جامعة عمار ثليجي الأغواط

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الإسلامية والحضارة

قسم الإعلام والاتصال

الموضوع:

استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف النقال وعلاقتها بالاغتراب النفيسي لدى الطلبة الجامعيين

دراسة ميدانية على عينة من طلبة الماستر بقسم الاعلام والاتصال

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

تخصص :اتصال وعلاقات عامة

من إعداد الطالبين:

- خرصي فريال
- بن السايح إكرام

إشراف الأستاذ الدكتور:

عطاءالله طريف

الاسم واللقب	الرتبة	الصفة
حسين شربالي	دكتور	رئيسا
عطاءالله طريف	أستاذ الدكتور	مشرفا ومقررا
شريف داودي	دكتور	ممتحنا

الموسم الجامعي: 2024 –2025

جامعة عمار ثليجي الأغواط
كلية العلوم الإنسانية
قسم علوم الاعلام والاتصال

الإذن بإيداع النسخة النهائية لمدكرة الماستر

نحن الأستاذ: أ.د/ عطاء الله صريف ..... المشرف على إعداد مدكرة الماستر

المعنونة ب: استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف النقال وعلاقتها بالاغتراب لدى الشباب .....

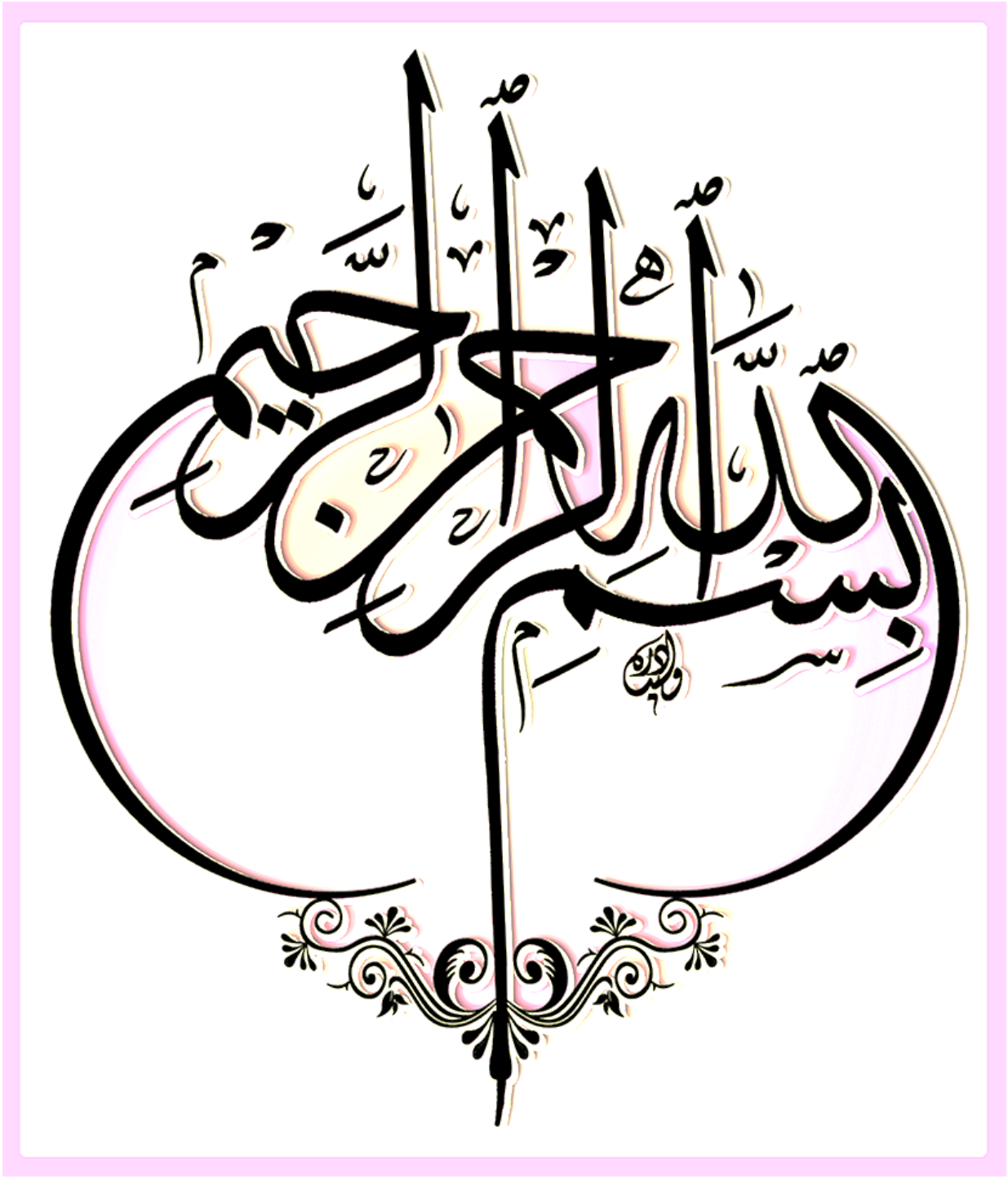
من إعداد الطالب(ة) : عبد الجليل حزمي والطالب (ة) عبد الكريم بن السايح

من قسم: الاعلام والاتصال تخصص: اتصال وعلاقات عامة

وبعد الاطلاع على النسخة النهاية لمدكرة الماستر والتأكد من انجاز التعديلات والتصحيحات المطلوبة من طرف لجنة التقييم، والتأكد من احترام الضوابط والشكليات المطلوبة، نسمح (للطالب / الطالبة، للطالبين/ الطالبتين) بإيداع النسخة النهائية لمدكرة الماستر على مستوى مكتبة الكلية.

حرر بتاريخ 25/12/13

إمضاء الأستاذ المشرف


بسم الله الرحمن الرحيم

2025

شكر وعرفان

نتوجه بالشكر لله على ما أعطانا من نعم وقدرة وصبر وتوفيق لإنجاز هذا العمل.

والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء شفيع الأمة يوم القيامة.

كما لا يفوتنا أن نتوجه بخالص الشكر والإمتنان وفائق الإحترام والتقدير للأستاذ الدكتور المحترم عطاء الله طريف "لقبوله الإشراف على هذا العمل وعلى ما قدمه لنا من توجيه وإرشاد وتخصيص جزء من وقتها وجهدها لمتابعة هذا العمل.

كما نتوجه بالشكر أيضا إلى لجنة المناقشة على قبولها مناقشة هذا العمل وإلى أساتذتنا المحترمين الذين رافقونا طوال مشوارنا الدراسي

وأخيرا نتقدم بالشكر إلى كل من أهدانا بيد العون من قريب أو من بعيد بإنجاز هذا العمل.

فريال و إكرام

الإهـــــداء

بسم الله الرحمان الرحيم

﴿وَآخِر دَعْوَاهمْ أَنِ الْحَمْد لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾

صدق الله العظيم

فلله الفضل وله الحمد ، ماكنت لأختم مسيرتي هذه لولا فضل الله، فالحمد لله عند البدء وعند الختام ، الحمد الله ما انتهى درب ولا ختم جهد ولا تم سعي إلا بفضله الحمد لله على التمام والكمال وعلى لذة الإنجاز .

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة ونصح الأمة .. نبي الرحمة ونور للعالمين

"سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم "

.لحمد لله حبا و شكرا و إمتنانا، ما كنت لأفعل هذا لولا فضل الله، فالحمد لله دائما و أبدا

إلى الذي زين أسمي بأجمل الألقاب، من دعمني بلا حدود و أعطاني بلا مقابل إلى من علمني أن الدنيا كفاح و سلاحها العلم و المعرفة إلى من غرس في روحي مكارم الأخلاق داعمي الأول في مسيرتي ملاذي بعد الله

"إلى فخري و إعتزازي "والدي

إلى جنتي، و بهجة روحي و مسكنها، من إحتضنني قلبها قبل يدها، و سهلت لي الصعاب بدعائها الخفي ملاذي و حبيبة قلبي الى الغالية أمي.

.إلى من قيل فيهم ستشد عضدك بأخيك إلى من مد يده دون كلل ولا ملل أخي أدامك الله ضلعا ثابتا

إلى ضلعي الثابت إلى من شددت عضدي بيهم فكانو لي ينابيع أرتوي منها إلى خيرة أيامي و صفوتها أخواتي.

و ختاما من جعل الحمد خاتمة النعم، جعلها الله فاتحة المزيد،

ثم الحمدلله

فـــــريال

الإهـــــداء

بسم الله الرحمان الرحيم

﴿وَآخِر دَعْوَاهمْ أَنِ الْحَمْد لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾

صدق الله العظيم

فلله الفضل وله الحمد ، ماكنت لأختم مسيرتي هذه لولا فضل الله، فالحمد لله عند البدء وعند الختام ، الحمد الله ما انتهى درب ولا ختم جهد ولا تم سعي إلا بفضله الحمد لله على التمام والكمال وعلى لذة الإنجاز .

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة ونصح الأمة .. نبي الرحمة ونور للعالمين

"سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم "

.لحمد لله حبا و شكرا و إمتنانا، ما كنت لأفعل هذا لولا فضل الله، فالحمد لله دائما و أبدا

إلى الذي زين أسمي بأجمل الألقاب، من دعمني بلا حدود و أعطاني بلا مقابل إلى من علمني أن الدنيا كفاح و سلاحها العلم و المعرفة إلى من غرس في روحي مكارم الأخلاق داعمي الأول في مسيرتي ملاذي بعد الله

"إلى فخري و إعتزازي "والدي

إلى جنتي، و بهجة روحي و مسكنها، من إحتضنني قلبها قبل يدها، و سهلت لي الصعاب بدعائها الخفي ملاذي و حبيبة قلبي الى الغالية أمي.

.إلى من قيل فيهم ستشد عضدك بأخيك إلى من مد يده دون كلل ولا ملل أخي أدامك الله ضلعا ثابتا

إلى ضلعي الثابت إلى من شددت عضدي بيهم فكانو لي ينابيع أرتوي منها إلى خيرة أيامي و صفوتها أخواتي.

و ختاما من جعل الحمد خاتمة النعم، جعلها الله فاتحة المزيد، ثم الحمدلله.

إكـــــــرام

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة:

جاءت الدراسة بعنوان "استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف وعلاقتها بالاغتراب النفسي للطلبة الجامعيين"، وانطلقت من إشكالية مفادها: إلى أي مدى يسهم الاستخدام المتكرر لشبكة الفايسبوك في تنمية مشاعر الاغتراب النفسي لدى طلبة العلوم الإنسانية؟ وكيف تتجلى هذه العلاقة من خلال أنماط الاستخدام وأبعاده النفسية والاجتماعية؟، بهدف التعرف على مدى مساهمة الاستخدام المتكرر للفيسبوك في تعميق الشعور بالاغتراب النفسي لدى الطلبة، والكشف عن أبعاده النفسية والاجتماعية. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وتم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات، وطبقت على عينة من طلبة الماستر بقسم الإعلام والاتصال بكلية العلوم الإنسانية والإسلامية والحضارة بجامعة عمار ثليجي بالأغواط، والبالغ عددهم 100 طالب (50 طالبة و50 طالبًا).وقد توصلت الدراسة إلى النتائج النهائية التالية:

- أن الاستخدام المكثف والمتكرر لشبكة الفايسبوك يسهم في تنمية مشاعر الاغتراب النفسي لدى الطلبة.
- تظهر العلاقة بين الاستخدام والاغتراب من خلال أنماط التفاعل الافتراضي وضعف العلاقات الواقعية.
- يرتبط ارتفاع مدة ودوافع الاستخدام بزيادة حدة الشعور بالاغتراب النفسي.
- وجود ضعف في الوعي بخطورة هذا الشعور بين أفراد العينة.
- ينعكس الاغتراب في صور أبرزها: العزلة، التهميش، فقدان الانتماء، وتضاؤل التفاعل الاجتماعي الواقعي.

Study Summary

The study was titled "The Use of Social Media via Mobile Phones and Its Relationship with Psychological Alienation among University Students." It stemmed from the central question: *To what extent does frequent use of Facebook contribute to the development of psychological alienation among students in the humanities? And how is this relationship manifested through usage patterns and its psychological and social dimensions?* The study aimed to explore the extent to which repeated use of Facebook contributes to deepening feelings of psychological alienation among students and to identify the relationship between usage and its psychosocial effects.

The study adopted the descriptive method, using a questionnaire as the data collection tool, and was conducted on a sample of Master's students from the Department of Media and Communication, Faculty of Humanities, Islamic Studies, and Civilization at Amar Telidji University of Laghouat, totaling 100 students (50 male and 50 female).The study reached the following final results:

- Intensive and frequent use of Facebook contributes to increasing feelings of psychological alienation among students.
- The relationship appears through virtual interaction patterns and weakened real-life relationships.
- Higher usage duration and motivations are associated with more intense feelings of alienation.
- Students show limited awareness of the risks related to psychological alienation.
- Alienation is manifested in forms such as isolation, marginalization, lack of belonging, and reduced real-life social interaction.

الفهارس

فهرس المحتويات:

المحتوى	الصفحة
البسملة	
تشكرات	
اهداءات	
ملخص الدراسة	
فهرس المحتويات	
فهرس الجداول	
الإطـــــار العام والمنهجي للدراس	
مقدمة:	12
إشكالية الدراسة:	13
تساؤلات الدراسة:	14
تحديد المفاهيم والمصطلحات	15
أهداف الدراسة:	17
أهمية الدراسة	18
نوع الدراسة:	18
منهج الدراسة:	18
مجالات الدراسة	19
مجتمع الدراسة وعينته:	19
أدوات الدراسة	20
الدراسات السابقة :	21
الفصل الأول **شبكات التواصل الاجتماعي**	
المبحث الأول: مدخل إلى شبكات التواصل الاجتماعي	24
المطلب الأول: مفهوم شبكات التواصل الاجتماعي ونشأتها	24
المطلب الثاني: خصائص واستخدامات شبكة الفايسبوك	26
المطلب الثالث: التأثيرات النفسية والاجتماعية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي	28
الفصل الثاني: **الإغتراب النفسي عند الطلبة الجامعيين**	
الفصل الثاني: الاغتراب النفسي عند الطلبة الجامعيين	33
المطلب الأول: مفهوم الاغتراب النفسي وأبعاده	33
المطلب الثاني : مظاهر وأسباب الاغتراب النفسي	34

المطلب الثالث: العلاقة بين الوسائط الاجتماعية والاغتراب النفسي	36
المبحث الثاني: النظريات المفسرة للعلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي	39
المطلب الأول: نظرية الاستخدامات والإشباعات	39
المطلب الثاني: نظرية المقارنة الاجتماعية	40
المطلب الثالث: نظرية التفاعل الرمزي	42
الفصل الثالث: الدراسة الميدانية للدراسة	
المبحث الأول: نتائج الدراسة الميدانية	45
المطلب الأول : عرض ومناقشة نتائج صحيفة الاستبيان	45
المطلب الثاني: عرض ومناقشة نتائج محاور الدراسة	65
المطلب الثالث: الاستنتاج العام للدراسة	68
خاتـمة	71
قائمة المراجع	74
الملاحق	..

فهرس الجداول:

الجدول	الصفحة
الجدول 01: يمثل متغير الجنس لأفراد العينة	45
الجدول رقم 02: يمثل متغير السن	46
الجدول رقم 03: يمثل مكان إقامة المبحثين	47
الجدول رقم04: استخدام مواقع التواصل حسب مكان الاقامة	48
الجدول رقم 05: يمثل العلاقة بين الفترة الزمنية لاستخدام الفايسبوك والوقت اليومي المستغرق فيه	49
الجدول رقم 06: يمثل العلاقة بين الجنس واستخدام الفايسبوك للتواصل مع الاخرين ومتابعة ما يحدث في المجتمع	51
الجدول رقم 07: استخدام الفايسبوك للاطلاع على منشورات ادارة قسم الاعلام والاتصال وروابط الكتب والمجلات والتظاهرات العلمية حسب مكان الاقامة	52
الجدول رقم 08: استخدام الفايسبوك للاطلاع على المحتويات الترفيهية للتسلية وتغطية الفراغات والقضاء على العزلة والوحدة وتحسين المزاج حسب الجنس	53
الجدول رقم09: يمثل توزيع آراء المبحوثين حول شعورهم بالغربة وسط اصدقائهم على الفايسبوك وعلاقته بشعور عدم الانتماء الى المجموعة من خلال استخدام الفايسبوك	55
الجدول رقم10: يمثل توزيع آراء المبحوثين حول شعورهم بالوحدة رغم وجودهم على الفايسبوك، وعلاقته باستخدامهم الكثيف لهذه المنصة	56
الجدول رقم 11: يمثل العلاقة بين ميل المبحوثين الى مقارنة أنفسهم بالآخرين بسبب استخدام الفايسبوك، وميلهم الى متابعة حياة الآخرين أكثر من مشاركتهم الخاصة	57
الجدول رقم 12: يمثل توزيع آراء المبحوثين حسب الجنس حول تفضيل التفاعل على الفايسبوك بدل اللقاء في الواقع	58
الجدول رقم 13: يمثل العلاقة بين شعور المبحوثين بالعزلة عن ذواتهم بسبب استخدام الفايسبوك، ومدى اعتمادهم على العالم الافتراضي اكثر من الواقعي	59
الجدول رقم 14: يمثل العلاقة بين ملاحظة المبحوثين لتغير سلبي في حالتهم النفسية بعد قضاء وقت طويل على الفايسبوك، وادراكهم ان الاستخدام المفرط لهذه المنصة قد يسبب العزلة النفسية	60
الجدول رقم 15: يمثل العلاقة بين شعور المبحوثين بضرورة تقليص استخدام الفايسبوك حفاظا على التواصل الحقيقي ووعيهم بخطورة العالم الافتراضي والانغماس فيه	62
الجدول رقم 16: يمثل العلاقة بين الشعور بالاغتراب وتأثيره على المستوى الدراسي والتركيز	63

الإطـــــــار العام

والمنهجي للدراس

1- مقدمة :

شهد العالم خلال العقود الأخيرة تحولا جذريا في بنية الاتصال الإنساني، تجسّد في الانتقال من الأشكال التقليدية للتواصل إلى أنماط رقمية أكثر سرعة وانتشارا وعالمية. فمع التطور التكنولوجي المتسارع، وبروز شبكة الإنترنت كأداة محورية في الحياة اليومية، أصبحت شبكات التواصل الاجتماعي جزءا لا يتجزأ من الثقافة المعاصرة، بل وأحد المؤثرات العميقة في تشكيل الوعي الجمعي والذاتي على حدّ سواء. في هذا السياق، برزت منصة "فايسبوك" كأحد أكثر الفضاءات الرقمية استخداما وانتشارا، وقد تجاوز دورها مجرد كونها أداة للتسلية أو تبادل الأخبار، لتتحول إلى ساحة افتراضية معقدة تعاد فيها صياغة الهوية، تبنى فيها العلاقات، وتختبر من خلالها مشاعر الانتماء، التقدير، والقبول الاجتماعي.

لكن هذا التمدد الرقمي في حياة الإنسان لم يكن دون تبعات. فقد ترافق مع تحولات عميقة في أنماط التفاعل النفسي والاجتماعي، حيث بدأت تظهر مؤشرات على نوع جديد من "الوحدة المعاصرة"، لم تعد مرتبطة بالعزلة المادية بقدر ما صارت انعكاسا لانفصال داخلي أعمق. فالمفارقة التي تطرحها شبكات التواصل هي أن الإنسان قد يكون "محاطا" افتراضيا بالآلاف من الأصدقاء والمتابعين، لكنه في الوقت ذاته يشعر بفراغ وجداني، بعدم الانتماء، وبنوع من "اللاجدوى" الوجودية. وهذا ما يطلق عليه في الأدبيات النفسية والاجتماعية بمفهوم الاغتراب النفسي، الذي يتجاوز العزلة الاجتماعية إلى شعور عميق بالانفصال عن الذات، عن المجتمع، وعن منظومة القيم والمعنى.

ويزداد هذا التوتر وضوحا لدى فئة الشباب الجامعي، الذين يعدون من أكثر الفئات استخداما لشبكات التواصل، وفي الوقت نفسه من أكثرهم حساسية نفسية وسوسيولوجية. وتكتسب الظاهرة أبعادا أكثر تعقيدا لدى طلبة العلوم الإنسانية تحديدا، بالنظر إلى طابع تكوينهم الأكاديمي الذي يدفعهم إلى التساؤل حول الذوات، الهويات، والأنظمة الرمزية المحيطة بهم. هؤلاء الطلبة، إذ يتنقلون بين الفضاء الواقعي والافتراضي، يعيدون تشكيل علاقاتهم بالآخر وبأنفسهم، ويختبرون مشاعر متضاربة من الانتماء والاغتراب، من الظهور والتلاشي، من التعبير والكمون.

إن الاستخدام المكثّف لشبكة الفايسبوك، بما توفره من واجهات لصياغة الذات والتفاعل الاجتماعي، قد يفتح المجال أمام ما يعرف بـ"الاغتراب الرقمي"، الذي تبنى فيه الهوية على أساس القبول الاجتماعي الظاهري، ويقاس فيه التقدير الذاتي بعدد الإعجابات والتعليقات، وتتراجع فيه العلاقات الإنسانية إلى مستوى الأداء التواصلي القصير والمجزأ. في هذا الإطار، يصبح من المشروع التساؤل حول الوظيفة النفسية والاجتماعية التي تلعبها

هذه المنصة، وعما إذا كانت تسهم في تعزيز الشعور بالارتباط والانخراط، أم على العكس تكرّس أشكالا جديدة من الانفصال والتشيّؤ.

من هنا، تتأسس أهمية هذا البحث الذي يسعى إلى استكشاف العلاقة بين استخدام الفايسبوك ومظاهر الاغتراب النفسي لدى عينة من طلبة العلوم الإنسانية، بالنظر إلى تأثير هذه المنصة في تشكيل التصورات الذاتية والاجتماعية، وتحديد الكيفيات التي تؤثر بها في أبعاد الاغتراب المختلفة، سواء تعلق الأمر بالهوية، الانتماء، المعنى، أو التفاعل مع الواقع المحيط.

2- إشكالية الدراسة:

تعتبر شبكات التواصل الاجتماعي، وخاصة الفايسبوك، من الأدوات الرقمية التي فرضت نفسها بشكل كبير في حياة الأفراد في العصر الحالي، خاصة في أوساط الشباب الجامعي. فقد باتت هذه الشبكات جزءًا أساسيًا من الروتين اليومي لطلبة الجامعات، حيث يستخدمونها في العديد من الأغراض التي تتراوح بين التواصل الاجتماعي والترفيه، وصولا إلى تبادل المعرفة والمعلومات. ومع التزايد المطرد في استخدام هذه الشبكات، تزايدت أيضًا التساؤلات حول الآثار النفسية والاجتماعية لهذا الاستخدام، خاصة في ما يتعلق بمظاهر مثل الاغتراب النفسي والانسحاب الاجتماعي.

إن مفهوم "الاغتراب النفسي" يشير إلى حالة من العزلة والشعور بالانفصال عن المجتمع أو من حول الشخص، وهو شعور قد يتأثر بشكل كبير بالتفاعلات الاجتماعية الافتراضية التي تتيحها شبكات التواصل الاجتماعي. قد يساهم الاستخدام المستمر لهذه الشبكات في تعزيز مشاعر الوحدة والعزلة الداخلية لدى الأفراد، مما يؤدي إلى شعورهم بالعجز عن التفاعل بشكل كامل مع محيطهم الواقعي. كما أن "الانسحاب الاجتماعي"، الذي يتمثل في تراجع مستوى التفاعل الاجتماعي مع الأفراد من حول الشخص، قد يكون نتيجة حتمية للاعتماد المفرط على هذه الشبكات في بناء العلاقات الاجتماعية، مما يقلل من الحاجة إلى التواصل المباشر وجهًا لوجه.

على الرغم من وجود العديد من الدراسات التي تناولت تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على سلوكيات الأفراد، فإنَّ التركيز على العلاقة بين استخدام الفايسبوك وتلك الظواهر النفسية والاجتماعية لا يزال محدودًا، خاصة في السياق الجزائري. ففي هذا السياق، يعد استخدام الفايسبوك بين طلبة الجامعات الجزائرية تجربة فريدة ترتبط بثقافة اجتماعية معينة، حيث يعد هذا الاستخدام جزءًا من التفاعل اليومي مع العالم الرقمي. لكن في نفس

الوقت، تظل الكثير من الأسئلة حول تأثير هذه الشبكات على الصحة النفسية للمستخدمين الشباب في الجزائر، ولا سيما في ما يتعلق بمظاهر مثل الاغتراب النفسي، والانسحاب الاجتماعي، والشعور بالوحدة.

الأسئلة التي تطرحها هذه الدراسة تتمحور حول كيفية تأثير الاستخدام المستمر لشبكة الفايسبوك على مشاعر الاغتراب النفسي والانسحاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين. هل يساهم التفاعل الافتراضي في خلق نوع من العزلة النفسية، أم أنه يشكل وسيلة تواصل فعالة تساعد على التفاعل الاجتماعي؟ ما هي العوامل التي قد تساهم في تكريس هذه الظواهر النفسية والاجتماعية بين الشباب الجامعي؟ وهل هناك علاقة واضحة بين مستوى الاستخدام اليومي للفايسبوك وتزايد مشاعر الاغتراب النفسي؟

من خلال تسليط الضوء على هذه التساؤلات، تهدف الدراسة إلى تقديم إجابات علمية مدعومة بالبيانات التي سيتم جمعها من عينة من طلبة جامعة الأغواط، وذلك بهدف رسم صورة دقيقة حول تأثير استخدام الفايسبوك على الاغتراب النفسي والانسحاب الاجتماعي في سياق الجامعات الجزائرية. كما تسعى الدراسة إلى تقديم توصيات يمكن أن تساعد في توجيه السياسات التعليمية والنفسية في الجامعات لتقليل الآثار السلبية المحتملة لاستخدام الشبكات الاجتماعية.

إذن، تكمن إشكالية هذه الدراسة في محاولة فهم العلاقة بين الاستخدام المفرط لشبكة الفايسبوك والشعور بالاغتراب النفسي والانسحاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين في الجزائر، وكيف يمكن لهذه الظواهر أن تؤثر على جودة الحياة الاجتماعية والنفسية للطلاب، وبالتالي على أدائهم الأكاديمي.

وانطلاقا من هذا الإطار النظري والسياق الاجتماعي المعقد، تبرز الإشكالية الأساسية لهذا البحث التالية: إلى أي مدى يسهم الاستخدام المتكرر لشبكة الفايسبوك في تنمية مشاعر الاغتراب النفسي لدى طلبة العلوم الإنسانية؟ وكيف تتجلى هذه العلاقة من خلال أنماط الاستخدام وأبعاده النفسية والاجتماعية؟

3- تساؤلات الدراسة:

انطلاقا من الإشكالية المطروحة، يمكن تفريعها إلى مجموعة من التساؤلات الفرعية التي توجه مسار البحث، وهي:

1. ماهي عادات وأنماط استخدام طلبة العلوم الإنسانية لموقع الفاسبوك؟
2. ماهي دوافع استخدام طلبة العلوم الإنسانية لموقع الفاسبوك؟
3. ما مدى ارتباط معدل استخدام طلبة العلوم الإنسانية لموقع الفاسبوك ؟
4. هل يدرك طلبة العلوم الإنسانية خطورة الشعور بالاغتراب من خلال استخدام الفاسبوك؟
5. هل تختلف درجات الاغتراب النفسي باختلاف مدة أو دافع استخدام الفاسبوك؟

4- تحديد المفاهيم والمصطلحات

4-1-مفهوم الاستخدام :

- **لغة:** الاستخدام مأخوذ من استخدم استخدمه استخداما فهو مستخدم والآخر مستخدم، أي اتخذه خادما طلب منه أن يخدمه، واستخدم الإنسان الآلة أو السيارة أي استعملها في خدمة نفسه.1
- **اصطلاحا:** هناك بعض الباحثين من عرف الاستخدام على أساس مسالة التملك الاجتماعي للتكنولوجيات، ويتساءل علاقة الأفراد بالأشياء التقنية ومحتوياتها.2 ويؤكد سفن ويناهل أن الاستخدام يشير إلى عملية معقدة تتم في ظروف معينة يترتب عليها تحقيق وظائف ترتبط بتوقعات معينة من الإشباع ولذلك فانه لا يمكن تحديده في إطار مفهوم التعرض فقط، ويقول أنه يمكن وصفه في إطار كمية المحتوى المستخدم نوع المحتوى العلاقة مع وسائل الإعلام وطريقة الاستخدام وعلى سبيل المثال تحديد ما إذا كان الاستخدام أولى أو ثانوي.3
- **إجرائيا:** يقصد به في هذه الدراسة مدى اعتماد الطلبة الجامعيين على مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف الذكي، في التواصل والترفيه والتحصيل العلمي، وتكرار هذا الاستخدام ومدته.

4-2- مواقع التواصل الاجتماعي:

- **لغة:** التواصل" من الفعل "وصل"، أي اتصال الشيء ببعضه؛ يقال تواصل القوم: اتصل بعضهم ببعض، و"الاجتماعي" من الاجتماع وهو ضد التفرّق[4].
- **اصطلاحا:** تُعرّف مواقع التواصل الاجتماعي بأنها: "منصات إلكترونية تتيح للمستخدمين إنشاء ملفات شخصية، والتفاعل مع الآخرين من خلال المحتوى النصي أو المرئي أو السمعي في بيئة تفاعلية ومفتوحة[5]. وتعرف مواقع التواصل الاجتماعي "خدمات قائمة على الإنترنت تسمح للأفراد بإنشاء ملف عام، وتحديد قائمة من الأصدقاء، وتصفح ملفات الآخرين داخل النظام ذاته وهو شبكات اجتماعية

---

[1] – عصام نور الدين، **الوسيط عربي – عربي**، دار الكتب العالمية للنشر والتوزيع ، بيروت، لبنان، 2005، ص 102

[2] – عبد الوهاب بوخنوفة، **الأطفال والثور المعلوماتية، التمثل والاستخدامات**، مجلة اتحاد الدول العربية، العدد 02، 2007، ص 73

[3] – محمد عبد الحميد : **نظريات الإعلام و اتجاهات التأثير**، عالم الكتب، ط 3 ، مصر ، 2004، ص 293

[4] – ابن منظور، لسان العرب، دار صادر، بيروت، ط1، 1990، مج 3، ص: 460.

[5] – مروان كمال، *الإعلام الجديد ومواقع التواصل الاجتماعي*، دار المسيرة، عمان، 2016، ص: 33

افتراضية تستخدم لتبادل المعلومات، والتفاعل الجماعي، وبناء علاقات تتجاوز الحواجز الجغرافية والزمانية.[1]

- **إجرائيا:** نقصد بمواقع التواصل الاجتماعي تلك التطبيقات التي يعتمد عليها الطلبة الجامعيون عبر هواتفهم الذكية، مثل فيسبوك، إنستغرام، تيك توك، وتستخدم لأغراض التواصل، الترفيه، التعبير، أو المتابعة الأكاديمية.

4-3- الهاتف المحمول

- **لغة:** الهاتف من الفعل "هتف" أي نادى أو صاح، ويقصد به الصوت الذي يسمع دون أن يرى مصدره. والمحمول هو ما يحمل وينتقل به بسهولة[2].
- **اصطلاحا:** الهاتف المحمول هو جهاز إلكتروني متنقل يستخدم لإجراء المكالمات الهاتفية وإرسال الرسائل النصية والوسائط المتعددة، ويعتمد على شبكة اتصالات لاسلكية[3] ويعرفه علاء الدين كفافي بأنه وسيلة اتصال ذكية تُمكن الفرد من التواصل الفوري، وتُستخدم كذلك كأداة متعددة الاستخدامات مثل التصوير والتصفح والتعليم والعمل.[4]
- **إجرائيا:** يقصد بالهاتف المحمول في هذه الدراسة الجهاز الذي يستعمله الطالب الجامعي كوسيلة رئيسية للدخول إلى مواقع التواصل الاجتماعي، والذي يشكل الأداة التقنية المرتبطة بمظاهر الاغتراب التي يتم رصدها وتحليلها لدى العينة محل الدراسة.

4-4- الاغتراب النفسي:

- **لغة:** الاغتراب من الفعل "غَرَبَ"، أي ابتعد وابتعد عن الوطن أو المكان، ويقال اغترب الرجل إذا ترك جماعته أو أهله.[5]
- **اصطلاحا:** يعرفه "كارل ماركس" بأنه شعور الفرد بالانفصال عن ذاته أو عن ناتج عمله أو عن المجتمع، مما يؤدي إلى فقدان المعنى والهوية[6]، ويعرفه "إريك فروم" بأنه تجربة داخلية يشعر فيها الفرد بالعزلة

---

[1] – أبو خليل، عادل، *التواصل الرقمي والثقافة الإلكترونية*، دار الفكر، دمشق، 2018، ص: 72.

[2] – ابن منظور، لسان العرب، دار صادر، بيروت، ط1، 1990، مج 15، ص 98.

[3] – ابن منظور، المرجع نفسه، ص 98.

[4] – محمد فتحي، المدخل إلى تقنيات الإعلام والاتصال، دار الفكر الجامعي، الإسكندرية، 2015، ص 65.

[5] – ابن منظور، لسان العرب، دار صادر، بيروت، 1990، مج 1، ص 658.

[6] – كارل ماركس، المخطوطات الاقتصادية والفلسفية، ترجمة حسين فهمي، دار التنوير، بيروت، 2002، ص 55.

والانتماء، نتيجة فقدانه الإحساس بالسيطرة على بيئته أو على حياته[1]، كما يعرفه بعض الباحثين في علم النفس بأنه حالة نفسية يشعر فيها الفرد بالانفصال عن ذاته أو محيطه، ويتجلى ذلك في مشاعر الغربة، التهميش، العجز، وانعدام المعنى[2].

- **إجرائيا:** يقصد بالاغتراب النفسي في هذه الدراسة مجموعة المشاعر السلبية التي تنتاب الطالب الجامعي نتيجة استخدامه المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف المحمول، وتنعكس على إحساسه بالعزلة، وانعدام القيمة، وضعف الانتماء للمجتمع الجامعي.

4-5- الطلبة الجامعيين:

- لغة: الطالب من طَلَبَ، أي سعى إلى الشيء، فيقال طلب العلم أي سعى إليه وتحراه. [3]
- **اصطلاحا:** الطلبة الجامعيون هم الأفراد المنتسبون إلى مؤسسات التعليم العالي، بغرض التحصيل العلمي في تخصصات أكاديمية أو مهنية محددة، وهم في الغالب ما بين سن الثامنة عشرة والخامسة والعشرين.[4]
- **اجرائيا:** يقصد بالطلبة الجامعيين في هذه الدراسة الأفراد المنتسبون إلى إحدى كليات جامعة عمار ثليجي بالأغواط، والذين تتراوح أعمارهم بين 18 و25 سنة، ويستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي عبر هواتفهم المحمولة بشكل يومي.

5- أهداف الدراسة: نهدف من خلال دراستنا بصفة عامة الى التعرف على مدى مساهمة الاستخدام المتكرر لشبكة الفايسبوك في تنمية مشاعر الاغتراب النفسي لدى طلبة العلوم الإنسانية والعلاقة بينهما من خلال أنماط الاستخدام وأبعاده النفسية والاجتماعية

كما هدفت الى مجموعة من الأهداف الفرعية منها :

1. التعرف على عادات وأنماط استخدام طلبة العلوم الإنسانية لموقع الفاسبوك
2. التعرف على دوافع استخدام طلبة العلوم الإنسانية لموقع الفاسبوك؟
3. التعرف على مدى ارتباط معدل استخدام طلبة العلوم الإنسانية لموقع الفاسبوك.
4. التعرف على مدى إدرك طلبة العلوم الإنسانية خطورة الشعور بالاغتراب من خلال استخدام الفاسبوك
5. التعرف على درجات الاغتراب النفسي واختلافها باختلاف مدة أو دافع استخدام الفاسبوك.

[1] – إريك فروم، الإنسان بين الجوهر والمظهر، ترجمة جورج طرابيشي، دار الطليعة، بيروت، 1993، ص 91

[2] – سامية القاضي، علم النفس الاجتماعي، دار الفكر، عمان، 2015، ص 211.

[3] – ابن المنظور، نفس المرجع، ص 342

[4] – عبد الحميد شقير، علم الاجتماع التربوي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2011، ص 135.

6- أهمية الدراسة

6-1- الأهمية العلمية: تساهم هذه الدراسة في تعزيز الفهم النظري لظاهرة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف وعلاقتها بالاغتراب النفسي، من خلال إثراء الأدبيات النفسية والاجتماعية ببيانات ميدانية حديثة تتعلق بالطلبة الجامعيين.

6-2- الأهمية العملية: تمكن نتائج الدراسة القائمين على شؤون الطلبة من تصميم برامج دعم نفسي واجتماعي، تساعد في التخفيف من مشاعر الاغتراب وتحسين أنماط استخدام الطلبة لمواقع التواصل الاجتماعي.

7- نوع الدراسة:

الدراسة الحالية تنتمي إلى المنهج الوصفي التحليلي، وهو منهج يهتم بوصف الظاهرة المدروسة كما هي في الواقع، وتحليل مكوناتها والعلاقات القائمة بينها، بهدف تفسيرها والوصول إلى نتائج يمكن تعميمها أو الاستفادة منها في مواقف مشابهة، دون التدخل في المتغيرات المدروسة، بل بالاعتماد على أدوات جمع البيانات مثل الاستبيان أو المقابلة وتحليلها إحصائيًا. [1]

8- منهج الدراسة:

إن اختيار منهج البحث يعتبر من أهم مراحل في عملية البحث العلمي، تستدعي كل دراسة منهج ملازم لها، يختلف باختلاف طبيعة الدراسة والمراد إنجازها والمنهج هو الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة مجموعة من القواعد التي تتضمن على سير العقل وتحديد عملياته فالمنهج هو عبارة عن خطوات منهجية متعارف عليها من قبل العلماء ويتم إتباعها في البحث العلمي بغية الحصول على معلومات وحقائق علمية موضوعية من شانها إثراء المعارف والتحصيل على نتائج.[2]

المنهج هو إخضاع الباحث لنشاطه البحثي غلى تنظيم دقيق في شكل خطوات معلمة يحدد فيها مساره البحثي، ويعرف بأنه مجموعة من الإجراءات والخطوات التي يضعها الباحث لدراسة مشكلة معينة.[3]

لذا اعتمدنا في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الذي يعرف طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية أو سكان معينين. ويعتقد الكاتب نفسه بأن المسح الاجتماعي يمكن أن يتضمن عدة عمليات كتحديد الفرض منه وتعريف مشكلة البحث

[1] – خليل، صلاح الدين .**مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية**، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2014، ص. 87.

[2] عبد الرحمن بدوي، مناهج البحث العلمي، ط 2، وكالة المطبوعات، الكويت، 1997، ص 05

[3] أحمد مصطفى عمر، البحث العلمي إجراءاته ومناهجه، ط 1، مكتبة الفلاح، القاهرة، 2000، ص 167

وتحليلها وتحديد نطاق ومحال المسح وفحص جميع الوثائق المتعلقة بالمشكلة وتفسير النتائج وأخيرا الوصول إلى الاستنتاجات واستخدامها للأغراض المحلية أو القومية.[1]

لكونه الأنسب في دراسة الظواهر الاجتماعية والنفسية كما هي في الواقع، والسعي إلى وصفها وتحليل العلاقة بين متغيراتها. وقد تم استخدام هذا المنهج بهدف الوصول إلى مؤشرات دقيقة تربط بين استخدام الفايسبوك ومظاهر الاغتراب النفسي.

9- مجالات الدراسة

أ. المجال المكاني: جاءت دراستنا بعنوان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى الطلبة الجامعيين وعليه تم إجراء هذه الدراسة بجامعة عمار ثليجي بالأغواط نظرا لكونها تمثل بيئة مناسبة لتحليل متغيرات البحث، وتتوفر فيها الخصائص الملائمة لمجتمع الدراسة والذي هو عبارة عن الطلبة الجامعيين بكلية العلوم الإنسانية.

ب. المجال الزمني: تمتد الحدود الزمانية لهذه الدراستنا من **15مارس 2025 إلى جوان 2025**، وهي الفترة التي تم خلالها جمع البيانات وتحليلها وتحديد الدراسات السابقة، إلى جانب إنجاز الإطار الميداني. وقد تزامنت هذه المرحلة مع تفعيل مجموعة من المبادرات الجامعية والمرافقة المؤسساتية الهادفة إلى تعزيز ثقافة ريادة الأعمال لدى الطلبة، مما وفر سياقا مناسبًا لدراستنا موضوع دور المؤسسات الناشئة في تجسيد المشروع الشخصي لدى الطالب الجامعي.

ج. المجال البشري: يتمثل المجال البشري لهذه الدراسة في عينة من الطلبة الجامعيين بكلية العلوم الإنسانية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط والبالغ عددهم 100 طالب منهم 50 طالبة و50 طالبا من اجل المقارنة بين الجنسين، والذين لهم دراية أو ارتباط بالاستخدامات مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف.

10- مجتمع الدراسة وعينته:

10-1- مجتمع الدراسة:

يقصد بمجتمع الدراسة ذلك التجمع الكلي للأفراد أو العناصر الذين يشتركون في خصائص معينة، ويشكلون الإطار العام الذي يستهدفه الباحث لجمع البيانات من أجل الإجابة عن أسئلة الدراسة واختبار فرضياتها.2

---

[1] – عمار بوحوش محمد محمود الذنيبات، مناهج البحث العلمي وطرق البحث، ديوان المطبوعات الجامعية، الساحة المركزية ، بن عكنون، الجزائر، 2007، ص 139.

[2]– عبده الراجحي، المرجع السابق، ص 43..

وفي إطار دراستنا، يتمثل مجتمع الدراسة في جميع طلبة الماستر بقسم الاعلام والاتصال كلية العلوم الإنسانية بجامعة الاغواط والبالغ عددهم 400 طالب وطالبة ودراستنا جرت على عينة منهم بلغت 40% بـ 100 طالب .

10-2- عينة الدراسة

من أجل دراسة علمية لابد من وضع منهجية تتوافق مع طبيعة البحث، في إطار هذه المنهجية يتم تحديد نوع العينة المختارة كأساس للبحث، حيث يعرفها موريس أنجرس أنها مجموعة فرعية من عناصر مجتمع البحث. [1]كما أنها ذلك الجزء من المجتمع التي يجري اختيارها وفق قواعد وطرق علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا. [2]

وفي دراستنا اعتمدنا على العينة العمدية أو الغرضية والتي يكون الاختيار في هذا النوع من العينات على أساس حر من قبل الباحث، وحسب طبيعة بحثه بحيث يحقق هذا الاختيار هدف الدراسة أو أهداف الدراسة المطلوبة مثال ذلك اختيار الطلبة الذين تكون معدلاتهم في الامتحان النهائي جيد جدا فما فوق فقط لأن هدف الدراسة هو معرفة العوامل التي تؤدي إلى التفوق عند هذا النوع من الطلبة مثلا.[3]

وتمثلت عينة الدراسة في مجموعة من الطلبة الجامعيين بكلية العلوم الإنسانية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط، والبالغ عددهم 100 طالبا منهم 50 طالبة و50 طالبا، تم اختيارهم بطريقة *عمدية غرضية*، وذلك لكونهم يمثلون الفئة المستهدفة بموضوع الدراسة، نظرًا لاستخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف.

11- أدوات الدراسة

ان الشائع حول ادوات جمع المعلومات في البحث العلمي هو "أنها تلك الوسائل المختلفة، التي يستخدمها الباحث في جمع المعلومات والبيانات المستهدفة في البحث، ضمن استخدامه لمنهج معين أو أكثر، وأما الباحث موريس انجر، فحدد ادوات البحث العلمي كما يلي (الملاحظة والمقابلة الاستبيان والتجربة وتحليل المضمون، والتحليل الإحصائي).[4]

وانطلاقا من طبيعة دراستنا الميدانية تم الاستعانة بأداة جمع البيانات الاستبيان من أجل الوصول إلى نتائج دقيقة وموضوعية ويعرف الاستبيان أنه مجموعة من الأسئلة المكتوبة التي تعد بقصد الحصول على معلومات

---

[1] – موريس أنجرس، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانة، ترجمة: صحراوي بوزيد، واخرون، دار القصبة للنشر، ط6، الجزائر 2004، ص 301.

[2] – عبد المجيد لطفي، علم الاجتماع، الطبعة السابعة، القاهرة، دارالمعارف، ،1976، ص353

[3] – عامر إبراهيم قنديلجي، ايمان السمرائي ، البحث العلمي الكمي والنوعي، عمان، دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع، ، 121

[4] – احمد بن مرسلي : مناهج البحث العلمي في علوم الإعلام والاتصال، ط3، ديوان المطبوعات الجامعية، الساحة المركزية بن عكنون، الجزائر، 2007، ص 202.

أو آراء المبحثين حول ظاهرة ما أو موقف معين ويعرف ايضا " هو تلك القائمة من الأسئلة التي يحضرها الباحث بعناية في تعبيرها عن الموضوع المبحوث في إطار الخطة الموضوعة، لتقدم إلى المبحوث، من أجل الحصول على إجابات تتضمن المعلومات والبيانات المطلوبة، لتوضيح الظاهرة المدروسة " [1]

ومن خلال دراستنا، قمنا ببناء استمارة بحث مكونة من خمس محاور وفق تساؤلات الدراسة وجاء عبارة عن عبارات تقابلها مقاييس.

12- الدراسات السابقة :

1- دراسة نجلاء محمد بعنوان *"مواقع التواصل الاجتماعي كمصدر للاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعات الجزائرية"* ، دراسة لنيل شهادة الماستر، تخصص علم النفس الاجتماعي، جامعة قسنطينة 2، سنة 2020. انطلقت من إشكالية حول مدى إسهام استخدام مواقع التواصل في الشعور بالاغتراب النفسي لدى الطلبة، وهدفت إلى تحديد العلاقة بين الاستخدام المكثف للمواقع وأبعاد الاغتراب. استخدمت المنهج الوصفي التحليلي، وأداة الاستبيان، وشملت عينة مكونة من 150طالبًا وطالبة .توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين الاستخدام المكثف والشعور بالاغتراب، خاصة في أبعاد العزلة وضعف الانتماء.

2- دراسة سميرة بوحنش بعنوان *"تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على التكيف النفسي لدى الطالب الجامعي"* ، دراسة ماجستير، تخصص علم النفس التربوي، جامعة باتنة 1، سنة 2019.طرحت إشكالية حول ما إذا كان استخدام مواقع التواصل يؤثر على التكيف النفسي، وهدفت إلى الكشف عن أثر الاستخدام على قدرة الطالب على التكيف مع محيطه الجامعي. اعتمدت على المنهج الوصفي المقارن، واستخدمت استبيان التكيف النفسي، وشملت العينة 120طالبًا .خلصت إلى أن الاستخدام المكثف يرتبط بانخفاض مستوى التكيف وزيادة المشاعر السلبية.

3- دراسة سعاد لطرش بعنوان *"دور الفيسبوك في تعزيز أو تقويض الانتماء الاجتماعي لدى طلبة الجامعة"* ، دراسة لنيل شهادة الماجستير، تخصص علم الاجتماع، جامعة تبسة، سنة 2021.انطلقت من إشكالية حول تأثير الفيسبوك على مشاعر الانتماء الاجتماعي، وهدفت إلى تحليل دور هذه المنصة في شعور الطالب بالقبول أو العزلة. استخدمت المنهج الكيفي عبر مقابلات معمقة مع 30طالبًا، وتوصلت إلى أن الاستخدام الهادف يعزز الانتماء، في حين أن الاستخدام التسلوي والمفرط يقوضه ويعزز الشعور بالاغتراب.

[1] – احمد بن مرسلي، المرجع نفسه، ص 220

4- دراسة نسرين بوسحابة بعنوان *"العزلة النفسية الناتجة عن استخدام الهاتف الذكي ومواقع التواصل لدى الطلبة الجامعيين"* ، مذكرة ماستر، تخصص علم النفس العيادي، جامعة سيدي بلعباس، سنة 2020. انطلقت من إشكالية تتمثل في مدى مساهمة الهاتف الذكي في زيادة العزلة النفسية، وهدفت إلى تحليل تأثير الاستخدام المفرط للهاتف ومواقع التواصل على الصحة النفسية. استخدمت المنهج الوصفي التحليلي، واستبيان العزلة النفسية، بعينة من 100طالب .توصلت إلى أن الاستخدام المفرط عبر الهاتف يزيد من الشعور بالعزلة، والتوتر، والانفصال عن الواقع.

.

الفصل الأول

أنظمة التواصل الاجتماعي الإلكتروني

المبحث الأول: مدخل إلى شبكات التواصل الاجتماعي

المطلب الأول: مفهوم شبكات التواصل الاجتماعي ونشأتها

1.التحول الرقمي وبروز الفضاءات الافتراضية

شهد العالم في العقود الأخيرة تحولات كبرى نتيجة الثورة الرقمية، والتي لم تقتصر على الجانب التكنولوجي البحت، بل مست جوهر الحياة الإنسانية، لاسيما في ما يتعلق بأنماط التواصل والتفاعل بين الأفراد. لقد أدت تكنولوجيا الاتصال الحديثة، وبخاصة الإنترنت، إلى إعادة تشكيل البنية الاجتماعية والثقافية للعلاقات الإنسانية، حيث أنتجت فضاءات جديدة غير مادية، عرفت بـ"الفضاءات الافتراضية"، تتيح للأفراد التواجد والتمثّل والمشاركة بعيدا عن الجغرافيا والحدود الفيزيائية. ووسط هذا السياق المتغير، ظهرت شبكات التواصل الاجتماعي كأحد أهم الأوجه المعاصرة لهذا الفضاء الرقمي، بل وأصبحت من أبرز الفواعل التي تعيد صياغة التفاعل الإنساني والهوياتي في العصر الحديث.

2.نحو تعريف شبكات التواصل الاجتماعي

لا يوجد تعريف موحد جامع مانع لشبكات التواصل الاجتماعي، نظرا لتعدد التخصصات التي تتناولها (الإعلام، علم الاجتماع، علم النفس، علوم الاتصال...)، غير أن التعريفات تتقاطع في كونها منصات إلكترونية قائمة على إنشاء شبكة من العلاقات بين الأفراد، تستخدم لتبادل المعلومات، الأفكار، المحتوى الترفيهي أو التعبيري، في بيئة تفاعلية تتيح التفاعل الفوري، الجماعي أو الفردي .وتتميز هذه الشبكات بخصائص تواصلية جديدة، من أبرزها: التفاعلية، اللامركزية، إنتاج المحتوى من قبل المستخدمين، سهولة الوصول، وتوسيع دوائر العلاقات الاجتماعية. فهي لم تعد مجرّد أدوات تكنولوجية، بل تحوّلت إلى مساحات اجتماعية ورمزية، يعيد الأفراد من خلالها بناء ذواتهم، والتعبير عن مواقفهم، وتشكيل جماعاتهم وانتماءاتهم[1].

ومن أبرز التعريفات المتداولة، ما قدّمه الباحث "Boyd & Ellison (2007)" حين عرفا شبكات التواصل بأنها:

خدمات إلكترونية تتيح للأفراد بناء ملف شخصي عام أو شبه عام ضمن نظام محدد، وإنشاء قائمة من المستخدمين الآخرين الذين يتشاركون في الروابط الاجتماعية، مع القدرة على استعراض الشبكات التي تنشأ عن تلك العلاقات."ويبرز هذا التعريف البعد البنائي والاجتماعي للشبكات، باعتبارها أدوات لربط الأفراد وتوسيع شبكاتهم الاجتماعية بطرق غير تقليدية.

---

[1] بويد، دانا، وإليسون، نيكول. (2007). "مواقع الشبكات الاجتماعية: التعريف، التاريخ، والدراسات العلمية *مجلة الاتصال المحوسب*، المجلد 13، العدد 1، ص 21 ."

3. الجذور التاريخية والتطور المرحلي

إذا عدنا إلى الجذور التاريخية لنشأة شبكات التواصل، نجد أن بداياتها تعود إلى تجارب أولية في التسعينات، مع منصات مثل "SixDegrees.com" سنة 1997، التي كانت أول موقع يتيح للمستخدمين إنشاء ملفات شخصية وربطها بأشخاص آخرين. إلا أن هذه الشبكة سرعان ما فشلت لأسباب تقنية وتسويقية. ثم جاءت موجة جديدة في أوائل الألفية، مثل"Friendster" ، "Hi5"، و"MySpace"، وقد حققت هذه المنصات انتشارا واسعا نسبيا، لكن ظل استخدامها محصورًا في بعض الفئات.

التحوّل الفعلي حدث سنة 2004مع إطلاق "فايسبوك "من قبل مارك زوكربيرغ، والذي مثّل ثورة في مجال التواصل الرقمي. فقد اعتمد الموقع على نموذج تواصلي أكثر فاعلية وسلاسة، وسرعان ما توسع من فضاء جامعي محدود إلى منصة عالمية تضم أكثر من ملياري مستخدم. تلاه ظهور شبكات أخرى مثل "تويتر"، "إنستغرام"، "سناب شات"، و"تيك توك"، والتي تقدم خدمات متخصصة في مجالات معينة (مثل التدوين المصغر، مشاركة الصور أو الفيديوهات القصيرة)هذا التطور لم يكن محايدًا، بل رافقه تحول في الثقافة الرقمية نفسها؛ إذ لم يعد الأفراد يتعاملون مع الإنترنت كمجرد وسيلة للبحث أو الاطلاع، بل صاروا ينخرطون فيه ك"فاعلين اجتماعيين رقميين"، ينتجون المعنى، ويعيدون تشكيل ذواتهم في هذه البيئات الافتراضية[1].

4.الوظيفة الاجتماعية والنفسية للشبكات

من منظور اجتماعي، تؤدي شبكات التواصل وظيفة مركزية في بناء الروابط والتفاعلات بين الأفراد، حيث تسمح لهم بالحفاظ على علاقاتهم الحالية، وتوسيع دوائرهم الاجتماعية، والانخراط في جماعات افتراضية ذات اهتمامات مشتركة. أما من منظور نفسي، فهي تستخدم كأداة للتعبير عن الذات، البحث عن الاعتراف والقبول الاجتماعي، التغلب على الوحدة، أو حتى الهروب من ضغوط الواقع. وهذا ما يجعلها مزدوجة الوظيفة: فهي من جهة وسيلة لتعزيز الهوية والانتماء، ومن جهة أخرى قد تؤدي إلى تفاقم مشاعر الاغتراب، القلق، المقارنة السلبية، وتدني احترام الذات إذا ما أسيء استخدامها أو فهمت بشكل خاطئ.

ومن هنا، تكتسب الدراسة العلمية لهذه الشبكات بعدًا بالغ الأهمية، إذ لم تعد مجرد موضوع تقني أو ترفيهي، بل أصبحت ظاهرة اجتماعية ونفسية معقدة، تتقاطع فيها التكنولوجيا مع التفاعل الإنساني العميق[2].

[1] حامد، فداء. (2016). شبكات التواصل الاجتماعي وتأثيرها في التماسك الأسري. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، ص 75

[2] .نور، بسام. (2010). التجارة الإلكترونية: كيف، متى وأين الموسوعة العربية للكمبيوتر والإنترنت، ص 6

المطلب الثاني: خصائص واستخدامات شبكة الفايسبوك

يعد **فايسبوك** من أبرز وأشهر منصات التواصل الاجتماعي التي أصبحت جزءًا لا يتجزأ من حياة العديد من الأشخاص حول العالم، حيث يتيح للمستخدمين التواصل، التفاعل، ونشر المحتوى في بيئة افتراضية تزداد أهمية وتأثيرًا في حياتهم اليومية. وفي هذا السياق، سنستعرض أبرز خصائص شبكة الفايسبوك، وكيفية استخدامها من مختلف الفئات الاجتماعية والنفسية، بالإضافة إلى التأثيرات التي تترتب على استخدامه.

1.خصائص شبكة الفايسبوكتتميّز شبكة الفايسبوك بمجموعة من الخصائص التي تجعلها أكثر جذبًا وفاعلية في جذب المستخدمين بمختلف خلفياتهم الاجتماعية والفكرية. من أبرز هذه الخصائص:

أ. نظام الحساب الشخصي:(Profile) يتيح الفايسبوك لكل مستخدم إنشاء **حساب شخصي** يعكس هويته الرقمية من خلال **إضافة صورة شخصية، معلومات أساسية** مثل العمر، المكان، المهنة، وكذلك تقديم **محتوى شخصي** عبر النصوص، الصور، أو الفيديوهات. هذه الواجهة الشخصية تمثل الفرد في الشبكة وتظهر اهتمامات المستخدم وتوجهاته، ما يعزز الشعور بالانتماء والتفاعل مع الآخرين. كما أن المستخدم قادر على تعديل حسابه باستمرار لإظهار جوانب مختلفة من حياته وفقًا لرغباته واحتياجاته.

ب. إضافة الأصدقاء والروابط الاجتماعية:(Friends & Connections) من أهم خصائص الفايسبوك هو **إمكانية إضافة الأصدقاء** أو المتابعين، وإنشاء شبكة من الروابط الاجتماعية. يمكن للمستخدم إضافة أشخاص إلى قائمة أصدقائه والتفاعل معهم من خلال **إعجابات، تعليقات، ومشاركات** .وقد أدى هذا النظام إلى بروز مفهوم "الشبكات الاجتماعية" التي تعتبر عماد الفضاء الرقمي على الفايسبوك، حيث أن كل فرد يعتبر جزءًا من شبكة مترابطة مع أصدقائه ومعارفه[1].

ج. الجدران الشخصية (Wall) والبوستات:(Posts) يتيح الفايسبوك لكل مستخدم نشر **المنشورات** على **جدار صفحته الشخصية** (Wall)، التي تمثل مركزًا للمحتوى الذي ينشره الفرد، سواء كان عبارة عن نصوص، صور، فيديوهات أو روابط. يمكن لأصدقائه مشاهدة هذه المنشورات والتفاعل معها من خلال الإعجاب أو التعليق. كما يمكّن الفايسبوك أيضًا من نشر المنشورات في مجموعات مغلقة أو عامة..

د.المجموعات والصفحات:إحدى الخصائص الفريدة للفايسبوك هي **المجموعات** التي تتيح لمستخدميه الانضمام إلى بيئات تواصلية ذات اهتمامات مشتركة. يمكن أن تكون هذه المجموعات عامة أو خاصة وتجمع بين أشخاص

[1] العساف، نواف. (2015). شبكات التواصل الاجتماعي والهوية الرقمية: دراسة تحليلية لموقع الفايسبوك. المجلة العربية لبحوث الإعلام والاتصال، العدد 22، ص 112.

لديهم شغف مشترك مثل السياسة، الرياضة، الثقافة أو أي مجال آخر. بالمثل، يتيح **النظام الصفحي** (Pages) للمنظمات والأفراد إنشاء صفحات للتفاعل مع الجمهور، سواء كان غرض ذلك **التسويق، التوعية، أو حتى الترفيه**[1].

هـ. الرسائل الخاصة:(Messenger) يعد تطبيق **فايسبوك ماسنجر** جزءًا أساسيًا من الشبكة، حيث يمكّن المستخدمين من التواصل الخاص والمباشر مع الأصدقاء عبر الرسائل النصية، الصوتية، والمكالمات الصوتية والمرئية. يعتبر ماسنجر أداة هامة للتواصل الخاص ويتيح للمستخدمين التفاعل مع الأشخاص خارج نطاق الجدران العامة، ما يعزز من الروابط الشخصية داخل الشبكة.

.2استخدامات شبكة الفايسبوك

تتنوع استخدامات الفايسبوك بين الترفيهية، الاجتماعية، المهنية، والتعليمية، وكل استخدام يفتح الباب لفهم أعمق لكيفية تأثير هذه الشبكة في تشكيل حياتنا اليومية. يمكن تلخيص أبرز الاستخدامات على النحو التالي:

أ. التفاعل الاجتماعي وتوسيع الدوائر الاجتماعية:يعتبر الفايسبوك وسيلة رئيسية للتواصل الاجتماعي، حيث يمكن المستخدمين من الحفاظ على الاتصال مع الأصدقاء والعائلة، بل ومقابلة أشخاص جدد من مختلف أنحاء العالم. من خلال **إضافة الأصدقاء** والمشاركة في المحادثات، يتيح الفايسبوك للأفراد توسيع شبكاتهم الاجتماعية وتكوين علاقات جديدة قد تكون ذات طابع ثقافي، فكري، أو عاطفي. ويعزز هذا التفاعل من **الشعور بالانتماء والقبول الاجتماعي**، وهي عوامل أساسية في التوازن النفسي للشخص.

ب. التعبير عن الذات وإعادة بناء الهوية الرقمية:من خلال المنشورات والتفاعلات، يمكن للمستخدمين التعبير عن آرائهم، مشاعرهم، ومواقفهم. يعتبر الفايسبوك **منصة لتسليط الضوء على الاهتمامات الشخصية**، حيث يشارك الأفراد **تفاصيل حياتهم اليومية**، سواء من خلال صور الرحلات، الأحداث العائلية، أو المواقف اليومية. هذه المنشورات تسهم في **إعادة بناء الهوية الرقمية** للفرد، مما يمنحه شعورًا بالتحقق والوجود في عالم مترابط رقميًا. إضافة إلى ذلك، يعتبر الفايسبوك أداة فعالة للبحث عن **الانتماء إلى مجتمعات معينة**، خاصة مع تزايد الانضمام إلى **المجموعات** ذات التوجهات السياسية، الثقافية أو حتى الهوياتية[2].

[1] وزيد، أمينة. (2020). شبكات التواصل الاجتماعي والتغيرات القيمية لدى الشباب: الفايسبوك نموذجًا. رسالة ماجستير، جامعة الجزائر 3، كلية العلوم الاجتماعية، ص 43

[2] علي، محمود أحمد. (2017). الإعلام الجديد والتغير الاجتماعي: دراسة في تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية. دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، ص 88

ج. **التفاعل مع الأحداث العالمية والمشاركة السياسية:**مع مرور الوقت، أصبح الفايسبوك ساحة ل**التفاعل مع الأحداث العالمية،** سواء كانت اجتماعية، سياسية أو ثقافية. يمكّن الفايسبوك المستخدمين من متابعة الأخبار العاجلة، والتفاعل مع الأحداث السياسية الجارية عبر التعليقات والمشاركة في النقاشات العامة. كما شهدت العديد من الأحداث السياسية الكبرى في العالم تأثيرًا مباشرا لشبكات التواصل الاجتماعي، وعلى رأسها الفايسبوك، في **التعبئة الاجتماعية والسياسية** .تعد الحركات الاحتجاجية التي نشأت عبر الفايسبوك مثالا على القوة السياسية لهذه الشبكات.

د. **التسويق والإعلانات التجارية:**يعتبر الفايسبوك أداة لا غنى عنها في عالم **التسويق الرقمي والإعلانات** .من خلال **الصفحات التجارية** والإعلانات الممولة، يمكن للعلامات التجارية الوصول إلى جمهور واسع ومتنوع، واستهداف **الجماهير المهتمة** بناءً على بياناتهم الشخصية، سلوكياتهم، واهتماماتهم. كما أن شبكة الفايسبوك تتيح للمسوقين الفرصة ل**تقديم حملات تفاعلية،** مثل استطلاعات الرأي، المسابقات، والعروض الخاصة، ما يجعل منها منصة قوية للأعمال التجارية الصغيرة والكبيرة على حد سواء.

هـ. **التأثيرات النفسية والآثار الاجتماعية:**إن استخدام الفايسبوك له تأثيرات كبيرة على **الصحة النفسية** للمستخدمين. من جهة، يساعد الفايسبوك الأفراد على **التغلب على الشعور بالوحدة** من خلال التفاعل المستمر مع الأصدقاء والمجتمعات الرقمية. ولكن من جهة أخرى، يمكن أن يؤدي الاستخدام المفرط للفايسبوك إلى **الشعور بالاغتراب النفسي،** خاصة إذا كانت التفاعلات في الفضاء الرقمي سطحية أو غير مرضية، **مما** يزيد من مشاعر **الانعزال الاجتماعي**[1].

المطلب الثالث: التأثيرات النفسية والاجتماعية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي

تعد شبكات التواصل الاجتماعي من أبرز التطورات التكنولوجية التي غيّرت وجه الحياة الاجتماعية والنفسية للمستخدمين، وذلك بفضل الانتشار الواسع للإنترنت واستخدامه كأداة أساسية في الاتصال والتفاعل الاجتماعي. ولا شك أن الفايسبوك، باعتباره أحد أبرز منصات التواصل الاجتماعي، قد أسهم بشكل كبير في تغيير الكثير من المفاهيم المتعلقة بالتفاعل الاجتماعي، الهوية الذاتية، وكذلك الصحة النفسية. ورغم الفوائد المتعددة التي توفرها هذه الشبكات، إلا أن لها آثارًا نفسية واجتماعية قد تكون إيجابية أو سلبية، حسب طريقة الاستخدام ودرجة الانخراط فيها.

[1] صادق، مروة محمد. (2019). تأثير الفيسبوك على الهوية الذاتية والاجتماعية لدى طلاب الجامعات. مجلة دراسات نفسية وتربوية، المجلد 5، العدد 2، ص 215

1. التأثيرات النفسية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي

تعد **التأثيرات النفسية** لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي موضوعًا غنيًا ومعقدًا، حيث يمكن أن تؤثر هذه الشبكات على **الصحة النفسية** للمستخدمين بطرق متنوعة، سلبية وإيجابية. من جانب، يمكن لهذه الشبكات أن تساهم في تعزيز التواصل والدعم النفسي، لكن من جانب آخر، قد تسهم في تفاقم بعض الأزمات النفسية إذا تم استخدامها بطريقة غير صحيحة أو بشكل مفرط.

أ. الشعور بالانتماء والتواصل الاجتماعي:

من أبرز التأثيرات الإيجابية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي هو **تعزيز الشعور بالانتماء الاجتماعي** .فعلى الرغم من البعد المكاني بين الأفراد، توفر هذه الشبكات فرصة للتفاعل المستمر مع الأصدقاء والعائلة، مما يعزز الروابط الاجتماعية. يجد العديد من المستخدمين أن الفايسبوك يمكن أن يكون منصة **للتخفيف من الشعور بالوحدة،** خاصة لأولئك الذين يعانون من العزلة الاجتماعية في الحياة الواقعية، مثل الأشخاص الذين يعيشون في أماكن نائية أو الذين يعانون من ظروف خاصة تمنعهم من التفاعل وجهًا لوجه. من خلال **التعليقات، الإعجابات، والمشاركات،** يستطيع الأفراد تلقي **دعم معنوي** يعزز من تقديرهم لذاتهم[1].

ب. تعزيز الثقة بالنفس والانخراط في بناء الهوية الرقمية:

شبكات التواصل الاجتماعي، وخصوصًا الفايسبوك، تتيح للمستخدمين **التعبير عن أنفسهم،** من خلال المشاركة في المحتوى الثقافي، الفكري، أو حتى الشخصي. هذا التفاعل المتكرر مع الأصدقاء والمجتمعات يمكن أن يعزز من **الثقة بالنفس،** إذ يشعر المستخدمون أنهم يتمكنون من التأثير في مجتمعاتهم الرقمية. بالإضافة إلى ذلك، يعتبر الفايسبوك وسيلة لإعادة تشكيل **الهوية الرقمية،** حيث يعبر المستخدمون عن آرائهم وهواياتهم ومواقفهم من خلال منشوراتهم، مما يتيح لهم الشعور بالتحقق والقبول من قبل أقرانهم.

ج. القلق الاجتماعي والمقارنة الاجتماعية السلبية:

من الناحية السلبية، أحد أكبر التأثيرات النفسية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي هو **القلق الاجتماعي** الناتج عن **المقارنات الاجتماعية** .فالمستخدمون، وخاصة الشباب، غالبًا ما يميلون إلى مقارنة أنفسهم مع الآخرين في حياتهم الرقمية، حيث يلاحظون صورًا مثالية لحياة الآخرين، مما قد يعزز **مشاعر النقص** وعدم الرضا عن الذات. ففي الفايسبوك، حيث يتم **عرض اللحظات المثالية**)صور الرحلات، النجاح المهني، العلاقات العاطفية

[1] الجزائر 3، العدد 29، ص الفقي، هالة. (2018). دور موقع الفيسبوك في التعبئة السياسية لدى الشباب العربي. المجلة الجزائرية للاتصال، جامعة 91

السعيدة)، قد يشعر المستخدمون بضغط نفسي كبير لتقديم صورة مشابهة عن حياتهم، مما يزيد من احتمالية شعورهم بعدم الكفاية أو القلق.

تظهر بعض الدراسات أن الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن يسهم في زيادة **معدل الاكتئاب**، خصوصًا لدى الأفراد الذين يعانون من ضعف في احترام الذات. يظهر "**الاكتئاب الرقمي** "عندما يبدأ المستخدم في التركيز على التجارب المثالية التي يراها على الشبكة، **مما يؤدي إلى الانعزال الاجتماعي**[1].

د. الإدمان الرقمي وتأثيره النفسي:أحد التأثيرات النفسية الأكثر إثارة للقلق هو **إدمان شبكات التواصل الاجتماعي** .يظهر الاستخدام المفرط للفايسبوك وغيره من الشبكات الاجتماعية تأثيرًا نفسيًا يتراوح بين القلق المستمر، تشتت الانتباه، وصولا إلى **التأثيرات السلبية على النوم والصحة العامة** .قد يصاب البعض بما يعرف بـ**"الإدمان الرقمي"**، حيث يصبح الفايسبوك أكثر من مجرد وسيلة للتواصل، بل **تتحول الشبكة إلى حاجة يومية لا يمكن الاستغناء عنها** .هذا الإدمان قد يؤدي إلى **التوتر العصبي** والشعور المستمر بالحاجة للتحقق من الحسابات الاجتماعية، مما يؤثر بشكل سلبي على القدرة على التركيز في الأعمال اليومية.

2.التأثيرات الاجتماعية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي

أ. إعادة تشكيل العلاقات الاجتماعية:من الناحية الاجتماعية، ساهمت شبكات التواصل الاجتماعي في **إعادة تشكيل العلاقات الإنسانية**، ليس فقط من حيث العدد ولكن أيضًا من حيث الجودة. في حين أن الفايسبوك قد يوفر وسيلة للمحافظة على العلاقات الاجتماعية بين الأفراد حتى لو كانوا بعيدين جغرافيًا، إلا أن بعض الباحثين يرون أن الشبكات الاجتماعية قد تسبب في **إضعاف الروابط الاجتماعية الحقيقية**، حيث تستبدل العلاقات الواقعية بمحادثات سطحية عبر الإنترنت.

ب. تعزيز القيم الاجتماعية والثقافية:من جهة أخرى، ساهمت شبكات التواصل الاجتماعي في **نقل وتبادل القيم الاجتماعية والثقافية** .من خلال مشاركة الأفكار والمحتوى الثقافي، يمكن للمستخدمين اكتساب رؤى جديدة حول ثقافات وأيديولوجيات مختلفة، ما يسهم في توسيع آفاقهم المعرفية. وهذا يظهر بشكل واضح في التفاعل بين المجتمعات المختلفة عبر الإنترنت، وتبادل الخبرات والمعرفة في موضوعات مثل السياسة، الحقوق الإنسانية، والبيئة.

ج. التأثير على الانتماء الاجتماعي:تساهم الشبكات الاجتماعية في تعزيز **الشعور بالانتماء إلى مجموعات اجتماعية معينة**، مثل الانتماء للأصدقاء، العائلة، المجموعات السياسية، أو حتى الهويات الاجتماعية الأخرى

[1] خليفة، أمل كرم. (2013). التجارة الإلكترونية. مكتبة بستان المعرفة للنشر، مصر، ص 24

(مثل الانتماء إلى مجتمعات المهتمين بالبيئة أو الألعاب). من خلال هذه المجموعات، يستطيع الأفراد التعبير عن آرائهم والاندماج في حوارات **مؤثرة اجتماعيًا وسياسيًا**، مما يعزز من شعورهم بالانتماء إلى شيء أكبر من أنفسهم. ومع ذلك، فقد يؤدي هذا أيضًا إلى تكوين **مجموعات مغلقة** قد تعزز من **العزلة الاجتماعية** أو **التطرف الفكري**، مما يساهم في تقوية الانقسامات الاجتماعية بين الأفراد[1].

د. التأثيرات على التنشئة الاجتماعية:على صعيد أعمق، تؤثر شبكات التواصل الاجتماعي على عملية **التنشئة الاجتماعية**، خاصة بين الشباب. يكتسب الأفراد المهارات الاجتماعية والتفاعلية من خلال تفاعلاتهم اليومية على الفايسبوك، حيث يمكن أن تكون هذه التجارب بمثابة **دورات تعليمية غير رسمية** حول كيفية التعامل مع المواقف الاجتماعية المختلفة. من جهة أخرى، قد يعاني بعض الأفراد من صعوبة في تكوين العلاقات الشخصية الحقيقية بسبب تعلقهم الزائد بالتفاعلات الافتراضية.

3.التحديات المستقبلية

إن التأثيرات النفسية والاجتماعية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي لا تقتصر على الجوانب السلبية فقط، بل تفتح أمامنا أيضًا آفاقًا لتطوير **استراتيجيات تدخلية** تهدف إلى الحد من التأثيرات السلبية وتعزيز الفوائد النفسية والاجتماعية. من هنا، يبرز **التوجه نحو الاستخدام المعتدل والمتوازن** لهذه الشبكات، مع التركيز على **التوعية بالآثار النفسية** السلبية التي قد تترتب على الاستخدام المفرط

[1] عبد الله، حنان. (2021). تأثير الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية: دراسة حالة الفايسبوك. مجلة دراسات نفسية واجتماعية، جامعة وهران، العدد 16، ص 60

الفصل الثاني:

أبعاد الإغتراب النفسي الطلبة في التعليم العالي

المبحث الاول: الاغتراب النفسي

المطلب الأول: مفهوم الاغتراب النفسي وأبعاده

يعتبر الاغتراب النفسي من المفاهيم الأساسية في علم النفس والاجتماع، لأنه يعبّر عن حالة معقدة يعيشها الفرد حين يشعر بأنه غريب عن نفسه، أو عن محيطه، أو عن المجتمع ككل. ويتجلى هذا الإحساس في فقدان المعنى، وانعدام الانتماء، وضعف الروابط مع الآخرين، مما يخلق نوعًا من الفراغ الداخلي والانعزال الشعوري، حتى وإن بدا الشخص مندمجًا ظاهريًا في الحياة اليومية. وتبرز هذه الظاهرة بشكل خاص عند الطلبة الجامعيين، الذين يعيشون مرحلة انتقالية حسّاسة تتميز بكثرة التحديات النفسية والاجتماعية، مثل بناء الهوية، اتخاذ قرارات مصيرية، وضغط الدراسة والمستقبل المهني.

إن الاغتراب النفسي لا يعني فقط الانعزال أو الابتعاد عن الآخرين، بل هو حالة داخلية يعيشها الفرد حين يشعر بانفصال عن ذاته الحقيقية، وكأن هناك فجوة بين ما يعيشه فعليًا وبين ما يرغب أن يكون عليه. قد يكون هذا الاغتراب نتيجة ظروف اجتماعية أو نفسية أو تعليمية، وقد يتفاقم في بيئات لا توفر للفرد الإحساس بالقبول أو الاحترام أو المشاركة الفعالة. وفي السياق الجامعي، قد يشعر الطالب أنه مجرد رقم في منظومة كبيرة، لا يستمع له، ولا يمنح فرصة للتعبير عن نفسه أو التأثير في محيطه[1].

ومن أجل فهم هذه الظاهرة بشكل دقيق، يجب التعرف على الأبعاد الأساسية التي يتكوّن منها الاغتراب النفسي، وهي متعددة ومترابطة. أولها الشعور بالعجز، ويقصد به أن يشعر الطالب بأنه لا يستطيع التأثير في مجرى حياته أو في القرارات التي تخصه داخل المؤسسة الجامعية، كأن يكون مجبرًا على دراسة تخصّص لا يرغبه، أو يشعر بأن مجهوده لا يقدّر، أو أن نجاحه لا يتوقف على قدراته بل على عوامل خارجة عن إرادته، مما يضعف ثقته بنفسه ويشعره بالعجز. وثانيها فقدان المعنى، ويظهر حين يفقد الطالب الإحساس بقيمة ما يقوم به، أو حين لا يرى هدفًا واضحًا وراء ما يتعلّمه أو يعيشه، فتصبح الدراسة روتينًا لا يحمل في طياته شغفًا أو دافعًا، ويتحول الوجود داخل الجامعة إلى مجرّد حضور جسدي دون انخراط شعوري. ويأتي بعد ذلك البعد المتعلق بالعزلة الاجتماعية، إذ قد يشعر الطالب بأنه غير قادر على بناء علاقات صادقة ومتينة، أو أنه مختلف عن الآخرين ولا يجد من يفهمه أو يتقبّله، ما يولّد شعورًا بالوحدة حتى وهو محاط بالناس[2].

---

[1] عكاشة، أحمد. (2007). في فقه الاغتراب النفسي. مجلة الثقافة النفسية المتخصصة، المجلد 2، العدد 6، ص 45

[2] الحسني، عبد الله. (2016). الاغتراب النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة محمد خيضر بسكرة، العدد 10، ص 112

يضاف إلى هذه الأبعاد غياب المعايير، ويقصد به أن يفقد الطالب الثقة في القيم أو القواعد التي تنظم سلوكه داخل المجتمع أو الجامعة، فقد يرى أن الجهد لا يكافأ، أو أن القيم الأخلاقية لا تحترم، أو أن هناك تناقضًا بين ما يقال وما يمارس، وهذا الانفصال بين الواقع والمبادئ يولّد توترًا داخليًا ويزيد من الحيرة في اتخاذ القرارات. أما البعد الأخير فهو الاغتراب عن الذات، وهو من أعمق وأخطر أشكال الاغتراب، حيث يشعر الطالب أنه لا يعيش حياة تعبّر عنه أو تشبهه، وقد يجبر على تبنّي أفكار أو اتخاذ قرارات لا تنسجم مع قناعاته، فقط من أجل التوافق مع الآخرين أو الهروب من الرفض المجتمعي، مما يخلق صراعًا داخليًا بين الذات الحقيقية والذات المفروضة.

بناء على ما سبق، يمكن القول إن الاغتراب النفسي هو حالة شاملة تمسّ الجوهر الداخلي للفرد وتؤثر في رؤيته لذاته ولمحيطه. وهو ليس ظاهرة ثابتة أو جامدة، بل يتغيّر تبعًا لتجربة الفرد ومراحل حياته. ويعد الطلبة الجامعيون من أكثر الفئات عرضة لهذه الحالة نظرًا لما يواجهونه من ضغوط أكاديمية، اجتماعية، وأسرية، إلى جانب التحولات الكبيرة التي يعرفها المجتمع والعالم الرقمي. ومن هنا تأتي أهمية دراسة هذه الظاهرة، لا فقط لفهمها نظريًا، بل لتحديد أسبابها، والتقليل من آثارها، وبحث دور شبكات التواصل الاجتماعي في تعزيزها أو التخفيف منها، وهو ما تسعى هذه الدراسة إلى معالجته.

المطلب الثاني : مظاهر وأسباب الاغتراب النفسي

يعدّ الاغتراب النفسي من أكثر الحالات النفسية تعقيدًا التي قد تواجه الطالب الجامعي، لأنه لا يظهر فجأة، ولا يكون وليد ظرف طارئ، بل هو نتيجة تراكمات داخلية وخارجية تتفاعل تدريجيًا إلى أن يصبح الفرد غريبًا عن محيطه، عن ذاته، وعن كل ما يفترض أن يمنحه الأمان والاستقرار. وتنبثق مظاهر هذا الاغتراب من أعماق الشعور الإنساني الذي يتلاشى فيه التوازن بين ما يريده الطالب وما يعيشه فعليًا، حيث يبدأ بفقدان الشعور بالانتماء، ثم ينسحب شيئًا فشيئًا من الفضاءات التي من المفترض أن تحتضنه، وعلى رأسها الفضاء الجامعي. يتجلى هذا الشعور في عدة مظاهر واضحة وخفية، تبدأ أحيانًا بفقدان الرغبة في الحضور إلى المحاضرات، أو التفاعل مع الأساتذة والزملاء، وقد تتطور إلى إهمال الدراسة تمامًا، أو الدخول في نوبات من الاكتئاب الصامت الذي لا يلاحظه من حوله بسهولة. يشعر الطالب حينها أن لا جدوى مما يقوم به، وأن كل ما يطلب منه هو تنفيذ مهام مكررة لا تمس شخصيته ولا تطوّر ذاته، بل قد يعتبر نفسه مجرد منفّذ لإملاءات تعليمية لا يرى أثرها في مستقبله أو تكوينه الداخلي[1].

[1].زهران، حامد عبد السلام. (2003). علم النفس المرضي: الاضطرابات النفسية والعقلية. دار المعارف، القاهرة ص 67

ومن أبرز مظاهر هذا الاغتراب أيضًا، تلك العزلة النفسية التي يعيشها الطالب وسط زحام الجامعة، حيث قد يتواجد جسديًا في المحاضرة أو في الساحة الجامعية، لكنه من الداخل غائب تمامًا عن التفاعل الوجداني، كأنه في قوقعة خاصة به لا يستطيع الخروج منها. وهذه العزلة لا تكون دائمًا اختيارية، بل هي رد فعل نفسي على شعور عميق بعدم الانسجام مع المحيط، أو الإحساس بالتهميش أو عدم القبول. يشعر الطالب حينها بأنه غير مرئي، وأن لا أحد يفهم ما يمر به أو يكترث لمعاناته، ما يزيد من الشعور بالفقد الداخلي ويؤدي أحيانًا إلى الانطواء الكامل أو الانسحاب التدريجي من جميع مظاهر الحياة الجامعية. كما قد يعبّر الطالب عن اغترابه النفسي بسلوكيات غير مباشرة مثل السخرية من المؤسسة الجامعية، أو احتقار النجاح الدراسي،[1] أو تكرار الشكوى من "تفاهة" النظام التعليمي، وهي كلها رسائل مشفّرة تعكس حالة من النفور العميق.

أما عن الأسباب التي تؤدي إلى هذه الحالة المعقدة، فإنها تتوزع بين أسباب داخلية فردية، وأخرى خارجية بيئية واجتماعية .من جهة، هناك عوامل شخصية ترتبط بتركيبة الطالب النفسية، كضعف الثقة بالنفس، أو انخفاض مستوى الطموح، أو التردد في اتخاذ القرارات المصيرية، وهي خصائص إذا لم تجد من يدعمها ويصقلها، قد تتحول إلى أرض خصبة لنمو الشعور بالاغتراب. كذلك، فإن غياب الاستقرار الأسري، أو التوترات العائلية، قد تنعكس سلبًا على قدرة الطالب على الاندماج في محيطه الجديد، خصوصًا إذا كان يدرس بعيدًا عن أسرته لأول مرة، حيث يشعر بالوحدة وغياب السند، ما يعزّز من احتمالية الانعزال الداخلي[2].

ومن جهة أخرى، تبرز الأسباب الخارجية كمحركات أساسية لهذا الاغتراب، وعلى رأسها البيئة الجامعية غير الداعمة نفسيًا أو اجتماعيًا .فالجامعات التي تعتمد على التعليم التقليدي القائم على التلقين، والتي تفتقر إلى مساحات للحوار والتعبير عن الذات، تفرز بطبيعتها أجواء من التوتر والضغط النفسي. يشعر الطالب داخلها بأنه مطالب فقط بالحفظ والتكرار من أجل النجاح في الامتحانات، دون أن يسأل عن رأيه، أو يمنح فرصة لتطوير فكره ومهاراته. هذا النوع من التعليم ينتج "طالبًا آليًا" مفرغًا من الإحساس بالذات، مما يغذّي شعوره بأنه لا يملك من أمره شيئًا، وهو ما يترجم نفسيًا إلى شعور بالعجز، ثم إلى اغتراب داخلي يتفاقم مع مرور الوقت.

يضاف إلى ذلك أن كثيرًا من المؤسسات الجامعية لا تولي أهمية كافية للجانب النفسي والاجتماعي للطالب، فلا وجود فعلي لمرشدين نفسيين، ولا تقدّم أنشطة موازية جاذبة، ولا تخصص فضاءات للحوار والانفتاح الثقافي، ما

---

1 جامعة عين شمس، العدد الطحلاوي، محمد سعيد. (2014). الاغتراب النفسي وعلاقته بالاكتئاب والقلق لدى طلاب الجامعات. مجلة كلية التربية، 38، ص 221

2 والاجتماعية، جامعة بسكرة، سليم، دعاء محمود. (2018). مظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية. مجلة العلوم الإنسانية العدد 31، ص 97

يبقي الطالب في دائرة التلقي الصامت والمشاركة السطحية، وهو ما يفقده الإحساس بالانخراط في المشروع الجامعي ككل. كذلك، فإن البيئة الاجتماعية المحيطة بالطالب، بما فيها الضغوط العائلية، والتوقعات المجتمعية، وتنافس الأقران، تساهم في خلق حالة من القلق والتوتر الدائم، تجعل الطالب في صراع مستمر مع ذاته. في هذا الإطار، يلجأ الكثير من الطلبة إلى شبكات التواصل الاجتماعي كمهرب من هذا الواقع، إلا أن هذه الشبكات – بدلا من التخفيف – كثيرًا ما تعمق الاغتراب، لأنها تظهر لهم حياة الآخرين في صورة مثالية، مليئة بالنجاح والسعادة، مما يدفعهم إلى مقارنة أنفسهم بالآخرين، والشعور بالنقص والفشل، وهذا بدوره يؤدي إلى مزيد من الانغلاق والابتعاد عن الحياة الواقعية.

إن مظاهر الاغتراب النفسي ليست ثابتة عند كل الأفراد، بل تختلف من شخص إلى آخر، إلا أن القاسم المشترك بينها جميعًا هو أنها تؤشر على وجود فجوة عميقة بين الطالب وذاته، وبين الطالب ومحيطه الجامعي، وهي حالة لا يجب الاستهانة بها، لأنها قد تؤثر على مسار الطالب الأكاديمي، وتضعف من دافعيته نحو الإنجاز، بل قد تدفعه في حالات متقدمة إلى التسرب الجامعي أو الانسحاب الكلي من الحياة التعليمية والاجتماعية. من هنا تبرز أهمية الاعتراف بوجود هذه الظاهرة، والتعامل معها ليس كحالة فردية بل كمشكلة عامة تستدعي تدخلًا نفسيًا وتربويًا ومؤسساتيًا متكاملا[1].

المطلب الثالث: العلاقة بين الوسائط الاجتماعية والاغتراب النفسي

شهدت السنوات الأخيرة تحوّلًا جذريًا في طبيعة العلاقات الاجتماعية والأنماط الاتصالية نتيجة الانتشار الواسع لاستخدام الوسائط الاجتماعية، وعلى رأسها منصات مثل فيسبوك، إنستغرام، وتويتر، التي باتت جزءًا لا يتجزأ من حياة الأفراد، خصوصًا فئة الشباب والطلبة الجامعيين. هذه المنصات، التي ظهرت في بداياتها كأدوات للتواصل والتعبير الحر وتبادل الأفكار، تحولت اليوم إلى بيئات معقدة تتداخل فيها الأدوار النفسية والاجتماعية والتقنية، وتؤثر بعمق في إدراك الأفراد لذواتهم وللآخرين. وقد بدأ يتزايد الحديث الأكاديمي والبحثي عن العلاقة المقلقة التي باتت تظهر بين الاستخدام المكثف وغير الواعي لهذه الوسائط، وبين تنامي مظاهر الاغتراب النفسي، خاصة لدى فئة الطلبة الجامعيين الذين يشكلون الفئة الأكثر نشاطًا على هذه المنصات. فبدل أن تكون هذه الوسائط وسيلة للاندماج والتواصل البنّاء، أصبحت في كثير من الحالات مصدرًا للشعور بالوحدة، القلق، التشتت الذهني، وتضخيم الفجوة بين الواقع والذات، ما يساهم بشكل مباشر في تعميق الإحساس بالاغتراب النفسي.

[1].خليفة، أحمد علي. (2006). علم النفس الاجتماعي. دار الفكر العربي، القاهرة ص 71

إن العلاقة بين الوسائط الاجتماعية والاغتراب النفسي لا يمكن اختزالها في بعد واحد، بل هي علاقة معقدة ومتعددة المستويات. فمن جهة، تمنح هذه الوسائط للفرد إمكانية بناء صورة رقمية عن ذاته قد تكون مثالية أو مصطنعة، ويبدأ في التفاعل معها ومع ردود أفعال الآخرين بناءً على هذه الصورة لا على حقيقته الواقعية. ومع مرور الوقت، يحدث نوع من الانفصال بين "الذات الرقمية" و"الذات الواقعية"، ما يولد صراعًا داخليًا يفقد الطالب الشعور بالتماسك الذاتي، ويقوده تدريجيًا إلى الإحساس بأنه لا يعيش ذاته الحقيقية، بل يعيش من أجل إرضاء الآخرين أو الظهور بمظهر معين. هذا الانفصال بين ما هو كائن وما يجب أن يكون من أجل القبول داخل المجتمع الرقمي يخلق مشاعر عميقة من الاغتراب عن الذات، وهي أحد أعمق أبعاد الاغتراب النفسي وأكثرها تأثيرًا[1].

من جهة أخرى، تغذي هذه الوسائط مفهوم المقارنة الدائمة، حيث يتعرّض المستخدمون يوميًا إلى سيل من المنشورات والصور التي تظهر حياة الآخرين في أبهى حالاتها، مليئة بالنجاح، السعادة، العلاقات المثالية، والإنجازات المتتالية. ورغم أن كثيرًا من هذه المظاهر قد لا تعكس الواقع الحقيقي، إلا أن تأثيرها النفسي يبقى قويًا، خصوصًا على الطلبة الذين ما زالوا في مرحلة بناء الذات وتحديد الهوية. فيقارن الطالب بين حياته وما يراه في الفضاء الرقمي، ويبدأ بالشعور بالدونية أو الفشل أو ضعف الإنجاز، ما يدفعه إلى فقدان الثقة في ذاته، والانسحاب من التفاعل الواقعي، وتعميق شعور العزلة واللامعنى. وكلما زادت هذه المقارنات، زادت معها حالة الانفصال عن الواقع، واشتد الإحساس بالفجوة بين ما هو كائن وما يجب أن يكون، ما يجعل الطالب يعيش في حالة دائمة من القلق والاضطراب والتشوش الذهني.

كما أن الاستخدام المفرط للوسائط الاجتماعية يؤدي إلى تفتيت الانتباه وضعف التركيز، ويؤثر في قدرة الطالب على التفاعل الحقيقي مع البيئة الجامعية المحيطة به. فيغدو التواصل الرقمي بديلًا عن التفاعل الوجاهي، وتضعف المهارات الاجتماعية الحقيقية مثل الحوار، الإنصات، وتكوين الصداقات الواقعية، ما يؤدي إلى ضعف الروابط الاجتماعية داخل الحرم الجامعي، ويزيد من شعور الطالب بالعزلة والانفصال عن الجماعة. هذا الضعف في العلاقات الواقعية ينعكس بدوره على الإحساس بالانتماء، الذي يعد من أهم عوامل الحماية ضد الاغتراب النفسي. وبذلك، تتحول الوسائط الاجتماعية من أداة للتقريب بين الأفراد إلى عامل يعمق المسافات النفسية والاجتماعية بينهم.

[1] بن هنية، مروى. (2018). تأثير الفايسبوك على الهوية النفسية والاجتماعية للمراهقين. مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجزائر 2، العدد 25، ص 149

ولا يمكن تجاهل أن هذه الوسائط غالبًا ما تنتج واقعًا بديلًا تكون فيه السيطرة للفرد على صورته ومحتواه، ما يجعله يشعر مؤقتًا بالقوة والحرية، لكنه ما إن يعود إلى الواقع، حتى يصطدم بمحدودية إمكانياته الفعلية، فتتولد مشاعر عجز وفقدان سيطرة، وهما من أبرز مؤشرات الاغتراب النفسي. كما أن غياب الرقابة الذاتية والاستخدام غير المتوازن لهذه الوسائط، يفتح المجال أمام الانغماس في العوالم الافتراضية على حساب الاهتمام بالواقع، بما فيه من مسؤوليات وعلاقات حقيقية، ما يفاقم الهوة بين الفرد ومجتمعه الفعلي، ويجعله أكثر عرضة للانفصال عن القيم والمعايير الاجتماعية، وهو ما يعرف باللامعيارية، كأحد أبعاد الاغتراب[1].

إن العلاقة بين الوسائط الاجتماعية والاغتراب النفسي ليست علاقة سببية مباشرة في كل الحالات، لكنها علاقة تأثيرية تتفاعل فيها العوامل النفسية والاجتماعية والتقنية، لتخلق في كثير من الأحيان بيئة محفزة لنمو مشاعر الاغتراب، خصوصًا لدى من لا يملكون الوعي الكافي لاستخدام هذه الوسائط بشكل متوازن. ومن هنا تبرز ضرورة التوعية والتثقيف الرقمي، وبناء قدرات الطلبة على إدارة علاقتهم بالتكنولوجيا بشكل صحي، بحيث تصبح هذه الوسائط أداة للنمو الشخصي والاجتماعي، لا وسيلة للهروب والتقوقع والانفصال عن الذات والمجتمع[2].

[1] الخليلي، أحمد، وعبيدات، منال. (2019). وسائل التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي: دراسة ميدانية على طلبة الجامعات الأردنية. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 15، عدد 4، ص 431

[2] المصري، آمال. (2022). الاغتراب في ظل المجتمع الرقمي: مواقع التواصل كأداة تفتيت للهوية الاجتماعية. مجلة الفكر المعاصر، العدد 18، ص 91

المبحث الثاني: النظريات المفسرة للعلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي

المطلب الأول: نظرية الاستخدامات والإشباعات

تعد نظرية الاستخدامات والإشباعات (Uses and Gratifications Theory) واحدة من أبرز النظريات الاتصالية التي نقلت تركيز الدراسات الإعلامية من الوسيلة إلى المتلقي. فقد جاءت كرد فعل على النظريات التقليدية التي اعتبرت الجمهور سلبيا ومتأثرا بشكل مباشر بالمحتوى الإعلامي، مثل نظرية الرصاصة السحرية. بالمقابل، تنظر هذه النظرية إلى الفرد باعتباره كائنا نشطا وعقلانيا يختار الوسيلة الإعلامية بناءً على حاجاته الخاصة، ويقيّم ما إذا كانت تلبي توقعاته أم لا. وهكذا، تصبح الوسائل الإعلامية، ومنها شبكات التواصل الاجتماعي، أدوات يستخدمها الأفراد لتحقيق إشباعات نفسية، معرفية، اجتماعية أو ترفيهية، وليس مجرد قنوات تؤثر فيهم بشكل قسري.

في هذا السياق، يتجه طلبة الجامعات، وخاصة في تخصصات العلوم الإنسانية، لاستخدام منصة الفايسبوك انطلاقا من دوافع نفسية واجتماعية متشابكة. إذ يواجه هؤلاء الطلبة تحديات متعددة خلال المرحلة الجامعية، مثل التوتر الأكاديمي، البحث عن الهوية، الشعور بعدم الأمان الاجتماعي، أو الحاجة إلى التواصل والانتماء. كل هذه التحديات تدفعهم إلى استخدام الفايسبوك كوسيلة للتعبير عن الذات، التفاعل مع الآخرين، تبادل الأفكار، الانتماء إلى مجموعات أو مجتمعات رقمية، وأحيانا للهروب من الواقع والضغط النفسي. وبهذا المعنى، لا يعدّ استخدام الفايسبوك فعلا ترفيهيا عابرا، بل عملية مقصودة تلبي احتياجات حقيقية يشعر بها الطلبة في حياتهم اليومية[1].

غير أن ما تفترضه هذه النظرية أيضًا هو أن الإشباع ليس مضمونًا .فقد لا يتحقق ما يسعى إليه المستخدم، مما يؤدي إلى الإحباط النفسي. فالطالب الذي يلجأ إلى الفايسبوك ليحصل على التقدير أو الشعور بالانتماء قد يفاجأ بأن تفاعلاته محدودة، أو أن ردود الفعل من المحيط الرقمي غير مرضية، مما يشعره بالإهمال أو التهميش. أضف إلى ذلك أن الكثير من التفاعلات في الفضاء الافتراضي تتسم بالسطحية وعدم الاستمرارية، ما يجعلها غير كافية لتلبية الحاجة إلى الدعم الاجتماعي الحقيقي أو التقدير العاطفي. هنا تظهر ملامح الاغتراب النفسي، حين يشعر الطالب أنه غير مرئي أو غير مهم، سواء داخل المنصة أو في الحياة الواقعية[2].

---

[1] روبن، أ. م. (2009). "منظور الاستخدامات والإشباعات لتأثيرات الإعلام." دليل تأثيرات الإعلام ص، 165

[2] لا روز، ر.، وإيستين، م. س. (2004). "نظرية معرفية اجتماعية لاستخدامات وإشباعات الإنترنت: نحو نموذج جديد لحضور الإعلام." اتصال الجماهير والمجتمع، 7(4)ص 395

يضاف إلى ذلك أن الفايسبوك، بمنطق "المقارنة الاجتماعية" الضمني الذي يفرضه، قد يؤدي إلى تفاقم الشعور بالاغتراب. إذ يرى الطلبة منشورات أقرانهم التي تظهر جانبا مثاليا من حياتهم: النجاح، العلاقات، الحياة الاجتماعية، التقدير، السعادة... فيبدأ المستخدم بمقارنة حياته الواقعية بهذه "الحياة المعروضة"، ما يكرّس لديه شعورا بالنقص والعجز والانعزال. رغم أن هذا الجانب يستكمل بنظرية المقارنة الاجتماعية، إلا أن الاستخدامات غير المشبعة ضمن هذا الإطار تفتح الباب لشعور داخلي بالتفكك والانفصال عن الذات والآخرين.

من منظور نظرية الاستخدامات والإشباعات، يمكن القول إن العلاقة بين استخدام الفايسبوك والاغتراب النفسي لا ترتبط باستخدام الوسيلة بحد ذاتها، بل بمدى التوافق بين دوافع الاستخدام والنتائج المتحققة .فحين تتّسع الفجوة بين الحاجات النفسية والاجتماعية التي يبتغيها المستخدم، وبين ما يحصل عليه فعليًا من تفاعلات وتجارب عبر المنصة، تظهر مظاهر الاغتراب بشكل جلي: الإحساس بالفراغ الداخلي، غياب المعنى، ضعف الروابط الاجتماعية، والانسحاب التدريجي من الحياة الواقعية. وهذه كلها مؤشرات حاسمة على حالة من الاغتراب النفسي المعمّق، الذي قد لا يشعر به المستخدم مباشرة، لكنه يتراكم عبر الزمن بشكل خفي ومدمّر[1].

المطلب الثاني: نظرية المقارنة الاجتماعية

تعد نظرية المقارنة الاجتماعية (Social Comparison Theory) من أبرز النظريات النفسية التي تفسّر السلوك البشري في ضوء الحاجة المستمرة لتقييم الذات. وضع أسس هذه النظرية عالم النفس الاجتماعي ليون فيستنغر (Leon Festinger) عام 1954، حيث افترض أن الإنسان يسعى بطبيعته إلى معرفة موقعه الاجتماعي والنفسي عبر مقارنة نفسه بالآخرين، في غياب معايير موضوعية ثابتة. وتنطلق هذه النظرية من مبدأ أن الأفراد لا يقيمون أنفسهم بمعزل عن السياق الاجتماعي، بل يبحثون باستمرار عن مرآة خارجية تعكس لهم قدراتهم، مكانتهم، قيمهم، وحتى جدارتهم، من خلال مقارنة ذواتهم بذوات الآخرين. وتنقسم هذه المقارنة إلى نوعين أساسيين :المقارنة الصاعدة، حيث ينظر الفرد إلى من هم أفضل منه في جانب معين (النجاح، الجمال، العلاقات الاجتماعية، الذكاء،... إلخ)، والمقارنة الهابطة، حيث يقارن نفسه بأشخاص أقل منه مكانة أو إنجازًا، بغرض رفع ثقته بنفسه أو تهدئة شعوره بالفشل.

في سياق الاستخدام اليومي لشبكة الفايسبوك، تتجلى هذه النظرية بوضوح. فالطلبة الجامعيون – خاصة في مرحلة حساسة من حياتهم تتسم بعدم الاستقرار النفسي والاجتماعي – يجدون أنفسهم منخرطين في فضاء رقمي مشحون بصور "محسّنة" ومنتقاة لحياة الآخرين. هؤلاء الآخرون – من الأصدقاء، الزملاء، المشاهير أو المؤثرين –

[1] (بوجيجا، م. ج. (2006). "مواجهة الفيسبوك." صحيفة كرونيكل التعليم العالي ص 21

لا يعرضون واقعهم كما هو، بل يظهرون أفضل ما لديهم: إنجازات، علاقات مثالية، تجارب سفر، احتفالات، مظاهر حياة مرفهة... وهكذا يتحوّل الفايسبوك إلى ساحة لا شعورية للمقارنة الصاعدة، حيث يبدأ الطالب في قياس ذاته من خلال معايير غير واقعية ولا متاحة له بالضرورة.

هذه المقارنة الصاعدة المتكررة تؤدي إلى نتائج نفسية خطيرة، أبرزها الشعور المتزايد بـ"الدونية" أو "عدم الكفاءة"، حيث يرى الطالب أن الآخرين ينجحون، يعيشون حياة سعيدة، يحققون طموحاتهم، بينما هو عالق في واقع رمادي، مليء بالتحديات والضغوط النفسية والاقتصادية والاجتماعية. هذا الانطباع ينتج مع الوقت شعورًا بالفشل الذاتي، قد يتطور إلى اغتراب نفسي، يتمثل في انفصال الفرد عن ذاته الحقيقية وشعوره بالعجز عن تحقيق ذاته أو التفاعل الطبيعي مع مجتمعه. كما يتجلى الاغتراب في بعده الاجتماعي حين يشعر الطالب بأنه لا ينتمي إلى المحيط الذي يرى فيه الآخرين أكثر قبولًا ونجاحًا، فيسحب نفسه تدريجيًا من التفاعلات الواقعية ويغرق في عالم افتراضي، رغم إدراكه لسطحيته وخداعه.

وقد أثبتت العديد من الدراسات العلمية العلاقة الوثيقة بين المقارنة الاجتماعية عبر الوسائط الرقمية والشعور بالاغتراب. فمثلا، كشفت دراسة Krasnova et al. (2013) أن المستخدمين الذين ينخرطون في مقارنة حياتهم بحياة الآخرين على الفايسبوك يعانون من مستويات أعلى من الغيرة والاكتئاب، نتيجة شعورهم المستمر بعدم الكفاءة. كما توصلت دراسة Vogel et al. (2014) إلى أن الاستخدام المكثف للفيسبوك يؤدي إلى خفض تقدير الذات، خصوصًا عند المقارنة الصاعدة مع أقران يعتقد أنهم أكثر نجاحًا أو قبولًا. فيما أظهرت دراسة Chou & Edge (2012) أن الأشخاص الذين يقضون وقتًا طويلا على الفيسبوك يكوّنون انطباعًا مبالغًا فيه عن سعادة الآخرين، مما يعزز شعورهم بأن حياتهم أقل قيمة أو معنى.

إن خطورة هذه المقارنات تكمن في أنها لا تكون دائمًا واعية أو مقصودة، بل تحدث بشكل تلقائي ومتكرر، عبر التصفح العابر والتعرض المستمر لمحتوى مجمّل يعيد تشكيل صورة الذات في عقل المستخدم بطريقة سلبية. ومع تراكم هذه التصورات، يتحوّل الفايسبوك من وسيلة تواصل اجتماعي إلى بيئة خصبة لزراعة الاغتراب، خاصة بين الطلبة الذين يمرون بمراحل انتقالية من حيث بناء الهوية، الثقة بالنفس، وتكوين العلاقات.

في ضوء ما سبق، فإن نظرية المقارنة الاجتماعية توفّر تفسيرًا عميقًا ومتكاملا لكيفية تأثير الفايسبوك على الصحة النفسية للطلبة، حيث لا تقتصر آثاره على الترفيه أو التسلية، بل تمتد لتشكّل الوعي الذاتي والاندماج الاجتماعي، وقد تؤدي إلى الاغتراب إن لم تستخدم هذه الوسائل الرقمية بوعي وحذر.

المطلب الثالث: نظرية التفاعل الرمزي

تعد نظرية التفاعل الرمزي (Symbolic Interactionism)من أبرز النظريات الاجتماعية التي تفسر كيفية بناء الهوية الذاتية والاجتماعية من خلال التفاعلات اليومية بين الأفراد. وتستند هذه النظرية، التي تعود جذورها إلى أعمال جورج هربرت ميد (G. H. Mead) وطورت لاحقًا على يد هربرت بلومر (Herbert Blumer)، إلى فكرة محورية مفادها أن الواقع الاجتماعي لا يفرض على الأفراد من الخارج، بل ينتَج باستمرار من خلال التفاعلات الرمزية، أي من خلال استخدام الرموز (كاللغة، الإيماءات، التعبيرات...) التي تحمل معاني متفق عليها داخل المجتمع. هذه الرموز تشكل البنية الأساسية لفهم الذات والعالم، إذ أن الفرد لا يدرك نفسه إلا من خلال ردود فعل الآخرين تجاهه، وبالتالي فإن الهوية الذاتية تتشكل وتتغير تبعًا لطبيعة التفاعل الاجتماعي.

في هذا السياق، يحتل التفاعل الوجاهي (Face-to-Face Interaction) موقعًا جوهريًا في بناء المعاني والهوية الذاتية، لأنه يسمح بتبادل رموز مركّبة (نبرة الصوت، لغة الجسد، النظرات، المسافة الجسدية...) تعزز الإحساس بالوجود والتقدير الذاتي. غير أن الوسائط الرقمية، وعلى رأسها الفايسبوك، قد غيّرت بشكل جذري طبيعة هذا التفاعل. فالتواصل الرقمي قائم في معظمه على رموز محدودة ومختزلة: كلمات مكتوبة، صور ثابتة، رموز تعبيرية جاهزة (إيموجي)، تفاعلات سطحية مثل "الإعجاب" أو "المشاركة"، مما يؤدي إلى تحجيم المعنى وتبسيط المعاني الوجودية العميقة التي تنتج من خلال التفاعل الحقيقي.

بالنسبة للطلبة الجامعيين، يشكل الفايسبوك ساحة مركزية لبناء الهوية والتفاعل مع الآخرين، لكنه في الوقت ذاته يضعف فرص التفاعل الحيّ والحقيقي الذي يحتاجه الفرد لتأكيد ذاته والشعور بالقبول والانتماء. فحين يصبح التفاعل محصورًا في النقر على زر "أعجبني" أو كتابة تعليق مقتضب، يفقد معناه العميق، ويصبح مجرد تمثيل آلي لا يعكس بالضرورة الاهتمام الحقيقي أو التقدير الشخصي. ومن هنا، تتزعزع الهوية الذاتية، إذ لا يعود الفرد قادرًا على فهم ذاته من خلال تفاعلات صادقة ومعقدة، بل من خلال إشارات رمزية مبسطة ومحدودة.

هذا الضعف في التفاعل الرمزي الحقيقي يؤدي إلى حالة من الانفصال الاجتماعي والاغتراب، حيث يشعر الطالب بأنه حاضر في الفضاء الرقمي شكليًا، لكنه غائب فعليًا على مستوى الوعي الجماعي والانخراط العاطفي. وبدلًا من أن يكون التفاعل الاجتماعي مصدرًا لتعزيز الذات، يصبح مصدرًا للقلق والتشويش، خاصة عندما تبنى الهوية الرقمية على أسس غير واقعية أو منمقة، لا تعكس حقيقة الفرد بل "نسخة محسّنة" منه. هذا التباعد بين الذات الحقيقية والذات الرقمية يعمّق الإحساس بالاغتراب، لأن الفرد يتفاعل مع "آخرين" لا يعرفهم حقًا، ومع "ذاته" التي لا يشعر بأنها تمثله.

وقد بيّنت دراسات عديدة أن غياب التفاعل الوجاهي يؤدي إلى تدهور في المهارات الاجتماعية، وزيادة في الشعور بالوحدة والانفصال، خاصة بين فئة الشباب. فمثلا، تشير بعض الأبحاث إلى أن الاستخدام المكثف للوسائط الاجتماعية يضعف الإحساس بالانتماء للمجتمع المحلي، ويزيد من الاعتماد على التأييد الرمزي (الإعجابات والمشاركات) كبديل للعلاقات الاجتماعية الحقيقية، مما يضعف الشبكة الداعمة للفرد، ويفاقم شعوره بالتهميش والعزلة.في ضوء ما تقدم، يمكن القول إن نظرية التفاعل الرمزي تقدم تفسيرًا دقيقًا لكيفية تحوّل الفايسبوك من أداة للتواصل إلى آلية تعزز الاغتراب، حينما يختزل التفاعل في رموز محدودة، وتبنى الهوية الذاتية على أساس من التفاعل الرقمي المبتور. وفي بيئة جامعية يتشكل فيها وعي الذات والمستقبل، يصبح هذا التحول خطرًا حقيقيًا على الصحة النفسية والانخراط الاجتماعي للطلبة، ويستدعي إعادة التفكير في الطريقة التي نستخدم بها هذه الوسائل، وأثرها العميق على هويتنا الفردية والجماعية

الفصل الثالث:

الدراسة الميدانية للدراسة

المبحث الأول: نتائج الدراسة الميدانية

المطلب الأول : عرض ومناقشة نتائج صحيفة الاستبيان

أولا– تحليل نتائج المحور الأول: البيانات الشخصية

الجدول 01: يمثل متغير الجنس لأفراد العينة

الجنس	التكرار	%
ذكر	50	%50
أنثى	50	%50
المجموع	100	100

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه والذي يمثل توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس، أن أعلى نسبة بنسبة 50% من المبحوثين هم ذكور، وهذا يفسر بأن الباحث اتبع استراتيجية العينة المتوازنة لضمان التمثيل العادل للجنسين، في حين نلاحظ أن نسبة 50% من المبحوثين هم إناث، وهذا يفسر بالرغبة في تجنب التحيز الجنسي في النتائج والحصول على آراء متنوعة تعكس وجهات نظر كلا الجنسين.

ومنه يمكننا القول أن العينة متوازنة تماماً من حيث الجنس، مما يعزز من مصداقية النتائج وإمكانية تعميمها على المجتمع الأصلي دون تحيز جنسي.

الجدول رقم 02: يمثل متغير السن

السن	التكرار	النسبة
اقل من 22 سنة	07	%07
22 الى أقل من 30 سنة	73	%73
من 30 سنة فأكثر	20	%20
المجموع	**100**	**100**

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه والذي يمثل توزيع أفراد العينة حسب متغير السن، أن أعلى نسبة بنسبة 73% من المبحوثين تتراوح أعمارهم من 22 إلى أقل من 30 سنة، وهذا يفسر بأن هذه الفئة العمرية تمثل الشريحة الأكثر نشاطاً واهتماماً بموضوع الدراسة، كما قد تعكس طبيعة المجتمع المدروس الذي يضم في الغالب طلاب الدراسات العليا أو الموظفين الشباب، في حين نلاحظ أن نسبة 20% من المبحوثين تبلغ أعمارهم 30 سنة فأكثر، وهذا يفسر بوجود تمثيل معقول للفئة العمرية الأكثر نضجاً وخبرة، والتي قد تقدم وجهات نظر مختلفة ومتوازنة، بينما نجد أن نسبة 7% فقط من المبحوثين تقل أعمارهم عن 22 سنة، وهذا يفسر بقلة تمثيل الفئة العمرية الأصغر، مما قد يعود إلى طبيعة موضوع الدراسة الذي قد يتطلب مستوى معين من النضج أو الخبرة.

ومنه يمكننا القول أن العينة تتميز بالتركز الكبير في الفئة العمرية الشابة (22-30 سنة)، مما يعني أن النتائج ستعكس بشكل أساسي آراء وتوجهات هذه الفئة، وقد يحد هذا من إمكانية تعميم النتائج على الفئات العمرية الأخرى.

الجدول رقم 03: يمثل مكان إقامة المبحثين

مكان الإقامة	التكرار	النسبة
الإقامة الجامعية	07	%07
المنزل	93	%93
المجموع	100	100

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه والذي يمثل توزيع أفراد العينة حسب مكان الإقامة، أن أعلى نسبة بنسبة 93% من المبحوثين يقيمون في المنزل، وهذا يفسر بأن معظم أفراد العينة من السكان المحليين الذين يعيشون مع عائلاتهم أو في مساكنهم الخاصة، مما قد يعكس استقراراً اجتماعياً واقتصادياً معيناً، كما يشير إلى أن طبيعة المجتمع المدروس تتميز بقرب المؤسسات التعليمية أو العمل من أماكن سكن المبحوثين، في حين نلاحظ أن نسبة 7% فقط من المبحوثين يقيمون في الإقامة الجامعية، وهذا يفسر بقلة عدد الطلاب الوافدين من مناطق بعيدة، أو قد يعكس تفضيل الطلاب للإقامة خارج الحرم الجامعي، أو محدودية الأماكن المتاحة في الإقامة الجامعية.

ومنه يمكننا القول أن العينة تتكون في غالبيتها العظمى من أفراد يقيمون في بيئة عائلية أو منزلية مستقرة، مما قد يؤثر على طبيعة الاستجابات والآراء المعبر عنها، ويحد من تنوع الخبرات المتعلقة بأنماط المعيشة المختلفة.

ثانيا–تحليل نتائج المحور الثاني: العادات وانماط استخدام طلبة الاعلام والاتصال لموقع الفايسبوك

الجدول رقم04: استخدام مواقع التواصل حسب مكان الاقامة

مكان الإقامة	الإقامة الجامعية		البيت		المجموع	
استخدام مواقع التواصل	ت	%	ت	%	ت	%
دائما	07	100	83	89.2	**90**	**90**
أحيانا	00	00	10	10.8	**10**	**10**
نادرا	00	00	00	00	**00**	**00**
المجموع	**07**	**100**	**93**	**100**	**100**	**100**

تحليل الجدول

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين مكان الاقامة واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ان اعلى نسبة بنسبة 90% من المبحوثين يرون ان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يكون دائما، من بينهم نجد 83 فردا بنسبة 89.2% ممن يرون ان الاقامة في البيت ترتبط بالاستخدام الدائم لمواقع التواصل، و7 افراد بنسبة 100% ممن يرون ان الاقامة الجامعية ترتبط ايضا بالاستخدام الدائم لمواقع التواصل، كما نلاحظ ان نسبة 10% من المبحوثين يرون ان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يكون احيانا، ومن هؤلاء 10 افراد بنسبة 10.8% يرون ان الاقامة في البيت ترتبط بالاستخدام الاحياني لمواقع التواصل، وبالمقابل نجد ان نسبة 0% من المبحوثين في الاقامة الجامعية يرون ان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يكون احيانا، كما نلاحظ ان نسبة 0% من المبحوثين يرون ان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يكون نادرا في كلا مكاني الاقامة.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان هناك شبه اجماع من قبل افراد العينة على الاستخدام الدائم لمواقع التواصل الاجتماعي بغض النظر عن مكان الاقامة، وهذا ما يعكس الانتشار الواسع لثقافة التواصل الرقمي في المجتمع المعاصر اذ اصبحت الشبكات الرقمية جزءا لا يتجزأ من النسيج الاجتماعي للأفراد، بينما نجد ان نسبة الاستخدام الاحياني لمواقع التواصل محدودة وتقتصر فقط على المقيمين في البيت، مما قد يشير الى وجود عوامل اجتماعية او اقتصادية تؤثر على انماط الاستخدام. كما ان غياب الاستخدام النادر او عدم الاستخدام يعكس درجة الاندماج العالية للتكنولوجيا الرقمية في الحياة اليومية للمبحوثين، وهو ما يتماشى مع خصائص الجيل الرقمي الذي يتميز بالتفاعل المستمر مع وسائل التكنولوجيا الحديثة.

واخيرا يمكننا القول ان مكان الاقامة لا يشكل عاملا مؤثرا في تحديد مستوى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، حيث يسود النمط الدائم للاستخدام بشكل شبه مطلق بين افراد العينة، مما يعكس التجانس في السلوك الرقمي والاندماج الكامل لوسائل التواصل الاجتماعي في البنية الاجتماعية للمجتمع المدروس، ويؤكد على ان الثورة الرقمية قد تجاوزت الحواجز المكانية والجغرافية لتصبح سمة مميزة للحياة المعاصرة.

الجدول رقم 05: يمثل العلاقة بين الفترة الزمنية لاستخدام الفايسبوك والوقت اليومي المستغرق فيه

الفترة الزمنية لاستخدام الفايسبوك	الفترة الصباحية		الفترة المسائية		**المجموع**	
الوقت اليومي المستغرق في الفايسبوك	ت	%	ت	%	**ت**	**%**
أقل من ساعة	18	%17,9	00	%0,0	**18**	**%18**
من 1 الى 3 ساعة	05	%17,9	23	%31,9	**28**	**%28**
من 3 الى 5 ساعة	05	%64,3	49	%68,1	**54**	**%54**
المجموع	**28**	**100**	**72**	**100**	**100**	**100**

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين الفترة الزمنية لاستخدام الفايسبوك والوقت اليومي المستغرق فيه، ان اعلى نسبة بنسبة 54% من المبحوثين يرون ان الوقت اليومي المستغرق في الفايسبوك يتراوح من 3 الى 5 ساعات، من بينهم نجد 49 فردا بنسبة 68.1% ممن يرون ان الفترة المسائية هي الافضل لقضاء من 3 الى 5 ساعات على الفايسبوك، و5 افراد بنسبة 64.3% ممن يرون ان الفترة الصباحية مناسبة لقضاء من 3 الى 5 ساعات على الفايسبوك، كما نلاحظ ان نسبة 28% من المبحوثين يرون ان الوقت اليومي المستغرق في الفايسبوك يتراوح من 1 الى 3 ساعات، ومن هؤلاء 23 فردا بنسبة 31.9% يرون ان الفترة المسائية هي الانسب لقضاء من 1 الى 3 ساعات على الفايسبوك، و5 افراد بنسبة 17.9% يرون ان الفترة الصباحية مناسبة لقضاء من 1 الى 3 ساعات على الفايسبوك، وبالمقابل نجد ان نسبة 18% من المبحوثين يرون ان الوقت اليومي المستغرق في الفايسبوك اقل من ساعة، ومن هؤلاء 18 فردا بنسبة 17.9% يرون ان الفترة الصباحية هي الوحيدة المناسبة لقضاء اقل من ساعة على الفايسبوك، بينما لا يوجد اي مبحوث في الفترة المسائية يقضي اقل من ساعة على الفايسبوك.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان هناك تباينا واضحا في انماط استخدام الفايسبوك حسب الفترة الزمنية، حيث تهيمن الفترة المسائية على الاستخدام المكثف للمنصة. كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية الاوقات الاجتماعية لهارييت مارتينو، حيث تعكس الفترة المسائية وقت الاسترخاء والتفاعل الاجتماعي بعد انتهاء الالتزامات اليومية، مما يفسر الميل نحو قضاء وقت اطول على الفايسبوك خلال هذه الفترة. كما ان تركز الاستخدام المحدود (اقل من ساعة) في الفترة الصباحية يعكس طبيعة هذا الوقت المرتبط بالاستعداد لمهام اليوم والالتزامات المهنية او الدراسية، مما يحد من الوقت المتاح للتفاعل على وسائل التواصل الاجتماعي. اضافة الى ذلك، فان هيمنة الاستخدام المكثف (3-5 ساعات) يشير الى درجة عالية من الاندماج الرقمي والاعتماد على الفايسبوك كوسيلة اساسية للتواصل والترفيه، وهو ما يتماشى مع خصائص المجتمع الرقمي المعاصر.

واخيرا يمكننا القول ان الفترة الزمنية تلعب دورا محوريا في تحديد انماط استخدام الفايسبوك، حيث تبرز الفترة المسائية كفضاء زمني مهيمن للتفاعل الرقمي المكثف، بينما تقتصر الفترة الصباحية على الاستخدام المحدود والسريع، مما يعكس تاثير الايقاع الاجتماعي اليومي على السلوك الرقمي للمبحوثين، ويؤكد على ان وسائل التواصل الاجتماعي قد اصبحت جزءا لا يتجزا من البنية الزمنية للحياة الاجتماعية المعاصرة، مع تخصيص اوقات محددة للانغماس في العالم الافتراضي.

ثالثا– تحليل نتائج المحور الثالث: دوافع استخدام طلبة الماستر للفايسبوك

الجدول رقم 06: يمثل العلاقة بين الجنس واستخدام الفايسبوك للتواصل مع الاخرين ومتابعة ما يحدث في المجتمع

الجنس	ذكر		أنثى		المجموع	
استخدم الفايسبوك للتواصل مع الاخرين وما يحث في المجتمع	ت	%	ت	%	ت	%
أوافق بشدة	40	80	45	90	85	85
أوافق	10	20	05	10	15	15
لا أوافق	00	00	00	00	00	00
المجموع	50	100	50	100	100	100

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين الجنس واستخدام الفايسبوك للتواصل مع الاخرين ومتابعة ما يحدث في المجتمع، ان اعلى نسبة بنسبة 85% من المبحوثين يرون انهم يوافقون بشدة على استخدام الفايسبوك للتواصل مع الاخرين ومتابعة احداث المجتمع، من بينهم نجد 45 فردا بنسبة 90% من الاناث ممن يرون انهن يوافقن بشدة على استخدام الفايسبوك للتواصل الاجتماعي ومتابعة الاحداث المجتمعية، و40 فردا بنسبة 80% من الذكور ممن يرون انهم يوافقون بشدة على استخدام الفايسبوك للتواصل والمتابعة المجتمعية، كما نلاحظ ان نسبة 15% من المبحوثين يرون انهم يوافقون على استخدام الفايسبوك للتواصل مع الاخرين ومتابعة ما يحدث في المجتمع، ومن هؤلاء 10 افراد بنسبة 20% من الذكور يرون انهم يوافقون على استخدام الفايسبوك للتواصل الاجتماعي، و5 افراد بنسبة 10% من الاناث يرون انهن يوافقن على استخدام الفايسبوك للتواصل ومتابعة الاحداث، وبالمقابل نجد ان نسبة 0% من المبحوثين في كلا الجنسين يرون انهم لا يوافقون على استخدام الفايسبوك للتواصل مع الاخرين ومتابعة ما يحدث في المجتمع.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان هناك اجماعا شبه تام من قبل افراد العينة على الموافقة على استخدام الفايسبوك للتواصل الاجتماعي ومتابعة الاحداث المجتمعية، مع تفوق طفيف للاناث في درجة الموافقة الشديدة. يمكن تفسير هذه النتيجة، بحيث يمثل الفايسبوك اداة فعالة لبناء وتعزيز الشبكات الاجتماعية والحفاظ على الروابط المجتمعية. كما ان التفوق النسبي للاناث في الموافقة الشديدة يمكن تفسيره وفق نظرية الادوار الجندرية، حيث تميل الاناث تاريخيا الى اعطاء اهمية اكبر للعلاقات الاجتماعية والتواصل الشخصي، وهو ما ينعكس على استخدامهن المكثف لوسائل التواصل الاجتماعي. اضافة الى ذلك، فان غياب المعارضة التامة لاستخدام الفايسبوك يشير الى درجة عالية من القبول الاجتماعي لهذه المنصة كوسيلة مشروعة ومفيدة للتواصل ومتابعة الشؤون المجتمعية، وهو ما يعكس اندماج وسائل التواصل الاجتماعي في النسيج الاجتماعي للمجتمع المدروس.

واخيرا يمكننا القول ان الجنس لا يشكل عاملا مؤثرا بشكل جوهري في تحديد الموقف من استخدام الفايسبوك للتواصل الاجتماعي ومتابعة الاحداث المجتمعية، حيث يسود الاجماع الايجابي بين الجنسين مع تفوق طفيف للاناث في درجة الحماس، مما يعكس الطبيعة الشمولية لثقافة التواصل الرقمي التي تجاوزت الحواجز الجندرية لتصبح سمة مشتركة بين افراد المجتمع، ويؤكد على الدور المحوري الذي تلعبه وسائل التواصل الاجتماعي في الحفاظ على التماسك الاجتماعي وتعزيز المشاركة المجتمعية في العصر الرقمي.

الجدول رقم 07: استخدام الفايسبوك للاطلاع على منشورات ادارة قسم الاعلام والاتصال وروابط الكتب والمجلات والتظاهرات العلمية حسب مكان الاقامة

مكان الإقامة	الإقامة		المنزل		المجموع	
استخدم الفايسبوك للاطلاع على منشورات إدارة قسم الاعلام والاتصال وروابط الكتب والمجلات والتظاهرات العلمية	ت	%	ت	%	ت	%
أوافق بشدة	03	42.85	**13**	**14**	**16**	**%16**
أوافق	04	57.15	**14**	**15**	**18**	**%18**
لا أوافق	00	00	**66**	**71**	**66**	**%66**
المجموع	**07**	**100**	**93**	**100**	**100**	**100**

تحليل الجدول

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين مكان الاقامة واستخدام الفايسبوك للاطلاع على منشورات ادارة قسم الاعلام والاتصال والمحتوى العلمي، ان اعلى نسبة بنسبة 66% من المبحوثين يرون انهم لا يوافقون على استخدام الفايسبوك للاطلاع على منشورات قسم الاعلام والاتصال والمحتوى العلمي، من بينهم نجد 66 فردا بنسبة 71% من المقيمين في المنزل ممن يرون انهم لا يوافقون على استخدام الفايسبوك للاطلاع على المحتوى العلمي للقسم، بينما لا يوجد اي مبحوث من المقيمين في الاقامة الجامعية لا يوافق على هذا الاستخدام، كما نلاحظ ان نسبة 18% من المبحوثين يرون انهم يوافقون على استخدام الفايسبوك للاطلاع على منشورات قسم الاعلام والاتصال والمحتوى العلمي، ومن هؤلاء 14 فردا بنسبة 15% من المقيمين في المنزل يرون انهم يوافقون على استخدام الفايسبوك للاطلاع على المحتوى العلمي، و4 افراد بنسبة 57.15% من المقيمين في الاقامة الجامعية يرون انهم يوافقون على استخدام الفايسبوك للاطلاع على منشورات القسم والمحتوى العلمي، وبالمقابل نجد ان نسبة 16% من المبحوثين يرون انهم يوافقون بشدة على استخدام الفايسبوك للاطلاع على منشورات قسم الاعلام والاتصال والمحتوى العلمي، ومن هؤلاء 13 فردا بنسبة 14% من المقيمين في المنزل يرون انهم يوافقون بشدة على هذا الاستخدام، و3 افراد بنسبة 42.85% من المقيمين في الاقامة الجامعية يرون انهم يوافقون بشدة على استخدام الفايسبوك للاطلاع على المحتوى العلمي للقسم.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان هناك تباينا واضحا في انماط استخدام الفايسبوك للاغراض التعليمية والعلمية حسب مكان الاقامة، حيث تظهر الغالبية العظمى من المقيمين في المنزل عدم اهتمام واضح بالمحتوى العلمي لقسم الاعلام والاتصال على الفايسبوك. هذا التباين يمكن ان يعزى الى عدة عوامل منها ضعف الوعي بوجود هذا المحتوى العلمي على المنصة، او عدم جاذبية المحتوى المقدم من قبل ادارة القسم، او ربما تفضيل المبحوثين لمصادر اخرى للحصول على المعلومات العلمية والاكاديمية. في المقابل، نلاحظ ان المقيمين في الاقامة الجامعية يظهرون اهتماما اكبر نسبيا بهذا النوع من المحتوى، مما قد يرجع الى قربهم الجغرافي من الجامعة والقسم، وبالتالي اكبر اطلاعا على الانشطة والفعاليات العلمية. كما ان طبيعة الحياة الجامعية في الاقامة قد تخلق بيئة اكثر تفاعلا مع المحتوى الاكاديمي والعلمي مقارنة بالمقيمين في المنزل الذين قد يكونون اكثر انشغالا بالمسؤوليات العائلية والاجتماعية.

واخيرا يمكننا القول ان مكان الاقامة يلعب دورا مؤثرا في تحديد مستوى الاهتمام بالمحتوى العلمي والاكاديمي على الفايسبوك، حيث تظهر النتائج ضعفا واضحا في استخدام هذه المنصة للاغراض التعليمية من قبل الغالبية العظمى للمبحوثين، مما يشير الى ضرورة اعادة النظر في استراتيجيات التواصل الرقمي لادارة قسم الاعلام والاتصال وتطوير محتوى اكثر جاذبية وتفاعلية، كما يكشف عن الحاجة الى زيادة الوعي بوجود هذا المحتوى وتعزيز قيمته العلمية لدى الطلاب والمهتمين بمجال الاعلام والاتصال

الجدول رقم 08: استخدام الفايسبوك للاطلاع على المحتويات الترفيهية للتسلية وتغطية الفراغات والقضاء على العزلة والوحدة وتحسين المزاج حسب الجنس

الجنس	ذكر		أنثى		**المجموع**	
استخدم الفايسبوك للاطلاع على المحتويات الترفيهية للتسلية وتغطية الفراغات و القضاء عن العزلة والوحدة وتحسين المزاج	ت	%	ت	%	**ت**	**%**
أوافق بشدة	10	20	13	26	23	23
أوافق	34	68	37	74	71	71
لا أوافق	06	12	00	00	06	06
المجموع	50	100	50	100	100	100

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين الجنس واستخدام الفايسبوك للاطلاع على المحتويات الترفيهية والتسلية، ان اعلى نسبة بنسبة 71% من المبحوثين يرون انهم يوافقون على استخدام الفايسبوك للاطلاع على المحتويات الترفيهية للتسلية وتغطية الفراغات والقضاء على العزلة والوحدة وتحسين المزاج، من بينهم نجد 37 فردا بنسبة 74% من الاناث ممن يرون انهن يوافقن على استخدام الفايسبوك للاغراض الترفيهية والتسلية، و34 فردا بنسبة 68% من الذكور ممن يرون انهم يوافقون على استخدام الفايسبوك

للمحتويات الترفيهية وتحسين المزاج، كما نلاحظ ان نسبة 23% من المبحوثين يرون انهم يوافقون بشدة على استخدام الفايسبوك للاطلاع على المحتويات الترفيهية والتسلية، ومن هؤلاء 13 فردا بنسبة 26% من الاناث يرون انهن يوافقن بشدة على استخدام الفايسبوك للاغراض الترفيهية والقضاء على العزلة، و10 افراد بنسبة 20% من الذكور يرون انهم يوافقون بشدة على استخدام الفايسبوك للتسلية وتحسين المزاج، وبالمقابل نجد ان نسبة 6% من المبحوثين يرون انهم لا يوافقون على استخدام الفايسبوك للاطلاع على المحتويات الترفيهية والتسلية، ومن هؤلاء 6 افراد بنسبة 12% من الذكور يرون انهم لا يوافقون على استخدام الفايسبوك للاغراض الترفيهية، بينما لا توجد اي انثى لا توافق على هذا الاستخدام.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان هناك قبولا واسعا من قبل افراد العينة لاستخدام الفايسبوك للاغراض الترفيهية والتسلية، مع تفوق طفيف للاناث في درجة الموافقة. هذا الاقبال الكبير على المحتويات الترفيهية يعكس الحاجة الطبيعية للافراد الى التسلية والترفيه كوسيلة للتخفيف من ضغوط الحياة اليومية والدراسة. كما ان الفرق الجندري الملحوظ يمكن تفسيره بان الاناث قد يكن اكثر تعبيرا عن احتياجهن للدعم العاطفي والتفاعل الاجتماعي لمواجهة مشاعر العزلة والوحدة، بينما قد يكون الذكور اكثر ترددا في الاعتراف بحاجتهم لهذا النوع من الدعم النفسي. اضافة الى ذلك، فان الموافقة الشبه الكاملة من قبل الاناث تشير الى اهمية وسائل التواصل الاجتماعي كمساحة امنة للتعبير عن المشاعر والبحث عن الراحة النفسية والتفاعل الايجابي. في المقابل، وجود نسبة صغيرة من الذكور الذين لا يوافقون على هذا الاستخدام قد يعكس تفضيل بعضهم لطرق اخرى للترفيه والتسلية خارج المنصات الرقمية.

واخيرا يمكننا القول ان الفايسبوك يحتل مكانة مهمة كمنصة للترفيه والتسلية والدعم النفسي لدى الغالبية العظمى من افراد العينة بغض النظر عن الجنس، مع تفوق واضح للاناث في درجة الاعتماد على هذه المنصة لتحسين المزاج والقضاء على العزلة، مما يؤكد على الدور المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي في توفير الدعم النفسي والاجتماعي للافراد في المجتمع المعاصر، ويبرز اهمية هذه المنصات كادوات فعالة لمواجهة التحديات النفسية والاجتماعية التي يواجهها الشباب في حياتهم اليومية.

رابعا–تحليل نتائج المحور الرابع: معدل ارتباط استخدام طلبة الاعلام والاتصال لموقع الفاسبوك بدرجة الاغتراب النفسي لديهم

الجدول رقم09: يمثل توزيع آراء المبحوثين حول شعورهم بالغربة وسط اصدقائهم على الفايسبوك وعلاقته بشعور عدم الانتماء الى المجموعة من خلال استخدام الفايسبوك

أشعر انني غريب وسط أصدقائي على الفايسبوك	أوافق		محايد		لا أوافق		المجموع	
اشعر لعدم الانتماء الى المجموعة من خلال استخدام الفايسبوك	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%
أوافق	20	100	00	00	00	00	20	%20
محايد	00	00	30	100	00	00	30	%30
لا أوافق	00	00	00	00	50	100	50	%50
المجموع	**20**	**100**	30	100	50	100	100	100

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل توزيع آراء المبحوثين حول شعورهم بالغربة وسط اصدقائهم على الفايسبوك وعلاقته بشعور عدم الانتماء الى المجموعة من خلال استخدام الفايسبوك، ان اعلى نسبة بنسبة 50% من المبحوثين يرون انهم لا يشعرون بالغربة وسط اصدقائهم على الفايسبوك، من بينهم نجد 50 فردا بنسبة 100% ممن يرون انهم لا يشعرون بعدم الانتماء الى المجموعة، كما نلاحظ ان نسبة 30% من المبحوثين محايدون بخصوص الشعور بالغربة وسط اصدقائهم، ومن هؤلاء 30 فردا بنسبة 100% يرون ايضا انهم محايدون تجاه الشعور بعدم الانتماء، وبالمقابل نجد ان نسبة 20% من المبحوثين يوافقون على انهم يشعرون بالغربة وسط اصدقائهم على الفايسبوك، ومن هؤلاء 20 فردا بنسبة 100% يرون انهم يشعرون بعدم الانتماء الى المجموعة من خلال استخدام الفايسبوك.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان هناك علاقة واضحة بين الشعور بالغربة وسط الاصدقاء على الفايسبوك والشعور بعدم الانتماء الى المجموعة، اذ كل من صرح بانه يشعر بالغربة اكد ايضا شعوره بعدم الانتماء، بينما الذين لا يشعرون بالغربة عبروا بوضوح عن عدم شعورهم بالاقصاء او العزلة في الفضاء الرقمي، برصد دور الانخراط الاجتماعي الرقمي في تشكيل احساس الفرد بالانتماء او العزلة، حيث يظهر ان التفاعل الاجتماعي عبر الفايسبوك يلعب دورا نفسيا واجتماعيا مؤثرا في تشكيل صورة الفرد عن ذاته وعلاقته بالآخرين.

واخيرا يمكننا القول ان نتيجة التحليل تشير الى ان الشعور بالغربة في منصات التواصل الاجتماعي يرتبط ارتباطا مباشرا بشعور الانتماء للمجموعة الرقمية، مما يستدعي مزيدا من الاهتمام بخلق بيئات تفاعلية ايجابية تضمن الاندماج وتقلل من الشعور بالعزلة لدى المستخدمين، خاصة فئة الشباب والمراهقين.

الجدول رقم10: يمثل توزيع آراء المبحوثين حول شعورهم بالوحدة رغم وجودهم على الفايسبوك، وعلاقته باستخدامهم الكثيف لهذه المنصة

أشعر بالوحدة رغم وجودي على الفايسبوك	أوافق		محايد		لا أوافق		**المجموع**	
استخدامي الكثيف للفايسبوك زاد من شعوري بالعزلة	ت	%	ت	%	ت	%	**ت**	**%**
أوافق	08	40	00	00	00	00	08	08
محايد	00	00	08	25	04	6.7	12	12
لا أوافق	00	00	24	75	56	93.3	80	80
المجموع	**08**	**100**	32	100	60	100	100	100

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل توزيع آراء المبحوثين حول شعورهم بالوحدة رغم وجودهم على الفايسبوك، وعلاقته باستخدامهم الكثيف لهذه المنصة، ان اعلى نسبة بنسبة 80% من المبحوثين لا يوافقون على عبارة "اشعر بالوحدة رغم وجودي على الفايسبوك"، من بينهم نجد 56 فردا بنسبة 93.3% ممن لا يوافقون ايضا على ان استخدامهم الكثيف للفايسبوك زاد من شعورهم بالعزلة، كما نلاحظ ان نسبة 32% من المبحوثين كانوا محايدين تجاه الشعور بالوحدة، ومن هؤلاء 24 فردا بنسبة 75% لا يوافقون على ان الاستخدام الكثيف للفايسبوك زاد من شعورهم بالعزلة، في حين نجد فقط 8 افراد بنسبة 25% كانوا محايدين ووافقوا على ان استخدامهم زاد من شعورهم بالعزلة، وبالمقابل نجد ان نسبة 8% من المبحوثين يوافقون على انهم يشعرون بالوحدة رغم وجودهم على الفايسبوك، ومن هؤلاء 8 افراد بنسبة 100% يرون ان استخدامهم الكثيف للفايسبوك زاد من شعورهم بالعزلة.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان اغلب المبحوثين لا يربطون بين كثافة استخدامهم للفايسبوك والشعور بالوحدة او العزلة، حيث ان اغلبية الذين لا يشعرون بالوحدة اكدوا ايضا ان استخدامهم المكثف لم يؤد الى العزلة، كما أن الفضاء الرقمي قد يكون بديلا اجتماعيا بالنسبة للبعض، في حين يمكن ان يؤدي الى انعزال رمزي بالنسبة لفئة اخرى، بحسب نمط الاستخدام ونوع التفاعل الاجتماعي الذي يتم داخل هذه المنصة.

واخيرا يمكننا القول ان نتيجة التحليل تشير الى ان العلاقة بين الشعور بالوحدة وكثافة استخدام الفايسبوك ليست علاقة حتمية، اذ ان عددا كبيرا من المستخدمين لا يشعرون بالعزلة رغم استخدامهم المتكرر، مما يوحي بان نوعية التفاعل وجودة العلاقات الرقمية تلعب دورا اكبر من مجرد الكثافة الزمنية للاستخدام.

الجدول رقم 11: يمثل العلاقة بين ميل المبحوثين الى مقارنة أنفسهم بالآخرين بسبب استخدام الفايسبوك، وميلهم الى متابعة حياة الآخرين أكثر من مشاركتهم الخاصة

اقارن نفسي كثيرا بالاخرين بسبب استخدام الفايسبوك	أوافق		محايد		لا أوافق		**المجموع**	
اتابع حياة الاخرين عبر الفايسبوك اكثر من متابعة مشاركتي الخاصة	ت	%	ت	%	ت	%	**ت**	**%**
أوافق	08	40	00	00	00	00	08	08
محايد	00	00	08	25	04	6.7	12	12
لا أوافق	00	00	24	75	56	93.3	80	80
المجموع	08	100	32	100	60	100	100	100

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين ميل المبحوثين الى مقارنة أنفسهم بالآخرين بسبب استخدام الفايسبوك، وميلهم الى متابعة حياة الآخرين أكثر من مشاركتهم الخاصة، ان اعلى نسبة بنسبة 80% من المبحوثين لا يوافقون على مقارنة أنفسهم بالآخرين، من بينهم نجد 56 فردا بنسبة 93.3% لا يوافقون كذلك على انهم يتابعون حياة الآخرين أكثر من التفاعل مع مشاركاتهم الشخصية، كما نلاحظ ان نسبة 12% من المبحوثين محايدون في مسألة المقارنة بالآخرين، ومن هؤلاء 08 افراد بنسبة 25% يوافقون على انهم يتابعون الآخرين أكثر من أنفسهم، مقابل 04 افراد بنسبة 6.7% لا يوافقون على ذلك، وبالمقابل نجد ان نسبة 08% من المبحوثين يوافقون على مقارنة أنفسهم بالآخرين، ومن هؤلاء 08 افراد بنسبة 100% يؤكدون انهم يتابعون حياة الآخرين عبر الفايسبوك أكثر من التفاعل مع مشاركاتهم الخاصة، ونواصل هكذا مع باقي النسب ان وجدت.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان الغالبية الساحقة من المبحوثين لا يقارنون أنفسهم بالآخرين ولا ينجذبون لمتابعة تفاصيل حياة الغير على الفايسبوك بشكل يؤثر على ذواتهم، وهو ما قد يشير الى نوع من النضج الرقمي، او ما يسمى بوعي الاستخدام، حيث لا يقع المستخدم بسهولة في فخ المقارنات الاجتماعية التي تفرضها طبيعة المحتوى المنتشر على المنصة.

ومن خلال استحضار مفهوم المقارنة الاجتماعية الذي يعتبر من الآثار النفسية الشائعة لاستخدام شبكات التواصل، حيث تتسبب طبيعة المحتوى الموجه نحو إبراز النجاحات والمظاهر في خلق فجوة ادراكية لدى المستخدمين تجعلهم يشعرون بعدم الرضا عن ذواتهم، غير أن نتائج هذا الجدول تشير الى ان فئة المبحوثين استطاعت الى حد ما تجاوز هذا الاثر، ربما بفضل نمط الاستخدام او البنية النفسية والاجتماعية التي توفر لها دعما ذاتيا ومحيطا يعزز الثقة بالنفس.

كما يمكن اعتبار انخفاض نسبة المقارنة مع الآخرين دليلا على ان الفايسبوك لم يعد بنفس التأثير الذي كان عليه سابقا، خاصة مع تحول الاهتمام نحو منصات اخرى تقدم محتوى ترفيهيا سريع الاستهلاك، وهو ما يطرح فرضية تراجع التأثير النفسي للفيسبوك مقارنة بسنوات سابقة.

واخيرا يمكننا القول ان نتيجة التحليل تكشف عن غلبة الاستخدام الواعي والرصين للفايسبوك في هذه العينة من المبحوثين، حيث لا تشكل المقارنة بالآخرين ولا متابعة حياتهم مصدر ضغط نفسي أو عزلة ذاتية، مما يدل على قدرة الأفراد على ضبط علاقتهم بالمنصات الاجتماعية بطريقة متوازنة نسبيا.

الجدول رقم 12: يمثل توزيع آراء المبحوثين حسب الجنس حول تفضيل التفاعل على الفايسبوك بدل اللقاء في الواقع

الجنس	ذكر		أنثى		**المجموع**	
أفضل التفاعل على الفايسبوك بدل اللقاء في الواقع	ت	%	ت	%	**ت**	**%**
أوافق	22	44	**43**	**86**	**65**	**65**
محايد	05	10	**00**	**00**	**05**	**05**
لا أوافق	23	46	**07**	**14**	**30**	**30**
المجموع	**50**	**100**	**50**	**100**	**100**	**100**

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل توزيع آراء المبحوثين حسب الجنس حول تفضيل التفاعل على الفايسبوك بدل اللقاء في الواقع، ان اعلى نسبة بنسبة 65% من المبحوثين يوافقون على انهم يفضلون التفاعل عبر الفايسبوك على اللقاءات الواقعية، من بينهم نجد 43 انثى بنسبة 86% ممن يفضلن التفاعل الرقمي، و22 ذكرا بنسبة 44% ممن يشاركون نفس الرأي، كما نلاحظ ان نسبة 5% من المبحوثين عبروا عن موقف محايد تجاه هذا الموضوع، ومن هؤلاء 5 ذكور بنسبة 10%، بينما لم تسجل اي انثى موقفا محايدا بنسبة 0%، وبالمقابل نجد ان نسبة 30% من المبحوثين لا يوافقون على تفضيل التفاعل على الفايسبوك، ومن هؤلاء 23 ذكرا بنسبة 46% يرون ان اللقاء الواقعي افضل من التفاعل الرقمي، و07 اناث بنسبة 14% يفضلن بدورهن اللقاءات الواقعية.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان هناك ميلا واضحا لدى الاناث نحو تفضيل التفاعل الافتراضي عبر منصة الفايسبوك مقارنة بالذكور، اذ ان غالبية الاناث بنسبة تفوق 80% عبرن عن موافقتهن على التفاعل الرقمي بدل الواقعي، في حين تبين المعطيات ان مواقف الذكور توزعت بشكل اكثر توازنا بين الموافقة والرفض، مع وجود نسبة من الحياد بلغت 10%، وهو ما يدل على تباين جندري واضح في تمثل العلاقات الاجتماعية عبر الوسائط الرقمية.

ومن خلال استقراء هذا التباين، حيث يمكن تفسير ميول الاناث نحو التفاعل الرقمي باعتبارات تتعلق بالخصوصية والراحة النفسية التي تتيحها البيئة الافتراضية، الى جانب كونها مساحة اكثر امنا للتعبير والمشاركة بعيدا عن الضغوط المجتمعية المباشرة التي قد ترافق التفاعل الواقعي، كما ان بعض الدراسات تشير الى ان الاناث يملن لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي لغايات عاطفية وعلاقاتية بشكل اكبر من الذكور، ما يعزز فرضية تفضيلهن لهذه المنصات.

في المقابل، قد يفضل الذكور اللقاء الواقعي نظرا لطبيعة تفاعلهم الاجتماعي الذي يميل اكثر الى التواصل المباشر، الحركي، والواقعي، حيث يعتبر الفضاء الرقمي بالنسبة للبعض منهم غير كاف لبناء علاقات اجتماعية حقيقية، وقد يشكل مجرد وسيلة تكميلية للتفاعل وليس بديلا له، كما ان وجود نسبة معتبرة من الذكور الذين لا يوافقون على التفاعل الرقمي يشير الى تمثل سلبي نسبي لوسائط التواصل الحديثة في ما يخص بناء العلاقات الجادة او العميقة.

واخيرا يمكننا القول ان نتيجة التحليل تبين ان تفضيل نمط التفاعل الاجتماعي بين الرقمي والواقعي يختلف باختلاف الجنس، حيث تميل الاناث بنسبة اعلى نحو التفاعل عبر الفايسبوك بينما يظهر الذكور توازنا بين القبول والرفض، وهو ما يشير الى ان استخدام الفضاءات الرقمية يخضع لتمثيلات اجتماعية ونفسية مختلفة تتأثر بعوامل ثقافية ، ما يدفع الى التأكيد على ضرورة فهم هذا السلوك الرقمي ضمن سياقه الاجتماعي والثقافي وعدم التعامل معه كممارسة موحدة لدى جميع المستخدمين.

الجدول رقم 13: يمثل العلاقة بين شعور المبحوثين بالعزلة عن ذواتهم بسبب استخدام الفايسبوك، ومدى اعتمادهم على العالم الافتراضي اكثر من الواقعي

اشعر بالعزلة عن ذاتي بسبب الفايسبوك	أوافق		لا أوافق		المجموع	
الفايسبوك جعلني أعتمد على العالم الافتراضي اكثر من الواقعي	ت	%	ت	%	ت	%
أوافق	10	25	**14**	**23.3**	**24**	**24**
محايد	10	25	**06**	**10**	**16**	**16**
لا أوافق	20	50	**40**	**66.7**	**60**	**60**
المجموع	**40**	**100**	**60**	**100**	**100**	**100**

تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين شعور المبحوثين بالعزلة عن ذواتهم بسبب استخدام الفايسبوك، ومدى اعتمادهم على العالم الافتراضي اكثر من الواقعي، ان اعلى نسبة بنسبة 60% من المبحوثين لا يوافقون على الشعور بالعزلة عن ذواتهم بسبب الفايسبوك، من بينهم نجد 40 فردا بنسبة 66.7% ممن لا يوافقون ايضا على ان الفايسبوك جعلهم يعتمدون على العالم الافتراضي اكثر من الواقعي، كما نلاحظ ان نسبة 40% من المبحوثين يوافقون او محايدون تجاه هذا الشعور، حيث نجد ان نسبة 24% من المبحوثين يوافقون على الشعور بالعزلة عن الذات بسبب الفايسبوك، ومن هؤلاء 10 افراد بنسبة 25% يؤكدون انهم يعتمدون على العالم الافتراضي اكثر من الواقعي، في حين نجد 14 فردا بنسبة 23.3% من نفس الفئة لا يوافقون على ذلك، ونلاحظ ايضا ان نسبة 16% من المبحوثين اختاروا الحياد، ومن هؤلاء 10 افراد بنسبة 25% يوافقون على ان الفايسبوك جعلهم يعتمدون على العالم الافتراضي، مقابل 6 افراد بنسبة 10% لا يوافقون على ذلك، وبالمقابل نجد ان نسبة 60% من المبحوثين لا يوافقون على الشعور بالعزلة، ومن هؤلاء 20 فردا بنسبة 50% لا يوافقون على انهم يعتمدون على العالم الافتراضي.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان اغلبية المبحوثين لا يشعرون بالعزلة عن ذواتهم نتيجة استخدام الفايسبوك، كما ان نسبة معتبرة منهم لا ترى ان اعتمادهم على العالم الافتراضي قد فاق ارتباطهم بالواقع، مما يشير الى ان الاستخدام المكثف للفيسبوك لا يعني بالضرورة انسحابا من الواقع او فقدانا للتوازن الذاتي، من خلال التركيز على البنية الادراكية والاجتماعية التي تحكم العلاقة بين المستخدم وذاته في الفضاء الرقمي، حيث يظهر ان قدرة الفرد على الفصل بين الواقع والافتراضي تلعب دورا اساسيا في الحفاظ على توازنه النفسي والاجتماعي.

كما يمكن تفسير هذه النتائج بوجود وعي اجتماعي متزايد لدى المستخدمين تجاه مخاطر الانغماس الرقمي، اذ يبدو ان عددا كبيرا من المبحوثين يستعملون الفايسبوك كأداة مكملة وليس كبديل عن العالم الواقعي، في حين ان الفئة التي عبرت عن شعورها بالعزلة أو اعتمادها الزائد على الفضاء الرقمي تمثل أقلية، ما يجعلنا نتساءل حول طبيعة الاستخدام الذي يؤدي الى هذا الأثر السلبي وهل يرتبط بعوامل شخصية، عمرية، أو نفسية مثل ضعف الروابط الاجتماعية الواقعية، او وجود اضطرابات تتعلق بتقدير الذات.

واخيرا يمكننا القول ان نتيجة التحليل تشير الى ان معظم المبحوثين لا يشعرون بانفصال عن ذواتهم بسبب الفايسبوك، كما ان نسبة الاعتماد الزائد على العالم الافتراضي ما زالت محدودة في عينة الدراسة، وهو ما قد يدل على توازن نسبي في الاستخدام الرقمي لدى فئة واسعة من المستخدمين، الامر الذي يدعو الى اعادة النظر في الفرضيات القائلة بان الفضاء الرقمي يؤدي حتما الى عزلة داخلية او اغتراب ذاتي، فالسلوك الرقمي لا ينفصل عن السياق الثقافي والاجتماعي الذي ينتمي اليه الفرد.

خامسا–تحليل نتائج المحور الخامس: مدى إدراك طلبة الاعلام والاتصال بخطورة الشعور بالاغتراب خلال استخدام الفايسبوك.

الجدول رقم 14: يمثل العلاقة بين ملاحظة المبحوثين لتغير سلبي في حالتهم النفسية بعد قضاء وقت طويل على الفايسبوك، وادراكهم ان الاستخدام المفرط لهذه المنصة قد يسبب العزلة النفسية

لاحظة تغيرا سلبيا في حالة النفسية بعد قضاء وقت طويل على الفايسبوك	أوافق		محايد		لا أوافق		المجموع	
ادراك أن استخدم المفرط للفايسبوك قد يسبب العزلة النفسية	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%
أوافق	15	60	03	60	32	45.7	50	50
محايد	06	24	00	00	24	24.3	30	30
لا أوافق	04	16	02	04	14	20	20	20
المجموع	**25**	**100**	05	100	70	100	100	100

تحليل الجدول

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين ملاحظة المبحوثين لتغير سلبي في حالتهم النفسية بعد قضاء وقت طويل على الفايسبوك، وادراكهم ان الاستخدام المفرط لهذه المنصة قد يسبب العزلة النفسية، ان اعلى نسبة بنسبة 50% من المبحوثين يوافقون على هذه الفرضية، من بينهم نجد 15 فردا بنسبة 60% ممن لاحظوا تغيرا نفسيا سلبيا بعد استخدام الفايسبوك، و03 افراد بنسبة 60% عبروا عن موقف محايد، و32 فردا بنسبة 45.7% لا يوافقون على الشعور بتغير نفسي سلبي رغم ادراكهم لمخاطر الاستخدام المفرط، كما نلاحظ ان نسبة 30% من المبحوثين اختاروا الحياد تجاه التأثير النفسي للفيسبوك، ومن هؤلاء 06 افراد بنسبة 24% يوافقون على ان الاستخدام المفرط يؤدي للعزلة، و24 فردا بنسبة 24.3% لا يوافقون على شعور نفسي سلبي، وبالمقابل نجد ان نسبة 20% من المبحوثين لا يوافقون على تأثير الفايسبوك على حالتهم النفسية، ومن هؤلاء 04 افراد بنسبة 16% يقرون بخطورة الاستخدام المفرط، و02 فرد بنسبة 04% محايدون، بينما 14 فردا بنسبة 20% لا يرون اي تأثير سلبي على النفسية رغم طول فترة الاستخدام.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان فئة معتبرة من المبحوثين تعي العلاقة بين الاستخدام المفرط للفايسبوك والتأثير النفسي السلبي، حتى وان لم يلاحظ البعض منهم ذلك في ذاته مباشرة، كما نلاحظ ان قسما كبيرا من المبحوثين الذين يدركون خطورة العزلة النفسية لا يشعرون فعليا بتغيرات سلبية، ما يشير الى وجود وعي نظري قد لا يرافقه بالضرورة وعي ذاتي تجريبي.

وهذا التناقض بين الادراك والسلوك، حيث يمكن تفسيره بوجود نوع من "الانكار النفسي" او التقليل من شأن التأثيرات النفسية، كما قد يرتبط الامر بآليات التكيف الرقمي التي طورتها فئات المستخدمين، مما يجعلهم لا يدركون تغيراتهم التدريجية، فضلا عن ان العزلة النفسية الرقمية قد تتخذ اشكالا غير مباشرة مثل التشتت، اضطراب النوم، او ضعف التواصل الواقعي، دون ان يربط المستخدم بينها وبين استخدام الفايسبوك.

واخيرا يمكننا القول ان نتيجة التحليل تكشف عن مفارقة بين وعي المستخدمين بخطورة الاستخدام المفرط للفايسبوك، وبين شعورهم المباشر بالتأثيرات النفسية، مما يستدعي بناء حملات توعوية تركز على المؤشرات الخفية للعزلة الرقمية وآثارها بعيدة المدى.

الجدول رقم 15: يمثل العلاقة بين شعور المبحوثين بضرورة تقليص استخدام الفايسبوك حفاظا على التواصل الحقيقي ووعيهم بخطورة العالم الافتراضي والانغماس فيه

اشعر بضرورة تقليص استخدام الفايسبوك حفاظا التواصل الحقيقي	أوافق		محايد		لا أوافق		**المجموع**	
واعي بخطورة العالم الافتراضي والانغماس به	ت	%	ت	%	ت	%	**ت**	**%**
أوافق	50	100	00	00	00	00	50	%50
محايد	00	00	30	100	00	00	30	%30
لا أوافق	00	00	00	00	20	100	20	%20
المجموع	50	100	30	100	**20**	**100**	100	100

تحليل الجدول

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين شعور المبحوثين بضرورة تقليص استخدام الفايسبوك حفاظا على التواصل الحقيقي ووعيهم بخطورة العالم الافتراضي والانغماس فيه، ان اعلى نسبة بنسبة 50% من المبحوثين يوافقون على ضرورة تقليص الاستخدام، ومن هؤلاء نجد 50 فردا بنسبة 100% يقرون بأنهم واعون بخطورة الانغماس في العالم الافتراضي، كما نلاحظ ان نسبة 30% من المبحوثين محايدون، ومن هؤلاء 30 فردا بنسبة 100% يعبرون عن موقف محايد تجاه المخاطر الرقمية، وبالمقابل نجد ان نسبة 20% من المبحوثين لا يوافقون على ضرورة تقليص استخدام الفايسبوك، ومن هؤلاء 20 فردا بنسبة 100% لا يقرون بخطورة العالم الافتراضي.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان اغلبية المبحوثين الذين يعترفون بخطورة الانغماس الرقمي يشعرون بضرورة تقليص الاستخدام، مما يعكس وعيا نقديا تجاه الممارسات الرقمية، بينما يلاحظ ان الذين لا يرون خطرا في العالم الافتراضي لا يجدون ضرورة لتقليص استخدامهم، وهذا يدل على ترابط

واضح بين مستوى الوعي وسلوك الاستخدام من خلال ابراز ان الموقف من تقليص استخدام الفايسبوك يعكس بنية وعي المستخدم تجاه العالم الرقمي، اذ يرتبط الميل الى الترشيد بوجود وعي نقدي بالمخاطر المحتملة مثل العزلة الاجتماعية، ضعف العلاقات الواقعية، وضياع الوقت، وهو ما يميز فئة المستخدمين الذين يملكون تحليلا واعيا لاثار التكنولوجيا على الحياة الاجتماعية.

واخيرا يمكننا القول ان نتيجة التحليل تؤكد ان علاقة المستخدمين بمنصات التواصل لا تخضع فقط للعادات التقنية بل تتأثر بمستويات الوعي الاجتماعي والثقافي لديهم، مما يجعل من التثقيف الرقمي عاملا اساسيا لتعديل الممارسات وتحقيق توازن بين الرقمي والواقعي.

الجدول رقم 16: يمثل العلاقة بين الشعور بالاغتراب وتأثيره على المستوى الدراسي والتركيز

الشعور بالاغتراب يؤثر على المستوى الدراسي	أوافق		لا أوافق		المجموع	
الشعور بالاغتراب يؤثر على المستوى التركيز لدي	ت	%	ت	%	ت	%
أوافق	90	100	00	00	90	90
لا أوافق	00	00	10	100	10	10
المجموع	90	100	**10**	**100**	100	100

تحليل الجدول

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل العلاقة بين الشعور بالاغتراب وتأثيره على المستوى الدراسي والتركيز، ان اعلى نسبة بنسبة 90% من المبحوثين يوافقون على ان الشعور بالاغتراب يؤثر على مستواهم الدراسي، ومن بينهم نجد 90 فردا بنسبة 100% يؤكدون ان الاغتراب يؤثر كذلك على مستوى تركيزهم، كما نلاحظ ان نسبة 10% من المبحوثين لا يوافقون على وجود تأثير للاغتراب على المستوى الدراسي، ومن هؤلاء 10 افراد بنسبة 100% لا يرون كذلك تأثيرا على تركيزهم.

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول اعلاه يتضح لنا ان الشعور بالاغتراب مرتبط بقوة بتراجع التحصيل الدراسي وضعف التركيز، اذ ان اغلب المبحوثين الذين يشعرون بالاغتراب يقرون بان لهذا الشعور تأثيرا مباشرا على ادائهم الدراسي والمعرفي، وهو ما يدل على طبيعة العلاقة المتشابكة بين البعد النفسي والاجتماعي والتحصيل الاكاديمي.

كما ان الشعور بالاغتراب لا يمثل فقط حالة نفسية معزولة، بل يعكس اضطرابا في الهوية والعلاقات والانتماء، مما يؤثر على الاستقرار العقلي، ويقلل من دافعية الانجاز والقدرة على التركيز، كما ان بيئة الفضاء الرقمي قد تسهم في تكريس هذا الشعور من خلال المقارنة المستمرة، وهم القبول الاجتماعي، وانعدام التفاعل الواقعي العميق.

واخيرا يمكننا القول ان نتيجة التحليل تؤكد ان الشعور بالاغتراب النفسي له انعكاسات سلبية واضحة على المسار الدراسي والتركيز العقلي لدى المستخدمين، مما يستوجب تدخلا تربويا ونفسيا لمساعدة التلاميذ والطلبة على اعادة التوازن بين علاقتهم بالفضاء الرقمي والتحصيل الدراسي.

المطلب الثاني: عرض ومناقشة نتائج محاور الدراسة

أولا–نتائج المحور الأول: البيانات الشخصية

1. العينة متوازنة تماماً من حيث الجنس، مما يعزز من مصداقية النتائج وإمكانية تعميمها على المجتمع الأصلي دون تحيز جنسي.
2. العينة تتميز بالتركز الكبير في الفئة العمرية الشابة (22–30 سنة)، مما يعني أن النتائج ستعكس بشكل أساسي آراء وتوجهات هذه الفئة، وقد يحد هذا من إمكانية تعميم النتائج على الفئات العمرية الأخرى.
3. العينة تتكون في غالبيتها العظمى من أفراد يقيمون في بيئة عائلية أو منزلية مستقرة، مما قد يؤثر على طبيعة الاستجابات والآراء المعبر عنها، ويحد من تنوع الخبرات المتعلقة بأنماط المعيشة المختلفة.

ثانيا – نتائج المحور الثاني: العادات وانماط استخدام طلبة الاعلام والاتصال لموقع الفايسبوك

1. مكان الاقامة لا يشكل عاملا مؤثرا في تحديد مستوى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، حيث يسود النمط الدائم للاستخدام بشكل شبه مطلق بين افراد العينة، مما يعكس التجانس في السلوك الرقمي والاندماج الكامل لوسائل التواصل الاجتماعي في البنية الاجتماعية للمجتمع المدروس، ويؤكد على ان الثورة الرقمية قد تجاوزت الحواجز المكانية والجغرافية لتصبح سمة مميزة للحياة المعاصرة.
2. الفترة الزمنية تلعب دورا محوريا في تحديد انماط استخدام الفايسبوك، حيث تبرز الفترة المسائية كفضاء زمني مهيمن للتفاعل الرقمي المكثف، بينما تقتصر الفترة الصباحية على الاستخدام المحدود والسريع، مما يعكس تاثير الايقاع الاجتماعي اليومي على السلوك الرقمي للمبحوثين، ويؤكد على ان وسائل التواصل الاجتماعي قد اصبحت جزءا لا يتجزا من البنية الزمنية للحياة الاجتماعية المعاصرة، مع تخصيص اوقات محددة للانغماس في العالم الافتراضي.

تشير النتائج إلى أن مكان الإقامة لا يؤثر على نمط الاستخدام، إذ يتشارك الجميع في نمط الاستخدام الدائم. الفترة المسائية تُعدّ الوقت المفضل للتفاعل الرقمي، مقابل استخدام محدود صباحًا. هذا يعكس اندماجًا كبيرًا في العالم الرقمي.

النتيجة النهائية: الاستخدام المكثف والموحد للفيسبوك يعكس تجانس السلوك الرقمي لدى الطلبة بغض النظر عن ظروفهم المكانية

.

ثالثا– نتائج المحور الثالث: دوافع استخدام طلبة الاعلام والاتصال لموقع الفايسبوك

1. الجنس لا يشكل عاملا مؤثرا بشكل جوهري في تحديد الموقف من استخدام الفايسبوك للتواصل الاجتماعي ومتابعة الاحداث المجتمعية، حيث يسود الاجماع الايجابي بين الجنسين مع تفوق طفيف للاناث في درجة الحماس، مما يعكس الطبيعة الشمولية لثقافة التواصل الرقمي التي تجاوزت الحواجز الجندرية لتصبح سمة مشتركة بين افراد المجتمع، ويؤكد على الدور المحوري الذي تلعبه وسائل التواصل الاجتماعي في الحفاظ على التماسك الاجتماعي وتعزيز المشاركة المجتمعية في العصر الرقمي.
2. مكان الاقامة يلعب دورا مؤثرا في تحديد مستوى الاهتمام بالمحتوى العلمي والاكاديمي على الفايسبوك، حيث تظهر النتائج ضعفا واضحا في استخدام هذه المنصة للاغراض التعليمية من قبل الغالبية العظمى للمبحوثين، مما يشير الى ضرورة اعادة النظر في استراتيجيات التواصل الرقمي لادارة قسم الاعلام والاتصال وتطوير محتوى اكثر جاذبية وتفاعلية، كما يكشف عن الحاجة الى زيادة الوعي بوجود هذا المحتوى وتعزيز قيمته العلمية لدى الطلاب والمهتمين بمجال الاعلام والاتصال
3. الفايسبوك يحتل مكانة مهمة كمنصة للترفيه والتسلية والدعم النفسي لدى الغالبية العظمى من افراد العينة بغض النظر عن الجنس، مع تفوق واضح للاناث في درجة الاعتماد على هذه المنصة لتحسين المزاج والقضاء على العزلة، مما يؤكد على الدور المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي في توفير الدعم النفسي والاجتماعي للافراد في المجتمع المعاصر، ويبرز اهمية هذه المنصات كادوات فعالة لمواجهة التحديات النفسية والاجتماعية التي يواجهها الشباب في حياتهم اليومية.

بيّن أن الجنس لا يشكل فارقًا في دوافع الاستخدام، رغم ميل الإناث أكثر للمتابعة والدعم النفسي. كما يظهر استخدام ضعيف للمنصة لأغراض علمية، رغم ارتفاع استخدامها للترفيه والتسلية.

النتيجة النهائية: الدوافع الأساسية لاستخدام الفايسبوك بين الطلبة تتمثل في الترفيه والدعم النفسي، مع ضعف في استثماره أكاديميًا.

رابعا– نتائج المحور الرابع: معدل ارتباط استخدام طلبة الاعلام والاتصال لموقع الفايسبوك بدرجة الاغتراب النفسي لديهم

1. مكان الاقامة يلعب دورا مؤثرا في تحديد مستوى الاهتمام بالمحتوى العلمي والاكاديمي على الفايسبوك، حيث تظهر النتائج ضعفا واضحا في استخدام هذه المنصة للاغراض التعليمية من قبل الغالبية العظمى للمبحوثين، مما يشير الى ضرورة اعادة النظر في استراتيجيات التواصل الرقمي لادارة قسم الاعلام والاتصال وتطوير محتوى اكثر جاذبية وتفاعلية، كما يكشف عن الحاجة الى زيادة الوعي بوجود هذا المحتوى وتعزيز قيمته العلمية لدى الطلاب والمهتمين بمجال الاعلام والاتصال.

2. الفايسبوك يحتل مكانة مهمة كمنصة للترفيه والتسلية والدعم النفسي لدى الغالبية العظمى من افراد العينة بغض النظر عن الجنس، مع تفوق واضح للاناث في درجة الاعتماد على هذه المنصة لتحسين المزاج والقضاء على العزلة، مما يؤكد على الدور المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي في توفير الدعم النفسي والاجتماعي للافراد في المجتمع المعاصر، ويبرز اهمية هذه المنصات كادوات فعالة لمواجهة التحديات النفسية والاجتماعية التي يواجهها الشباب في حياتهم اليومية
3. نتيجة التحليل تشير الى ان الشعور بالغربة في منصات التواصل الاجتماعي يرتبط ارتباطا مباشرا بشعور الانتماء للمجموعة الرقمية، مما يستدعي مزيدا من الاهتمام بخلق بيئات تفاعلية ايجابية تضمن الاندماج وتقلل من الشعور بالعزلة لدى المستخدمين، خاصة فئة الشباب والمراهقين.
4. نتيجة التحليل تشير الى ان العلاقة بين الشعور بالوحدة وكثافة استخدام الفايسبوك ليست علاقة حتمية، اذ ان عددا كبيرا من المستخدمين لا يشعرون بالعزلة رغم استخدامهم المتكرر، مما يوحي بان نوعية التفاعل وجودة العلاقات الرقمية تلعب دورا اكبر من مجرد الكثافة الزمنية للاستخدام.
5. نتيجة التحليل تكشف عن غلبة الاستخدام الواعي والرصين للفايسبوك في هذه العينة من المبحوثين، حيث لا تشكل المقارنة بالآخرين ولا متابعة حياتهم مصدر ضغط نفسي أو عزلة ذاتية، مما يدل على قدرة الأفراد على ضبط علاقتهم بالمنصات الاجتماعية بطريقة متوازنة نسبيا.
6. نتيجة التحليل تبين ان تفضيل نمط التفاعل الاجتماعي بين الرقمي والواقعي يختلف باختلاف الجنس، حيث تميل الاناث بنسبة اعلى نحو التفاعل عبر الفايسبوك بينما يظهر الذكور توازنا بين القبول والرفض، وهو ما يشير الى ان استخدام الفضاءات الرقمية يخضع لتمثيلات اجتماعية ونفسية مختلفة تتأثر بعوامل ثقافية ، ما يدفع الى التأكيد على ضرورة فهم هذا السلوك الرقمي ضمن سياقه الاجتماعي والثقافي وعدم التعامل معه كممارسة موحدة لدى جميع المستخدمين.
7. نتيجة التحليل تشير الى ان معظم المبحوثين لا يشعرون بانفصال عن ذواتهم بسبب الفايسبوك، كما ان نسبة الاعتماد الزائد على العالم الافتراضي ما زالت محدودة في عينة الدراسة، وهو ما قد يدل على توازن نسبي في الاستخدام الرقمي لدى فئة واسعة من المستخدمين، الامر الذي يدعو الى اعادة النظر في الفرضيات القائلة بان الفضاء الرقمي يؤدي حتما الى عزلة داخلية او اغتراب ذاتي، فالسلوك الرقمي لا ينفصل عن السياق الثقافي والاجتماعي الذي ينتمي اليه الفرد.

كشفت النتائج أن الشعور بالوحدة والغربة لا يرتبط حتميًا بكثافة الاستخدام بل بنوعية التفاعل. كما لم يظهر تأثير واضح على الهوية الذاتية، مما يعكس استخداما متوازنا نسبيًا. تفاوت الجنس في تفضيل التفاعل الرقمي يبرز اختلافات ثقافية ونفسية.

- **النتيجة النهائية:** العلاقة بين استخدام الفايسبوك والاغتراب النفسي ليست مطلقة، بل تتوسطها عوامل اجتماعية ونفسية وسياقية.

خامسا نتائج المحور الخامس: مدى ادراك طلبة الاعلام والاتصال بخطورة الشعور بالاغتراب خلال استخدام الفايسبوك

1. نتيجة التحليل تكشف عن مفارقة بين وعي المستخدمين بخطورة الاستخدام المفرط للفايسبوك، وبين شعورهم المباشر بالتأثيرات النفسية، مما يستدعي بناء حملات توعوية تركز على المؤشرات الخفية للعزلة الرقمية وآثارها بعيدة المدى.
2. نتيجة التحليل تؤكد ان علاقة المستخدمين بمنصات التواصل لا تخضع فقط للعادات التقنية بل تتأثر بمستويات الوعي الاجتماعي والثقافي لديهم، مما يجعل من التثقيف الرقمي عاملا اساسيا لتعديل الممارسات وتحقيق توازن بين الرقمي والواقعي.
3. نتيجة التحليل تؤكد ان الشعور بالاغتراب النفسي له انعكاسات سلبية واضحة على المسار الدراسي والتركيز العقلي لدى المستخدمين، مما يستوجب تدخلا تربويا ونفسيا لمساعدة التلاميذ والطلبة على اعادة التوازن بين علاقتهم بالفضاء الرقمي والتحصيل الدراسي.

يظهر وعي نسبي بين المبحوثين بخطورة الاستخدام المفرط، لكنه لا ينعكس دائمًا في سلوكهم الفعلي. الشعور بالاغتراب له أثر سلبي واضح على التركيز والتحصيل الدراسي، مما يستدعي تدخلات تربوية.

النتيجة النهائية: يدرك الطلبة خطر الاغتراب النفسي جزئيًا، لكن لا يترجم هذا الوعي إلى ممارسات وقائية فعالة.

المطلب الثالث: الاستنتاج العام للدراسة:

أظهرت نتائج الدراسة أن استخدام طلبة الإعلام والاتصال لموقع الفايسبوك يتم بشكل مكثف وموحد بغضّ النظر عن الجنس أو مكان الإقامة، حيث أصبح الفضاء الرقمي جزءًا لا يتجزأ من نمط حياتهم اليومي. ومع أن المنصة تُستعمل أساسًا للترفيه والدعم النفسي، إلا أن استخدامها لأغراض أكاديمية وعلمية ما يزال ضعيفًا، مما يعكس فجوة بين إمكانيات الفايسبوك التعليمية وسلوك المستخدمين الفعلي. وقد كشفت النتائج أيضًا أن الشعور بالوحدة أو الاغتراب النفسي لا يرتبط تلقائيًا بكثافة الاستخدام، بل بنوعية التفاعل الرقمي والاندماج الاجتماعي، حيث أظهر معظم المبحوثين درجة من الوعي بالتحديات النفسية المرتبطة بالانغماس الرقمي، دون أن يتحول هذا الوعي بالضرورة إلى سلوك وقائي أو توازن فعلي. كما أن تأثير الفايسبوك على التحصيل الدراسي والتركيز العقلي كان واضحًا لدى فئة من المستخدمين، ما يدعو إلى تفعيل دور الجامعة في التوجيه والاستخدام الآمن للمنصات الرقمية.

وتصلت الدراسة الى النتائج التالية:

1. العينة متوازنة من حيث الجنس، مركّزة في فئة عمرية شابة، وتعيش في بيئات مستقرة.
2. الاستخدام المكثف والموحد للفيسبوك يعكس تجانس السلوك الرقمي لدى الطلبة بغض النظر عن ظروفهم المكانية.
3. الدوافع الأساسية لاستخدام الفايسبوك بين الطلبة تتمثل في الترفيه والدعم النفسي، مع ضعف في استثماره أكاديميًا.
4. العلاقة بين استخدام الفايسبوك والاغتراب النفسي ليست مطلقة، بل تتوسطها عوامل اجتماعية ونفسية وسياقية.
5. يدرك الطلبة خطر الاغتراب النفسي جزئيًا، لكن لا يترجم هذا الوعي إلى ممارسات وقائية فعالة.

خاتـــمة

خاتمة

في ختام الفصلين الأول والثاني من هذه الدراسة، يمكن القول إن الإطار النظري والميداني شكلا أساسا متينا لفهم الظاهرة المعقدة لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي، وبالأخص شبكة الفايسبوك، وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة العلوم الإنسانية. فقد أتاح الفصل الأول بناء قاعدة معرفية شاملة تناولت مفاهيم التواصل الاجتماعي، وخصائص منصة الفايسبوك، بالإضافة إلى استعراض الأبعاد النفسية والاجتماعية للاستخدام وتأثيراتها المتعددة، مع تسليط الضوء على مفهوم الاغتراب النفسي وأبعاده، مما مهد الطريق لتحليل أعمق وأكثر موضوعية في الفصل الثاني. أما الفصل الثاني فقد مثل خطوة تطبيقية محورية عبر الدراسة الميدانية التي كشفت من خلال الاستبيان المعمق عن مدى ارتباط استخدام الفايسبوك بمشاعر الوحدة، والعزلة، والانسحاب الاجتماعي، وهو ما يؤكد أن الاستخدام المكثف للشبكات الاجتماعية قد يكون له انعكاسات نفسية سلبية، خصوصا إذا ما غاب الوعي الفردي والمؤسسي بتوازن الاستعمال. هذا الربط بين النظرية والتطبيق أسهم في تكوين رؤية متكاملة عن الموضوع، وأكد الحاجة إلى تدابير وقائية وتوعوية لتقليص الأثر النفسي السلبي وحماية الفئات الشابة من الوقوع في دائرة الاغتراب النفسي، خاصة في بيئة جامعية تعد مرتعا خصبا لتشكيل الشخصية وهويات الأفراد. بالإضافة إلى ذلك، فقد أظهرت النتائج أهمية تعزيز آليات الدعم النفسي والاجتماعي داخل المؤسسات التعليمية، والعمل على تطوير برامج تهدف إلى تفعيل التواصل الواقعي بجانب الرقمي، لما له من أثر إيجابي على الصحة النفسية للطلبة. وعليه، تظل هذه الدراسة نواة لفهم أعمق وتوجيه أفضل للبحوث المستقبلية التي يمكن أن توسع نطاق التحليل لتشمل عوامل أخرى متداخلة، كما تدعو إلى ضرورة تكامل جهود الأكاديميين والمختصين في علم النفس والاجتماع والتقنيات الرقمية لتطوير حلول استراتيجية شاملة وفعالة. هذه المعالجة المتوازنة بين الجانب النظري والعملي تؤكد أن الظاهرة ليست مجرد تحدٍ تكنولوجي فحسب، بل هي انعكاس لعلاقات إنسانية واجتماعية متجددة، تتطلب منا تعاملًا واعيا ومستنيرا يخدم التنمية النفسية والاجتماعية للجيل الجديد.

وتصلت دراستنا الى النتائج التالية:

- العينة متوازنة من حيث الجنس، مركّزة في فئة عمرية شابة، وتعيش في بيئات مستقرة.
- الاستخدام المكثف والموحد للفيسبوك يعكس تجانس السلوك الرقمي لدى الطلبة بغض النظر عن ظروفهم المكانية.
- الدوافع الأساسية لاستخدام الفايسبوك بين الطلبة تتمثل في الترفيه والدعم النفسي، مع ضعف في استثماره أكاديميًا.
- العلاقة بين استخدام الفايسبوك والاغتراب النفسي ليست مطلقة، بل تتوسطها عوامل اجتماعية ونفسية وسياقية.
- يدرك الطلبة خطر الاغتراب النفسي جزئيًا، لكن لا يترجم هذا الوعي إلى ممارسات وقائية فعالة.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: الكتب

1. ابن منظور .*لسان العرب* .دار صادر، بيروت، ط1، 1990.
2. أبو خليل، عادل .*التواصل الرقمي والثقافة الإلكترونية* .دار الفكر، دمشق، 2018.
3. أحمد بن مرسلي .*مناهج البحث العلمي في علوم الإعلام والاتصال* .ط3، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2007.
4. أحمد علي خليفة .*علم النفس الاجتماعي* .دار الفكر العربي، القاهرة، 2006.
5. أحمد عكاشة .*في فقه الاغتراب النفسي* .مجلة الثقافة النفسية المتخصصة، 2007.
6. أحمد مصطفى عمر .*البحث العلمي إجراءاته ومناهجه* .ط1، مكتبة الفلاح، القاهرة، 2000.
7. إريك فروم .*الإنسان بين الجوهر والمظهر* .ترجمة جورج طرابيشي، دار الطليعة، بيروت، 1993.
8. بسام نور .*التجارة الإلكترونية: كيف، متى وأين* .الموسوعة العربية للكمبيوتر والإنترنت، 2010.
9. صلاح الدين خليل .*مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية* .دار الوفاء، 2014.
10. عبد الحميد شقير .*علم الاجتماع التربوي* .دار الفكر العربي، القاهرة، 2011.
11. عبد المجيد لطفي .*علم الاجتماع* .ط7، دار المعارف، القاهرة، 1976.
12. عبد الوهاب بوخنوفة .*الأطفال والثورة المعلوماتية، التمثل والاستخدامات* .مجلة اتحاد الدول العربية، العدد 02، 2007.
13. عصام نور الدين .*الوسيط عربي—عربي* .دار الكتب العالمية للنشر والتوزيع، بيروت، لبنان، 2005.
14. علي، محمود أحمد .*الإعلام الجديد والتغير الاجتماعي* .دار المسيرة، عمان، 2017.
15. كارل ماركس .*المخطوطات الاقتصادية والفلسفية* .ترجمة حسين فهمي، دار التنوير، بيروت، 2002.
16. محمد عبد الحميد .*نظريات الإعلام واتجاهات التأثير* .عالم الكتب، ط3، مصر، 2004.
17. محمد فتحي .*المدخل إلى تقنيات الإعلام والاتصال* .دار الفكر الجامعي، الإسكندرية، 2015.
18. مروان كمال .*الإعلام الجديد ومواقع التواصل الاجتماعي* .دار المسيرة، عمان، 2016.
19. موريس أنجرس .*منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية* .ترجمة صحراوي بوزيد وآخرون، دار القصبة، الجزائر، ط6، 2004.
20. زهران، حامد عبد السلام .*علم النفس المرضي: الاضطرابات النفسية والعقلية* .دار المعارف، القاهرة، 2003.

21. ثانيًا: المذكرات والرسائل الجامعية

22. بن هنية، مروى .*تأثير الفايسبوك على الهوية النفسية والاجتماعية للمراهقين* .رسالة ماجستير، جامعة الجزائر 2، 2018.
23. حامد، فداء .*شبكات التواصل الاجتماعي وتأثيرها في التماسك الأسري* .رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، 2016.

24.وزيد، أمينة .*شبكات التواصل الاجتماعي والتغيرات القيمية لدى الشباب: الفايسبوك نموذجًا* .رسالة ماجستير، جامعة الجزائر 3، 2020.

ثالثًا: المجلات المحكمة

1. الطحلاوي، محمد سعيد. "الاغتراب النفسي وعلاقته بالاكتئاب والقلق لدى طلاب الجامعات ."*مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس*، العدد 38، 2014.
2. الحسني، عبد الله. "الاغتراب النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة ."*مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة بسكرة*، العدد 10، 2016.
3. سليم، دعاء محمود. "مظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية ."*مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة بسكرة*، العدد 31، 2018.
4. صادق، مروة محمد. "تأثير الفيسبوك على الهوية الذاتية والاجتماعية لدى طلاب الجامعات ."*مجلة دراسات نفسية وتربوية*، المجلد 5، العدد 2، 2019.
5. عبد الله، حنان. "تأثير الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية: دراسة حالة الفايسبوك ." *مجلة دراسات نفسية واجتماعية، جامعة وهران*، العدد 16، 2021.
6. العساف، نواف. "شبكات التواصل الاجتماعي والهوية الرقمية: دراسة تحليلية لموقع الفايسبوك ."*المجلة العربية لبحوث الإعلام والاتصال*، العدد 22، 2015.
7. الخليلي، أحمد، وعبيدات، منال. "وسائل التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي: دراسة ميدانية على طلبة الجامعات الأردنية ."*المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، مجلد 15، عدد 4، 2019.
8. المصري، آمال. "الاغتراب في ظل المجتمع الرقمي: مواقع التواصل كأداة تفتيت للهوية الاجتماعية ."*مجلة الفكر المعاصر*، العدد 18، 2022.

رابعًا: المقالات والدراسات العلمية

1. بويد، دانا، وإليسون، نيكول. "مواقع الشبكات الاجتماعية: التعريف، التاريخ، والدراسات العلمية ."*مجلة الاتصال المحوسب*، المجلد 13، العدد 1، 2007.
2. روبن، أ. م. "منظور الاستخدامات والإشباعات لتأثيرات الإعلام ."*دليل تأثيرات الإعلام*، 2009.
3. لا روز، ر.، وإيستين، م. س. "نظرية معرفية اجتماعية لاستخدامات وإشباعات الإنترنت: نحو نموذج جديد لحضور الإعلام ."*اتصال الجماهير والمجتمع*، (4)7، 2004.
4. بوجيجا، م. ج. "مواجهة الفيسبوك ."*صحيفة كرونيكل التعليم العالي*، 2006.
5. قنديلجي، عامر إبراهيم، والسمرائي، إيمان .*البحث العلمي الكمي والنوعي* .دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2012.

المراجع الأجنبية

1. Nadkarni, Ashwini, and Stefan G. Hofmann. "Why do people use Facebook?" *Personality and Individual Differences* 52, no. 3 (2012): 243–249.
2. Keles, Betul, Naomi McCrae, and Annmarie Grealish. "A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents." *International Journal of Adolescence and Youth* 25, no. 1 (2020): 79–93.

الملاحق

الملحق رقم 01:

جامعة عمار ثليجي الأغواط

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الإسلامية والحضارة

قسم الإعلام والاتصال

استمارة الاستبيان:

استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف النقال وعلاقتها بالاغتراب النفيسي لدى الطلبة الجامعيين

دراسة ميدانية على عينة من طلبة الماستر بقسم الاعلام والاتصال

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

تخصص :اتصال وعلاقات عامة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

اخي الطالب اختي الطالبة: نرجوا منكم الإجابة على استمارة الاستبيان هذه بغرض البحث العلمي

من إعداد الطالبين: إشراف الأستاذ الدكتور:

- خرصي فريال عطاءالله طريف
- بن السايح إكرام

الموسم الجامعي: 2024 –2025

إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي عبر الهاتف وعلاقتها بالإغتراب لدى شباب الجامعي

دراسة على عينة من طلبة الماستر إعلام و إتصال بالأغواط

المحور الأول :البيانات الشخصية

1-الجنس : أنثى ☐ ذكر ☒

2-السن أقل من 22 سنة ☐

من 22 إلى أقل من 30 سنة ☒

من 30 سنة فأكثر ☐

3-مكان الإقامة

-البيت ☒

الحي الجامعي ☐

-المحور الثاني: العادات وأنماط إستخدام الطلبة الإعلام والإتصال لموقع الفايسبوك

1-هل تستخدم الفايسبوك بصفة دائمة

دائما ☐ أحيانا ☒ نادرا ☐

2-كم من الوقت تستغرق في متصفح الفايسبوك

أقل من ساعة يوميا ☒

من 1 ساعة إلى أقل من 3 ساعة ☐

من 3ساعة إلى أقل من 5 ساعة ☐

3-ماهي الفترة التي تستخدم فيها الفايسبوك

فترة صباحية ☐

فترة مسائية ☒

المحور الثالث دوافع إستخدام طلبة الماستر للفايسبوك

م	دوافع إستخدام طلبة الماستر	اوافق بشدة	اوافق	لا اوافق	لا اوافق بشدة
.1	إستخدام الفايسبوك للتواصل مع الأخرين				
.2	إستخدام الفايسبوك للإطلاع على منشورات إدارة القسم				
.3	إستخدام الفايسبوك للإطلاع على الراوبط الكتب والمجلات				
.4	إستخدام الفايسبوك للإطلاع على التظاهرات العلمية				
.5	إستخدام الفايسبوك على مايحدث في المجتمع				
.6	إستخدام الفايسبوك للإطلاع على المحتويات الترفيهية				
.7	إستخدام الفايسبوك للتسلية وتغطية الفرغ				
.8	إستخدام الفايسبوك للقضاء على العزلة والوحدة				
.9	إستخدام الفايسبوك لتحسن المزاج العام لديك				

المحور الرابع :معدل الإرتباط إستخدام طلبة العلوم الإنسانية لموقع الفايسبوك بدرجة ال الإغتراب لديهم

	يعزز الفايسبوك درجة الإغتراب	لاأوافق بشدة	لاأوافق	محايد	أوافق	أوافق بشدة
.1	أشعر لعدم الإنتماء إلى المجموعة من خلال إستخدام الفايسبوك					
.2	أشعر أن كلامي مع الأخرين سطحي					
.3	أفضل التفاعل على الفايسبوك بدلا من اللقاء الواقعي					
.4	إستخدامي الكثيف للفايسبوك زاد من شعوري بالعزلة					
.5	أقارن نفسي كثيرا بالأخرين بسبب إستخدام الفايسبوك					
.6	الفايسبوك جعلني أعتمد على العالم الإفتراضي أكثر من العالم الواقعي					
.7	أشعر أنني غريب وسط أصدقاي على الفايسبوك					
.8	أشعر بالوحدة رغم وجودي على الفايسبوك					
.9	أتابع حياة الأخرين أكثر من مشاركتي الخاصة					
10	أتصرف بطريقة لاشعورية عند إستخدام الفايسبوك					

11	أعتقد أن بعض الإصدقاء على الفايسبوك غير موجودين على الحياة الواقعية					
12	أشعر بالغربة عن ذاتي بسبب ما أراه من الحياة المثالية على الفايسبوك					

المحور الخامس : مدى إدراك طلبة الإعلام والإتصال بخطورة الشعور بالإغتراب خلال إستخدام الفايسبوك .

	يعزز الفايسبوك درجة الإغتراب	لاأوافق بشدة	لاأوافق	محايد	أوافق	أوافق بشدة
1.	إدراك أن استخدام المفرط للفايسبوك قد يسبب الشعور بالعزلة النفسية					
2.	هل لاحظت تغيرا سلبيا في حالة النفسية بعد قضاء وقت طويل على الفايسبوك					
3.	اشعر بضرورة تقليص استخدامي للفايسبوك حفاظا على التواصل الحقيقي					
4.	انا واع بخطورة الانغماس في العالم الافتراضي على حساب الحياة الواقعية					
5.	الشعور بالاغتراب يؤثر في مدى المستوى الدراسي					
6.	الشعور بالإتراب يؤثر على مستوى التركيز لدي					