنة 1998 ، (Kraut, patterson, lundmark, kiester, muklopadhyay & scherlis) توصل هؤلاء الباحثين ولأول مرة في دراسة الأولى من نوعها حول الادمان الإلكتروني ان استخدامها يؤثر على العلاقات الاجتماعية مع انكار ورفض الجانب الاجتماعي في الحياة الواقعية واستثماره افتراضيا . فالاستخدام المفرط للإنترنت هو بديل substitut للوقت المستغرق في النشاطات الاجتماعية وتحويله الى روابط ضعيفة اجتماعيا بروابط قوية افتراضية ثم في سنة (1998) توصل Griffiths الى طبيعة الادمان على ألعاب الفيديو من خلال المكافآت النفسية التي يقدمها اللعب للاعب ((Bonnaire & Varescon , 2009, pp. 109-110)

لكن أخذ الادمان شكله المحدد بالاعتماد على الادمان الجنسي حيث وصف a.Goodman الادمان أنه "عملية يتحقق فيها سلوك له وظيفة توفير الرغبة والارتياح من انزعاج داخلي ، والذي يظهر من خلال الفشل المستمر للتحكم واستمرارية السلوك رغم الوعي بآثاره السلبية" وأثار هذا المفهوم جدلا ونقاشا في السنوات الأخيرة بسبب نقص أدبيات البحث التي تسمح بإعطاء هذا المفهوم شكله النهائي وكذا الخوف من اعتبار العديد من السلوكيات للحياة اليومية بادمانات بسبب بعض المعايير التشخيصية الحاضرة.

و أخيرا ، وفي سنة 2013 قام فريق عمل الدليل التشخيصي الاحصائي للاضطرابات النفسية DSM بإنشاء قسم سماه الاضطرابات المرتبطة بالمادة النفسية أو الاضطرابات الادمانية المتضمنة لإدمان المواد النفسية والادمان السلوكي كالقمار الباثولوجي ولم يتم دمج ألعاب الفيديو في هذا المحور لكن في سنة 2019 أنشأت منظمة الصحة العالمية OMS تصنيف جديد وسمته السلوكيات الادمانية والتي تضمنت ألعاب الفيديو والقمار الباثولوجي وتم إدماجهم في CIM-11 من التصنيف الدولي للأمراض والذي تم تنقيحه سنة 2022. (Challet , 2021, p. 16).

2.1.2 تعريف الادمان الإلكتروني

ظهر مفهوم الإدمان الإلكتروني في قاموس الطب عام 2004. فبالنسبة لـ Marc valleur et Dan velea يعتبران الإدمان الإلكتروني هو بحث عن ملجأ أو منفذ للواقع وهذا الميل للابتعاد عن الواقع قد يصبح حافزا ودافعا خاصا للإدمان الإلكتروني. فتبديل الواقع الافتراضي هو الوسيلة الوحيدة المدركة والكمبيوتر مع

الانترنت يصبحون أحد وسائل التصريف، والتعبير عن الانزعاج والمعاناة (FAPEO , 2008, p. 5)

3.1.2 الفرق بين الادمان على المخدرات والادمان السلوكي

ان الفرق بينهما هو موضوع الادمان في حد ذاته أي l'objet كما هو مشار اليه في التسمية فادمان المواد النفسية متعلق بأشخاص يستهلكون بإفراط أو اعتمادية مادة الكيف والكحول والمهلوسات أما الادمانات السلوكية تسمى أيضا الاعتماد بدون مخدر. تظهر من خلال النشاطات كاللعب والتسوق والعمل وممارسة لرياضة والانترنت، ومنه اللجوء الى وسيلة أو وسيط دون المؤثرات العقلية ويتشابه هذان النوعين من الادمان في عامل التكرار والرغبة والانسحاب والفقدان أو النقص الخاص بالمادة والارتياح والميكانيزمات البيولوجية المشتركة كالمعاناة ومحاولات الانقطاع الفاشلة (Varescon , 2009, pp. 14-15)

4.1.2 أنواع الادمان الالكتروني:

قد تكون شبكة الانترنت هي وسيلة للميول إلى أنواع من الادمان كاللعب والجنس وعليه هناك عدة انواع منها الادمان الجنسي، والادمان على اللعب، والادمان الالكتروني العلائقي (دردشة، والمنتديات). أما الادمان العام فهو الإبحار في كل المجالات كقرصنة المعلومات والبيانات واللعب لغرض كسب الاموال (Bonnaire & Varescon , 2009, p. 108) اما بالنسبة لـ (Olivestein (2005 فقد عرض عدة أنواع من بروفيل المدمن الالكتروني :

- Le cyber épistémophilie : الذي يقضي وقت طويل للبحث العلمي في المواقع وتحميل الملفات و Le Hacker او القرصنة الالكترونية
- Le cyber talk-addict: وهو الاعتماد على وسائل التواصل الاجتماعي الافتراضية كالدرشة والتواصل بالايمليل .
- Le cyber Game-addict: الذي يستخدم الانترنت للعب عن بعد ومنافسة بين اللاعبين واستعارة اسم شخص مجهول افتراضي.

5.1.2 تشخيص الادمان الالكتروني :

معايير تشخيص الإدمان الالكتروني مرتبطة بالاعتمادية في DSM وقد وصف Goldberg (1995) معايير التشخيص المتمثلة في ثلاث أعراض للامتناع خلال السنة :

- الاستشارة الحركية
- القلق وعدم الاستقرار في المزاج
- افكار قهرية حول الانترنت

أغلب الباحثين يشيرون الى الآثار الاجتماعية العلائقية من الاستخدام المفرط للإنترنت: العزلة واستغلال العالم الافتراضي في الاستثمار العاطفي والاجتماعي على العالم الواقعي (Bonnaire & Varescon , 2009, p. 122)

6.1.2 خصائص المدمن الالكتروني:

حدد كل من (Valleur et velea (2002 بعض السمات والخصائص المتعلقة بالمدمن الكترونيا أهمها :

- عدم النضج الانفعالي الاجتماعي
- الفراغ في الهوية
- الاحباط وعدم القدرة على استعادة النفس
- القلق، الاعتمادية العاطفية
- الشعور بالدونية وعدم الاعتراف بالذات
- الشعور بالعزلة والفراغ العاطفي. (Bonnaire & Varescon , 2009, p. 121)

7.1.2 الإدمان الالكتروني للأمهات

يلجأ الأمهات الشابا إلى الانترنت للتعبير عن مخاوفهم اتجاه الأمومة ومشاركة الانفعالات السلبية أو البحث عن نصائح ما يسمح لهم بالشعور بالدعم ورفع رفاهيتهم النفسية خاصة الضغط النفسي (Danet, Martel, & Miljkovitch, 1017, p. 59). كما يعتبر استخدام الانترنت وقاية من الصعوبات التربوية في مرحلة ميلاد الطفل كمتنديات الدردشة وتبادل النصائح وطرح الانشغالات المتعلقة بالأم والطفل. ويبدو أن انتشار الاستشارات النفسية والطبية عن بعد لعب دورا هاما في حياة الأمهات اللواتي يسعين للنصيحة وبكل سهولة حيث تتوفر بعض المواقع الالكترونية التي تهتم بصحة الام والطفل على نصائح تساعد الاولياء في تسيير وتنمية العلاقة (أم - طفل - أب) وكذا تقديم الرعاية الصحية والنفسية التي تهتم الاسرة عامة .

لكن يبقى الاستخدام المفرط للهواتف المحمولة من طرف الأولياء لفترة طويلة مرتبط بانتباه ضعيف إتجاه أطفالهم وحضور قليل لدعهم إنفعاليا ، وتقديرهم في اكتشافاتهم للعالم ومختلف تجاربهم. و قد أثبتت دراسات حديثة أن أحد الالباء يستخدم الهاتف أمام الرضيع قد يسبب نفس الاستجابات عند هذا الرضيع في وضعية تجريبية لـ Stiff face وانعدام تام للانفعال على الوجه للأب أو الأم ا عن ضيق نفسي للرضيع فعندما يكون مركز على الشاشة فهو حاضر جسديا ويبقى مجرد ولا يمكنه تقديم تنظيم كاف مشبع للانفعالات للرضيع ما يدفع الى شعور الرضيع بضيق وارتباك وتقترح هذه الدراسات أن الاستخدام المنتظم

والمستمر للهواتف المحمولة للأب والأم أمام الرضع يقلل ويضعف التعديل الناجح للتفاعلات بعد طول انقطاع وأظهر إحصاء في فرنسا لسنة 2017 أن 50% من الآباء يميلون للاستخدام المفرط للهواتف المحمولة في لحظات التبادل مع أطفالهم، وتحقيق آخر أشار الى أن 36% من الآباء يتصفحون هواتفهم خلال فترات الأكل مع العائلة و28% منهم خلال فترة اللعب المتبادل. (Duris, 2022, pp. 25-27)

7.1.2 احصائيات الإدمان الالكتروني عند الأمهات

قليلة هي الدراسات التي تناولت الإدمان الالكتروني للأمهات وانعكاساته على العلاقة بين الأم والطفل ولكن خلال وباء كورونا ازدادت نسبة استخدام الآباء للإنترنت ففي مقال علمي للدورية العلمية "أكاونتاسني" أشير الى ما يقارب نصف الأمريكيين قضوا ما يقارب من نصف أيامهم في النظر للشاشة وان متوسط الأمريكيين سجلوا ما يقارب 12 ساعة يوميا امام شاشات الهاتف والتلفزة والكمبيوتر. (sasapost, n.d.). بينما يقضي الشخص العادي نحو 7 ساعات يوميا على الشاشات لتصفح الانترنت ويزيد هذا الرقم بشكل كبير اذا كانت الوظيفة تتطلب الحاسوب حسب تقرير النظرة العامة العالمية الرقمية لعام 2022 ووفقا لنفس التقرير فان مستخدمي الانترنت في العالم ارتفع الى 4.95 مليارات بداية 2022 وبلغ مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي العالمية الى 4.62 مليارات مستخدم وبإمكاننا تصور الوقت المهدر عالميا في تصفح الهواتف والشاشات (datareportal, 2022) وقد أضاف تقرير نظرة عامة العالمية الرقمي 2023 ان 5.44 مليارات مستخدم للهواتف المحمولة ما يعادل 68% من اجمالي السكان في العالم وان 5.16 مستخدم للانترنت في العالم أي 64.4% من اجمال سكان العالم وهم متصلون بالنت. الا ان الرقم انخفض من حيث ساعات الإبحار الى 5% تقريبا في السنة أي مقدار 20 دقيقة انخفضت من فترة الاستخدام (khaledsaifi) اما في الجزائر كشف تقرير رقمي سنة 2022 عن موقع Data reportal ان عدد المستخدمين للإنترنت وصل الى 27.28 مليون مستخدم منهم 26.60 مليون مستخدم لمواقع التواصل الاجتماعي اما الفيسبوك فقد وصل الى 25.43 مليون (echoroukonline، 20/02/2022) من جهة أخرى، عدد النساء اللواتي يستخدمن الانترنت على مستوى العالم فهو يقل بنسبة 12% مقارنة بعدد الرجال وقد ضاقت هذه الفجوة بين النساء والرجال عبر العالم خلال 2013-2017 واتسعت في بلدان الأقل نموا وتطورا لتصل من 30% الى 33% (الأمم المتحدة، 2024) كما تشير الدراسات أن الاطفال الذين يعيشون مع آباء في وضعيات ادمان هم في خطر مضاعف الى 6 مرات لتطوير سلوك ادماني في سن الرشد أي حوالي 30% منهم وهؤلاء الاطفال يمثلون خطر على المجتمع ويحتاجون للوقاية من الإدمان كما يعتبر ادمان الآباء عامل خطر للإصابة باضطراب الانتباه والنشاط الزائد ومشكلات اجتماعية سلوكية

، وقلق واكتئاب ومشكلات مدرسية وسوء تقدير الذات ومشاكل نفسجسدية . (addiction-suisse, p. 1) في نفس السياق، كشف موقع أطفالنا الى نتائج دراسة أمريكية توصلت إلى أن سوء وانحراف سلوك الأبناء قد يكون سببه ادمان الأباء والأمّهات وتفقدهم المستمر للهواتف ، وأن الأباء والأمّهات في 170 أسرة أنجبت صغاراً لديهم تشتت الانتباه في فترة اللعب ومعاناة الامّهات من سلوكات الأطفال (atfalouna, 2017/07/06)

3. العلاقة التفاعلية أم- طفـل

1.3 تعريف العلاقة التفاعلية

تعرف العلاقة التفاعلية ام-طفـل باعتبارها مجموعة العمليات الدينامية التي تتم بين الرضيع وأمه وتمثل هذه العمليات في مختلف النشاطات والتبادلات التي تقوم بها الأم ،و الرضيع في آن واحد عن طريق عملية التأثير والتأثر كما يعرفها (2003) lebovici كمجموعة العمليات التي تقوم الأم من خلالها بالتواصل مع طفلها عن طريق ارسال بعض الرسائل في حين يستجيب الرضيع في المقابل لهذه الرسائل بطريقة خاصة (أكروم ، 2018 ، صفحة 4) يرى علماء النفس والصحة النفسية ان تحقيق التواصل بصورة صحية يعد من أهم وظائف الانا سواءا كان التواصل ونفسه او الفرد والاخر (الطيـار ، 2013 ، صفحة 4) اهتمت مدارس التحليل النفسي الحديثة والكلاسيكية بأهمية الروابط التي تجمع الام بطفلها فقد قدم فرويد (1905) مفهوم الدعم للإشارة الى العلاقة البدائية الأولية للغرائز الجنسية مع غرائز البقاء خاصة النشاط الجنسي للرضيع من خلال مص الثدي فقد أعطى فرويد أهمية لتأثير الخدمات الرعاية الامومية والعلاقات البينشخصية في نمو الرضيع خاصة مفهوم العلاقة بالموضوع (Leclère , relationd'objet , 2018, p. 5) .

اما باولبي (1996) فقد أثار مفهوم التعلق ،ووضح ان هناك حاجة بدائية للتواصل الاجتماعي عند الطفل ويقول أن الروابط الانفعالية الدالة بين الأفراد هي وظائف أساسية لبقائهم ولها قيمة أولية بينما يشير أصحاب الاتجاه النسقي والمعتمدة على السيبرانية أن التفاعل نسق ولا بد من دراسة سيرورته الدينامية فنسق (الطفل -آباء) هو كل توازن يجيب على البحث عن الاميوستازي .فالتفاعلات الاجتماعية هي مجموعة من الاستجابات المتبادلة لظاهرتين يتطوران في نفس النسق (Leclère , 2018, p. 51)

2.3 أنواع التفاعلات بين الأم والطفـل :

هناك ثلاث أنواع من التفاعلات وضعتها مدرسة Bobigny :

- التفاعلات السلوكية والأكثر ملاحظة التي بدورها تضم نشاط الجسم والمقوية واللمس والعصلات

والحالة الانفعالية فالانفعال مرتبط بمظاهر الجسد وهذا ما يفسر ان له طاقة اجتماعية علائقية أساسية ،و أي خلل يؤدي الى معاناة الطفل إضافة الى دور نشاط النظر والتبادلات كالتجنب وغير ها ما اثاره Winnicott حول دور المرأة ووجه الام .أما اللغة والكلام للتواصل فخطاب الطفل أولا le parler-bébé له وظيفة ودور مهم في التعلق كالبكاء والصراخ فالانفعالات المدججة في التفاعلات السلوكية يمكن ربطها بالتفاعلات العاطفية أيضا ،وهذا ما صرح به Ekman حول الانفعالات الأولية (الحزن والفرح والغضب والخوف والملل والمفاجأة) (Leclère , 2018, p. 58)

- التفاعلات الانفعالية وهي مركز الاتصال بين الأم والطفل قبل استخدام أي وسائط في تفاعلاتهم فالأم تفكر فيما يفكر فيه الطفل وتعبر بعدها عن انفعالاته الخاصة وما تلاحظه على رضيعها بالتعرف على انفعالاته ما يسمح لها تدريجيا بربط احساسها الجسدية كالمقوية العضلية وانفعالاتها بالراحة او الانزعاج .من جهة أخرى تحدث Stern عن التناغم العاطفي والانسجام العاطفي بين الام والطفل لتفسير أنواع التفاعلات التي تكون العواطف موضوعا للتواصل بين الطرفين فمثلا الانتقال من صوت وترجمته لسلوك هذا الانتقال الذي تقوم به الأم ،و الذي تستوحيه من سلوك الطفل في حد ذاته الذي بدوره يتعلم تدريجيا ترجمة وتحديد مشاعر الأمومة ،أما الطفل الذي يدبر رأسه يمكن أن يضع الأم في حيرة . (Lemoigne , 2019, p. 14)
- التفاعلات الهوائية فالبنسبة لـ Cramer et Lebovici هي التأثير المتبادل لحياة الرضيع النفسية والام في عالمهم التصوري والخيالي لا شعوريا وهو نوع من التفاعلات المستوحاة من التحليل النفسي والهوامات المرتبطة بالتاريخ الشخصي للآباء ويمكن ان يسقطونها على الطفل . (Lemoigne , 2019, p. 15)

3.3 اضطراب العلاقة التفاعلية بين الأم والطفل:

يعتبر Spitz ان أي اضطراب في العلاقة التفاعلية بين الأم والطفل يؤدي الى تسمم نفسي وعجز انفعالي (أكروم ، 2018، صفحة 11) بنما تتأثر العلاقة التفاعلية أم-طفل وتضطرب حينها تحتل التفاعلات من تحفيزات تظهرها الام بالزيادة او النقصان كتجاهل الأم للطفل او حمايتها المفرطة . كما يتأثر سلوك التعلق وفق متغيرين هما :السرعة التي ترد بها الام على إشارات الطفل وشدة عملية التفاعل التي تقوم بينهما .فالأم التي تتجاهل تعابير وإشارات الطفل او تستجيب متأخرة لا توفر لطفلها علاقة آمنة ما يخلق عند الطفل القلق والاضطراب وعليه فالعلاقة ام -طفل ركيزة أساسية في النموذج الانفعالي المبكر للطفل فيخص تجربة الطفل اليومية ويحدث هذا التفاعل خاصة أثناء التغذية واللعب والانفراج اما الحوادث الخارجية

الحيطة بالطرفين فتؤثر في طبيعة علاقتهما الثنائية (قطار، 1992، الصفحات 44-45).

تحدد أنماط التعلق وتتمايز عند الطفل بين أمانة او غير أمانة بناء على نوعية العلاقة والتفاعلات المتبادلة بين الطفل ووالديه خلال السنة الأولى حسب استجابة الوالدين لحاجيات الطفل، ومدى اشباعها وتلعب دورا في تطوير واختلاف أنماط التعلق لديه. اما عدم اهتمام والديه به وبحاجياته وإساءة معاملته سواءا جسديا او انفعاليا او نفسيا او تخلي عنه قد يحدث تغيرات على قدرة الطفل في تنظيم أنماط التعلق الأولية ما يؤدي الى ضعف القدرة على ضبط النفس ونقص الأمان والانسحاب الاجتماعي واستجابات غير مناسبة للمواقف الاجتماعية فتظهر اضطرابات التعلق التفاعلي وتسمى حسب DSM-5 بـ RAD وتعرف انها اضطراب طفولي يتميز بوجود قصور ملحوظ وغير مناسب للعلاقات الاجتماعية خلال التفاعلات الاجتماعية المختلفة التي تحدث في معظم المواقف والبيئات وتكون بدايته قبل سن 5 سنوات ويعاني فيه الطفل من مشكلات سلوكية اجتماعية :

- فقدان القدرة على تبادل المشاعر الايجابية كالحب مع الآخرين
- قلة الاتصال البصري وصعوبة ضبط الانفعالات
- صداقات مفرطة مع الغرباء التحدي الشديد والغضب
- تدمير الأشياء المادية وإيذاء الحيوانات والسرقة (الطنطاوي ، 2021، صفحة 164)

4.3 مظاهر اضطراب العلاقة التفاعلية بين الأم والطفل:

يصنف Mazet et Stoleru اضطرابات التفاعل إلى صنفين، هما: اضطرابات التبادل العلائقي، واضطرابات في كيفية الطرق التفاعلية .

• اضطراب العلاقة التفاعلية أو اضطرابات التبادل العلائقي:

تظهر اضطرابات التبادل العلائقي عندما تعطل ديناميكية التفاعل بين الشريكين، وتتمثل في مقدار التحفيزات المقدمة من طرف الأم أو الرضيع من أجل الحصول على استجابة من الطرف الآخر، وتظهر على شكل استثارة زائدة أو منعدمة، أو على شكل تجاهل أحد الشريكين لإشارات الطرف الآخر وتظهر على عدة مستويات:

- على مستوى النظر: في هذا الجانب يمكن الحديث عن مشكلة تجنب النظر l'évitement du regard من قبل الأم / أو الطفل كتدوير الرأس إلى الجهة الأخرى أو إغلاق العينين
- على مستوى الصوت: تظهر الاضطرابات في هذا المستوى، على شكل صراخ للرضيع بدون سبب، أو صراخ لا يؤخذ بعين الاعتبار من قبل الأم، أو لا مبالاة للرضيع في حال اللعب معه

-على مستوى الاتصال الجسدي: يظهر من خلال التباين والاختلاف بين الأم والرضيع في الحمل، وإشارات طرف الطفل خاصة على عدم التكيف الموضعي (signaux de refus à la porté) أثناء الحمل .

● اضطرابات في كيفية الطرق التفاعلية

تتمثل الاضطرابات الكيفية للتفاعل في التثبيت أو النكوص. تتشكل الوضعيات التفاعلية، وفقا لسن الرضيع ونموه. ولكن يمكن للأم و/ أو طفلها الرضيع أن يبقيا ثابتين في مرحلة معينة وهو ما يسمى بالتثبيت في طريقة التفاعل، وعلى العكس من ذلك، قد تلجأ بعض الأمهات إلى التعامل مع أطفالهن الرضع وفق آليات تفاعلية سابقة لا يستطيع الطفل أو الرضيع الاستجابة لها. وهو ما يعني العودة إلى كيفيات تفاعلية سلوكية قديمة (النكوص). والرضيع بذلك يصبح سجيناً لتفاعلات قديمة سابقة بدلا من أن تكون هذه التفاعلات وسيلة للتفتح على العالم الخارجي (أكروم ، 2018، الصفحات 14-15)

4. انعكاسات الإدمان الالكتروني على العلاقات التفاعلية بين الأم وطفلها

حسب Prévalu (1995) من آثار وسائل الاعلام على الأفراد تكمن في ركود وترهل الروابط الاجتماعية وخطر التحكم في الرأي العام وتغليب افراد المجتمع والمعلومة والاخبار الزائفة أما الجانب الانفعالي للأسر وأفرادها كالشعور بالخوف والإحباط والصدمات من خلال مشاهدة الحروب والكوارث (Prévalu, 1995, p. 8). في كندا هناك دراسات قام بها كل من Fitzpatrick, Burkhalter et Asbridge (2019) أظهرت انه كلما كانت ساعات التعرض للشاشة مرتفعة كلما زادت مشكلات في الصحة النفسية والصحة العمومية.و يؤدي الإدمان الالكتروني للآباء في خلق مشاعر الغضب داخل الاسرة اتجاه الشخص المدمن وانقطاع للروابط الاجتماعية والميل نحو الانطواء ونقص الثقة بالنفس وسلوك الكذب ما يخلق مشاعر القلق والحزن والغضب وتبدو العلاقات الاسرية كامنة الى ان تنفجر بمعاناة احد افراد الاسرة (Suissa, 2020, pp. 208-209).

أما اذا كانت هناك أم تعاني من حالة الاكتئاب بسبب القلق المرتبط بمحاولاتها تسيير استخدام الشاشة في المنزل فأطفال هذه الاسرة لديهم خطر الإصابة بالاكتئاب ليس بسبب الشاشات لكن بسبب إنطواء الأم على نفسها وقلة اهتمامها للحاجيات العاطفية والانفعالية لأبنائها. (Suissa, 2020, p. 211)

وللتعرف ومقارنة التبادلات وجها لوجه بين الواقع والافتراضي قامت الباحثة Elizabeth McClure (2015) في واشنطن بدراسة التبادلات المرئية للأطفال من 6 أشهر الى سنتين مع أحد

الأقارب، وتوصلت التحليلات الى نفس النتائج سواءً وجهها لوجه او من خلال المكالمات المرئية، وفي هذه الدراسة خاصة الأمهات ذوي المستوى المعيشي متوسط الى مرتفع لديهم حساسية للاستجابات الطفل وقادرين على لفت انتباهه للحفاظ على التفاعل والتبادل .

وبالمقابل قامت هذه الباحثة سنة 2015 ببعض الملاحظات المراقبة في المخبر بهدف تقييم استجابات الأطفال وتفاعلاتهم وجهها لوجه في chat-video او عبر فيديوهات مسجلة ، وأظهرت هذه الملاحظات الاندفاع الانفعالي للطفل في التفاعلات مع الأمهات ومقارنتها بوجهها لوجه مع المرئية وفي الأطفال المقابلين للشاشة مع شخص يتحدث معهم لكن بطريقة غير مستمرة ومستقرة، واقترحت أن الأطفال الصغار بإمكانهم التفاعل عبر الفيديو المرئي الافتراضي بدون انقطاع وهذه الدراسة مهمة في ظل انتشار التكنولوجيا خاصة عندما يكون أحد الأبوبين بعيدا عن الأطفال او تبادل مع الأجداد والاحفاد ما يسمح بالحفاظ على الروابط العاطفية خلال العطل المهنية خارج الوطن. (Danet, Martel, & Miljkovitch, 1017, p. 61).

و تماشيا مع ما تم ذكره، بينت دراسة طبيب الأطفال Jenny Radesky ومساعدته (2016) في و.م. الأمريكية على عينة من الآباء (22 أم و 9 أب) لهم أطفال من 0 إلى 8 سنوات ولاحظ الباحثين خلال مقابلاتهم لهؤلاء الآباء مواقف مزدوجة ومتعارضة اتجاه الهواتف المحمولة وغيرها من وسائل كالهواتف الالكترونية وتستخدم من منظور أنها مصدر للضغط النفسي وفي نفس الوقت تخفف منه، وأن التكنولوجيا توتر العائلة وقد تثبط الضغوط فاستخدام الشاشة أمام الطفل تساعده على الأكل والتوقف عن البكاء (Danet, Martel, & Miljkovitch, 1017, p. 60)

من جهة أخرى، قام كل من (Dennis, Carsley, Brennenstuhl, & Brown, 2022, p. 1) بدراسة موضوع "استخدام الشاشة وإدمان الانترنت عند الآباء ذوي أطفال صغار دراسة استقصائية مقطعية في كندا ، شملت العينة 1156 مدمن انترنت منهم آباء وأمهات باستخدام اختبار IAT حيث تم التوصل الى انهم يعانون من ضعف إدارة الوقت أكثر من ضعف الأداء الاجتماعي والعاطفي واستنتج الباحثون ان الآباء يقضون وقتا طويلا على الشاشة خاصة الهواتف المحمولة ما يؤدي الى اضطراب العلاقة التفاعلية الاجتماعية الايجابية بين الآباء وطفلهم فهم بحاجة الى دعم للتخلص من استخدام المفرط.

و لابد من الاشارة إلى دراسة كل من (Sakakihara & al (2019) باليابان حول العلاقة بين استخدام الامهات للأنترنت كمشكلة واعتراف الامهات بإساءة معاملة الاطفال حيث تم جمع تقارير الفحوصات الصحية للأطفال تتراوح أعمارهم ما بين 4 سنوات و 3 سنوات وسنة ونصف في محافظة شيما باليابان سنة 2016 و 2017 وكانت العينة مكونة من 1685 و 1729 و 1674 تم استخدام الانحدار

اللوجستي وتوصل الباحثون الى : أن هناك علاقة بين استخدام الأنترنت المفرط وإساءة الأمهات للأطفال ، ودرجة الاساءة تخضع لعدة متغيرات اهمها: عدد الاطفال، القائم على العناية بالأطفال في النهار والدعم وتدخين أحد الوالدين والاكنتاب ما بعد الولادة والغضب والضرب. (Sakakihal, Haga, Kinijo, & Osaki, 2019).

وأخيرا توصلت دراسة ايرانية قام بها Farajdonyavi(2021) حول التنبؤ بالمشكلات السلوكية للاطفال بناءا على استخدام الأمهات المفرط لشبكات التواصل الاجتماعية. دراسة وصفية ارتباطية على عينة بلغت 1400 أم من طهران لديهم طفل واحد لعلاقة بين الجودة الرعاية الأبوية وادمان الانترنت والصحة النفسية عند المراهقين على الاقل في الابتدائي ويستخدمون كل من انستغرام وواتساب وتليغرام تم اختيار منهم 120 شخص وطبق عليهم استبيان السلوكيات والقدرات نسخة 1997 توصلت نتائجها الى وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا بين استخدام الانترنت المفرط والمشكلات السلوكية عند الاطفال واستخدام الانترنت كعامل تنبؤي لمشكلات الاطفال واقترحت الدراسة ضرورة تسيير استخدام الانترنت للاباء (1. p. winter 2021, Fareajdonyvia).

5- مناقشة وتحليل النتائج

من خلال ما سبق ، يبدو أن العلاقة التفاعلية التي تربط الأم بابنها هي علاقة دينامية أساسها التأثير والتأثر فرسائل الأم السلوكية والعاطفية والهوائية وما تحمله من تصور حول هذا الطفل كلها عوامل لها دور في نمو الطفل الانفعالي وتوازنه النفسي واختلالها بسبب الإدمان الالكتروني يوتر التبادلات العاطفية . و مما لاشك فيه ، أن انشغال الأم بالاستخدام المفرط للإنترنت بدلا من النظر الى طفلها لا سيما أثناء تقديم الرعاية كالغذية أو النظافة أو حتى التبرز أو الصراخ عليه وتغير نبرات الصوت سعيها لتحقيق الاشباع والرغبة القهرية للشاشة والتمتع بالتجربة المعاشة افتراضيا هو شكل من اشكال اللامبالاة بحاجيات الطفل الذي بإمكانه الاستجابة بنفس السلوك (البكاء والصراخ) وهذا ما أشار اليه winnicot في تفسيره لتبادل التعابير الوجه فتتطور العلاقة غير الآمنة بين الطفل وأمه ، و تضيف Dennis(2022) أن الآباء المدمنين على الانترنت يعانون من القدرة على تسيير الوقت اكثر من القدرة على الأداء الاجتماعي والعاطفي وهذا ما يؤثر سلبا على تفاعلاتهم مع الأطفال .

وتتطوي وجهة نظر Spitz حول ما سماه بالتسمم النفسي وهو ما تبديه الأم من انفعالات وعواطف اتجاه الرضيع فتستجيب بالاستثارة الانفعالية المفرطة او المنعدمة حيث تلعب السرعة والشدة في الاستجابة لتلبية حاجياته دورا في العلاقة العاطفية بينهما فإدمان الام يدفعها الى تسيير العلاقة بشكل بدائي

أو آلي غير متطور وغير متوافق مع المراحل العمرية لنمو الطفل فلا يفهم هذا الأخير تعابير وإيماءات وجهها ولا يستطيع ربطها بتعابير الآخرين خاصة الاخوة والأقارب .

وفي نفس الصدد ، توصلت دراسة Sakahara (2019) وآخرون الى ان العنف اللفظي والجسدي عند الأمهات المدمنات يؤدي الى توتر الطفل نفسيا . ويبدو أن ظهور أعراض الانسحاب من ادمان الانترنت (ضعف التدفق مثلا) كالعصبية والقلق و الهيجان هي انفعالات تدفع الأم للتخلي عن ابنها او اسقاط غضبها عليه وتتولد عن هذه المعاملة السيئة عدم تنظيم الطفل لتعلقه بأمه بينما قد تشارك الام طفلها لساعات طويلة وبشكل لا ارادي وتكون حاضرة معه جسديا وغائبة ومجردة من الاحاسيس وهذا ما أشار اليه Stern بمصطلح التناغم العاطفي ويتولد عنه تأخر الكلام وضيق بسبب عدم تلبية حاجة اللعب وتبادل الاحضان مع الطفل. ان عدم الاستقرار في المزاج والاعتمادية العاطفية للأمهات المدمنات والبحث عن المكانة في العالم الافتراضي يساهم في ظهور عدة مشكلات سلوكية في مرحلة الطفولة المبكرة ما اشارت اليه دراسة فرج دنيا (2021) والتي ربطت المشكلات السلوكية بجودة الرعاية الابوية.

تبقى الدراسات التي تناولت ادمان الأمهات شبه منعدمة في الجزائر في حدود علم الباحثة، لكن الملاحظ من خلال الممارسات النفسية العيادية أن الزواج المبكر وعدم قدرة القاصر على اثبات ذاتها بين اقربائها يدفعها الى استخدام الانترنت لتبادل الاهتمامات ولو افتراضيا مع الاقران ما يشكل خطر على العلاقة التفاعلية طفل -أم ومن جهة أخرى البيئة السامة وعدم التوافق الزوجي يدفع الام للتخفيف عن المعاناة بالإبحار على النت لساعات طويلة واهمال واجباتها اتجاه أبنائها .

6. خاتمة

يبدو مما سبق أن الإدمان الالكتروني للأمهات يؤدي الى انعكاسات خطيرة على الصحة النفسية للطفل بداية من اختلال العلاقات التفاعلية أم-طفل والتي تعتبر علاقة حساسة خاصة في مرحلة النمو النفسي والانفعالي للطفل والتي يحتاج فيها الى التواصل السلوكي والانفعالي والرعاية والاهتمام والإجابة على حاجياته النفسية الأساسية خاصة من جانب الأم التي تعتبر موضوع الحب الأولي ومصدر الحنان والعاطفة ويبدو أن المشكلات السلوكية والعنف الموجه للطفل والقلق وفرط النشاط ونقص الانتباه والتركيز وحتى ادمان الشاشات من بين الانعكاسات التي توصلت اليها بعض الدراسات السابقة والتي تعتبر فقيرة في حدود علم الباحثة وتحتاج الى تكثيف الجهود من الممارسين والباحثين لدراسة اعمق حول موضوع ادمان الأمهات الالكتروني في عصر انتشرت فيه التكنولوجيا بشكل سريع ونحن على أبواب استخدام عوامل الذكاء

الاصطناعي الذي يبدو أنه سلاح ذو حدين ولا يخلو من المخاطر النفسية والاجتماعية والعلائقية داخل الأسرة .

اقترح بعض التوصيات للوقاية من الإدمان الالكتروني

- ضرورة خلق وحدات نفسية وارطفونية في مصالح الامومة والطفولة لدعم المرافقة النفسية والارشاد حول أهمية التبادلات العاطفية وتأثيرها بإدمان الانترنت
- القيام بدراسات ميدانية مقارنة حول أسباب ادمان الأمهات واضطراب التبادلات العاطفية مع الطفل مع تحديد مراحل الطفولة منذ الولادة الى سن المراهقة
- تقديم خدمات نفسية حول اختلال التبادلات العاطفية بسبب ادمان الامهات عبر منصات رقمية لتسهيل الوصول للمعلومة
- وضع دليل أو مرشد معتمد دوليا لكيفية التخفيف من الاستخدام المفرط للشاشات والانترنت للآباء والأمهات
- انشاء مراكز خاصة بالتكفل بإدمان الأنترنت لكل الفئات العمرية في الجزائر بدلا من الذهاب المراكز الوسيطة لعلاج الإدمان على المخدرات وتفادي الوصمة الاجتماعية وعزوف الأمهات عن التعافي .

قائمة المراجع

- FAPEO . (2008). comprendre les nouvelles dépendances.CAS PARTICULIER.CYBERDEPENDANCE. la fédération des associations des parents de l'enseignement officiel.
- Fareajdonyvia, S. (winter 2021). Predicting Children's Behavioral Problems Based on Mothers' Problematic doi ;1030473/T.EDU.2021.8717. Use Of Virtual Social Networks, 01(02), 25-32. doi:doi ;1030473/T.EDU.2021.8717.
- khaledsafi. (25 /01/ 2023). *Digital 2023. نظرة على تقرير العالم الرقمي*. Récupéré sur <https://khaledsafi.com/2023/01/%D9%86%D8%B8%D8%B1%D8%A9-%D8%B9%D9%84%D9%89-%D8%AA%D9%82%D8%B1%D9%8A%D8%B1-%D8%A7%D9%84%D8%B9%D8%A7%D9%84%D9%85-%D8%A7%D9%84%D8%B1%D9%82%D9%85%D9%8A-digital-2023/>
- Leclère , C. (2018). *interactions précoces mère-enfant en situation de négligence émotionnelle sévères ; étude transdisciplinaire de la synchronie et de la mentalisation réflexible maternelle. Thèse de doctorat en psychologie .www. Thèse .fr*. Récupéré sur .www. Thèse .fr
- Lemoigne , S. (2019). *Interaction précoces ;synthèses des connaissances actuelles et revue non exhaustive de la littérature sur l'efficacité des méthodes de sons .thèse de doctorat en médecine. ufr des sciences médicales ., université de bordeaux.*

- Prévalu, C. (1995). informatique ,lien social et famille. *recherche sociologique*(1), 5-16.
- Sakakihai, A., Haga, C., Kinijo, A., & Osaki, Y. (2019). association between mother's problematic internet use and maternal recognition of child abuses . doi:doi .org/10.1016/j.chiabu.2019
- sasapost. (n.d.). Retrieved from <https://www.sasapost.com/maternal-internet-addiction>
- Suissa, A. (2020). cyberdependance et réflexions cliniques : quelques principes pour mieux réussir l'accompagnement des familles.revue.intervention.org. *intervention*(151), 207-221. Récupéré sur www.revue.intervention.org.
- Varescon , L. (2009). les addictions comportementales ,définition, évolution du concept et question.psy-émotion, intervention, santé. *psy-émotion, intervention, santé*, 11-18.
- addiction-suisse. (s.d.). enfant de parents avec une addictions ;inforamations générales et possibilités d'action . Récupéré sur www.suchtschueis.ch.
- al-watan. (21/12/2021). إدمان الوالدين للإنترنت ينعكس على أطفالهم. Récupéré sur <https://www.al-watan.com/article/284027/NEWS/%D8%A5%D8%AF%D9%85%D8%A7%D9%86-%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%A7%D9%84%D8%AF%D9%8A%D9%86-%D9%84%D9%84%D8%A5%D9%86%D8%AA%D8%B1%D9%86%D8%AA-%D9%8A%D9%86%D8%B9%D9%83%D8%B3-%D8%B9%D9%84%D9%89-%D8%A3%D8%B7%D9%81%D8%A7%D9%84%>
- Bonnaire , C., & Varescon , L. (2009). la cyberdépendance. *psy-émotion ,intervention, santé*, 107-132.
- Challet , B. (2021). les addictions comportementales. manuscrit en vue de l'obtention de l'habilitation à diriger les recherches, université de Nantes. Récupéré sur <https://nantes.universite.hal.science/tel.03777507>.
- Danet, M., Martel, L., & Miljkovitch, R. (1017). nouvelles technologie ; frein ou soutien de la relation parent-enfant . *Dialogue* , 3(217), 57-70. doi:doi :10.3917/dia.2017-0057
- datareportal. (2022). reports digital glob . Retrieved from <https://datareportal.com/reports/digital-2022-glob>
- datareportal. (26 January 2022). Digital 2022: Global Overview Report. Retrieved from <https://datareportal.com/reports/digital-2022-global-overview-report#>:
- Dennis, c., Carsley, S., Brennenstuhl, S., & Brown, H. (2022). Screen use and internet addiction among parents of young children: A nationwide Canadian cross-sectional survey. 17(1). doi:DOI:10.1371/journal.pone.0257831
- Duris, O. (2022). quand l'écran « fait écran » à la relation parent-enfant (éd. frederik de lor). Bruxelles: la collection temps d'arret.
- echoroukonline .(20/02/2022). تقرير رقمي يكشف عدد مستخدمي شبكات التواصل والانترنت في الجزائر. تم الاسترداد من <https://www.echoroukonline.com/%d8%aa%d9%82%d8%b1%d9%8a%d8%b1-%d8%b1%d9%82%d9%85%d9%8a-%d9%8a%d9%83%d8%b4%d9%81-%d8%b9%d8%af%d8%af-%d9%85%d8%b3%d8%aa%d8%ae%d8%af%d9%85%d9%8a-%d8%b4%d8%a8%d9%83%d8%a7%d8%aa-%d8%a7%d9%84%d8%aa%d9%88#:~:text=%D9%83%D8%B4%D9%8>
- Atfalouna .(2017/07/06). سوء سلوك الأبناء قد يكون بسبب إدمان الوالدين للتكنولوجيا. تم الاسترداد من <http://www.atfalouna.gov.lb/ar/news/%D8%B3%D9%88%D8%A1-%D8%B3%D9%84%D9%88%D9%83-%D8%A7%D9%84%D8%A3%D8%A8%D9%86%>

- D8%A7%D8%A1-%D9%82%D8%AF-%D9%8A%D9%83%D9%88%D9%86-%D8%A8%D8%B3%D8%A8%D8%A8-%D8%A5%D8%AF%D9%85%D8%A7%D9%86-%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%A7%D9%84%D8%AF%D
- الطنطاوي ، بسمة .(2021). اضطراب التعلق التفاعلي لدى الأطفال في ضوء بعض المتغيرات . مجلة كلية التربية ببنها , 01(127), 42-672.
- الطيار، بن علي فهد . (2013). العلاقة التفاعلية في التنشئة الاجتماعية بين الإباء والأبناء وعلاقتها بالامن الاسرية.دراسة مسحية على الموقوفين بدار الملاحظة الاجتماعية بالرياض . (جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، المحرر) *مجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب*، 29(58)، 347-406. doi:doi.10.1281/0001814
- دبراسو، فاطمة .(s.d.). الادمان على الانترنت واثره على التوافق النفسي الاجتماعي للاسرة الفيسبوك نموذجاً). م. ا. الاجتماعي. 177-200، (2) , Éd.)
- قنطار، فايز . (1992). الامومة: نمو لعلاقة بين الطفل والام (المجلد 166). دار علم المعرفة سلسلة 1992.
- أكروم، موفق . (2018). النمو النفسي للكفل من خلال العلاقات التفاعلية ام- رضيع. (41)، 2-16. doi:DOI.5424/IJO/21547
- زهير عبد الكريم جعفر قيس، وكاظم تركي عي سنية. (2016). تأثير تقانة المعلومات. مجلة كلية بغداد للعلوم الاقتصادية الجامعة(49)، 393
- الأمم المتحدة. (2024). تأثير التكنولوجيا الرقمية. (الأمم المتحدة، المحرر) تم الاسترداد من un75: <https://www.un.org/ar/un75/impact-digital-technologies>
- الطنطاوي ، ب .(2021). اضطراب التعلق التفاعلي لدى الأطفال في ضوء بعض المتغيرات . مجلة كلية التربية ببنها , 01(127), 42-672.
- بن علي فهد الطيار . (2013). العلاقة التفاعلية في التنشئة الاجتماعية بين الإباء و الأبناء وعلاقتها بالامن الاسرية.دراسة مسحية على الموقوفين بدار الملاحظة الاجتماعية بالرياض . (جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، المحرر) *مجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب*، 29(58)، 347-406. doi:DOI.10.1281/0001814