

أهمية تعليم التربية الاسلامية في تعزيز الصحة النفسية

م.م علاء اسماعيل خليل

وزارة التربية / المديرية العامة/ تربية الرصافة الاولى/ قسم الاعداد والتدريب

Alaa.ismael320@gmail.com

مستخلص البحث:

يتناول هذا البحث تعليم التربية الإسلامية بوصفه مدخلاً تربوياً فاعلاً لتعزيز الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الابتدائية في ظل التحولات التقنية المتسارعة وما نتج عنها من استخدام مبكر ومكثف للتكنولوجيا من قبل الأطفال، الأمر الذي أفرز جملة من المشكلات النفسية والسلوكية، من أبرزها ضعف التركيز، والإدمان، والعزلة الاجتماعية، والقلق المرتبط بالتفاعل المستمر مع الوسائط الإلكترونية؛ وينطلق البحث من إشكالية مركزية تتمحور حول كيفية توظيف تعليم التربية الإسلامية في دعم التوازن النفسي للطلبة، مستنداً إلى ما تزخر به من قيم أخلاقية ومبادئ تربوية راسخة تسهم في توجيه السلوك وضبط الانفعالات وتنمية الوعي الذاتي. ويهدف البحث إلى الكشف عن أبعاد الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الابتدائية، وتشخيص التحديات التي تواجههم في البيئة، مع بيان القيم الإسلامية القابلة للتفعيل تربوياً في هذا السياق، وقياس أثرها في تحسين الصحة النفسية. وقد اعتمد المنهج الوصفي التحليلي عبر مراجعة الأدبيات التربوية والنفسية والدراسات السابقة وتحليلها وربط مفاهيمها بالإطار النظري للبحث. وأظهرت النتائج النظرية أن تعليم التربية الإسلامية يؤدي دوراً محورياً في تعزيز الرقابة الذاتية والانضباط السلوكي وتنظيم الوقت، ويساعد في الحد من الانفعالات السلبية والسلوكيات الضارة عبر الإنترنت، كما يسهم في تنمية الذكاء الاجتماعي وبناء علاقات إيجابية مع الأسرة والمدرسة والأقران، الأمر الذي يقلل من مظاهر العزلة. ويبرز البحث أهمية دمج التكنولوجيا الحديثة والذكاء الاصطناعي في تعليم التربية الإسلامية بصورة واعية ومسؤولة تراعي الجوانب النفسية والجسدية للطلبة، بما يحقق التوازن بين الاستفادة من التقنيات الحديثة وحماية الصحة النفسية. ويوصي البحث بتعزيز حضور قيم التربية الإسلامية في البرامج، وتأهيل المعلمين والأهالي في مجال الصحة النفسية، وتصميم محتوى تعليمي تفاعلي آمن، مع الدعوة إلى دراسات مستقبلية تتناول أثر هذا المدخل عبر مراحل عمرية مختلفة، بهدف بناء جيل متوازن نفسياً واجتماعياً وقادر على التعامل الحكيم مع العالم منذ المراحل التعليمية الأولى.

الكلمات المفتاحية: التربية الإسلامية، الصحة النفسية، طلبة المرحلة الابتدائية، السلوك، التوازن النفسي.

المبحث الأول: الإطار العام

أولاً: مشكلة البحث:

أدى الانفتاح الواسع والاستخدام المبكر للتقنيات الحديثة من قبل الأطفال إلى بروز العديد من المشكلات النفسية والسلوكية لديهم، مثل ضعف التركيز، الإدمان على الوسائط الإلكترونية، العزلة الاجتماعية، والقلق المرتبط بالتكنولوجيا، وفي المقابل تمتلك التربية الإسلامية من القيم والمبادئ التربوية والأخلاقية ما يمكن أن يساهم في توجيه سلوك الطلبة وتعزيز قدرتهم على التعامل المتوازن مع العالم.

وعليه تتحدد مشكلة البحث في التساؤل الرئيس الآتي:

كيف يمكن توظيف تعليم التربية الإسلامية كمدخل لتعزيز الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الابتدائية؟

ويتفرع عن هذا التساؤل الرئيس الى عدد من الأسئلة الفرعية، هي:

1. ما طبيعة الصحة النفسية وما أبعادها لدى طلبة المرحلة الابتدائية؟
2. ما أبرز التحديات والمشكلات النفسية التي يواجهها طلبة المرحلة الابتدائية؟
3. ما القيم والمبادئ المستمدة من التربية الإسلامية التي يمكن أن تساهم في تعزيز الصحة النفسية؟
4. ما دور التربية الإسلامية في تنمية الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الابتدائية؟

ثانياً: أهمية البحث:

تتجلى أهمية هذا البحث في جانبين:

1. **الأهمية النظرية:** إذ يساهم في إثراء الأدبيات التربوية من خلال الربط بين تعليم التربية الإسلامية ومجال الصحة النفسية، وهو مجال حديث يواكب التطورات التقنية وتحدياتها التربوية.
2. **الأهمية التطبيقية:** يقدم البحث برنامجاً عملياً يمكن للمعلمين الاستفادة منه في توظيف قيم التربية الإسلامية لتعزيز الصحة النفسية لدى التلاميذ، بما يساعد على الحد من المشكلات السلوكية والنفسية المرتبطة بالاستخدام المفرط للتكنولوجيا.

ثالثاً: أهداف البحث:

يهدف البحث إلى: التعرف على أهمية تعليم التربية الإسلامية لتعزيز الصحة النفسية وتحديد أبرز مشكلاتها لدى طلبة المرحلة الابتدائية.

رابعاً: إجراءات البحث:

1. تحديد مشكلة البحث وأهدافه وأسئلته.
2. اعتماد المنهج الوصفي التحليلي.
3. جمع المادة العلمية من المراجع التربوية والنفسية والدراسات السابقة.
4. استخلاص النتائج النظرية وتقديم التوصيات.

خامساً: المنهج:

اعتمد البحث المنهج الوصفي – التحليلي، من خلال مراجعة الأدبيات التربوية والنفسية المتعلقة بالتربية الإسلامية والصحة النفسية.

الدراسات السابقة:

المغامسي، ماجد بن عبدالله فالج. (2025). **منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم. المجلة العربية للدراسات الإسلامية والشرعية، ع31، 321-356.** هدفت هذه الدراسة إلى بيان أبرز التحديات النفسية المعاصرة التي يواجهها الفرد المسلم، والكشف عن الأساليب التي تعتمد عليها التربية الإسلامية في التعامل مع هذه التحديات. توصلت الدراسة إلى أن التحديات النفسية تتمثل في مجموعة من المشكلات والضغوط التي تؤثر في الاتزان النفسي للإنسان، وتحد من قدرته على ضبط انفعالاته وإدارة سلوكه بصورة سليمة، كما أوضحت النتائج تعدد العوامل المؤدية لهذه التحديات، ومن أبرزها ضعف تقدير الذات، وتراجع مستوى الإيمان، وسوء إدارة الانفعالات، وإهمال بناء الجانب النفسي المتوازن. وأشارت الدراسة إلى أن التربية الإسلامية تقدم معالجة لهذه التحديات من خلال أساليب وقائية وعلاجية وتنموية تسهم في تعزيز الصحة النفسية للفرد، واختتمت الدراسة بعدد من التوصيات، من أهمها ضرورة التعمق في دراسة المشكلات النفسية الدقيقة التي تمس الإنسان في جوانبه الداخلية، والاهتمام بتحليل العوامل المؤدية إليها، مع توضيح الأساليب المناسبة للتعامل معها ومعالجتها بصورة علمية وتربوية.

توقه، صلاح فضل. (2024). **منهج الإسلام في تعزيز الصحة النفسية. الوعي الإسلامي، س61(707)، 60-62.**

يتناول هذا المقال منهج الإسلام في تعزيز الصحة النفسية، موضحاً أن الإنسان يسعى باستمرار إلى تحقيق السعادة والرضا الداخلي والتوافق مع الآخرين، لما لذلك من أثر مباشر في نجاحه على الصعيدين الشخصي والمهني. ويبين أن الصحة النفسية تمثل حالة انفعالية معرفية مركبة تقوم على الإحساس بالاتزان والشعور بأن الأمور تسير بصورة جيدة مع الإحساس بالرضا والسعادة، كما يوضح المقال أن للصحة النفسية مؤشرات ومظاهر متعددة، تظهر في معايير الفرد الذاتية وفي علاقته مع ذاته، من خلال إدراكه لاحتياجاته ورغباته وسعيه لتحقيق ذاته. ويؤكد أن الصحة النفسية لا تقل أهمية عن الصحة الجسدية، لما لها من دور مؤثر في استقرار الفرد والأسرة والمجتمع، ولارتباطها في بعض الحالات بمضاعفات خطيرة لدى المصابين بالاضطرابات النفسية الشديدة، ويتناول المقال كذلك العوامل المؤثرة في الصحة النفسية، حيث يقسمها إلى عوامل فردية تتعلق بشخصية الإنسان وظروفه الصحية والأسرية والتعليمية والاقتصادية والمهنية، وعوامل اجتماعية تتصل بالبيئة العامة للمجتمع. ويبرز اهتمام الإسلام بهذا الجانب، مشيراً إلى مفهوم تزكية النفس عند ابن القيم بوصفه أعمق صور العناية بالصحة النفسية وأشدّها أثراً في تهذيب الإنسان وبنائه الداخلي.

إدريس، علي. (1992). **الصحة النفسية في إطار التربية الإسلامية. مجلة جامعة الزيتونة، ع177-199.**

يتناول هذا البحث موضوع الصحة النفسية في ضوء التربية الإسلامية، من خلال إبراز العلاقة بين المبادئ التربوية الإسلامية وبناء التوازن النفسي للفرد. ويسلط الضوء على دور القيم والتوجيهات الإسلامية في تعزيز الاستقرار النفسي وتنمية السلوك السوي، بما يسهم في تحقيق

التوافق بين الجوانب الروحية والنفسية والاجتماعية للإنسان، كما يناقش المقال الإطار المفاهيمي للصحة النفسية في التصور الإسلامي، وكيفية إسهام التربية الإسلامية في الوقاية من الاضطرابات النفسية ومعالجتها عبر تعزيز الإيمان، وتقوية الإرادة، وتنمية الضبط الذاتي. ويؤكد في مجمله على أهمية التكامل بين التربية والقيم الدينية في دعم الصحة النفسية وبناء شخصية متوازنة.

المبحث الثاني: التربية الإسلامية وأثرها في بناء الشخصية المتوازنة:

تعد التربية الإسلامية من أهم المقومات التربوية التي تسهم في تشكيل شخصية الطفل المتوازنة، من خلال غرس القيم الأخلاقية والدينية وتنمية مهاراته النفسية والاجتماعية، فهي تعمل على بناء أساس متين للوعي الذاتي والانضباط والسلوك المسؤول، مما يهيئ الطالب لمواجهة تحديات الحياة المختلفة بشكل متوازن وإيجابي.

أولاً: أهمية التربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية:

تُعد التربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية من الركائز الأساسية التي تُسهم في تكوين شخصية الطفل وبناء وعيه القيمي والديني والاجتماعي، فهي لا تقتصر على الجانب المعرفي فحسب، بل تمتد لتشمل الجوانب الأخلاقية والسلوكية والاجتماعية، بحيث تهدف إلى إعداد جيل قادر على مواجهة التحديات الحياتية من خلال منظومة تربوية متكاملة (العتيق، 2025)، ويبرز هذا التوجه أهمية توظيف استراتيجيات تعلم نشط تساهم في غرس المفاهيم الإسلامية لدى المتعلمين بطريقة عملية وفعالة، مما يحقق مستويات أعلى من الإدراك والوعي الديني والاجتماعي.

تركز أهداف التربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية على غرس القيم الأخلاقية والسلوكيات الإيجابية لدى الطلاب، مثل الصدق والأمانة والتعاون والاحترام، إضافة إلى تعزيز الشعور بالمسؤولية الاجتماعية والمواطنة الصالحة، وهو ما ينعكس على سلوك الطالب داخل المدرسة وخارجها (غدامسي وسعدي، 2025)، كما تسعى التربية الإسلامية إلى توجيه الطلاب نحو فهم الدين بشكل صحيح، والقدرة على تطبيق المبادئ الشرعية في حياتهم اليومية، بما يعزز صحتهم النفسية والاجتماعية ويقيهم من الانحرافات والسلوكيات الضارة، مثل الجريمة الإلكترونية أو الانحرافات السلوكية الأخرى (مودودي، 2025). إلى جانب ذلك، تُولي التربية الإسلامية في هذه المرحلة أهمية كبيرة لتنمية الذكاء الاجتماعي والتفكير الإبداعي لدى الطلاب، من خلال دمج التقنيات الحديثة مثل تطبيقات الذكاء الاصطناعي في الأنشطة التعليمية، والتي تساعد على تعزيز مهارات التفكير الناقد وحل المشكلات (إسماعيل وعبدالله، 2025)، كما أن دمج التربية الاقتصادية الإسلامية ضمن المناهج يتيح للطلاب القدرة على مواجهة التحديات الاقتصادية الأسرية مستقبلاً، وفهم المبادئ الاقتصادية من منظور ديني وأخلاقي (القرافي، 2025).

من الأهداف الجوهرية للتربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية أيضاً تعزيز الصحة النفسية للطلاب، حيث أظهرت الدراسات أن الاهتمام بالجانب النفسي والاجتماعي يساهم في تحسين التحصيل الدراسي وبناء شخصية متوازنة (أبو مهنا، 2025)، ويمكن تحقيق ذلك من خلال ممارسة النشاط البدني والرياضي، وتنمية مهارات الاسترخاء وتنظيم التنفس، وتعزيز المرونة

العقلية، حيث أثبتت الأبحاث أن هذه الممارسات ترفع مستوى الأداء الدراسي والقدرة على التركيز والانضباط الذاتي (مخناش وآخرون، 2025). كما تسعى التربية الإسلامية إلى توجيه الطالب نحو تعزيز الروابط الأسرية والمجتمعية، من خلال تنمية الوعي الاجتماعي والقيم الأسرية الصحيحة، بما يحد من مظاهر التسول والانحرافات الأخلاقية، ويقوي الترابط الأسري والاجتماعي (الوسري، 2025)، ويظهر دور التربية الإسلامية في هذا السياق في تقديم نماذج عملية لتطبيق الأصول الإسلامية في الحياة اليومية، مما يعزز قدرة الطالب على التعامل مع التحديات المعاصرة بشكل متوازن ومسؤول. وأخيراً، يُلاحظ أن دمج التربية الإسلامية مع التطورات والتكنولوجيا الحديثة، بما في ذلك الصحة وتطبيقات التعليم الذكي، يوفر فرصاً لتوسيع مدارك الطلاب وتحقيق التنمية المستدامة لشخصيتهم، مع تعزيز وعيهم بالصحة النفسية والجسدية والاجتماعية (سعيد، 2025)، ويؤكد ذلك أن التربية الإسلامية ليست مجرد تعليم ديني نظري، بل هي إطار شامل لبناء الفرد والمجتمع على أسس معرفية وأخلاقية وصحية متكاملة. فإن أهداف التربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية تتجاوز مجرد التعلم الديني إلى شمولية التربية الأخلاقية والاجتماعية والنفسية والمعرفية، مع الاستفادة من الوسائل الحديثة والتطبيقات، لتحقيق شخصية متوازنة قادرة على مواجهة تحديات الحياة المختلفة بوعي ومسؤولية.

ثانياً: أسس التربية الإسلامية المرتبطة بالصحة النفسية.

أسس التربية الإسلامية المرتبطة بالصحة النفسية تقوم على مجموعة من المبادئ الجوهرية التي تهدف إلى تنمية شخصية متوازنة لدى الطلاب، وتعزيز قدرتهم على مواجهة التحديات النفسية والاجتماعية بوعي واستقرار:

أولاً: يركز التعليم الإسلامي على غرس القيم الأخلاقية السامية مثل الصدق، والأمانة، والتسامح، والصبر، والعدل، حيث إن الالتزام بهذه القيم يعزز الثقة بالنفس والراحة النفسية لدى الفرد منذ الصغر (وسار، 2022)، كما أن التربية الإسلامية تشدد على الوعي الديني الصحيح، وفهم الأصول الشرعية بطريقة عملية، ما يمنح الطالب شعوراً بالطمأنينة والاطمئنان النفسي، ويقيه من مشاعر القلق والتوتر الناتجة عن غياب التوجيه الروحي (آل مارق، 2025).

ثانياً يرتبط جانب الصحة النفسية في التربية الإسلامية بالتنمية الاجتماعية للطلاب، حيث تهدف المناهج إلى تعزيز مهارات الذكاء الاجتماعي والتفاعل الإيجابي مع الآخرين، وتنمية روح التعاون والمواطنة، مما يخلق بيئة آمنة داعمة للنمو النفسي (سالم وخلافة، 2025)، ويظهر ذلك جلياً في برامج التربية الإسلامية التي تشجع على العمل الجماعي والمشاركة في الأنشطة المدرسية والخيرية، ما يقوي الانتماء الاجتماعي ويقلل من العزلة النفسية أو السلوكيات الانحرافية (الألمعي والألمعي، 2024).

ثالثاً تعتمد التربية الإسلامية على الربط بين الجوانب النفسية والتعليمية من خلال الأنشطة العملية التي تعزز التفكير الإبداعي وحل المشكلات، مثل استخدام التطبيقات التكنولوجية والذكاء الاصطناعي في التدريس، والتي تساعد في تطوير مرونة التفكير والتحكم الذاتي، ومن ثم تعزيز الصحة النفسية لدى الطلاب (فؤاد، 2020)، كما تشمل الأسس التربوية تحفيز الطلاب على

ممارسة النشاط البدني والرياضي، وتنظيم التنفس والاسترخاء، لما له من أثر مباشر على التوازن النفسي والقدرة على التركيز والتحصيل الدراسي (عيسى وآخرون، 2025). رابعاً، تؤكد التربية الإسلامية دور الأسرة والمجتمع في دعم الصحة النفسية للطفل، من خلال غرس أسس التربية الأسرية الصحيحة وتوجيه الآباء نحو تنمية الذكاء الاجتماعي لدى الأبناء، ما يسهم في الوقاية من المخاطر النفسية والسلوكية كالجريمة الإلكترونية أو الانحرافات الاجتماعية (عبدي ولعروف، 2024)، كما يربط التعليم الإسلامي بين الصحة النفسية والممارسة الدينية اليومية، مثل الصلاة، والذكر، والتأمل في القيم الدينية، ما يعزز التوازن النفسي ويقلل من الضغوطات النفسية.

إذ إن أسس التربية الإسلامية المرتبطة بالصحة النفسية تشمل : غرس القيم والأخلاق، تعزيز الوعي الديني الصحيح، تنمية المهارات الاجتماعية والذكاء الاجتماعي، تشجيع التفكير الإبداعي والأنشطة العملية، الاهتمام بالصحة الجسدية والنفسية، وربط الطالب بالأسرة والمجتمع، بالإضافة إلى تعزيز الممارسات الدينية اليومية التي تدعم الطمأنينة النفسية والاستقرار العاطفي (الدوسري، 2025)، هذه الأسس مجتمعة تُسهم في بناء شخصية متوازنة قادرة على مواجهة تحديات الحياة بثقة ووعي ومرونة نفسية عالية.

المبحث الثالث: الصحة النفسية:

الصحة النفسية تشير إلى القدرة على الحفاظ على توازن نفسي سليم أثناء التفاعل مع البيئة، بما يشمل استخدام الأجهزة والتطبيقات الإلكترونية بشكل مسؤول وآمن، وتعد من الضروريات في العصر لضمان نمو الأطفال والمراهقين النفسي والاجتماعي بشكل متوازن وسط التحديات المتزايدة.

أولاً: مفهوم الصحة النفسية وأبعادها:

الصحة النفسية تُعرف بأنها حالة التوازن النفسي والعاطفي للفرد في ظل استخدام التقنيات ووسائل الإعلام الحديثة، بحيث يستطيع الشخص التعامل مع المعلومات والتفاعل عبر المنصات الإلكترونية بطريقة تدعم رفاهيته النفسية والاجتماعية دون التعرض للإجهاد أو المشكلات النفسية الناتجة عن الاستخدام المفرط أو السلوكيات الضارة (سعيد، 2025)، وتهدف الصحة النفسية إلى تعزيز القدرة على التحكم بالوقت المخصص للوسائط، وتنمية مهارات التفكير النقدي في التعامل مع المعلومات، والحفاظ على التوازن بين العالم والحياة الواقعية. وتتعدد أبعاد الصحة النفسية لتشمل عدة محاور رئيسية، أولها البُعد المعرفي، الذي يركز على قدرة الفرد على فهم المحتوى، وتحليل المعلومات بدقة، والتمييز بين المضمون المفيد والضار، مما يسهم في تقليل التوتر النفسي الناتج عن المبالغة في التعرض للمعلومات أو الأخبار المضللة (الألمعي والألمعي، 2024)، ثانيها البُعد العاطفي الذي يعنى بإدارة المشاعر والانفعالات الناتجة عن التفاعل، والعمل على تطوير أساليب التكيف النفسي المناسبة.

ثالثها البُعد الاجتماعي ويتعلق بقدرة الفرد على التفاعل الإيجابي عبر المنصات، والحفاظ على علاقات صحية مع الأسرة والأصدقاء والمجتمع (وسار، 2022)، ورابعها البُعد الصحي

والسلوكي، ويشمل الالتزام بالعادات الصحية مثل تنظيم وقت الشاشة، وممارسة الأنشطة البدنية والعقلية خارج الفضاء، بما يدعم الصحة النفسية العامة ويحد من آثار الإرهاق. كما أن الصحة النفسية مرتبطة بشكل وثيق بتحسين نوعية الحياة والرفاهية الشخصية، إذ أظهرت الدراسات أن الاستخدام المسؤول للتقنيات في التعليم والعمل والترفيه يعزز الشعور بالراحة النفسية، ويزيد من القدرة على التركيز والتعلم، ويقلل من الضغوط النفسية (سالم وخلافة، 2025)، وعليه فإن الصحة النفسية لا تقتصر على الوقاية من المخاطر، بل تتجاوز ذلك إلى بناء بيئة داعمة للتعليم، والتواصل الاجتماعي، والنمو النفسي السليم.

إذ تُعد الصحة النفسية إطاراً متكاملاً يتضمن أبعاداً معرفية وعاطفية واجتماعية وسلوكية، تهدف إلى تحقيق التوازن النفسي للفرد في البيئة، وتعزيز قدرته على التفاعل الإيجابي مع التكنولوجيا الحديثة بما يخدم رفاهيته النفسية والاجتماعية.

ثانياً: التحديات النفسية المرتبطة بالبيئة لدى الأطفال.

تشكل البيئة الحديثة تحدياً نفسياً للأطفال، حيث يواجهون مجموعة من المخاطر التي قد تؤثر على صحتهم النفسية ونموهم الاجتماعي والسلوكي، من أبرز هذه التحديات، التعرض المفرط للشاشات والأجهزة الذكية، مما قد يؤدي إلى القلق، واضطرابات النوم، ومشكلات الانتباه والتركيز، وكذلك الشعور بالعزلة أو الانفصال عن الواقع الاجتماعي المباشر (الألمعي والألمعي، 2024)، كما يمكن أن تتسبب وسائل التواصل الاجتماعي في تعرض الأطفال للتنمر الإلكتروني أو النقد السلبي، ما يولد لديهم شعوراً بالضغط النفسي أو انخفاض الثقة بالنفس، ويؤثر على تفاعلهم الاجتماعي الطبيعي.

التحدي الثاني يرتبط بالمحتوى غير الملائم أو المضلل، حيث قد يصادف الطفل معلومات خاطئة أو محتوى عنيفاً أو مشاهد غير مناسبة للعمر، مما يؤدي إلى اضطرابات عاطفية مثل الخوف أو العدوانية، ويعيق تطوير مهارات التفكير النقدي والتحليل العقلائي (وسار، 2022)، هذا بالإضافة إلى التأثيرات السلوكية الناتجة عن الإفراط في الألعاب الإلكترونية أو الأنشطة الترفيهية، والتي قد تؤدي إلى الانعزال الاجتماعي وضعف التفاعل الأسري والمدرسي.

ثالثاً يُعد ضعف الوعي لدى الأطفال أحد التحديات الأساسية، إذ يفتقر الكثير منهم إلى القدرة على إدارة وقتهم بشكل متوازن، أو التمييز بين المحتوى المفيد والضار، مما يزيد من احتمالية التعرض للضغط النفسي والمشكلات السلوكية (سعيد، 2025)، كما قد يؤدي الاستخدام المكثف للتقنيات إلى ضعف المرونة النفسية لدى الأطفال، وتقليل قدرتهم على مواجهة التحديات اليومية والتكيف مع الضغوط الحياتية.

وأخيراً تظهر العلاقة بين الصحة النفسية والصحة النفسية العامة، حيث أن التحديات النفسية المرتبطة بالبيئة لا تؤثر فقط على الطفل أثناء استخدامه للأجهزة، بل تمتد لتؤثر على تحصيله الدراسي، وعلاقاته الأسرية والاجتماعية، ومستوى الرضا عن الحياة بشكل عام (فؤاد، 2020)، مثل الغضب أو القلق أو الإحباط الذي قد ينجم عن التنمر الإلكتروني أو التعليقات السلبية وتجنب الانعزال أو الانسحاب الاجتماعي بسبب الإفراط في استخدام الأجهزة الذكية أو وسائل التواصل الاجتماعي، لذلك فإن التعامل مع هذه التحديات يتطلب تفعيل برامج تربية وإرشادية متكاملة،

تهدف إلى تعزيز الوعي لدى الأطفال، وتطوير مهاراتهم الاجتماعية والنفسية، وضمان تفاعلهم مع البيئة بطريقة آمنة ومتوازنة. فإن التحديات النفسية المرتبطة بالبيئة لدى الأطفال تشمل القلق والانزعاج النفسي، ضعف التركيز، الانعزال الاجتماعي، التعرض لمحتوى غير مناسب، وضعف الوعي، وكلها عوامل تؤثر في نموهم النفسي والسلوكي، وتتطلب تدخلاً تربوياً متكاملاً يوازن بين الاستخدام والحياة الواقعية.

المبحث الرابع: التربية الإسلامية كمدخل لتعزيز الصحة النفسية

تُعد التربية الإسلامية مدخلاً فاعلاً لتعزيز الصحة النفسية، من خلال غرس القيم الدينية والأخلاقية التي توجه سلوك الطلاب نحو الاعتدال والانضباط، كما تساهم في تطوير مهاراتهم الاجتماعية والنفسية، وتمكينهم من التعامل مع البيئة بحكمة ومسؤولية. أولاً: الآليات التربوية الإسلامية لتعزيز التوازن النفسي.

الآليات التربوية الإسلامية لتعزيز التوازن النفسي ترتكز على مجموعة من المبادئ والأساليب التي تهدف إلى توجيه الطفل نحو استخدام التكنولوجيا والوسائط بشكل متوازن وآمن، بما يحفظ صحته النفسية ويعزز نموه الاجتماعي والسلوكي، أولاً يشدد التعليم الإسلامي على غرس القيم الأخلاقية منذ الصغر، مثل الصدق، والصبر، والاعتدال، والالتزام بالمسؤولية في التعامل مع المحتوى، حيث يعمل الالتزام بهذه القيم على ضبط السلوك وتقليل الانفعالات السلبية الناتجة عن التعرض للمعلومات أو المواقف المجهدة على الإنترنت (العتيق، 2025)، كما يُعزز التعليم الإسلامي مفهوم الرقابة الذاتية، ويحث الطلاب على تنظيم أوقاتهم وفق أولوياتهم التعليمية والاجتماعية، بما يعزز الانضباط الذاتي والقدرة على إدارة الوقت.

ثانياً تعتمد التربية الإسلامية على تعزيز الوعي الديني السليم والطمأنينة الروحية، من خلال ربط الطفل بممارسات دينية يومية كالذكر، والصلاة، والتأمل في القيم الدينية، ما يوفر له متنفساً نفسياً يساعده على مواجهة الضغوط ويحد من القلق والانفعال الناتج عن التفاعلات عبر الإنترنت (آل مارق، 2025)، ويعد هذا الربط بين الممارسة الدينية والتنشئة وسيلة فعالة لتقوية المرونة النفسية والتحكم الذاتي، إذ يمنح الطالب إطاراً من التوجيه الروحي الذي يوجه سلوكه.

ثالثاً، تهتم التربية الإسلامية بتنمية المهارات الاجتماعية والذكاء الاجتماعي لدى الأطفال، بحيث يتعلمون التواصل الإيجابي عبر الوسائط، والمحافظة على العلاقات الأسرية والمدرسية والاجتماعية، وتجنب الانعزال أو الانخراط في سلوكيات ضارة كالإساءة الإلكترونية أو الإفراط في الألعاب (إدريس والعطاس، 2025)، وتشمل هذه الآليات الأنشطة الجماعية والتفاعلية داخل المدرسة والأسرة، والتي تعزز التشارك الاجتماعي، وتدريب الأطفال على التعامل مع الضغوط بأساليب فعالة.

رابعاً، يمكن توظيف التقنيات الحديثة والذكاء الاصطناعي في العملية التعليمية لتحقيق التوازن النفسي، من خلال تقديم محتوى تفاعلي آمن، يشجع على التفكير الإبداعي وحل المشكلات، ويتيح رقابة تربوية على وقت الشاشة والمحتوى، بما يحقق الفائدة التعليمية دون الإضرار بالصحة النفسية (إسماعيل وعبدالله، 2025)، كما يشمل هذا توجيه الطلاب نحو الأنشطة البدنية

والرياضية، وتنظيم التنفس والاسترخاء، لموازنة الاستخدام مع الصحة الجسدية والنفسية (مخناش وآخرون، 2025).

كما يشدد المنهج التربوي الإسلامي على دور الأسرة في تعزيز الصحة النفسية، من خلال متابعة الأبناء، وتوجيههم نحو الاستخدام الأمثل للتقنيات، وغرس مهارات إدارة الوقت والانضباط، والوقاية من المخاطر النفسية المرتبطة بالتعرض للإنترنت (القرافي، 2025)، ويعد إشراك الأسرة والمجتمع في توجيه الطفل أداة أساسية لتعزيز التوازن النفسي، بما يضمن تنشئة جيل قادر على التفاعل الإيجابي مع العالم دون الإضرار بصحته النفسية.

إن تُعد الآليات التربوية الإسلامية لتعزيز التوازن النفسي مجموعة متكاملة من القيم الأخلاقية والدينية، والمهارات الاجتماعية، وتنظيم الوقت، والاستخدام الرشيد للتقنيات الحديثة، مع إشراك الأسرة والمجتمع، بما يضمن حماية الطفل نفسياً واجتماعياً ويعزز نموه الشامل في البيئة.

ثانياً: رؤية تربوية مقترحة لدور التربية الإسلامية في الصحة النفسية.

الرؤية التربوية المقترحة لدور التربية الإسلامية في تعزيز الصحة النفسية تقوم على دمج القيم الدينية، والمبادئ التربوية، والمهارات بطريقة متكاملة، بحيث يتمكن الطلاب من التفاعل مع البيئة بشكل إيجابي وآمن، مع الحفاظ على صحتهم النفسية والاجتماعية، أولاً، تقوم هذه الرؤية على تعزيز الوعي الديني لدى الطلاب، من خلال ربط سلوكهم بالقيم الإسلامية الأساسية كالاعتدال، والصدق، والصبر، والمسؤولية، ما يساهم في ضبط السلوكيات وتقليل الانفعالات السلبية الناتجة عن التعرض للمنصات (العتيق، 2025)، كما تعمل التربية الإسلامية على ترسيخ مبدأ الرقابة الذاتية والانضباط في استخدام التكنولوجيا، بحيث يصبح الطفل قادراً على تنظيم وقته بما يخدم أهدافه التعليمية والاجتماعية والنفسية.

ثانياً، تعتمد الرؤية على تنمية الذكاء الاجتماعي والقدرات التفاعلية لدى الطلاب، من خلال تشجيعهم على التفاعل الإيجابي عبر المنصات، والمشاركة في الأنشطة التربوية والاجتماعية التي تعزز المهارات الاجتماعية، وتحد من الانعزال أو الانخراط في السلوكيات الضارة مثل التمر الإلكتروني أو الإفراط في الألعاب (إدريس والعطاس، 2025)، ويُعتبر تدريب الطلاب على التفكير النقدي والتحليل الواعي للمحتوى جزءاً أساسياً من هذه الرؤية، لما له من أثر مباشر على الحد من القلق والتوتر النفسي المرتبط بالتعرض لمعلومات مضللة أو ضارة.

ثالثاً، توظف الرؤية التربوية التقنيات الحديثة والذكاء الاصطناعي كأدوات مساعدة لتحقيق الصحة النفسية، من خلال تصميم محتوى تفاعلي وآمن، يطور التفكير الإبداعي، وبيّث رقابة تربوية على وقت الشاشة، ويراعي الفروق الفردية بين الطلاب (الحوسني وآخرون، 2025)، ويشمل ذلك دمج برامج الاسترخاء وتنظيم التنفس والأنشطة البدنية في العملية التعليمية، بهدف موازنة الصحة النفسية والجسدية مع التفاعل (عيد والدليمي، 2025).

رابعاً، تؤكد الرؤية على دور الأسرة والمجتمع في دعم الصحة النفسية، من خلال متابعة الأبناء، وتقديم النصح والإرشاد، وغرس مهارات إدارة الوقت والانضباط، والوقاية من المخاطر النفسية المرتبطة باستخدام المفرط للأجهزة (القرافي، 2025)، ويعد إشراك الأسرة والمعلمين والمجتمع في هذه العملية استراتيجية أساسية لضمان بيئة صحية ومتوازنة للطلاب.

إن تقوم الرؤية التربوية المقترحة على بناء جيل قادر على التعامل مع البيئة بحكمة، من خلال غرس القيم الإسلامية، وتنمية المهارات الاجتماعية والنفسية، وتنظيم الوقت، واستخدام التقنيات الحديثة بشكل مسؤول، مع إشراك الأسرة والمجتمع، لتحقيق التوازن النفسي وتعزيز الصحة النفسية العامة للطلاب.

الخاتمة:

إن تعليم التربية الإسلامية بشكل مدخلاً فعالاً لتعزيز الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الابتدائية، إذ يزودهم بالقيم الأخلاقية والدينية التي تساعد على ضبط سلوكهم وتنظيم أوقاتهم، ما يقلل من التعرض للضغوط النفسية الناتجة عن الاستخدام المفرط للأجهزة، كما يسهم هذا التعليم في تنمية الذكاء الاجتماعي والقدرة على التفاعل الإيجابي مع الأسرة والمدرسة والمجتمع، ويعزز من قدرتهم على مواجهة التحديات النفسية في البيئة بشكل متوازن، كما يتيح تعليم التربية الإسلامية توظيف التكنولوجيا الحديثة بشكل آمن ومسؤول، بحيث يكون جزءاً من عملية تعليمية متكاملة تشجع على التفكير الإبداعي وتنظيم الوقت، مع مراعاة الصحة النفسية والجسدية للطلاب، بذلك يصبح تعليم التربية الإسلامية أداة تربوية شاملة تهدف إلى بناء جيل قادر على التعامل مع العالم بحكمة، وتحقيق نمو نفسي واجتماعي متوازن منذ المراحل الابتدائية.

أهم النتائج النظرية المتوصل إليها:

- تعليم التربية الإسلامية يعزز القيم الأخلاقية والدينية التي تساعد في ضبط السلوك وتقليل الانفعالات السلبية.
- يسهم في تنمية الرقابة الذاتية والانضباط لدى الطلاب وتنظيم أوقاتهم.
- يعزز الذكاء الاجتماعي والقدرة على التفاعل الإيجابي مع الأسرة والمدرسة والأقران، ويحد من الانعزال والسلوكيات الضارة عبر الإنترنت.
- يتيح دمج التكنولوجيا الحديثة والذكاء الاصطناعي في التعلم بشكل مسؤول وآمن، ويشجع على التفكير الإبداعي مع مراعاة الصحة النفسية والجسدية.
- يسهم في بناء جيل متوازن نفسياً واجتماعياً قادر على التعامل مع البيئة بحكمة ومسؤولية منذ المراحل الابتدائية.

التوصيات والمقترحات للباحثين والمهتمين:

- تعزيز دمج قيم التربية الإسلامية في البرامج التعليمية لضمان توجيه سلوك الطلاب بشكل إيجابي.
- تطوير برامج تدريبية للمعلمين والأهالي حول الصحة النفسية وأساليب دعم الأطفال في البيئة.
- تصميم محتوى تفاعلي وآمن يشجع التفكير الإبداعي والانضباط الذاتي لدى الطلاب مع مراعاة الفروق الفردية.
- تشجيع الأنشطة التربوية والاجتماعية التي تنمي الذكاء الاجتماعي والقدرة على التفاعل الإيجابي داخل وخارج البيئة.
- إجراء دراسات مستقبلية تقيم أثر التربية الإسلامية على الصحة النفسية عبر مراحل عمرية مختلفة لتحديد أفضل الاستراتيجيات التعليمية والتربوية.

قائمة المصادر باللغة العربية:

1. أبو مهنا، جهاد (محرر). «صحة المرأة النفسية وجودة الحياة». «الجوبة»، مركز عبد الرحمن السديري الثقافي، ع 86، شتاء 1446هـ/2025م، ص20-35.
2. إدريس، عبدالمك بن محمد؛ العطاس، طالب بن صالح بن حسن. «درجة تحقق قيم المواطنة الاجتماعية لدى طلبة المدارس الابتدائية العالمية من منظور التربية الإسلامية كما يدركها معلوهم». «مجلة جامعة الملك عبدالعزيز – العلوم التربوية والنفسية»، جامعة الملك عبدالعزيز – كلية التربية، مج 4، ع 2، أبريل 2025، ص239-267.
3. إسماعيل، أسامة زينهم محمود؛ عبدالله، وائل محمد أحمد. «نموذج إرشادي قائم على الأصول الإسلامية للتربية لضبط توظيف تقنيات الذكاء الاصطناعي في بحوث التربية الإسلامية». «مجلة كلية التربية في العلوم التربوية»، جامعة عين شمس – كلية التربية، مج 49، ع 1، 2025، ص15-124.
4. آل مارق، عبدالله بن مبارك. «الصحة النفسية في السنة النبوية: أركان الإيمان والإسلام أنموذجاً». «مجلة الأندلس للعلوم الإنسانية والاجتماعية»، جامعة الأندلس للعلوم والتقنية، ع 114، فبراير 1446هـ/2025م، ص173-209.
5. الألمعي، عبدالله محمد موسى؛ الألمعي، علي إسحاق موسى. «العلاقة بين التكنولوجيا والصحة النفسية للأسرة». «مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين»، ع 82، ج 4، أكتوبر 2024، ص87-109.
6. الحوسني، بدرية جمعة محمد؛ المنصوري، مريم سعيد؛ الفلاح، وضحة زايد. «توظيف تطبيقات الذكاء الاصطناعي في تدريس التربية الإسلامية وعلاقته بتنمية مستوى التفكير الإبداعي لدى طالبات مدرسة بعبا». «المجلة العربية للتربية النوعية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب»، ع 36، أبريل 2025، ص165-198.
7. الدوسري، نورة بنت ناصر بن مبارك. «مستوى الذكاء الاجتماعي لدى الآباء ودوره في وقاية الأبناء من الجريمة الإلكترونية من منظور التربية الإسلامية: دراسة ميدانية». «مجلة جامعة جازان للعلوم الإنسانية»، جامعة جازان، مج 13، ع 3، مايو 2025، ص1-30.
8. سالم، وليد؛ خلافة، زينب. «الصحة عبر الوسائط الجديدة في الجزائر: قراءة تحليلية للمنصتين تين Esiha و Besiha أنموذجاً». «مجلة السائرة للدراسات الإنسانية والاجتماعية»، جامعة طاهري محمد بشار – كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، مج 11، ع 1، جوان 2025، ص193-212.
9. سعيد، زهير. «الصحة بين الفرص والتحديات». «مجلة البوغاز للدراسات القانونية والقضائية»، حميد اليسفي، ع 42، يونيو 2025، ص259-281.
10. عبيد، أمال؛ لعروف، حنان. «الصحة في سيناريو ما بعد جائحة كورونا: خبرات عالمية والتجربة الجزائرية». «مجلة أبحاث ودراسات التنمية»، جامعة محمد البشير الإبراهيمي برج بوعريريج – كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير – مخبر الدراسات والبحوث في التنمية الريفية، مج 11، ع 1، جوان 2024، ص374-393.

11. العتيق، عبدالمحسن بن مبارك أحمد. «أسباب ضعف استخدام المعلمين المتدربين في مقررات التربية الإسلامية لاستراتيجيات التعلم النشط وسبل تعزيز تطبيقها من وجهة نظر المشرفين التربويين». *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، جامعة القصيم، مج 18، ع 1، يناير 2025، ص405-432.
12. عزة عبد المنعم رضوان، البناء العاملي لمقياس الصحة النفسية لأطفال الروضة من وجهة نظر أمهاتهم — كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة القاهرة، 2025 م.
13. عيد، أنس عبدالستار؛ الدليمي، سيف الدين دحام عواد. «أثر برنامج مقترح للاسترخاء وتنظيم التنفس في الصحة النفسية ومستوى أداء مهارة الإعداد بالكرة الطائرة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الأنبار». *مجلة علوم التربية الرياضية*، جامعة بابل – كلية التربية الرياضية، مج 18، ع 1، فبراير 2025، ص369-385.
14. عيسى، هدير هادي؛ شدهان، خمائل محسن؛ هويدي، هشام هندأوي. «واقع الصحة النفسية باستخدام منظومة المرونة العقلية والأداء "HRP" للاعبين منتخب جامعة القادسية بالريشة الطائرة». *مجلة علوم التربية الرياضية*، جامعة بابل – كلية التربية الرياضية، مج 18، ع 2، أبريل 2025، ص1088-1108.
15. غدامسي، فاطمة الزهرة؛ سعدي، وحيدة. «أهمية الصحة النفسية في التحصيل الأكاديمي للتلاميذ بالمدرسة الجزائرية من وجهة نظر أساتذة التعليم الابتدائي: دراسة ميدانية ببعض ابتدائيات ولاية سوق أهراس». *مجلة المعيار*، جامعة الأمير عبد القادر للعلوم الإسلامية – كلية أصول الدين، مج 29، ع 2، مارس 2025/هـ 1446، ص778-793.
16. فقيهي، قماشة عبدالله جبران. «دور العيادات الاستشارية الافتراضية في تعزيز الصحة النفسية لطالبات جامعة أم القرى». *مجلة بحوث في الخدمة الاجتماعية التنموية*، جامعة بني سويف – كلية الخدمة الاجتماعية التنموية، مج 8، ع 1، مارس 2025، ص43-76.
17. فؤاد، نسرين سمير أحمد. «تطبيقات الصحة ودورها في تحسين نوعية الحياة: فيزيوتا نموذجاً». *مجلة كلية الآداب والعلوم الإنسانية*، جامعة قناة السويس – كلية الآداب والعلوم الإنسانية، ع 32، مارس 2020، ص169-213.
18. القرافي، أحمد بن سويعد بن عبد الوهاب. «مواجهة التحديات الاقتصادية الأسرية في ضوء التربية الاقتصادية الإسلامية». *المجلة العربية للدراسات الإسلامية والشرعية*، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، ع 31، يناير 2025، ص1-28.
19. مخناش، هشام؛ بن فاضل، فؤاد؛ حريش، إيمان. «ممارسة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الثانوي: دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين». *مجلة التحدي*، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي – معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، مج 17، ع 1، فبراير 2025، ص1-13.
20. معاذ أحمد محمد الحازمي، علي صوعان عبدالله مجربي، الإعلام وتأثيره على الصحة النفسية للأطفال بالملكة العربية السعودية — مجلة الإعلام والتنمية المستدامة / جامعة جازان، 2025م.



21. مودودي، محمد. «أسباب ظاهرة التسول في المساجد من وجهة نظر أئمة وخطباء الكاميرون وسبل مواجهتها من منظور التربية الإسلامية». «المجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية»، الأكاديمية الإفريقية للدراسات المتقدمة، مج 4، ع 2، 2025، ص199-229.
22. وسار، نوال. «الصحة في ظل جائحة كوفيد 19: تطبيقات الصحة عبر الهواتف الذكية أنموذجاً». «المجلة الدولية للاتصال الاجتماعي»، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم – كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية – مخبر الدراسات الإعلامية والاتصالية، مج 9، ع 1، مارس 2022، ص399-413.
23. إدريس، علي. (1992). الصحة النفسية في إطار التربية الإسلامية. مجلة جامعة الزيتونة، ع1، 177-199.
24. توفة، صلاح فضل. (2024). منهج الإسلام في تعزيز الصحة النفسية. الوعي الإسلامي، س61(707)، 60-62.
25. المغامسي، ماجد بن عبدالله فالح. (2025). منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم. المجلة العربية للدراسات الإسلامية والشرعية، ع31، 321-356.

List of Arabic Sources Translated into English:

1. Abu Muhanna, Jihad (Ed.). *Women's Mental Health and Quality of Life*. Al-Joubah, Abdulrahman Al-Sudairy Cultural Center, Issue 86, Winter 1446 AH / 2025 AD, pp. 20–35.
2. Idris, Abdulmalik bin Muhammad; Al-Attas, Talib bin Saleh bin Hassan. *The Degree of Realization of Social Citizenship Values among International Primary School Students from the Perspective of Islamic Education as Perceived by Their Teachers*. Journal of King Abdulaziz University – Educational and Psychological Sciences, King Abdulaziz University, Faculty of Education, Vol. 4, No. 2, April 2025, pp. 239–267.
3. Ismail, Osama Zainhom Mahmoud; Abdullah, Wael Mohammed Ahmed. *A Counseling Model Based on Islamic Educational Foundations for Regulating the Use of Artificial Intelligence Technologies in Islamic Education Research*. Journal of the Faculty of Education in Educational Sciences, Ain Shams University, Faculty of Education, Vol. 49, No. 1, 2025, pp. 15–124.
4. Al-Mareq, Abdullah bin Mubarak. *Mental Health in the Prophetic Sunnah: The Pillars of Faith and Islam as a Model*. Al-Andalus Journal for Humanities and Social Sciences, Al-Andalus University for Science and Technology, Issue 114, February 1446 AH / 2025 AD, pp. 173–209.



5. Al-Almaei, Abdullah Mohammed Mousa; Al-Almaei, Ali Ishaq Mousa. *The Relationship between Digital Technology and Family Mental Health*. Journal of Social Work, Egyptian Association of Social Workers, Issue 82, Vol. 4, October 2024, pp. 87–109.
6. Al-Housani, Badriya Juma Mohammed; Al-Mansouri, Maryam Saeed; Al-Falahi, Wadha Zayed. *Employing Artificial Intelligence Applications in Teaching Islamic Education and Its Relationship to Developing Creative Thinking among Female Students of Buaya School*. Arab Journal of Qualitative Education, Arab Foundation for Education, Sciences and Arts, Issue 36, April 2025, pp. 165–198.
7. Al-Dosari, Nora bint Nasser bin Mubarak. *The Level of Social Intelligence among Parents and Its Role in Protecting Children from Cybercrime from the Perspective of Islamic Education: A Field Study*. Journal of Jazan University for Humanities, Jazan University, Vol. 13, No. 3, May 2025, pp. 1–30.
8. Salem, Walid; Khelalfa, Zainab. *Digital Health through New Media in Algeria: An Analytical Reading of the Digital Platforms Esiha and Besiha as a Model*. Al-Sawra Journal for Humanities and Social Studies, Tahri Mohammed University of Bechar, Faculty of Humanities and Social Sciences, Vol. 11, No. 1, June 2025, pp. 193–212.
9. Saeed, Zuhair . *Digital Health between Opportunities and Challenges*. Al-Bougaz Journal for Legal and Judicial Studies, Issue 42, June 2025, pp. 259–281.
10. Abdi, Amal; Larouf, Hanan. *Digital Health in the Post-COVID-19 Scenario: Global Experiences and the Algerian Experience*. Journal of Development Research and Studies, Mohamed El-Bachir El-Ibrahimi University of Bordj Bou Arreridj, Faculty of Economic, Commercial and Management Sciences, Laboratory of Rural Development Studies and Research, Vol. 11, No. 1, June 2024, pp. 374–393.
11. Al-Atiq, Abdulmohsen bin Mubarak Ahmed. *Reasons for the Weak Use of Active Learning Strategies by Trainee Teachers in Islamic Education Courses and Ways to Enhance Their Application from the Perspective of Educational Supervisors*. Journal of Educational and



Psychological Sciences, Qassim University, Vol. 18, No. 1, January 2025, pp. 405–432.

12. Radwan, Izzah Abdel-Moneim. *Factor Structure of the Digital Mental Health Scale for Kindergarten Children from Mothers' Perspectives*. Faculty of Early Childhood Education, Cairo University, 2025.

13. Eid, Anas Abdel-Sattar; Al-Dulaimi, Saif Al-Din Dahham Awad. *The Effect of a Proposed Relaxation and Breathing Regulation Program on Mental Health and the Performance Level of the Volleyball Setting Skill among Students of the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Anbar*. Journal of Sports Education Sciences, University of Babylon, Faculty of Physical Education, Vol. 18, No. 1, February 2025, pp. 369–385.

14. Issa, Hadeer Hadi; Shadhan, Khamael Mohsen; Howaidi, Hisham Hindawi. *The Reality of Mental Health Using the Mental Resilience and Performance System (HRP) among Badminton Players of Al-Qadisiyah University Team*. Journal of Sports Education Sciences, University of Babylon, Faculty of Physical Education, Vol. 18, No. 2, April 2025, pp. 1088–1108.

15. Ghadamsi, Fatima Al-Zahra; Saadi, Wahida. *The Importance of Mental Health in Academic Achievement of Students in Algerian Schools from the Perspective of Primary Education Teachers: A Field Study in Selected Primary Schools of Souk Ahras Province*. Al-Mi'yar Journal, Emir Abdelkader University for Islamic Sciences, Faculty of Usul Al-Din, Vol. 29, No. 2, March 1446 AH / 2025 AD, pp. 778–793.

16. Faqihi, Qamasha Abdullah Jibran. *The Role of Virtual Counseling Clinics in Enhancing Mental Health among Female Students at Umm Al-Qura University*. Journal of Research in Developmental Social Work, Beni Suef University, Faculty of Developmental Social Work, Vol. 8, No. 1, March 2025, pp. 43–76.

17. Fouad, Nesreen Samir Ahmed. *Digital Health Applications and Their Role in Improving Quality of Life: Vezeeta as a Model*. Journal of the Faculty of Arts and Humanities, Suez Canal University, Issue 32, March 2020, pp. 169–213.



18. Al-Qarafi, Ahmed bin Suwaid bin Abdulwahab. *Confronting Family Economic Challenges in Light of Islamic Economic Education*. Arab Journal of Islamic and Legal Studies, Arab Foundation for Education, Sciences and Arts, Issue 31, January 2025, pp. 1–28.
19. Makhnash, Hicham; Ben Fadel, Fouad; Harish, Iman. *The Practice of Physical and Sports Education and Its Relationship to Certain Dimensions of Mental Health among Secondary School Students: A Comparative Study between Practicing and Non-Practicing Students*. Al-Tahaddi Journal, Larbi Ben M'hidi University of Oum El Bouaghi, Institute of Physical and Sports Activities Sciences and Techniques, Vol. 17, No. 1, February 2025, pp. 1–13.
20. Al-Hazmi, Muadh Ahmed Mohammed; Mujrabi, Ali Sawaan Abdullah. *Digital Media and Its Impact on Children's Mental Health in the Kingdom of Saudi Arabia*. Journal of Digital Media and Sustainable Development, Jazan University, 2025.
21. Maududi, Mohammed. *The Causes of the Phenomenon of Begging in Mosques from the Perspective of Imams and Preachers in Cameroon and Ways of Addressing It from the Perspective of Islamic Education*. African Journal of Advanced Studies in Humanities and Social Sciences, African Academy for Advanced Studies, Vol. 4, No. 2, 2025, pp. 199–229.
22. Wessar, Nawal. *Digital Health in the Context of the COVID-19 Pandemic: Digital Health Applications via Smartphones as a Model*. International Journal of Social Communication, Abdelhamid Ibn Badis University of Mostaganem, Faculty of Humanities and Social Sciences, Laboratory of Media and Communication Studies, Vol. 9, No. 1, March 2022, pp. 399–413.
23. Idris, Ali. (1992). Mental health within the framework of Islamic education. *Zaytuna University Journal*, Issue 1, 177–199.
24. Taqah, Salah Fadl. (2024). The Islamic approach to promoting mental health. *Al-Wa'i Al-Islami*, Vol. 61(Issue 707), 60–62.
25. Al-Mughamsi, Majid Abdullah Faleh. (2025). The Islamic educational approach to confronting psychological challenges for the Muslim individual. *Arab Journal of Islamic and Sharia Studies*, Issue 31, 321–356.



P- ISSN: 3007-3650 E- ISSN: 2706-8536

Journal of the College of Basic Education

مجلة كلية التربية الاساسية

كلية التربية الاساسية – الجامعة المستنصرية

Vol.32 (No.137) 2026, pp.984-1000

The Importance of Teaching Islamic Education In Promoting Mental Health

Alaa Ismail Khalil

Ministry of Education / General Directorate / Rusafa First Education / Department of
Preparation and Training

Alaa.ismael320@gmail.com

Abstract:

This research examines Islamic Education as an effective educational approach for promoting mental health among primary school students in light of rapid technological transformations and the resulting early and intensive use of technology by children. This situation has led to a range of psychological and behavioral problems, most notably poor concentration, addiction, social isolation, and anxiety associated with continuous interaction with electronic media. The study is based on a central problem concerning how Islamic Education can be employed to support students' psychological balance, drawing upon its rich ethical values and well-established educational principles that contribute to guiding behavior, regulating emotions, and developing self-awareness. The research aims to identify the dimensions of mental health among primary school students, diagnose the challenges they face in their environment, clarify the Islamic values that can be educationally activated within this context, and measure their impact on improving mental health. The study adopts the descriptive-analytical approach through reviewing and analyzing educational and psychological literature, as well as previous studies, and linking their concepts to the theoretical framework of the research. The theoretical findings indicate that Islamic Education plays a pivotal role in enhancing self-monitoring, behavioral discipline, and time management. It also helps reduce negative emotions and harmful online behaviors while contributing to the development of social intelligence and the establishment of positive relationships with family members, schools, and peers, thereby reducing manifestations of social isolation. The study highlights the importance of integrating modern technology and artificial intelligence into Islamic Education in a conscious and responsible manner that takes into account students' psychological and physical well-being, thereby achieving a balance between benefiting from modern technologies and protecting mental health. The research recommends strengthening the presence of Islamic educational values in educational programs, training teachers and parents in the field of mental health, and designing safe and interactive educational content. It also calls for future studies to examine the impact of this approach across different age groups, with the aim of building a psychologically and socially balanced generation capable of dealing wisely with the modern world from the earliest stages of education.

Keywords: Islamic Education, Digital Mental Health, Primary School Students, Digital Behavior, Psychological Balance.