

جامعة عبد الحميد بن باديس .  
كلية العلوم الاجتماعية . قسم العلوم الانسانية .  
شعبة علوم الاعلام والاتصال  
سنة ثانية ماستر أكاديمي  
تخصص اتصال جماهيري والوسائط الجديدة



مذكرة مكملة لمتطلبات التخرج سنة ثانية ماستر أكاديمي في علوم الاعلام والاتصال  
تخصص اتصال جماهيري والوسائط الجديدة بعنوان:

الأثار الناجمة عن انقطاع استخدام موقع التواصل الاجتماعي  
الفيس بوك.  
دراسة ميدانية



اشراف:

إعداد الطالبة:

د. كويبي حفصة

مزاري كوثر خيرة

أعضاء لجنة المناقشة

الاسم و اللقب	الرتبة	جامعة الانتساب	الصفة
د. صفاح أمال	أستاذ محاضر أ	جامعة مستغانم	رئيسا
د. كويبي حفصة	أستاذ محاضر أ	جامعة مستغانم	مقررا و مؤظرا
د. مجاهد حنان	أستاذ محاضر أ	جامعة مستغانم	مناقشا

السنة الجامعية 2022/2021

جامعة عبد الحميد بن باديس.  
كلية العلوم الاجتماعية .  
قسم العلوم الانسانية.  
شعبة علوم الاعلام والاتصال  
سنة ثانية ماستر أكاديمي  
تخصص اتصال جماهيري والوسائط الجديدة



مذكرة مكملة لمتطلبات التخرج سنة ثانية ماستر أكاديمي في علوم الاعلام والاتصال  
تخصص اتصال جماهيري والوسائط الجديدة بعنوان:

الآثار الناجمة عن انقطاع استخدام موقع التواصل الاجتماعي  
الفيس بوك.  
دراسة ميدانية

تحت اشراف:

دكتورة كوبيبي حفصة

من اعداد الطالبة:

مزاري كوثر خيرة

السنة الجامعية 2021/2022.



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وتقدير

أشكر الله تعالى وأحمده على نعمة العقل والدين ، القائل في محكم التنزيل لم وفوق كل ذي علم عليم ... { سورة يوسف آية 76 ... صدق الله العظيم.

تتناثر الكلمات حبرا وحبا لكل من دعمني بكلمة أو حتى دعوة من القلب وإن خانتني  
الذاكرة لن أنسى فضل الدكتورة كويبي حفصة التي أضاعت لي قناديل العلم والمعرفة  
ومدت لي يد العون برحابة صدر .....

تتسابق العبارات وتتزاحم المعاني لتعبر لك عن مدى امتناني وتقديري لكل ما قدمته لي  
دون أن تبخلي عليا بشيء....



إهداء

أهدي ثمرة هذا النجاح إلى أغلى إنسانين في الوجود أبي وأمي  
حفظكم الله لي.

يا أغلى إنسانة وأحلى ما في الوجود أُمِّي أطيب قلب وأحن روح علي  
لن أنسى فضلك منذ نعومة أظفاري حتى اليوم تعجز الكلمات أن تعبر  
عن مدى حبي لكي.

كلمة حب وإخلاص.. لأعز البشر والناس ... أبي ذلك الصدر الحنون  
مهما قلت عن فضلك ومهما ذكرت عبارات لشكرك .. لن أوفيك حقك.

ولأجمل ما في الحياة إخوتي الذين أستمد منهما القوة وسندي الدائم  
كلمة الحب أسطرها لكم أمين، حفصة ، طيب ومروة .

مهما نطقت الألسن بأفضالهم ومهما خطت الأيدي بوصفهم ومهما  
جسدت الروح معانيهم تظل مقصرة أمام علو مقامهم.  
لكل من حمله قلبي ونسأه قلبي

## فهرس

شكر وتقدير .

إهداء .

ملخص البحث.....(7)

مقدمة.....(9)

الفصل الاول.....الاطار المنهجي.

(1) تحديد إشكالية الدراسة وتساؤلاتها .....ص(13)

(2) أسباب إختيار الموضوع .....ص(14)

(3) أهداف الدراسة وأهميتها.....ص(14)

(4) تحديد مفاهيم الدراسة .....ص(15)

(5) منهج الدراسة وأداة جمع البيانات.....ص(19)

(6) مجتمع البحث والعينة.....ص(21)

(7) الدراسات السابقة.....ص(22)

الفصل الثاني..... استخدامات الفيسبوك والاشباعات المحققة والآثار النفسية

والاجتماعية الناجمة

تمهيد.....ص(30)

المطلب الاول.....استخدامات موقع الفيسبوك

مفهوم الاستخدام .....ص(31)

دوافع وأسباب الاستخدام .....ص(31)

العوامل النفسية وعلاقتها باستخدام الفيسبوك.....ص(41)

خلاصة.....ص(42)

المطلب الثاني الاشباعات المحققة من استخدام الفيسبوك.....ص(43)

خلاصة.....ص(47)

المطلب الثالث.....أثر الاستخدام على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية

الفوائد الصحية النفسية للفيسبوك .....ص(49)

أثر موقع الفيسبوك على العلاقات الاجتماعية (الحياة).....ص(50)  
خلاصة.....ص(51)

الفصل الثالث.....الأثار النفسية والاجتماعية للانقطاع عن استخدام الفيسبوك  
تمهيد.....ص(54)  
المطلب الأول الأثار النفسية للانقطاع عن استخدام الفيسبوك..... ص(56)  
خلاصة.....ص(61)  
المطلب الثاني الاثار الاجتماعية لانقطاع عن استخدام الفيسبوك.... ص(62)  
خلاصة.....ص(65)  
النتائج العامة للدراسة.....ص(66)  
خاتمة.....ص(68)  
قائمة المصادر والمراجع.....ص(69)  
الملاحق.....ص(75)

## ملخص البحث

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الآثار النفسية والاجتماعية للانقطاع عن استخدام الفيسبوك لدى فئة الجنود في الجيش وطلاب البكالوريا بحكم أن الجنود يبتعدون عن هواتف الذكية نهائيا للامتنال للواجب الوطني والطلاب كذلك من أجل انشغالهم بالدراسة ،. إضافة إلى البحث عن استخداماتهم القبلية للفيسبوك .

وقد قدرت عينة الدراسة ب 30 عينة، تتكون من 15 عينة من الجنود الرجال و 15 من الطلاب من كلا الجنسين، طرحت عليهم مجموعة من الأسئلة خلال المقابلات ولمسنا منهم تصريحات هامة .واستعنا بالمقابلة كونها الأداة الأنسب في منهج دراسة الحالة . وتأسيسا على ما سبق خلصت هذه الدراسة إلى جملة من النتائج أهمها أن للفيسبوك عند البعض أهمية كبيرة ويجدون صعوبة في الانقطاع عنه وإذا اضطروا إلى ذلك فإنهم سيواجهون مشاكل نفسية واجتماعية ، كما رصدت دراستنا أسباب استخدامهم للفيسبوك والإشباع المحققة منه.

### Absacart.

This study aims to identify the psychological and social effects of discontinuing the use of Facebook among soldiers in the army, and baccalaureate students, as soldiers stay away from smartphones permanently because of patriotic duty, and students also because of their preoccupation with studying, in addition to searching for their tribal uses of Facebook.

The study sample was estimated at 30 samples consisting of 15 male soldiers and 15 students of both sexes. A number of questions were asked to them during the interviews, and we heard important statements from them. We used the interview as the most appropriate tool in the case study approach.

Based on the foregoing, this study concluded a number of results, the most important of which are: that Facebook has great importance for some and they find it difficult to quit, and if they are forced to do so, they will face psychological and social problems, and our study also monitored the reasons for their use of Facebook and the gratifications achieved from it.



## مقدمة

ذهب العالم إلى حد لا يمكننا تخيل العيش فيه بدون وسائل التواصل الاجتماعي، في عالم تكون فيه هواتفنا هي أول وآخر شيء نراه كل صباح ومساءً، فحتى ذلك الطفل الصغير الذي لم يتعد عمره سنوات يتوقف عن البكاء بعد تقديمك له الهاتف وبعد مدة قصيرة ستجده قد تعلم بعض الشيء من استخدامه وستلقى صعوبة في أخذه منه، ومع ارتفاع عدد الأشخاص الذين يستعملون موقع فيس بوك في العالم أصبح من الصعب الاستغناء عنه بعدما وصل عددهم إلى 2.85 مليار مستخدم نشط شهريا حسب ما أشار إليه الموقع الإلكتروني للجزيرة نتلسادس من أكتوبر عام 2021.

تعد مواقع التواصل الاجتماعي من أبرز الاختراعات الحديثة التي سيطرت على عقول البشر، وهي من أكثر أدوات الاتصال الجماهيري تأثيرا على الفرد والمجتمع، وبوجه الخصوص موقع الفيس بوك الذي أصبح موقع التواصل الاجتماعي الأفضل بلا منازع، وبحسب بيانات التقرير العالمي الذي صدر بعنوان ( ديجيتال 2021 ) فإن عدد مستخدمي الفيسبوك النشطين باتوا يشكلون نسبة تصل إلى 36% من إجمالي عدد سكان العالم المقدر تعدادة بحوالي 7.8 مليار نسمة.

يكثر استخدام موقع الفيس بوك بالأخص عند الشباب والمراهقين، الذين يتفاعلون مع مختلف المنشورات وينشرون أفكارهم ويشاركونها مع العامة أو الأصدقاء. وهناك فئة لا يمكن تجاهلها تستخدم بكثافة موقع مارك زوكربيج ولا تستطيع الاستغناء عنه خلال السيرة اليومية.

في الرابع من أكتوبر خلال عام 2021، أصاب عطل تقني موقع الفيس بوك تعذر بسببه وصول مستخدميها للوصول إلى حساباتهم الشخصية لأكثر من ست ساعات متواصلة. هذا الأمر الذي جعل العديد من رواده يحتجون على ما حدث بعدما ألفوا استخدامهم يوميا دون انقطاع .

هذه الحادثة أثارت اهتمامي وبادرت في ذهني ظاهرة ما بعد الانقطاع عن استعمال وسائل التواصل الاجتماعي و ألفتها، ولذة المتعة والتسلية عبر فضاءاتها التكنولوجية وما قد يترتب خلف ذلك .

ومن هنا سنحاول من خلال هاته الدراسة التعرف على الآثار النفسية والاجتماعية الناجمة عن انقطاع استخدام موقع التواصل الإجتماعي الفيسبوك، ودراسة حالة عينة من الشباب توقفوا عن استخدامه تحت ظروف معينة .

وقد قسم الموضوع إلى ثلاث فصول بداية الجانب المنهجي : حيث تناولنا من خلاله إشكالية الدراسة وتساؤلاتها وأسباب إختيار الموضوع وأهمية الإشكالية وأهدافها والمنهج المعتمد فيها .

ثم الفصل الثاني تناولنا فيه أسباب استخدام الفيسبوك والإشبعات المحققة من وراء ذلك ومزجناها بنتائج الاطار التطبيقي مع مختلف تصريحات عينة البحث من جنود في الجيش وطلاب البكالوريا .

ثم في نهاية الموضوع : الفصل الثالث الذي كان موضوع البحث وهو الآثار الاجتماعية والنفسية للانقطاع عن استخدام موقع الفيسبوك مقتبس من تصريحات المبحوثين خلال المقابلات .

وتأتي الخاتمة التي جمعنا فيها مختلف النتائج المتحصل عليها ضمن أسئلة المقابلة وحوصلة عامة حول الموضوع .

وقد اعتمدنا خلال دراستنا هاته على مجموعة من المصادر والمراجع والدراسات السابقة لتحليل وتفسير النتائج المتحصل عليها كمذكرة رياض زروقي في الاستخدامات الترفيهية في شبكات التواصل الاجتماعي، وحنان بنت الشعشوع الشهري في أثر استخدام شبكات التواصل الالكترونية على العلاقات الاجتماعية الفيس بوك وتويتر-نموذجاً . والعديد من الكتب والمجلات ككتاب حسن مكاوي وليلى السيد تحت عنوان الاتصال ونظرياته المعاصرة الطبعة الاولى وكتاب الفيس بوك تحت المجهر للكاتب حسان أحمد قمحية.

# الفصل الأول : الإطار المنهجي.

## الفصل الأول الاطار المنهجي للدراسة

- أ . تحديد اشكالية الدراسة
- ب. أسباب اختيار الموضوع.
- ج. أهداف الدراسة وأهميتها .
- د. تحديد مفاهيم الدراسة .
- هـ. منهج الدراسة وأداة جمع البيانات.
- و. مجتمع البحث والعينة .
- ز. الدراسات السابقة .

## أ.تحديد الإشكالية الدراسة :

يعتبر موقع الفيس بوكمن أحد مواقع التواصل الاجتماعية الحديثة التي اكتسحت العالم بقوة منذ تاريخ 4 فبراير سنة 2004، وقد أصبح من أقوى المواقع في العالم وأكثرها انتشاراً واستخداماً من قبل الرجال والنساء من مختلف الفئات العمرية، بدأ استخدامه بعدد يقارب 40 مليون مستخدم في بداية تأسيسه، وتزايد عدد المستخدمين بصورة سريعة جداً حتى وصل العدد لنحو 2.27 مليار مستخدم حول العالم في الدول المتقدمة والنامية على حسب ما ورد من التقرير الدولي الجديد لسنة 2020 الذي نشره الموقع الرسمي لقناة الجزيرة<sup>1</sup>، ووفق نفس التقرير بلغ عدد مشتركى موقع التواصل الاجتماعىالفيس بوك بالجزائر إلى غاية شهر جانفي 2021، أكثر من 23 مليون مستخدم يمثلون 71.8 بالمائة من عدد السكان الذين يتجاوز سنهم 13 سنة ،بلغت نسبتهم 62 بالمائة من المشتركين رجال و 38 بالمائة نساء. وقد اتجهت أغلب الدراسات السابقة نحو دراسة الآثار السلبية التي تتسبب فيهم مواقع التواصل الإجتماعي على مختلف الأصعدة خلال عملية استخدامها ومثالا على ذلك دراسة كاتب فارس وعقون دنيا في مذكرة تخرجهم على أثر إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي على سلوكالشبابالجزائري<sup>2</sup> ودراسات أخرى تناولت تأثيره على العلاقة الأسرية، ودراسة طالبةحنان بنت شعشوع الشهري<sup>3</sup> التي تحدثت فيها عن تأثير مواقع التواصل الإلكترونية على العلاقات الإجتماعية. وأجحفت معظم الدراسات السابقة فكرة هامشية لعلها لب القضايا الكبرى التي لا يجب غض النظر عنها ألا وهي الحالة النفسية والاجتماعية لمستخدم الفيسبوك خلال انقطاعه عن استخدام الفيسبوك والآثار الناجمة عليه . وانطلاقا من هذا إتجهت هاته الدراسة نحو الغوص في أبعاد ما قد يتسبب فيه الانقطاع عن استخدام موقع الفيس بوك عند بعض من مستخدميه الذين تعودوا عليه فأصبحاستخدامه

<sup>1</sup>الموقع الرسمي لقناة الجزيرة ، <https://www.aljazeera.net>

<sup>2</sup>مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم الاعلام والاتصال تخصص اتصال وعلاقات عامة ، بعنوان: أثر إستخدام شبكات التواصل الالكترونية على العلاقات الإجتماعية -الفيسبوك والتويتر نموذجا. دراسة ميدانية على عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة ، الطالب كاتب فارس والطالبة عقون دنيا، إشراف زياد إسماعيل ، السنة الجامعية ، 2016/2015.

<sup>3</sup>مشروع بحثي للحصول على درجة الماجستير في علوم الاجتماع ، عنوانه: أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على سلوك الشباب الجزائري. دراسة وصفية مسحية على عينة من شباب أم البواقي ،الطالبة حنان بنت شعشوع الشهري ، إشراف الدكتورة أميرة بنت يوسف بدري،الفصل الدراسي الأول 1433 هـ \_1434 هـ.

هاجسهم وضرورتهم القصوى لينصدموا بين لحظة وأخرى بفكرة أنهم مجبرون على الانقطاع عنه بعد كل تلك الفترة الطويلة التي قضوها في استخدامه لسبب ما وبالنظر إلى هذا كله التساؤل الذي يطرح نفسه هنا :

ما هي الآثار التي تتجم عن انقطاع إستخدام موقع الفيسبوك لدى عينة الدراسة؟

## 2. الأسئلة الفرعية :

1. ما هي أسباب كثافة استخدام موقع الفيسبوك؟ وما هي الاشباعات المحققة من وراء ذلك؟
2. فيما تتمثل الآثار الإجتماعية الناجمة عن انقطاع استخدام الفيسبوك؟
3. كيف يؤثر انقطاع استخدام الفيسبوك على نفسية الشباب الذين ألفوه؟.

## ب. أسباب اختيار الموضوع :

### 1. الأسباب الذاتية:

- اهتمامي بكل ما يتعلق بالتكنولوجيا والاتصالات والأنترنت والميل النفسي لدراسة مواضيع تعالج هذا الأمر
- الافتتاع الشخصي بالفائدة التي سأستقيها من خلال دراستي لموضوع البحث.
- الرغبة في استكشاف نقاط مهمة تثير اهتمامي.

### 2. الأسباب الموضوعية:

- الانتشار الكبير لمواقع التواصل الاجتماعي والاعتماد عليها في مختلف جوانب الحياة وكشف ما قد يؤول اليه الابتعاد عنها.
- لإعتباره موضوعا حيويا وحديثا، إلى جانب قلة الدراسات حوله خصوصا التي تدرس مختلف أبعاد تأثيرات مواقع التواصل الاجتماعي النفسية والاجتماعية للفرد.
- تناسب موضوع الدراسة مع التخصص .

### ج: أهداف الدراسة وأهميتها:

#### 1. أهدافها :

- كل باحث يقوم بدراسة موضوع ما بدافع الرغبة في تحقيق أهداف معينة ، وهاته الدراسة جاءت بدافع:

-تسليط الضوء على حقيقة التعلق بمواقع التواصل الاجتماعي وألفتها إلى حد إدمانها -  
التعرف على الآثار التي قد تتركها في أي واحد من مستخدميها إذ أجبر عن التخلي عنها  
تحت ظروف معينة.

- الكشف عن أهم الخدمات المتاحة التي تجذب العقول والقلوب والرغبات الخفية  
وراء حب الإقبال عليها

## 2.أهميتها:

تكمن أهمية الدراسة في أهمية الموضوع في حد ذاته ، حيث يتخطى مجرد البحث في  
استخدام مواقع التواصل الاجتماعي و الاشباكات المحققة ، إلى ما بعد الاستخدام ، أي  
خلال فترة الانقطاع عن موقع الفيسبوك ، ودراسة مختلف الآثار الإجتماعية والنفسية التي  
يتعرض لها مستخدميه ضمن هاته الحالة.

### د: تحديد مفاهيم الدراسة:

نتطرق في دراستنا هذه إلى مجموعة من المفاهيم الأساسية وبعض المفاهيم المساعدة  
للدراسة وعليه سيتم ذكر أهمها:

### 1. الأثر : في اللغة:

هو نتيجة الشيء . وله عدة معاني : الأول بمعنى النتيجة وهو الحاصل من الشيء.

والثاني بمعنى العلامة وهي السمة الدالة على الشيء.

والثالث بمعنى الخبر ويطلق على كلام السلف على فعلهم.

والرابع ما يترتب على الشيء وهو المسمى بالحكم عند الفقهاء.

قال الخليل : ( الأثر : بقية ما يرى من كل شيء ، وما لا يرى بعد ما يبقى علاقة ، وأثر  
السيف ضربته.<sup>1</sup>

تعريفه اصطلاحاً: من استقرئ معنى الأثر اصطلاحاً، يجد له عدة اطلاقات بحسب ما يراه  
أهل كل فن:

• فهو عند الأصوليين: «قول الصحابي و فعله و هو حجة في الشرع.

<sup>1</sup>معجم لغة الفقهاء،فتح المغيب،ص94

- وهو عند المحدثين يطلق على: "الحديث الموقوف والمقطوع كما يقولون جاء في الآثار كذا، و البعض يطلقه على الحديث المرفوع أيضا كما يقال جاء في الأدعية المأثورة كذا."
- وهو عند الفقهاء " يستعمل للدلالة على "كلام السلف، و جميع ما يرد عنهم من الأخبار.
- وقدورد مجموع من المعاني المقررة للأثر، سواء منها اللغوي و الاصطلاحي الخاص بأهل الاصطلاح من الفقهاء فقالو: "الأثر له أربعة معان الأول بمعنى النتيجة وهو الحاصل من الشيء، و الثاني بمعنى العلامة، والثالث بمعنى الخبر و الرابع ما يترتب على الشيء، وهو المسمى بالحكم عند الفقهاء<sup>1</sup>

**التعريف الاجرائي:** هو ما يترتب من وراء موضوع ما او حادثة معينة وهو مجمل التغيرات التي تحدث لشيء معين ،والأثر النفسي والاجتماعيلانقطاع عن استخدام الفيسبوك هو مجمل الأحاسيس والمشاعر التي تنتاب الفرد وتؤثر عليه .

**التعريف الإجرائي للأثار النفسية لانقطاع عن استخدام الفيسبوك :** هي كل ما يختلج مستخدم الفيسبوك من مشاعر وأحاسيس نفسية إزاء توقفه الاضطراري أو الاجباريلاستخدامه لموقع الفيسبوك.

**التعريف الاجرائي للأثار الاجتماعية لانقطاع عن استخدام الفيسبوك :** هي مجمل التغيرات والنتائج التي تحدث للمستخدم المنقطع عن استخدام الفيسبوك من الناحية الاجتماعية.

## 2.مواقع التواصل الإجتماعي:

**أ.إصطلاحا:** هي مواقع إلكترونية تقدم لمستخدميها مجموعة من الخدمات متعددة الخيارات مثل المحادثة الفورية والالكترونية ومشاركتها مع الآخرين.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>معجم اللغة العربية بالقاهرة، ابراهيم مصطفى، أحمد زيات، حامد بن قادر، محمد النجار.ص 5  
<sup>2</sup>عبد الأمير الفيصل، دراسات في الاعلام الالكتروني، دار الكتاب الجامعي للنشر والتوزيع، الإمارات ، 2014، ص65

وفي تعريف آخر: هي منظومة من الشبكات الالكترونية التي تسمح للمشارك فيها بإنشاء حساب خاص به ومن ثم ربطه من خلال نظام إجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لهم نفس الاهتمامات والهوايات أو جمعه مع الأصدقاء .<sup>1</sup>

كما أنها هي كل الأجهزة والمواقع التي تسمح لمستخدميها بمشاركة المعلومات عالميا ،وتستخدم المواقع في إزالة المسافات الافتراضية بين المشاركين للتجمع وطرح ومشاركة المعلومات ، أما الأجهزة فهي التكنولوجيا التي تستخدم للدخول لتلك المواقع.<sup>2</sup> ومصطلح وسائل التواصل الإجتماعي يمكن أن يتداعى كمصطلح إجتماعي لأنك أصلا إجتماعي ، وكوسائل الإتصال فذلك لأنها تنشر على الشبكة الالكترونية، فهي ببساطة منبر للحوارات على الشبكة أكثر منها طرق تقليدية للتواصل فيما بيننا، وهكذا فهي تتيح لنا الدخول على العديد من الناس في الحال حيث وفرت لها شبكة الأنترنت مجالا واسعا .<sup>3</sup> ب.إجرائيا: هي منظومة من المواقع الالكترونية التي قدمت لمستخدميها التسلية والترفيه والتواصل و سمحت لهم بالتعبير عن مجمل الأفكار ومشاركتها مع الآخرين دون قيود في عالم افتراضي يقطع حاجز الزمان والمكان. أين يمكن للفرد أن يكون له حساب أو أكثر تمكنه من النشر والتعليق وإعادة النشر ومختلف التفاعلات الأخرى كما تعتبر وسيلة تواصل مع الآخرين .

### 3.الانقطاع:

#### التعريف اللغوي:

الانقطاع: الانفصال بين الأجزاء المتصلة ، يقال : انقطع الحبل أي انفصل وصار قطعتين ، وضد الانقطاع: الاتصال . وأصله من القطع وهو الفصل، ويأتي بمعنى: ذهاب الشيء وزواله ، كقولهم انقطاع الماء عن الوادي، أي ذهب وزال ومن معانيه أيضا التوقف والتعرف والتباعد والانعزال .<sup>4</sup>

<sup>1</sup>صالح خليل الصقور ،الإعلام ،التنشئة الاجتماعية ،دار أسامة للنشر والتوزيع ، الأردن ، 2012 ، ص97  
<sup>2</sup>رافى جريتا ، هرج بروكس، وسائل التواصل الاجتماعي وتأثيرها على المجتمع ، (ترجمة عاصم عبد الفتاح)، المجموعة العربية للتدريب والنشر، ب 2017،ص 56  
<sup>3</sup>ليندا كولز ، التسويق عبر وسائلالتواصل الاجتماعي، (ترجمة أحمد المغربي)،دار الفجر للنشر والتوزيع ،القاهرة، مصر، 2016 ،ص13  
<sup>4</sup>القاموس المحيط ،لسان العرب ،ص971.

انقطاع: مصدر مطاوع، يأتي بمعنى الانفصال ، يقال: قطع الحبل قطعاً فانقطع بمعنى انفصل. يأتي أيضاً بمعنى التوقف، فيقال: انقطع كلامه، أي توقف فلم يمض، وبمعنى الجفاف، كقولهم: انقطع النهر، أي جفّ ماؤه

إصطلاحاً: واستعمله الفقهاء- مضافاً لمعانيه اللغوية- بمعنى الانتهاء ، كقولهم: انقطاع التكليف بالموت، وانقطاع الخيار.<sup>1</sup>

مفهومه الإجرائي: هو الانعزال والتوقف عن شيء ماومفارقتة ضمن ظروف معينة ، والتوقف عن إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي وبالتحديد فيسبوك من خلال إغلاق الحساب أو تجميده .

#### 4. موقع الفيسبوك:

فيسبوك أو فيس بوك (بالإنجليزية Facebook) : هو موقع ويب، ويعتبر أشهر وسائل التواصل الاجتماعي، ويمكن تعريفه بأنه شبكة اجتماعية كبيرة، وتديره شركة "ميتا" شركة مساهمة فالمستخدمون بإمكانهم الانضمام إلى الشبكات التي تنظمها المدينة أو جهة العمل أو المدرسة أو الإقليم، وذلك من أجل الاتصال بالآخرين والتفاعل معهم. كذلك، يمكن للمستخدمين إضافة أصدقاء إلى قائمة أصدقائهم وإرسال الرسائل إليهم، وأيضاً تحديث ملفاتهم الشخصية وتعريف الأصدقاء بأنفسهم. ويشير اسم الموقع إلى دليل الصور الذي تقدمه الكليات والمدارس التمهيدية في الولايات المتحدة الأمريكية إلى أعضاء هيئة التدريس والطلبة الجدد، والذي يتضمن وصفاً لأعضاء الحرم الجامعي كوسيلة للتعرف إليهم. وقد قام مارك زوكربيرغ بتأسيس فيسبوك بالاشتراك مع كل من داستين موسكوفيتز وكريس هيوز الذين تخصصوا في دراسة علوم الحاسب وكانا رفيقي زوكربيرغ في سكن الجامعة عندما كان طالباً في جامعة هارفارد، كانت عضوية الموقع مقتصرة في بداية الأمر على طلبة جامعة هارفارد، ولكنها امتدت بعد ذلك لتشمل الكليات الأخرى في مدينة بوسطن وجامعة آيفي ليغ وجامعة ستانفورد. ثم اتسعت دائرة الموقع لتشمل أي طالب جامعي، ثم طلبة المدارس الثانوية، وأخيراً أي شخص يبلغ من العمر 13 عاماً فأكثر. يضم الموقع حالياً أكثر من مليار مستخدم على مستوى العالم. وقد أثير الكثير من الجدل حول موقع فيسبوك على مدار الأعوام القليلة الماضية. فقد تم حظر استخدام الموقع في العديد

<sup>1</sup>الألفاظ الفقهية (1,321)، معجم لغة الفقهاء، ص 94.

من الدول خلال فترات متفاوتة، كما حدث في سوريا وإيران، كما تم حظر استخدام الموقع في العديد من جهات العمل لإثناء الموظفين عن إهدار أوقاتهم في استخدام تلك الخدمة. كذلك، مثلت انتقادات موجهة إلى فيسبوك مخاوف بشأن الحفاظ على الخصوصية واحدة من المشكلات التي يواجهها رواد الموقع، وكثيراً ما تمت تسوية هذه الأمور بين طرفي النزاع. كما يواجه موقع فيسبوك العديد من الدعاوى القضائية من عدد من رفاق زوكربيرغ السابقين الذين يزعمون أن فيسبوك اعتمد على سرقة الكود الرئيسي الخاص بهم وبعض الملكيات الفكرية الأخرى<sup>1</sup>.

### التعريف الإجرائي :

هو موقع افتراضي ساعد في تكوين علاقات بين المستخدمين وقدم لهم خدمات عديدة من بينها تبادل المعلومات والصور الشخصية ومقاطع الفيديو والتعليقات وإبداء الرأي بحرية ، ومن زاوية معينة ساهم بدرجة كبيرة في توفير جو من التسلية والترفيه لمستخدميه .

### هـ .منهج الدراسة وأداة جمع البيانات:

تقرض طبيعة هذه الدراسة إلى معرفة ما قد يترتب من آثار نفسية واجتماعية على مستخدمي موقع الفيسبوك خلال الانقطاع عن استخدامه وذلك بالإعتماد على منهج مناسب في كل مراحل البحث العلمي ، ويختلف المنهج حسب المشكل المطروح والموضوع المعالج حيث يعرف بأنه : "مجموعة من الإجراءات والخطوات الدقيقة المتبناة من أجل الوصول إلى نتيجة

2»

وقد استندت في دراستي على منهج دراسة الحالة لدراسة حالة مستخدمي موقع الفيسبوك بعد الانقطاع عنه تحت ظروف معينة منعته من ذلك وتعقب مختلف الآثار النفسية و الاجتماعية التي تطرأ على كل حالة من عينات الدراسة.

يعتبر منهج دراسة الحالة منهجا متميزا يقوم على أساس الاهتمام بدراسة الوحدات الاجتماعية بصفاتها الكلية ثم النظر أي الجزئيات من حيث علاقتها بالكل الذي يحتويها، وتذهب دراسة الحالة إلى ما هو أبعد من الملاحظة العابرة أو الوصف السطحي فهي أحد مناهج البحث العلمي القائمة على الاستقصاء والتحقق والفحص الدقيق والمكثف لخلفية

<sup>1</sup>Mary Bellis (6-2-2020), "The History of Facebook and How It Was Invented" ,www.thoughtco.com, Retrieved 3-5-2021. Edited.. ترجمة جرار

<sup>2</sup>أحمد بن مرسل، مناهج البحث العلمي في علوم الاعلام والاتصال ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، ط 2 ، ص 68

المشكلة ونصها الحالي وتفاعلاتها البيئية ضمن إطار فردي أو تنظيمي أو جماعي أو مجتمعي محدد. فهي كمنهج تقوم على أساس اختبار وحدة إدارية أو اجتماعية واحدة كمدرسة أو مكتبة واحدة أو قسما واحدا من أقسامها أو فردا واحدا أو جماعة واحدة من الأشخاص وجمع المعلومات التفصيلية عن كل جوانب أنشطة هذه الوحدة وصفاتها فقد تدرس حالة الشخص مدمن على المخدرات لغرض معرفة كل تفاصيل حياته وتاريخه أو تدرس حالة عائلة واحدة بشكل مفصل ومعرفة كل ما يتعلق بنشاطها وحركتها، و هكذا.....<sup>1</sup>

يُعد منهج دراسة الحالة من المناهج العلمية التي تهتم بالبحث والدراسة حول مواضيع مختلفة، ويختص هذا المنهج بأنه أكثر اتساعاً وشمولية، فهو يتجه إلى جمع البيانات العلمية المطلوبة للدراسة من مختلف الفئات، بأي وحدة من الوحدات سواء أكانت فرداً أم مؤسسة أم نظاماً اجتماعياً واسعاً، ويعود السبب إلى هذا الجمع الشامل والدقيق هو بغية الوصول إلى فهم أعمق، ومعلومات دقيقة وصحيحة للحالة المدروسة وما يُشبهها من حالات وظواهر أخرى كما أنّ هذا المنهج يتنوع بالمعلومات التي يزودها للباحث، فهو يزوده بالبيانات الكمية الدقيقة والبيانات النوعية المتعلقة بالفرد الواحد، أو بمجموعة اجتماعية واسعة، كما تتضمن هذه البيانات الجوانب الشخصية والبيئية للحالة المدروسة.<sup>2</sup>

## 2. أداة جمع المعلومات:

تعتبر أداة جمع البيانات الوسيلة التي يقوم من خلالها الباحث لجمع المعلومات المتعلقة بموضوع الدراسة، حيث تساهم بشكل كبير في تحليل الظاهرة ووصفها وتفسيرها في إطار الدراسة، حيث لا يبدل الباحث اختيار أكثر الأدوات ملائمة للدراسة لتحقيق و الوصول إلى الأهداف التي يرغب للوصول إليها من خلال دراسته. لذلك تعد الأداة الأنسب لدراستنا هذه هي: المقابلة.

**تعريفها:** "تعرف المقابلة بأنها تفاعل لفظي بين شخصين في موقف مواجهة؛ حيث يحاول أحدهما وهو الباحث القائم بالمقابلة أن يستثير بعض المعلومات أو التعبيرات لدى الآخر وهو المبحوث والتي تدور حول آرائه ومعتقداته، فهناك بيانات ومعلومات لا يمكن الحصول

<sup>1</sup>رجاء محمود أبو علام مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، جامعة القاهرة، دار النشر للجامعات مصر، 01/01/2014 ص 78  
<sup>2</sup>محمد سرحان علي المحمودي، مناهج البحث العلمي، صفحة 56. بتصرف

عليها إلا بمقابلة الباحث للمبحوث وجهاً لوجه، ففي مناسبات متعددة يدرك الباحث ضرورة رؤية وسماع صوت وكلمات الأشخاص موضوع البحث. حيث يجب أن يكون للمقابلة هدفٌ محددٌ فلهذا تقع على الباحث الذي يجري المقابلة ثلاثة واجبات رئيسية:

- 1) أن يخبرَ المستجيبَ عن طبيعة البحث.
  - 2) أن يحفزَ المستجيبَ على التعاون معه.
  - 3) أن يحددَ طبيعة البيانات والمعلومات المطلوبة.
  - 4) أن يحصلَ على البيانات والمعلومات التي يرغب فيها.
- وتمكنَ المقابلة الشخصية الباحثَ من ملاحظة سلوك الأفراد والمجموعات والتعرُّف على آرائهم ومعتقداتهم، وفيما إذا كانت تتغير بتغير الأشخاص وظروفهم، وقد تساعد كذلك على تثبيت صحة معلومات حصل عليها الباحث من مصادر مستقلة أو بواسطة وسائل وأدوات بديلة أو للكشف عن تناقضات ظهرت بين تلك المصادر".<sup>1</sup>

#### و. مجتمع البحث والعينة:

تستجوب أبحاث ودراسات البحث العلمي انتقاء مجتمع الدراسة كـمجال لتطبيق و ممارسة الدراسة عليه ، حيث تكون هذه الدراسة قابلة للتحليل .  
يعتبر مجتمع الدراسة المفردات التي يستهدف الباحث دراستها لتحقيق نتائج بحثه ، وهنا يتمثل مجتمع البحث في مجتازي شهادة البكالوريا والخدمة الوطنية الذي يحرمون من استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وكل واحد منهم تنتظره واجبات معينة عليه أن يصب اهتمامه نحوها ، اخترت منهم عينتين للدراسة : العينة الأولى مجتازة لشهادة البكالوريا والعينة الثانية جندي يجتاز الخدمة الوطنية وكل واحد منهم جبر على التخلي عن استخدام موقع الفيسبوك لفترة معينة.

وعلى هذا الأساس فإن العينة هنا هي : **عينة قصدية**

و هنا يكون اختياري لهذا النوع من العينات على أساس موضوع البحث ، بحيث يحقق هذا الاختيار هدف الدراسة المطلوب ، مثل ذلك ان بعض الدراسات تتضح عينتها من خلال العنوان ( او صياغة المشكلة ) ، عندها يكون اختيارنا لها عمدياً لان عن طريقها تتم الاجابة عن اهداف البحث .

<sup>1</sup>المهندس أمجد قاسم ، التربية والثقافة ، منهجية البحث العلمي، 2021/05/6، موقع الكتروني أفاق علمية وتربوية.

## تعريف العينة القصدية:

العينة القصدية أو ما يطلق عليها العينة الغير احتمالية هي إحدى انواع العينات في البحث العلمي ويتم تعريفها على أنها أسلوب أخذ العينات الذي يختار فيه الباحث العينات بناءً على الحكم الذاتي للباحث بدلاً من الاختيار العشوائي ، إنها طريقة أقل صرامة وتعتمد طريقة أخذ العينات هذه بشكل كبير على خبرة الباحثين ويتم تنفيذه عن طريق الملاحظة ، ويستخدمه الباحثون على نطاق واسع للبحث النوعي.

يختار الباحث في هذا النوع من العينات، حالات يعتقد أنها تمثل المجتمع في جانب الذي يتناوله البحث، كأن يختار الباحث منطقة حسب اعتقاده هي الأكثر ملائمة للقيام بالبحث فيها.<sup>1</sup>

**عينة البحث :** هم الجنود في الجيش والطلاب المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا الذين ينقطعون عن استخدام الفيسبوك تحت ظروف قهرية دون إرادة منهم أو لأهداف معينة .

### -حجم العينة : 30 عينة

**15 جندي في الجيش من الرجال + 15 طالب من كلا الجنسين الذكر والأنثى : 10**  
إناث و 5 ذكور .

### ز. الدراسات السابقة:

#### الدراسة الأولى:

مذكرة تخرج درجة ماجستير في العلوم الاجتماعية عنوانها:

أثر استخدام شبكات التواصل الالكترونية على العلاقات الاجتماعية - موقع الفيسبوك وتويتر نموذجا .

من اعداد :حنان بنت شعشوع الشهري تحت اشراف الدكتورة: اميرة بنت يوسف البديري .دراسة ميدانية على عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة.

#### أهداف الدراسة:

-التعرف على الأسباب التي تدفع إلى الاشتراك في موقعي الفيس بوك والتويتر وعلاقتها بمتغيرات (العمر، السنة الدراسية، عدد ساعات الاستخدام ، طريقة الاستخدام).

<sup>1</sup> <http://faculty.ksu.edu.sa> › lyntDOC موقع إلكتروني doc,,18/01/2022,14 :21

-التعرف على طبيعة العلاقات الاجتماعية عبر مواقع معينة وعلاقتها بمتغيرات (العمر ،  
السنة الدراسية ، عدد ساعات الاستخدام، طريقة الاستخدام).  
-الكشف عن الآثار الايجابية والسلبية للشبكات الالكترونية على العلاقات الاجتماعية  
،وعلاقتها بمتغيرات (العمر ، السنة الدراسية ، عدد ساعات الاستخدام ، طريقة الاستخدام).  
تساؤلات الدراسة:

#### التساؤل الرئيس الأول:

ما الأسباب التي تدفع إلى الاشتراك في موقعي الفيس بوك وتويتر؟

#### التساؤل الرئيسي الثاني:

ما طبيعة العلاقات الاجتماعية عبر موقعي الفيسبوك والتويتر؟

#### التساؤل الرئيسي الثالث:

ما الآثار الايجابية الناتجة عن استخدام موقعي الفيسبوك وتويتر؟

#### التساؤل الرابع الرئيسي:

ما الآثار السلبية الناتجة عن استخدام الفيسبوك والتويتر؟

#### مجالات الدراسة:

#### مجال البشري :

طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة من الكميات التالية: الآداب والعلوم الإنسانية ، العلوم  
، الاقتصاد والإدارة.

#### منهج الدراسة:

يتم استخدام منهج المسح الاجتماعي لاقتراب هذا من طبيعة الدراسة الوصفية فهو من أكثر  
المناهج الملائمة لموضوع هذا البحث لأنه يعتمد على الوصف والتحليل والتفسير .

#### إجراءات البحث:

طلبت هذه الدراسة بناء إستمارة توجه لكل من 15 طالبة من مجتمع البحث للتأكد من

وضوح الأسئلة حيث تضمنت الاستمارة الاستبيان عددا من الأسئلة المغلقة؟

#### نتائج الدراسة:

النتائج المتعلقة بطبيعة العلاقات الاجتماعية في موقعي الفيسبوك والتويتر :

أن أغلب المبحوثات يبحثن عن صداقات جديدة بنسبة 22% في موقع الفيسبوك والتويتر بنسبة 9% وكلهما 30%.

عمل الفيسبوك والتويتر على تعزيز علاقات الصداقة القديمة وسط ما نسبته 73.3% من مجموع مفردات العينة.

أغلب المبحوثات ونسبة 70% من مجموع مفردات العينة يتواصلن مع أقاربهن البعيدين مكانيا من خلال الفيسبوك والتويتر.

### **النتائج الايجابية لاستخدام موقعي الفيسبوك والتويتر:**

أظهرت الدراسة أن غالبية المبحوثات عرفت الكثير من عادات الشعوب الأخرى من خلال استخدام الفيسبوك و التويتر بنسبة 75%

أما بنسبة 76.6% تعرفنا على أشخاص من خلفيات ثقافية واجتماعية مختلفة عن المجتمع السعودي مما أغنى التجريبتين الفكرية والثقافية، وبنسبة 84.6% من مجتمع البحث يعتبرن التواصل أسهل عبر موقع الفيسبوك والتويتر لأنه غير مقيد بوقت أو مكان، أما بنسبة 39.3% قد استفدن من الفيسبوك و التويتر في البحوث الدراسية.

### **الدراسة الثانية:**

الطالبة مريم نريمان نورمان إستخدام مواقع الشبكات الاجتماعية وتأثيره في العلاقات الاجتماعية دراسة عينة من مستخدمي الفيسبوك في الجزائر مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علوم الاعلام والاتصال تخصص الاعلام وتكنولوجيا الاتصال الحديثة.

### **الإشكالية:**

ما أثر إستخدام مواقع الشبكات الاجتماعية على العلاقات العامة؟

### **التساؤلات الجزئية:**

ما هي عادات وأنماط استخدام مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك لدى الجزائريين؟

ما هي الدوافع والحاجات التي تكمن وراء إستخدام الجزائريين لموقع الفيسبوك؟

كيف يؤثر إستخدام الفيسبوك على العلاقات الاجتماعية لدى الجزائريين؟

### **أهداف الدراسة:**

معرفة الدور الكبير الذي تلعبه التكنولوجيا للإعلام والاتصال في حياة الأشخاص.

التعرف على أهم الخدمات التي توفرها مواقع الشبكات الإجتماعية .

معرفة مدى تأثر العلاقات الاجتماعية بسبب استخدام الشبكات الاجتماعية الافتراضية. التعرف على الأسباب التي ساعدت في انشاء العلاقات الافتراضية على حساب نظيرتها الواقعية

**المنهج المتبع :** المسح الوصفي.

**أدوات جمع البيانات:** الملاحظة والاستبيان ، أسلوب التحليل الكمي ، التكرار والنسبة المئوية ، مقياس الدلالة الاحصائية ، مقياس شدة الاتجاه ، أسلوب التحليل الكيفي .

**مجتمع البحث وعينة الدراسة:**

العينة القصدية أو العمدية واختارت عينة من 28 فرد

**نتائج الدراسة:**

لقد لوحظ من خلال نتائج تحليل البيانات أن استخدام موقع الفيسبوك يختلف من مستخدم إلى آخر تبعا لمتغيرين الجنس والسن .

أفراد العينة بين 26 و 36 سنة أكثر إيمان على موقع الفيسبوك نظرا لجلوس أغليبتهم أكثر من 3 ساعات مع الموقع ببقية الفئات العمرية .

أفراد العينة الأكبر سنا لأكثر نت 37 سنة يتعاملون مع موقع الفيسبوك من حيث اختيار الأصدقاء . حيث نلاحظ أنهم لا يختارون أصدقائهم بعشوائية وإنما يقومون بانتقائهم بهدف الاستفادة والإفادة.

**الدراسة الثالثة:**

للباحثة حميدة سارة تحت عنوان (الطفل الجزائري وشبكات التواصل الاجتماعي) دراسة في الاستخدامات الاشباعات عبر الفيسبوك وهي دراسة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علوم الاعلام والاتصال تخصص اعلام واتصال نوقشت سنة 2015

وانطلقت الدراسة من اشكالية: ما هي استخدامات الطفل الجزائري وما هي الاشباعات المحققة من ذلك؟

**أهداف الدراسة:**

التعرف على شبكات التواصل الاجتماعي باعتبارها من أحدث افرازات التطورات الحاصلة في مجال الاتصال وتكنولوجياه.

معرفة اتجاهات الأطفال الجزائريين نحو شبكات التواصل الإجتماعي وكشف دور آبائهم في ترشيد هذا التوجه .

تحديد الدوافع الكامنة وراء إختيار الأطفال لشبكات التواصل الاجتماعي ونوع الاشباعات المحققة من خلال ذلك.

إبراز المكانة التي تحتلها شبكات التواصل الاجتماعي في حياة الطفل اليومية وحجم الدور الذي تلعبه اجتماعيا إلى جانب مؤسسات التنشئة الإجتماعية التقليدية .

معرفة علاقة الطفل مع هذه الشبكات . هل يتفاعل معها أم أنه مجرد متلقي سلبي.

حيث تتدرج هذه الدراسة ضمن : الدراسة الوصفية ، منهج المسح ، وقد اعتمدت على

الاستبيان ( الاستمارة بنوعها : استبيان المقابلة واستبيان الالكتروني ) . بالإضافة إلى

الملاحظة هذا على عينة تتكون من 15 طفل .

#### نتائج الدراسة:

أغلبية الأطفال يقضون أكثر من ثلاث ساعات في إستخدام الفيسبوك أكثر من مرة في اليوم بهدف البحث عن مواضيع ترفيهية بالدرجة الأولى والتواصل مع الأصدقاء مع وجود فوارق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين .

لم يذكر الآباء إيجابيات الموقع التي تتمثل في قدرة الأطفال على الحوار ، إيجاد الوقت الأكبر من الترفيه والتحكم في التكنولوجيا الحديثة .

رغم ذلك توجد سلبيات عديدة تكمن في عزلة الأطفال اجتماعيا كما يصبح عدوانيا أكثر ويكسب سلوكيات غريبة عن مجتمعه .

#### التعليق على الدراسات السابقة :

#### أوجه الشبه والاختلاف:

❖ الفرق بين الدراسة الأولى لحنان بنت شعشوع الشهري وموضوع الدراسة هاته هو من

ناحية الموضوع الأساسي حيث أنها إتجهت نحو دراسة أثر الفيسبوك على العلاقات

الاجتماعية عند عملية الاستخدام بحد ذاتها على عكس هاته الدراسة التي ركزت

على آثار ما بعد الانقطاع عن الاستخدام . و وجه الشبه يكمن في توضيحها لبعض

النقاط الإيجابية في إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي حيث أشارت إلى الخدمات

الهائلة التي تقدمها هاته الأخيرة ضمن متطلبات المستخدمين وبالتالي تكسب المواقع

الافتراضية اهتمامهم وتجعلهم يقبلون على استخدامها و إيجاد صعوبة في التوقف عن ذلك

❖ يتضح الفرق بين دراسة مريم نريمان نورمان وموضوع الدراسة هاته في الموضوع كذلك لأنها درست استخدامات موقع الفيسبوك والصدّاقة عبره على غرار هاته الدراسة ، ووجه الشبه يتضح في معالجتها للموضوع العام للدراسة حول موقع الفيسبوك

❖ وجه الاختلاف بين الدراسة الثالثة والدراسة الآتية في اتجاه موضوعها نحو دراسة سلوك الطفل الجزائري تأثرا بموقع الفيسبوك على عكس هاته الدراسة التي ركزت على مجتازي شهادة البكالوريا و مؤدّين الخدمة الوطنية .ووجه الشبه نجده في آثار الفيسبوك لدى مستخدميه بشكل عام.

**الفصل الثاني : استخدامات  
الفيسبوك والأشباع المحققة  
منه والآثار النفسية والاجتماعية  
الناجمة**

الفصل الثاني: استخداماتالفييس بوك والاشباعات المحققة منه والأتار النفسية والاجتماعية الناجمة .

-تمهيد

-المطلب الاول : استخدامات موقع الفييسبوك

-المطلب الثاني : الاشباعات المحققة من استخدام الفييسبوك

-المطلب الثالث : أثر استخدام الفييس بوك على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية

## تمهيد

تتعدد وتتنوع مواقع التواصل الاجتماعي ولكل موقع معين مميزات خاصة تختلف عن غيره من المواقع الالكترونية، فمثلا موقع التيك توك يهتم بنشر أشرطة الفيديو المختلفة والمتنوعة ، وتويتر بنشر التغريدات ، أما إنستغرام وسناب شات فيهتمان بنشر الصور في المرتبة الأولى ، ويعتبر الفيسبوك الشبكة الأكثر انتشاراً وتوسعاً بين مختلف شبكات ومواقع التواصل الأخرى، و ثاني أكبر مواقع الإنترنت من حيث عدد الزائرين بعد موقع جُوجل العالمي.

تتعدد الجهات التي تستخدم الفيسبوك في الوقت الحالي وتتعدد الأغراض أيضاً، فقد يستخدم الفيسبوك لأغراض تعليمية أو سياسية أو اجتماعية أو لقيادة حملات توعوية مجتمعية او لأغراض ترفيهية أو للعلاقات الاجتماعية او للتجارة والدعاية والإعلان.

تشير آخر الإحصائيات التي يقدمها موقع " socialbakers.comالمختص في متابعة شبكات التواصل الاجتماعي إلى أن عدد الجزائريين المسجلين في الفيسبوك قارب ثلاثة ملايين مشترك (2835000) شهر يناير/ كانون الثاني الجاري، بنسبة زيادة بلغت 85 في المائة مقارنة مع نهاية سنة 2010. ويمثل هؤلاء المسجلون ما نسبته 8.20 في المائة من العدد الإجمالي للسكان الذي يقدر بـ 36 مليون نسمة، واحتلت بذلك المركز 47 عالميا والرابع عربيا بعد كل من مصر والسعودية والمغرب، متقدمة على تونس التي تعتبر مهد الربيع العربي، وأول بلد استخدم شبابها الفيسبوك لإسقاط النظام وبالرغم من أن نسبة عدد الجزائريين المسجلين في الفيسبوك بالنسبة إلى عدد السكان لاتزال ضعيفة، وذلك بسبب ضعف الربط بالشبكة العنكبوتية على المستوى الوطني مقارنة مع دول عربية أخرى، حيث يمثل عدد المشتركين في الشبكة الاجتماعية الأشهر عالميا ما نسبته 60.32 في المائة من المنخرطين في خدمة الانترنت الذين يقدر عددهم بـ 7 ملايين مشترك.<sup>1</sup>

وسنتعرف ضمن هذا الفصل على استخدامات الفيسبوك عند عينة البحث مستمدة من تصريحاتهم خلال المقابلات وسندرجها ضمن بعضا من النظريات العلمية .

<sup>1</sup>توفيق بو قاعة ، مراجعة محمد مزباني ، موقع <http://legerman-dw.com>

## المطلب الأول استخدامات موقع الفيسبوك

أ. مفهوم الاستخدام :

حسب معجم {le robert de sociologie} فإن الاستخدام نشاط اجتماعي يتحول إلى نشاط عادي لدى ثقافة معينة بفضل التكرار وبظهور الوسائل الاتصالية الحديثة تعزز مفهوم المستخدمين والذي يرمز إلى الجمهور النشط الإيجابي ، يحدد نوع الموضوع الذي يرغب في التعرض له والوسائل التي يتعرض وفقا للمعلومات التي يرغب في الحصول عليها<sup>1</sup> .  
- "استخدم أغلب المبحوثين موقع الفيسبوك لمدة تتراوح ما بين ثلاث ساعات فما فوق لفترات متواصلة من ساعات اليوم الواحد قبل الانقطاع عنه والانشغال بأمر أخرى ولعل ذلك أهم سبب لإشتياقهم والحنين إليه وهذا نلاحظه في تصريحات بعض من المبحوثين :  
المبحوثة رقم خمسة وعشرون من الطلاب صرحت أنها تستغرق من خمسة إلى ستة ساعات وأحيانا أكثر ، كما أنها تسهر حتى للفجر وهي تستخدم الفيس بوك وأحيانا لا تنام حتى الصباح وتذهب مباشرة للدراسة .

« كنت نجيب خمسة ست سوايح ولا كثر نسهر معاه تا لفجر نورمال ووظرات منرقدش

ونروح نقرا ديركت»

• المبحوث رقم إثنين من الجنود صرح أنه بمجرد الاستيقاظ من النوم يبحث عن

هاتفه ويتصل بالإنترنت في حدود سبع ساعات في اليوم .

«غير نوض نجيب تليفوني نكونيكتي وحد سبع سوايح ولا فنهار»

المبحوث رقم ثلاث عشر من الجنود قائلًا أن عدد استخدامه للفيس بوك يتراوح بين الثلاث إلى الخمس ساعات وذلك حسب وقت الفراغ.

« نستخدم فيسبوك خطرات ثلاث سوايح خطرات خمسة على حساب الوقت الي نكون قاعد فيه » .

ب. أسباب ودوافع الاستخدام :

اختلف المختصون في تصنيف الدوافع الكامنة وراء استخدام الفرد وسيلة إعلامية دون الأخرى، فمنهم من يرى بأن الدوافع ليست ظاهرة وأن الفرد لا يدركها، فالحاجات تؤثر فيه بشكل مباشر دون أن يعلم ذلك، حيث ينتقي المحتوى أو الوسيلة الإعلامية من باب

<sup>1</sup>علياء سامي عبد الفتاح ، الانترنت والشباب : دراسات في آليات التفاعل الاجتماعي ، دار العالم العربي ، القاهرة ، 2009 ص 72

اللاوعي، فيما يرى آخرون بأن الدوافع يُمكن دراستها والتعرف إليها، وأن الفرد لديه القدرة على التعبير عن احتياجاته ودوافع تعرضه للمحتوى، وتُفسر فئة أخرى الدوافع بأنها حاجات لا يُمكن التعرف عليها بشكل مباشر، إنما يلزم دراسة سلوك الأفراد والتعرف عليهم من أجل ذلك، ويرى القسم الأخير عدم وجود دوافع محددة، بل بأن التعرض لوسيلة محددة هو عادة لدى الأفراد وليست وفقاً لحاجات معينة.

ويُعرف الدافع بأنه حالة نفسية توجه الفرد إلى القيام بسلوك محدد بهدف إشباع حاجة محددة، وتُصنّف نظرية الاستخدامات والإشباع دوافع تعرض الجمهور لوسائل الإعلام إلى دافعين رئيسيين، وهما:

**دوافع نفعية:** تتمثل الدوافع النفعية وفقاً لنموذج نظرية الاستخدامات والإشباع بأنها دوافع اكتساب المعرفة، والتعرف إلى المعلومات وكسب الخبرات في مجالات الحياة، مثل التعرض لنشرات الأخبار على التلفاز.

**دوافع طقوسية:** تتمثل الدوافع الطقوسية بكسر الملل، والتهرب من واقع الحياة ومشكلاتها، إضافة إلى أسباب ترفيهية، ومن أبرز الأمثلة على ذلك التعرض للأفلام والمسلسلات والبرامج الكوميديّة.<sup>1</sup>

- ويعتبر الفراغ أهم سبب لدى أغلب المبحوثين تقريباً لاستخدامهم الفيسبوك بشكل مستمر لأنه يسد جانب كبير من شعورهم بالملل و الروتين اليومي ، حيث صرح العديد منهم عن ذلك خلال المقابلات نذكر منها :

المبحوث الأول من عينة جنود في الجيش قائلاً أن الفراغ كان من يدفعه لاستخدام الفيس بوك

« الفيد اوبليجي نروح نحل فيس بوك »

وقد قال المبحوث الثاني عشر من عينة طلاب البكالوريا أنه كان دوماً ما يملأ فراغه

« توجور كان معمرلي الفيد »

<sup>1</sup>حسن مكاي ، ليلي السيد ، الاتصال ونظرياته المعاصرة ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، الدار المصرية اللبنانية ، صفحة 241

المبحوث واحد وعشرين من عينة جنود في الجيش أكد هو كذلك على أن الفراغ هو من دفع به لفتح حساب على الفيس بوك لكي يستمتع قليلا.

« الفيد هو لي خلاني نحل فيس بوك باش نفاجي شوية »

الفراغ الذي ينتج عن سوء إدارة الوقت أو حسن استغلاله بالشكل السليم الذي يجعل الفرد لا يحس بقيمته ويبحث عن سبيل يشغل هذا الوقت من بينها مواقع التواصل الاجتماعي حيث أن عدد التطبيقات اللامتناهية الذي تنتجه شبكة الفيسبوك مثلا لمستخدميها ومشاركة كل مجموعة أصدقاء بالصور والملفات الصوتية تجعل الفيسبوك خاصة وشبكات التواصل الاجتماعي عامة أحد الوسائل لملء الفراغ وبالتالي يصبح كوسيلة للتسلية وتضييع الوقت عند البعض.<sup>1</sup>

كما اكتشفت الباحثة ماتيلدا رايلي ما اسمته الاصول الاجتماعية والنفسية ودوافع التعرض لوسائل الاتصال وتتمثل هذه الاصول في :

- الأصول الاجتماعية لاستخدامات وسائل الاتصال : لا يتعامل أفراد الجمهور مع وسائل الاتصال باعتبارهم أفرادا معزولين عن واقعهم الاجتماعي وإنما ( باعتبارهم اعضاء في جماعات منظمة ) ، وعليه فإن العوامل الديموغرافية والاجتماعية مثل النوع ، السن ، المستوى العلمي ، المستوى الاجتماعي والاقتصادي ، لها تأثيراتها في استخدام الجمهور لوسائل الاتصال.<sup>2</sup>

- الأصول النفسية لاستخدامات وسائل الاتصال : تؤدي الاستخدامات في بعض الأحيان إلى وجود حوافز أو دوافع معينة بحاجة إلى إشباع وبالتالي تحدد العديد من الاستخدامات لوسائل الاعلام ، بحيث يقوم مدخل الاستخدامات والإشباع على افتراض أن الافراد المختلفين يختارون لأنفسهم مضامين إعلامية مختلفة وفقا لظروف النفسية بينهم ، حيث تعد الظروف النفسية لأفراد الجمهور مشكلات تواجههم (ويحقق التعرض لوسائل الاتصال العلاج الأمثل لمثل هذه المشكلات)<sup>3</sup>

<sup>1</sup> مشري مرسى شبكات التواصل الاجتماعي الرقمية نظرة في الوظائف مجلة المستقبل العربي ، لبنان ، العدد 395 ، يناير 2012 ، ص 157.

<sup>2</sup> مكاوي حسن عماد ، دوافع تعرض المشاهد المصري للفتنات الفضائية ، رسالة دكتوراه ، جامعة المنيا ، المنيا ، 2000 ، ص 250

<sup>3</sup> شاهين هبة ، استخدام الجمهور المصري للفتنات التليفزيونية المحلية والدولية : الدوافع والإشباع ، رسالة دكتوراه ، جامعة الأزهر ، مصر ،

توجد عدة أسباب تجعل الفرد ينتقل من العالم الواقعي إلى العالم الافتراضي وينشأ حساباً واحداً له على الأقل في إحدى مواقع التواصل الاجتماعي ، ومن بين أهم العوامل التي تدفع بمختلف الأفراد وخصوصاً الشباب للاشتراك في هذه المواقع وبوجه الخصوص موقع الفيسبوك الأسباب الأتية التي توصلت إليها نتائج دراستنا :

### 1. المشاكل الأسرية :

حيث صرح المبحوث رقم 6 من عينة طلاب البكالوريا أنه يجد في موقع الفيسبوك متنفساً عن ما يتعرض له من ضغوطات نفسية داخل أسرته وأنه يساهم في إبعاده عن التفكير في أمور تخص مصير والديه نظراً لمشاكلهم المتعددة وعدم توافقتهم في الحياة الزوجية حيث قال في عبارته:

«نهدر مع صحابي ولا نتفرج فيديوات خير ما نطلع راسي بليبيرويلام تع دار»

في الأسرة الدرغ الواقعي للفرد حيث توفر له الأمن والحماية والاستقرار والمرجعية ، ولكن في حالة افتقاد الفرد لهذه البيئة المتكاملة ينتج لديه نوع من الاضطراب الاجتماعي الذي يجعله يبحث عن البديل لتعويض الحرمان الذي قد يظهر مثلاً في غياب دور الوالدين أو أحدهما بسبب مشاغل الحياة أو التفكك الأسري.<sup>1</sup>

### 2. التواصل مع الأصدقاء:

وهذا ما لمسناه في ما صرحت به المبحوثة رقم 5 حين كانت تشعر أن من يدرسون معها لا يحبونها عندما كانت لا تمتلك صفحة على الفيسبوك وأنها كانت تخاف التواصل معهم ولكن مع الفيسبوك تواصلت معهم وتماسكت علاقتهم.

: «كنت نحس بلي لي يقررو معايا ميبغونيش كي ما كانش عندي فيسبوك كنت نخاف نتواصل معاهم

بصح مع الفيسبوك وليت نتواصل معاهم قوات العلاقة نتاعنا».

إحدى التغييرات أو السلوكيات اليومية لرواد الشبكة الاجتماعية هو أن التواصل عبر الفيسبوك أصبح شيء أساسي بين الأصدقاء والأهل بغض النظر عن موقعهم على الكرة الأرضية ، فالوصول والتحدث مع كل من نعرفهم ومن لا نعرفهم شيء أساسي على الشبكة

<sup>1</sup>د. الحمصي رولا ، إيمان الانترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات الاتصال الاجتماعي دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق ، رسالة ماجستير ، جامعة دمشق .2008، ص 234

، لذلك من أكبر الأهداف لبعض مستخدمي الفيسبوك هو التواصل مع من يعرفونهم بشكل أساسي<sup>1</sup>.

أكدت نتائج الدراسة للطالبة حنان بنت شعشوع الشهري في أثر استخدام شبكات التواصل الالكترونية على العلاقات الاجتماعية أنه تعددت الآثار الايجابية للفيسبوك وتويزر أهمها تسهيل عملية التواصل فالتواصل من خلال هذه المواقع أسهل من التواصل وجها لوجه لأنه غير مقيد بوقت أو مكان وقليل التكلفة ويناسب مع طبيعة عادات وتقاليد المجتمع السعودي الذي يرفض اللقاءات الشخصية بين الجنسين<sup>2</sup>.

**3. البطالة:** وتعتبر من الأسباب التي تدفع بالعديد من الشباب نحو استخدام الفيس بوك وهذا ما ورد في تصريح المبحوث رقم إثنين حيث ورد في قوله أنه قبل انضمامه الى الجيش لم يكن لديه شيء لينشغل به وأنه كان يبحث عن اعلانات للتوظيف في مجموعات الفيسبوك.

« قبل ما ندخل للعسكر مكانتش كائنة حاجة نلهي بيها الشوماج وتخمام نحوس على انونس تع خدمة فليقروب»

كشفت نتائج دراسة أنجزتها مؤخراً كلية دبي للإدارة الحكومية عن "أثر الإعلام الاجتماعي على الريادة وفرص العمل" ان 67 في المئة من الشباب الإماراتي الذين شملتهم عينة الاستطلاع يستخدمون وسائل الإعلام الاجتماعي للعثور على فرصة عمل، فيما اعتبر 78 في المئة ان مواقع التواصل الاجتماعي أداة مهمة للمشاريع المبتدئة. كما أظهرت الدراسة التي تعد الاولى من نوعها، أن وسائل الإعلام الاجتماعية تملك قدرة كبيرة على القيام بدور مهم في تعزيز قاعدة المواهب، وتوسيع نطاق فرص العمل، ودعم ريادة الأعمال في العالم العربي. وقد جاءت الدراسة التي بحثت في تأثير وسائل الاعلام الاجتماعي في خلق فرص العمل ونمو الأعمال في المنطقة العربية، نتيجة استطلاع للرأي شمل نحو 5000 مشارك من البحرين، والكويت، والمملكة العربية السعودية، والإمارات العربية المتحدة، ولبنان، وعمان، ومصر، والأردن. وقد أعلنت الكلية أمس عن نتائج الدراسة في مؤتمر صحفي عُقد في مقرها الرئيسي برعاية وحضور معالي صقر غباش وزير العمل وحضور طارق لوتاه

<sup>1</sup>د. سامي ، عشرة أسباب تجيب عن لماذا نستخدم الفيسبوك بشكل دائم ، 2021/10/21  
<sup>2</sup>حنان بنت الشعشوع الشهري ، أثر استخدام شبكات التواصل الالكترونية على العلاقات الاجتماعية الفيس بوك وتويزر نموذجاً دراسة ميدانية على عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة .

الرئيس التنفيذي للكلية. وفي كلمته الافتتاحية، اعتبر معالي غباش ان اهتمام الباحثين قد انصب في السنوات الأخيرة خلال الأحداث التي عرفت بـ "الربيع العربي" على الدور الذي لعبته الوسائل الاجتماعية في تمكين الشباب العربي من المشاركة السياسية والتعبير عن طموحاته ومشاركته في بناء مجتمع يوفر له فرصة الاستقرار والعيش الكريم. ولفت الى أن هذا البحث الريادي لكلية دبي للإدارة الحكومية يسهم في تسليط الضوء على الدور المحتمل لوسائل الاعلام الاجتماعي، التي اتسعت رقعة استعمالها على نحو مطرد، في تمكين الشباب العربي اقتصادياً هذه المرة، أي تمكينهم من أخذ زمام المبادرة في إيجاد فرص العمل المنتج وإطلاق مشاريع الأعمال الربحية والاجتماعية. وأشار إلى أن هذا البحث يفتح آفاقاً جديدة للتعاطي مع قضايا التشغيل وتحديات البطالة في أوساط الشباب على امتداد الوطن العربي، ليس فقط من خلال تقييم الدور الذي يمكن أن تلعبه وسائل الإعلام الاجتماعية في تمكين الباحث عن عمل عبر استعمال وسائل الاتصال العصرية للتعرف على فرص العمل السانحة، إنما أيضاً الدور المحتمل لهذه الوسائل في تعزيز قدرة المسؤولين ورأسي السياسات في الهيئات الحكومية المعنية بالتنمية الاقتصادية ومكافحة البطالة، على رصد الاتجاهات الخاصة بالعرض في سوق العمل. وقال إن ذلك يتم عبر "جس نبض" الشباب الذي يتوق إلى المشاركة في عمل منتج والتعرف على أولوياته واهتماماته وخياراته المفضلة، وتأطير هذه الاتجاهات في منظومة بيانات ومعلومات العرض. ولفت الى انه بعد ذلك يجب وضع سياسات تستجيب إلى تلك الاتجاهات، سواء تعلق الأمر بتطوير قطاعات النشاط الاقتصادي المستهدفة أو بتصميم آليات أكثر نجاعة للمواءمة بين العرض والطلب. وأضاف، ارتكز هذا البحث إلى استبيان عبرت من خلاله عينات من مستخدمي الوسائل الاجتماعية في ثماني دول عربية عن انطباعاتها وتجاربها في استثمار الوسائل الاجتماعية في البحث عن فرص عمل أو التأسيس لأعمال حرة، وخرج باستنتاجات جديدة باهتمام القائمين على التخطيط الاقتصادي والتشغيل ومؤسسات التعليم والتدريب المهني على حد سواء. وقال إن من أبرز تلك النتائج مساهمة الوسائل الاجتماعية في تعزيز ثقافة الإبداع المنتج في أوساط الشباب، ومسؤولية الهيئات الحكومية المعنية في تطوير البنية القانونية والرقابية التي من شأنها أن تسهل وترتقي بهذه المساهمة، وضرورة استحداث تقنيات جديدة تطور من القدرة على استعمال الوسائل الاجتماعية لغرض التشغيل والقيام بالأنشطة

التسويقية للمشاريع الصغيرة والمتوسطة. وأشار التقرير إلى أن وسائل الإعلام الاجتماعي يمكن أن يكون لها تأثير كبير على خلق فرص العمل وتوفير الوظائف. وقال التقرير إن حوالي 80% من المستطلعين افادوا بأن التكنولوجيا يمكن أن تساعد على توفير الوصول إلى البيانات الهامة لسوق العمل، بالإضافة إلى 76% ممن قالوا إن قنوات التواصل الاجتماعي مفيدة في بناء شراكات وفرص العمل، رأى 75% منهم أنها تمثل قناة حيوية نحو "سوق عمل افتراضية" جديدة. واعتبر المستطلعون أن وسائل الإعلام الاجتماعي لها تأثير واسع وإيجابي في سوق العمل. قال 86% منهم إنها تعزز من التواصل والتعاون بين الجهات المختلفة، في حين أكد 85% قدرتها على التواصل مع العملاء، وقال 85% إنها تساهم في تحفيز الابتكار. وعلاوة على ذلك، رأى 78% أن ميزات التواصل التي توفرها وسائل الإعلام الاجتماعية يمكن أن تعزز بشكل ملحوظ من مستويات الثقة بين القوى العاملة. وأبرز تقرير كلية دبي للإدارة الحكومية أن وسائل الاعلام الاجتماعي يُنظر إليها باعتبارها أداة داعمة أساسية لوسائل التعليم. ففي حين قال 84% من المستجيبين إن الطلاب سوف يستفيدون من استخدام وسائل الإعلام الاجتماعية في تطوير مهارات ريادة الأعمال، أكد 76% أنهم يستخدمون وسائل الاعلام الاجتماعية وأدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات لاكتساب مثل هذه القدرات والمهارات<sup>1</sup>

**4. الفضول في متابعة الجديد:** وهذا ما أبانه العديد من المبحوثين عبر المقابلات منهم :  
المبحوثة رقم تسعة صرحت أنه ينتابها الفضول لاكتشاف الجديد ومتابعة الاخبار  
«يولي عندي فضول نشوف الجديد نتبع شاكاين».

المبحوث رقم تسعة وعشرون قائله أنها تفكر دوما في الجديد وما هو متداول  
«بدا نخمم شا صرا ليق نعرف شاكاين وشراه يدور»

تشكل مواقع التواصل الاجتماعي عالما افتراضيا مليئا بالأفكار والتقنيات المحددة التي تستهوي الفرد لتجريبها واستعمالها سواء في حياته العلمية أو العملية أو الشخصية ، فمواقع التواصل الاجتماعي تقوم على فكرة الجذب وإذا ما توفرت ثنائياً الجذب أو الفضول تحقق الأمر.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> الإعلامية دينا جوني ، 67% من الشباب يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي للعثور على فرصة عمل ، موقع صحيفة الاتحاد الالكتروني : [google.com/amp/s/www.alittihad.ae.com](http://google.com/amp/s/www.alittihad.ae.com)، أربعة أكتوبر 2012  
<sup>2</sup>الوفاي الطيب و بهلول لطيفة: البطالة في الوطن العربي أسباب وتحديات

5. التعرف وتكوين الصداقات: أبان العديد من المبحوثين خلال المقابلات عن هاته الميزة لموقع الفيسبوك حيث قال المبحوث رقم ستة عشر من طلاب البكالوريا أن هنالك العديد من الأصدقاء قد تعرف عليهم في الفيسبوك .

«كايين بزاف ليزامي عرفتهم فالفيسبوك»

المبحوثة رقم ثمانية من طلاب البكالوريا هي الأخرى أشارت إلى أنها تتحدث مع العديد من الأشخاص عبر الفيسبوك وتتعرف عليهم.

«تهدر مع قاع ناس وتتعارف عليهم»

بالإضافة إلى المبحوث رقم ثلاثة عشر من الجنود الذي صرح أن لديه صديق من ولاية أخرى تعرف عليه من خلال الموقع.

«عندي صاحبي من ولاية البيض عرفته فالفيسبوك يجي ونزوه أنا تانيك»

المبحوث رقم أربعة من الجنود قالت هي الأخرى انها تتحدث مع الاشخاص عبر المجموعات او تعلق فتنشأ بينهم علاقة صداقة.

« نهدر مع ناس فلقروب ولا نكومنتي بزاف أيا تا يولي كايين بيناتنا علاقة تواصل نهدرو نقصرو لبغات

منعرفهمش»

وورد من المبحوث رقم اثنان وعشرين منطلاب البكالوريا أنه ليس من الضروري أن تتحدث مع معارفك فحسب فبإمكانك أن تشكل علاقات أخرى مع طلاب سيجتازون شهادة البكالوريا وتتبادلون مقترحات الامتحان .

« مشي اوليجي تهدر غير مع لاقامي تدبير ليزامي وحدوخرين عندهم لبك نشوفو مقترحات تع

بكالوريا».

سهلت مواقع التواصل الاجتماعية تكوين الصداقات حيث تجمع هذه الشبكات بين الصداقات الواقعية والصداقات الافتراضية فهي توفر فرصة لربط علاقات مع أفراد من نفس المجتمع أو من مجتمعات أخرى مختلفة بين الجنسين أو بين أفراد الجنس الواحد<sup>1</sup>

وتعد الدردشة الفورية من الخدمات الأكثر استخداما عبر الفيسبوك وذلك عبر تطبيق المسنجر ، والذي يسمح بتبادل الحديث بين فردين أو أكثر عبر الكتابة النصية ، المكالمات

<http://www.kankji.com/figh/fhles//c.d/7830/doc2013/3/12h 22:05>

<sup>1</sup>د. الرشيد اسماعيل الطاهر ، أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارات التواصل و الشعور بالوحدة النفسية لدى طالبة جامعة الملك فيصل ، ص 298

الصوتية وحتى مكالمات الفيديو وقد عمد القائمون على الفيسبوك على تطوير هذا التطبيق لكي يوفي بحاجات المستخدمين للتحادث الفوري بغض النظر عن الأسباب التي تدفعهم للمحادثات ، خاصة في فترة الأزمات التي تلحق بالعالم ، فعلى سبيل المثال ويسبب جائحة كورونا التي أمت بالعالم وجعلت الناس في كل البلدان في حرج صحي للحد من انتشار الوباء .طرحت شركة الفيسبوك في بداية شهر أبريل 2020 ، تحديثات جديدة على المسنجر سمته بتطبيق مسنجر الأصلي والذي علق عليه مارك زوكربيرغ " أن نحن جميعا نبحث عن المزيد من الطرق لتكون معا حتى ونحن منفصلين جسديا لدى اليوم سنطلق تطبيق مسنجر الأصل (Messengermative) لكل من MacOs و Windows إذ تشير الاحصائيات إلى ارتفاع مكالمات الفيديو والوسائل الجماعية على تطبيقاتنا أكثر من الضعف في الشهر الماضي هذه التطبيقات الأصلية الجديدة ستجعل التجربة أفضل بكثير أتمنى أن نستمتع".<sup>1</sup>(facebook.2020)

#### 6.التسويق أو البحث عن وظائف:أبان العديد من المبحوثين عن ذلك منهم :

-المبحوثة رقم سبعة من طلاب البكلوريا صرحت أنها تمتلك صفحة لوالدتها عبر الفيسبوك تعرض فيها ما تخطيه والدتها .

:« عندي لياج تع ماما ندير فيها صوالح الي تخطيهم»

-المبحوث رقم إثنين من الجنود هو الآخر أعلن أنه قبل انضمامه للجيش كان يطلع على عروض العمل عبر مجموعات توظيف في الفيس بوك.

« كنت نشوف عروض تع خدمة فلقروب قبل العسكر ».

في الواقع مواقع التواصل الاجتماعي لم تعد لمجرد التعارف بل أصبحت أداة تسويقية قوية وفعالة للغاية لأصحاب الأعمال ، كونها منخفضة التكاليف ، وتضمن سهولة الاتصال بها داخل وخارج مقر العمل ، بالإضافة إلى سهولة الانضمام إليها والإشراك بها .

كما تتمتع بقابلية التصميم والتطوير ، وتصنيف المشتركين حسب العمر والجنس والاهتمامات والهوايات وسهولة ربط الأعمال بالعملاء وأيضا ربط أصحاب العمل بطالبيه.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> د. رياض زروقي ، الاستخدامات الترفيهية في شبكات التواصل الاجتماعي. دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفيسبوك . طلبة محمد خيضر ، بسكرة ، نموذجاً ، 2021، ص 101.  
<sup>2</sup> مرجع سابق ، ص 298.

## 7. الملل :

ويعتبر الملل من أهم الأسباب التي تجعل المرء يبحث عن شيء يرفه عنه كاستخدام الفيسبوك وهذا ما أدلى به العديد من المبحوثين نذكر من بينهم :  
-المبحوث أربعة وعشرون من الطلاب قال أنه دوما ما كان يتخلص من الملل في التحدث مع اصدقائه .

« موالفنهدر مع صحابي نقصرو يروطي ديقوطاج »

-بالإضافة إلى المبحوثة رقم سبعة من طلاب البكالوريا التي كانت عندما ينتابها الملل تطلع على القصص

«منلقا مندير نكره نحل فيسبوك نشوف ليستوري»

-المبحوثة رقم عشرة من طلاب البكالوريا أشارت على أن الملل سيرافقك إذ لم تتصل بالإنترنت.

«نكره كون متكونيكتيش» .

ربما التجول على الانترنت بتصفح عددا من المواقع المختلفة ، قد يبعث قليلا على الملل وهنا يأتي دور الفيسبوك في طرد هذا الشعور تماما ، باقتراحاته المتعددة وتغذيتك بكل ما هو غريب وجديد من الصفحات والحسابات التي تتابعها مما يجعلك غارقا تماما وتتسى كل ما يدور من حولك ، وهذا السلوك بمرور الزمن سيتحول إلى إدمان أي أن عدم إستخدام الفيسبوك قد يشعرك بالملل الرهيب.<sup>1</sup>

## 8. الإدلاء بتعليق و رأي :

وقد عبر عن ذلك أحد المبحوثين في قوله أنه يعلق في المنشورات ويقرأ التعليقات الأخرى وغالبا ما تكون هي السبب وراء إضحاكه .

« نكومنتي فلستاتو ونقرا شقالو ناس فليياج خطرات غير ليكومنتار يضحكوني »

والبعض الآخر يجعل مسألة الإدلاء بأرائهم وتعليقاتهم وتسجيل الإعجاب على كل ما يصادفونه من منشورات مثل الواجب المقدس لديهم وظيفة يومية لبد أن يؤديها ، والتعليق

<sup>1</sup>.د. سامي ، . http : // coreiten.com/article/10, 21/10/2020

على منشورات الأصدقاء واجب أخلاقي ومسؤولية إجتماعية لابد منها ، ويستحيل أن يمر من أمامهم منشور دون إدلاء رأيهم عنها بالسلب أو الايجاب ولو بالرموز التعبيرية .<sup>1</sup>

**هـ. العوامل النفسية وعلاقتها باستخدام الفيسبوك:**

-يستخدم الاشخاص العصبيون الفيسبوك للحصول على الاهتمام والدعم الاجتماعي، وهو ما يفقدونه في الحياة الواقعية خارج الأنترنت. لذلك غالبا ما يستخدم هؤلاء الاشخاص الفيسبوك لأغراض اجتماعية ، والافصاح العاطفي عن علاقاتهم الشخصية بشكل درامي ، مثل الافصاح عن علاقاتهم الوثيقة بالشريك ، أو بالأطفال . وغالبا ما تكون دوافعهم وراء هذه المنشورات هي عرض الذات والتصديق على مشاعرهم ،وهذا ما لمسناه في تصريحات أقلية من المبحوثين حيث ورد على لسان أحدهم أنه يعلق بكلمات لا يستطيع قولها في الحقيقة .

« تهدر مع حبابك وفميلتك خطرات تشوف لي فوطو نتوعهم واللهتقولهم كلمات فكومنتار منقدش تقولها فالصح تكون عارف بلي واحد من ليزامي غدي يشوف كومنتار تعك ».

-يميل الأشخاص الذين يتمتعون بدرجة عالية من الانفتاح إلى نشر تحديثات عن المواضيع الفكرية أو الأحداث الجارية أو وجهات نظرهم السياسية ، بدافع مشاركة المعلومات غير الشخصية . واستخدام الفيسبوك كأداة للعثور على المعلومات ونشرها، وليس للتواصل الاجتماعي ، وبهذا الخصوص قالت طالبة بكالوريا أنها كانت تتابع مختلف الأساتذة عبر الفيسبوك وتشارك ما ينشرونه عبر صفحتها الشخصية .

« كنت نتبع لبروف بزاف سيرتو كي عرفت بلي سنة عندي لباك ونبرطاجي شا يطلعو باش صحابتي يشوفو تانيك منقدش نعد غير نرسلهم فلبرفي »

-يميل الأشخاص النرجسيون للنشر المتكرر عن انجازاتهم ، والحميات الغذائية التي يتبعونها ، والتمارين الرياضية التي يمارسونها ، وقد افترض الباحثون ارتباط النرجسية بالتحديث عن الحمية والتمارين ، للتعبير عن الأهمية الشخصية التي يوليها هؤلاء الأشخاص للمنظر الخارجي.<sup>2</sup> ووجدنا ذلك في ما ورد من أحد الجنود فهو إعتاد على نشر صورته كل يوم عبر القصص كروتين يومي .

« كل يوم نطلع فوطو فسطوري كمشغل حاجة جديدة زادت فالفيسبوك »

<sup>1</sup>المرجع نفسه.

<sup>2</sup>د. سها ديوب ، سيكولوجية الفيس بوك ، 13 نوفمبر 2020 .. <https://arageek.com/tech>

## خلاصة :

كنتيجة أولية للدراسة وجدنا أن كل أفراد عينة الدراسة من جنود في الجيش وطلاب البكالوريا كانوا يستخدمون الفيس بوك لساعات طويلة متواصلة تتراوح ما بين 3 ساعات فما فوق .

كما تعددت أسباب ودوافع استخدامهم للفيس بوك كنتيجة للهروب من المشاكل الأسرية والبطالة أو بدافع التواصل مع الأصدقاء والأقارب ، والقضاء على الملل والرغبة في التعرف وتكوين الصداقات أو الاطلاع على عروض التوظيف عبر مجموعات الفيس بوك ، فكل مستخدم منهم وجد فيه ما يثير انتباهه .

كما وفر الفيسبوك لمستخدميه حرية اختيار المضامين والتفاعل معها ، مما خلق لديهم نوع من الاعتقاد على استخدامه دوما ، وهذا ما يجعله في نظرهم متنفسا مريحا للهروب من الملل وملء الفراغ في ظل الاستخدام الكبير للفيس بوك عبر العالم عموما والجزائر بوجه الخصوص في ظل ميزة الاستخدام المجاني في بعض شبكات الهاتف .

وكل هذا ساهم في جعل الولوج للموقع ضرورة أساسية كل يوم لدى عينة الدراسة تحت دوافع واسباب متعددة تختلف عند كل مبحوث .

## المطلب الثاني الإشباع المحققة من استخدام الفيسبوك.

### •الإشباع المحققة من استخدام الفيسبوك :

#### **1.استكشاف كل ما هو جديد : Browsing and exploring**

ونستدل ذلك من تصريحات المبحوثين من خلال ما يلي :  
إحدى المبحوثات من الطلاب تتبع كل جديد الفنانين وكل ما يحدث في ربوع الوطن  
« نشوف الجديد تع الفنانين وشراه صاري فالبلاد»

أحد المبحوثين من الجنود قال أن الفيسبوك ينشر معلومات لا تتواجد حتى فالتلفاز  
«نشوف فيه صوالح وفتيفي ومكانش»

حيث كشفت إحدى الدراسات أن الإثارة التي يشعر بها مستخدمو الأنترنت عند اكتشافهم لأبعاد ملامح ذلك العالم الجديد فالفيسبوك يشبع حاجاتهم للهو والترفيه ، كما أنهم في تعرضهم للمواقع المختلفة قد يصادفون ما يشبع احتياجاتهم عرقية لديهم ، وأظهرت إحدى الدراسات أن 73 % من مستخدمي الأنترنت يبحثون عن المعلومات في مختلف مجالات الحياة وتستطيع شبكة الويب إشباع الاحتياجات المعرفية لدى المستخدمين<sup>1</sup>

#### **2.تحقيق الوجود الافتراضي : Virtualpresence**

أصبح الحصول على ملف شخصي عبر الفيسبوك ضرورة أساسية في الحياة مثله مثل بطاقة التعريف الوطني أو أكثر، ونلاحظ هذا في ما صرح به المبحوثين من الجنود فأحدهم قال أن الجميع الآن أصبحوا يطلعون على الفيس بوك حتى الشيوخ والكبار  
- « الشعب شاع راهم هاك دروك تلقاه شاد تليفون وحال فيسبوك شوابين تاوعي وعندهم كونتر»

وقالآخر ان الوقت حالي يستلزم ذلك لبد لكي يتماشى الناس مع الحياة

« الوقت تعنا جاي هاك بسيف عليك تكونيكتي باش تمشي مع الدنيا »

-وتعتبر نظرية الاستخدامات والإشباع الأكثر ملائمة لدراسة استخدام الأنترنت، وحسب راييس ووليامز ( williams,Rice) فإن الاعلام الجديد يعتبر ساحة خصبة لاختيار العديد من النظريات والنماذج ومنها نظرية الاستخدامات والإشباع في تحولية الأنترنتو الوجود الافتراضي هو من الإشباع التي يمكن تحقيقها من استخدام شبكة الويب . ويعني الوجود

<sup>1</sup>رضا أمين ، النظريات العلمية في الإعلام الإلكتروني ، ص 80-82.

الافتراضي شعور المستخدم بالتواجد في بيئة افتراضية يتيحها الكمبيوتر وتختلف عن البيئة المادية الفعلية التي يوجد بها .<sup>1</sup>

### 3. الحصول على بعض الاهتمام المفقود في الحياة الواقعية :

وهذا ما لمسناه في ما قاله البعض من المبحوثين نلخصها في ما يلي :

-المبحوث الأول من الجنود اعتبر أن غيابه الحالي عن الفيسبوك وبالتزامن مع ذكرى عيد ميلاده لم يشعر بتنهائي أقاربه وأصدقائه كما كان يعهد سابقا قبل انضمامه للجيش « كيما دي ليامات لانيفرسار تااعي موالف يطلعو عليا ليستوري دروك كي راني فعسكر ما شفت والو »

-المبحوثة رقم ثمانية من طلاب البكالوريا وضحت عن حاجتها في نشر القصص بمجرد زيارة اي مكان ما .

« نروح كاش بلاصة ولا كيما موستالاند نطلع ستوري » .

هنالك شريحة من المستخدمين هدفها الأساسي من استخدام الفيسبوك هو الحصول على بعض الاهتمام في العالم الافتراضي ، وهو ما لم يستطيعوا تحقيقه في العالم الواقعي ، وهذه النوعية من المستخدمين تجدهم يشاركون تفاصيل حياتهم بشكل يومي ، منذ الاستيقاظ من النوم إلى الذهاب النوم ، ويشاركون الكثير من المواد والمنشورات بغرض لفت الانتباه ولفت أنظار الآخرين إليهم للحصول على تعليقاتهم وإعجابهم.<sup>2</sup>

### 4. الترفيه والتسلية :

من خلال تفريغ نتائج المقابلات تشكل أهم عنصر من الإشباع الذي يحققه أفراد عينة البحث من استخدام الفيس بوك حيث ورد على لسان أحد المبحوثين أنه لا يمكنه إنكار حقيقة أن الفيس بوك يسليه لدرجة كبيرة وهذا ما يدفعه دوما لاستخدامه «لقيب فيه حاجة تسليني تلهيني منقدش نقول بلي لا يضيعلي وقتي كون كان عندي حاجة نلهي فيها ما خير كون رحيت ليها بصح انا توجور يلقاوني اونلاين »

يمكن التوجه لمواقع التواصل الاجتماعي بوصفها وسيلة جيدة للترفيه والمتعة ، فالعديد من الناس يقومون باستخدام هذه الوسائل عندما يريدون الاسترخاء والتحرر من ضغوط العمل .

<sup>1</sup>Samuel ebersole 2000 ,use and gratifications of the web among students .

<sup>2</sup>.د. سامي ، <https://coreiten.com/article/10,21/10/2020>.

ويعتبر أمر مشاهدة التعليقات والمشاركات من المستخدمين الآخرين أمر جيدا للشخص المستخدم ويعود ذلك نظرا للفطرة الاجتماعية التي وجد بها الانسان<sup>1</sup>  
-ومن الدراسات السابقة التي تحدثت عن الترفيه في موقع الفيسبوك " دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفيسبوك من طلبة جامعة محمد خيضر بسكرة - نموذجاً حيث خلصت الدراسة إلى النتائج التالية :

تحدث المبحوثين عن خصائص الفيسبوك إذ صرح 129 مبحوث أن أسباب استخدامهم للفيسبوك قصد الترفيه هو ما توفره من خصائص الفيسبوك من خدمات تلبي حاجاتهم ورغباتهم وبالرغم العدد الكبير للإجابات إلا أن أجوبة المبحوثين انحصرت في أربع خصائص هي :

-تطبيق الفيسبوك متاح للجميع وتكلفته قليلة جدا وإن لم نقل منعدمة ، خاصة أن متعلمي الهاتف في الجزائر يقدمون خدمة مجانية لموقع الفيسبوك .  
-الفيسبوك وسيلة سهلة الاستخدام وشاملة لجميع المصادر الاعلامية الأخرى وتستقطب عدد كبير من المستخدمين عبر العالم مما يضمن تفاعلية كبيرة فيما بينهم.  
-تواجد العديد من صفحات الفيسبوك التي تهتم بشأن الترفيه سهل الوصول إلى المضامين الترفيهية بسرعة . خاصة لما يوفره الفيسبوك من مشاهدة عالية الدقة وسرعة البث .  
-يسمح الفيسبوك بخاصية لا رسمية التعاملات على عكس المواقع الأخرى مثل لاينكيدين ، مما يتيح مجالاً للتسلية والترفيه .<sup>2</sup>

#### 5. تعزيز الثقة بالنفس :

هنالك بعض من التصريحات التي وردت من المبحوثين توضح الدور الذي يلعبه موقع الفيسبوك في تقوية الثقة بالنفس نذكر منها التصريح أحد المبحوثين الذي بمجرد مراجعته لمنشوراته وتفاعلاتها يتحسن مزاجه .

«خطرات ندخل لبروفيل تاعي نشوف غير لي ستاتو توعي ونشوف ليجام يطلعلي مورال»

تناولت الدراسات السابقة مسألة تعزيز الثقة بالنفس بسبب استخدام الفيسبوك منها :

<sup>1</sup> Elise Morena (19.11.2018) « the prose and cons of social networking » , [www.lifewire.com](http://www.lifewire.com) , Retrieved (7.4.2019.) Edited.

<sup>2</sup> زروقي رياض ، الاستخدامات الترفيهية في شبكات التواصل الاجتماعي ،دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفيسبوك ، طالبة جامعة محمدخيضر بسكرة

دراسة بجامعة كورنيل Cornell University تحت عنوان: «مرآة، مرآة على حائطي على الفيس بوك: الآثار الناجمة عن استخدام الفيس بوك على احترام الذات» Mirror, Mirror on my Facebook Wall: Effects of Exposure to Facebook on Self-Esteem تبين أن المعلومات التي يقدمها الشخص عن نفسه على حائطه يمكن أن تساعد في تعزيز احترام الذات.

//هل يمكن إذاً للفيس بوك تعزيز الثقة بالنفس من خلال قائمة من الأصدقاء دون تفاعل حي معهم؟ أظهرت دراسة أجراها «لو» Lou سنة 2010 أن استخدام الفيس بوك قد يؤدي إلى انخفاض مستوى الشعور بالوحدة، لكن تحسين الحياة الاجتماعية للمستخدم لا يؤدي إلى تحسين الثقة بالنفس.

وقد وجدت دراسات أخرى أن ثمة علاقة بين استخدام الفيس بوك وتحسين مستوى الثقة بالنفس، من ذلك مثلاً تلك الدراسة المسحية التي قام بها «يو» Yu وزملاؤه عن مجموعة من الطلاب في مجال الأعمال التجارية في الصين، حيث أظهرت الدراسة أن استخدام الفيس بوك كان له مردود طيب في المنتج التعليمي على المستوى الاجتماعي، بما في ذلك ارتفاع مستويات الثقة بالنفس واحترام الذات.

وأشارت الدراسة إلى أن الارتباط بين استخدام الفيس بوك واحترام الذات يتسم بالتعقيد، وربما تؤثر عليه العوامل الاجتماعية والثقافية. وفي بلد تتعدد فيه الثقافات قد يُعزز استخدام الفيس بوك احترام الذات، لكن لا بد من إجراء المزيد من البحوث. ماذا إذاً عن استخدام الفيس بوك والتواصل الاجتماعي؟، في دراسة أجراها كل من «شيلدون» و«أباد» و«هيرش» Sheldon Abad & Hirsch سنة 2011، تبين أن الاستخدام المتكرر للفيس بوك مرتبط بكل من مشاعر الترابط وعدم الترابط العام في الحياة.<sup>1</sup>

تساعد وسائل التواصل الاجتماعي البشر على اشباع بعض حاجاتهم النفسية ، وذلك نظراً لطبيعتها الديناميكية التي تزودهم بعرض مستمر للأحداث والخبرات التي يعيشها الآخرون. فالحاجات النفسية والاجتماعية غير المشبعة تلعب دوراً كبيراً في الاستخدام المشكل لشبكات التواصل الاجتماعي ، وطبقاً لي ليري {Leary} وزملاؤه فإن الرفض أو الاستبعاد

<sup>1</sup>مقال علمي ، د . صالح عثمان ، لماذا يستخدم الناس الفيس بوك ، أكاديمية بالعقل نبأ . لموقع : <http://mashroo3na.com>.

الاجتماعي وعدم القبول من الآخرين يؤدي إلى انخفاض شديد في تقدير الذات ، وكذلك فإن التقبل الاجتماعي يزيد من تقدير الذات .

وعلى العكس من مرتفعي تقدير الذات ، يتسم منخفضو الذات بمفهوم مشوش لذواتهم ويلجؤون إلى بعض الافعال والسلوكيات التي تهدف إلى تجنب الشعور بالذنب أو القلق والهروب من مشاعر نقص وتقدير الذات وتكون مشاركتهم في التواصل المباشر مع الآخرين قليلة ، حيث يتوقعون تغذية راجعة سلبية وفي المقابل يزيد استخدامهم للتكنولوجيا بهدف التواصل فيجدونها وسيلة آمنة للتعبير عن ذواتهم ومواجهة الصعوبات التي يواجهونها في علاقاتهم الاجتماعية والحصول على الاعجاب من الآخرين في محاولة لتعزيز تقدير وصورة الذات لديهم.<sup>1</sup>

فمن لا يملك فرصة لخلق كيان مستقل في المجتمع يعبر به عن ذاته فإنه عند التسجيل بموقع التواصل الاجتماعي وتعبئة البيانات الشخصية يصبح لك كيان مستقل وعلى الصعيد العالمي.<sup>2</sup>

الفييس بوك يفي بالحاجة إلى تقديم الذات. لقد أظهرت الدراسات أن الذات التي تصفها بنفسك على الفييس بوك ليست ذاتا مثالية، إنها أنت بالفعل. لكن في دراسة قدمها «شيري جراسموك» و«جيسون مارتن» و«شانيانغ تشاو» Grasmuck, S. & Martin, J & Zhao, S. سنة 2008 تحت عنوان «بناء الهوية في الفييس بوك» Identity construction on Facebook أن «أنفسنا» التي نقدمها على الفييس كهويات مرغوبة اجتماعيا هي تلك التي نطمح في أن نكونها، لكنها ليست حقيقية، بل هي تختلف بشكل كبير عن تلك التي نقدمها في مواقع إنترنت أخرى مجهولة.<sup>3</sup>

### خلاصة :

ما نستخلصه مما سبق أن استخدام موقع الفييسبوك من قبل أفراد عينة الدراسة يعتبرونه شأن ذو أهمية كبيرة وذلك من خلال تلبية هذا الموقع لحاجاتهم في تقديم المعلومات واكتشاف كل ما هو جديد ، وإشباع رغباتهم المختلفة كتحقيق الوجود الافتراضي وتعزيز الثقة بالنفس ،

<sup>1</sup> د هالة ، الخوف من تقويت الأحداث ( فومو ) كمتغير وسيط في العلاقة بين تقدير الذات المنخفض وإيمان استخدام موقع التواصل الاجتماعي الفييسبوك لدى طلاب الجامعة . ص 497 – 498.

<sup>2</sup> قرقوري ايمان ، ايمان الفييسبوك وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى المراهق الجزائري . دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ ثانوية طارق ابن زياد بقسنطينة . جامعة قسنطينة 3 ص 35

<sup>3</sup> د. صلاح عثمان لموقع بالعقل نبدا ، جامعة المنوفية ، لماذا يستخدم الناس الفييسبوك؟ <https://mashroo3na.com>.

والحصول على بعض الاهتمام المفقود في الحياة الواقعية من خلال التعارف ومشاركة  
اخبارهم مع الناس للخروج من العزلة وسعيا إلى بناء علاقات صداقة تشبع حاجات البشر  
بصفتهم كائنات اجتماعية . والأهم من كل ذلك هو الترفيه والتسلية فالتعليق على المنشورات  
ومشاهدة أشرطة الفيديو المختلفة وتبادل الحوار بين المرسل والمتلقي دون رسمية ، والتفاعل  
المباشر سواء عن طريق النشر أو التعليق أو الاعجاب يساعد ذلك كثيرا في التسلية والمرح  
وجلب الراحة فيشعر المستخدم بالرضا والتوازن النفسي .

## المطلب الثالث اثر الاستخدام على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية

### 1. الصحة النفسية للفيسبوك:

وافق أغلب المبحوثين في المقابلات على سؤال إن كان الفيسبوك يخفف من ضغوطاتهم النفسية خلال تصفح الموقع فقد أكدوا على فكرة أنهم يجدون في موقع الفيسبوك متنفسا عن الضغط اليومي الذي يتعرضون لهو أوضح العديد منهم أهمية إستخدام الفيسبوك و دوره الفعال في تخفيف أعراض الملل والاكتئاب والضغوطات النفسية حيث يجدون فيه مهربا من مختلف المشاعر السلبية كالقلق والتوتر وذلك بسبب أنه يشغلهم بما يحتويه من فيديوات ، صور ومنشورات مختلفة تثير العقل ونرى ذلك في تصريحاتهم الآتية :

- المبحوث الثامن عشر من الجنود قال أنه عندما يكون بحالة سيئة يمسك هاتفه ويدخل لموقع الفيسبوك .

« متكونش مليح ولا نروح للفيسبوك تقضب روحك» .

-المبحوث الأول من الجنود قال هو الآخر أنه يخفف عن نفسه بمشاهدة اشرفة فيديو قديمة ومشاهد تمثيلية قصيرة مضحكة .

«تسولاجي تشوف فيديوات قدم ليسكاتش»

-المبحوث رقم أربعة من الطلاب هو الآخر أجاب بالموافقة عن ما إذ يساهم الفيسبوك في تخفيف ضغوطاته النفسية بواسطة تواصله مع اصدقائه

« نعم يساهم الفيسبوك في تخفيف ضغوطاتي النفسية مع التحدث مع أصدقاء »

-المبحوث رقم خمسة من الطلاب ذكرت حادثة حصولها على نقاط سيئة في الامتحان وتعرضها للكأبة بسبب ذلك وكيف تخلصت من ذلك الحزن بمجرد مشاهدتها لأشرفة الفيديو .

« مديتش مليح فلينوات قضيني إكتئاب قعدت نتفرج فليفيديو حتى راحلي هناك الحزن »

-قام عدد من الباحثين ، في السنوات الأخيرة ، بتحري احتمال وجود صلات بين استخدام الفيسبوك وغيره من المواقع التواصل الاجتماعي والصحة النفسية . ولكن هذه الأبحاث لم تقدم حتى الآن نتائج قاطعة .

لقد جرى وضع عدد من الحجج التي تشير إلى أن الفيسبوك يمكن أن يكون مفيدا للصحة النفسية:

• التواصل الاجتماعي يقلل من الاكتئاب والقلق.

• الفيسبوك ووسائل التواصل الإجتماعي يمكن أن يكونا مفيدين للأشخاص الذين يعانون من القلق الاجتماعي ، لأن هذه الوسائل توفر الفرصة لتطوير العلاقات الاجتماعية على شبكة الانترنت دون حدوث الشدة التي تنجم عن التفاعل وجها لوجه.

• يترافق التواصل على الفيسبوك مع نقص الاكتئاب والقلق وزيادة الرضا.

• يضم الفيسبوك العديد من مجموعات الدعم المتبادل الخاصة بالأفراد الذين يتعرضون لظروف صعبة ، ويستفيد من ذلك بشكل خاص الأشخاص الذين يعيشون في مناطق لا تتوفر فيها وسائل أخرى للتواصل والدعم<sup>1</sup>.

## 2. أثر موقع الفيسبوك على العلاقات الاجتماعية (الحياة):

يظهر اثر موقع الفيسبوك في تقوية العلاقات الاجتماعية للمبجوثين في مختلف تصريحاتهم ويؤكدون على الدور الفعال لموقع الفيسبوك في تقوية العلاقة الأسرية وربطهم بالأصدقاء والعائلة ، ومن أهم التصريحات التي تؤكد على ذلك ما يلي :

-المبجوث رقم ثلاثين من الجنود أكد على دور الفعال للفيس بوك في دفع المستخدم للتواصل مع الأصدقاء والأسرة

« حاجة باينة الفيسبوك يخليك تهدر مع حبابك وفاميلتك »

المبجوث رقم أربعة عشر من الطلاب قالت أنه حاليا حتى دعوات مناسبات الزفاف تتم عبر الفيسبوك فيمكن أن لا تكون تملك كل أرقام هواتف الناس ولكن تملك حسابتهم عبر الموقع.

« دروك لعراس ويعرضوك فالفيسبوك قادر ميكونش عنده نيميرو تعك يقولك فلفيسبوك »

المبجوث رقم اثنان وعشرون من الجنود أشار إلى ضرورة فتح حساب على الفيسبوك فالتحدث مع العائلة والأهل عبر مكالمة الفيديو أفضل بكثير من الاتصال العادي عبر رقم شريحة الهاتف

« أوبليجي عليك تحل فيسبوك قاع ناس راه عندهم دروك تتوحش داركم تهدر معاهم بلكام خير ما تهدر

بتليفون »

<sup>1</sup>د. حسان أحمد قمحية ، الفيسبوك تحت المجهر ،دار النخبة ، الطبعة الأولى 2017. ص 81-82

وجد مجتمع الشباب في الفيسبوك نافذة مطلة على العالم والساحة للتعبير وابداء الرأي وفي التواصل ومشاركة أصدقائك تفاصيل حياتهم كان له أقوى الأسباب بارتباط مستخدمي الانترنت بالفيس بوك.

الناس يسعون دائما لإقامة علاقات جديدة والتواصل مع العلاقات القديمة فجاء الفيسبوك كحل سحري ذلك في العالم الافتراضي الذي اكتسب بالزمن أهميته ودوره. ساهم الفيسبوك كثيرا وتلقائيا في عملية النشر الالكتروني فأى مستخدم للانترنت يجد نفسه أنه في الفيسبوك قد ازدادت معدل كتابته وبالتالي قراءته. تطور سرعة الكتابة على الكيبورد والموبايل .

المشاركة في دعم الحملات والنشاطات الخيرية عبر انضمام لمجموعة معينة قد تمثل انت واصدقائك نسبة مقدره في قياس قبول الرأي العام لتلك الفكرة. الفيسبوك فرصة للاتصال بالدعاة وطلبة العلم والأدباء والإعلاميين والمؤثرين في المجتمع مباشرة دون وسائط . وتكثر على صفحاته عددا هائلا من المجموعات الدعوية و الثقافية والإعلامية.<sup>1</sup>

### خلاصة :

أجمع العديد من المبحوثين على الفوائد الصحية النفسية لموقع الفيس بوك وأثره على العلاقات الاجتماعية من ناحية الايجابية فقد أصبح التواصل عبره يعد من الحيل الجيدة التي تقلل فرصة الاصابة بالتوتر والاكتئاب لديهم .

فالالاتصال مع العائلة والأصدقاء في جميع أنحاء العالم بالصوت والصورة يجنبك الشعور بالوحدة ويقربك أكثر إلى العالم ، ويمكن حتى أن يطرح بذهنك أفكار عديدة لمشاركتها مع الأصدقاء على أرض الواقع من خلال زيادة المعرفة بجميع القضايا والأحداث وزيادة الرصيد الثقافي خاصة عند الفئة التي تعاني من نقص الثقة بالنفس والخجل الاجتماعي .

<sup>1</sup> د.وائل مبارك خضر فضل الله ، أثر الفيسبوك على المجتمع ، مدونة شمس النهضة ، 20 نوفمبر 2010، ص 24/23.

الفصل الثالث : الأثار النفسية  
والاجتماعية للانقطاع عن استخدام  
الفيسبوك

## الفصل الثالث: الأثار النفسية والاجتماعية للانقطاع عن استخدام الفيسبوك

- تمهيد
- المطلب الاول : الأثار النفسية للانقطاع عن استخدام الفيسبوك
- المطلب الثاني : الأثار الاجتماعية لانقطاع عن استخدام الفيسبوك

## تمهيد :

شغلت مواقع التواصل الاجتماعي خلال العقد الأخير حيزاً كبيراً من حياة الكثيرين، وكانت البداية من موقع الفيسبوك، وتلا ظهوره العديد من المواقع، والتي اختلف كل منها بميزة عن الآخر.

أدى هذا الانتشار الكبير لمواقع السوشيال ميديا - وبخاصة مع ظهور أجيال من الهواتف الذكية وأجهزة الحاسب اللوحية - إلى سهولة الدخول على هذه المواقع، كما أن هذه الأجهزة سهلة الحمل والتنقل مع صاحبها بصورة متواصلة وبشكل شبه دائم.

فضل الكثيرون قضاء جزء من الوقت على هذه المواقع، إلا أن الأمر تجاوز لدى البعض الاستخدام العادي إلى درجة التعلق .

فظهرت أجيال من الأطفال والشباب تقضي معظم اليوم على مواقع التواصل الاجتماعي والفضاء الإلكتروني، لدرجة أنهم لا يستطيعون البعد والتخلي عن هذه المواقع لبضع دقائق لشدة ألفتها والتعود عليها فأصبحت جزء أساسي خلال يومهم.

-أكد عدد من الشباب والخبراء في تكنولوجيا المعلومات أن انقطاع أو توقف بعض مواقع التواصل عن العمل لعدة ساعات متواصلة أدى إلى إحداث ركة وضجة كبيرة فضلا عن السخرية والتذمر الذين عبر بهما البعض عن رأيهم مشيرين إلى أن ما حدث قد أظهر لنا مدى اعتماد الناس بشكل كبير على هذه المنصات الاجتماعية . وقالو لموقع {الشرق} أن انقطاع بعض منصات التواصل الاجتماعي عن العمل ، كان له بعض التأثيرات السلبية ، خاصة أن هنالك العديد من المشاريع المنزلية والتجارة الإلكترونية المعتمدة على تطبيق الفيسبوك والانستغرام في التواصل مع الزبائن وعرض المنتجات وتوصيل الطلبات قد توقفت وكأنها انغلقت وانقطعت عن العالم خلال الست ساعات التي انقطعت فيها تطبيقات التواصل الاجتماعي<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> موقع الشرق الإلكتروني [Http://m.al-sharq.com](http://m.al-sharq.com)

ومن خلال المقابلات مع المبحوثين وصلنا إلى تصريحات مهمة حول اعتماد المستخدمين على موقع الفيسبوك في مختلف متطلباتهم اليومية وهذا ما نشهده ايضا خلال انقطاع الانترنت في أيام اجتياز شهادة البكالوريا في الجزائر والتذمر الكبير من رواد مواقع التواصل الاجتماعي خلال تلك الساعات القليلة، وهذا يظهر واضحا كذلك في تعرض كل من الجنود وطلاب البكالوريا الذين توقفوا اضطراريا عن استخدام الفيسبوك وتعرضهم لأثار نفسية واجتماعية خلال انقطاعهم الحالي عن استخدام الموقع الأزرق، تتماشى و تصريحات مختلف الخبراء التكنولوجيا والدكاترة العرب على حادثة الرابع من أكتوبر عام ألفين وواحد وعشرين سنعرضها خلال هذا المطلبين .

## المطلب الأول الأثار النفسية للانقطاع عن استخدام الفيسبوك

الأثار النفسية التي توصلنا اليها خلال المقابلات مع المبحوثين يمكن ذكرها كالآتي :

### **1.الشعور بالحنين للفيسبوك :**

خلال الفترات الأولى للانقطاع عن استخدام موقع الفيسبوك يجد المستخدم نفسه يشترق ويحن للموقع ويشعر بحاجة إليه وهاته نقطة بدت واضحة فيما صرح به المبحوثين خلال المقابلات ف 23 عينة من أصل 30 كلهم ينتابهم شعور الحنين للفيسبوك حيث ورد عنهم : قال أحد المبحوثين قاصدا موقع الفيس بوك أنهم الصعب أن تعتاد شيء وتتركه من الطبيعي أن تشتاق اليه .

-«متقدش توالف صعبية توالف حاجة من بعد تروح عليها حاجة باينة تتوحشها»

وعبر إحدى المبحوثات من طلاب البكالوريا أنها تشتاق لحسابها وتنتظر بفارغ الصبر اجتيازها للبكالوريا وعودة هاتفها .

«راني غير نقارع وينت نفوت الباك ويردولي تليفوني توحشت فيسبوكي» .

وقد قال الدكتور الاكاديمي لجامعة قطر والمدير التنفيذي لمركز النور للمكفوفين لموقع الشرق «لا نستطيع الاستغناء عنها» ، " أتبتث لنا كم نحن مدمنون على هذه التطبيقات فقد تحول عالمنا من الأسرة والمجتمع إلى شاشة الهاتف لأول مرة أسأل نفسي ماذا لو انقطعت مواقع التواصل الاجتماعي نهائيا أو دامت مدة الانقطاع أكثر من 5 ساعات بصراحة لم أجد إجابة سوى أننا سنواجه أزمة كبيرة فقد أصبحت جميع برامجنا وأشغالنا كلها على مواقع التواصل الاجتماعي<sup>1</sup> .

### **2.القلق والملل:**

بعد الشعور بالحنين للفيسبوك يدخل المستخدم في مرحلة أخرى وهي الملل والشعور بالقلق فيرتبك ويشعره بحاجة للاطلاع على صفحته الشخصية عبر الفيسبوك و قد ورد على لسان المبحوثين فيما يخص هذا الجانب ما يلي :

مبحوث جندي في الجيش قائلا أن التوتر يتسلل إليك ببطء لتصل لدرجة لا يمكنك الصبر

«بدا تنقلق غير بشوية تا مطيقش تصبر»

<sup>1</sup>مرجع نفسه.

و مبحوث آخر صرح أنه عندما كان ينتهي رصيده يتجه لاستخدام الفيس بوك بالوضع المجاني فماذا عن حالته الآن بدون لا شيء يشعر وكأنه سيجن .

«كونيكسيون غير كانت تكلمي نروح لتع فراتوي تخيلي دروك مكانش قاع تحس روحك بتهيل»

وهذا يدل على تعلقهم بدرجة كبيرة بالفيسبوك في ظل إستخدام خاصية الوضع المجاني لشبكة النقل بالجزائر وأنهم يواجهون مشاكل نفسية لابتعادهم عن هواتفهم الذكي وصفحاتهم على الفيسبوك بصفة خاصة وبحسب التقرير الذي نشرته قناة العربية على موقع جريدتها الالكتروني ان : "بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية أجرى باحثون من الأكاديمية المجرية للعلوم وجامعة أيوتفوس لوراند في بودابست تجارب على 87 من اصحاب الهواتف الذكية الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و 26 عاما انفصلوا فيها عن هواتفهم فأظهرت التحليلات أنهم كانوا أكثر عرضة لظهور أنماط من ضربات القلب غالبا ما ترتبط باضطراب ما بعد الصدمة، وخلال الاستراحة القصيرة فإن ثلاثة أرباع أولئك الذين تركوا بدون الهاتف النقل أظهروا سلوكا يدل على التشرذم مثل التملل والخدش والذي هو علامة منبهة تشير إلى الشعور بالإجهاد.

أظهرت الردود على الاستبيان دليلا على أنه يتم استخدام الهاتف النقل عموما لتخفيف التوتر ونقل مشاعر الثقة والأمن.

وذكرت الدراسة التي نشرت في مجلة (الكمبيوتر وسلوك الانسان ) ما يلي : «نحن في منتصف الثقافة الرقمية وناشئة مع الأطفال الذين يولدون في عالم الأجهزة الذكية . وقد تم اختيار هذه الفئة العمرية لأنها تعتبر فئة مواطني الهاتف الخليوي»<sup>1</sup> وقالت الاعلامية والسفيرة الخيرية القطرية إيمان الكعبي : في الحقيقة التعامل مع الانقطاع الذي طرأ على مواقع التواصل الاجتماعي كان في البداية بهدوء وتقبل عادي للموضوع على أساس ان التوقف سيكون ظرفيا ولن يطول كنا يحدث عادة في مرات كثيرة ، ولكن هذا الشعور ربما بدأ يتغير بعد ذلك ، في ظل طول وقت الانقطاع مع عدم التوصل لإصلاح الخلل وهذا ربما جعلني شخصا أشعر ببعض القلق والملل خاصة مع تعودي على استعمال هذه المواقع المهمة وكان التلفزيون والأخبار تقريبا الملاذ الأكثر بروزا لمتابعة مستجدات موضوع الانقطاع ، ولكن حينها تذكرت حياتنا قبل هذه الوسائل كيف كانت هادئة واجتماعية

<sup>1</sup>موقع العربية الالكتروني <https://www.alarabiya.net>

أكثر وكيف فرضت وسائل التواصل الاجتماعي نفسها في حياتنا وأصبحت جزء لا يتجزأ منه ، ولكن ربما قد نعتاد على حياتنا من دونها كما تعودنا عليها ، فالأمر هنا نسبي وقد يتغير الزمان وتطورات الأحداث . قد لا ابالغ إذا قلت إن مواقع التواصل الاجتماعي هي عبارة عن عالمي الآخر الموازي لأنني أجد فيه نفسي وأبوح فيه بأفكاري وأتفاعل فيه مع جمهوري العريض . كما أن مهمتي ومسؤوليتي بوصفي رئيسة قسم التواصل الاجتماعي بإذاعة قطر تفرض علي أن أستعمل هذه المواقع التي تمثل القلب النابض لعملي الاعلامي وإزاء هذه الوضعية كنت أتمنى ألا تطول مسألة الانقطاع كثيرا . لأن ذلك سيؤثر على السير الطبيعي لعملي وكذلك حتى على الصعيد الاستخدام الشخصي وقد يجعلك تجد نفسك في التسلسل وأنت تعد لفكرة معينة أو عمل معين .

وتابعت : لا ينكر أحد اليوم ما لوسائل التواصل الاجتماعي من محاسن جمة ، حيث ساهمت في تقريب الشعوب والمجتمعات وكذلك في تحفيز وتثمين المبادرات والأفكار الخلاقة . كما عززت التضامن الانساني في نطاقه الواسع وربما احسست بقيمة هذا الأمر خاصة في إطار رسالتي كسفيرة لقطر الخيرية.<sup>1</sup>

### 3.الاكتئاب :

بعد أيام من الملل والحاجة لاستخدام موقع الفيسبوك سواء في الترفيه عن النفس أو الرغبة في السؤال عن الأقارب والأصدقاء يبدأ المستخدم بالشعور بنوع من الكآبة يترجمونها على أنها بداية للشعور بالاكتئاب وقد عبر عنها المبحوثين بشكل مباشر خلال ما يلي :

قال أحدهم أنه يشعر بالتعب ولا يجد شيء ليشغله

«لاني نحس روجي عيان وكاره روجي منيش لاقى فاش نعمر راسي»

و أضاف شخص آخر أنه يشعر بالكآبة زيادة مع توتر البكالوريا والانقطاع عن استخدام الانترنت .

«سيرتو مع ستراس تع لباك منحكيلكش توصل بيبك تا تتنارف من كثرية القنطة لي طيح فيها »

وضمن هذا قالت الدكتورة هلا سعيد طبيبة ومعالجة نفسية {الانقطاع عنها يسبب الاكتئاب}، "رب ضارة نافعة ما حدث بالأمس جعلنا نفكر بالخطأ بتعلقنا الزائد بوسائل التواصل وأقول أنها كانت تجربة مهمة أن نخبر أنفسنا بدون هذه الوسائل والأهم نخبر ما

<sup>1</sup>موقع الشرق الإلكتروني. <https://m.al-sharq.com>

يتجه له العالم مستقبلا حيث الاعتماد الكلي على التكنولوجيا ،حيث اتجه العالم لوظائف المستقبل والتعليم والصحة عن طريق الأجهزة الرقمية فكيف بحالة الانقطاع هل ستتوقف الحياة ؟ هل سيتوقف العمل والتعليم والصحة وغيرها ، فمن الصعب الابتعاد عن وسائل الاتصالات ففي البداية على الأقل سوف نشعر وكأن الحياة تنتهي <sup>1</sup> .  
وما توصلنا إليه يناقض أغلب الدراسات الأخرى حيث إتجهت الدراسات كلها إلى أن في الاستخدام تواصل الاجتماعي من أثاره السلبية الاكتئاب ومنها :  
دراسة جامعة بيتسبرغ سنة 2016 نشر نتائجها موقع (فوربس ) ومواقع متخصصة أخرى أشارت أن العلاقة بين إزياد وقت استخدام وسائل التواصل الاجتماعي من جهة واحتمال التعرض للاكتئاب من جهة أخرى حيث تم الوصول إلى ذلك من خلال إجراء استبيان بمشاركة 1787 شخصا في الولايات المتحدة الأمريكية تتراوح اعمارهم بين 19 و39 عاما .

ودراسة نشرت على موقع«الايكونوميست» اعدھا باحثون من «الجمعية الملكية للصحة العامة» في بريطانيا. لوحظ انه خلال ال25 سنة الاخيرة : زادت معدلات امراض القلق و الاكتئاب بين الشباب بنسبة 70% . ويقول الاستشاري النفسي محمد الخطيب ان {المستمر في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل سلبي وقضاء ساعات طويلة أمامها له تأثير على الصحة النفسية وقد يكون سببا من أسباب ظهور أمراض نفسية لمستخدميها كالاكتئاب والقلق}<sup>2</sup>.

وعلى نقيض ذلك وضحت استشارية الصحة النفسية والعقلية د. سحر طلعت أن اكتئاب الفيسبوك يمكن أن يحدث لأسباب معينة مثل الاطلاع المستمر 7/24 على الاخبار السيئة والمشاهد الصادمة . وأن جامعة هونغ كونغ يان تاك سانغ تشاو وهابن وان (2017) صرحت أن إكتئاب الفيسبوك غير موجود على الاطلاق كما يعتقدون وعلى العكس افترضوا وجود علاقة ترابط ايجابي بين استخدام الفيسبوك وارتفاع ، وليس انخفاض الرضا عن الحياة.

<sup>1</sup>المرجع نفسه

<sup>2</sup>موقع الرأي ، د نداء صالح الشناق ، الاثنين 2020/12/21 ، 12:00 ، [http:// alrai.com](http://alrai.com)<article

وبالتالي من وجهة نظر المؤلفين ، لا يوجد ما يبرر حالة { الذعر المجتمعي } حول استخدام الفيسبوك وحسب الباحثين أيضا فإن جل التقارير السلبية التي ظهرت سابقا عن الأنشطة الالكترونية ، بما في ذلك أنشطة ألعاب الفيديو ، فإن مثل هذه التفسيرات المتحيزة تقيد البحث العلمي ، ولا تأخذ في الاعتبار الفوائد الصحية النفسية التي يمكن أن يعززها سلوك الناس على الأنترنت .<sup>1</sup>

#### 4. الرغبة في الاختلاس واستخدام الفيسبوك خفية :

خلال المقابلات طرح على المبحوثين سؤال ما إذ كنت تختلس وتستخدم الفيسبوك خفية أجاب 27 مبحوث عن هذا السؤال بالقبول وهذا نتيجة لكافة الاثار النفسية التي يتعرضون لها فمن الطبيعي أن تكون لديهم ردة فعل تتمثل في استخدام الفيسبوك في السر بعيدا عن نظر الآخرين.

ونلمس هذا في التصريحات الآتية :

أحد المبحوثين من الطلاب كان يستخدم الفيس بوك من عند أصدقائه أو يتجه إلى مقهى الأنترنت بعدما ينتابه التفكير فضولا في من أرسل له رسالة ما ولبد أن يجيبه هو الآخر. «كونيكتي من عند صاحبي ولا نروح لسييار نبدا غير نخمم شكون رسلي ميساج ونبغي نريبوندي»

وقال مبحوث آخر أنهم كانوا يخبئون هاتفا يتشاركونه جميعا في السر

«كنا داسين تليفون ونكونيكتو بيه خيانة يدور قاع علينا»

شارك الأستاذ في علم الاقتصاد بجامعة نيويورك هانت ألكوت، إلى جانب الباحث بجامعة ستانفورد ماثيو جينتكو، إعلانات على صفحات فيسبوك بهدف حشد مستخدمين تتجاوز أعمارهم 18 سنة ويتصفحون فيسبوك لمدة لا تقل عن 15 دقيقة يوميا. وتوصل الباحثان إلى أن معدل الاستخدام اليومي لموقع فيسبوك لدى بعض الأفراد قدر بساعة، وتراوح بين ساعتين وثلاث ساعات بالنسبة لمستخدمين آخرين.

صرح بعض المشاركين بأنهم لم يدركوا فوائد هذه المنصة الاجتماعية إلا بعد أن تخلّوا عن استخدامها. وفي هذا الخصوص، قالت كوني جريفز البالغة من العمر 56 سنة، وهي مساعدة رعاية صحية محترفة في مدينة تكساس ومن بين المشاركين في هذه الدراسة: "ما افتقدته فعلا هو اتصالاتي وعلاقتي بالأشخاص، ولكنني افتقدت أيضا بث الأحداث عن

<sup>1</sup> استشارية الصحة النفسية د. سحر طلعت ، هل يؤدي الفيسبوك للاكتئاب ، google.com/amp/s/www.sehatok.com، موقع صحتك دليلك لحياة صحية .

طريق خدمة البث المباشر "فيسبوك لايف" ومتابعة السياسة، لاسيما وأنني أواكب هذه الأحداث مع أشخاص مهتمين بالمواضيع ذاتها. كما أدركت أيضا أنني أحب مواكبة كل الأخبار والحصول على جميع المعلومات من مكان واحد فحسب".

### خلاصة :

ما نستنتجه من خلال هذا أن المبحوثين المنقطعين عن استخدام موقع الفيس بوك يجدون صعوبة في التأقلم وفي شغل وقت الفراغ مما يدفع بهم إلى الشعور بالحنين إلى موقعهم الأزرق كنتيجة أولية ، وبعد ذلك يتسلل القلق والملل إليهم ليتحول في ما بعد إلى شعور بالالاكتئاب.

وهذا نتيجة للشعور بنقص حاد في مواكبة الأحداث الجارية ومعرفتها وغياب عنصر التسلية والتشويق وزيادة ساعات الفراغ ليتجهوا إلى الاختلاس واستخدام الفيس بوك خفية كرد فعل طبيعي للشعور بالحاجة إلى الفيس بوك .

## المطلب الثاني الأثار الاجتماعية للانقطاع عن استخدام الفيسبوك

خلال المقابلات استدرجنا اهم الاثار الاجتماعية التي تعرض اليها المبحوثين وهي كما يلي:

### 1-شعور بالوحدة والعزلة :

عبر العديد من المبحوثين خلال المقابلات أنهم يشعرون بالوحدة والعزلة من دون إستخدام الفيسبوك خصوصا الجنود كونهم يبتعدون عن الأسرة والأصدقاء لمدة زمنية طويلة ومن أكثر العبارات المؤثرة التي عبرت عن حاجتهم العاطفية للفيسبوك ما يلي :

أبان أحد الجنود على أنه يشعر بالوحدة دوما ويشتاق للفيسبوك

« والله لني نحس روحي وحدي قاع العام وأنا قضيني المونك تع الفيسبوك »

و وضع آخر أنه يشتاق إلى أهله وعائلته خصوصا السهر في تطبيق المسنجر عن طريق مكالمات الفيديو خلال شهر رمضان ما جعله يشعر أنه وحيد ومعزول .

- « توحشت حبابي فاميلتي توحشت القصرات معاهم فالمسنجر بلاكام سيرتو فرمضان

حسيت روحي وحدي قاع آوت ».

والشعور بالوحدة والعزلة نابع من نفس الانسان بحد ذاته . فقد ذهب بعض علماء النفس ومن بينهم روي تشتين وفيليب على أنها تتمثل في اليأس والشعور بالإحباط والاكنتاب والضجر وعدم الصبر واحتقار ونقص الذات . وبالرغم من كل عامل من هذه العوامل يتفاوت عن الآخر باختلاف شعور بسيط , فإنها كلها تعكس الحزن في كون كل إنسان وحيد .<sup>1</sup>

وقد شخص سيلفيان 1954 أحد أسباب الوحدة النفسية بأنها تنشأ عن حاجة الفرد إلى الاتصال أي الحاجة إلى وليف<sup>2</sup>.

وبما أن المبحوثين انتابهم خلال الانقطاع عن الفيسبوك شعور باليأس والاحباط والضجر هذا ما يترجم بالضرورة شعورهم بالوحدة النفسية جراء الحرمان الذي ترجمه فارس بن حمود " أنه يشير إلى طبيعة العلاقات الغائبة وهذا البعد يمكن تقسيمه إلى ثلاثة أبعاد فرعية وهي مشاعر الحرمان المرتبطة بغياب الارتباط الودي و مشاعر الخواء ومشاعر الهجر."<sup>3</sup>

<sup>1</sup>بوشامي عبد المولى ، الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بسمات الشخصية عند الطلبة المقيمين بالحي الجامعي ، تمارست .الجزائر 2013.ص 60

<sup>2</sup>شاحب أحمد ، مذكرة ماستر في علم النفس التربوي أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الشعور بالوحدة النفسية الفيسبوك نموذجاً- دراسة ميدانية على ثانوية ابن الاحرش سعيد . ببلدية الجلفة . ص50.

<sup>3</sup>أفارس بن حمود . الشعور بالوحدة وعلاقته بالسلوك العدوانى ، دار التربية الاجتماعية . مدينة الرياض . 2010 ، ص22

واستنادا على ذلك فإن الوحدة النفسية أو الشعور بالعزلة عند المبحوثين هو نتيجة لمفارقة موقع ارتبطوا به عاطفيا وأنسوه ومما يعرف عن الانسان أنه يحتاج إلى مؤنس يخفف عنه ضغوط الحياة ، خاصة منهم الجنود .

## 2-تأثر العلاقات الاجتماعي:

تأثرت العلاقات الاجتماعية لدى أغلب عينات الدراسة وبالخصوص عند الجيوش بعدما ابتعدوا عن الأسرة والاصدقاء والاهل والاقارب فورد عن البعض منهم :  
أحد الجنود قال أنك تتحدث كلمة أو كلمتين في الهاتف وتتقطع المكالمة لا تشبه على الاطلاق التحدث الممتع عبر الفيس بوك

« تهر معاهم كلمة زوج فتليفون ويكوبي مشي كيما الفيسبوك تهدروا غاية »

وقال آخر أنه فالجيش يشعر أنه وحيد خاصة بدون هاتف وبدون فيس بوك ولا تغطية وكأنه شخص منبوذ.

« فالجيش ني وحدي تحرا بلا تليفون وبلا فيسبوك تحس روحك منبوذ لا ريزو ولا والو »

أما من عينة الطلاب فقد عبر أحد المبحوثين عن اشتياقه لأخيه المغترب في فرنسا خاصة أنه إعتاد التحدث معه أحيانا في مكالمة فيديو الكاميرا .

«خويا راه حراق في فرنسا توحشته دشحال مشفتوش بلاكام كنت نحس روحي ني معاه دروك العكس »

الفيسبوك من أكثر المواقع التي تمثل الحياة لنا ولأغلب الأشخاص سواء كبار أو صغار فهو جزء لا يتجزأ من حياتنا ولا يمكننا الاستغناء عنه فهو يسهل علينا عملية التواصل بين أنحاء العالم وانقطاعها أمس أكد لنا هذا ، من الممكن ان تكون هنالك فئة كبيرة لم تتأثر بهذا الانقطاع أولا لأن مدته لم تكن طويلة وثانيا كان في آخر النهار فمن المحتمل أن يكون هنالك العديد من الأشخاص نائمين في هذه الفترة ولم يشعروا بشيء لكنني متأكد أنه لو امتد هذا الانقطاع فإن الجميع سيتأثر وسيفتقد هذه المواقع كثيرا وستأثر على يومياته<sup>1</sup>.

فاليوم مع تطور تكنولوجيا التواصل فإنه أصبح أيسر على العائلات متابعة أخبار بعضهم البعض عبر مواقع التواصل الاجتماعي ، خاصة وأنها أرخص من نظيراتها الأخرى من وسائل الاتصال المختلفة.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>موقع الشرق. <https://m.al-sharq.com>

<sup>2</sup> شاحب أحمد، مذكرة تخرج الماستر في علم النفس التربوي ، أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الشعور بالوحدة النفسية (الفيسبوك نموذجا ) ، دراسة ميدانية بثانوية ابن الاحرش السعيد ببلدية الجلفة

وضحت دراسة حافظ (2011) تحت عنوان تواصل الجامعي من خلال المواقع الاجتماعية إن تواصل الشباب الجامعي من خلال المواقع الاجتماعية يعد ظاهرة اجتماعية أكثر منها ضرورة وأحدثتها التكنولوجيا الحديثة<sup>1</sup>

دراسة أجرتها جامعة تكساس الأمريكية 2009 أظهرت أن الناس يقبلون على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وفي مقدمتها الفيسبوك بهدف التعبير عن حقيقة شخصياتهم بدلا من رسم صورة مثالية عنها . حيث أنها تشبع لدى معظم المستخدمين حاجاتهم الأساسية لتعريف الآخرين بنفسهم<sup>2</sup>.

### 3-فقدان أصدقاء الفيسبوك :

تأثرت معظم علاقات الصداقة لدى عينة البحث حيث 25 من أصل 30 أجابوا عن سؤال ما إذا ما تأثرت علاقات الصداقة لديهم بالإيجاب حيث قال واحد منهم أن لديه مدة طويلة لم يحدث فيها مع أصدقائه منذ اليوم الذي انقطع عن استخدام الفيس بوك.

«عندي شحال مهدرتش مع صحابي من نهار لي حبست فيسبوك»

ويشعر آخر أنهم أصدقائهم نسوه منذ انقطع عن الفيس بوك .

«غير حبست الفيسبوك نساوني»

حيث بإمكانك من خلال هذه المواقع أن تبحث عن أصدقاء الدراسة أو العمل ممن اختفت أخبارهم بسبب تباعد المسافات أو مشاغل الحياة ، وقد ساعدت هذه المواقع في بعض الحالات عائلات فقدت أبناءها اما بسبب التبنى أو الاختطاف أو الهجرة ، فيتم العثور على الأبناء<sup>3</sup>

أثار ظهور الشبكات التواصل الاجتماعي جدلا حول إيجابية أو سلبية تأثيراتها على العلاقات الاجتماعية بشكل عام وعلاقة الصداقة بشكل خاص ، وقد هدفت دراسة إبراهيم قائد أحمد خالد إلى التعرف على مستوى استخدام الفيسبوك وعلاقته بمستوى الصداقة الواقعية لدى عينة من طلبة الدراسات الجامعية تكونت عينة الدراسة من 200 طالب وطالبة من اليمنيين الدارسين داخل اليمن وخارجه . ولتحقيق أهداف الدراسة أعد الباحث استبانة

<sup>1</sup>عبده حافظ ، تواصل الشباب الجامعي من خلال المواقع الاجتماعية . عمان ، المؤتمر العلمي وسائل الاعلام وأدوات تعبير وتغيير وقسم الصحافة والاعلام وجامعة بترا .

<sup>2</sup>جامعة تكساس ،دراسة بعنوان فيس بوك يكشف الشخصيات على حقيقتها ثم الاسترداد من

id.428198http://computer.akhbwery.com/news.asp ?c=2

<sup>3</sup>المرجع نفسه.

تكونت من 34 فقرة موزعة على محورين هما : استخدام الفيسبوك ومستوى علاقة الصداقة ، وأكدت نتائج الدراسة على وجود إيجابية بين مستوى الصداقة الواقعية ومستوى استخدام الفيسبوك<sup>1</sup>.

### خلاصة :

ما اتضح هنا أن المستخدم يعتاد تواصله بالعديد من الناس في كافة أنحاء العالم والأصدقاء والأهل بوجه خاص عبر موقع الفيس بوك ، فمن المنطقي في انقطاعه عنه أن يتعرض لشعور بالعزلة والوحدة ، وأن تتأثر علاقاته الاجتماعية . فالجميع اليوم يعتمدون على التواصل الإلكتروني عبر المواقع الافتراضية بعيدا عن الطرق القديمة ، أي أنه في حالة حذفك لحسابك الشخصي أو تعطيله فستلاحظ أن العديد من معارفك لا تملك بالضرورة أرقام هواتفهم وستجد فرقا واضحا ما بين التواصل عبر الفيس بوك والاتصال العادي ، وهذا ما لمسناه في تصريحات المبحوثين خلال المقابلات كون التحدث مع الناس عبر شاشة هاتف يكون مريحا وممتعا أكثر و مزايا تبادل الصور وأشرطة الفيديو والرموز التعبيرية.

---

<sup>1</sup>أبراهيم قائد أحمد خالد ، استخدام الفيسبوك ودوره في تكوين علاقات الصداقة لدى عينة من طلبة الدراسات العليا والجامعية ، جامعة محمد الخامس – المغرب 2018 – مجلة جيل العلوم الانسانية والاجتماعية العدد 42 ،صفحة 51.

## النتائج العامة للموضوع المتحصل عليها :

- أفرزت الدراسة الميدانية أن استخدام عينة الدراسة للفيس بوك قبل الانقطاع عنه كان مفرطاً جداً وبشكل مكثف يتجاوز سبع ساعات وأحياناً طيلة الليل بأكمله ، وهذا ما توصلت إليه دراسة لمجلة كلية التربية بجامعة الأزهر لمستوى استخدام طلبة المؤتة لشبكتي الوات ساب والفيس بوك وعلاقاته بكل من البناء القيمي وفعالية الذات الاكاديمية العدد 164 الجزء الأول سنة 2015 ، حيث وصلت نسبة الساعات التي يقضيها الطلبة على الفيس بوك تراوحت ما بين ساعة إلى اثنا عشرة ساعة ، وجاءت النسب المئوية لاستخدام الفيس بوك 16.6% أعلى نسبة لعدد الساعات المتمثلة بثمان ساعات يوميا .
- كما بينت المقابلات أن دوافع واسباب استخدام عينة الدراسة للفيس بوك قبل الانقطاع كان كنتيجة للفراغ والهروب من المشاكل الأسرية ، البطالة بالإضافة إلى البحث عن الوظيفة والتسويق و الرغبة في التواصل مع الأصدقاء والأقارب . كنتيجة مشابهة لما توصلت إليه دراسة الباحثة سعداوي فاطمة الزهراء والدكتور الحاج سعداوي عطية، تحت عنوان مواقع التواصل الاجتماعي وتشكيل القيم الافتراضية لدى الشباب الجزائري كدراسة تحليلية للشباب من مدينة ورقلة و التي وصلت إلى أن أغلبهم يفضلون استخدام موقع الفيس بوك في الفترة الليلية بنسبة 38.33% ، وهذا من أجل التسلية والترفيه عن النفس والتخلص من الروتين والملل والضغوطات التي يشعرون بها طيلة اليوم .
- أما من ناحية الاشباع المحققة من استخدامهم للفيس بوك فتمثلت في تحقيق الوجود الافتراضي وتقدير الذات والحصول على بعض الاهتمام المفقود في الحياة الواقعية ، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة حسني عوض 2012 والتي أسفرت عن وجود درجة مرتفعة لتقدير الذات عند الاناث ، فقد كان الاثر النفسي والاجتماعي للاستخدام واضحا في تعليقات المبحوثين فهو يخفف ضغوطاتهم النفسية ، كما أشارت إليه دراسة مكموريس و ينكرسون 2012 إلى العلاقة بين استخدام

الفييس بوك والتوافق النفسي ومظاهر الصحة النفسية لدى الفرد ، وأن استخدامه بطريقة معتدلة يؤدي إلى مستويات جيدة من التوافق النفسي .

- وكننتيجة مغايرة تماما للدراسات السابقة التي ذهبت نحو اسناد الشعور بالاكنتئاب والوحدة كنتيجة سلبية للاستخدام الفييس بوك نذكر منها دراسة أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارات التواصل و الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الملك فيصل للدكتور محمد عبد المنعم و رشيد اسماعيل الطاهر وزينب عبد الرزاق حيث أكدوا على نقص مهارات التواصل لدى طلاب وشعورهم بالوحدة.

فقد أسفرت دراستنا على أنه من بين أهم الأثار الناجمة عن انقطاع استخدام الفييس بوك هي مشاكل نفسية كالقلق والتوتر والاكنتئاب على الصعيد النفسي، في ظل الاشتياق إليه مما يؤدي بهم إلى استخدامه في السر .

- أما اجتماعيا فقد خلف الانقطاع وفق المستخدمين تأثر علاقاتهم الاجتماعية التواصلية من طرف الأصدقاء والعائلة على نقيض ما أبانت عليه دراسة خليل نزيهة للبحث عن دور العالم الافتراضي في نشر مظاهر الاغتراب ، والتي وصلت إلى أن شبكات التواصل الاجتماعي أدت إلى خلق أفراد منعزلين ومغتربين اجتماعيا.

## خاتمة

لا يمكننا انكار مدى تعلقنا بهواتفنا الذكية وبوجه الخصوص موقع الفيسبوك ، وفي خاتمة هذا البحث العلمي لبد أن نعيد التفكير إلى أي حد وصل بنا التعلق والارتباط بالمواقع الافتراضية حتى أصبحت ضرورة حتمية لبد أن نتواجد في حياتنا وبوجه الخصوص موقع الفيسبوك فأضحى اليوم علاجاً فعالاً للقضاء على الضغوطات النفسية والخجل الاجتماعي ووسيلة ربط بالمجتمع كافة فنحن اليوم نعبر ونشارك ونتحدث دون خوف أو قيود .

في ظل كل هاته المزايا المتعددة للفيسبوك سيصعب علينا خسارة موقع قدم لنا كل شيء بدون مقابل بين ثانية واخرى دون ان نخطط لخسارته ونقرر ذلك، وهذا ما لمسناه في تصريحات المبحوثين فهم يستخدمونه لأنهم بشر ومخلوقات اجتماعية تحتاج طوال الوقت إلى رفقة الآخرين ليزدهروا في الحياة ، وقوة اتصالاتنا ومعارفنا لها تأثير كبير على صحتنا العقلية وسعادتنا ، ويمكن للتواصل عبر الفيسبوك أن يخفف من الاصابة بالتوتر والقلق والاكتئاب ، ويعزز تقدير الذات ويوفر الراحة والسعادة ،ويمنع الشعور بالوحدة .

التواصل مع العائلة والأصدقاء في جميع أنحاء العالم بالصوت والصورة وهذا الأمر يجنبك الشعور بالوحدة ، البحث عن أصدقاء ومجتمعات جديدة والتواصل مع أشخاص لديهم نفس الاهتمامات او الطموحات بالإضافة إلى زيادة الوعي وتقدير الذات كل هذا يساهم في التخلص من الملل والروتين المستمر فيمكن لشريط قصير من الفيديو على الفيسبوك أن ينسيك كربة ما ويرفع مزاجك أو يزرع الابتسامة على تغرك كأقصى درجة من التأثير عليك.

والانقطاع الاضطراري أو الغير المخطط له يمكن أن يسبب لك الانزعاج ، التعب ، التفكير ، الرغبة في التخفي واستخدام الفيسبوك في السر ، الاشتياق والحنين إلى الأصدقاء ، و الرغبة المتزايدة في تلقي المعلومات أي بمعنى آخر ستشعر أنك منبوذ في عالم بعيد كل البعد عن مركز العالم ككل .

كل هذا يثبت وجود علاقة طردية ما بين الانقطاع عن استخدام الفيس بوك وتشكل آثار نفسية واجتماعية لدى عينة الدراسة سواء الجنود في الجيش أو طلاب البكالوريا وهذا يرشدنا نحو ضرورة مراجعة خطورة استخداماتنا المكثفة للمواقع الالكترونية والتوجه نحو الاستخدام العقلاني و الانشغال بأمور أخرى أكثر نفعاً ووضع حدود للتعلق الزائد بالعالم الافتراضي . إلى هاته النقطة نصل لنهاية موضوعنا هذا نتمنى أن نكون قد وصلنا لنتائج مهمة وأن نكون قد وفقنا في انجاز هذا العمل المتواضع .

## قائمة المصادر والمراجع

### - مذكرات التخرج :

- مشروع بحثي للحصول على درجة الماجستير في علوم الاجتماع بعنوان :أثر استخدام شبكات التواصل الالكترونية على العلاقات الإجتماعية -الفيسبوك والتويتر نموذجاً،الطالبة حنان بنت شعشوع الشهري ، إشراف الدكتورة أميرة بنت يوسف بدري، الفصل الدراسي الأول 1433 هـ \_ 1434هـ.
- مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم الاعلام والاتصال تخصص اتصال وعلاقات عامة الطالب كاتب فارس والطالبة عقون دنيا، إشراف زياد إسماعيل ، السنة الجامعية ،2016/2015، عنوانه :أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على سلوك الشباب الجزائري .دراسة وصفية مسحية على عينة من شباب أم البواقي .
- شاهين هبة ، استخدام الجمهور المصري للقنوات التلفزيونية المحلية والدولية : الدوافع والاشباكات ، رسالة دكتوراه ، جامعة الازهر ،مصر .
- د. الحمصي رولا ، إيمان الانترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات الاتصال الاجتماعي دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق ، رسالة ماجستير ، جامعة دمشق .2008.
- مكاوي حسن عماد ، دوافع تعرض المشاهد المصري للقنوات الفضائية ، رسالة دكتوراه ، جامعة المنيا ،المنيا ، 2000 .
- الرشيد اسماعيل الطاهر ، أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارات التواصل و الشعور بالوحدة النفسية لدى طالبة جامعة الملك فيصل .
- د. رياض زروقي ، الاستخدامات الترفيهية في شبكات التواصل الاجتماعي. دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفيسبوك . طلبة محمد خيضر ، بسكرة ، نموذجاً ، 2021.
- ابراهيم قائد أحمد خالد ، استخدام الفيسبوك ودوره في تكوين علاقات الصداقة لدى عينة من طلبة الدراسات العليا والجامعية ، جامعة محمد الخامس - المغرب 2018 - مجلة جيل العلوم الانسانية والاجتماعية العدد 42 .

- شاحب أحمد ،مذكرة تخرج الماستر في علم النفس التربوي ، أثر إستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الشعور بالوحدة النفسية (الفيسبوك نموذجا ) ، دراسة ميدانية بثانوية ابن الاحرش السعيد ببلدية الجلفة
- عبده حافظ ، تواصل الشباب الجامعي من خلال المواقع الاجتماعية . عمان ، المؤتمر العلمي وسائل الاعلام وأدوات تعبير وتغيير وقسم الصحافة والاعلام وجامعة بترا .
- بوشامي عبد المولى ، الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بسمات الشخصية عند الطلبة المقيمين بالحي الجامعي ، تمناست .الجزائر 2013.
- شاحب أحمد ، مذكرة ماستر في علم النفس التربوي أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الشعور بالوحدة النفسية الفيسبوك نموذجا -دراسة ميدانية على ثانوية ابن الاحرش سعيد . ببلدية الجلفة .
- وقى رياض ، الاستخدامات الترفيهية في شبكات التواصل الاجتماعي ،دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفيسبوك ، طالبة جامعة محمد خيضر .بسكرة
- **كتب ومجلات :**
- - حسن مكايي ، ليلي السيد ، الاتصال ونظرياته المعاصرة ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، الدار المصرية اللبنانية .
- - مشري مرسي شبكات التواصل الاجتماعي الرقمية نظرة في الوظائف مجلة المستقبل العربي ، لبنان ، العدد 395 ، يناير 2012 .
- أحمد بن مرسلي ، مناهج البحث العلمي في علوم الاعلام والاتصال ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، ط2 .
- رجاء محمود أبو علام مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، جامعة القاهرة، دار النشر للجامعات مصر،.01/01/2014.
- محمد سرحان علي المحمودي، مناهج البحث العلمي، صفحة 56. بتصرّف
- عبد الأمير الفيصل، دراسات في الاعلام الالكتروني ،دار الكتاب الجامعي للنشر والتوزيع ،الإمارات ،2014.

- صالح خليل الصقور ،الإعلام ،التنشئة الاجتماعية ،دار أسامة للنشر والتوزيع ، الأردن ، 2012.
- رضا أمين ، النظريات العلمية في الإعلام الإلكتروني ، قسم الصحافة والاعلام بجامعة الأزهر ، 13 سبتمبر 2013.
- رافي جريتا ، هرج بروكس، وسائل التواصل الاجتماعي وتأثيرها على المجتمع ، (ترجمة عاصم عبد الفتاح):، المجموعة العربية للتدريب والنشر، ب 2017.
- <sup>1</sup>ليندا كولز ، التسويق عبر وسائل التواصل الاجتماعي، (ترجمة أحمد المغربي)، دار الفجر للنشر والتوزيع ،القاهرة، مصر، 2016.
- القاموس المحيط ،لسان العرب .
- الألفاظ الفقهية (1,321)، معجم لغة الفقهاء .
- معجم لغة الفقهاء ،فتح المغيـث.
- <sup>1</sup>معجم اللغة العربية بالقاهرة، ابراهيم مصطفى، أحمد زيات، حامد بن قادر، محمد النجار
- حسان أحمد قمحية ، الفيسبوك تحت المجهر ،دار النخبة ، الطبعة الأولى 2017.
- .وائل مبارك خضر فضل الله ، أثر الفيسبوك على المجتمع ، مدونة شمس النهضة ، 20 نوفمبر 2010 .
- فارس بن حمود . الشعور بالوحدة وعلاقته بالسلوك العدواني ، دار التربية الاجتماعية . مدينة الرياض . 2010 .
- -مواقع الكترونية :
- الموقع الرسمي لقناة الجزيرة ،<https://www.aljazeera.net>
- Mary Bellis (6-2-2020), "The History of Facebook and How It Was Invented" [www.thoughtco.com](http://www.thoughtco.com), Retrieved 3-5-2021. Edited. ترجمة جرار
- <sup>1</sup>المهندس أمجد قاسم ، التربية والثقافة ، منهجية البحث العلمي، 2021/05/6، موقع الكتروني أفاق علمية وتربوية.

- http://faculty.ksu.edu.sa › lyntDOC موقع إلكتروني doc,,18/01/2022,14 :21
- http:// legerman-dw.com موقع ، مراجعة محمد مزياني ، توفيق بو قاعدة ،
- الاعلامية دينا جوني ، 67% من الشباب يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي للعثور على فرصة عمل ، موقع صحيفة الاتحاد الإلكتروني :  
2012 أريفة أكتوبر 2012 ،  
الوفاي الطيب و بهلول لطيفة: البطالة في الوطن العربي أسباب وتحديات،
- http://www.kankji.com/figh/fhles//c.d/7830/doc2013/3/12h
- -د. سامي ، 21/10/2020 ، https : // coreiten.com/article/10, سامي ،  
عشرة أسباب تجيب عن لماذا نستخدم الفيسبوك بشكل دائم ، 2021/10/21
- سها ديوب ، سيكولوجية الفيس بوك ، 13 نوفمبر 2020 . https : // arageek.com/tech
- Samuel ebersole 2000 ,use and gratifications of the web among students<sup>1</sup>
- Elise Morena (19.11.2018) « the prose and cons of social networking » , [www.lifewire.com](http://www.lifewire.com) , Retrieved (7.4.2019.) Edited.
- <sup>1</sup>مقال علمي ، د . صالح عثمان ، لماذا يستخدم الناس الفيس بوك ، أكاديمية بالعقل نبدأ . لموقع : http : // mashroo3na.com.
- صلاح عثمان لموقع بالعقل نبدأ ، جامعة المنوفية ، لماذا يستخدم الناس الفيسبوك؟  
https:// mashroo3na.com
- موقع العربية الإلكتروني <https://www.alarabiya.net>
- موقع الرأي ، د نداء صالح الشناق ، الاثنين 2020/12/21 ، 12:00 ، http:// alrai.com<article

- <sup>1</sup>استشارية الصحة النفسية د. سحر طلعت ، هل يؤدي الفيسبوك للاكتئاب ،  
google.com/amp/s//www.sehatok.com. موقع صحتك دليلك لحياة

صحية

- جامعة تكساس ،دراسة بعنوان فيس بوك يكشف الشخصيات على حقيقتها ثم  
الاسترداد من

id.428198http://computer.akhbwery.com/news.asp ?c=2

الملاحق

## أسئلة المقابلة

بسم الله الرحمن الرحيم.

تأتي هذه المقابلة ضمن هدف علمي غايته البحث عن الآثار التي يخلفها الانقطاع عن استخدام الفيسبوك والتعمق في ما قد تسببه من عواقب نفسية واجتماعية.

البيانات الشخصية:

عينة الدراسة:

طالب بكالوريا :

جندي في الجيش:

رقم المبحوث:	الجنس:
السن:	الحالة الاجتماعية:

أسئلة المقابلة:

السؤال الأول: لماذا انقطعت عن استخدام الفيسبوك ؟

الإجابة.....

.....

السؤال الثاني: قبل انقطاعك الحالي عن استخدام الفيسبوك كم تحدد الفترة التي كنت

تقضيها في استخدامه خلال اليوم الواحد؟

الإجابة.....

.....

السؤال الثالث : لماذا كنت تستخدم الفيسبوك؟

الإجابة.....

.....

السؤال الرابع : هل تشعر أنك متعلق بالفيس بوك؟

الإجابة.....

السؤال الرابع: من منظورك الخاص هل يساهم الفيسبوك في تخفيف ضغوطاتك النفسية اليومية خلال تصفحك إياه؟

الإجابة.....

السؤال الخامس: هل يساهم الفيسبوك في تقوية علاقتك الاجتماعية؟ هل قوى علاقتك مع أسرته؟ أقاربك؟ أصدقائك؟

الإجابة.....

السؤال السادس : بعد الانقطاع عن استخدام الفيسبوك هل تواجه صعوبة في التأقلم؟

الإجابة.....

السؤال السابع: ما الذي اختلف بين استخدامك للفيسبوك وانقطاعك عنه؟

الإجابة.....

السؤال الثامن: هل ترى أن علاقاتك الاجتماعية قد تأثرت مع توقفك لاستخدام الفيسبوك؟

الإجابة.....

السؤال التاسع : هل لازالت علاقتك مع عائلتك هي نفسها مقارنة بفترة تواصلك معهم عبر الفيسبوك؟

الإجابة.....

السؤال العاشر: هل لازال هنالك تواصل مع أصدقائك خارج نطاق الفيسبوك أم أنها انعدمت كلياً؟.

الإجابة.....

السؤال الحادي عشر : كيف أثر عليك الانقطاع عن الفيسبوك من الجانب النفسي؟  
هل تشعر بالتوتر ؟ هل تشعر بالحنين؟

الإجابة.....

السؤال الثاني عشر : هل ينتابك شعور بالعزلة حاليا ؟

الإجابة.....

السؤال الثالث عشر: هل تختلس أحيانا وتستخدم الفيسبوك خفية؟

الإجابة.....

السؤال الخامس عشر: بالنظر إلى هذا كله ، هل ترى ان استخدام موقع الفيسبوك ضرورة أساسية في حياتك؟.

الإجابة.....

والله ولي التوفيق.

تحت إشراف :

د.كويبي حفصة

طالبة : مزارى كوثر خيرة.