

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الرقم التسلسلي: 2020/

أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي - الفيسبوك -

أنموذجا على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي

دراسة ميدانية بقسم علم النفس بجامعة محمد بوضياف - المسيلة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في شعبة علم النفس تخصص علم النفس العيادي

إشراف الدكتورة:

سهيلة بوجلال

إعداد الطالبتين:

هالة شقلوفة

سعدية هميسي

السنة الجامعية 2020/2019

[Tapez un texte]

إهداء

إلى التي غمرتني بحبها وعطفها وفيض حنانها، إلى التي علمتني معنى التحدي " أمي الحبيبة " .

إلى مثلي الأعلى في الصبر والإيمان بالقدر كيفما كان وزرع فيا أنبل الأخلاق إلى سندي في الحياة " أبي الغالي " .

إلى من قاسمني الأفراح والأحزان، إلى شموع البيت إخوتي، خاصة أختي وزوجها.

إلى الأحفاد الصغار " إياد، عبد الله، محمد، عائشة " رعاهم الله وحفظهم.

إلى كل صديقاتي بالجامعة خاصة التي شاركتني هذا العمل " سعدية " .

وإلى كل الأساتذة الكرام بقسم علم النفس.

هالة

إهداء

إلى من لا يمكن للكلمات أن توفي حقها إلى أُمي الحبيبة.

إلى الذي وهب لي حياته وأنار لي دربي، إلى سندي
والذي لم يتركني وحدي في الشدائد والمحن، إلى رجل
الصرامة والعزم، إليك يا أباي الغالي.

إلى الذين بهم يأنس قلبي وتقر عيني لإخوتي الكرام
خاصة أختي وزوجها وتحية إلى كل من آدم وأمجد وأيمن
وعائشة ولميس.

إلى كل صديقاتي بالجامعة وبالأخص عزيزتي هالة، كما
لا أنسى بالذكر وقوفهن ودعمهن لي كل من لأمياء
وفاطمة الزهراء وميساء وخولة أحبكم في الله.
وإلى كل الأساتذة الكرام في قسم علم النفس.

سعدية

شكر وتقدير

الحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات له الشكر على ما
أنعم وله الحمد على ما أسدى.

ثم الصلاة والسلام على الحبيب المصطفى الذي أخرجنا
من ظلمات الجهل إلى أنوار العلم والإيمان صلى الله
عليه وسلم.

نتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذة المشرفة
" بوجلال سهيلة " التي لم تبخل علينا بنصائحها
وتوجيهاتها، والمعلومات القيمة التي من خلالها تم
تخطي الصعب لإتمام هذا العمل، إلى كل أساتذة قسم
علم النفس، إلى كل الأصدقاء، إلى كل من ساهم من
قريب ومن بعيد ولو بكلمة لإتمام هذا الإنجاز، إلى كل
هؤلاء خالص الشكر والتقدير.

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن درجة تأثير استخدام المواقع الاجتماعية - الفيسبوك أنموذجاً - على التوافق النفسي لدى عينة من الطلبة بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة بلغ قوامها (40) طالبا من طلبة قسم علم النفس بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية خلال الموسم الجامعي (2020/2019). تم استخدام المنهج الوصفي، وتطبيق استبيان أعد لهذا الغرض بعد التحقق من صدقه وثباته. وبعد جمع البيانات وتحليلها باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- وجود درجة تأثير متوسطة للفيسبوك على التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة.
 - عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي تعزى لمتغير السن لدى طلبة الجامعة
 - عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي تعزى لمتغير ساعات الاستخدام لدى طلبة الجامعة.
 - فسرت النتائج في ضوء الدراسات السابقة، وتوجت الدراسة في الأخير بجملته من الاقتراحات .
- الكلمات المفتاحية: الفيسبوك، التوافق النفسي، الطالب الجامعي.

فهرس المحتويات

إهداء

شكر وتقدير

ملخص الدراسة

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

مقدمة

الجانب النظري

الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة

1. الإشكالية 4
2. فرضيات الدراسة: 6
3. أهداف الدراسة: 7
4. أهمية الدراسة: 7
5. دوافع اختيار هذا الموضوع: 8
6. المفاهيم الإجرائية للدراسة: 8
7. الدراسات السابقة: 9
- *تعقيب على الدراسات السابقة 12

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

- 14 تمهيد
- 15 1. نشأة مواقع التواصل الاجتماعي " الفيسبوك " :
- 15 2. تعريف الفيسبوك:
- 17 3. خدمات وخصائص الفيسبوك:
- 18 4. آلية التواصل بين أعضاء موقع الفيسبوك:
- 19 5. الإدمان على الفيسبوك:
- 21 6. استخدامات الفيسبوك:
- 21 7. مميزات مواقع التواصل الاجتماعي " الفيسبوك " :
- 22 8. فوائد وإيجابيات موقع الفيسبوك:
- 24 9. سلبيات موقع الفيسبوك
- 26 10. الانتقادات الموجهة إلى موقع الفيسبوك :
- 29 خلاصة

الفصل الثالث: التوافق النفسي

- 30 تمهيد
- 31 1. نبذة تاريخية حول مصطلح التوافق:
- 32 2. مفهوم التوافق النفسي :

3. أبعاد التوافق النفسي: 34
4. معايير التوافق النفسي : 36
5. العوامل التي تعيق إتمام التوافق النفسي : 37
6. مؤشرات التوافق النفسي 38
- خلاصة 40

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية

- تمهيد 41
1. منهج الدراسة 42
2. مجتمع وعينة الدراسة: 42
3. أداة الدراسة: 42
4. مجالات الدراسة 46
5. الأسباب الإحصائية 46

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: 48
2. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: 49
3. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة: 51

4. الاستنتاج العام 52

خاتمة 54

الاقتراحات والتوصيات 54

قائمة المراجع: 56

الملاحق: 58

فهرس الجداول

جدول رقم (01) يوضح توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس 42

جدول رقم (02) يوضح نتائج صدق المقارنة الطرفية للاستبانة 45

جدول رقم (03): يمثل نتائج معامل ثبات الاستبانة بطريقة الفا كرونباخ 46

جدول رقم (04): يبين درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي لدى لطلاب الجامعي. 48

جدول رقم (05): يبين الفروق في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي حسب متغير

السن. 50

جدول رقم (6): يبين الفروق في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي حسب متغير

ساعات الاستخدام 51



مقدمة

• مقدمة:

إن التطور السريع و المذهل الذي شهده العالم في مجال العلم و التكنولوجيا، و كذا العولمة التي تهيمن على العالم وجعلت منه قرية صغيرة، وذلك بفضل تطور وسائل الاتصال، وغزو الإعلام الآلي لجميع مرافق الحياة، وهي معطيات تفرض على المجتمعات ديمومة التغيير والتجدد فنتيجة تطلع أفرادها نحو مواكبة هذه التغيرات بغرض الاستفادة منها، حيث أحدثت آخر التطورات العلمية خاصة التكنولوجية ثورة علمية وعملية هامة، غيرت مختلف جوانب حياة الإنسان النفسية والاجتماعية، وحتى عوامل الحياة المحيطة به مثلا، ووسائل الاتصال الحديثة التي جعلت المستحيل ممكنا، والغائب حاضرا وجعلت البعيد قريبا، حيث أفضى التطور الهائل في تكنولوجيا الاتصال إلى إنتاج وسائل جديدة عملت على تغيير علاقات الناس الاجتماعية، وأشكال تفاعلهم مع بعضهم البعض.

و أدت إلى الاستغناء عن اللقاءات التقليدية، والاستسلام لشاشات الأجهزة التي أصبح من شأنها اختزال الوقت والتكلفة خاصة ما أصبح يعرف بمواقع التواصل الاجتماعي الموجودة عبر الانترنت، والتي تعتبر موسوعة علمية مجانية، ومجالا للتواصل والتفاعل بين مختلف شرائح المجتمع، وكافة فئاته بمختلف ثقافتهم ومعارفهم ومستوياتهم الاجتماعية والاقتصادية، حيث أصبح مستخدموها في وتيرة متزايدة عموما، والمجتمع الجزائري وخاصة فئة الشباب وعلى وجه الخصوص الطلبة الجامعيون الذين يعرفون طريقة استخدامه والتواصل به، ما جعل هذا الموضوع يطرح تساؤلات كثيرة واستفسارات متنوعة لأنه خلق مجتمعات جديدة يصطلح عليها بالمجتمعات الافتراضية والتي تعادل وتفوق المجتمعات الافتراضية، وتعادل وتفوق المجتمعات الحقيقية الأمر الذي قد يجعلها تؤثر على توافقهم النفسي، هذا الأخير الذي شغل حيزا هاما في الدراسات والبحوث لأهميته من حياة الإنسان، لأنه يمثل الصحة النفسية بعينها؛ إذ يكون المتوافق نفسيا متكامل الشخصية قادرا على التنسيق بين حاجاته وسلوكه الصادق ، وأن يكون

المقدمة

منسجما مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليتته مع تمتعه بنمو سليم غير متطرف في انفعالاته مساهما و مبادرا من مجتمعه.

ولكن في خصم هذا الزخم الهائل من التطور التكنولوجي وشيوع انتشاره وفوائده الكبيرة إلا أنه يمتلك وجهه آخر إذا تم استخدامه سواء من طرف مستخدميه بحيث يتأثرون به على جميع الأصعدة، فقد يحدث سلوكيات غير مرغوبة ويصبح استفسارات كثيرة تخص معاملاتهم الاجتماعية وتغيرات ذاتية، وهذا ما نسعى للتطرق إليه من خلال هذه الدراسة الموسومة ب "تأثير لاستخدام الفيس بوك على التوافق النفسي لدى عينة من الطلبة الجامعيين " حيث تم تقسيم خطة الدراسة إلى جانبين الأول نظري والثاني تطبيقي كالآتي:

الجانب النظري: واشتمل على الفصل الأول والمعنون بمدخل إلى الدراسة والذي تم فيه عرض الإشكالية مع طرح التساؤلات المناسبة للدراسة وفرضياتها، ثم تطرقنا بعدها لتحديد أهداف الدراسة، وأهمية الدراسة ودوافع اختيار الموضوع مع تحديد أبرز المفاهيم الإجرائية.

أما الفصل الثاني الذي جاء تحت عنوان : موقع التواصل الاجتماعي - الفيس بوك - و تم التعرض فيه إلى نشأة مواقع التواصل الاجتماعي الفيس بوك - و مفهوم الفيس بوك و أبرز خصائص و خدمات ومميزات الفيس بوك ، و استخداماته من طرف الشباب الجامعي الجزائري و آلية التواصل بين أعضاء موقع الفيس بوك للإضافة إلى تحديد أبرز الآثار الإيجابية والسلبية للفيس بوك و الانتقادات الموجهة إلى موقع فيس بوك ، أما الفصل الثالث فكان بعنوان : التوافق النفسي و تطرقنا فيه إلى نبذة تاريخية حول مصطلح التوافق و تعريف التوافق النفسي و معايير التوافق ثم مؤشرات التوافق النفسي، و العوامل التي تعيق إتمام التوافق النفسي .

الجانب التطبيقي: اشتمل على فصلين، خصص فيه الفصل الرابع للإجراءات المنهجية حيث تم عرض منهج الدراسة، ومجتمع ومواصفات عينة الدراسة ثم أداة الدراسة مع دراسة

المقدمة

الخصائص السيكومترية، مجالات الدراسة وأهم الأساليب الإحصائية المستخدمة لتحليل البيانات.

أما الفصل الخامس فخصص لعرض وتحليل مناقشة نتائج الدراسة، حيث تم استخدام التحليل الكمي للبيانات مع تفسير النتائج في ضوء الفرضيات ونتائج الدراسات السابقة ومدى التوافق الذي يساعد في تأكيد أو نفي فرضيات الدراسة للوصول في الأخير إلى بلورة النتائج المتحصل عليها من عملية المناقشة والتحليل ولنختتمها بخاتمة شاملة للموضوع، متبوعة بالاقترحات المناسبة.

الجانبة النظرية





الفصل الأول: مدخل إلى

الدراسة

1. الإشكالية:

يعتبر التطور التكنولوجي الهائل في جميع جوانب الحياة الثقافية والاجتماعية وحتى الفكرية دليل على فتح آفاق وتطلعات مستقبلية جديدة، وذلك بتحول العالم إلى قرية صغيرة محدودة المعالم دون اعتبار للحوازر الزمنية والمكانية.

وتعد الانترنت من أهم وأبرز مظاهر التكنولوجيا الحديثة، حيث ساهمت بشكل كبير في التأثير على كافة أنماط الاتصال الإنساني بنقل انشغالات الأفراد أفكار بعضهم البعض وهذا يتم عن طريق شبكات الاجتماعية التي أصبحت سلاح ذو حدين.

هذه الشبكات الاجتماعية (الفيسبوك) تعرف بأنها منظومة الشبكات الإلكترونية تربط بين المشتركين، وذلك في إنشاء مواقع خاصة بهم هذه الأخيرة تربطهم مع أفراد آخرين لهم نفس الاهتمامات، وهكذا أصبحت من أشهر مواقع الأنترنت وأكثرها انتشارا على سطح الأرض لكي تمس كافة المجتمعات على اختلافها النامية منها والمتقدمة والسائرة في طريق النمو، الشبكة الاجتماعية الفيسبوك نجحت بشكل كبير في استقطاب الجماهير لكونها مست كل الفئات العمرية خاصة الفئة الأكثر عرضة لها وهي فئة الشباب التي فرضت نفسها وكونت سلوكيات خاصة بها وجعلت الفئات الأخرى تتأثر بها، ما أكدته دراسات كثيرة كإحصائيات موقع Social Baker التي تؤكد أن نسبة الشباب الذين يستخدمون هذا الموقع عامة تفوقه (79 ، 46%) بحيث يبلغ مستخدمي الفيس بوك في الجزائر من الذكر الشباب 68% والإناث 32% ما يجعلها تحتل الصدارة ، التي إذا أمعنا في قيمها وخصائصها وسلوكياتها واتجاهاتها فإننا نجدها الفئة الأكثر تأثرا بما نشر عبر هذه الشبكات وهذه أبرز مميزات الطلبة الجامعيين حيث أصبح عالم الانترنت وسيلة شيقية وممتعة لقضاء أوقاتهم وإثبات ذواتهم أمام بعضهم وأمام الآخرين. ونظرا لما يميز هذه المواقع (الفيسبوك) وجب الاهتمام بها ومعرفة تأثيراتها خاصة في ظل الاهتمام المتزايد للطلبة

الفصل الأول: مدخل الى الدراسة

بخدمات الانترنت وعلى الأخص موقع الفيسبوك، هذا ما جعل الكثير من البحوث العلمية توجه إلى هذا الجانب من الموضوع مثل دراسة بورحلة سليمان (2008) بعنوان: "أثر استخدام الانترنت على اتجاهات الطلبة الجامعيين وسلوكياتهم."، وهي دراسة ميدانية بولاية تيارهة هدفت إلى التعرف على أثر الاستخدام اليومي للانترنت وما تفرزه من آثار على سلوكيات واتجاهات (200) طالبا جامعيًا تتراوح أعمارهم ما بين (18-25) سنة، اختيروا بطريقة قصدية بالاعتماد على المنهج المسحي الوصفي والتحليلي، حيث توصل إلى أن استخدام الانترنت من قبل الطلبة لا يكسبهم بالضرورة السلوكيات السلبية، وإنما استخدامها كان من أجل البحث العلمي و التحصيل الدراسي.

كما نجد بعض الدراسات العربية التي اهتمت بهذا الموضوع مثل دراسة سلطان عائض مفرح العصيمي (2010) التي تحمل عنوان: "إيمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض"، والتي هدفت إلى تحديد المستوى الفارق لإيمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية، والكشف عن العلاقة بين إيمان الانترنت والتوافق النفسي الاجتماعي، حيث اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي، و طبق مقياس إيمان الانترنت و مقياس التوافق النفسي الاجتماعي على عينة مكونة من (350) طالبا، وخلصت إلى عدة نتائج أهمها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب مدمني الانترنت وغير مدمني الانترنت من طلاب المرحلة الثانوية في أبعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لصالح غير مدمني الانترنت، و أوصى الباحث بضرورة توعيتهم بالآثار السلبية للاستخدام المفرط، وتعويدهم على الاندماج في الحياة الواقعية و زيادة علاقاتهم الاجتماعية الحقيقية. هذا بالإضافة إلى الدراسة الأجنبية التي قام بها سوليفان وبراديس (Sullivan and paradise; 2012) الهادفة إلى فهم تقدير الشباب للآثار السلبية على أنفسهم وعلى غيرهم

الفصل الأول: مدخل الى الدراسة

نتيجة استخدام الفيسبوك، وتكونت عينة الدراسة من (357) طالبا جامعيًا من شمال شرق الولايات المتحدة، ولتحقيق أهداف الدراسة ثم إعداد مقابلة اشتملت على مجموعة من الأسئلة حول استخدامهم للفيس بوك و آثاره السلبية عليهم و قد أظهرت أهم النتائج أن (64%) من المشاركين يستخدمون الفيسبوك سبعة أيام في الأسبوع، وأن متوسط مرات دخول المشاركين إلى الفيس بوك هو (2,76) مرة يوميا ولمدة (35,06) دقيقة يوميا، كما أشار المشاركون إلى أن الإدمان على استخدام الفيسبوك يؤدي إلى العزلة الاجتماعية و أن استخدامه بطريقة معتدلة يؤدي إلى مستويات جيدة من التوافق النفسي الاجتماعي.

ومن هذا المنطلق تبلورت لدينا فكرة الدراسة الحالية في محاولة للكشف عن درجة تأثير موقع التواصل الاجتماعي " الفيس بوك " على التوافق النفسي لدى عينة من طلبة الجامعة من خلال طرح التساؤلات التالية:

- 1- ما درجة تأثير استخدام الفيس بوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي؟
- 2- هل توجد فروق في درجة تأثير استخدام الفيس بوك على التوافق النفسي للطلاب الجامعي تعزى لمتغير السن؟
- 3- هل توجد فروق في درجة تأثير استخدام الفيس بوك على التوافق النفسي للطلاب الجامعي تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟

2. فرضيات الدراسة:

- ترتفع درجة تأثير استخدام الفيس بوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة تأثير استخدام الفيس بوك على التوافق النفسي لدى لطلاب الجامعي تعزى لمتغير السن.

الفصل الأول: مدخل الى الدراسة

- لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة تأثير استخدام الفيس بوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير ساعات الاستخدام.

3. أهداف الدراسة:

نتناول في الدراسة أحد المواضيع التي تهتم بالتوافق النفسي عند الطلبة الجامعيين وتأثير استخدام موقع التواصل الاجتماعي - الفيس بوك أنموذجا- والذي يهدف إلى:

- التعرف على درجة تأثير استخدام الفيس بوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي.

- التعرف على الفروق في درجة تأثير استخدام الفيس بوك على التوافق النفسي للطالب الجامعي حسب متغير السن.

- التعرف على الفروق في درجة تأثير استخدام الفيس بوك على التوافق النفسي لدى لطلاب الجامعي حسب متغير ساعات الاستخدام.

4. أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في طبيعة الظاهرة التي قمنا بتناولها ووقعها على المجتمع:

- إثراء المكتبة بما يمكن أن تضيفه هذه الدراسة.

- التعرف ببرنامج التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) سلبياته وإيجابياته.

- لفت الأنظار إلى المخاطر المتعددة الناتجة عن إساءة استخدام الإعلام الرقمي الجديد، وتسليط الضوء على كيفية توظيفها توظيفا إيجابيا للفرد والمجتمع باعتمادها كوسيلة العصر للتواصل والتعبير وتبادل الأخبار والمعلومات في جميع الميادين.

- الانتشار الهائل لمستخدمي هذه الوسائل وشبكات التواصل الاجتماعي خاصة في الجزائر، ومعرفة مدى تأثيرها نفسيا وجسديا وكذا على العلاقات الأسرية والاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين.

5. دوافع اختيار هذا الموضوع:

- الاهتمام والميول الشخصي للموضوع.
- الانتشار الواسع للظاهرة والكبير عند شريحة الطلبة الجامعيين خاصة وفي المجتمع عامة.
- تمتعها بخصائص وسمات مثل: التفاعلية والتنوع، وتعدد الوسائط ومستويات الاتصال وهذا يكون له الأثر البالغ على المستخدم.
- توفر مواقع التواصل على المعلومات في جميع المجالات ما يجعلها تتناسب مع الخصائص الاجتماعية أي معرفة ما إذا كانت فعلا مستغلة بطرق إيجابية أو سلبية.
- خصوصية هذه الشبكة وذلك لما توفره من فرص لا متناهية لحرية التعبير.
- احتلال الفيس بوك جزءا من حياة مجتمعنا الحالي خاصة الشباب وتغلغه في شتى مجالات الحياة.

6. المفاهيم الإجرائية للدراسة:

- 1.6. التوافق النفسي: يشير إلى كل المحاولات التي تصدر عن الفرد لمواجهة متطلبات الذات ومتطلبات البيئة التي يعيش فيها.
- 2.6. تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي عند استجابته على فقرات الاستبانة المعدة لتحقيق أغراض الدراسة الحالية.

3.6. الطالب الجامعي: كل طالب مسجل بقسم علم النفس التابع لكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المسيلة خلال الموسم الجامعي (2019/2020).

7. الدراسات السابقة:

7.1. دراسة مرباح صابرة 2015/2016:

علاقة استخدام الطالبة الجامعية لموقع التواصل الاجتماعي " الفيس بوك " بتوافقها النفسي الاجتماعي بجامعة عبد الحميد بن باديس:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين استخدام الموقع الاجتماعي - الفيس بوك - والتوافق النفسي الاجتماعي للطالبة الجامعية في دراسة تستهدف عينة قصدية من الطالبات الجامعيات والمستخدمات للموقع بالإقامة الجامعية (2200) سرير للبنات - جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم- وذلك باستعمال منهج البحث الوصفي التحليلي ومن خلال تطبيق أداتي لقياس الظاهرة تتمثل في " اختبار التوافق النفسي الاجتماعي و استبيان يخص عادات وأنماط استخدام الفيس بوك وذلك لجمع البيانات من المبحوثين وتوصلت الدراسة إلى:

- استخدام أغلبية المبحوثين لموقع التواصل الاجتماعي -الفيس بوك- بكثرة و بنسب كبيرة.
- لا دخل لأي متغير في عملية تأثير -الفيس بوك- على توافق الطالبة الجامعية النفسي الاجتماعي .

7.2. دراسة عبد الكريم سعودي 2014:

إدمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار:

الفصل الأول: مدخل الى الدراسة

هدفت الدراسة " بإدمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق السري للطلاب الجامعي " إلى معرفة كيف يؤثر إدمان " الفيس بوك " على التوافق الأسري للطلاب الجامعي وذلك باستعمال منهج البحث الوصفي الإرتباطي ومن خلال تطبيق أداتين لقياس الظاهرة تتمثل في استبيان قياس إدمان " الفيس بوك " ومقياس التوافق السري على عينة من طلبة جامعة بشار، وجاءت النتائج تثبت وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين إدمان الفيس بوك والتوافق الأسري، حيث أن إدمان الفيس بوك يؤثر سلبا على التوافق الأسري للطلاب الجامعي.

7. 3. دراسة صبرينة حامدي 2014/2015:

الإدمان على الانترنت وعلاقته بالاغتراب النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الإدمان على الانترنت وكل من الاغتراب النفسي والسلوك العدواني على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية الوادي. استخدمت في هاذ الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي الذي يهدف إلى البحث عن العلاقة الارتباطية بين ثلاث متغيرات وتأثير بعض المتغيرات فيها.

وقد اختيرت العينة بطريقة قصدية من التلاميذ (المستخدمين) الانترنت في الثانويات، وطبق عليهم اختبار الإدمان على الانترنت (tat) يونغ ، مقياس السلوك العدواني " لأرنولد باص " و " بيرري " ومقياس الاغتراب النفسي لزينب شقير وهذا بعد تعديلها الجزئي حسب الخصائص السيكومترية وبلغت العينة (406) تلميذ وتلميذة من ثانويات ولاية الوادي، قدر فيها عدد التلاميذ المدمنين على الانترنت (118) تلميذ . و توصلت الدراسة إلى :

الفصل الأول: مدخل الى الدراسة

- أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الإدمان على الانترنت و كل من الاقتراب النفسي و السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حسب الجنس في السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

7. 4. دراسة فايدا الجهني 2017:

أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التوافق الشخصي والاجتماعي عند الشباب (دراسة على عينة من طلاب جامعة البعث):

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف أثر استخدام طلبة الجامعة لمواقع التواصل الاجتماعي في التوافق الشخصي والاجتماعي لديهم باختلاف اختصاصاتهم النظرية والتطبيقية، وتعرف الفروق بين الجنسين من المستخدمين، تلك المواقع في توافقتهم الشخصي والاجتماعي ومن ثم تقديم بعض المقترحات التي يمكن أن تساعد في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل أفضل من قبل طلاب الجامعة. تكونت عينة البحث من (200) طالب وطالبة من طلبة السنة الجامعية الأولى في جامعة البعث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية من اختصاصات نظرية وتطبيقية.

طبق على عينة البحث استمارة لجمع معلومات عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من إعداد الباحثة ومقياسي التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي وهما من المقاييس الفرعية لمقياس الصحة النفسية إعداد " ماريو رحال " (2011). وقد أظهرت النتائج أنه يوجد فروق دالة لصالح غير المستخدمين وأنه لا توجد فروق بين الجنسين من المستخدمين لمواقع التواصل الاجتماعي على مقياسي التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي.

7. 5. دراسة كلير الحلو وآخرون (2018)

مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطالب الجامعي (دراسة مقارنة متعددة الدول):

هدفت هذه الدراسة إلى البحث في أثر مواقع التواصل الاجتماعي بكثرة على الحالة النفسية للطالب الجامعي العربي وبالتالي أعد الباحثون استبياناً حول هذه المسألة، تواصلوا مع عدد من الجامعات استندوا على نتائج كل من البلدان التالية: الجمهورية اللبنانية، المملكة العربية السعودية، المملكة الأردنية الهاشمية ودولة فلسطين، وبالتالي تكون مجتمع البحث من الشباب الجامعي في هذه البلدان الذي تتراوح أعمارهم بين 18 و24 سنة وتكونت عينة عشوائية من 667 فرداً.

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الخصائص البيئية للشباب الجامعي وفق البلد بالنسبة للاشباع المحققة عبر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، كذلك تبين أن استخدام هذه المواقع يعزز الإحساس بالحضور الاجتماعي، كما ظهر وجود علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين المعدل اليومي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإيمان والغيرة والإحباط، أما بعض ممارسات الأصدقاء على مواقع التواصل الاجتماعي كالحجب والخداع والكذب والشتيمة والتشهير فتدفع إلى شعور الشباب الجامعي بالإحباط.

• تعقيب على الدراسات السابقة:

بعد جمع الدراسات السابقة وتحليلها سجلنا النقاط الآتية:

- اهتمام معظم الدراسات بدراسة تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على الجوانب النفسية والاجتماعية وهذا ما يتفق مع أهداف دراستنا الحالية.

الفصل الأول: مدخل الى الدراسة

- اعتماد أغلب هذه الدراسات على نفس الأداة لجمع المعلومات وهي الاستبيان.
- اختيار العينة من المتمدرسين و الطلبة الجامعيين، والاختلاف فقط كان على مستوى تأثير هذه المواقع (التوافق النفسي ، الشخصي ، الأسري ...)
- تمت الاستفادة من هذه الدراسات في تحديد المنهجية العامة للدراسة، وفي ضبط التساؤلات و الفرضيات ، وفي بناء أداة الدراسة ، و في تحليل النتائج ومناقشتها.



الفصل الثاني: مواقع التواصل

الاجتماعي

تمهيد:

لقد شهدت مواقع التواصل الاجتماعي السنوات القليلة الماضية تطورات منذ بداية ظهورها وإلى يومنا هذا، انتشارا واسعا وسريعا في مقدمتها موقع الفيسبوك وغيرها من المواقع، مما أدى هذا إلى تزايد مستخدميها بشكل ملحوظ وهذا بفضل خاصية التفاعل والتواصل بين الناس إلى حد كبير

لهذا خصصنا هذا الفصل مبحث اول تناول فيه نشأة مواقع التواصل الاجتماعي وتعريفها، والمبحث الثاني خصصناه لموقع الفيسبوك تناول فيه أهم تعريفات وأهم مراحل تطوره ومميزاته، وآلية عمل الموقع وتطبيقاته، وأهم الإيجابيات والسلبيات والانتقادات الموجهة لموقع الفيسبوك.

1. نشأة مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك":

ظهر أول موقع من مواقع التواصل الاجتماعي theglpbe على شبكة الانترنت في الولايات المتحدة الأمريكية على شكل تجمعات عام 1994 م، ثم موقع tripod عام 1995 م، و فيها تم ربط لقاءات بين الأفراد للسماح لهم بالتفاعل من عرف الدردشة، و تشارك المعلومات و الأفكار الشخصية حول مواضيع مختلفة، و ظهر موقع facebook الذي انطلق رسميا في 2004، و كان الأول من بين مواقع التواصل الاجتماعي على مستوى العالم، و youtube في 2005، و موقع twiter.com عام 2006 م¹.

وأنشأ موقع " الفيسبوك " من طالب متعثر في الدراسة " مارك زوكربيرج " المهووس ببرمجة الكمبيوتر في جامعة " هارفرد " بكاليفورنيا الأمريكية في نوفمبر من عام 2004 م، وكانت مدونته " الفيسبوك " محصورة في بدايتها في نطاق الجامعة وأصدقائه في فترة قصيرة اجتاحت العالم الافتراضي.

وقال عنه مؤسسه: " لقد أضحي كل منا يتكلم عن " الفيسبوك " العالم الذي تفكر الجامعة في إنشائه وجلت من الشغف أن يستغرق الأمر من الجامعة سنتين من أجل تنفيذ ذلك، ووجدت أن بإمكانني تنفيذه أفضل منهم وفي أسبوع واحد، وتخطى عدد مستخدميه 75 مليون مستخدم، تقدر قيمته ب 915 مليار دولار².

2. تعريف الفيسبوك:

- اصطلاحا:

¹ علي معيد ، 2012 ، ص 51

² نسرين حسونة (دب)، الإعلام الجديد ، المفهوم الوسائل و الخصائص و الوظائف ، شبكة الوكة ، ص 4 .

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

فيسبوك بالانجليزية face book موقع ويب للتواصل الاجتماعي يمكن الدخول إليه مجانا وتديره شركة " فيسبوك " محدودة المسؤولية لملكية خاصة لها¹.

وهو موقع من مواقع الشبكات الاجتماعية تتيح للأشخاص العاديين أو الاعتباريين (كالشركات) أن يبرزوا أنفسهم، ويعززوا مكانتهم عبر أدوات مواقع التواصل مع أشخاص آخرين ضمن نطاق ذلك الموقع أو عبر التواصل مع مواقع التواصل الأخرى².

مصطلح فيسبوك face book كما هو معروف في أوروبا يشير إلى دفتر ورقي يحمل صوراً ومعلومات لأفراد جامعة معينة أو مجموعة ومن هنا جاءت تسميته الموقع ونعتبر هذه الطريقة شائعة للتعريف بالأشخاص خصوصاً في الجامعات الأجنبية ببعضهم، حيث يتصفح المنتسبون في الجامعة هذه الدفاتر لمعرفة المزيد عن الطلبة الموجودين في نفس الكلية³.

- إجراءات:

موقع الفيسبوك موقع من المواقع الاجتماعية، يهدف إلى تكوين العلاقات بين الأفراد في مختلف أنحاء العالم، كما يتيح للمستخدمين تبادل المعلومات والصور والفيديوهات والأفكار والملفات ووضع تعليقات على المنشورات المعروضة والقائمة طويلة لإمكانيات أخرى.

* ماهو الفيس بوك:

¹ صلاح محمد عبد الحميد، الإعلام الجديد، ط 1 مؤسسة طيبة للنشر و التوزيع ، القاهرة ، 2012 ص 206 .

² خالد غسان يوسف مقدادي ، ثورة الشبكات الاجتماعية ، دار النفاس للنشر و التوزيع ، عمان ، 2010 ، ص 35 .

³ وائل مبارك خضر فضل الله ، أثر استخدام الفيسبوك على المجتمع ، ط 1 ، فهرسة المكتبة الوطنية ، أثناء النشر ، السودان ، 2011 ، ص 12 .

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

يقول موقع الفيسبوك عن خدمته من صفحته الرسمية: " الفيسبوك هو شركة مهمتها إعطاء الناي القدرة على المشاركة، وجعل العالم أكثر انفتاحا وتوصلا¹.

الفيسبوك هو أداة شائعة للشبكات الاجتماعية تسمح للمستخدمين إنشاء ملف شخص، وإضافة مستخدمين آخرين كأصدقاء، وتبادل الرسائل ومشاركة المعلومات والفيديوهات، يسمح الفيس بوك أيضا للأعضاء المشاركة في مجموعات ذات الاهتمام والمصالح المشتركة، وإتباع منظمات معينة ولعب الألعاب البسيطة على الانترنت².

3. خدمات وخصائص الفيسبوك:

يوفر الفيسبوك مجموعة من الخدمات والخصائص المشتركة تتمثل في:

- خاصية الصور **photos** : تتيح هذه الخاصية للمستخدم إمكانية إعداد ألبوم خاص به مع إمكانية عرضها للأصدقاء المضافين إليه .
- خاصية الفيديو **videos** : توفر للمستخدم تحميل الفيديوهات الخاصة به و مشاركتها على هذا الموقع بالإضافة إلى إمكانية تسجيل لقطات الفيديو مباشرة و إرساله كرسالة مرئية MMS .
- خاصية الحلقات أو المجموعات **groups** : تمكن المشتركين من إعداد مجموعات مغلقة أو مفتوحة لنقاش في موضوع ما .
- خاصية الأحداث الهامة **events** : تتيح للمستخدمين إمكانية الإعلان عن حدث ما و إخبار الأصدقاء به .

¹ <http://www.facebook.com>

² <http://www.internet.Wolds.tats.com/middle.htm;qa>

- خاصية الإعلان Market place : تمكن المشترك إمكانية الإعلان من الإعلان أي منتج أو البحث عن أي منتج يرغب في شرائه .

- خاصية النكز poke : هي عملية تنبيه الأصدقاء على فيس بوك لجذب انتباههم و كأن المستخدم يقول " مرحبا " .¹

4. آلية التواصل بين أعضاء موقع الفيسبوك:

من بين أهم آليات التواصل في موقع الفيسبوك هي:

1.4. التعليقات notes:

خاصية التعليقات متاحة بين الأصدقاء وفي المجموعات والصفحات المنضمين لها ذلك يعتمد أيضا على الصلاحيات الممنوحة، يمكن للمستخدم أن يكتب تعليقا في مساحة التعليقات ويمكنك الضغط على زر comment إضافة تعليق وفي نفس المساحة يمكنك أن تضيف رابط مواقع أو صورة.

2.4. الإشارة tags:

خاصية الإشارة متاحة في الصور والفيديو بحيث يمكنك أن تلفت انتباه أصدقائك عبر الإشارة لهم في صورتك أو في مقطع الفيديو المحمل عبر الفيسبوك وبالتالي سترسل لهم تنبيهات لأي تحديث جديد في الصورة.

3.4. الإعجاب like:

¹ يمينة، 2015

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

خاصية معجب أيضا متاحة بنفس آلية التعليقات بين الأصدقاء والمجموعات والصفحات والمنضمين لها، ذلك يعتمد أيضا على الصلاحيات الممنوحة حيث يمكن للمستخدمين أن يقوم بعمل معجب like لأي نص أو صورة أو فيديو لأصدقائك.

خاصية معجب طورها موقع الفيسبوك في 2010 وقد نمت إضافتها في كل المواقع الأخرى كوسيلة تربط المستخدم بحسابه في الموقع وبمنظرة أخرى تهدف للترويج للمواقع¹.

4.4. النكز pokes :

خاصية نكز غمزة تتيح إرسال نكزة افتراضية لإثارة الانتباه إلى بعضهم البعض، وهي عبارة عن إشعار بخطر المستخدم بأن أحد الأصدقاء يقوم بالترحيب به².

5.4. الإشعارات notifications:

للحفاظ على بقاء المستخدم على اتصال بأخر التحديثات التي قام بالتعليق عليها سابقا.

6.4. الألعاب games:

يوفر الفيسبوك العديد من الألعاب المختلفة ويسمح للمستخدم أن يدعوا أصدقائه للمشاركة.

7.4. الهدايا gifts:

تتيح إرسال هدايا افتراضية إلى الأصدقاء، فتظهر على الملف الشخصي لمستقبلها.

5. الإدمان على الفيسبوك:

¹ وائل مبارك خضر فضل الله ، مرجع سبق ذكره ، ص 16 .

² حسين شفيق ، مواقع التواصل الاجتماعي أدوات و مصادر للتغطية الإعلامية ، د ط ، دار الفكر و فن للطباعة و النشر و التوزيع ، 2014 ، ص 95-96 .

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

يندرج الإدمان على الفيسبوك، أو الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي عموماً تحت اضطراب إدمان الإنترنت، لأنها (مواقع التواصل الاجتماعي) إحدى الخدمات الكبرى و الرئيسية التي تقدمها الإنترنت و يعرف الدليل التشخيصي و الإحصائي الخامس (5) للاضطرابات العقلية DSM.5 " اضطراب إدمان الإنترنت على أنه الاستخدام المفرط للإنترنت التي لا تتطوي على اللعب على المباشر games online على سبيل المثال: الاستخدام المفرط للإنترنت، استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كالفيسبوك، مشاهدة المواقع الإباحية.

وقد يؤدي الإدمان على الإنترنت إلى العديد من الاضطرابات النفسية التي تشمل بصورة رئيسية اضطراب الاكتئاب ADHD، والوسواس القهري OCD¹.

يرى هامبلين جيمس Hamblin James (2015) أن الفيسبوك يشوه الواقع إذ يقول إنه في أي مقارنة اجتماعية مع الفيسبوك نسقط في وقت قصير في جاذبيته و كماليته الخداعة، ثم نقوم بتسليط أوجه القصور على أنفسنا في الفيسبوك هناك دائماً المزيد من المناسبات للاحتفال ووجهات نرتحل إليها، وأطفال تعانقهم في الفيسبوك كل يوم هو يوم عطلة².

وتعرف سيسيلي Cecilie schou (2012) الإدمان على الفيسبوك أنه شكل من أشكال الإدمان على الإنترنت ، و هو يعني بسنت عناصر أساسية للإدمان المتمثلة في :

- السيطرة أو البروز: الهيمنة على التفكير و السلوك.
- المزاج: يعدل ويغير في المزاج.
- التحمل: زيادة التبعية لموضوع الإدمان لتحقيق اللذة السابقة.

¹ DSM .5 , p 797

² Hamblin James , 2015

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

- الانسحاب: الشعور بالإحباط والانعزاج والقلق عند وجود مانع من استخدام موضوع الإدمان.

- الصراع: اختلال في التوازن الداخلي والخارجي، وصراعات على مستوى الأسرة، العمل، التعليم وغيرها من النشاطات المعتادة.

- الانتكاس: العودة للأنماط السابقة من السلوكيات.¹

* إحصائيات حول الفيسبوك في العالم:

حسب آخر معطيات إحصائيات الانترنت الشهير " social Bakers " فإن عدد المستخدمين النشطين يوميا على الفيسبوك يبلغ 936 مليون مستخدم شهريا 1 مليار و440 مليون مستخدم.

وتبلغ نسبة استعمال الهاتف النقال للولوج إلى الفيسبوك 87 بالمائة من عدد المستخدمين².

وقد احتفل موقع الفيسبوك يوم 27 أوت 2019 باجتماع مليار مستخدم في نفس الوقت.

6. استخدامات الفيسبوك:

وتتمثل استخدامات مواقع " الفيسبوك " من طرف الشباب الجامعي الجزائري فيما يلي:

- تبادل المعلومات مع الأصدقاء والترفيه.

- الوصول لأكبر شريحة من الناس ليسمعوهم رسائلهم بالمشاركة والصور والصوتيات.

- التنفيس عن المشاعر المكبوتة، ولا يستطيع الفرد التعبير عنها في واقعه الحقيقي.

7. مميزات مواقع التواصل الاجتماعي " الفيسبوك ":

¹ Cecilie schou , p 503

² <http://www.socialbakers.com/statics/facebook>.

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

- سرعة نقل الخبرة وتدعيمه بالصورة الحرة والمعبرة.
- سرعة مواكبة الأحداث على مدار الساعة، ونقلها مباشرة من مكان حدوثها.
- مكنت الأفراد من التعبير عن طموحاتهم ومطالبهم بحرية، ومشاركتهم الفاعلة في تغذية هذه الشبكات بالأخبار، والمعلومات المساهمة في صناعة المضامين الإعلامية.
- يمكن " الفيسبوك " الشخص من الوصول متصفح ومرتادي الانترنت في كل مكان في هذه المعمورة بسرعة وبسهولة.
- أنه لا يكلف الشخص أي مبالغ مالية لإنشاء صفحة خاصة به.
- و لا يحتاج لأي خبرة فنية عند إنشائه أو الحماية اليومية والتحصين الذي يجتاحه الموقع الخاص¹.

8. فوائد وإيجابيات موقع الفيسبوك:

يؤدي هذا الموقع خدمات إلى مستخدميه تسهل عليهم الكثير من أعمالهم وتواصلهم ومن هذه الخدمات:

8.1. إتاحة الفرصة للصدّاقة والتواصل بين الأعضاء المشتركين في هذا الموقع:

وذلك عن طريق:

- إتاحة الفرصة لإضافة من يشاء العضو إضافتهم من الأصدقاء للتواصل معهم بعد أخذ موافقتهم، فالخيار والحرية المتاحة لمن يريد أن يضيف صديق له على الموقع، ونتاج لهذا الصديق أن يقبل او يرفض هذه الصداقة عن طريق الإجابة سلبا أو إيجابا على الطلب الذي

¹ فهد بن عبد العزيز الفيلبي ، د ت ، ص 20- 21 .

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

يتلقاه، ويمكن لمن يتلقى طلب الصداقة أن يتحرى عن الشخص طالب الصداقة عن طريق نبذته الشخصية أو الاستفسار عنه من الأصدقاء الآخرين وفي حال تمت الموافقة على الصداقة يستطيع كل منهم التواصل مع الآخر.

- إرشاد صديقين إلى بعضهما على هذا الموقع، وحتى إن كانا لا يعرفان بعضهما في الواقع الحقيقي.

- اقتراح أصدقاء جدد لمن يريد من الأصدقاء من الأصدقاء القدامى الذين يعرفهم سابقا وبالتالي توسيع شبكة الصداقة والتواصل التي يمتلكها.

- إتاحة الفرصة لمشاهدة كل الأصدقاء مرة واحدة مرتبة أسماؤهم أبجديا مع أرقام هواتفهم الموجودة على نبذ حياتهم إذا كانت هذه الهواتف متاحة للأصدقاء.

- إمكانية التواصل والتفاعل مع الأصدقاء عن طريق الدردشة والرسائل والهدايا الافتراضية وإبلاغهم عن طريق الأعمال التي تقوم بها حاليا بحيث يبقوا على اتصال مستمر عبر هذا الموقع الافتراضي.

2.8. خدمة الشركات وأصحاب الأعمال:

في الإعلان عن الوظائف واختيار الموظفين، كأخذ ما ينشرونه من نبذ شخصية عن أنفسهم وخبراتهم على الفيسبوك بعين الاعتبار عند البداية في اختبار الموظفين من بين المتقدمين، كذلك يمكن للفيسبوك إبداء خدمات كبيرة من التسويق والترويج للمنتجات.

3.8. يتيح الفيسبوك كذلك فرصة تحميل ألبومات الصور:

بشكل أكبر وأوسع مما تتيحه المواقع الأخرى، حيث يتم تحميل أكثر من مليار صورة شهريا على الفيسبوك، وكذلك تسجيل مقاطع الفيديو عبر عدة مصادر كالهاتف النقال والبريد الإلكتروني، حيث يتم تحميل أكثر من عشرة ملايين مقطع شهريا على هذا الموقع.

4.8. التواصل مع مجتمعات افتراضية:

مختصة في مواضيع شتى تفيد العضو في التدريب والتعليم، من هذه المجتمعات وزيادة خبرتها.

5.8. متابعة أخبار الشخصيات المشهورة في كافة المجالات:

كالشخصيات السياسية والاقتصادية والفنية والعاملين في المجالات الاجتماعية والدينية، حيث أصبح لمعظم هؤلاء حسابات على الفيسبوك يمكن لمن يتواصل معهم أن يطلع على أخبارهم وأفكارهم وخواطرهم، ووجهات نظرهم حول الأحداث والقضايا.

6.8. إمكانية تثبيت أي موقع أو خبر أو صور ومقاطع فيديو:

يرغب العضو في الاحتفاظ بها من مواقع وأخبار وصور ومقاطع فيديو للرجوع إليها في أي وقت يشاء، حيث يمكن للفيسبوك أن يلعب دور المفضلة في تخزين المعلومات المرغوبة.¹

9. سلبيات موقع الفيسبوك:

الفيسبوك حالة حال الكثير من الاختراعات والتقنيات التي أثرت في حياة البشر فإلى جانب المضي للمجتمعات والنشاطات التي ساعدت الشباب على تنفيذ الأعمال المفيدة وتحقيق الكثير من الأهداف، وهناك الكثير من الآثار السلبية على مستخدميها منها:

¹ علي خليل شقرة، الإعلام الجديد (شبكات التواصل الاجتماعي)، ط 1 دار أسامة للنشر و التوزيع، الأردن 2014، ص 66-

1.9. إضاعة الوقت:

بمجرد دخول المستخدم الموقع حتى يبدأ بالتنقل من صفحة إلى أخرى ومن ملف لآخر ولا يدرك الساعات التي أضاعها في التعليق على صور أصدقائه دون أن يزيد أي فائدة له أو لغيره، فالفيسبوك يهدر الكثير من وقت الشباب دون فائدة، فهناك أعداد كبيرة من طلاب الجامعات يقضون أكثر من 10 ساعات في تصفح الفيسبوك فقط.

2.9. الإدمان وإضعاف مهارات التواصل:

هي من أهم الآثار التي قد تشكل خطرا على مستخدمي الشبكة الاجتماعية خصوصا الشباب و المراهقين، فإن قضاء الوقت الطويل أمام شاشة الكمبيوتر أو الهاتف النقال وهدره في تصفح المواقع يؤدي إلى عزلهم عن واقعهم الأسري وعن مشاركتهم في انفعاليات التي يقيمها المجتمع وبما أن التواصل بين الناس بشكل مباشر يؤدي إلى تطوير المهارات التي تساعد الشباب في مجالات الاتصال الإنساني حيث تنمي عندهم الحس بالمسؤولية اتجاه الغير وتقوي سرعة البديهة لديهم فيستطيعون التعامل مع المواقف الاجتماعية بحذاقة وحنكة وهذا ما تفقده المواقع الاجتماعية، فإن إدمان الشباب على التواصل الإلكتروني يؤدي بهم إلى العزلة الاجتماعية وفقد مهارات التواصل المباشر مع المجتمع¹.

3.9. ظهور لغة جديدة بين الشباب:

ظهرت لغة جديدة بين فئة الشباب يستخدمونها في اتصالاتهم بين رسائل جوال أو محادثات عبر الانترنت، وباستخدام التواصل عبر الشركات الاجتماعية انتشرت هذه اللغة بشكل أكبر، و هي لغة ليست بالعربية ولا الإنجليزية بل تجمع حروف اللغتين بالإضافة إلى

¹ وائل مبارك خضر فضل الله ، أثر الفيسبوك على المجتمع ط 1 ، فهرسة المكتبة الوطنية أثناء النشر ، السودان 2011 .

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

أرقام ورموز لا يفهمها سوى المتعاملين بها ، و من يعاشرونهم بصفة مستمرة ، و أن لاستمرار في تداول هذه اللغة يؤدي إلى تهديد لغتنا العربية و إلى ضياعها مع مرور الأيام فمثلا أصبحت كلمة " محمد " تكتب " mo7amed " و كلمة أخبار تكتب " a5bar " و يزداد الخوف مع مرور الوقت من غزو هذه المفردات و بالتالي ترسخ هذه اللغة بين جموع الجيل الجديد مما يزيد الهوة بين الأجيال السابقة و الأجيال الناشئة .

4.9. انعدام الخصوصية:

تواجه أغلبية المواقع الاجتماعية مشكلة انعدام الخصوصية مما تتسبب في الكثير من الضرر المعنوية و النفسية على المستخدم و قد تصل في بعض الأحيان لأضرار مادية، فملف المستخدمين في هذه الشبكة يحتوي على جميع المعلومات الشخصية إضافة إلى ما يبينه من هموم و مشاكل قد تصل إلى يد أشخاص يستغلونها بفرض الإساءة و التشهير .

5.9. التعرض للجرائم الالكترونية:

كما أعلن بذلك موقع كاسيرسكي الذي رصد أكثر من 43 ألف فيروس خبيث عام 2008 ثم نشرها عبر الشبكات الاجتماعية .

6.9. انتحال أسماء شخصيات عامة :

انتحال أسماء شخصيات و استخدام صور أشخاص آخرين و تزوير الصور الخاصة بالأفراد الذين تتواصل معهم عبر الموقع ، و ربما ساء استغلالها بشكل سيء بأصحابها ¹.

10. الانتقادات الموجهة إلى موقع الفيسبوك :

¹ سعاد عيساني، ص 77 .

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

تعرض موقع الفيسبوك للكثير من الانتقادات من مدار السنوات القليلة الماضية، ففي أكتوبر من عام 2005 قامت جامعة نيوميكسيكو بحظر الدخول إلى الموقعين أجهزة الكمبيوتر و الشبكات الخاصة بالحرم الجامعي، و قد أشارت الجامعة إلى أن السبب وراء ذلك فيما يتعلق بإساءة استخدام وثائق التفويض الخاصة بالجامعة في أنشطة لا تتعلق بالجامعة.

و في وقت لاحق قامت الجامعة بإلغاء الحظر الذي فرضته من قبل على استخدام و ذلك بعد أن تمكن القائمون على : دارة الموقع من معالجة الموقف من خلال عرض أخطار على صفحة الدخول تنص على أن مواقع التعويض التي تستخدم على الموقع ليس لها علاقة بوثائق التفويض المستخدمة في الحسابات الخاصة بالكلية .

علاوة على ما سبق ، قامت حكومة أونتاريو بحظر دخول الموظفين إلى الموقع في مايو من عام 2007 حيث ذكرت أن الموقع لا يمت بمكان العمل بصفة مباشرة .

في 1 يناير من عام 2008 قامت إحدى المجموعات على الفيسبوك بالإفصاح عن هوية ستيفاني ريتجيل ، تلك الفتاة التي قتلت في ولاية تورنتو و التي لم تكن أسرتها قد أعطت تصريحاً لشرطة تورنتو بعد نشر اسمها أو أسماء المتهمين في القضية إلى وسائل الإعلام و ذلك على الرغم من أنه يحظر نشر أسماء القصر الذين تتم إدانتهم في إحدى القضايا بموجب قانون العدالة الجنائية للأحداث و على الرغم من محاولات الشرطة و كذلك القائمين على الموقع الالتزام بقواعد الخصوصية عن طريق حذف اسم الفتاة ، فإنهم قد لاحظوا صعوبة القيام بذلك حيث تتم إعادة نشر البيانات مرة أخرى كلما تم حذفها و نظراً لطبيعة الفيسبوك التي تتيح دخول أي فرد عليه ، فإن العديد من الدول قامت بحظر الدخول إلى المواقع و من بينها سوريا و إيران ، و قد ذكرت الحكومة السورية أن قرار الحظر جاء استناداً إلى قيام البعض بالتحريض على شن هجمات ضد السلطات من خلال الموقع ، إضافة إلى ذلك فإن الحكومة السورية تخشى

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

التسلل للشبكات الاجتماعية في سوريا ، كما أنه تم استخدام الفيسبوك من قبل بعض الموظفين السوريين لتوجيه الانتقادات إلى الحكومة حيث أن توجيه الانتقاد إلى الحكومة السورية يعد جريمة يعاقب عليها بالسجن ، و في 5 فيفري من عام 2007 تم إلقاء القبض على مواطن مغربي يدعى فؤاد مرتبط بتهمة إنشاء ملف زائف على الفيسبوك باسم مولاي رشيد أمير المغرب¹.

¹ عبد الحميد، سنة 2012، ص 222، 253

خلاصة

إن العالم الافتراضي وما يحتويه من الشبكات الاجتماعية والأنظمة التي تربط الشباب وخاصة الطلبة الجامعيين مع أعضاء آخرين لديهم نفس الاهتمامات بحيث تصنف ضمن شبكات الجيل الثاني الويب، ما تركها تصبح مشهورة و بالأخص الفيسبوك الذي يعد ابرز هذه الشبكات والمتخصص في بناء علاقات اجتماعية والتعارف، وبناء علاقات حيث بفضل تميزه على برمجيات مفتوحة المصدر يمكن لأي مستخدم تطوير تطبيقاته و إتاحتها للمستخدمين ما جعل عدد مستخدميه يزداد يوميا حتى صار يصطلح على المجتمع بالمجتمع الفيسبوكي .

الفصل الثالث: التوافق النفسي



تمهيد:

التوافق مصطلح شديد الارتباط بالشخصية في جميع مراحلها ومواقفها، وهو ما أهله ألا يكون أحد المفاهيم الأكثر انتشارا وشيوعا في علم النفس، وكذا الصحة النفسية وقد تضاعفت أهميته في هذا العصر الذي ازدادت فيه الحاجة على الأمن والاستقرار النفسي.

وقد اتخذ المهتمون في دراسة التوافق جوانب متعددة في سبيل تحديد هذا المفهوم ويجمعون بأنه عملية تفاعل ديناميكي مستمر بين قطبين أساسيين، أحدهما الفرد نفسه والثاني البيئة المادية والاجتماعية، أي يسعى الفرد على إتباع حاجته البيولوجية والسيكولوجية وتحقيق مختلف مطالبه متبعا في ذلك وسائل ملائمة لذاته وللجماعة التي يعيش بين أفرادها.

ونظرا لكون التوافق دليل على تمتع الإنسان بالصحة النفسية الجيدة خصصنا هذا الفصل لأهم أبعاد التوافق النفسي ومختلف خصائصه والعوامل المؤثرة فيه.

1. نبذة تاريخية حول مصطلح التوافق:

التوافق مصطلح يعني التآلف والتقارب، فهو نقيض التخالف والتنافر، ومفهوم التوافق مصطلح مستمد من التكيف الذي استخدم في علم الأحياء والذي زادت أهميته بعد ظهور نظرية " دارون Darwn " للتطور سنة 1859، إذ يعتبر هذا المصطلح حجر الزاوية في نظريته، ويشير مصطلح التكيف في علم الأحياء إلى البناء البيولوجي والعمليات التي تساهم في بقاء الأجناس، فالخواص البيولوجية التي تتوافر في الكائن الحي لا يمكن أن تساعد الكائن على البقاء والاستمرار إلا إذا توفر ما يساعد على بقائها واستمرارها¹.

يتضح مما سبق أن التكيف من جهة نظر علم الأحياء يركز على قدرة الكائن الحي على التلاؤم مع الظروف البيئية ، و هذا يتطلب منه مواجهة أي تغيير في البيئة بتغيرات ذاتية و أخرى بيئية و استفاد علماء النفس من المفهوم البيولوجي للتكيف و استخدموه في المجال النفسي بمصطلح التوافق ، حيث أنه من الطبيعي أن ينصب اهتمام علماء النفس على البقاء الاجتماعي و النفسي للفرد إذ يفسر السلوك الإنساني بواصفة توافقك مع مطالب الحياة و ضغوطها ، و هذه المطالب هي نفسية اجتماعية بحد ذاتها و يتضح في صورة علاقات متبادلة بين الفرد و الآخرين و تؤثر بدورها في التكوين السيكولوجي للفرد².

لقد اهتم الباحثون بهذا الموضوع بغية التمييز بين مصطلحي التكيف و التوافق و أشاروا إلى أن التكيف يعني السلوك الذي يجعل الكائن الحي في نشاطه لممارسة الحياة في محيطه

¹ مایسة أحمد النیال، 2002 ، ص 138

² صابرة محمد علي، 2003، ص 132

الفصل الثالث: التوافق النفسي

الفيزيقي و الاجتماعي بينما يشير مصطلح التوافق إلى الجانب النفسي من نشاط الإنسان و سعيه للتعامل المرن مع مطلب الحياة .

من هنا فالتوافق مفهوم إنساني بحث ، أما مفهوم التكيف فيشمل تكيف الكائن الحي عامة (الإنسان، الحيوان ، النبات) إزاء البيئة التي يعيش فيها ، و لا بد للكائن الحي أن يتكيف مع البيئة لكي يتمكن من العيش فيها¹ .

يعتبر موضوع التوافق من أهم المواضيع في علم النفس و الصحة النفسية، و عن طريقه يحقق الفرد ذاته النفسية .

وقد حاولنا في هذا الفصل تقديم أهم التعريفات التي قدمت لمصطلح التوافق مع تناول أهم المصطلحات المرتبطة به و مستوياته ، كما تناولنا التوافق النفسي بتقديم التعريف و أهم المعايير و مختلف العوامل التي يمكن أن تعيق التوافق النفسي .

و وصول الفرد إلى تحقيق التوافق النفسي يعني القدرة على تحقيق أهدافه ، حاجاته و دوافعه وفق المتطلبات و الشروط التي يفرضها المحيط .

2. مفهوم التوافق النفسي :

1.2.1. معنى التوافق لغة :

ورد في لسان العرب أن التوافق : مأخوذ من وفق الشيء أي لاعمه ، و قد وافقه و اتفق معه توافقا و جاء في معجم الوسيط أن التوافق في الفلسفة هو أن يسلك المرء مسلك الجماعة ، و يتجنب الشذوذ في الخلق و السلوك¹ .

¹أديب خالدي 2002 ، ص 92

2.2. مفهوم التوافق :

ويعرفه كمال دسوقي بأنه تكيف الشخص ببيئته الاجتماعية في مجال مشكلات حياته مع الآخرين التي ترجع لعلاقته بأسرته ومجتمعه ومعايير بيئته الاقتصادية والسياسية و الخلقية².
يشير عبد المنعم المليحي و آخرون " التوافق هو الأسلوب الذي بواسطته يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع البيئة"³.

تعريف لازاروس " هو مجموع العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على المتطلبات و الضغوط المتعددة"⁴.

تعريف كارل روجرز " قدرة الشخص على تقبل الأمور التي يدركها بما في ذلك ذاته و العمل بعد ذلك على تبنيها في تنظيم شخصيته "⁵.

* التوافق :

وهو يتضمن شقين هما: اتزان الفرد مع نفسه أو تناغمه مع ذاته بمعنى مقدرته على مواجهة و حسم ما ينشأ داخله من صراعات و يتعرض له من إحباطات، و مدى تحرره من التوتر و القلق الناجم عنها و نجاحه في التوفيق بين دوافعه و نوازعه المختلفة، ثم انسجام الفرد

¹ معجم اللغة العربية، 1074 : 1984

²عبد الحميد ، 1999 : ص 56

³ رمضان قذافي ، ص 70

⁴ رمضان قذافي ، المرجع نفسه ، ص 69

⁵ المرجع السابق نفسه ، ص 70

الفصل الثالث: التوافق النفسي

مع ظروف بيئته المادية و الاجتماعية عموما بما فيها من أشخاص آخرين و علاقات و عناصر و مجالات و موضوعات و أحداث و مشكلات¹ .

عند تعريف التوافق فإنه : لا بد من النظر إليه كمتغير وفق متصل يكون التوافق التام نسبيا في الطرف الإيجابي و هو ما يحدث في الظروف و يكون انعدام التوافق في طرفه السلبي و بين هذا و ذاك يقع سوء التوافق و المتدرج من سوء إلى الدرجات المقبولة من التوافق².

3.2. مفهوم التوافق النفسي :

التوافق النفسي هو عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك و البيئة الطبيعية و الاجتماعية بالتغير و التعديل حتى يحدث توازن بين الفرد و بيئته³.

و يعرف أيضا " التوافق النفسي عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك و البيئة (الطبيعية و الاجتماعية) بالتغيير و التعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد و بيئته ، و هذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد و تحقيق متطلبات البيئة " ⁴.

تعرف تناددا فنذوف التوافق : " التوافق النفسي هو محاولة لمواجهة متطلبات الذات و متطلبات البيئة⁵ .

3. أبعاد التوافق النفسي:

¹ عبد المطلب أمين القريطي ، 2003 ، ص 62

² نجمة ، 2005 ، ص 46 .

³ عبد الغني شريت ، و صبرة ، ص 126

⁴ حامد زهران ، 1997 ، ص 27

⁵ أحمد محمد ، و ناجي محمد ، ص 26

الفصل الثالث: التوافق النفسي

تتضمن عملية التوافق تفاعلا مركبا لمجموعة معتمدة من النظم الفكرية و الانفعالية و السلوكية مع بعضها البعض و في مقابل ذلك فإن الغالب الديناميكي لمكونات الشخصية في تفاعل مستمر مع ظروف حياة الفرد الدائمة التغيير و لا ينطبق التوافق المثالي و عرضه على حالة واحدة أو لقدرة الفرد أو لبيئته ، و هو لا يكون عملية مفردة أو مجموعة مماثلة من العمليات و العلاقات بين الفرد و المحيطين به على طول بعد واحد ، بل أن التوافق متعدد الأبعاد و يمكن وصفه في صورة عدد من التغيرات المتفاعلة¹.

- التوافق على المستوى البيولوجي :

يتحقق هذا النوع من التوافق في حالة تغيير و تعديل السلوك في ظل الظروف البيئية المختلفة بغية إشباع حاجيات و رغبات الفرد شريطة أن يتسم سلوكه بالمرونة مع الظروف المتغيرة أي هناك إدراك لطبيعة العلاقة الديناميكية المستمرة تغشي الفرد و البيئة إن الإنسان يقوم طوال حياته بعملية التوافق و هي عملية دائمة و مستمرة و متصلة².

- التوافق على المستوى الاجتماعي :

عنوان يحمل في طياته معناه ، أي أن هذا النوع من التوافق يكون في حالة مجازاة لقوانين الجماعة و معاييرها من خلال قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين مثمرة و ممتعة و تتسم بقدرة الفرد على الحب و العطاء هذا من ناحية و من ناحية أخرى القدرة على العمل الفعال الذي يجعل الفرد شخصا نافعا في محيطه الاجتماعي³.

1 حسين أحمد حشمت و مصطفى حسين باهي ، 2005 ، ص 52

2 صالح حسن أحمد الداھري ، 2008 ، ص 69

3 صلاح الدين أحمد الجماعي ، 2007 ، ص 70

- التوافق على المستوى السيكولوجي :

هذا المستوى مربوط بالصراع فكما زاد الصراع زاد التوتر قل التوافق و العكس بالعكس صحيح ، فالكائنات الحية لا تتحمل إلا أقل صراع ممكن يكون في صورة التوافق السوي و الذي هو : " اعتدال في الإشباع للشخص عامة إلا إشباع لدافع واحد على حسب دوافع أخرى ، و الشخص المتوافق توافق ضعيف هو الشخص غير الواقعي و غير المشبع ، الذي يميل إلى التضحية باهتمامات الآخرين إنما يميل إلى التضحية باهتماماته ، أما الشخص حسن التوافق فهو الذي يستطيع أن يقابل العقبات و الصراعات بطريقة بناءة تحقق له إشباع حاجاته ، و لا تفوق قدرته على الإنتاج¹.

هذا المستوى يتحقق بتحقق إشباع الحاجات ، لكن يتدخل أمر مهم هنا خاصة من الناحية السيكولوجية ألا و هو التوكل على الله الذي يريح الإنسان من البقاء في حالة صراع تتجاذبه الأهداف المتعارضة ، فيشعر بالحيرة و الألم ، أما التوكل ففيه راحة و استقرار².

4. معايير التوافق النفسي :

لقد أشار " لازاروس " إلى عدد من المعايير الأساسية للتوافق النفسي على النحو التالي :

- الراحة النفسية : فهو يرى أن الشخص غير المرتاح من الناحية النفسية أي في حالات الاكتئاب و الانقباض و القلق الحاد ، لا يمكن أن يحقق توافقا .

1 صالح حسن أحمد الداھري ، 2008 ، ص71

2 عبد الرحمن العيسوي ، دس ، ص 75

الفصل الثالث: التوافق النفسي

- الكفاية في العمل : بمعنى أن الشخص الذي يعاني من سوء التوافق ، نقل كفاءته الإنتاجية ، و يعجز أيضا على استغلال استعداداته و مهاراته ، أما إذا كان طالبا ، فيقل مستواه الدراسي .
- الأعراض الجسمية : في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق هو ما يظهر في شكل أعراض جسمية مرضية ¹.
- التقبل الاجتماعي : و يرى أن الفرد يستطيع أن يحقق التقبل الاجتماعي عن طريق سلوكه الذي يسلكه ، و تقره الجماعة التي يعيش معها و يرضى عنه المجتمع الذي ينتمي إليه .
- و عند تطبيق مثل هذه العوامل و المعايير تظهر بعض الصعوبات، فمثلا ما يكون مقبولا في مجتمع آخر ، لا يمكن تحديد معيار الراحة النفسية ، و كذا الحال بالنسبة لمعيار أو عامل كفاية الإنتاج كافيا لكي نحكم بأن الشخص حسن المواقف بالنسبة لهذا الإنتاج ².

5. العوامل التي تعيق إتمام التوافق النفسي :

يتعرض الإنسان لعوائق كثيرة تمنعه من تحقيق أهدافه، وإشباع حاجاته بعضها داخلي يرجع الإنسان بذاته والبعض الآخر خارجي يرجع إلى البيئة التي يعيش فيها ولقد أجمل ³، أهم العوائق في النقاط التالية:

- النقص الجسماني: تؤثر الحالة الجسمية العامة للفرد على مدى توافقه فالشخص العليل (المريض) الذي تنتابه الأمراض نقل كفاءته و يكون عرضة لمجابهة مشاكل لا يجابهها عادة الشخص السليم .

¹ بلحاج فروجة ، 2011 ، ص117

² مصطفى حسين باهي ، 2006 ، ص 59-60

³ حسين أحمد حشمت ، و مصطفى حسين باهي ، 2000

- عدم إشباع الحاجات بالطرق التي تقرها الثقافة: يرى الفرد حاجاته الجسمانية و حاجاته الاجتماعية المكتسبة ، و إذا استثثرت الحاجة أصبح الإنسان في حالة توتر و اختلال توازنه لا بد للحالة من مشيع لإزالة التوتر و إعادة التوازن و تحدد الثقافة الفرق التي يتم إشباع هذه الحاجات .

- عدم تناسب الانفعالات و المواقف : إن الانفعالات الحادة المستمرة تخل من توازن الفرد و لها أثرها الضار جسمانيا و اجتماعيا .

- الصراع بين أدوار الذات : ما يؤدي بالذات إلى الصراع و عدم التكيف و وجود مجموعة من العوائق و المتمثلة في :

* عوائق نفسية : فمنها الصراع النفسي الذي ينشأ عن تناقض أو تعارض أهدافه و عدم قدرته على اختيار أي منها في الوقت المناسب ، مثلا يرغب الطالب في دراستين و لا يستطيع الفصل بينهما فيقع في صراع نفسي قد يمنعه من الالتحاق بأي من الدراستين في الوقت المناسب .

* عوائق مادية و اقتصادية : يعتبر النقص المالي و عدم توفر الإمكانيات عائق يمنع الفرد من تحقيق أهدافه و رغباته و هذا ما يسبب له الشعور بالإحباط .

* عوائق اجتماعية : و تتمثل في العادات و التقاليد و القوانين الموجودة في المجتمع و التي د تعيق الشخص على تحقيق أهدافه و إشباع حاجاته و ذلك بضبط سلوكاته و تنظيم علاقاته .

6. مؤشرات التوافق النفسي :

يمكن تحديد بعض المؤشرات المشيرة لذلك :

* أن تكون نظرة الإنسان إلى الحياة نظرة واقعية .

الفصل الثالث: التوافق النفسي

- * أن تكون طموحات الشخص بمستوى إمكاناته .
- * الإحساس بإشباع الحاجات النفسية للشخص.
- * أن تتوفر لدى الشخص مجموعة من السمات الشخصية من أهمها: الثبات، الانفعالية و التفكير العلمي و المسؤولية الاجتماعية ، و المرونة و أن يكون مفهومه عن ذاته متطابقا مع واقعه أو كما يدركه الآخرون عنه .
- * أن تتوفر لدى الشخص مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الإيجابية التي تبني المجتمع كاحترام العلم و أداء الواجب، و احترام الزمن و تقديرات التراث¹.

¹ الداھري ، 2008 ، ص 16-17

خلاصة

تم التطرق في هذا الفصل لعرض الإطار النظري للتوافق النفسي، وهو الإطار المرجعي لتفسير السلوك الانساني، حيث توصلت فيه الى ان التوافق مرتبط بالجانب النفسي، وعلى انه عملية كلية تضم السلوك الخارجي للفرد وكل مشاعره وتجاربه المستمرة، حيث يرتبط بالصحة النفسية والتي هي عملية توافق تهدف لإيصال الفرد الى اعلى مراتب تحقيق الذات، الامر الذي يزيد من أهمية وضرورة الاهتمام بتحقيقه، وكذا وجوب العمل من اجل القضاء على العوائق والمشاكل التي تعترضه والابتعاد عن مظاهر سوء التوافق النفسي.



الجانحة التطبيقية



الفصل الرابع: منهجية الدراسة

والإجراءات الميدانية

تمهيد

إن أي دراسة علمية هادفة تنقسم إلى جانبين رئيسيين هما الجانب النظري والجانب التطبيقي يكملان بعضهما ويؤكدان مصداقية الدراسة، ولذا ووراء السعي إلى اكتمال الدراسة يجب أن نجمع بين دراسات بحثت في هذا الموضوع وبين إجراء دراسة ميدانية تهدف إلى تأكيد صحة هذا الطرح المتمثل في معرفة تأثير مواقع التواصل الاجتماعي -الفيس بوك - على التوافق النفسي، حيث يتم عرض نتائج الاستبيان الذي طبق على عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف المسيلة بشكل مفصل في هذا الفصل

1. منهج الدراسة

تم اختيار المنهج الوصفي باعتباره يهدف إلى الوصف الدقيق المتكامل لظاهرة المدروسة اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات ووصفها وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالاتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل الدراسة.¹

2. مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، أما عينة الدراسة فتمثلت في مجموعة من طلبة قسم النفس، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة من مجتمع الدراسة، والمتكونة من (40) طالباً وطالبة خلال الموسم الجامعي (2019/2020)، والجدول الموالي يوضح خصائص عينة الدراسة حسب الجنس:

جدول (01) يوضح توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس

| النسبة % | العدد | الفئات |
|----------|-------|---------|
| 25% | 10 | ذكر |
| 75% | 30 | أنثى |
| 100% | 40 | المجموع |

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة الإناث في عينة الدراسة أكبر من نسبة الذكور وهذا راجع لطبيعة التخصص الدراسي التي تستقطب الإناث أكثر من الذكور

3. أداة الدراسة:

1. تبشير صالح الرشدي : مباحث البحث التربوي، دار الكتاب الحديث ، الطبعة الأولى، الكويت، 2000.

الفصل الرابع: منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية

تماشياً مع أهداف الدراسة الحالية، والمتمثلة في الكشف عن درجة تأثير مواقع التواصل الاجتماعي - الفيسبوك - أنموذجاً - على التوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين تم الاعتماد على الاستبانة التي تساعد على جمع البيانات المناسبة من العينة المستهدفة.

و قامت مجموعة البحث ببناء استبانة تقيس تأثير مواقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك" على التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة، وهذا بعد مراجعته الأدب التربوي، ودراسات السابقة المرتبطة بالموضوع، كما قامت بالاطلاع على بعض النماذج في بناء الاستبيان، والتي استخدمت في دراسات سابقة.

1.3. وصف الاستبانة:

تكونت الاستبانة في صورتها الأولية من (18) فقره تقيس تأثير استخدام الطالب للفيسبوك على أهم مكونات التوافق النفسي (اتخاذ القرارات، مواجهه المشاكل الشخصية، ضبط النفس، الرضا عن النفس، المرونة في التعامل مع أمور الحياة الشخصية، فهم الذات، تقدير الأهداف، الثقة بالنفس) كما اعتمد في وضع بدائل الإجابة على سلم ليكرت الثلاثي الذي يعبر عن الإجابة بالبدائل التالية (بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة) حيث تقابلها الدرجات الثلاث (3، 2، 1) عند الإجابة على الفقرات الإيجابية، وتعكس الدرجات عند الإجابة على العبارات السلبية التي تحمل الأرقام التالية: (1، 3، 8، 9، 10، 12، 14، 15، 16) أنظر الملحق رقم 02.

2.3. الخصائص السيكومترية للاستبانة:

قبل تطبيق الاستبانة في الدراسة الأساسية تم التحقق من خصائصها السيكومترية المتمثلة في الصدق والثبات.

1.2.3. الصدق:

للتأكد من صدق الاستبانة تم الاعتماد أولاً على ما يلي :

* الصدق الظاهري:

تم التحقق من الصدق الظاهري للاستبانة بعرضها في صورتها الأولية على مجموعة من أساتذة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، وهذا بغرض التحقق من وضوح صياغة الفقرات وسلامتها اللغوية، ومدى قدرتها على قياس ما وضعت لقياسه، وبناء على ملاحظات للمحكمين تم تعديل صياغة بعض الفقرات، وزيادة توضيح بعضها الآخر، وضبط بدائل الإجابة لتصبح الأداة جاهزة للتجريب الاستطلاعي الذي استهدف عينة قوامها (30) طالبا وطالبة من قسم علم النفس بجامعة المسيلة. (الملحق رقم 01)

وبعد جمع البيانات الناتجة عن استجابات أفراد العينة الاستطلاعية تم فحصها وتحليلها بواسطة (Spss) وأسفرت النتائج عن حساب الآتي:

* صدق المقارنة الطرفية:

ويشير الى قدرة القياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها، وللتحقق من صدق المقارنة الطرفية لمقياس الضغوط النفسية تم تطبيقه على عين استطلاعية قوامها (30)، وبعد تكميم الاجابات وترتيب الدرجات المتحصل عليها رتبنا تنازليا، ثم تمت المقارنة بين المجموعتين المتطرفتين باستخدام الاختبار التائي (t.test)، حيث أخذت نسبة (27%)، تمثل الافراد ذوي الدرجات العليا ونسبة (27%) تمثل الافراد ذوي الدرجات الدنيا، وقد كانت النتائج كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم (02) يوضح نتائج صدق المقارنة الطرفية للاستبانة

| الاستبانة | المجموعة الدنيا | | المجموعة العليا | | درجة الحرية | قيمة "ت" المحسوبة | القيمة الاحتمالية | قيمة "ت" الجدولة |
|-----------|-----------------|-------------------|-----------------|-------------------|-------------|-------------------|-------------------|------------------|
| | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | | | | |
| | 32.75 | 2.252 | 41.132 | 3.271 | | | | |

يتضح في الجدول رقم (02) أن قيمة (ت) المحسوبة (5.965) أكبر من قيمة (ت) الجدولة المقدره ب(2.14) والقيمة الاحتمالية لها (0.000) و هي أقل من مستوى الدلالة (0.01)، وهذا يعني تمتع الاستبانة بقدره تمييزية بين الحاصلين على درجات مرتفعة وبين الحاصلين على درجات منخفضة في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي، مما يؤكد صدق الاستبانة وقابليتها لقياس ما صممت لقياسه، وصلاحيتها للتطبيق في الدراسة الأساسية.

2.2.3. ثبات الاستبانة

يقصد بثبات الاداة بان يعطي المقياس نفس النتائج إذا ما اعيد على نفس الافراد وفي نفس الظروف، وللتحقق من ثبات الاستبانة تم استخدام الطريقة الإحصائية التالية:

* معامل ثبات ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل ألفا كرونباخ باعتباره من أهم مقاييس الاتساق الداخلي حيث يربط هذا المعامل بثبت بنوده، وعليه تم احتساب معامل ألفا كرونباخ لاستبانة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي ككل وقد كانت النتائج على النحو المبين في الجدول الآتي:

الفصل الرابع: منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية

جدول رقم (03): يمثل نتائج معامل ثبات الاستبانة بطريقة الفا كرونباخ.

| الاستبانة | الفا كرونباخ |
|---------------|--------------|
| الدرجة الكلية | 0.646 |

نلاحظ من خلال الجدول (03) ان قيمة معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي وفق معادلة الفا كرونباخ كانت تساوي (0.646) وهذه القيمة تعتبر مرتفعة، حيث تشير النتائج الى أداة الدراسة تتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات، وعليه يمكن الاعتماد على نتائج والوثوق بها. وبناء على نتائج الصدق والثبات يتضح أن الاستبانة تتمتع بدرجات مقبولة من الصدق والثبات، ويمكننا الاعتماد عليها في الدراسة الأساسية الحالية لغرض التحليل الإحصائي، وحساب المؤشرات المتعلقة باختبار فرضيات الدراسة.

4. مجالات الدراسة

- المجال المكاني: تم إجراء الدراسة بقسم علم النفس في جامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
- المجال الزمني: تم تطبيق الإجراءات الميدانية خلال شهر مارس 2020.
- المجال البشري: المعنيون بالدراسة هم عينة من طلبة قسم علم النفس بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة، والبالغ عددهم (40) طالبا منهم (10) ذكور و(30) اناث.

5. الأسباب الإحصائية

تمت معالجة البيانات بعد جمعها وتحليلها بواسطة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) وباستخدام التقنيات الإحصائية التالية:

الفصل الرابع: منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية

- المتوسط الحسابي و المتوسط النظري و الانحراف المعياري: استخدمت لحساب درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي لدى عينة الدراسة.
- معامل الارتباط بيرسون (Pearson) لحساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الذكاء الاجتماعي.
- معامل ألفا كرونباخ (Alpha Cronbakh) لحساب ثبات أداة الدراسة (الاستبيان).
- اختبار دلالة الفروق (t.test) استخدم للتأكد من صدق الاستبانة بطريقة المقارنة الطرفية والتحقق من الفروق في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي حسب متغيري السن وساعات الاستخدام لدى عينة الدراسة.



الفصل الخامس: عرض وتحليل

ومناقشة النتائج

1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه: " ترتفع درجة تأثير استخدام الفيسبوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي".

وللتأكد من صحة هذه الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والمتوسط النظري والانحراف المعياري، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول رقم (04): يبين درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي لدى لطالب الجامعي.

| المتوسط النظري | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | عدد الفقرات | الأساليب الإحصائية المتغير |
|-------------------|----------------------|--------------------|----------------|----------------------------------|
| 36 | 3.831 | 36.13 | 18 | التوافق النفسي |

يتضح من الجدول رقم (04) أن قيمة المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي قد بلغت (36.13) بانحراف معياري قدره (3.831) وهي قيمة أكبر قليلاً من المتوسط النظري المقدرة بـ (36)، وهذا يعني أن تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة متوسطة، ومنه فإن الفرضية الأولى لم تتحقق.

إن النتيجة المتوصل إليها تؤكد تأثير استخدام الفيسبوك على التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة على اختلاف أعمارهم و ساعات استخدامهم للفيسبوك بدرجة متوسطة، و رغم أن درجة التأثير لم تكن مرتفعة كما توقعنا، إلا أن استخدام الطالب لهذا الموقع يهدد توافقه النفسي، الأمر الذي قد يعرضه للعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية جراء استخدامه له؛

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

حيث يؤدي استخدامه (حسب DSM5) إلى العديد من الاضطرابات النفسية التي تتمثل بصورة رئيسية في اضطراب الاكتئاب ADHD ، و الوسواس القهري OCD¹.

كما أن هذه النتيجة قد توحى بوجود مستوى مقبول من الوعي لدى الطلبة الجامعيين عينة الدراسة بالمخاطر والتأثيرات السلبية لمواقع التواصل الاجتماعي بما فيها الفيس بوك ، وتفهمهم لمخاطر وأضرار الفيسبوك واقتنائهم ما يحتاجه من معلومات ومعارف واستغلالها بعقلانية.

وتأتي النتيجة المتوصل إليها منسجمة مع نتيجة دراسة صبرينة حامدي(2015/2014) التي أثبتت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الإدمان على الانترنت و كل من الاغتراب النفسي و السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، و كذلك مع نتائج دراسة الباحثة مريم ناريمان نومار (2012/2011) التي أثبتت تأثير استخدام هذا الموقع على الاتصال الشخصي وجها لوجه، و في تفاعل المستخدمين مع أسرهم و أصدقائهم و غياب التفاعل الاجتماعي، و أيضا مع نتائج دراسة عبد الكريم سعودي التي توصلت إلى وجود علاقة و تأثير سلبي لإدمان الفيس بوك على التوافق الأسري للطالب الجامعي .

وهي نتيجة تختلف عن نتائج دراسة فاديا الجهني التي لم تتوصل إلى وجود تأثير للفيس بوك على مستوى الجنس (إناث و ذكور) على مقياسي التوافق الشخصي و التوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة . و تختلف أيضا عن النتيجة التي توصلت إليها دراسة عقون دنيا وكاتب فارس (2016/2015) التي أثبتت عدم وجود تأثير لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على سلوك الشباب الجزائري.

2. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

¹ الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية 2013

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تنص الفرضية الثانية على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تأثير استخدام الفيسبوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير السن". وللتأكد من صحة هذه الفرضية تم تطبيق اختبار "ت" لعينتين غير مترابطتين من أجل حساب دلالة الفروق وفق متغير السن، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول رقم (05): يبين الفروق في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي

حسب متغير السن.

| القرار | الدلالة الإحصائية | قيمة "ت" المحسوبة | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الفئات حسب السن |
|----------|-------------------|-------------------|-------------|-------------------|-----------------|-----------------|
| غير دالة | 0.162 | 1.425 | 38 | 30.151 | 44.15 | 24-18 سنة |
| | | | | 2.856 | 34.50 | 25 سنة فما فوق |

يتضح من الجدول رقم (05) أن المتوسط الحسابي للطلبة الذين تتراوح أعمارهم ما بين (18-24) سنة قدر بـ (44.15) وهو أكبر منه عند البالغين من العمر (25) سنة فما فوق، والذي قدر بـ (34.50)، أما الانحراف المعياري فقد قدر بـ (30.151) للذين تتراوح أعمارهم ما بين (18-24) سنة وبـ (2.856) عند البالغين من العمر (25) سنة فما فوق عند درجة حرية (38). هذا وقد جاءت قيمة اختبار دلالة الفروق "ت" المحسوبة لعينتين غير مترابطتين مساوية لـ (1.425) والقيمة الاحتمالية (sig) البالغة 0.162 هي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05).

وبناء على هذه القيم يمكننا القول أننا متأكدون بنسبة 95% بأنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي حسب متغير السن"، ومنه فإن الفرضية الصفرية الثانية قد تحققت.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

هذه النتيجة تؤكد أن استخدام الطلبة على اختلاف أعمارهم للفيسبوك يؤثر بدرجة متوسطة على توافقهم النفسي ويمكن إرجاع ذلك إلى :

- وعي الطالب بما تقدمه صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك.
- تفهم الطالب لمخاطر وأضرار الفيسبوك واقتناؤه ما يحتاجه من معلومات ومعارف واستغلاله لها بعقلانية.
- معرفة الطالب لإيجابيات ومميزات الفيسبوك وسلبياته واستخدامه الضار.

3. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تأثير استخدام الفيسبوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير ساعات الاستخدام". وللتأكد من صحة هذه الفرضية تم تطبيق اختبار "ت" لعينتين غير مترابطتين من أجل حساب دلالة الفروق وفق متغير ساعات الاستخدام، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول رقم (6): يبين الفروق في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي حسب

متغير ساعات الاستخدام.

| الفئات الاستخدام | حسب المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الحرية | قيمة "ت" المحسوبة | الدلالة الإحصائية | القرار |
|------------------|---------------------|-------------------|-------------|-------------------|-------------------|----------|
| من 1-3 ساعات | 42.40 | 30.440 | 38 | 0.851 | 0.400 | غير دالة |
| أكثر من 3 ساعات | 36.50 | 4.298 | | | | |

يتضح من الجدول رقم (6) أن المتوسط الحسابي للطلبة الذين تتراوح ساعات استخدام الفيسبوك عندهم من (1-3) ساعات قدر بـ (42.40) بانحراف معياري قدره (30.44) وهو أكبر منه عند الذين تتراوح ساعات الاستخدام عندهم أكثر من (03) ساعات والذي قدر بـ (36.50)، بانحراف معياري قدره (4.298) عند درجة حرية (38). هذا وقد جاءت قيمة

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

اختبار "ت" المحسوبة لعينتين غير مترابطتين مساوية لـ (0.851) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05).

وبناء على هذه النتائج يمكننا القول أننا متأكدون بنسبة 95% بأنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي حسب متغير ساعات الاستخدام". وعليه فإن الفرضية الصفرية الثالثة قد تحققت.

هذه النتيجة تؤكد أن الطلبة عينة الدراسة ورغم اختلاف عدد ساعات استخدامهم للفيسبوك إلا أن تأثيرهم عليه كان بنفس الدرجة، يمكن إجماع هذه النتيجة إلى العوامل الآتية:

- وجود صفحات تعليمية وثقافية تزود الطالب بالمعلومات والمعارف.

- اكتساب طرق التعامل مع الغير.

- وجود صفحات ترفيهية وألعاب لتخفيف الضغط على نفسية الطالب.

- تصفح الأخبار السياسية والاجتماعية والاقتصادية.

- التواصل مع لأصدقاء وبناء علاقات صداقة جديدة.

و النتيجة المتوصل إليها تختلف عن نتائج دراسة مريم ناريمان نومار (2012/2011) التي توصلت إلى وجود فروق لتأثير الفيس بوك حسب متغير ساعات الاستخدام لدى المبحوثين.

4. الاستنتاج العام

من خلال الدراسة الوصفية التي تم القيام بها، وبعد التحليل الإحصائي للبيانات وفحص

الفرضيات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) فإننا نستنتج ما يلي:

1- وجود درجة تأثير متوسطة للفيسبوك على التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة.

2- عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي تعزى لمتغير

السن لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

3- عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي تعزى لمتغير ساعات الاستخدام لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة.



خاتمة

إن كل دراسة علمية تبدأ بافتراضات نظرية تحاول من خلال الجانب النظري والجانب الميداني، والبحث عن مدى صحة أو خطأ تلك الفروض، وهذا ما التزمنا به في الدراسة الحالية، فقد انطلقت من افتراض عام حول وجود درجة تأثير مواقع التواصل الاجتماعي - الفيسبوك - أنموذجاً على التوافق النفسي لدى عينة من الطلبة بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة بلغ قوامها (40) طالبا من طلبة قسم علم النفس كلية العلوم الانسانية والاجتماعية خلال الموسم الجامعي (2019-2020)، فمن خلال دراستنا توصلنا إلى النتائج التالية:

- وجود درجة تأثير متوسطة للفيسبوك على التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة .
 - عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي تعزى لمتغير السن لدى طلبة الجامعة
 - عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي تعزى لمتغير ساعات الاستخدام لدى طلبة الجامعة.
 - من خلال النتائج المتوصل إليها تتضح ضرورة اهتمام الجامعة الجزائرية بهذا الفضاء الافتراضي وتسخيره في الجوانب التعليمية باعتباره وسيلة تسهل عملية تبادل المعلومات والملفات ذات العلاقة بالدراسة بين الطلبة في أي وقت وأي مكان لتحقيق نجاحات مستقبلية أكثر.
- ### الاقترحات والتوصيات

بناء على نتائج الدراسة الحالية يمكن الخروج بمجموعة من الاقتراحات التي يمكن أن تكون انطلاقة لدراسات قادمة والتي تتمثل في النقاط التالية :

الخاتمة

- توجيه الطلبة الجامعين إلى استغلال موقع الفيسبوك أكثر في الجوانب العلمية والمعرفية.
- تفعيل دور الوحدات الإرشادية والعيادات النفسية بالمؤسسات التربوية والجمعيات المدنية لتوعية الشباب والمراهقين بإيجابيات ومميزات الانترنت ومواقع التواصل الاجتماعي من جهة، وبمخاطر وسلبيات الاستخدام الضار لهذه التكنولوجيا.
- نشر الوعي بين الأسر حول طبيعة ومخاطر مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك وما تحمله من أضرار، إن لم يتم التعامل معها بصورة مسؤولة.
- تشجيع الطالب على السعي لتحقيق طموحاته والمشاركة بمعارفه العلمية ونشرها ومشاركتها في مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك.
- مساعدة الطالب على تحقيق ذاته، واكتساب المعارف والمعلومات والخبرات وجميع أشكال التعلم بوجه عام، والتي تعكسها برامج الأخبار والبرامج التعليمية والثقافية حتى يكون متوافقا مع نفسه.



قائمة المراجع

• قائمة المراجع:

- باهي مصطفى حسين وحشمت، حسين احمد 2006.: "التوافق النفسي والتوافق الوظيفي" الدار العالمية للنشر والتوزيع، ط1، مصر.
- بشير صالح الرشدي، مباحث البحث التربوي، دار الكتاب الحديث، الطبعة الأولى، الكويت، 2000.
- فروجة بلحاج (2011): التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقتها بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماجستير غير منشورة. جامعة تيزي وزو، الجزائر.
- شفيق حسين (2014)، مواقع التواصل الاجتماعي أدوات ومصادر للتغطية الإعلامية، وط1 دار فكر وفن للطباعة والنشر والتوزيع.
- غسان خالد يوسف مقدادي، ثورة الشبكات الاجتماعية، دار النقاش للنشر والتوزيع، عمان، القاهرة،
- رمضان محمد القذافي (2011) أساسيات الصحة النفسية ط1، المكتب الجامعي الحديث
- زهران، حامد عبد السلام (2005)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، (ط 4) الشركة الدولية للطباعة.
- عيساني سعاد، (2014) أولويات الأساتذة الجامعيين، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علوم الاعلام والاتصال، (غير منشور)، جامعة العربي بن المهدي ام البواقي،
- صبرة محمد علي أشرف، محمد عبد الغني شريت ،الصحة النفسية والتوافق النفسي ،دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، 2004

قائمة المراجع

- الداھري صالح حسن (2005)، مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر، بيروت، ط1.
- صلاح محمد عبد الحميد، (2012) الاعلام الجديد، ط1، مؤسسة طبية للنشر والتوزيع، القاهرة،
- شقرة علي خليل ، (2014)، الاعلام الجديد (شبكات التواصل الاجتماعي)، ط1، دار أسامة لنشر والتوزيع، الأردن.
- فهد بن عبد العزيز العفيلي (د ث). الاعلام الرقمي، ماهيته وانواعه موقع <http://www.Scolbakers.com/stoties/facebook>.
- القريطي عبد المطلب، امين (2003) القدحة النفسية (ط 3): توزيع دار الفكر العربي
- مجدي، احمد محمد عبد الله.(2001). الاعتراف عن الذات والمجتمع وعلاقته بالسماة الشخصية، دار المعارف، القاهرة. هذا المرجع المعتمد في عرض الكتب
- حسونة نسرين، (2012) الاعلام الجديد، المفهوم والوسائل والخصائص والوظائف، شبكة الالوكة.
- وائل مبارك خضر فضل الله، (2001)، أثر الفيسبوك على المجتمع، ط 1، فهرسة المكتبة الوطنية اثناء النشر، السودان.
- الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية 2013
- <http://www.facebook.com> (ز)
- <http://www.internet.woldstats.com/midale.htm#qa>



الملحق رقم (01)

قائمة الأساتذة المحكمين للاستبانة

| الاسم واللقب | الدرجة العلمية | التخصص | جهة العمل |
|--------------|------------------------|--------------|---------------|
| عواطف بوقرة | أستاذ محاضر أ | علم النفس | جامعة المسيلة |
| الطيب تومي | أستاذ محاضر أ | علوم التربية | جامعة المسيلة |
| بلدية بن زطة | أستاذ محاضر أ | علم النفس | جامعة المسيلة |
| أسماء لجلط | دكتوراه - أستاذة مؤقتة | علم النفس | جامعة المسيلة |
| سليمان جريو | دكتوراه- أستاذ مؤقت | علم النفس | جامعة المسيلة |

ملحق رقم (02)

الاستبانة في صورتها النهائية

عزيزي الطالب (ة):

في إطار إجراء دراسة حول " تأثير استخدام بعض مواقع التواصل الاجتماعي " فيس بوك" على التوافق النفسي نرجو منكم الإجابة على الأسئلة المطروحة بوضع علامة (X) أمام الإجابة التي تناسبكم ونحيطكم علما بان المعلومات المقدمة من طرفكم لن تستغل الا لأغراض البحث العلمي ونشكر لكم مسبقا حسن تعاونكم.

البيانات الشخصية:

السن

الجنس:

أنثى

23-18

ذكر

25-23

25 فما فوق

عدد الساعات

1-3 ساعات

3-6 ساعات

أكثر 6 ساعات

| الرقم | العبارات | البدائل | | |
|-------|--|------------|-------------|------------|
| | | درجة كبيرة | درجة متوسطة | درجة قليلة |
| 01 | استخدام الفيس بوك يجعلني أتردد في اتخاذ القرارات حتى في ابسط المسائل | | | |
| 02 | استخدام الفيس بوك يمكنني من مواجهة مشاكلي الشخصية بنفسي | | | |
| 03 | استخدام الفيس بوك جعلني اشعر بالغضب بسرعة لأنفه الأسباب | | | |
| 04 | مضامين الفيس بوك تجعلني اعتقد بأنني سوف أحقق احلامي | | | |
| 05 | بفضل الفيس بوك أصبحت أشعر بالرضا عن قدراتي | | | |
| 06 | جعلني الفيس بوك مرنا في تعامل مع أمور حياتي الشخصية | | | |
| 07 | بعد استخدائي للفيس بوك أصبحت أتوقع لنفسي مستقبلا زاهرا | | | |
| 08 | أعاني من بالذنب كلما استخدم الفيس بوك | | | |
| 09 | الفيس بوك جعلني أتجنب الأشياء الغير سارة والتهرب منها | | | |
| 10 | ولوجي للفيس بوك يجعلني أعاني من الشرود الذهني أحيانا | | | |
| 11 | تصفحني للفيس بوك ساعدني على فهم نفسي | | | |
| 12 | استخدام الفيس بوك جعلني أمارس نشاطاتي اليومية التي أفضلها فقط. | | | |

| | | | | |
|--|--|--|----|---|
| | | | 13 | بعد استخدامي للفيس بوك أصبحت أهدافي تفوق قدراتي |
| | | | 14 | أصبحت أخاف من الفشل عند القيام بعمل ما بعد استخدامي للفيسبوك |
| | | | 15 | ولوج للفيس بوك يوميا جعلني اشعر أنني اقل شانا من الآخرين |
| | | | 16 | بعد استخدامي للفيس بوك أصبحت أخاف تقديم الحلول لمشكلاتي |
| | | | 17 | أصبحت اخطط لنفسي أهدافا أسعى لتحقيقها منذ أن استخدمت الفيس بوك |
| | | | 18 | بفضل الفيس بوك أصبحت كلما أفشل في موقف ما أعيد المحاولة من جديد |

الملحق رقم 03- نتائج (Spss)

نتائج الفرضية (01): تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي للطالب الجامعي.

Statistiques

| | | tawafog |
|---|------------|---------|
| N | Valide | 40 |
| | Manquante | 0 |
| | Moyenne | 36,13 |
| | Ecart-type | 3,831 |
| | Somme | 1445 |

نتائج الفرضية (02): يبين الفروق في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي حسب

متغير السن.

Statistiques de groupe

| | code | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|--------|----------------|----|---------|------------|----------------------------|
| tawfog | سنة 18-24 | 20 | 44,15 | 30,151 | 6,742 |
| | فوق فما سنة 25 | 20 | 34,50 | 2,856 | ,639 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | | Test-t pour égalité des moyennes | | | | | | |
|--|--|------|----------------------------------|-----|----------------------|-----------------------|--------------------------|---|------------|
| | F | Sig. | t | ddl | Sig. (bilatérale) | Différence moyenne | Différence écart-type | Intervalle de confiance 95% de la différence | |
| | | | | | | | | Inférieure | Supérieure |
| Hypothèse tawfog de variances égales | 3,170 | ,083 | 1,425 | 38 | ,162 | 9,650 | 6,772 | -4,059 | 23,359 |

| | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|--|--|-------|--------|------|-------|-------|--------|--------|
| Hypothèse de variances inégales | | | 1,425 | 19,341 | ,170 | 9,650 | 6,772 | -4,507 | 23,807 |
|---------------------------------------|--|--|-------|--------|------|-------|-------|--------|--------|

نتائج الفرضية (03): الفروق في درجة تأثير الفيسبوك على التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي حسب

متغير

ساعات الاستخدام.

Statistiques de groupe

| | code | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|------|-----------------|----|---------|------------|----------------------------|
| tawa | 1-3 | 20 | 42,40 | 30,440 | 6,806 |
| | سنوات 3 من أكثر | 20 | 36,55 | 4,298 | ,961 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | Test-t pour égalité des moyennes | | | | | | | | |
|---------------------------------------|---|----------------------------------|------|--------|------|----------------------|-----------------------|--------------------------|---|------------|
| | | F | Sig. | t | ddl | Sig. (bilatérale) | Différence moyenne | Différence écart-type | Intervalle de confiance 95% de la différence | |
| | | | | | | | | | Inférieure | Supérieure |
| Hypothèse de variances égales | 2,666 | ,111 | ,851 | 38 | ,400 | 5,850 | 6,874 | -8,066 | 19,766 | |
| Hypothèse de variances inégales | | | ,851 | 19,757 | ,405 | 5,850 | 6,874 | -8,500 | 20,200 | |



تصريح شرقي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

المسيدة (ة): الشيخة هالة

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: طالبة

الجامع (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 123980395046460005

والصادرة بتاريخ: 2016.04.04 عن دائرة المسيلة

عن دائرة: المسيلة

المسجل (ة) بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بمسيلة: حكيم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنوانها:

مذكرة تخرج

أصيح بشرقي أي ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في

إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ: 6/9/2016

إمضاء المعني





كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

المرجع: القرار الوزاري رقم 933 المؤرخ في 28 جويلية 2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها

نصريح شرطي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا المعضي أدناه.

السيد(ة) كحيدسي لعقدي

الصفة طالب. أستاذ باحث باحث دائم طالبية

التعامل (ما أسلفه التعريف الوضعية رقم 200968324

والصادرة بتاريخ 25.01.2017

عن دائرة مفتحة بلدية عين السراة

المسجل(ة) بكلية العلوم الاجتماعية قسم علم النفس

والمكلف (ة) بتعداد أعمال بحثية مذكورة التحريم مذكورة ماستر. مذكورة ماجستير. أطروحة دكتوراه. عنوانها

مذكورة مخرج

أصرح بشرطي أني ألتزم بمعاملة المعايير العلمية والنزاهة ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه

التاريخ 2017-09-1

إمضاء المعني

كحيدسي لعقدي

كحيدسي لعقدي
مستشار علمي
مستشار علمي
مستشار علمي

2017/09/01
قسم علم النفس