(وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالصحة النفسية لطالبات السنة التحضيرية)

تقع هذه الدراسة ضمن اطار الدراسات البينية التي تجمع بين مجالي الإعلام وعلم النفس ،حيث تذهب لبحث العلاقة بين استخدامات وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقة هذه الاستخدامات بجانب الصحة النفسية ، وبالنظر إلى التراث العلمي في هذا المجال نجد الاهتمام بشكل أساسي ببلورة ملامح وسائل التواصل الاجتماعي من الناحية المادية التي تعني بخصائصها، وانفرادها من حيث التنوع واللاجماهيرية وقابلية التفاعل بالإضافة إلى آليات استخدامها في السياق الاجتماعي دون النظر إلى التأثيرات النفسية لاستخدام هذه الوسائل سواء كانت بالسلب أو الايجاب .

وانطلاقاً من ذلك تسعي هذه الدراسة للتعرف على وسائل التواصل الاجتماعي الأكثر استخداماً من قبل طالبات السنة التحضيرية والوقوف على السمات العامة لهذه الوسائل، كما تسعي ايضا للتعرف على تأثير الأنماط المختلفة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية للوقوف على العلاقة بين نمط الاستخدام والتأثير النفسي المترتب عليه لدى عينة الدراسة.

تعد هذه الدراسة من الدراسات الوصفية التي تستهدف تحليل وتقويم خصائص مجموعة معينة بهدف الحصول على معلومات كافية عنها، والكشف عن طبيعة الظاهرة الإعلامية محل الدراسة وهي استخدام طالبات السنة التحضيرية بالجامعة لوسائل التواصل الاجتماعي، وعلاقة هذا الاستخدام بمتغير الصحة النفسية ، واستخدمت الباحثتان منهج (المسح بالعينة) كما اعتمدت على (مقياس الصحة النفسية) كأداة لجمع البيانات من عينة الدراسة .

أظهرت أهم نتائج الدراسة أن اليوتيوب كان أكثر وسائل التواصل الاجتماعي كثافة في الاستخدام لدى عينة الدراسة بنسبة 98.9% كما أظهرت أن غرض التسلية احتل المركز الأول في قائمة اغراض استخدام وسائل التواصل بنسبة 82.8% وتم حساب أعلى نسبة استخدام لطبيعة الهوية والبيانات المستخدمة بشكل صحيح جاءت النتيجة بتكرار 349 بنسبة 75% كما جاء الجوال كوسيلة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي بنسبة 96.6%.

و أوصت الدراسة بإجراء دراسات مستقبلية على عينات مختلفة للمقارنة، كذلك تطبيق مقاييس نفسية أخرى لدراسة العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتأثيراتها كالقلق والاغتراب النفسي. وتوظيف التطبيقات الجديدة في زيادة فعالية العملية التعليمية.

Abstract

This study falls within the framework of intra-studies that combines both areas of media and psychology. It discusses the relationship between social media use and psychological health. And by looking at the scientific heritage of this area, we find essential interest in crystallizing the physical features of social media which concerns with its characteristics, and its exclusivity in terms of diversity, demassification, the ability to interact, as well as its usage mechanisms in the social context without regard to its psychological effects, whether positively or negatively.

Based on that, this study is seeking to identify the most widely used social media by students of the preparatory year and to know the general features of these media. The study is also seeking to identify the effect of different usage patterns of social media on psychological health in order to determine the relationship between the usage pattern and its psychological impact for the study sample.

This study is a descriptive study that aims at analyzing and evaluating characteristics of a certain group in order to obtain sufficient information about them, and revealing the nature of the media phenomenon under study, which is the use of social media by preparatory year students, and the relationship of this use with the psychological health. The researchers have used (sample survey) approach and adopted the (psychological health scale) as a tool to collect data from the study sample.

The most important results of the study showed that YouTube was the most used social media in the study by 98.9%; also showed that entertainment ranked first in the list of purposes of use by 82.8%. The highest percentage of use for gender and correctly used data has been calculated and the result was repeating 349 times by 75%. Also, the mobile phone was selected as a way to interact with social media by 96.6%.

The study recommended conducting future studies on different samples for the comparison purpose; applying other psychological measures to study the relationship between the use of social media and the psychological effects such as anxiety and alienation, and employing the new applications to increase effectiveness of educational process.

وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية

(دراسة ميدانية)

أ./خلود منصور عبدالغفار الأنصاري (*) أ./ ريزان سليمان بن ظافر القحطاني (**)

مقدمة الدراسة ومدخلها المعرفي:

تعد وسائل التواصل الاجتماعي من أهم تطبيقات الإعلام الجديد حيث يقوم الملايين باستخدامها، فتحولت المجتمعات إلى عوالم افتراضية تعيش وتتبادل المعلومات والفكر والتجارب والقيم، ونظرًا لتميزها بخصائص كثيرة وإتاحتها لخدمات واستعمالات متعددة فهي كونية وعالمية ومتاحة لكل الأفراد وما جعلها تتميز عن وسائل الإعلام الأخرى هو طابعها التفاعلي، فمستخدمها يتمكن من المشاركة في مضمونها واختيار الخدمة التي يشاء.

وتعتبر سهولة الاستعمال وإتاحة الوصول لخدماتها من أهم العوامل التي جعلت الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي تستقطب نسبة هامة من الأفراد بكل الفئات والمستويات العلمية والثقافية، وقد أدى هذا الاستخدام المفرط لحدوث انعكاسات على كافة الجوانب. [1]وخاصة على الجانب النفسي.

فالصحة النفسية جزء لا يتجزأ من الصحة العامة، فهي حالة من العافية يتمكن فيها الفرد من تكريس قدراته الخاصة، والتكيف مع أنواع الإجهاد العادية، والعمل بتفانٍ وفعالية، والإسهام في المجتمع بشكل فعَّال.[2] ويعد

(*) محاضر بكلية الاتصال والإعلام – قسم الاتصال ،جامعة الملك عبدالعزيز .

(**) محاضر بكلية الاتصال والإعلام – قسم الاتصال ،جامعة الملك عبدالعزيز .

[1]. إبراهيم بعزيز، الاستخدام المفرط لوسائل الاتصال الحديثة من طرف الأفراد: الآثار والانعكاسات، بحث مقدم للملتقى الوطني الأول(تأثيرات وسائل الإعلام الجديدة على الأفراد والمجتمعات، سطيف، جامعة فرحات عباس(2010م).

[2]. صحيفة الوقائع العدد، (2010م) الصحة النفسية.

ميدان الصحة النفسية من أكثر ميادين علم النفس إثارة لاهتمام الناس، لأن الجميع يسعى للتعرف على المظاهر التي ينبغي أن يتمتع بها الفرد كي يكون ذا صحة نفسية سليمة [3].

ونظراً لأهمية الجانب النفسي للأفراد خاصة بالنسبة لفئة الطلاب، وما لهذا الجانب من تأثير، نجد أن وسائل التواصل قد أثرت إيجاباً حيث ساعدت على سهولة التواصل مع الأخرين، والقدرة على الانتباه والتركيز في مضمون الرسائل، زيادة الوعي والمعرفة ، تطوير الذات واكتساب مهارات جديدة وتنمية التواصل اللغوي والقدرة على التفاعل مع الأخرين، ورفع مستوى التجاوب واحترام الآخر، الإحساس بالمسؤولية تجاه كل ما يدونه الفرد أو يقرؤه والخروج من العزلة النفسية بمشاركة الآخرين ولو على سبيل الجانب الإلكتروني، هذا من جانب أما على المستوى السلبي، فقد أظهرت العديد من الدراسات أن استخدامات هذه الوسائل قد أفرزت العديد من التأثيرات والمشكلات النفسية المتنوعة التي يمكن النظر إليها بوصفها ضريبة لاقتحام وسائل التواصل حياتنا من قبيل القلق الاجتماعي،وضعف مهارات التواصل، وإهمال الواجبات الأسرية، وخفض دائرة العلاقات الاجتماعية .[4] وانطلاقًا مما سبق فإن هذه الدراسة تحاول الوقوف على التأثيرات النفسية استنادًا إلى متغير الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة وهم فئة مهمة من فئات المجتمع، تقع عليهم مسؤولية قيادة معظم الميادين، ويمثلون طاقة إنتاجية عالية بعد دخولهم سوق العمل، وعليه ينبغي أن يتمتعوا بصحة نفسية سليمة لكونها تهيء الفرد الجيد والتوافق الحسن مع تحديات البيئة وحسن الأداء [5].

الصحة النفسية: الأبعاد وملامح المفهوم:

محددات الصحة النفسية:

- الثبات الانفعالي.
- التكيف الدراسي أو المهني.
- القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين والحفاظ عليها.
- الأمن النفسي والعاطفي.
- الإدراك الموضوعي للحقائق.
- القدرة على تأكيد الذات والإحساس بالمسؤولية.
- مواجهة الواقع وتقبله.
- استغلال الوقت بفاعلية وحماس.
- التعايش مع التحديات والتغييرات الطبيعية.

---

[3]. كامل كتلو،تيسير عبدالله (2011م)، نوعية الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية مجلة علم النفس، العدد 88-89:. 67

[4]. خالد الرقاص، يحيى الرافعي(2013م) الاتجاه نحو بعض أدوات الإعلام الجديد ومجالات ومعدل استخدامها في ضوء بعض المتغيرات النفسية والمعرفية:5.

[5]. نوال العامري،التوافق الأسري وعلاقته بالصحة النفسية للطالب الجامعي، مجلة كلية الآداب، العدد70(2005م):431-432.

خصائص الصحة النفسية:

- الصحة النفسية هي نتاج الماضي والحاضر والمستقبل، فخبرات الماضي تترك بصماتها في الصحة النفسية كما يفعل الحاضر، ومستقبل الصحة النفسية رهن لما نفعله وما نحمله من توقعات وطموحات تجاه أنفسنا وتجاه العالم الخارجي والمعنوي.
- هدف يسعى إليه الجميع، سواء عرفناه بالاسم، أم لم نعرفه، فهي ما نعبر عنه بالسعادة أو الطمأنينة والشعور بالرضا عن أنفسنا والآخرين.
- هي منظومة متكاملة تشترك فيها الجماعة التي ينتمي لها الفرد بحيث يلعب الآخرون دورًا هامًا في صياغتها سلبًا أو إيجابًا.[6]

مظاهر الشخصية السوية (المتمتعة بالصحة النفسية):

فيما يلي حصر للمظاهر العامة التي يمكن أن تظهر في سلوك الفرد الخارجي وليس بالضرورة أن تبدو لنا في سلوك الفرد منفصلة، ولكنها تتفاعل في كل موقف، ويظهر ما نسميه الشخصية المتوافقة ويمكن تحديد أهم خصائصها:

- الراحة النفسية والطمأنينة: المقصود بها هنا حالة التوازن النفسي والتوافق والتي تنبع من خلال الواقع والقدرة على مواجهته إيجابياً.
- واقعية الفرد: ولهذا البعد سمات عديدة مثل؛ مفهوم الذات، أو فكرة الفرد عن نفسه، وتحتوي على ثلاثة أبعاد:(فكرة الفرد عن قدراته، فكرته عن نفسه في علاقته مع الأخرين، وذاته المثالية التي ينبغي أن يكون عليها وليس كما هو في الواقع).
- القدرة على تحمل المسؤولية: أي ضبط الذات وتأجيل بعض الحاجات وتقديم أخرى، مع القناعة والرضا، وتحمل نتيجة الأفعال والقرارات، وتحمل المسؤولية يرتبط بالمستوى العمري، ويدل على النضج الانفعالي والاجتماعي.
- الملائمة: الشخص السوي نجد مشاعره وأفكاره وتصرفاته ملائمة، فإدراكاته تعكس الواقع الذي يعيشه، ويمنع نفسه أن تستبد به المشاعر إذا كانت السيطرة مطلوبة من أجل الأداء الفعّال، لكنه يتقبل مشاعره، ويكون سلوكه ليس ملائماً للظروف فحسب، بل ملائماً لعمره ومستواه من النضج.
- القدرة على مواجهة الضغوط والإحباط: أي أن يستجيب الفرد السوي استجابة فعالة وإيجابية حين يواجه موقفاً إحباطيًا، وكذلك القدرة على إدارة الضغوط مما يجعل الفرد يتغلب على مصادر الضغط وخفض الآثار السلبية للضغوط على الصحة النفسية والجسمية.

[6]. عدنان الفرج،عصر المعلومات والصحة النفسية للأبناء،المؤتمر السنوي لمركز الإرشاد النفسي- الأسرة في القرن21، جامعة عين شمس، القاهرة (2001م):485.

- انخفاض مستوى القلق: حيث إن القلق خوف من مجهول لا أساس له في الواقع، ونحن لا نتحدث عن القلق العادي الإيجابي المعتدل والذي يساعد على الدافعية، ولكن القلق المتطرف الذي يكون علامة من علامات سوء التوافق النفسي.

الصحة النفسية والتوافق:

يعتبر مفهوم التوافق من المفاهيم الهامة في علم النفس، وهو مفهوم يرتبط ارتباطاً وثيقاً بمفهوم الصحة النفسية، وقد يصل للمطابقة والترادف، وذلك يعود إلى أن الفرد الذي تتسم شخصيته بالإيجابية والسوية لديه القدرة أن يتوافق إيجابياً مع المواقف المختلفة، ويعد ذلك مؤشرًا لتمتعه بمستوى جيد من الصحة النفسية، مما ينعكس على المجتمع وقدرته على تقبل المتغيرات والبيئة المحيطة والتوافق معها بما يشبع رغباته وطموحاته.[7]

أهمية الصحة النفسية للطالب الجامعي:

يعد الطالب الجامعي في هذه الفترة العمرية من حياته كغيره من أفراد المجتمع؛ بحاجة إلى الاستقرار النفسي، والاتزان الداخلي، ليعيش الحياة الكريمة والمستقرة، والتي تضمن له الاستفادة القصوى من مهاراته وطاقاته، والتكيف مع الخبرات المختلفة، وهذا لن يتحقق إلا بالصحة النفسية، ولا تقتصر أهمية البحث على الصحة النفسية بل التركيز على الطالب الجامعي والذي هو فئة مهمة من المجتمع، تقع عليهم مسؤولية قيادة معظم الميادين، ويمثلون طاقة إنتاجية عالية بعد دخولهم سوق العمل، وعليه ينبغي أن يتمتعوا بصحة نفسية سليمة لكونها تهيء الفرد الجيد والتوافق الحسن مع تحديات البيئة وحسن الأداء .[8]

وسائل التواصل الاجتماعي:

مع ظهور مواقع ووسائل التواصل الاجتماعي في أواخر القرن العشرين؛ أصبح لها الأثر الأكبر في إحداث التغيير وجعلت العالم يعيش في تفاعل مستمر، لأنها تمتلك من الخصائص ما يجعل أعداد مستخدميها يتضاعف يوماً بعد يوم، خاصة مع تعدد أنواعها وخصائصها المختلفة، وأصبح المستخدم شريكاً في صنع المحتوى الإعلامي، فيختار الوسيلة الملائمة لإشباع حاجاته، وهنا تكمن خطورة المعادلة في كيفية استخدام هذه الوسائل والاستفادة منها، وتحقيق الإشباعات ويكون ذلك في إطار من المسؤولية من الأفراد تجاه ذواتهم وتجاه الآخرين، ونخص بالذكر تحديد أهم مواقع وسائل التواصل الاجتماعي :

1. تويتر: يعد شبكة اجتماعية تقدم خدمة التدوين بحيث يمكن لمستخدمه تدوين مالا يتعدى 140 حرفًا سواء عن طريق تويتر مباشرة أو عن طريق التطبيقات الخارجية.[9]
2. سناب شات: تطبيق يسمح بتسجيل فيديو أو تصوير صور يستطيع مشاركة الآخرين مشاهدتها.

---

[7]. هشام عبدالله (2004م)،الصحة النفسية مدخل إلى الشخصية الإيجابية والمجتمع السوي، كلية التربية،جامعة الزقازيق:210.

[8]. العامري، مرجع سابق 431-432.

[9]. الرافعي، الرقاص، مرجع سابق،5.

3. إنستجرام: تطبيق يسمح للمستخدم بمشاركة الآخرين الصور والتعليق عليها.
4. يوتيوب: من أشهر المواقع على شبكة الإنترنت؛ وتقوم فكرته على إمكانية إرفاق ملفات تتكون من مقاطع فيديو دون أي تكلفة مالية مجرد أن يقوم المستخدم بالتسجيل في الموقع وإرفاق ملف ليراه ملايين الأشخاص حول العالم.[10]
5. فيس بوك: شبكة من العلاقات الاجتماعية تربط مستخدميها بعضهم ببعض حيث يسمح للأشخاص بإنشاء صفحات خاصة بهم يقومون فيها بتبادل الصور والأخبار والدردشة مع الأصدقاء والمجموعات المختلفة.[11]

تتشابه وسائل الإعلام إلا أنَّ هناك سمات مميزة للوسائل الإعلامية الراهنة مما يفرض تأثيراتها على الأفراد فتجعلهم يفضلون التعامل مع الإعلام الجديد لما يتركه من مساحة واسعة للتفاعل، ومن أبرز سمات وسائل التواصل الاجتماعي:

- التفاعلية:

وهي القدرة على تبادل الأدوار بين المرسل والمستقبل، ويتحول المتلقي من مجرد مستقبل سلبي لمشارك متفاعل يرسل ويستقبل المعلومات في الوقت ذاته، وتحولت فكرة الإعلام التقليدي من اتصال أحادي الاتجاه، وأصبح الاتصال يسير في اتجاهين، يتبادل فيه الأطراف الاتصال، ويكون بقدر من الحرية في كمَّ التأثير ونوعيته.

- التنوع:

نتج عن التطور الهائل في التقنية التنوع في عناصر العملية الاتصالية والتي وفرت للمتلقي اختيارات أكبر لتوظيف الاتصال بما يتفق وحاجاته ودوافعه ويتمثل ذلك في الأشكال المتاحة وتنوع المحتوى الذي يختاره على المواقع والوسائل المختلفة.[12]

- اللاجماهيرية:

لم تعد الرسالة الإعلامية تخاطب جمهوراً عاماً كما في السابق بل أصبح بالإمكان توجيه مضامينها إلى فرد بعينه أو مجموعة بعينها تستهدفها الرسالة والوسيلة تبعاً لحاجاتها واهتماماتها فانطلقت الوسيلة والرسالة من قالب العمومية للخصوصية.

- قابلية التحريك:

أصبحت وسائل الاتصال يمكن الاستفادة منها بشكل مرن حيث يمكن نقلها من وإلى أي مكان؛ كأجهزة الهاتف النقَّال، والذي يمكن التحرك وحمله، وبالتالي تتوفر المعلومة بسهولة.

---

[10]. عبدالحميد غانم،الإعلام الشبكي الجديد المفهوم والدور،مجلة الفكر السياسي،العدد51-52(2014م):121.

[11]. خالد منصر، الاتصال الشخصي في الإعلام الجديد مجلة جيل العلوم الإنسانية الاجتماعية،العدد12(2015م):94

[12].منصر،مرجع سابق،94.

- تجاوز وحدتي الزمان والمكان:

نجح في تغيير البعد الجغرافي من خلال مد الفرد بالمعلومات والأحداث بغض النظر عن مكان وقوعها، حيث تلاشت الحدود والمسافات في ظل ثورة الاتصالات والتكنولوجيا، وأصبح بإمكان الفرد التعرف على الحدث ومعايشته بمجرد حدوثه في أي مكان يتواجد به.

- الانتباه والتركيز:

يقوم المتلقي بعمل فعال في اختيار المحتوى والتفاعل معه فإنه يتميز هنا بدرجة من التركيز والانتباه بخلاف الوسائل التقليدية والتي يكون فيها التعرض سطحياً.[13]

- المشاركة والانتشار:

تتيح وسائل التواصل الاجتماعي وجميع وسائل الإعلام الجديد لكل شخص حتى في أبسط الأدوات فرصة الانتشار والمشاركة وأن يكون ناشراً يرسل ويتفاعل مع الآخرين.

وللسمات السابقة ولغيرها يجدر بنا أن نشير للنقلة الهامة التي أثرت بها وسائل التواصل الاجتماعي على الفرد إيجاباً حتى وجدت هذه الكثافة الهائلة في الاستخدام خاصة لدى فئة الطلاب الجامعيين، ونذكر من هذه الإيجابيات:

1. توظيف هذه التقنيات في مجالات علمية مختلفة بما يعود بالخير والنفع على الفرد في كافة التخصصات والجوانب.
2. استخدام هذه الوسائل والتقنيات في تطوير الخدمات التعليمية والتفاعل في البيئة الدراسية بجامعة الملك عبد العزيز. كاستخدام تطبيق (My kau) للتواصل بين الطالب والأستاذ بسهولة وسرعة ودون تكلفة.
3. تقديم وسائل التواصل الاجتماعي حملات إعلامية لمواجهة الظواهر السلبية في المجتمعات وتحصين الرأي العام من الوقوع فيها.[14]
4. خلق مجتمعات افتراضية تعطي الفرص لتقديم التواصل والتفاعل بين أعضاء المستخدمين وإنشاء مجموعات وصفحات اهتمام في الأحداث تتيح تبادل الوسائط المختلفة.
5. نشر الدعوة الإسلامية والنصح والإرشاد، لانتشارها وسهولة استخدامها.
6. تتيح للفرد فرصة التعبير عن الرأي وهو عامل جذب مهم لهذه الفئة العمرية وهذا ما يسمى (My space) مساحتي أنا .[15]
7. اكتساب أنماط من السلوك والتجارب التي يمكن أن تكون نموذجًا وقدوة.

---

[13]. الهذبة مناجلية، الإعلام الجديد الواقع والخصائص، جامعة عنابة:458

[14]. محمد وداعة الله، مدني حسن(2014م) مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في تناول قضايا الشباب الجامعي: دراسة تطبيقية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، السودان.

[15].المرجع السابق .

8. إشباع حاجات الفرد المختلفة باختياره الوسيلة المناسبة له وتشكيل المضمون الذي يوافق شخصيته.

وفي ظل كل هذه الإيجابيات والسمات التي اتسمت بها وسائل التواصل الاجتماعي، وجعلتها مميزة عن غيرها من الوسائل التقليدية، لا نتجاهل التأثيرات السلبية لها، لاسيما فيما يخص الجانب النفسي، وهو مجال الدراسة، ويمكن أن نلخصها فيما يلي:

- التأثيرات النفسية:

الأثر الأساسي في استخدامات وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مكثف هو؛ الإصابة بالإحباط النفسي ،والإحساس بالقلق، والشعور بالذنب لاسيما في التعرض لما هو غير مقبول، وعدم تقبل الذات والمقارنة مع الآخرين، والهروب من الواقع والأزمات من خلال التفاعل المستمر مع وسائل التواصل المختلفة، وغير المرتبطة بزمان أو مكان، بالإضافة إلى العزلة وعدم الرغبة بالتواصل مع الآخرين خاصة في ظل وجود مجتمع إلكتروني قد يكون بديلاً عن الحقيقي ،اضطرابات النوم والأرق، والدخول في عالم وهمي، وتقليل مقدرة الفرد على خلق شخصية نفسية سوية تدفعه إلى الخجل وفقدان التحكم والسيطرة الذاتية .

- التأثيرات الاجتماعية:

تمثلت تأثيرات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على النسيج الاجتماعي فقد قللت جلوس الفرد المستخدم مع عائلته، وإمكانية الحديث مع أشخاص كثيرين جعلت الفرد يقضي أوقاتاً دون أن يشعر بالزمن، وبالتالي ينفصل عن المجتمع الحقيقي، ويدخل في مجتمعات افتراضية يرتبط بها لدرجة أن يفقد الرغبة بالجلوس مع عائلته وأصدقائه، وبالتالي حلول نسيج اجتماعي افتراضي يتميز بانعدام حميمية الجوار والتقارب. [16]

- التأثيرات الدينية والأخلاقية:

من أخطر الانعكاسات التي يمكن أن تنتج عن الاستعمال المفرط للخدمات الإلكترونية تلك المتعلقة بالجانب الديني والأخلاقي التي قد تؤدي إلى تدهور منظور القيم، لأن الحديث والتواصل عبر وسائل التواصل المختلفة قد يكون مع فئات مختلفة منها العقلاني والملتزم، ومنها الذين لا قيم لهم ولا مبادئ، بالإضافة إلى أن قضاء وقت طويل من التعرض لهذه الوسائل قد يؤدي للتهاون في أداء الواجبات الدينية، وهناك من يستعمل هذه الوسائل في القدح بأشخاص وانتهاك خصوصياتهم، أو استفزاز لآخرين.[17]

كما يظهر لدى الطالب بالذات تهاون في قيمة الوقت، وتفضيل التصفح والتفاعل عبر الوسائل عن أداء الواجبات اليومية، أو التركيز في البيئة التعليمية، ويعقب ذلك انخفاض المستوى الدراسي، كذلك اكتساب بعض السلوكيات الخاطئة والتي قد تنشأ عنها تقبل لمفاهيم سلبية، ومن ثم الإقبال على العمل بها، وهذا من ضمن الغزو الفكري

---

[16]. بعزيز،مرجع سابق،94.

[17]. المرجع سابق

والثقافي للعقليات، فلا حدود أو رقابة لهذه الوسائل سوى بعوامل الالتزام الديني الداخلي، والتنشئة الاجتماعية القوية، والوعي الذاتي القوي والرادع.

الإطار النظري والمنهجي للدراسة

نظرية الاستخدامات والإشباعات في الإعلام:

تعتبر هذه النظرية نقطة هامة في التحول الإعلامي في مضمون أن السؤال الرئيسي: ماذا تفعل وسائل الإعلام بالجمهور؟؟ لكنه تحول إلى ماذا يفعل الجمهور بوسائل الإعلام؟؟ حيث يختار الجمهور وسيلة معينة يتفاعل معها لإشباع حاجة معينة لديه، وقد تأسس مدخل الاستخدامات والإشباعات على يد (الياهوكانز)الذي اهتم بدراسة عملية الاتصال الجماهيري دراسة منظمة انطلاقاً من أن تصرفات الأفراد في كافة النواحي محكومة باحتياجات يسعون لإشباعها واختيار الأفراد للمضمون الذي يلبي احتياجاتهم.

ويعتبر مدخل الاستخدامات والإشباعات من النماذج النظرية التي ظهرت في السبعينيات من القرن الميلادي الماضي في مرحلة سميت (بالتأثيرات المعتدلة لوسائل الإعلام)، كما تميزت هذه النظرية أنها تناولت خصائص الجمهور الذي يتعرض للوسيلة الإعلامية من حيث الخصائص والدوافع بعيداً عن الفكر السابق أن الجمهور يتقبل ويتعود على ما يقدم له فقط [18].

- فروض النظرية:
  - أفراد الجمهور مشاركون فعالون يستخدمون وسائل الاتصال لإرضاء وإشباع حاجاتهم.
  - أفراد الجمهور على وعي تام بالحاجات التي تدفعهم إلى استخدام وسائل الإعلام.

وكذلك تضمنت النظرية عناصر أساسية كمدخل لها:

1. الجمهور النشط:

حيث ظهر مفهوم جديد للجمهور المتفاعل النشط وليس مجرد متلقي ويشارك في المضمون الإعلامي.

2. دوافع التعرض:

تعرض الجمهور للوسيلة الإعلامية ينقسم إلى فئتين:

1.دوافع نفعية تستهدف التعرف على الذات /اكتساب المعرفة والمعلومات وجميع أشكال العلم .

2.دوافع طقوسية :تستهدف تمضية الوقت والترفيه والصداقة والهروب.

[18]. نايف آل سعود، دوافع استخدمات الشباب السعودي الجامعي لشبكات التواصل الاجتماعي والإشباعات المتحققة منها: دراسة ميدانية على طلاب جامعة الملك سعود، مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية،العدد34 ص208-209.

الإشباعات المتحققة من التعرض التي يبحث عنها الجمهور نوعان:

1. إشباعات المحتوى: وتنتج من التعرض لمحتوى الرسالة الإعلامية وترتبط بها أكثر من ارتباطها بالوسيلة.
2. إشباعات عملية الاتصال: وتنتج من اختيار الفرد لوسيلة معينة ولا ترتبط بخصائص الوسيلة.[19].

- مفهوم نظرية الاستخدامات والإشباعات في الإعلام الجديد:

تعتمد الدراسة على مدخل الاستخدامات والإشباعات لدراسة استخدام الطالبات لوسائل التواصل الاجتماعي باعتبارها تجمع ما بين المدخل الاتصالي والسيكولوجي، وهي من النماذج الهامة في شرح الظواهر المتعلقة لاستخدام وسائل الاتصال التكنولوجية الحديثة ومن منطلق ما تفترضه هذه النظرية من وجود جمهور نشط له دوافع شخصية ونفسية واجتماعية تدفعه لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي لإشباع حاجاته [20].

ويتحقق هذا الاستخدام لوسائل التواصل الاجتماعي فيما يلي:

- التسلية والترفيه وقضاء أوقات الفراغ.
- الاتصال بالآخرين بتكلفة أقل وسهولة ومرونة.
- الفضول للتعرف على كل ما هو جديد ومعرفة أخبار الأصدقاء.
- التعبير عن الآراء والأفكار والمشاعر والطروحات ومشاركتها الآخرين.
- حالة للتفاعل مع الآخرين ودعم موضوعات معينة.
- اكتساب معلومات ومهارات علمية ومعرفية.
- تطوير الذات.

ومما سبق يمكننا القول: إن نظرية الاستخدامات والإشباعات ارتكزت إلى فرضية أساسية وهي:" أن الأفراد يختارون بوعي وسائل الاتصال التي يرغبون في التعرض لها، كما ينتقون المضمون الذي يلبي احتياجاتهم النفسية والاجتماعية "ولكن الأمر اللافت للنظر هو: أن التطور التكنولوجي الناجم عن تزواج تكنولوجيا الاتصال والإعلام والذي أفرز لنا شبكات التواصل الاجتماعي بكل ما تحمله من تعدد وتنوع في الاستخدامات والإشباعات التي تلبيها لدى مستخدميها. إلا أن الوجه الآخر لهذه الإشباعات قد يقابله تأثيرات نفسية لا يمكن الاستهانة بها خصوصًا على مستوى الصحة النفسية، فالقلق والاكتئاب والعزلة الاجتماعية، كلها أمراض نفسية ارتبطت بطبيعة الاستخدامات المستحدثة لهذا الوسيط الجديد. ومن هنا كان الاعتماد على هذه النظرية كمدخل نظري لدراسة العلاقة بين طبيعة الاستخدام لهذه لوسائل لدى طالبات السنة التحضرية ومدى تأثر مستوى الصحة النفسية لديهن.

---

[19]. نوال وسار، استخدامات الطلبة الجامعين الجزائريين لمواقع التواصل الاجتماعي والإشباعات المتحققة منها:دراسة ميدانية، مجلة جيل العلوم الإنسانية الاجتماعية، العدد 4:146-147.

[20]. عبدالكريم الزياني، استعمالات وتمثلات الشباب الليبي لوسائل الإعلام الجديد، جامعة الفاتح:9.

الدراسات السابقة

تم استعراض الدراسات السابقة وفقا لمحورين على النحو التالي:

المحور الأول / الدراسات السابقة المتعلقة بالصحة النفسية.

المحور الثاني / الدراسات السابقة المتعلقة بتأثيرات وسائل التواصل الاجتماعي.

المحور الأول: الدراسات السابقة المتعلقة بالصحة النفسية

- دراسة نصيرة لمين(2013م):[21]

بعنوان: "الاغتراب وعلاقته بالصحة النفسية " استخدمت الباحثة: المنهج الوصفي التحليلي على عينة بلغت (40) طالبة، وأداة الدراسة المقابلة الشخصية، ومقياس الاغتراب النفسي، ومقياس الصحة النفسية، وكانت أهم نتائج الدراسة: أنه توجد علاقة بين الاغتراب النفسي والصحة النفسية، فكلما زاد الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة قل مستوى الصحة النفسية.

- دراسة منال عبده (2011م):[22]

بعنوان: "التأثيرات المترتبة على استخدام الشباب الجامعي لموقع الفيس بوك "، استخدمت الباحثة: المنهج الوصفي المسحي على عينة عمدية بلغت (250) طالب جامعي، وكانت الأداة المستخدمة استمارة استبيان، مقياس لقياس التأثيرات المعرفية والوجدانية والسلوكية الناتجة عن استخدام الشباب الجامعي للموقع، وأهم نتائج الدراسة: أن نسبة 54% يستخدمون الانترنت بصفة منتظمة، وأن الدافع الأول للاستخدام هو إقامة صداقات مع الأخرين بنسبة 26%، وجاء الفيس بوك في الترتيب الأول في الوسائل المستخدمة.

- دراسة كامل حسين كتلو (2011م):[23]

بعنوان: "نوعية الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية "، استخدم الباحث: المنهج الوصفي، على عينة عشوائية قوامها (500) طالب، وكانت الأداة المستخدمة مقياس الصحة النفسية، مقياس نوعية الحياة، ومن أهم النتائج: أنه توجد علاقة ذات دلالة بين استجابات الطلبة نحو نوعية الحياة والصحة النفسية. بمعامل ارتباط موجب (0,136) بمعنى أن ارتفاع نوعية الحياة يصاحبه زيادة في درجة الصحة النفسية.

- دراسة نوال العامري (2005م):[24]

---

[21]. نصيرة لمين، الاغتراب وعلاقته بالصحة النفسية، مجلة الحكمة: العدد 28 (2013م):231- 243

[22]. منال منصور، التأثيرات المترتبة على استخدام الشباب الجامعي لموقع الفيس بوك، مجلة الإعلام:العدد37(2011م): 175-228.

[23]. كامل كتلو،تيسير عبدالله ، نوعية الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية، مجلة علم النفس: العدد 88-89 (2011م): 88-89.

[24]. نوال العامري، التوافق الأسري وعلاقته الصحة النفسية للطالب الجامعي، مجلة كلية الآداب جامعة بغداد: العدد(69-70)،(2005م):428-450.

بعنوان: " التوافق الأسري وعلاقته بالصحة النفسية للطالب الجامعي "، استخدمت الباحثة: مقياس الصحة النفسية والعينة عشوائية بلغت (180) طالبًا وطالبة، وجاءت أهم النتائج: أن متوسط الصحة النفسية لدى العينة بلغ 120 وذلك يعني أن الطالب يتمتع بصحة نفسية جيدة.

الدراسات السابقة المتعلقة بتأثيرات وسائل التواصل الاجتماعي

- دراسة محمد الفقية، حاتم الصالحي (2016م):[25]

بعنوان " تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على القيم الاجتماعية والأسرية للشباب العربي " استخدم الباحثان منهج المسح الميداني على عينة (300) طالب في ثلاث دول (السعودية، اليمن، مصر) وكانت أهم نتائج الدراسة: ارتفاع معدل استخدام الشباب العربي لمواقع التواصل الاجتماعي إذ أن نصف عينة الدراسة يستخدمون مواقع التواصل بواقع 4 ساعات فأكثر يوميا، ويُعد موقع الفيس بوك هو الشبكة الاجتماعية الأكثر استخدامًا من قبل الشباب العربي، يليه موقع يوتيوب، ثم تويتر، وكشفت النتائج عن وجود علاقة بين بعض دوافع الاستخدام وجنسية المبحوثين، فضلا عن وجود فروق في تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على قيم التسامح والتدين لدى الشباب تعود لاختلاف جنسياتهم، ووجود فروق في تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على قيم (التعاون والمشاركة الاجتماعية، وتقدير الذات، والعلاقات الاجتماعية) لدى الشباب تعود لاختلاف مستوياتهم التعليمية، في المقابل لا توجد فروق في تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على القيم الاجتماعية والأسرية لدى الشباب تعود لاختلاف النوع.

- دراسة يحى الرافعي، خالد الرقاص (2014م):[26]

بعنوان: "الاتجاه نحو بعض أدوات الإعلام الجديد ومجالات ومعدل استخدامها في ضوء بعض المتغيرات النفسية والمعرفية" ،استخدم الباحثان: المنهج الوصفي التحليلي واستخدما القائمة العربية للتشاؤم، والدافعية للتعلم ،واختبار القلق الاجتماعي، واستمارة البيانات الأولية على عينة عشوائية من الشباب السعودي تبلغ (400) مبحوث وكانت أهم نتائج الدراسة: أكثر أدوات الإعلام الجديد اليوتيوب بواقع(355) مبحوثًا المعدل اليومي لاستخدام التطبيقات أكثر من (10) ساعات يومياً بعدد بلغ (280) مبحوثًا ،عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الشباب الأكثر والأقل استخداماً للإعلام الجديد في المتغيرات النفسية (التشاؤم /القلق/التفاؤل).

- دراسة سميرة محمد عبد الوهاب (2014م):[27]

---

[25]. محمد الفقيه، حاتم الصالحي، تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على القيم الاجتماعية والأسرية للشباب العربي، (2016) جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية كرسي اليونسكو للأعلام المجتمعي.

[26]. يحيى الرافعي،خالد الرقاص، الإتجاه نحو بعض أدوات الإعلام الجديد ومجالات ومعدل استخدامها في ضوء المتغيرات النفسية والمعرفية، مجلة رسالة التربية وعلم النفس: العدد47(2014م):1-24.

[27]. سميرة محمد عبدالوهاب، استخدام طلبة الصف الثاني عشر لوسائط الإعلام الاجتماعي وأثره في حياتهم الاجتماعية والأخلاقية والنفسية ،مجلة عالم التربية، العدد45(2014م): 15-25.

بعنوان: "استخدام طلبة الصف الثاني عشر لوسائط الإعلام الاجتماعي الإلكتروني وأثره على حياتهم الاجتماعية والأخلاقية والنفسية "، أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها (24100) من طلبة الصف الثاني عشر بدولة الكويت واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي والاستبيان كأداة، وأظهرت أهم نتائج الدراسة: أعلى درجات الموافقة لدوافع استخدام وسائل الإعلام الإلكتروني كانت لاستغلال وقت الفراغ.

- دراسة نايف بن ثنيان آل سعود(2014م):[28]

بعنوان:"دوافع استخدامات الشباب السعودي الجامعي لشبكات التواصل الاجتماعي والإشباعات المتحققة منها"، أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها (470) طالبًا، واعتمدت الدراسة على المنهج المسحي الوصفي والاستبيان كأداة، وأظهرت أهم النتائج: أن أكثر من (95%) من العينة يستخدمون الإنترنت بشكل يومي منتظم، ويتراوح الاستخدام من (4-6)ساعات، وأكثر الشبكات الاجتماعية استخداماً كانت تويتر بنسبة (61%).

- دراسة حاتم علاونة (2014م):[29]

بعنوان:"استخدامات طلبة جامعة اليرموك لـ (اليوتيوب)والإشباعات المتحققة منها "، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي والأداة الاستمارة استقصاء على عينة كانت عشوائية بواقع (300) طالب وأهم نتائج الدراسة جاءت نسبة استخدام اليوتيوب بنسبة (88%)، وجاء استخدام المبحوثين لليوتيوب بالمنزل بنسبة (38%)والهاتف المحمول في المرتبة الثانية بنسبة (34.6%)، وأغلب أفراد العينة يدخلون بأسمائهم الحقيقية للحساب بنسبة (64,2%).

- دراسة نوال وسار (2014م):[30]

بعنوان: "استخدامات الطلبة الجامعيين الجزائريين لمواقع التواصل والإشباعات المتحققة منها "، استخدمت الباحثة: المنهج المسحي لعينة عمدية قوامها (76) طالبًا والأداة استمارة استقصاء وقد أظهرت النتائج بنسبة (81%) من العينة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي، وجاءت أهم الدوافع للاستخدام؛ الاتصال بالأصدقاء، والتعرف عليهم، بنسبة (48,6%)، وجاء الفيس بوك في مقدمة المواقع الأكثر استخداماً بنسبة (77,63%)، وأغلب أفراد العينة يقدمون أنفسهم بشكل صريح وبأسمائهم الحقيقية بنسبة (85,52%).

---

[28]. نايف آل سعود، تأثير استخدام الإنترنت على استخدامات طلاب الجامعات السعودية لوسائل الاتصال الجماهيري، مجلة جامعة الملك سعود ،العدد 17 (2014م):201-266.

[29]. حاتم علاونة، استخدامات طلبة جامعة اليرموك ل اليوتيوب والإشباعات المتحققة منها، مجلة اتحاد الجامعات العربية للآداب، العدد 2(2014م): 822-922.

[30]. نوال وسار ،استخدامات الطلبة الجامعيين الجزائريين لمواقع التواصل الاجتماعي والإشباعات المتحققة منها مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 4(2014م):145-164.

- دراسة محمد وداعة الله (2014م):[31]

بعنوان: "مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في تناول قضايا الشباب الجامعي "، وقد استخدم الباحث: المنهج المسحي والمقارن، والأداة الاستمارة الاستقصاء والملاحظة العلمية والمقابلة، والعينة (500) طالب، وكانت أهم النتائج: أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي جاء بنسبة عالية من العينة بلغت (48%)، والموقع الأكثر استخداماً الفيس بوك وأكثر مبررات الاستخدام لدى العينة قضاء أوقات الفراغ والتسلية بمتوسط حسابي بلغ (3,52).

- دراسة عبد الله عبد المؤمن التميمي (2012م):[32]

بعنوان: "استخدامات الشباب الجامعي لوسائل الإعلام الاجتماعي والإشباعات المتحققة "، وقد استخدم الباحث: المنهج الوصفي ومنهج دراسة الحالة، وكانت الأداة استمارة استقصاء على عينة قوامها (100) طالب وطالبة، ومن أهم النتائج: استخدام وسائل الإعلام الاجتماعي بنسبة (65%) من العينة، وتصدر الفيس بوك المواقع الأكثر استخداماً بنسبة (59%) والوسيلة المستخدمة جاء جهاز الحاسب الآلي بنسبة (72%) ويليه الهاتف المحمول (27%).

- دراسة (محمود السماسيري، غالب شطناوي2011م):[33]

بعنوان: "استخدامات الشباب الجامعي الأردني للمواقع الاجتماعية على الإنترنت وتأثيراتها، الفيس بوك نموذجاً، استخدم الباحثان: المنهج الوصفي المسحي، على عينة عشوائية من الطلاب بواقع (200) طالب، وكانت أداة الدراسة استمارة استقصاء، وأظهرت أهم النتائج: أن مدة مايقضيه أفرد العينة على الفيس بوك بواقع (37%) أكثر من ساعة ونصف إلى ساعتين، وجاءت دافع الاستخدام للتسلية من أعلى الإشباعات بنسبة (77%).

- دراسة (Aren, Karbiniski2010):[34]

بعنوان " أثر الفيس بوك على التحصيل الدراسي لدى الطلاب " اعتمد الباحث على منهج المسح الاجتماعي والاستبيان كأداة لجمع المعلومات على (٢١٩) طالبا جامعيا في نيويورك حيث هدفت للتعرف على أثر استخدام موقع "فيسبوك" على التحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعات، وأظهرت أهم النتائج: أن الدرجات التي يحصل عليها طلاب الجامعات المدمنون على شبكة الإنترنت وتصفح موقع "فيسبوك" أكبر الشبكات الاجتماعية على الإنترنت أدنى بكثير من تلك التي يحصل عليها نظراؤهم الذين لا يستخدمون هذا الموقع كما أظهرت النتائج أنه

---

[31]. محمد وداعة الله (2014م) مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في تناول قضايا الشباب الجامعي، السودان.

[32]. عبدالله التميمي، استخدامات الشباب الجامعي لوسائل الإعلام الاجتماعي والإشباعات المتحققة منها، مجلة حوليات آداب عين شمس، العدد 40(2012م): 293- 313.

[33]. محمود السماسيري، غالب شطناوي، استخدامات الشباب الجامعي الأردني للمواقع الاجتماعية على الانترنت وتأثيراتها الفيس بوك نموذجًا مجلة الإعلام، العدد:38(2011م):263-315.

[34] .Aren,Karbiniski,"Face book and the technology revolution",New York Spectrum Publications,2010.

كلما ازداد الوقت الذي يمضيه الطالب الجامعي في تصفح هذا الموقع كلما تدنت درجاته في الامتحانات، حيث أن (79%) من الطلاب الجامعيين الذين شملتهم الدراسة اعترفوا بأن إدمان على موقع الفيس بوك يؤثر سلبيا على تحصيلهم الدراسي ،كذلك وضحت النتائج أن الأشخاص الذين يقضون وقتا أطول على الإنترنت يخصصون وقتا أقصر للدراسة مشيرا إلى أن لكل جيل اهتمامات تجذبه وأن هذا الموقع يتيح للمستخدم "الدردشة" وحل الفوازير وإبداء رأيه في كثير من الأمور و البحث عن أصدقاء جدد أو قدامى .

- دراسة (Mechel, Van soon 2010):[35]

بعنوان ".أثر استخدام التقنية على العلاقات الاجتماعية " استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وأداة الاستبيان لجمع المعلومات على عينة قوامها (١٦٠٠) شاب من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي في بريطانيا، حيث هدفت للتعرف على أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية، أهم نتائج الدراسة: أن أكثر من نصف الأشخاص البالغين الذين يستخدمون مواقع من بينها (الفيسبوك واليوتيوب) قد اعترفوا بأنهم يقضون وقتا أطول على شبكة الإنترنت من ذلك الوقت الذي يقضونه مع أصدقائهم الحقيقيين أو مع أفراد أسرهم ،وأظهرت الدراسة أيضا أنهم يتحدثون بصورة أقل عبر الهاتف ولا يشاهدون التلفاز كثيرا، وأن شبكات التواصل الإلكترونية قد غيرت نمط حياة (٥٣%) من أفراد العينة.

التعليق على الدراسات السابقة:

- جاءت دوافع شغل أوقات الفراغ والتسلية كأعلى الدوافع لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.
- أشارت الدراسات السابقة إلى أن موقع الفيس بوك كان في مقدمة المواقع الاجتماعية الأكثر استخدامًا.
- لم تتناول الدراسات السابقة متغير الصحة النفسية في إطار صلته باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.
- اعتمدت الدراسات السابقة منهجيًا على العينات العشوائية واستمارات الاستقصاء دون استخدام لمقاييس محكمة. لقياس التأثيرات الناجمة عن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.
- استفادت الباحثتان من الدراسات السابقة في تحديد المشكلة البحثية وتحديد الإطار المنهجي.

مشكلة الدراسة:

مع التنامي المتزايد والمتسارع لشبكات التواصل الاجتماعي وتداخلها في شتى جوانب الحياة لمختلف فئات المجتمع خاصة الفئات الأصغر سناً، وكونها أصبحت جزءاً لا يتجزأ من أسلوب الحياة اليومية، ووسيلة للتفاعل والتواصل مع البيئة المحيطة، كما أضحت وسيلة فعالة للتعبير المباشر عن مكنونات النفس، وفي ضوء هذه المحددات تظهر حاجة ملحة لدراسة التأثيرات المختلفة لوسائل التواصل الاجتماعي، خاصة على المستوى النفسي لفئة ناشئة تعد

[35]. Mechel, Van soon,"Face book and the invasion of technological communities",New York,2010

من أهم فئات المجتمع وهي فئة طالبات الجامعة. وهنا تتمحور مشكلة هذه الدراسة في محاولة الكشف عن العلاقة بين استخدام الطالبات لوسائل التواصل والصحة النفسية لدى هذه الفئة.

أهمية الدراسة:

تأتي أهمية الدراسة على المستوى النظري والتطبيقي فيما يلي:

1. التقدم التكنولوجي الهائل لوسائل التواصل الاجتماعي وتطور قدرتها على التأثير واتساع دائرة مستخدميها.
2. التطور في وسائل التواصل الاجتماعي ليصبح نمط التعرض تفاعلياً بين الجمهور والوسيلة فأصبح المتلقي شريكًا أساسيًا في صنع المحتوى والمادة المعروضة في الوسيلة ذاتها.
3. حاجة المجتمع عامة والمؤسسات التعليمية خاصة، ومن أهمها بيئة التعليم الجامعية لتنظيم هذا التفاعل والتواصل بين الطالبة ووسائل التواصل الاجتماعي في ظل الثورة الإعلامية، وكثافة التعرض والاستخدام ومحاولة الموازنة بين حرية الاستخدام والمسؤولية الشخصية والاجتماعية.
4. اعتماد الطالبة في هذه المرحلة العمرية على وسائل التواصل الاجتماعي في الكثير من الاشباعات النفسية والعقلية والثقافية، بالإضافة إلى اكتساب الكثير من المعارف والمعلومات والتغذية الفكرية السلبية والإيجابية.
5. الكشف عن العلاقة بين الصحة النفسية، واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، وهو الجانب الأهم والخطير في تبعات الإعلام الجديد.

أهداف الدراسة:

1. التعرف على العلاقة بين نمط الاستخدام لوسائل التواصل الاجتماعي والصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية.
2. . التعرف على ماهية وسائل التواصل الاجتماعي وماهي الوسائل الأكثر استخداماً لدى طالبات السنة التحضيرية.
3. الكشف عن أساليب استخدام طالبات السنة التحضيرية لوسائل التواصل الاجتماعي.
4. الكشف عن أغراض استخدام طالبات السنة التحضيرية لوسائل التواصل الاجتماعي.
5. الكشف عن العلاقة بين نمط الاستخدام والتأثير الإيجابي والسلبي لوسائل التواصل الاجتماعي.

تساؤلات الدراسة:

1. ما أكثر وسائل التواصل الاجتماعي استخداماً لدى طالبات السنة التحضيرية؟
2. ما الأغراض المتحققة من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طالبات السنة التحضيرية؟

3. ما أساليب استخدام طالبات السنة التحضيرية لوسائل التواصل الاجتماعي؟
4. ما طبيعة الوسيلة التي تستخدمها طالبات السنة التحضيرية للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي؟
5. ما كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طالبات السنة التحضيرية؟
6. ما السمات العامة لشبكات التواصل الاجتماعي الأكثر استخداماً لدى طالبات السنة التحضيرية؟
7. ما العلاقة بين نمط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية؟

فروض الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية ما بين نمط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة ومتغير الصحة النفسية.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين نمط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة ومستوى الصحة النفسية.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مدى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوي الصحة النفسية لدى عينة الدراسة.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الغرض من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الهوية المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة.

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي المسحي والذي يستهدف تصوير وتحليل وتقويم خصائص مجموعة معينة بهدف الحصول على معلومات كافية ودقيقة عنها، وبناء على ذلك تسعى الدراسة للكشف عن طبيعة الظاهرة وتأثيرها على المتغير النفسي محل الدراسة وبناء على ذلك استخدمت الباحثتان هذا المنهج للتعرف على علاقة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي
والصحة النفسية على فئة لطالبات الجامعة من مستوى السنة التحضيرية – للحصول على بيانات شاملة تفيد في رسم ملامح الظاهرة ووضع خطط على أساس استبصار كامل.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراســة من الطالبات في الســنة التحضــيرية بجامعة الملك عبد العزيز، في مدينة جدة، بمنطقة مكة المكرمة، في الفصل الدراسي الثاني، من شهر جمادى الثاني – رجب للعام الجامعي (1437/1436هـ).

عينة الدراسة:

اعتمدت الدراسـة على عينة عشـوائية من طالبات الجامعة اللاتي يدرسـن في السـنة التحضـيرية بجامعة الملك عبد العزيز، تم تطبيقها على طالبات الجامعة من السنة التحضيرية بواقع عدد (465) طالبة.

أدوات جمع البيانات:

1. استمارة استقصاء استطلاعية كأداة لجمع البيانات الأولية والأساسية من عينة الدراسة عن طريق توجيه مجموعة من الأسئلة الاستطلاعية للتعرف على حقائق معينة شملت المحاور التالية:
(متوسط زمن الاستخدام / الغرض من الاستخدام/ هوية المستخدِم / الجهاز المستخدَم)
2. مقياس الصحة النفسية [36]: بما أن البحث يهدف للكشف عن العلاقة بين استخدام الطالبات لوسائل التواصل الاجتماعي والصحة النفسية لذا ارتأت الباحثتان استخدام مقياس الصحة النفسية (صلاح فؤاد مكاوي) والذي يتكون من (50) فقرة لقياس مستوى الصحة النفسية، تقيس العبارات (8) عوامل مختلفة على النحو التالي:

السعادة في الحياة /الرضا عن الذات / رضا الآخرين /الرضا المهني /الخلو النسبي من الأعراض المرضية / وجود معنى في الحياة / الأمن النفسي / الأمن الاقتصادي.

مصطلحات الدراسة:

1.الصحة النفسية Mental Health:

عرف العامري(2005م)[37] الصحة النفسية: (هي قدرة الفرد على الانسجام مع نفسه ومع البيئة المحيطة به) وفي تعريف العايد: (هي قدرة الفرد على التوافق مع نفســه ومع المجتمع الذي يعيش فيه وهذا يؤدي إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطرابات، مليئة بالتحمس، وهذا يعني أن يرضى الفرد عن نفسه، وأن يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين، وأن يتوافق مع المجتمع ولا يسلك سلوكًا اجتماعيًا شاذًا)، (2001م)[38].

وفي التعريف الإجرائي للمصــطلح في هذه الدراســة: (أن يعيش الفرد حالة من الاتزان الداخلي والخارجي تجعله متكيفاً مع ما حوله من صــراعات الحياة والحقوق والواجبات بشــكل إيجابي فيعيش في ســلام واســتقرار وأمان داخلي).

2. وسائل التواصل الاجتماعي Social Media:

---

[36]. مقياس الصحة النفسية، صلاح فؤاد مكاوي.

[37]. العامري، مرجع سابق،429

[38]. فهد العايد(2001م) الصحة النفسية معناها ودلالتها جريدة الجزيرة العدد 10418

في تعريف (وسار 2014م)[39]،(هي: مجموعة من الوسائل تسمح للمشترك فيها بإنشاء موقع خاص به يستطيع التعامل من خلاله مع أعضاء آخرين لهم نفس الاهتمامات والهوايات)،وفي تعريف آل سعود (1433هـ)،(هي: مواقع تحقق التواصل بين الأعضاء يتم من خلالها طرح الأفكار ومناقشتها وإعطاء وجهات النظر في موضوعات معينة ولها أعضاؤها الدائمين الذين ينتظمون في مجموعات معينة بحسب اهتماماتهم وتفضيلاتهم المختلفة)،وفي التعريف الإجرائي للمصطلح في هذه الدراسة(بأنها: التطبيقات والطرق المستخدمة باستعمال التكنولوجيا وشبكة الإنترنت لإتاحة التواصل والتفاعل بين المستخدمين وإضافة رأي أو تعليق أو صورة باختلاف الخصائص لكل تطبيق ومن أبرزها (تويتر ،واتس اب ، سناب شات ، إنستجرام ، يوتيوب، فيس بوك).

3. طالبات السنة التحضيرية Students of the Preparatory year:

في تعريف (التميمي 2012م)،[40]هم الطلاب المسجلون داخل الجامعة لنيل درجة علمية وفق الأنظمة المعمول بها في الجامعة ،وفي تعريف دليل السنة التحضيرية بجامعة الملك عبدالعزيز بجدة هو: برنامج أكاديمي متكامل الأهداف يتم من خلاله تعزيز قدرات الطالب بمفردات أساسية بهدف إعداد الطالب المستجد ليكون قادراً على الاندماج في بيئة التعليم الجامعي واكتسابهم المهارات الأساسية اللازمة للدراسة الجامعية .[41]وفي التعريف الإجرائي للمصطلح في هذه الدراسة (الطالبات اللاتي يدرسن بالسنة الأولى من البكالوريوس حيث يدرسن المواد التي تعدهن لاختيار التخصص وتعزيز قدراتهن للمستويات التالية وتساعدهن على الاندماج في بيئة التعليم الجامعي).

نتائج الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على ماهية وسائل التواصل الاجتماعي الأكثر استخداماً لدى طالبات السنة التحضيرية والكشف عن الإشباعات المتحققة من استخدام طالبات السنة التحضيرية لوسائل التواصل الاجتماعي، ومن ثم التعرف على العلاقة بين نمط الاستخدام لوسائل التواصل الاجتماعي والصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية.

وقد تم إعداد استمارة استقصاء واستخدام مقياس الصحة النفسية لتحقيق هذا الهدف وتم تطبيقها على أفراد عينة الدراسة من طالبات السنة التحضيرية بجامعة الملك عبد العزيز، وكانت النتائج على النحو التالي:

أولاً: الإجابة عن تساؤلات الدراسة:

الإجابة عن السؤال الأول الذي نصه: ما كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طالبات السنة التحضيرية؟

---

[39]. وسار، مرجع سابق،146-147.

[40]. عبدالله التميمي،استخدامات الشباب الجامعي لوسائل الإعلام الاجتماعي والاشباعات المتحققة منها: دراسة ميدانية على طلاب جامعة عجمان،حوليات آداب عين شمس، العدد 40(2012م):304.

[41]. دليل السنة التحضيرية،جامعة الملك عبدالعزيز (1436هـ/1437هـ):7-8.

وللإجابة عن هذا السؤال، فقد تم حساب التكرارات والنسب المئوية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن السؤال الأول باستمارة الاستقصاء (متوسط الوقت الذي تقضية في استخدام وسائل التواصل اجتماعي) ويبين نتائجه جدول (1) التالي:

جدول (1)

كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طالبات السنة التحضيرية

الترتيب	وسائل التواصل الاجتماعي	التكرار	النسبة%
1	**يوتيوب**	460	%98.9
2	**واتس اب**	457	%98.3
3	**سناب شات**	439	%94.4
4	**إنستجرام**	439	%94.4
5	**تويتر**	386	%83
6	**فيس بوك**	160	%34.4

يتبين من الجدول السابق ما يلي:

أن أكثر وسائل التواصل الاجتماعي استخداماً لدى أفراد عينة الدراسة من طالبات السنة التحضيرية هو تطبيق (اليوتيوب) حيث بلغت نسبة مستخدميه (98.9%) من أفراد عينة الدراسة، يليه من وسائل التواصل الاجتماعي تطبيق (الواتس أب) بنسبة (98.3%)، ثم كل من التطبيقات (سناب شات، و انستجرام) بنسبة (94.4%) لكل منهما، يليهم تطبيق (تويتر) بنسبة (83%)، بينما كانت أقل وسائل التواصل الاجتماعي استخداماً هو تطبيق (فيس بوك) بنسبة (34.4%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة " الرافعي والرقاص[42] " والتي أظهرت نتائجها أن اليوتيوب هو أكثر وسائل التواصل الاجتماعي استخداماً لدى فئة الشباب ويمكن تفسير ذلك انطلاقا من طبيعة اليوتيوب ذاته التي تتميز بتقديم محتوى متنوع سواء على مستوى المعرفة أو الترفيه يناسب جميع الاهتمامات.

جدول (2)

معدل الاستخدام اليومي لتطبيق الفيس بوك

معدل الاستخدام	التكرار	النسبة%
ساعة يومياً	14	%3
ساعتان	3	%0.6

[42].الرافعي،الرقاص، مرجع سابق.

ثلاث ساعات	-	-
أربع ساعات	3	%0.6
أكثر من أربع ساعات	-	-
كلما دعت الحاجة	140	%30.1

يتبين من الجدول السابق ما يلي:

أن أغلب مستخدمي تطبيق (فيس بوك) من أفراد عينة الدراسة يستخدمونه (كلما دعت الحاجة) بنسبة (30.1%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة، وتراوحت نسب مستخدميه ما بين ساعة إلى أربع ساعات يوميا بين (0.6% - 3%) بينما لم يكن أي من مستخدمي (فيس بوك) يستخدمه لمدة أكثر من أربع ساعات يوميا.

جدول (3)

معدل الاستخدام اليومي لتطبيق تويتر

معدل الاستخدام	التكرار	النسبة%
ساعة يومياً	90	%19.4
ساعتان	40	%8.6
ثلاث ساعات	28	%6
أربع ساعات	39	%8.4
أكثر من أربع ساعات	9	%1.9
كلما دعت الحاجة	180	%38.7

يتبين من الجدول السابق ما يلي:

أن أغلب مستخدمي تطبيق (**تويتر**) من أفراد عينة الدراسة يستخدمونه (**كلما دعت الحاجة**) بنسبة (38.7%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة، وتراوحت نسب مستخدميه ما بين ساعة إلى أربع ساعات يوميا بين (12% - 17%) كما بلغت نسبة مستخدمي (تويتر) لمدة أكثر من أربع ساعات يوميا (1.9%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة.

جدول (4)

معدل الاستخدام اليومي لتطبيق واتس أب.

معدل الاستخدام	التكرار	النسبة%
ساعة يومياً	59	%12.7
ساعتان	54	%11.6
ثلاث ساعات	46	%9.9
أربع ساعات	101	%21.7
أكثر من أربع ساعات	46	%9.9
كلما دعت الحاجة	151	%32.5

يتضح من بيانات الجدول السابق ما يلي:

أن أغلب مستخدمي تطبيق (**واتس اب**) من أفراد عينة الدراسة يستخدمونه (**كلما دعت الحاجة**) بنسبة (32.5%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة، وتراوحت نسب مستخدميه ما بين ساعة إلى أربع ساعات يوميا بين (9.9% - 21.7%) كما بلغت نسبة مستخدمي (واتس اب) لمدة أكثر من أربع ساعات يوميا (9.9%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة.

جدول (5)

معدل الاستخدام اليومي لتطبيق سناب شات

معدل الاستخدام	التكرار	النسبة%
ساعة يومياً	80	**%17.2**
ساعتان	51	**%11**
ثلاث ساعات	49	**%10.5**
أربع ساعات	138	**%29.7**
أكثر من أربع ساعات	47	**%10.1**
كلما دعت الحاجة	74	**%15.9**

يتبين من الجدول السابق ما يلي:

أن أغلب مستخدمي تطبيق (**سناب شات**) من أفراد عينة الدراسة يستخدمونه لمدة (**أربع ساعات يومياً**) بنسبة (29.7%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة، وتراوحت نسب مستخدميه ما بين ساعة إلى ثلاث ساعات يوميا بين (10.5% - 17.2%) كما بلغت نسبة مستخدمي (سناب شات) لمدة أكثر من أربع ساعات يوميا (10.1%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة.

جدول (6)

معدل الاستخدام اليومي لتطبيق الإنستجرام

معدل الاستخدام	التكرار	النسبة%
ساعة يومياً	109	%23.4
ساعتان	76	%16.3
ثلاث ساعات	55	%11.8
أربع ساعات	80	%17.2
أكثر من أربع ساعات	27	%5.8
كلما دعت الحاجة	92	%19.8

يتضح من بيانات الجدول السابق ما يلي:

أن أغلب مستخدمي تطبيق (**إنستجرام**) من أفراد عينة الدراسة يستخدمونه لمدة (**ساعة يومياً**) بنسبة (23.4%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة، وتراوحت نسب مستخدميه ما بين ساعتين إلى أربع ساعات يوميا بين (11.8% – 17.2%) كما بلغت نسبة مستخدمي (انستجرام) لمدة أكثر من أربع ساعات يوميا (5.8%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة.

جدول (7)

معدل الاستخدام اليومي لتطبيق اليوتيوب

معدل الاستخدام	التكرار	النسبة%
ساعة يومياً	77	%16.6
ساعتان	58	%12.5

ثلاث ساعات	56	%12
أربع ساعات	79	%17
أكثر من أربع ساعات	23	%4.9
كلما دعت الحاجة	167	%35.9

يتبين من الجدول السابق ما يلي:

أن أغلب مستخدمي تطبيق (**يوتيوب**) من أفراد عينة الدراسة يستخدمونه (**كلما دعت الحاجة**) بنسبة (35.9%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة، وتراوحت نسب مستخدميه ما بين ساعة إلى أربع ساعات يوميا بين (12% - 17%) كما بلغت نسبة مستخدمي (يوتيوب) لمدة أكثر من أربع ساعات يومياً (4.9%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة

ومما سبق يمكن استنتاج أن كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طالبات السنة التحضيرية بجامعة الملك عبد العزيز تأتي بدرجة استخدام **متوسطة** حيث إن ما يقرب من ثلث العينة يستخدم وسائل التواصل الاجتماعي المحددة (**كلما دعت الحاجة**)، وأن أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي من الممكن أن يقضي بعض مستخدميها مدة أكثر من أربع ساعات يوميا في استخدامها هي تطبيقات (سناب شات، واتس اب، انستجرام، يوتيوب) على الترتيب بنسب تتراوح بين (10.1% - 4.9%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة. وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من "نايف آل سعود [43] "والتي أشارت إلى أن متوسط عدد الساعات التي يقضيها المتلقي ما بين(4-6)ساعات يوميا، ودراسة " الرافعي والرقاص [44]" التي أشارت إلى أن متوسط عدد الساعات التي يقضيها المتلقين تصل إلى أكثر من (10) ساعات ويمكن تفسير هذا الاختلاف إلى التنامي المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي وتعدد أنماطها. مما جعل المتلقين يتعاملون معها وفق الاحتياج، فكل تطبيق يؤدي بالنسبة للمتلقي إشباعًا محددًا وبالتالي تقلصت فكرة استحواذ تطبيق بعينه على وقت المستخدم.

الإجابة عن السؤال الثاني الذي نصه: ما غرض استخدام وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طالبات السنة التحضيرية ؟

وللإجابة عن هذا السؤال، فقد تم حساب التكرارات والنسب المئوية لإجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال الثاني لاستمارة الاستقصاء (لماذا تستخدمِ وسائل التواصل الاجتماعي؟) ومن ثم ترتيب الغرض من الاستخدام ترتيباً تنازلياً حسب نسبة اختياره من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة، ويبين نتائجه جدول (8) التالي:

جدول (8)

الغرض من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طالبات السنة التحضيرية، مرتبة تنازلياً

[43]. آل سعود، مرجع سابق.

[44].الرافعي،الرقاص،مرجع سابق.

الترتيب	الغرض من الاستخدام	التكرار	النسبة%
1	التسلية	385	%82.8
2	لقضاء وقت الفراغ	371	%79.8
3	متابعة موضوعات معينة	309	%66.5
4	معرفة أخبار الآخرين من الأصدقاء	277	%59.6
5	مشاركة اليوميات	144	%31
6	التعبير عن رأيي	127	%27.3
7	دعم موضوعات معينة	87	%18.7
8	استعراض صور الآخرين	78	%16.8
9	التعرف على أصدقاء جدد	65	%14
10	استعراض صوري	57	%12.3

يتبين من الجدول السابق أن أغلب أفراد عينة الدراسة من طالبات السنة التحضيرية يستخدمن وسائل التواصل الاجتماعي بغرض (التسلية) و (قضاء وقت الفراغ) ، حيث جاءت نسب اختيار تلك البدائل كغرض استخدام وسائل التواصل الاجتماعي (82.8% - 79.8%) على الترتيب، من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة، يليه كل من (متابعة موضوعات معينة) و (معرفة أخبار الآخرين من الأصدقاء) بنسب (66.5% - 59.6%)، وتراوحت نسب باقي الأغراض المحددة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طالبات السنة التحضيرية بين (31% -12.3%)، وكانت أقل نسبة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي بغرض (استعراض صور المستخدم نفسه) حيث جاء هذا الغرض بنسبة (12.3%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة " محمد وداعة " والتي أشارت إلى أن أكثر مبررات استخدام وسائل التواصل كانت قضاء وقت الفراغ والتسلية. كما تتفق أيضا مع دراسة " سميرة عبد الوهاب " والتي أشارت إلى دافع استغلال وقت الفراغ دون توضيح محدد لطبيعة الاستغلال باعتباره الدافع الأقوى لدى الجمهور لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.
بينما تتعارض النتيجة مع دراسة "نوال وسّار" والتي أشارت إلى أن أهم دوافع التعرض كانت التواصل مع الأصدقاء وبالتالي فإن هذا يدل على أن وسائل التواصل الاجتماعي أصبحت المهرب والملجأ لمستخدميها من الملل والشعور بالوحدة الناجمة عن أوقات الفراغ التي تعاني منها الطالبات في تلك المرحلة العمرية، مما يجعلهنَّ يستخدمنَّ وسائل التواصل الاجتماعي في الأغلب بغرض التسلية، وهذا بقدر ما له من إيجابيات في التعويض عن بعض المشاعر السلبية لدى الطالبات من العزلة أو الشعور بالوحدة؛ عن طريق التسلية والتواصل مع الآخرين عبر وسائل التواصل الاجتماعي، ألا أن هذا له من السلبيات ما يؤثر على العلاقات الاجتماعية الطبيعية لدى الطالبات حيث أن أغلبهن يفتقرن تدريجيًا المهارات الاجتماعية المطلوبة للتواصل مع المحيطين من أهل وأصدقاء عن طريق الزيارات واللقاءات (الحية) بين الأشخاص.

وهذا ما يدل عليه حصول الغرض (معرفة أخبار الآخرين من الأصدقاء) على الترتيب الرابع بنسبة (59.6%)، حيث أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي هي الطريقة الأولى في معرفة أخبار الآخرين ، بدلا من التواصل (الحي) لمعرفة أخبار الأصدقاء.

الإجابة عن السؤال الثالث الذي نصه: "ما طبيعة الهوية والبيانات المستخدمة عند استعمال وسائل التواصل الاجتماعي لدى طالبات السنة التحضيرية ؟"

وللإجابة عن هذا السؤال، فقد تم حساب التكرارات والنسب المئوية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن السؤال الثالث بالاستمارة استقصاء (الهوية والبيانات المستخدمة عند استعمال وسائل التواصل الاجتماعي)، ويبين نتائجه جدول (9) التالي:

جدول (9)

الغرض من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طالبات السنة التحضيرية، مرتبة تنازلياً

الترتيب	الهوية والبيانات المستخدمة	التكرار	النسبة%
1	هويتي الحقيقة وبيانات صحيحة	349	%75.1
2	هويتي المستعارة وبيانات صحيحة	52	%11.2
3	هويتي الحقيقة وبيانات غير صحيحة	47	%10.1
4	هويتي المستعارة وبيانات غير صحيحة	17	%3.7

يتبين من الجدول السابق أن أغلب أفراد عينة الدراسة من طالبات السنة التحضيرية يستخدمن (هوية حقيقية وبيانات صحيحة) عند استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بنسبة (75.1%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة، يليهن الطالبات اللاتي يستخدمن (هوية مستعارة وبيانات صحيحة) بنسبة (11.2%)، ثم من يستخدمن (هوية حقيقية وبيانات غير صحيحة) بنسبة (10.1%)، وكانت أقل نسبة لمن يستخدمن (هوية مستعارة وبيانات غير صحيحة) بنسبة (3.7%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة. وتتفق هذه النتيجة بشكل كبير مع دراسة "نوال وسّار" والتي أظهرت أن أفراد عينة الدراسة يقدمنَّ أنفسهنَّ بشكل صريح وبأسماء حقيقة. وهذا يعطي دلالة حول وعي جزء كبير من الطالبات وقدرتهنَّ على الاستخدام الرشيد لوسائل التواصل الاجتماعي بما يتفق وقيم المجتمع فليس هناك دواعٍ لإنكار هويتهنَّ أو بياناتهن حيث يرين أنه لا ضرر في ذلك طالما من يتواصلن معهن يعرفهن حق المعرفة أنهنَّ لن يستخدمن بياناتهن في أغراض غير سليمة، ويمكن إجمالاً قول: أن من يستخدمن الهوية الحقيقية نسبتهن (85.2%) ومن يستخدمن البيانات الصحيحة نسبتهن (86.3%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة، ويمكن الربط بين استخدام الهوية والبيانات والصحة النفسية لدى الطالبات حيث ان أغلب من يستخدمن الهوية المستعارة والبيانات غير الصحيحة يعانين من بعض المشاكل النفسية إما بسبب الإحساس بعدم الأمان في استخدام البيانات الصحيحة والهوية الحقيقية، أو الخوف من استغلال تلك البيانات، أو الاستخدام الخاطئ لوسائل التواصل الاجتماعي الذي يتطلب عدم إظهار الهوية الحقيقية وما يترتب عليه من آثار نفسية سلبية على

الطالبات .**الإجابة عن السؤال الرابع الذي نصه: "ما طبيعة الوسيلة التي تستخدمها طالبات السنة التحضيرية للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي؟"**

وللإجابة عن هذا السؤال، فقد تم حساب التكرارات والنسب المئوية لأجابات أفراد عينة الدراسة عن السؤال الرابع لاستمارة الاستقصاء (أي من الأجهزة يعتمد عليه لاستخدم وسائل التواصل الاجتماعي)، ويبين نتائجه جدول (10) التالي:

جدول (10)

طبيعة الوسيلة التي تستخدمها طالبات السنة التحضيرية للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي

الأجهزة / وسائل التواصل	الجوال		التابلت (آي باد)		الكمبيوتر المحمول		كمبيوتر المكتب	
	التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%
فيس بوك	121	%26.0	17	%3.7	44	%9.5	6	%1.3
تويتر	349	%75.1	25	%5.4	9	%1.9	3	%0.6
واتس اب	454	%97.6	1	%0.2	1	%0.2	1	%0.2
سناب شات	429	%92.3	10	%2.2	-	-	-	-
إنستجرام	400	%86.0	36	%7.7	3	%0.6	-	-
يوتيوب	261	%56.1	71	%15.3	122	%26.2	6	%1.3

يتبين من الجدول السابق ما يلي:

1. أن أغلب أفراد عينة الدراسة من طالبات السنة التحضيرية يستخدمنَّ (الجوال) كوسيلة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي، وكانت أكثر التطبيقات المستخدمة عن طريق الجوال هي (واتس اب – سناب شات – إنستجرام – تويتر) بنسب (97.6% - 92.3% - 86% - 75.1%) على الترتيب ، بينما كانت أقل التطبيقات استخداما عن طريق الجوال هي (يوتيوب – فيس بوك) بنسب (56.1% - 26%) على الترتيب.
2. يأتي (التابلت/ آي باد) في المرتبة الثانية من الأجهزة المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي، حيث تراوحت نسب استخدام تطبيقات التواصل الاجتماعي عبر التابلت/آي باد بين (0.2% – 15.3%) . وكان أكثر التطبيقات استخدامًا عن طريق التابلت/الآي باد هي تطبيقات (يوتيوب – انستجرام – تويتر) بنسب (15.3% - 7.7% -5.4%) على الترتيب.

3. يأتي (الكمبيوتر المحمول) في المرتبة الثالثة من الأجهزة المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي، حيث تراوحت نسب استخدام تطبيقات التواصل الاجتماعي عبر الكمبيوتر المحمول بين (0% – 26.2%) . وكان أكثر التطبيقات استخداماً عن طريق الكمبيوتر المحمول هي تطبيقات (يوتيوب – فيس بوك) بنسب (26.2% - 9.5%) على الترتيب.
4. يأتي (كمبيوتر المكتب) في المرتبة الرابعة والأخيرة من الأجهزة المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي، وغالباً لا يستخدم إلا مع تطبيقات (يوتيوب – فيس بوك) بنسبة (1.3%) لكل منهما
5. تتناقض هذه النتيجة مع دراسة ." عبد التميمي[45] " والتي أشارت إلى أن الوسيلة المستخدمة في الوصول والتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي كانت الحاسب الآلي ثم يليها المحمول حيث تؤكد النتيجة التي توصلت لها الدراسة الحالية إلى كون الجوال هو الوسيلة الأساسية التي يتم من خلالها التفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي.
6. وربما يرجع السبب في كون الجوال هو أكثر الأجهزة استخداماً للتفاعل مع تطبيقات التواصل الاجتماعي إلى أن أغلب تطبيقات التواصل الاجتماعي مصممة أساساً للتعامل عن طريق الجوال ، فهو الجهاز المتواجد مع مستخدمه في أغلب فترات اليوم ويسهل التعامل معه في جميع الأماكن بسرعة وسهولة.

كما أنه من الملاحظ أن تطبيق (يوتيوب) برغم كون استخدام الجوال للتفاعل معه هو السمة الغالبة ألا أنه من التطبيقات التي يكثر استخدامها بالأجهزة الأخرى مثل (التابلت) و(الكمبيوتر المحمول) لمايتطلبه هذا التطبيق أحياناً من مواصفات خاصة لحجم وكفاءة شاشات العرض أو سرعة التحميل والتي تفتقر لها في كثير من الأحيان اجهزة الجوال وبالتالي يلجأ المستخدم لاستخدام الأجهزة الأخرى.

ومما سبق من خلال الإجابة على التساؤلات الأربعة السابقة يمكن قول: إن نمط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طالبات السنة التحضيرية بجامعة الملك عبد العزيز، متشابه إلى حد كبير بين الطالبات فأغلب الطالبات يستخدمن تطبيقات (يوتيوب – واتس اب – سناب شات – انستجرام) بنسب استخدام تتراوح بين (98.9% - 94.4%). وأن أغلبهن يستخدمن تلك التطبيقات (كلما دعت الحاجة) ، وكان غرض استخدام تلك الوسائل هو (التسلية وقضاء وقت الفراغ) بنسب (82.8% -79.8%)، وأغلبهن يستخدمنَّ هويتهنَّ الحقيقية بنسبة (85.2%) وبياناتهن الصحيحة بنسبة (86.3%)، وأغلبهنَّ يستخدمنَّ (الجوال) كجهاز للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي.

ثانياً: التحقق من فروض الدراسة:

1- التحقق من الفرض الرئيسي للدراسة والذي نصه: " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين نمط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طالبات السنة التحضيرية ومستوى الصحة النفسية "

[45]. التميمي،مرجع سابق.

وللتحقق من هذا الفرض فقد تم استخدام اختبار (إيتا) للكشف عن العلاقة بين إجابات أفراد عينة الدراسة من طالبات السنة التحضيرية حول (نمط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لديهن) ويوضح نتائجه الجداول التالية:

أ) **العلاقة بين مدى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي (تستخدم / لا تستخدم) ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية.**

جدول (11)

العلاقة بين مدى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية

المتغيرات	قيمة مربع كاي	قيمة إيتا	درجات الحرية	مستوى الدلالة
فيس بوك	40.02	0.045	54	غير دال
تويتر	55.54	0.027	54	غير دال
واتس اب	60.99	0.044	54	غير دال
سناب شات	57.50	0.021	54	غير دال
إنستجرام	65.70	0.021	54	غير دال
يوتيوب	77.52	0.067	54	غير دال

يتبين من الجدول السابق أن قيم (كاي 2) لمدى استخدام كل من وسائل التواصل الاجتماعي (فيس بوك – تويتر – واتس اب – سناب شات – إنستجرام – يوتيوب) تراوحت بين (40.02 – 77.52) وجميعها عند درجات حرية (54)، وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، مما يشير إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين مدى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي (تستخدم / لا تستخدم) ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية.

العلاقة بين كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي (عدد ساعات الاستخدام) ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية.

جدول (12)

العلاقة بين كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية

المتغيرات	قيمة مربع كاي	قيمة إيتا	درجات الحرية	مستوى الدلالة
فيس بوك	256.04	0.118	324	غير دال
تويتر	322.19	0.109	324	غير دال

واتس اب	285.79	0.146	324	غير دال
سناب شات	345.16	0.116	324	غير دال
إنستجرام	349.26	0.101	324	غير دال
يوتيوب	424.25	0.134	324	غير دال

يتبين من الجدول السابق أن قيم (كاي 2) لمدى استخدام كل من وسائل التواصل الاجتماعي (فيس بوك – تويتر – واتس اب – سناب شات – إنستجرام – يوتيوب) تراوحت بين (256.04 – 424.25) وجميعها عند درجات حرية (324)، وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، مما يشير إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي (عدد ساعات الاستخدام) ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية.

ج) العلاقة بين الغرض من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية.

جدول (13)

العلاقة بين الغرض من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية

المتغيرات	قيمة مربع كاي	قيمة إيتا	درجات الحرية	مستوى الدلالة
لقضاء وقت الفراغ	53.72	0.077	54	غير دال
التسلية	49.44	0.014	54	غير دال
التعرف على أصدقاء جدد	63.45	0.051	54	غير دال
مشاركة اليوميات	37.75	0.038	54	غير دال
استعراض صوري	55.89	0.006	54	غير دال
استعراض صور الآخرين	69.16	0.058	54	غير دال
معرفة أخبار الأخرين من الأصدقاء	53.49	0.040	54	غير دال
التعبير عن رأيي	66.63	0.063	54	غير دال
دعم موضوعات معينة	69.70	0.078	54	غير دال
متابعة موضوعات معينة	56.03	0.078	54	غير دال

يتبين من الجدول السابق أن قيم (ك اي2) للأغراض المحددة من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي تراوحت بين (37.75 – 69.70) وجميعها عند درجات حرية (54)، وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، مما يشير إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الغرض من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية.

د) العلاقة بين الهوية المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية.

جدول (14)

العلاقة بين الهوية المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية

المتغيرات	قيمة مربع كاي	قيمة إيتا	درجات الحرية	مستوى الدلالة
الهوية المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي	167.91	0.084	162	غير دال

يتبين من الجدول السابق أن قيمة (كاي2) للهوية المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي بلغت (37.75 – 69.70) عند درجة حرية (162)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، مما يشير إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الهوية المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية

ومن خلال الجداول الأربعة السابقة (5، 6، 7، 8) يتبين أنه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين نمط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة ومستوى الصحة النفسية لديهن.

وقد يرجع ذلك إلى التشابه لحد كبير في أنماط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طالبات السنة التحضيرية بجامعة الملك عبد العزيز –كما سبق الذكر من خلال نتائج الجداول الأربعة الأولى–كما أن تقارب أعمار أفراد مجتمع الدراسة، وتقارب مستواهن الثقافي والاجتماعي له أكبر الأثر في تشابه أنماط استخدامهن لوسائل التواصل الاجتماعي وبالتالي مستوى الصحة النفسية لديهن.

كما لوحظ وجود تقارب إلى حد كبير جداً في مستوى الصحة النفسية لدى الطالبات حيث بلغ متوسط درجة الصحة النفسية للطالبات من أفراد عينة الدراسة (134.93) بانحراف معياري قدره (11.97) وهذه الدرجة تمثل مستوى عاليًا من الصحة النفسية على المقياس المستخدم والذي تتراوح درجاته بين (56 – 168) درجة، **وقد أشار (صلاح مكاوي) معد مقياس الصحة النفسية المستخدم بهذه الدراسة أن الدرجة الخام (134) على المقياس تقابل الدرجة المئينية (90) بالنسبة للفئة العمرية (18 – 24) سنة.**

وهو ما يدل على حصــول طالبات الســنة التحضــيرية من أفراد عينة الدراســة على مســتوى عال جداً من الصحة النفسية يتخطى 90%.

ومما سبق يتضح أن تقارب مستويات الصحة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة وتشابه أنماط استخدامهن لوسائل التواصل الاجتماعي أدى إلى عدم إظهار مدى العلاقة الحقيقية بين المتغيرين موضع الدراسة، حيث يجب أن يكون هناك مستويات مختلفة من الصحة النفسية لدى الأفراد المبحوثين والتي قد تنعكس على نمط استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي، أو العكس بوجود أنماط مختلفة من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والتي قد تنعكس على مستوى الصحة النفسية لدى المبحوثين، بحيث يظهر تأثير كل من المتغيرين على الآخر.

مناقشة نتائج الدراسة :

يمكن إجمال أهم النتائج التي توصلت لها هذه الدارسة على النحو التالي :

- أظهرت نتائج الدراسة أن كثافة الوقت الذي تقضيه الطالبات في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كانت بدرجة عالية (لليوتيوب)من أفراد عينة الدراسة يليه تطبيق (الواتس أب)بنسبة (98.3%) ويمكن تفسير ذلك بأن (اليوتيوب) يعرض مقاطع الفيديو مجاناً وبسهولة .
- وفيما يخص معدل الاستخدام اليومي جاء استخدام (الإنستجرام) لمدة ساعة يومياً كأعلى نسبة (23.4%) يليه تويتر بنسبة (19.4%)ويمكن استنتاج أن كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي تأتي بدرجة متوسطة وأكثر الوسائل التي يقضي مستخدميها مدة أكثر من (أربع ساعات يومياً) في استخدامها هي (سناب تشات ،واتس أب ،انستجرام ،يوتيوب) وقد يعود اختلاف نسب الاستخدام لتعدد الوسائل وتعدد السمات الخاصة بكل وسيلة وبالتالي تحقق كل منها اشباع معين لدى المستخدمين.
- كما جاء الغرض من الاستخدام (التسلية) و(قضاء وقت الفراغ) في المراتب الأولى وكان هذا الدافع الأكبر للاستخدام وهذا طبيعي في هذه المرحلة العمرية حيث يتفاعل الأفراد في هذا العمر مع كل ما هو جديد وغريب خاصة في وسائل التواصل والتطبيقات التي تتميز بسهولة الاستخدام وانخفاض التكلفة أو انعدامها.
- وفي تساؤل طبيعة الهوية والبيانات المستخدمة عند استعمال وسائل التواصل جاء استخدام الهوية الحقيقية والبيانات الصحيحة بنسبة (75%) عند الاستخدام وهذه دلالة على وعي جزء كبير من الطالبات وقدرتهن على الاستخدام الرشيد لوسائل التواصل بما يتفق وقيم المجتمع، ولا يوجد ما يجعلهن يدخلن بأسماء مستعارة وهذا مؤشر عال على الصحة النفسية لديهن.
- وأظهرت النتائج أن (الجوال) كان الجهاز الأساسي الذي تستخدمه الطالبات للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي وكانت أكثر التطبيقات المستخدمة عن طريق الجوال (واتس اب – سناب تشات – انستجرام–تويتر)، ويأتي التابلت والأي باد في المرتبة الثانية من الأجهزة المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي ،وهذا يرجع لكون الجوال الأن أكثر الأجهزة انتشارًا كما أن أغلب تطبيقات

التواصل الاجتماعي مصممة أساساً للتعامل معه فهو جهاز سهل الحمل ويحمل عدة خصائص للتواصل وملازم لكل الأفراد .

وأظهرت نتائج اختبارات الفروض ما يلي:

لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين مدى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات السنة التحضيرية، وجاءت نتيجة الفرض الثاني لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي (عدد ساعات الاستخدام) ومستوى الصحة النفسية لدى الطالبات، والفرض الثالث الذي نصه العلاقة بين الغرض من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لدى الطالبات لم تثبت صحته ،والفرض الرابع الذي نصه العلاقة بين الهوية المستخدمة للتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى الصحة النفسية لم تثبت صحته إذ لا توجد علاقة .

- ويمكن تفسير ذلك بكون أن هناك تشابهًا كبيرًا في الاستخدام لطالبات السنة التحضيرية بجامعة الملك عبدالعزيز وتقارب أعمار العينة وتقارب المستوى الثقافي والاجتماعي والاهتمامات العمرية مما أثرَّ في تشابه أنماط الاستخدام وبالتالي مستوى الصحة النفسية لديهن .
- بالإضافة إلى التقارب الكبير في مستوى الصحة النفسية لديهن يتجاوز (90%) وقد يعود ذلك إلى اعتياد استخدام هذه الوسائل مما أدى للوعي في كيفية الاستخدام بشكل كبير وعدم تأثير ذلك على الصحة النفسية بالإضافة إلى التوعية التي أصبحت تدرج في المناهج الدراسية للطالبات في نمط الاستخدام وكيفية التعامل مع وسائل التواصل بشكل حرفي وإيجابي، والوعي الكافي لديهن بالاستفادة القصوى من الإيجابيات دون التضرر بسلبيات هذه الوسائل خاصة على الجانب النفسي.

التوصيات

1. إجراء الدراسة مستقبلاً على عينات مختلفة للمقارنة والبحث عن الفروق الديموغرافية بين طالبات السنة التحضيرية وطالبات التخصص من مستويات متقدمة، وطلاب وطالبات الجامعة.
2. يجب أن يحظى جانب دراسة الصحة النفسية بالاهتمام من الجانب الإيجابي الذي يعبر عن السعادة والتكيف كما هو الحال في الجانب السلبي المرضي والذي تشير له معظم الدراسات.
3. تطبيق مقاييس نفسية أخرى والتي تقيس جوانب مختلفة لدراسة العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والجانب النفسي كالاغتراب النفسي والذكاء الاجتماعي والقلق.
4. إجراء مزيد من الدراسات عن توظيف التطبيقات الجديدة والتطور التقني في زيادة فعالية العملية التعليمية ،ولزيادة التواصل بين الطالب وعضو هيئة التدريس وكيف تصبح التقنية والتطور في طرق التواصل جزءً أساسي من البيئة التعليمية وهذا هو التوجه الجديد.

5. إجراء الدراسات المستمرة التي تربط ما بين وسائل التواصل الاجتماعي وكل ما يتعلق بالبيئة التعليمية نظراً للمستجدات المستمرة في هذا المجال، وكون الطالب الجامعي هو المستهدف من جودة العملية التعليمية.
6. توجيه القائمين على الإرشـــاد والتوجيه النفســـي في البيئة التعليمية للتوعية الدائمة للطلاب لدعم الجانب الإيجابي من الصحة النفسية وذلك في ظل تطور وسائل الاتصال التكنولوجي.

قائمة المراجع

المراجع العربية :

- آل سعود، نايف بن ثنيان بن محمد (2014م) دوافع استخدامات الشباب السعودي الجامعي لشبكات التواصل الاجتماعي والإشباعات المتحققة منها: دراسة ميدانية على طلاب جامعة الملك سعود في الفصل الثاني من العام 1433هـ، مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية – العلوم الإنسانية والاجتماعية العدد 34: 208 – 209.

- بعزيز إبراهيم (2010م) الاستخدام المفرط لوسائل الاتصال الحديثة من طرف الأفراد: الآثار والانعكاسات، بحث مقدم للملتقي الوطني الأول (تأثيرات وسائل الإعلام الجديدة على الأفراد والمجتمعات، سطيف، جامعة فرحات عباس.

- التميمي، عبدالله عبد المؤمن (2012م) استخدامات الشباب الجامعي لوسائل الإعلام الاجتماعي والإشباعات المتحققة: دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة عجمان ،حوليات آداب عين شمس ،العدد 40: 293-313.

- حلس ، موسى و مهدي ، ناصر (2010م) دور وسائل الإعلام في تشكيل الوعي الاجتماعي لدى الشباب الفلسطيني: دراسة ميدانية على عينة من طلاب كلية الآداب – جامعة الأزهر ، مجلة جامعة الأزهر ، العدد 2 : 135 -185 .

- الرافعي، يحيى والرقاص، خالد (2014م) الاتجاه نحو بعض أدوات الإعلام الجديد ومجالات ومعدل استخدامها في ضوء بعض المتغيرات النفسية والمعرفية، مجلة رسالة التربية وعلم النفس،العدد47: 1-24.

- زغلول، نعايم، الإنترنت كنافذة إعلامية جديدة بين الواقع والمستقبل، مركز المعلومات واتخاذ القرار: 283-331.

- الزياني، عبد الكريم، استعمالات وتمثلات الشباب الليبي لوسائل الإعلام الجديد، كلية الفنون والإعلام-جامعة الفاتح : 2-36.

- السماسيري، محمود وشطناوي، غالب(2011م) استخدامات الشباب الجامعي الأردني للمواقع الاجتماعيه على الإنترنت وتأثيراتها الفيس بوك نموذجًا، المجلة المصرية لبحوث الإعلام، العدد38:263-315.

- العامري، نوال قاسم عباس (2005م) التوافق الأسري وعلاقته بالصحة النفسية للطالب الجامعي ، مجلة كلية الآداب جامعة بغداد ،العدد 70: 431-432.

- العايد ،فهد (2001م) الصحة النفسية معناها ،علاماتها ودلالتها ، جريدة الجزيرة العدد10418.

- عبدالله، هشام إبراهيم (2004) الصحة النفسية مدخل إلى الشخصية الإيجابية والمجتمع السوي ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق: 208-221 .

- عبدالوهاب، سميره و المرسي، محمد (2014م) استخدام طلبة الصف الثاني عشر لوسائط الإعلام الاجتماعي الإلكتروني وأثره في جوانب حياتهم الاجتماعية والأخلاقية والنفسية ، مجلة عالم التربية العدد 45 : 15-55 .

- علاونة، حاتم ومخلوف، آلاء (2014م) استخدامات طلبة جامعة اليرموك لـ(اليوتيوب) والإشباعات المتحققة منها، مجلة اتحاد الجامعات العربية للآداب، العدد 2: 877-922.

- غانم ، عبدالحميد (2014م) الإعلام الشبكي الجديد المفهوم والدور ، مجلة الفكر السياسي ،العدد 51-52 : 115-128.

- الفرج، عدنان (2001م) عصر المعلومات والصحة النفسية للأبناء، بحث مقدم للمؤتمر السنوي الثامن لمركز الإرشاد النفسي-الأسرة في القرن 21، القاهرة،مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس: 483-493.

- كتلو ،كامل حسن و عبدالله ، تيسير (2011م) نوعية الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية ، مجلة علم النفس العدد88-89 : 64-89.

- لمين، نصيره (2013م) الاغتراب وعلاقته بالصحة النفسية: دراسة ميدانية لدى عينة من طلاب جامعة المسيلة، مجلة الحكمة العدد 28: 231 – 243.

- مناجلية، الهدبة،الإعلام الجديد الوقائع والخصائص:455-465.

- منصر، خالد (2015م) الاتصال الشخصي في الإعلام الجديد، مجلة جيل العلوم الإنسانية الاجتماعية -مركز جيل البحث العلمي، العدد 12: 98-100.

- منصور، منال (2011م) التأثيرات المترتبة على استخدام الشباب الجامعي لموقع الفيس بوك، المجلة المصرية لبحوث الإعلام،العدد 37:175-227.

- محمد الفقيه، حاتم الصالحي، "تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على القيم الاجتماعية والأسرية للشباب العربي"، (2016) جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية كرسي اليونسكو للاعلام المجتمعي.

- وداعة الله، محمد العوض ومدني، حسن (2014م) مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في تناول قضايا الشباب الجامعي: دراسة تطبيقية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا – السودان:2-2002.

- وسار، نوال (2014م) استخدامات الطلبة الجامعين الجزائريين لمواقع التواصل الاجتماعي (Facebook) والإشباعات المتحققة منها: دراسة ميدانية، مجلة جيل العلوم الإنسانية الاجتماعية -مركز جيل البحث العلمي العدد 4 :146-147.

المراجع الأجنبية :

- Mechel, Van soon,"Face book and the invasion of technological communities", N.Y ,New York,2010.

– Aren, Karbiniski," Face book and the technology revolution", N,Y Spectrum Publications,2010.