"العـلاقة بين اعتمــاد الشباب على مواقــع التواصــل الاجتمـــاعي ومستوى الشعور بالإكتئاب والقلق المستقبلي لديهم"

د. داليا إبراهيم المتبولي*

مُلَخَّصُ الدِّرَاسَةِ:

تَمَثَّلَتْ مُشْكِلَةُ الدِّرَاسَةِ فِي **"الكشف عن العلاقة بين اعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتمـاعي ومستوى الشعور بالإكتئاب والقلق المستقبلي لديهم"**، ويُعد هذا هو الهدف الرئيسي الذي تسعى الدراسة إلى تحقيقة ولهذا قامت الباحثة بصياغة مجموعة من الأهداف الفرعية وهي (رصد مُعدلات تعرض واعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ودوافع هذا التعرض والاعتماد/ الكشف عن التأثيرات (المعرفية، والوجدانية، والسلوكية) الناتجة عن اعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية/ قياس درجة كلًا من (القلق من المستقبل، والإكتئاب) لديهم نتيجة تعرض أو اعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية). وقد اِعْتَمَدْت البَاحِثَة فِي هَذِهِ الدِّرَاسَةُ على **المنـهج المسحيsurvey الكمي** مُستخدمة **استمارة الاستبيان عبر الإنترنت (الاستبيان الإلكتروني)** كأداة لجمع البيانات من **عينة عمدية** قوامها (400 مُفردة) من الشباب الذين يتعرضون أو يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية من مختلف المستويات الإجتماعية والثقافية والاقتصادية، والتي تتراوح أعمارهم ما بين 16 عام إلى 45 عامًا، كما استندت الباحثة في **الإطار النظري للدراسة** على **نظرية الإعتماد على وسائل الإعلام Media Dependency theory**.

وَخلصت الدِّرَاسَةِ إِلَى مَا يَلِي: أن الغالبية العظمى من الشباب (عينة الدراسة) بنسبة (83%) دائمًا ما يتعرضون لمواقع التواصل الاجتماعي، وأن غالبية الشباب (عينة الدراسة) يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي بدرجة كبيرة حيث بلغت نسبتهم (51.5%)، وأن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) لديهم دوافع مُرتفعة للتعرض لمواقع التواصل الاجتماعي حيث بلغت نسبتهم (70%)، وأن موقع الواتس أب What's Up في مُقدمة مواقع التواصل الاجتماعي التي يُفضل الشباب (عينة الدراسة) الاعتماد عليها بشكل أساسي في حياتك اليومية بنسبة (85.5%)، يليه موقع الفيسبوك Facebook بنسبة (78.5%)، وأن الصفحات الشخصية الخاصة بهم في مُقدمة أكثر صفحات مواقع التواصل الاجتماعي التي يقوم الشباب (عينة الدراسة) بمُتابعتها بشكل أساسي في حياتك اليومية بنسبة (68%)، يليه الصفحات الشخصية للأصدقاء بنسبة (51.3%)، وأن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يهتمون إلي حد ما بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي حيث كانت نسبتهم (43%)، وأن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يحدث لهم درجات تأثير مُتوسطة حيث بلغت نسبتهم (48%)، وأن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بالإكتئاب بدرجة مُتوسطة حيث بلغت نسبتهم (45.5%)، وأن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

* **الأستاذ المساعد بقسم الاعلام بكلية التربية النوعية - جامعة دمياط**

ودرجة قلق المُستقبل لديهم من حيث (بعد القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية، بعد قلق الصحة وقلق الموت، بعد القلق الذهني، بعد اليأس من المستقبل، بعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع، وأخيرًا أن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع.

الكلمات المفتاحية: (مواقع التواصل الاجتماعي، الاكتئاب، نظرية الاعتماد على وسائل الإعلام، قلق المُستقبل وأبعادة).

The relationship between youth dependence on social networking sites and their feelings of depression and future anxiety

Abstract:

The study has aimed to "investigate the relationship between youth dependence on social networking sites and their level of depression and future anxiety". The researcher has used the questionnaire tool applying to (400) respondents from 16 to 45 years who are exposed to social networking sites in their daily lives from various social, cultural and economic levels. The researcher has relied on media dependence theory.

Main results:

- The respondents are always exposed to social networking sites by (83%). They depend on these sites to a large extent by (51.5%) and they have high motives for exposure to social networking sites by (70%).
- Respondents prefer to follow many social networking sites in their daily life; WhatsApp comes at the first place by (85.5%), followed by Facebook (85.5%).
- The youth prefer to follow their personal pages at the first place by (68%), then their friends' personal pages by (51.3%).
- There is a statistically significant relationship between the rates of youth dependence on social networking sites in their daily lives and their feeling of future anxiety in terms of future life problems, health anxiety, death anxiety, mental anxiety, despair of the future and fear of failure in the future.
- There is a statistically significant relationship between the rates of youth dependence on social networking sites in their daily lives and their feeling of depression.

Keywords: social networking sites, depression, media dependence theory, future anxiety.

مُقَدِّمَةً:

في ظل الواقع الذي يشهد تفجر معرفي كبيرًا، فلم تقتصر شعبية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الدول المُتقدمة، بل أنها تزاد في المجتمعات العربية بشكل سريع وملفت يفوق الاستخدام العالمي للشبكة العنكبوتية، فقد هيأت مواقع التواصل الاجتماعي لمُستخدميها خاصًا الشباب عالمًا خاصًا بهم، خصوصًا بعد الجيل الرابع من الهواتف الذكية، ومن أكثر مواقع الشبكات الاجتماعية شعبية وانتشارًا موقع الفيسبوك Facebook، وموقع تويتر Twitter، وموقع لينكد إن Linked In، والمدونات الإلكترونية Weblogs، وموقع سناب شات SnapChat، وموقع واتسأب Whats app، وأصبحت جزءًا لا يتجزأ من الحياة اليومية.

وعلى الرغم من أن مواقع التواصل الاجتماعي قد أنشئت في الأساس للتواصل الاجتماعي بين الأفراد، إلا أنها شكلت طفرة تحررية ونوعية، أثارت جدلًا واسعًا بين التربويين وصناع القرار، حول هذا النوع من أدوات الاتصال، وقدرتها على التأثير خاصة في ظل المجتمعات العربية، حتى أصبحت صانع للثورات العربية في بعض البلدان، كما أن هذه المواقع أصبحت تمثل مجالًا عامًا يُتيح حيزًا أعلى من التفاعلية، ولكن مواقع التواصل الاجتماعي في النهاية سلاح ذو حدين فكما لها إيجابيات نجد لها سلبيات منها كثرة تداول الإشاعات والأخبار المغلوطة، نظرًا لعدم اشتراط التأكد من المعلومة قبل نشرها، أو نشر مصدر الخبر على تلك المواقع، إضافة إلى غياب الرقابة على ما يُكتب أو ما يُنشر على تلك المواقع، واختلفت انعكاسات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على المُستخدمين لدرجة أنها أصبحت تؤثر في نفسية وشخصية ومكنونات المُستخدم.

ومن هنا ظهرت للباحثة فكرة الدراسة والتى تتمثل في "علاقة الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي بالشعور بالإكتئاب وقلق المُستقبل"، فهذه الدراسة تتمحور حول هل هناك سلبيات للاعتماد المُفرط على مواقع التواصل الاجتماعي من الناحية النفسية لمُستخدميها أم لا؟.

مُشْكِلَةُ الدِرَاسَةِ:

لطالما كان هنالك جدل دائر حول ما إذا كانت مواقع التواصل الاجتماعي تسبب قلق المُستقبل/ الاكتئاب أو تزيد من حدته، فالحضور المستمر على صفحات ومنصات التواصل الاجتماعي يولّد شعوراً حاداً لدى الإنسان بمقارنة نفسه بالآخرين الذين يعرضون أحلى صورهم الملتقطة في أجمل الأماكن وبأفخر السيارات والملابس، مما يولّد لدى كثير من المستخدمين حالة إحباط حاد تؤدي إلى تناقص احترامهم لأنفسهم.

وعلى الرغم من أن البعض قد أوضح أن مواقع التواصل الاجتماعي تساعد على استعادة الفرد للحظات معينة عاشها في توقيت معين. لكن الصحيح أيضاً أنّ ذلك قد يؤدي إلى تراجع قدرة الإنسان على تذكر حوادث معينة في حياته، لاختلاط الحقيقي بالافتراضي عبر المنصات. فنحن ننشغل كثيراً بتصوير تمثال رخامي أو نصب مهيب في مكان ما كي نضعه على صفحتنا ويتفاعل معه الأصدقاء، لكننا ننسى أن نختزن في ذاكرتنا تفاصيل العمل الجميل بتذوقها بأعيننا لا بأعين الآخرين.

ومما سبق حددت الباحثة مشكلة الدِّراسة فى **"الكشف عن العلاقة بين اعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الشعور بالإكتئاب والقلق المستقبلي لديهم"**. وسيتم ذلك من خلال رصد معدلات تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ومعرفة مُعدلات اعتمادهم على هذه المواقع، ودوافع تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع، وأي المواقع والصفحات والموضوعات التي يتعرضون لها ويعتمدون عليها أكثر في حياتهم اليومية، ومدى قيامهم بنشر تفاصيل حياتهم على هذه المواقع، وكيف يقومن بذلك، ومدى اهتمامهم بالتفاعل على هذه المواقع، ومدى ثقتهم في المعلومات التي تقدمها هذه المواقع، ومن ثم الكشف عن التأثيرات (المعرفية، والوجدانية، والسلوكية) الناتجة عن اعتمادهم على هذه المواقع، وأخيرًا تحديد درجة كلًا من (القلق من المستقبل، والإكتئاب) لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.

أَهْدَافُ الدِرَاسَةِ:

تسعي الدِرَاسَةِ إلي تحقيق هدف رئيسي وهو **"الكشف عن العلاقة بين اعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الشعور بالإكتئاب والقلق المستقبلي لديهم"**، وينبثق من هذا الهدف عددً مِن الأهداف الفرعية يُمكن إجمالها علي النَّحو التَّالي:

- ❖ رصد مُعدلات تعرض واعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ودوافع هذا التعرض والاعتماد.
- ❖ الكشف عن التأثيرات (المعرفية، والوجدانية، والسلوكية) الناتجة عن اعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.
- ❖ قياس درجة كلًا من (القلق من المستقبل، والإكتئاب) لديهم نتيجة تعرض أو اعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.

أهميَّة الدِرَاسَةِ:

تنبع أهمية الدراسة من عدة نقاط، أهمها ما يلي:

- ❖ تكمن أهمية الدراسة الحالية في كونها تركز على فئة الشباب باعتبارهم شريحة هامة وقطاعًا فاعلًا في المجتمع فهم أكثر الفئات ارتباطًا من غيرهم بالأجهزة الرقمية والتقنيات الحديثة.
- ❖ أهمية هذه الدراسة أيضًا تكمن في قلة الدراسات العربية والمحلية التى تناولت الدور الذي لعبته مواقع التواصل الاجتماعي، في البناء النفسي لمُستخدميها.
- ❖ مواقع التواصل الاجتماعي الآن واقع معاشًا يجب التعامل معه بعلمية وذهنية متفتحة للاستفادة القصوى منه في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي، وذلك بإعداد استراتيجيات تربوية حديثة تراعي التطور الكبير في مجال تكنولوجيا المعلومات ووسائل التواصل الاجتماعي.

❖ أن هذه الدراسة يُمكن أن تفتح المجال لدراسات أخرى مستقبليه على الشباب المُستخدمين لمواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمتغيرات نفسية أخرى لدى الشباب.

الدِّرَاسَاتُ السَّابقةُ:

بالنظر إلى ما لمراجعة الدراسات السابقة من أهمية كبيرة في مجال البحث العلمي، فقد قامت الباحثة باستكشاف المنشور في الموضوع من دراسات بعد تحديد الكلمات المفتاحية للبحث؛ حيث جرى البحث بكلمات التالية (الإكتئاب، قلق المُستقبل، الاعتماد على مواقع التَّواصل الاجتماعي) وما يرادفهما من كلمات، وعليه تم هذه المراجعة على محورين ستعرضهما الباحثة بالتفصيل، وقد أسفر استعراض الدراسات السابقة عن وجود عدد وفير من الدراسات التي عالجت هذا الموضوع، وما يرتبط بهما من متغيرات، وفيما يلي عرضًا موضوعيًا وفق لمحورين قد حددتهم الباحثة والذي بعنوان:

❖ **المحور الأول**: الدراسات التي تناولت الشعور بالإكتئاب أو قلق المستقبل.

❖ **المحور الثاني**: الدراسات التي تناولت الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيراته.

المحور الأول: الدراسات التي تناولت الشعور بالإكتئاب أو قلق المُستقبل:

فيما يخص **مستوى الأعراض الاكتئابية لدى الجمهور** فقد أوضحت **دراسة (آلين عيسى حنا، بسمة عبد الشريف، 2022)** [1] أن مستوى الأعراض الإكتئابية كان فوق المستوى، كما أشارت **دراسة (زهرة على أبو القاسم فطوح، 2016)** [2] إلى أن أفراد (عينة الدراسة) يُعانون من الإكتئاب بدرجة مُتوسطة.

أما عن **مستوى قلق المُستقبل لدى الجمهور** فقد خلصت **دراسة (آلين عيسى حنا، بسمة عبد الشريف، 2022)** [3] إلى أن مستوى قلق المُستقبل لدى النساء المعنفات كان متوسطًا.

وبالنسبة **للعلاقة بين قلق المستقبل والإكتئاب** فقد بينت **دراسة (آلين عيسى حنا، بسمة عبد الشريف، 2022)** [4] وجود فروق دالة إحصائية بين النساء المعنفات وغير المعنفات في قلق المُستقبل والأعراض الإكتئابية والميول الانتحارية لصالح النساء المعنفات، كما أظهرت **دراسة (مسعد نجاح الرفاعي أبو الديار، 2022)** [5] وجود ارتباط موجب دال بين قلق المُستقبل والإكتئاب وبين تناقضات إدراك الذات لدى (عينة الدراسة) من الذكور والإناث، ووجود فروق دالة بين الذكور والإناث على مقياسي قلق المُستقبل والإكتئاب في اتجاه الذكور، ووجود فروق دالة بين متوسطات درجات الأصغر سنًا والأكبر سنًا على مقاييس قلق المُستقبل والإكتئاب وتناقضات إدراك الذات في اتجاه الأكبر سنًا، كما أفادت **دراسة (زهرة على أبو القاسم فطوح، 2016)** [6] بوجود علاقة دالة إحصائيًا بين كلًا من الإكتئاب ومعني الحياة وقلق المُستقبل، فكلما ارتفعت درجات الاكتئاب ارتفعت درجات قلق المُستقبل وانخفضت درجات معنى الحياة، وأن مُتغير العمر لدى المبحوثين يخلق فروق في الاكتئاب ومعنى الحياة بإتجاه الفئة العمرية الأصغر سنًا، كما اتضح أن مُتغير الجنس لا يُسهم في خلق فروق بين الجنسين الذكور والإناث في مُتغيرات الدراسة (الإكتئاب، ومعنى الحياة، وقلق المُستقبل)، كما أن مُتغير التخصص لا يُسهم في خلق فروق دالة إحصائيًا بين

أفراد (عينة الدراسة)، غير أن مُتغير السنة الدراسية يسهم في خلق فروق دالة إحصائيًا في الإكتئاب ومعنى الحياة وقلق المُستقبل.

وعن **العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب** فقد أشارت **دراسة (David A. Griffith, et.al, 2022)** [7] إلى أنه كلما زاد عدد الأشخاص الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي داخل بلد ما، يزداد انتشار الاكتئاب في ذلك البلد، وأنه نظرًا لأن متوسط الوقت الذي يقضيه على وسائل التواصل الاجتماعي في بلد ما يزيد من العلاقة الضارة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وانتشار الاكتئاب، وقد خلصت **دراسة (Epameinondas Leimonis, Katerina Koutra, 2022)** [8] إلى أن الاستخدام اليومي المتزايد لموقع اليوتيوب YouTube (أكثر من خمس ساعات) يرتبط ارتباطًا كبيرًا بأعراض مُرتفعة بالاكتئاب لدى المبحوثين، وأنه يوجد ارتباط بين الاستخدام اليومي المتزايد للمبحوثين لموقع اليوتيوب YouTube وأعراض الاكتئاب أكثر وضوحًا عند الذكور منه لدى الإناث، وأنه تم ربط الاستخدام النشط المبلغ عنه ذاتيًا للفيسبوك Facebook وللإنستجرام Instagram بأعراض اكتئاب أقل بشكل ملحوظ عند المبحوثين، كما أفادت **دراسة (Xiaoqi Peng, et.al, 2021)** [9] بأن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي له تأثير كبير على الاكتئاب، وعلى الرغم من وجود اختلافات في درجة الإدمان بين الأفراد بسبب العمر الإقليمي وعوامل احترام الذات، إلا أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لا يزال سببًا للاكتئاب أو يؤدي إلى تفاقمه، وقد أظهرت **دراسة (Juthamas Thongpradab, et.al, 2019)** [10] أن إدمان الفيسبوك مُرتبطًا بشكل إيجابي وبشكل ملحوظ بالإكتئاب، كما أوضحت **دراسة (Pengcheng Wang, et.al, 2018)** [11] وجود علاقة ارتباطية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والإكتئاب، وقد توصلت **دراسة (Liu Yi Lin, et.al, 2016)** [12] إلى أن المبحوثين الذين لديهم ارتفاع في مُعدلات زيارات مواقع التواصل الاجتماعي أسبوعيًا يكون أكثر احتمالًا للإصابة بالإكتئاب، كما بينت **دراسة (Nitt Hanprathet, et.al, 2015)** [13] وجود ارتباط إيجابي بين إدمان الفيسبوك والإكتئاب.

المحور الثاني: الدراسات التي تناولت الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي:

فيما يخص **مُعدلات الاعتماد على مواقع التواصل الاحتماعي** فقد أظهرت **دراسة (ماجدة أبو الفتوح محمد الحريري، 2022)** [14] أن نسبة (52.8%) من عينة الدراسة يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات بدرجة كبيرة، كما توصلت **دراسة (غنية صوالحية، أكرم بوطورة، 2020)** [15] إلى أن أغلبية المبحوثين يعتمدون أحيانا على مواقع التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات، كما أظهرت **دراسة (Ranjith, et.al, 2016)** [16] أن المراهقين (عينة الدراسة) يكرسون وقتًا كبيرًا للتواصل الاجتماعي على مواقع الويب ويكونون عرضة للاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي.

أما عن **التأثيرات الناتجة عن الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي** فقد أفادت **دراسة (ماجدة أبو الفتوح محمد الحريري، 2022)** [17] أنه على مستوى التأثيرات الناتجة عن الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي عن جائحة كورونا، فجاء "أكسبتني معلومات حول

أعراض الإصابة بالفيروس" في صدارة التأثيرات المعرفية بوزن نسبى (94.3)، بينما جاء "أصابنى الخوف والقلق والتوتر من الإصابة بالفيروس" في صدارة الأثار الوجدانية بوزن نسبي بلغ (88.7)، على حين فقد جاء "الالتزام بغسل اليدين ضرورة تجنب مصافحة الزملاء عند العودة للمدارس" في صدارة الآثار السلوكية بوزن نسبي بلغ (87.5)، كما بينت **دراسة (فاروق محمد بدر محمد الهويدي، جمال محمد سيلان، 2021)** [18] أن أكثر التأثيرات المعرفية التى تحققت للمبحوثين جراء اعتمادهم على وسائل التواصل كمصدر للأخبار والمعلومات عن وباء كورونا، وهي:(المعرفة بأسباب وأعراض الإصابة بالوباء)، وكانت التأثيرات الوجدانية الأكثر تحققًا هي:(الشعور بالذعر والقلق من حجم المصابين بالوباء)، وبالنسبة للتأثيرات السلوكية فكان أكثر التأثيرات تحققًا للمبحوثين هو:(الإلتزام بالإجراءات الاحترازية لتجنب الإصابة بالوباء)، وقد أوضحت **دراسة (غنية صوالحية، أكرم بوطورة، 2020)** [19] أن أهم التأثيرات الناتجة عن اعتمادهم في تسهيل عملية التواصل، وجعلتنى أكثر قربا من عائلتى وأصدقائي، ساعدتنى على الاسترخاء والقضاء على الفراغ.

وبالنسبة **<u>لأكثر مواقع التواصل الاجتماعى استخدامًا من قبل الجمهور</u>** فقد توصلت **دراسة (رحمة محمود ثابت، 2021)** [20] إلى أن الفيسبوك Facebook هو الأكثر شيوعًا واستخدامًا من قبل مفردات مجتمع الدراسة بنسبة مقدارها (82%)، وقد أشارت **دراسة (جيلان محمود شرف، 2021)** [21] إلى أن المبحوثات يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي بصفة عامة والفيسبوك بصفحة خاصة لتمكين المرأة على المستوى المعرفي والإدراكي والسلوكي، كما أوضحت **دراسة (فودة محمد محمد على عيشة، 2020)** [22] أن (82.7%) من أفراد العينة يرون أن أهم مواقع التواصل الاجتماعي التى تعتمد عليها في الحصول على المعلومات عن كورونا هو موقع "تويتر" ونسبة (40.3%) منهم يرون أنه موقع الانستجرام، ونسبة (36%) منهم يرون أنه موقع سناب شات، ونسبة (34%) منهم يرون أنه موقع "الفيسبوك".

وعن **<u>دوافع وأسباب الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي</u>** فقد أوضحت **دراسة (رحمة محمود ثابت، 2021)** [23] أن مُتابعة إعلانات المجال التجارية ومراكز التسوق بدرجة كبيرة جاء في مُقدمة دوافع اعتماد مفردات مجتمع الدراسة على مواقع التواصل الاجتماعي وبنسبة بلغت (51%)، كما أفادت **دراسة (فاروق محمد بدر محمد الهويدي، جمال محمد سيلان، 2021)** [24] بأن أهم الأسباب التى دفعت المبحوثين للاعتماد على وسائل التواصل الاجتماعي كمصدر للأخبار والمعلومات عن وباء كورونا هى:(تعزيز المعرفة بأسباب المرض بنسبة (23.8%).

وفيما يتعلق **<u>بثقة الجمهور بمواقع التواصل الاجتماعي</u>** فقد بينت **دراسة (رحمة محمود ثابت، 2021)** [25] أن المبحوثين يثقون بدرجة كبيرة في إعلانات التى تأتي من الشركات الخدمية عبر مواقع التواصل الاجتماعي بنسبة (54%)، كما أشارت **دراسة (صفية قابوش، لدمية عبادي، 2021)** [26] إلى أن (50%) أوضحوا أنهن يثقن إلى حد ما في المعلومات الصحية المُتاحة على الفيسبوك، وقد أظهرت **دراسة (جيلان محمود شرف، 2021)** [27] ثقة المبحوثات في مواقع التواصل الاجتماعي.

أما عن **العلاقة بين مُعدلات اعتماد الجمهور على مواقع التواصل الاجتماعي والتأثيرات الناتجة عنها** فقد خلصت **دراسة (سارة سعيد عبد الجواد دسوقى، 2020)** [28] إلى وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيًا بين الاعتماد على الفضائيات المصرية ومواقع التواصل الاجتماعي والتأثيرات (المعرفية، والوجدانية، والسلوكية) المُتحققة من الاعتماد.

وبالنسبة **العلاقة بين مُعدلات اعتماد الجمهور على مواقع التواصل الاجتماعي والخصائص الديموغرافية** فقد أوضحت **دراسة (سارة سعيد عبد الجواد دسوقى، 2020)** [29] قبول جزئي لفرض وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيًا بين الاعتماد على الفضائيات ومواقع التواصل الاجتماعي والخصائص الديموغرافية من حيث (مُتغير المستوى التعليمي)، ومرفوض من حيث كلًا من:(مُتغير النوع، ومُتغير العمر)، كما أفادت **دراسة (جيلان محمود شرف، 2021)** [30] بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المبحوثات (عينة الدراسة) على درجة اعتمادهن على مواقع التواصل الاجتماعي في التعرف على خطط التنمية المُستدامة لتمكين المرأة وفقًا لمُتغير السن.

التَّعْلِيقُ عَلَى الدِّرَاسَاتُ السَّابقةُ والاستفادة منها:

تمحورت الدراسات السابقة نحو الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي، وشعور الجمهور بقلق المُستقبل أو الاكتئاب، حيث مستوى الشعور بالإكتئاب وقلق المُستقبل لدى الجمهور، والعلاقة بين الشعور بقلق المُستقبل والإكتئاب، كما أن هناك محور استعرضت فيه الدراسات مدى اعتماد الجمهور على مواقع التواصل الاجتماعي وما أكثر هذه المواقع استخدامًا لديهم، ومدى ثقتهم في هذه المواقع، ولكن لم توجد دراسة من ضمن هذه الدراسات جمعت بين اعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بقلق المُستقبل والاكتئاب، وهذا ما ستقوم به الباحثة في هذه الدراسة نظرًا لأهمية الموضوع من حيث أن فئة الشباب باعتبارهم شريحة هامة وقطاعًا فاعلًا في المجتمع، وإقبالهم على استخدام التكنولوجيا الرقمية الحديثة لاستقصاء المعلومات منها، وما يتضمن ذلك من مخاصرًا خصوصًا أن مواقع التواصل الاجتماعي سلاح ذو حدين فكما توجد لها تأثيرات إيجابية على نفسية الفرد لها أيضًا تأثيرات سلبية وهذا ما ستقوم الباحثة بتناوله في هذه الدراسة.

الإطار النظري للدِرَاسَةِ (نظرية الإعتماد على وسائل الإعلام Media Dependency theory):

وتُعد نظرية الاعتماد على وسائل الإعلام إحدى النظريات التي تهتم برصد ودراسة التأثيرات المختلفة لوسائل الإعلام على كل من الفرد والمجتمع (Watson, 1998, p. 65) [31]، وقد أدى انتشار وسائل الاتصال الجماهيري – على نطاق واسع خلال القرن الحادي والعشرين – إلى زيادة الدور الذي تؤديه في الحياة الاجتماعية بوجع عام والحياة الاجتماعية للشباب بوجه خاص (Bittner, 1983, p. 399) [32].

ويُبين اسم النظرية أن العلاقة الرئيسية علاقة الاعتماد بين (وسائل الإعلام والنظام الاجتماعي – والجمهور)، وقد تكون هذه العلاقات بين نظم وسائل الإعلام جميعها أو مع أحد أجزائها مثل:(الصحف – الراديو – التليفزيون – وغيرها) (مكاوي، السيد، 2017، ص314) [33].

وتعود البدايات الأولى لنظرية الاعتماد على وسائل الإعلام إلى مؤسسي هذه النظرية وهم **ميلفن ديفيلر وساندرا بول روكتش** عام 1974 عندما قدموا ورقة بحثية مع زملائهم بعنوان "**منظور المعلومات**"، وطالبوا بضرورة الانتقال من مفهوم الإقناع لوسائل الإعلام إلى وجهة النظر التى أن قوة وسائل الإعلام كنظام معلوماتي ينتج من اعتمادات الآخرين على المصادر النادرة للمعلومات التي تُسيطر عليها وسائل الإعلام، بمعنى أن هناك علاقة تدل على الاعتماد بين وسائل الإعلام والأنظمة الإعلامية الأخرى (Grant, 1991) [34].

وتعتمد فكرة هذه النظرية على أن استخدامنا لوسائل الاتصال ليس بمعزل من تأثيرات النظام الاجتماعي الذي نعيشه نحن ووسائل الاتصال والطريقة التى نستخدم بها وسائل الاتصال ونتفاعل بها مع تلك الوسائل نتاثر بما نتعلمه من المجتمع ويشمل هذا أيضًا ما تعلمناه من وسائل الاتصال (إسماعيل، 2012) [35]. وتقوم نظرية الاعتماد على وسائل الإعلام على دعامتين أساسيتين، وهما كالتَّالي:

- **الأهداف**: لكى يُحقق الأفراد والجماعات والمنظمات المُختلفة أهدافهم الشخصية والاجتماعية، فإن عليهم أن يعتمدوا على موارد يسيطر عليها أشخاص أو جماعات أو منظمات أخرى، والعكس صحيح (المزهرة، 2018) [36].
- **المصادر**: يسعى الأفراد والمنظمات إلى المصادر المُختلفة التى تُحقق أهدافهم. وتُعد وسائل الإعلام نظام اجتماعي يسعى إليه الأفراد من أجل بلوغ أهدافهم. وتتحكم وسائل الإعلام في ثلاثة أنواع من مصادر المعلومات، وهى:(جمع المعلومات، وتنسيق المعلومات وتنقيحها لكى تخرج بصورة مُناسبة، ثم نشرها وتوزيعها إلى جمهور غير مُحدد) (مكاوي، السيد، 2017) [37].

وتنطلق هذه النظررية من عدة فروض، سنعرضها في الآتى بشكل مُختصر:

1) يزاد الاعتماد على وسائل الإعلام كلما زاددت كمية المعلومات التى تُقدمها هذه الوسائل، وزادى مقدار أهمية هذه المعلومات بالنسبة للجمهور، وكلما ارتفع أهمية الدور الذي تلعبه وسائل الإعلام في حياة الشخص كلما زاد تأثير تلك الوسائل على هذا الشخص.
2) كلما استطاعت النظم الإعلامية توفير معلومات هامة وضرورية، كلما استطاعت تحقيق أكبر قدي من التأثيرات على الجمهور.
3) تقل درجة اعتماد الجمهور على النظام الإعلامي في وجود مصادر مُتاحة للمعلومات.
4) يسعى الأفراد من وراء اعتمادهم على وسائل الإعلام إلى تحقيق أهداف، وهي:(الفعم، والتوجيه، والتسلية).
5) يحدث الاعتماد على وسائل الإعلام تأثيرات معرفية ووجدانية وسلوكية (الطرابيشي، السيد، 2006، ص142 – 145) [38].

ووفقًا لمفهوم نموذج الاعتماد على وسائل الإعلام يوجد علاقة تأثيرية مُتبادلة فيما بين الإعلام والمجتمع والجمهور ينشأ عن هذه التفاعلات مجموعة من التأثيرات متمثلة في

التأثير المعرفي Cognitive والوجداني affective والسلوكي Behavior (McQuail, 1994, pp. 255 – 257) [39]. والإنترنت يُعد وسيلة تفاعلية تُمكن المُستخدمين من استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لأغراض مُختلفة (Li, Liu, 2017, pp. 257 – 264) [40].

وقد حددت الأثار الناتجة على اعتماد أفراد الجمهور على وسائل الإعلام، كما رصدها كلًا من **"ملفين ديفلير وساندرا بول روكيتش"** في هذه ثلاثة تأثيرات التى سبق ذكرهم، وسنعرضهم فيما يلي بالتفصيل:

- **التأثيرات المعرفية Cognitive Effects**: والتى تتمثل في تجاوز مشكلة الغموض الناتجة عن نقص المعلومات التى يتعرض لها الفرد أو نقص المعلومات أو عدم كفايتها لفهم معاني الأحداث أو تحديد التفسيرات الصحيحة لها، كما تشمل التأثيرات المعرفية تكوين الاتجاهات نحو القضايا التى تُثيرها وسائل الإعلام، وترتيب أولويات القضايا المطروحة في وسائل الإعلام وفقًا لأهميتها (عبد الحميد، 2018، ص360) [41].
- **التأثيرات الوجدانية Affective Effects**: وهى التي تُشير للفئات المُختلفة من المشاعر والعواطف والفتور العاطفي، والمكونات الإنسانية من الحب والكره والإحساس بالخوف والقلق، ويظهر هذا التأثير عندما نقدم معلومات مُعينة من خلال الرسائل الإعلامية تؤثر على مشاعر الأفراد واستجاباتهم، وبالتَّالي في الاتجاه الذي تستهدفه هذه الرسائل (عبد الحميد، 2018، ص362) [42].
- **التأثيرات السلوكية Behavioral Effects**: وتتمثل في قيام الأفراد بسلوكيات إيجابية تعكس قناعاتهم بما تقدمه وسائل الإعلام، أو على العكس من ذلك فقد يتمثل التأثير الإعلامي في إحداث نوع من الخمول لدى الأفراد، وهذا قد يأخذ أشكالًا عديدة مثل:(العزوف عن المُشاركة المجتمعية والسياسية، وعدم الإنخراط في الأنشطة التي تُفيد المجتمع) (الشهلوب، 2020، ص85) [43].

وقد استخدمت الباحثة نظرية الاعتماد على وسائل الإعلام بهدف رصد معدلات تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ومعرفة مُعدلات اعتمادهم على هذه المواقع، ودوافع تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع، وأي المواقع والصفحات والموضوعات التي يتعرضون لها ويعتمدون عليها أكثر على هذه المواقع، ومدى قيامهم بنشر تفاصيل حياتهم على هذه المواقع، وكيف يقومن بذلك، ومدى اهتمامهم بالتفاعل على هذه المواقع، ومدى ثقتهم في المعلومات التي تقدمها هذه المواقع، ومن ثم الكشف عن التأثيرات (المعرفية، والوجدانية، والسلوكية) الناتجة عن اعتمادهم على هذه المواقع، وأخيرًا تحديد درجة كلًا من (القلق من المستقبل، والإكتئاب) لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.

الإطار المعرفي الدِرَاسَة:

أولًا: مواقع التَّواصل الاجتماعي:

مواقع شبكات التواصل الاجتماعية على الإنترنت أدت إلى سرعة تفاعل البشر على مدى العقد الماضي، وهذه النظم المُستندة إلى مواقع التواصل الاجتماعي تسمح لأعضائها الاتصال مع الأخرين إلكترونيًا، بينما أيضًا يسمح لهم بإجراء هذه الاتصالات والتفاعلات علنًا. ويرجع ظهور مفهوم شبكات التواصل الاجتماعي إلى عالم الاجتماع **جون بارنز** عام 1954، فالشبكات الاجتماعية بشكلها التقليدي تتمثل في نوادي المراسلة العالمية التي تستخدم في ربط العلاقات بين الأفراد من مختلف الدول باستخدام الرسائل الاعتيادية المكتوبة، وساهم ظهور شبكة الإنترنت في انتشار ظاهرة التواصل الاجتماعي، وتطوير الممارسات المرتبطة بشبكاتها (الدبيسي، الطاهات، 2013) [44].

وتُعرف مواقع التواصل الاجتماعي على أنها: "منظومة من الشبكات الإلكترونية التى تسمح للمُشترك فيها بإنشاء موقع خاص به، ومن ثم ربطه عن طريق نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء أخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها" (راضي، 2003، ص23) [45].

وتلتقى جميع وسائل التواصل الاجتماعي وتطبيقاته في نقطة واحدة رئيسية وهي تمكين البشر من التواصل والاندماج مختصرة بذلك الحدود الجغرافية والزمانية والقدرة على تبادل المحتويات سواء النصية أو المرئية خاصة مع توفر شبكة الإنترنت والهواتف المحمولة الذكية والكمبيوترات اللوحية وغيرها الكثير من الوسائل التكنولوجية الحديثة، ومن أبرز خصائص شبكات التواصل الاجتماعي ما يلي:

- ❖ إمكانية إنشاء ملفات شخصية.
- ❖ خاصية الصور عبر إعداد ألبوم خاص بها وتبادلها مع الأصدقاء، وخاصية مقاطع الفيديو عبر تحميل وتنزيل الفيديوهات المُتاحة.
- ❖ خاصية المجموعات على أساس العمل الجماعي وإعداد مجموعات لها نفس الاهتمامات.
- ❖ خاصية الأحداث الهامة عبر الإعلان عن الأحداث الجارية فور حدوثها.
- ❖ خاصية الإعلان والتسويق لمنتج ما.
- ❖ خاصية المدونات عبر التدوين وإعداد ملف كامل عنه وعن حياته واهتماماته.
- ❖ خاصية خدمات امحمول حيث تُقدم شبكات التواصل الاجتماعي خدماتها للمستفيد على هاتفه المحمول من خلال ذكر رقم هاتفه عند التسجيل في البرنامج (حمدي، 2018) [46].

ومن أكثر مواقع شبكات التواصل الاجتماعي شهره هى:(الفيسبوك Facebook، تويتر Twitter، جوجل بلس + Google، شبكة لينكد إن LinkedIn، شبكة ماي سبيس MySpace، شبكة تاجد Tagged، شبكة نتلوج Netlog، شبكة أوكيد Okeed) (العتيبي، 2017، ص67) [47].

ومن إيجابيات مواقع التواصل الاجتماعي إمكانية مُشاركة المصادر العلمية، وإتاحة التواصل الدائم بين المجموعات المُختلفة، وتلاشي القيود الموجودة في المجتمع الحقيقي، بحيث ساعدت مواقع التواصل الاجتماعي على إزالة قيود الزمان والمكان والموقع الجغرافي واللغة والخلفية الثقافية وغيرها (السيلاوي، 2017) (عبد الحميد، 2018) [48]. وبما أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي سلاح ذو حدين فكما أوضحنا سابقًا إيجابيات الاستخدام سنعرض سلبياتها.

فإن الاستخدام المتواصل والمستمر لوسائل التواصل الاجتماعي تؤثر بشكل سلبي على المستخدمين، فقد أظهرت كثير من الدراسات أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي باستمرار تُكسب المُستخدم الشعور بالوحدة، وتؤثر على علاقاته الاجتماعية والواقعية، وتجعله ينطوي ويُغلق على نفسه ليقع في دائرة الأمراض النفسية، والاكتئابية مثل:(الضغط النفسي، والتوتر، وفقدان الشهية) التى قد تؤدي به إلى اضطرابات في النوم، ولوم الذات والاقتناع بالأفكار التشاؤمية، والتي قد ينتهي طريقها إلى الانتحار؛ ومن أهم الأسباب التى قد تؤدي إلى الأمراض النفسية هو عدم وجود عائلة حقيقية مترابطة من جهة؛ والبعد عن النشاطات الاجتماعية والانطواء على الذات من جهة أخرى أي أن الأفراد الذين يعيشون في تفكك أشري، ونبذ اجتماعي يلجؤون دائمًا إلى عالمهم الخيالي، وهذا يُسبب لهم المزيد من الضغوطات النفسية والتوتر والاضطراب، وعدم الاتزان والتنوقعهم دائمًا فريسة للاكتئاب، فالشخص الذي لديه اضطراب نفسي، أو ميول للعزلة سوف يكون أكثر عرضه للاكتئاب، والتشوهات النفسية المؤدية إليه (جريش، 2017) [49].

ثانيًا: الإكتئاب:

يُعد الإكتئاب أحد أنواع الاضطرابات النفسية وأمثرها شيوعًا بين الأفراد، وتأتى في المرتبة الثانية بعد القلق، ويؤثر الإكتئاب على الفرد ويُعرضه للمخاطر، والمُشكلات، والضغوط النفسية، وما يتضمنه من مشاعر سلبية كالألم والحزن وخدش المشاعر وتدهور الحالة النفسية للفرد (على، محمد، 2022، ص34) [50].

كما أكد **أنتوني وشيفر** أن الاكتئاب يؤثر في عدد من الجوانب المعرفية والجسدية والانفعالية، فهو يصيب الأفراد بخلل في المزاج، وانخفاض تقدير الذات، واضطراب الذاكرة، وكراهية الذات، وتشويه المدركات، ولديه اتجاه نحو الانتحار، واضطرابات فقدان الشهية والنوم، والجهاز العصبي، والعجز الجنسي، كما يمنع الفرد من أداء دوره الاجتماعي بصور صحيحة وطبيعية (Anthony, et.al, 2015) [51].

ويرجع **عبد المنعم الميلادي** عام 2004 أسباب الإكتئاب إلى ثلاثة عوامل أساسية، وهى كالتَّالي:

- **الأسباب البيولوجية**: أثبتت الدراسات أن حدوث خلل في المثيرات العصبية (للمواد الكيميائية) بالجهاز العصبي التى تقوم بنقل الإشارة العصبية من خلية عصبية إلى أخرى مثل (السيروتوين) هذا الخلل هو المسئول عن الإصابة بالإكتئاب النفسي، كما وجد أن هناك خللًا في إفراز بعض الهرمونات في مرض الإكتئاب مما يؤدي هذا الاختلال إلى اضطراب للخلايا العصبية التى تحتوى على المثيرات الكيميائية، أيضًا

اختلال بعض الهرمونات لغدد الجسم كالغدة الدرقية فوق كلوية، مما يؤدي إلى الاضطرابات في المخ والجهاز العصبي أو يري من يُعانون من الحزن نتيجة فقدان قريب، وربما كان خلل في الجهاز المناعي مما يؤدي إلى زحدوث أعراض نفسية للاكتئاب النفسي.

- ❖ **أسباب وراثية**: أوضحت الدراسات الحديثة وجود عدة عوامل في الجينات الوراثية لها دور هام في الإصابة بالإكتئاب.
- ❖ **ضغوط الحياة والعوامل النفسية**: أثبتت الددراسات أن هناك أحداثًا ضاغطة تسبق حدوث أول نوبة الاضطراب الوجدان أكثر من النوبات التالية، وقد تشمل هذه التغيرات فقدان بعض الخلايا العصبية وتغير للمثيرات الكميائية، لذا يصبح المريض أكثر عرضه لنوبات أخرى من الإكتئاب (الميلادى، 2010، ص65) [52].

وشأن الإكتئاب شأن كثيرٍ من الاضطرابات النفسية والوجدانية، يفصح عن نفسه في مجموعة من الأعراض تشتمل على جوانب من السلوك والتفكير والمشاعر، وهذا تستعرضه الرابطة الأمريكية للطب النفسي (American Psychiatric Association, 2013) [53] في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية DSM-5 تسعة أعراض أساسية مميزة للاكتئاب وهى:(المزاج المكتئب – نقص في الاهتمام والاستماع بالأنشطة – نقص أو زيادة كبيرة في الوزن والشهية – الأرق أو النوم المفرط – تهيج أو تأخر نفس حركي – التعب أو فقدان الطاقة – الإحساس بإنعدام القيمة أو الإحساس المفرط أو غير الملائم بالذنب –نقصان القدرة على التفكير أو التركيز أو التردد – أفكار متكررة من الموت (الغفيلى، 2020، ص457 – 458) [54].

في حين صنف **أحمد عكاشة** عام 2003 أعراض الإكتئاب إلى أربعة جوانب أساسية، وهي كالتَّالي:(وجدانية، ونفسية، وفسيولوجية، وسلوكية) (عكاشة، عكاشة، 2018، ص430) [55].

وهناك العديد من العوامل التى تؤثر في الإكتئاب، وسنعرضها فيما يلي بشكل موجز:

1) **انخفاض تقدير الذات Low Self Esteem**: فقد أشار **Chai, et.al** عام 2020 إلى أن الأفراد ذوى تقدير الذات المنخفض ينظرون إلى أنفسهم على أنهم لا قيمة لهم، ويظهرون مستويات مرتفعة من القلق والمشاعر السلبية، لذلك يظهرون مخاطر أكبر للإصابة بالإكتئاب (Chai, et.al, 2019, p. 499) [56]، كما أكد كلًا من **Quispe & Aguirre** عام 2021 أن تدنى تقدير الذات هو العامل الرئيسي الذي يجعل المراهقين عرضه للإصابة بأعراض الاكتئاب حيث يؤثر تقدير الذات على العديد من التحديات التنموية التى يواجهها المراهقون مثل:(تكوين الهوية، وإعادة تشكيل العلاقات الاجتماعية) (Quispe, 2021, p. 1279) [57]. كما يميل المراهقون المصابون بالإكتئاب ذوو تقدير الذات المنخفض إلى تبنى أساليب سلبية، مثل:(لوم الذات، والانسحاب، والتخيلات لمواجهة العقبات، ويتم إحباطهم وفشلهم بسهولة، وبالتَّالي يصبحون عدائيين) (Liu, et.al, 2021, p. 9) [58].

2) المزاج الوجداني السلبي يُساهم في حدوث الإكتئاب، وعدم نضج أبعاد الشخصية عامل خطر لجدوث الإكتئاب (Matsudaira, Kitamura, 2006, p. 98) [59].

3) فشل الطلاب في تحقيق أهدافهم أو تحقيق توقعاتهم يجعلهم أكثر عرضه للإصابة بالاكتئاب.

4) **عدم الرضا عن مسار الدراسة**: الطلاب الغير راضين عن مسار دراستهم لديهم معدل اكتئاب أكبر من الطلاب الراضين عن مسار دراستهم لأنهم لم يكن لديهم أي فرصة وخيار في اختيار مسارهم الدراسي لأن والديهم هم الذين قاموا باختيار هذا المسار لهم (Dapaah, Henritta, 2019, p. 163) [60].

5) الأشخاص الذين يُعانون من الأرق أكثر عرضه للإصابة بالإكتئاب (Li, et.al, 2020) [61].

6) يرتبط الإكتئاب بين طلاب الجامعات ارتباطًا وثيقًا سلبًا وإيجابًا بالحالة الاجتماعية، والمُشكلات الأسرية، وتعليم الوالدين والدعم والمُساندة الاجتماعية، والتاريخ العائلي للمرض النفسي، والإنجاز الأكاديمي، ومجال الدراسة، والرضا عن الدراسة، وتعاطي المخدرات، والتعرض للإساءة في الطفولة (Ahmed, et.al, 2020) [62].

7) الصراعات الأسرية والاقتصادية والدراسية عوامل هامة في زيادة أعراض الإكتئاب، كما أن المراهقين الذين يعيشون في أسر مضطربة تتسم بالخلافات الأسرية أكثر عرضه للإصابة بالإكتئاب (Quispe, 2021, p. 1279) [63].

8) عوامل مثل:(عبء الوقت، والأشخاص غير الأكفاء، والفشل الاقتصادي المتكرر) يُزيد من خطر الإصابة باضطراب الإكتئاب (Parra, 2020, pp. 226) [64].

9) استخدام المواد المخدرة والاعتماد عليها، والإفراط في استخدام الإنترنت يُزيد من خطر الإصابة باضطراب الإكتئاب.

10) **الجنس**: المراهقات أكثر عرضه من المراهقين الذكور للإصابة بأعراض الإكتئاب (Villatte, 2017, p.116) [65].

ثالثًا: قلق المُستقبل:

يُعرف **سارسون Sarson** القلق بأنه: "انفعال Emotion إنساني أساسي يتضمن مشاعر الخوف والشك والتى تظهر عندما يدرك الفرد موقف ما على أنه مُهدد لذاته أو لتقديره لذاته (Prima, et.al, 2010) [66].

وقد أصبح القلق من المُستقبل ظاهرة واضحة في ظل مجتمع يزخر بالتغيرات، وتولد معه الشعور بعدم الارتياح، وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة، وفقدان الشعور بالأمن، وتدني اعتبار الذات، والتفكير السلبي تجاه المُستقبل (بسيوني، 2013، ص318) [67].

ويُشكل قلق المُستقبل خطورة كبيرة على حياة الأفراد، ترسمه تجارب الفرد تجعله يشعر بعدم الأمان وتوقع الخطر، وعدم الاستقرار والخوف من الماضي والحاضر (Al-Alawi, 2021) [68].

ويتفق عدد من الباحثين على تعريف **قلق المُستقبل** على أنه: "حالة من الترقب، والحذر والتوجس والغموض والتوتر والتشاؤم تجاه المُستقبل والعجز في تحقيق الأهداف، وفقدان السيطرة على الحاضر" (معابرة، السفاسفة، 2020) [69].

وهو عبارة عن "حالة من انعدام الأمن والخوف والتوتر الذي ينشأ من الأفكار حول التغيرات غير المرغوب فيها من المستقبل، وفي أشد حالات القلق من المستقبل، قد يشعر الشخص الذي يُعاني من القلق بأنه مهدد بشئ ما ليس حقيقًا سيحدث" () [70].

وترتبط هذه الظاهرة بالمزاج العام للجمهور، والذي ينتج عن خبرة مشتركة بين الأفراد بسبب تأثيرات التعرض للأحداث السياسية والاقتصادية والثقافية والتعليمية، والتى تؤدي دورًا بارزًا في تشكيل اتجاهات الجمهور نحو هذه القضايا العامة، وهذه الحالة المزاجية قد تتسم بالسلبية، وقد تؤدي إلى مشاعر الإحباط والخوف والقلق من المستقبل، وظهور حالة من عدم الرضا والسخط إزاء الواقع والتشاؤم من المُستقبل (رمضان، 2016، ص47) [71].

ويتضمن القلق المستقبلي حديثًا سلبيًا مع الذات وحالة من الضيق التى تُشيطر على الفرد، بما يؤدي إلى انخفاض تحركات الفرد واتجاهاته نحو المُستقبل وذلك عند الشعور بتهديد أو حطر ما. وهذا القلق يرتبط بطريقة الفرد وأسلوبه في تفسير الواقع. فمعلومات الفرد عن نفسه وعن البيئة المحيطه به وعن المستقبل يتم اعتبارها مصادر للخطر (إسماعيل، 2012، ص279) [72].

وهناك مجموعة من السمات يتسم بها الأشخاص ذو قلق المستقبل، ومن أهمها التركيز الشديد على أحداث الوقت الحاضر أو الهروب من الماضي، والانتظار السلبي لما قد يقع، بالإضافة إلى الانسحاب من الأنشطة البناءة مع الحفاظ على الظروف الروتينية والطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة، واتخاذ إجراءات وقائية من أجل الحفاظ على الوضع الراهن بدلًا من المخاطرة بفرص المستقبل، مع استخدام آليات دفاعية ذاتية، مثل:(الإزاحة، والكبت) من أجل التقليل من شأن الحالات السلبية. ويلجأ الأفراد ذوي قلق المستقبل إلى استغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين مطالب المستقبل، وقد يلجأ البعض منهم إلى الإنطواء، حيث تظهر عليهم علاقات الحزن، والشك والتردد والخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها بالمستقبل. ويتسمون كذلك بصلابة الرأي وعدم الثقة في أحد مما يؤدي بهم إلى الاصطدام بالآخرين، فهم أشخاص يعيشون في الماضي ويفكرون بالمستقبل ولا يعيشون الحاضر (الطراونة، 2013) [73].

كما يميل هؤلاء الأفراد إلى مُقارنة أوضاعهم بآخرين أفضل حالًا، مما يجعلهم يرفعون طموحهم بشكل يولد قلق المستقبل لديهم (Matarneh, Altrawneh, 2014, p. 182) [74].

وتتشابك مجموعة من العوامل لتشعر الفرد بالقلق من المُستقبل، ويُمكن ذكر بعض الأسباب التي تؤدي إلى هذا القلق على النحو الآتي:

- ❖ نقص القدرة على التكهن بالمستقبل، وعدم وجود معلومات كافية لبناء أفكار إيجابية عنه، مما يؤدي إلى وجود رؤية مشوشة تقود إلى عدم التنبؤ بالمستقبل أو التحكم في السلوك المُرتبط به.
- ❖ الشك في قدرة المحيطين بالفرد والقائمين على رعايته على حل مشاكله المستقبلية.
- ❖ الاستعداد الشخصي للفرد للتفاعل مع الخوف.
- ❖ عدم الشعور بالأمن النفسي.
- ❖ الشعور بعدم الإنتماء داخل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع.
- ❖ التشكيك في الكفاءة الشخصية، واستخدام أساليب الإجبار والإكراه في التعامل مع الآخرين.
- ❖ الاعتماد والعجز واللاعقلانية (عثمان، 2001، ص23) [75].
- ❖ عدم تقبل الواقع (محمد، 2010) [76].
- ❖ الإحباط المُتكرر، وندرة فرص تحقيق الذات (محمد، 2000، ص70) [77].

وتعددت النظريات التى حاولت أن تُقدم تفسيرًا لقلق المستقبل، ومنها:(نظرية التحليل النفسي، والنظرية السلوكية، والنظريات المعرفية السلوكية)، وسنعرضهم فيما يلي بالتفصيل:

1) **نظرية التحليل النفسي**: القلق من المنظور الفرويدي هو لب العصاب ومحوره، ويفرق فرويد بين نوعين من القلق، وهما كالتَّالي:

- ❖ **قلق موضوعي**: وهو رد فعل طبيعي لخطر خارجي معروف في مواقف تتسم بالخطر والتهديد والقلق.
- ❖ **القلق العصابي**: وهو خوف غامض وغير مفهوم.

وترى **هورنى Horney** أن القلق هو استجابة لخطر ما وأهم العناصر الباعثة على القلق هو الشعور بالعجز والعدوان والدونية، ومن شأن الثقافة والبيئة أن تخلق قدرًا كبيرًا من التوتر والقلق، إذا ما احتوت على تعقيدات وإحباطات ومتناقضات فيشعر الفرد بقلة حيلته وعجزه (عبد الغني، 2017، ص47) [78].

2) **النظرية السلوكية**: قلق المستقبل وفق النظرية السلوكية هو نتيجة لعدم الانسجام بين متطلبات الفرد وقيم مجتمعه وبين الاتجاهات التي يتعرض لها في عملية التطبيع الاجتماعي (مكاوي، السيد، 2017، ص321) [79].

3) **النظرية المعرفية السلوكية**: تُركز على أن سبب الاضطرابات النفسية خى إما أفكارًا غير عقلانية كما أشار إليها **إيليس Ellis** في نموذجه عن العلاج العقلاني الانفعالى

السلوكي، أو أفكارًا أوتوماتيكية تخضع لنظام المخططات لدى الفرد، كما أوضحتها نظرية إعادة البناء المعرفي **"لبيك Beck"** (رمزي، 2012، ص67) [80].

الأطار المَنْهَجيُّ:

- **نَوْعُ الدِرَاسَةِ وَمَنْهَجُهَا**: تُعد هذه الدِرَاسَةِ من الدِّرَاسَاتُ الوصفية وتعتمد على المنهج المسحي survey الكمي، فالمسح ينصب على دِرَاسَةِ أشياء موجودة بالفعل وقت إجراء الدِرَاسَةِ، في مكان معين وزمان معين، بما يساعد على فهمها أو إصدار الأحكام بشأنها، وقد تم اعتماد المسح الوصفي التفسيري.
- **أَدَوَاتُ الدِرَاسَةِ**: استخدمت الباحثة استمارة الاستبيان عبر الإنترنت (الاستبيان الإلكتروني) كأداة لجمع البيانات، باعتبار أن الاستبيان أحد الأساليب التي تستخدم في جمع بيانات مباشرة من العينة المُختارة، وذلك عن طريق توجيه مجموعة من الأسئلة المُحددة، وذلك بهدف التعرف على حقائق مُعينة أو وجهات نظر المبحوثين واتجاهاتهم أو الدوافع والمؤثرات التي تدفعهم إلى تصرفات سلوكية مُعينة.

ولتأكد من مدى صلاحية هذه الأداة في جمع بيانات الدِرَاسَةِ قامت الباحثة **باختبار صدق مقاييس الدِرَاسَةِ**، حيث اعتمدت الباحثة على الصدق الظاهري لقياس مدى صدق أداة جمع البيانات (الاستبيان الإلكتروني) لمعرفة ما إذا كانت الأداة تقيس ما ينبغي أن تقيسه وذلك من خلال الفحص المدقق لكل بند/ سؤال والتأكد من أن البنود سليمة من حيث المحتوى والصياغة، بحيث تقيس الجوانب المطلوب قياسه في إطار الموضوع الأساسي.

كما قامت الباحثة بعرض الاستمارة على عدد من المُحكمين والمُتخصصين في مجال الإعلام والعلاقات العامة والإعلان (*)، للتحقق من صدق الأداة ومدى صلاحيتها لتحقيق أهداف الدِرَاسَةِ الميدانية واختبار فروضها، وقد قام السادة المحكمون بتعديل الاستمارة وصياغة الأسئلة وترتيبها وتنظيمها، وتم تعديل الاستمارة وفقًا لهذه التعديلات والمُقترحات التي اتفق عليها معظم الأساتذة المحكمين، وتم صياغة الاستمارة في صورتها النهائية.

وقد تم إجراء **اختبار الثبات** أيضًا من خلال إعادة تطبيق استمارة الاستبيان الخاصة بطلاب الإعلام التربوي على 40 مفردة من المبحوثين أنفسهم بواقع (10%) من إجمالي حجم العينة وتم حساب الثبات باستخدام معامل (ارتباط بيرسون) بين التطبيقين (القياسين الأول والثاني) حيث بلغت قيمته (0.875) وهي نسبة ثبات مرتفعة في أسئلة المقاييس.

---

*) أسماء الأساتذة المُحكمين طبقًا للترتيب الأبجدي والمنصب الجامعي:

- أ.د/ عادل فهمي البيومي — أستاذ بقسم الإذاعة والتليفزيون، كلية الإعلام، جامعة القاهرة.
- أ.د/ عبد الرحيم دوريش — أستاذ بكلية الإعلام، جامعة بني سويف.
- أ.د/ محمد المرسي — أستاذ بقسم الإذاعة والتليفزيون، كلية الإعلام، جامعة القاهرة.

- **مُجْتَمَعَ الدِرَاسَةِ**: يتمثل مجتمع الدِرَاسَةِ في الشباب الذين يتعرضون أو يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية من مختلف المستويات الإجتماعية والثقافية والاقتصادية.
- **عَيّنَةُ الدِرَاسَةِ**: تمثلت عينة الدراسة الميدانية في (400 مُفردة) من الشباب الذين يتعرضون أو يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية من مختلف المستويات الإجتماعية والثقافية والاقتصادية، والتي تتراوح أعمارهم ما بين 16 عام إلى 45 عامًا، وقد تم اختيار هذه العينة بشكل عمدي، فهي عينة عمدية أي إن العينة قد تم اختيارها بناء على مواصفات مُعينة حددتها الدراسة (علام، 2012، ص173) [81]، وهناك مجموعة من المُبررات التي تم على أساسها اختيار عينة الدراسة الميدانية، هي كالتَّالي:

- **أولًا**: أنهم يتعرضون أو يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.
- **ثانيًا**: من مختلف المُستويات الاقتصادية والاجتماعية والتعليمية، وبالتالي ستتعرف الباحثة إذا كان إخلال العوامل الديموغرافية له تأثير أم لا.

وقد وزعت عينة الدِرَاسَةِ من حيث الخصائص الديموغرافية للمبحوثين علي النحو المُبيَّن بالجدول التَّالي:

جدول رقم (1)

خصائص عينة الدِرَاسَةِ (ن=400)

البيانات الشخصية		ك	%
النوع	ذكر	152	38
	انثي	248	62
	الإجمالي	**400**	**100**
السن	من 16 إلي 25 عامًا	282	70.5
	من 26 إلي 35 عامًا	112	28
	من 36 إلي 45 عامًا	6	1.5
	الإجمالي	**400**	**100**
المؤهل التعليمي	مؤهل متوسط	6	1.5
	مؤهل جامعي	297	74.3
	دراسات عليا	97	24.3
	الإجمالي	**400**	**100**
المستوي الاقتصادي الاجتماعي	منخفض	90	22.5
	متوسط	227	56.8
	مرتفع	83	20.8
	الإجمالي	**400**	**100**
متوسط الدخل	من 2000 لأقل من 5000 جنية	267	66.8
	من 5000 لأقل من 10000 جنية	72	18
	من 10000 جنية فأكثر	61	15.3
	الإجمالي	**400**	**100**

تُوضح بيانات هذا الجدول الخصائص الديموغرافية للمبحوثين (عينة الدِّرَاسَةِ)، حيث جاءت علي النحو التَّالي:

- **من حيث النوع:** بلغت نسبة الإناث ضمن عينة الدِّرَاسَةِ (62%)، بينما بلغت نسبة الذكور (38%) من إجمالي عينة الدراسة.
- **من حيث السن:** كانت غالبية المبحوثين كان يتراوح أعمارهم ما بين 16 إلي 25 عامًا بنسبة (70.5%)، تلتها نسبة المبحوثين الذين كان يتراوح أعمارهم ما بين 26 إلي 35 عامًا (28%)، وأخيرًا نجد أن نسبة المبحوثين الذين كان يتراوح أعمارهم ما بين 36 إلي 45 عامًا (1.5%) من إجمالي عينة الدِّرَاسَةِ.
- **من حيث المؤهل التعليمي:** كانت غالبية المبحوثين من ذوي مؤهل جامعي حيث كانت نسبتهم (74.3%)، في حين بلغ نسبة المبحوثين الحاصلين على الدراسات العليا (24.3%)، وأخيرًا كانت نسبة الشباب ذوى المؤهل المُتوسط (1.5%) من إجمالي عينة الدِّرَاسَةِ.
- **من حيث المُستوي الاقتصادي الاجتماعي**: كانت غالبية المبحوثين بنسبة (56.8%) ذات المُستوي الاقتصادي الاجتماعي المتوسط، بينما بلغت نسبة المبحوثين ذات المُستوي الاقتصادي الاجتماعي المنخفض (22.5%)، علي حين بلغت نسبة المبحوثين ذات المُستوي الاقتصادي الاجتماعي المرتفع (20.8%) من إجمالي العينة.
- **من حيث متوسط الدخل للأسرة:** كانت غالبية المبحوثين بنسبة (66.8%) ذوى متوسط دخل المنخفض (من 2000 لأقل من 5000 جنية)، بينما بلغت نسبة المبحوثين ذوي دخل المُتوسط (من 5000 لأقل من 10000 جنية) (18%)، وأخيرًا نجد نسبة المبحوثين ذوي متوسط دخل المُرتفع (من 10000 جنية فأكثر) (15.3%) من إجمالي عينة الدِّرَاسَةِ.

تَسَاؤُلَاتُ الدِرَاسَةِ:

1) ما معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، وما دوافع هذا التعرض أو الاعتماد؟
2) ما هى أكثر مواقع التواصل الاجتماعي التي يتعرض أو يعتمد عليها الشباب (عينة الدراسة) في حياتهم اليومية؟
3) ما أكثر الصفحات والموضوعات المتواجدة على مواقع التواصل الاجتماعي ويتعرض لها الشباب (عينة الدراسة)؟
4) ما مدى قيام الشباب (عينة الدراسة) بنشر تفاصيل حياتهم على مواقع التواصل الاجتماعي، وكيف يقومون بنشرها؟
5) ما مدى اهتمام الشباب (عينة الدراسة) بالتفاعل على مواقع التواصل الاجتماعي أثناء استخدامها في حياتهم اليومية؟

6) ما مدى ثقة الشباب (عينة الدراسة) في المعلومات التي تُقدمها مواقع التواصل الاجتماعي؟

7) ما التأثيرات (المعرفية، السلوكية، الوجدانية) الناتجة عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية؟

8) ما درجة كلًا من (القلق من المستقبل، والإكتئاب) لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية؟

9) ما السمات الديموغرافية للشباب (عينة الدراسة) الذين يتعرضون أو يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية؟

فروض الدِرَاسَةِ:

- **الفرض الأول:** توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية والتأثيرات (المعرفية، والوجدانية، والسلوكية) الناتجة عن هذا الاعتماد.
- **الفرض الثاني:** توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة قلق المُستقبل لديهم من حيث (بعد القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية، بعد قلق الصحة وقلق الموت، بعد القلق الذهني، بعد اليأس من المستقبل، بعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع.
- **الفرض الثالث:** توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع.
- **الفرض الرابع:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب (عينة الدراسة) بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي الاجتماعي) في التأثيرات (المعرفية، والوجدانية، والسلوكية) الناتجة عن اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.
- **الفرض الخامس:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب (عينة الدراسة) بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي الاجتماعي) في درجة قلق المُستقبل لديهم من حيث (بعد القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية، بعد قلق الصحة وقلق الموت، بعد القلق الذهني، بعد اليأس من المستقبل، بعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.
- **الفرض السادس**: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب (عينة الدراسة) بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي

الاجتماعي) في درجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.

المُعالجة الإحصائية للبيانات:

أ) **المقاييس الوصفية**: وقد اشتملت على ما يلي:

- التكرارات البسيطة والنسب المئوية.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري، وهو الذي يحدد مدى تباعد أو تقارب القراءات عن وسطها الحسابي.
- الوزن النسبى الذي يحسب من المعادلة: (المتوسط الحسابي x 100) ÷ الدرجة العظمى للعبارة.

ب) **الاختبارات الإحصائية**: وقد تضمنت هذه الاختبارت ما يلي:

- اختبار (ت) للمجموعات المستقلة (Independent-Samples T-Test).
- كا^2 (Chi square) اختبار استقلالية العبارة ويستخدم لدراسة معنوية الفروق بين مجموعات المتغيرات الاسمية.
- تحليل التباين ذو البعد الواحد (Oneway Analysis of Variance) المعروف اختصاراً باسم ANOVA.

ج) **معاملات الارتباط Correlation**: وقد اشتملت على ما يلي:

- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient).

وقد قامت الباحثة بالاستعانة ببرنامج التحليل الإحصائي (SPSS)، وذلك لتحليل بيانات الدراسة الميدانية، ويتمثل مستوى الدلالة المعتمدة فى الدراسة الحالية فى كافة اختبارات الفروض والعلاقات الارتباطية ومعامل الانحدار فى قبول نتائج الاختبارات الإحصائية عند درجة ثقة (95%) فأكثر، أى عند مستوى معنوية 0.05 فأقل.

نَتَائِجُ الدِرَاسَةِ:

أولًا: النتائج التفصيلية للدِرَاسَةِ الميدانية:

جدول رقم (2)

يوضح مُعدلات تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي

مُعدلات التعرض	ك	%
دائمًا	332	83
أحيانًا	57	14.2
نادرًا	11	2.8
الإجمالي	400	100

تُفيد بيانات هذا الجدول بأن الغالبية العظمى من الشباب (عينة الدراسة) بنسبة (83%) دائمًا ما يتعرضون لمواقع التواصل الاجتماعي، ويُمكن إرجاع ذلك لأن مواقع التواصل الاجتماعي هيأت لمُستخدميها خاصًا الشباب عالمًا خاصًا بهم، خصوصًا بعد الجيل الرابع من الهواتف الذكية، على حين يتعرض لها أحيانًا نسبة (14.2%)، بينما بلغ عدد المبحوثين الذين يتعرضون نادرًا لمواقع التواصل الاجتماعي (11) مبحوثا أي بنسبة

(2.8%) من إجمالي المبحوثين، ويُمكننا إرجاع ذلك إلى أن الشباب يُستخدمون هذه المواقع للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي، ومن ثم أصبح الشباب يتبادلون وجهات النظر الثقافية والأدبية والسياسية.

وقد اتفقت نتائج هذا الجدول مع نتائج دراسة **دراسة (Ranjith, et.al, 2016)** [82] والتى أظهرت نتائجها أن المراهقين (عينة الدراسة) يكرسون وقتًا كبيرًا للتواصل الاجتماعي على مواقع الويب ويكونون عرضة للاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول رقم (3)

يوضح مُعدلات تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي في الإسبوع

مُعدلات التعرض في الأسبوع	ك	%
يوميًا	344	86
من مرتين إلي ثلاث مرات في الأسبوع	51	12.8
مرة واحدة في الأسبوع	5	1.3
الإجمالي	400	100

يتضح لنا من بيانات هذا الجدول أن غالبية المبحوثين يتعرضون يوميًا لمواقع التواصل الاجتماعي حيث بلغت نسبتهم (86%)، ويُمكننا إرجاع ذلك إلى أن الشباب يُستخدمون هذه المواقع للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي، ومن ثم أصبح الشباب يتبادلون وجهات النظر الثقافية والأدبية والسياسية، كما أن هذه المواقع تُهيئ لمُستخدميها خاصًا الشباب عالمًا خاصًا بهم، خصوصًا بعد الجيل الرابع من الهواتف الذكية، بينما كانت نسبة من يتعرضون لها من مرتين إلي ثلاث مرات في الأسبوع (12.8%)، وأخيرًا نجد أن عدد المبحوثين الذين يتعرضون لهذه المواقع مرة واحدة في الأسبوع بلغ (5) مبحوثين أي بنسبة (1.3%).

وتتفق نتائج هذا الجدول إلى حد كبير مع نتائج الجدول رقم (2) الذي يتناول مُعدلات تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي، والذي قد أفادت نتائجه بأن (97.2%) من الشباب (عينة الدراسة) يتعرضون لمواقع التواصل الاجتماعي بشكل يتراوح ما بين دائمًا وأحيانًا.

جدول رقم (4)

يوضح مُعدلات تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي في اليوم الواحد

مُعدلات التعرض في اليوم الواحد	ك	%
ثلاث ساعات فأكثر	286	71.5
من ساعة إلى ثلاث ساعات في اليوم الواحد	109	27.3
أقل من ساعة في اليوم الواحد	5	1.3
الإجمالي	400	100

تُشير بيانات هذا الجدول إلى أن غالبية المبحوثين يتعرضون لمواقع التواصل الاجتماعي ثلاث ساعات فأكثر في اليوم الواحد حيث بلغت نسبتهم (71.5%)، ويُمكن

إرجاع ذلك نظرًا لسهولة التعرض لهذه المواقع للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط، بينما كانت نسبة من يتعرضون لهذه المواقع من ساعة إلى ثلاث ساعات في اليوم الواحد (27.3%)، وأخيرًا نجد أن عدد المبحوثين الذين يتعرضون لهذه المواقع أقل من ساعة في اليوم الواحد بلغ (5) مبحوث أي بنسبة (1.3%)، ويُمكن إرجاع ذلك لانتشار مواقع التواصل الاجتماعي بشكل واسع جدًا في المجتمع وسهولة استخدام منصات وصفحاته خاصًا للشباب، واعتمادهم بشكل كبير عليها للحصول على المعلومات في المجالات المُختلفة، وذلك لسهولة الاستخدام للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط.

وتتفق نتائج هذا الجدول إلى حد كبير مع نتائج الجدول رقم (2) الذي يتناول مُعدلات تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي، والذي قد أفادت نتائجه بأن (97.2%) من الشباب (عينة الدراسة) يتعرضون لمواقع التواصل الاجتماعي بشكل يتراوح ما بين دائمًا وأحيانًا.

جدول رقم (5)

يوضح مُدة اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

مُدة الاعتماد	ك	%
ثلاث سنوات فأكثر	278	69.5
من سنة إلى ثلاث سنوات	100	25
أقل من سنة	22	5.5
الإجمالي	400	100

توضح لنا بيانات هذا الجدول أن غالبية الشباب (عينة الدراسة) يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي منذ ثلاث سنوات فأكثر حيث بلغت نسبتهم (69.5%)، ويُمكن إرجاع ذلك نظرًا لسهولة التعرض لهذه المواقع للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط، بينما كانت نسبة من يعتمدون على هذه المواقع منذ سنة إلى ثلاث سنوات (25%)، وأخيرًا نجد أن عدد المبحوثين الذين يعتمدون على هذه المواقع منذ أقل من سنة بلغ (22) مبحوث أي بنسبة (5.5%)، ويُمكن إرجاع ذلك لانتشار مواقع التواصل الاجتماعي بشكل واسع جدًا في المجتمع وسهولة استخدام منصات وصفحاته خاصًا للشباب، واعتمادهم بشكل كبير عليها للحصول على المعلومات في المجالات المُختلفة، وذلك لسهولة الاستخدام للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط.

وتتفق نتائج هذا الجدول إلى حد ما مع نتائج الجدول رقم (2) الذي يتناول مُعدلات تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي، والذي قد أفادت نتائجه بأن (97.2%) من الشباب (عينة الدراسة) يتعرضون لمواقع التواصل الاجتماعي بشكل يتراوح ما بين دائمًا وأحيانًا.

جدول رقم (6)

يوضح درجة اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي

درجة الاعتماد	ك	%
اعتمد بدرجة كبيرة	206	51.5
اعتمد بدرجة مُتوسطة	177	44.3
اعتمد بدرجة ضغيفة	17	4.3
الإجمالي	400	100

تُبين بيانات هذا الجدول أن غالبية الشباب (عينة الدراسة) يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي بدرجة كبيرة حيث بلغت نسبتهم (51.5%)، ويُمكن إرجاع ذلك نظرًا لسهولة التعرض لهذه المواقع للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط، بينما كانت نسبة من يعتمدون على هذه المواقع بدرجة مُتوسطة (44.3%)، وأخيرًا نجد أن عدد المبحوثين الذين يعتمدون على هذه المواقع بدرجة ضعيفة بلغ (17) مبحوث أي بنسبة (4.3%)، ويُمكن إرجاع ذلك لانتشار مواقع التواصل الاجتماعي بشكل واسع جدًا في المجتمع وسهولة استخدام منصات وصفحاته خاصًا للشباب، واعتمادهم بشكل كبير عليها للحصول على المعلومات في المجالات المُختلفة، وذلك لسهولة الاستخدام للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط.

وتتفق نتائج هذا الجدول إلى حد ما مع نتائج الجدول رقم (5) الذي يستعرض مُدة اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، والذي قد أوضحت نتائجه أن غالبية الشباب (عينة الدراسة) يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي منذ ثلاث سنوات فأكثر حيث بلغت نسبتهم (69.5%)، بينما كانت نسبة من يعتمدون على هذه المواقع منذ سنة إلى ثلاث سنوات (25%)، وأخيرًا نجد أن عدد المبحوثين الذين يعتمدون على هذه المواقع منذ أقل من سنة بلغ (22) مبحوث أي بنسبة (5.5%).

وقد اتفقت نتائج هذا الجدول مع نتائج **دراسة (ماجدة أبو الفتوح محمد الحريري، 2022)** [83] والتى قد أظهرت نتائجها أن نسبة (52.8%) من عينة الدراسة يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات بدرجة كبيرة.

كما اتفقت نتائج هذا الجدول مع نتائج **دراسة (غنية صوالحية، أكرم بوطورة، 2020)** [84] والتى توصلت نتائجها إلى أن أغلبية المبحوثين يعتمدون أحيانا على مواقع التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات.

جدول رقم (7)

يوضح دوافع تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
التواصل مع الآخرين	329	82.3	59	14.8	12	3.0	2.79	.474	93
الحصول على الأخبار والمعلومات	309	77.3	87	21.8	4	1.0	2.76	.449	92
معرفة الأحداث والتطورات المحلية والإقليمية والدولية	313	78.3	75	18.8	12	3.0	2.75	.497	91.7
معرفة آراء الناس حول القضايا المهمة ومُتابعتها	304	76.0	78	19.5	18	4.5	2.72	.543	90.7
تحقق لى التسلية والترفية	305	76.3	72	18.0	23	5.8	2.71	.569	90.3
تبادل الخبرات والثقافة مع من هم من خارج دولتي	296	74.0	78	19.5	26	6.5	2.68	.592	89.3
تستخدم لغة سهلة وبسيطة	284	71.0	100	25.0	16	4.0	2.67	.549	89
تشكيل علاقات إجتماعية مع الآخرين	260	65.0	120	30.0	20	5.0	2.60	.584	86.7
تمنحني فرصة للتثقيف والتعلم	261	65.3	119	29.8	20	5.0	2.60	.583	86.7
لأنها تعطي مساحة كبيرة للحوار والنقاش بعكس الوسائل الأخرى	250	62.5	130	32.5	20	5.0	2.58	.588	86
بحكم عاداتي اليومية	220	55.0	158	39.5	22	5.5	2.50	.601	83.3
تكوين صداقات والتعرف على أصدقاء جدد	251	62.8	97	24.3	52	13.0	2.50	.715	83.3
استخدامها في الدراسة بشكل فعال	194	48.5	182	45.5	24	6.0	2.43	.604	81
إعلان موقفي من الأحداث من خلال التعبير عن رأيى وأفكاري	132	33.0	224	56.0	44	11.0	2.22	.627	74
تمكني من القيام بأفعال لا أستطيع القيام بها في الحياة اليومية	149	37.3	176	44.0	75	18.8	2.18	.726	72.7
لأني أشعر بالألفة عند التعامل مع الأصدقاء عبر تلك المواقع	126	31.5	205	51.3	69	17.3	2.14	.684	71.3
لأني لا أجد من يفهمني في الحياة اليومية إلا من خلال تلك المواقع	125	31.3	148	37.0	127	31.8	1.99	.795	66.3
مصداقيتها بالمعلومات التي تُقدمها	54	13.5	281	70.3	65	16.3	1.97	.545	65.7

تُفيد بيانات هذا الجدول بدوافع تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي، حيث جاءت دافع "التواصل مع الآخرين" ففي الترتيب الأول بوزن نسبي (93)، وأن دافع "الحصول على الأخبار والمعلومات" جاء في الترتيب الثاني بوزن نسبي

(92)، يليها دافع "معرفة الأحداث والتطورات المحلية والإقليمية والدولية" بوزن نسبي (91.7)، وجاء في الترتيب الرابع دافع "معرفة آراء الناس حول القضايا المهمة ومُتابعتها" بوزن نسبي (90.7)، ويليه دافع "تحقق لى التسلية والترفية" بوزن نسبي (90.3)، ومن ثم دافع "تبادل الخبرات والثقافة مع من هم من خارج دولتي" بوزن النسبي (89.3)، يليه دافع "تستخدم لغة سهلة وبسيطة" بوزن نسبي (89)، بينما احتل الترتيب الثامن كلًا من دافع "تشكيل علاقات إجتماعية مع الآخرين"، ودافع "تمنحني فرصة للتثقيف والتعلم" بوزن نسبي واحد لكلًا منهما (86.7)، أما عن دافع "لأنها تعطي مساحة كبيرة للحوار والنقاش بعكس الوسائل الأخرى" فقد ظهر بوزن نسبي وهو (86)، ومن ثم ظهر كلًا من دافع "بحكم عاداتي اليومية"، ودافع "تكوين صداقات والتعرف على أصدقاء جدد" بوزن نسبي واحد لكلًا منهما (83.3)، وفى المرتبة التى تليه ظهر دافع "استخدامها في الدراسة بشكل فعال" بوزن نسبي (81)، أما عن الوزن النسبي (74) فقد ظهر لدافع "إعلان موقفي من الأحداث من خلال التعبير عن رأيى وأفكاري"، بينما ظهر دافع "تمكني من القيام بأفعال لا أستطيع القيام بها في الحياة اليومية" بوزن نسبي (72.7)، في حين بلغ الوزن النسبي لدافع "لأني أشعر بالألفة عند التعامل مع الأصدقاء عبر تلك المواقع" (71.3)، يليه دافع "لأني لا أجد من يفهمني في الحياة اليومية إلا من خلال تلك المواقع" بوزن نسبي (66.3)، وأخيرًا ظهر دافع "مصداقيتها بالمعلومات التي تُقدمها" حيث كان وزنه النسبي (65.7)، ونلاحظ مما سبق يتضح لنا ارتفاع الأوزان النسبية لدوافع تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذه الدوافع ما بين (93) إلى (65.7)، ويُمكن إرجاع ذلك لانتشار مواقع التواصل الاجتماعي بشكل واسع جدًا في المجتمع وسهولة استخدام منصات وصفحاته خاصًا للشباب، واعتمادهم بشكل كبير عليها للحصول على المعلومات في المجالات المُختلفة، وذلك لسهولة الاستخدام للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط، ويُعد الشكل البياني التالي ما هو إلا توضيح لنتائج هذا الجدول:

شكل رقم (1) يوضح دوافع تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي

جدول رقم (8)

يوضح مجمل دوافع تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي

مجمل الدوافع	ك	%
متوسط	120	30
مرتفع	280	70
الإجمالي	400	100

يتضح لنا من بيانات هذا الجدول أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) لديهم دوافع مُرتفعة للتعرض لمواقع التواصل الاجتماعي حيث بلغت نسبتهم (70%)، بينما كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) الذين لديهم دوافع بدرجة مُتوسطة (30%)، وإن دل ذلك فيدل على أن الشباب (عينة الدراسة) لديهم دوافع بدرجة مُرتفعة إلى حد ما لتعرض لمواقع التواصل الاجتماعي، ويُمكن إرجاع ذلك إلى انتشار مواقع التواصل الاجتماعي بشكل واسع جدًا في المجتمع وسهولة استخدام منصات وصفحاته خاصًا للشباب، واعتمادهم بشكل كبير عليها للحصول على المعلومات في المجالات المُختلفة، وذلك لسهولة الاستخدام للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط.

وتتفق وتؤكد نتائج هذا الجدول على نتائج الجدول رقم (7) الذي يتمحور حول دوافع تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي، والذي بينت نتائجه أن الأوزان النسبية لدوافع تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي تراوحت ما بين (93) إلى (65.7)، وقد دل ذلك على ارتفاع الأوزان النسبية لدوافع تعرض الشباب (عينة الدراسة) لمواقع التواصل الاجتماعي.

جدول رقم (9)

يوضح مواقع التواصل الاجتماعي التي يُفضل الشباب (عينة الدراسة) الاعتماد عليها بشكل أساسي في حياتك اليومية

أسماء مواقع التواصل الاجتماعي	ك	%
موقع الواتس أب What's Up	342	85.5
موقع الفيسبوك Facebook	314	78.5
موقع الانستجرام Instagram	165	41.3
موقع اليوتيوب Youtube	157	39.3
موقع سناب شات Snap Chat	76	19
موقع جوجل بلاس Google+	42	10.5
موقع تويتر Twitter	32	8
موقع لينكد إن Linked In	18	4.5
الإجمالي	400	

تُشير بيانات هذا الجدول إلى مواقع التواصل الاجتماعي التي يُفضل الشباب (عينة الدراسة) الاعتماد عليها بشكل أساسي في حياتك اليومية، حيث جاء موقع الواتس أب

What's Up في مُقدمة هذه المواقع بنسبة (85.5%)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن تطبيق الواتس أب What's Up هو الأكثر استخدامًا وانتشارًا بين الشباب لأنها مصدر للدردشة بين أفراد المجتمع وتبادل الرسائل النصية والمسموعة والمصورة لتبادل المعلومات والآراء والنقاش في الموضوعات المُختلفة سواء الاجتماعية أو السياسية أو الاقتصادية أو العاطفية، يليه موقع الفيسبوك Facebook بنسبة (78.5%)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن موقع الفيسبوك Facebook هو الأكثر استخدامًا وانتشارًا بين الشباب كما أنه يُعد له مصدرًا أساسيًا للحصول على المعلومات سواء من خلال الصفحات الرسمية التابعة للجهات الرسمية للدولة التي يقومون بمُتابعتها أو صفحات الأخبار التي لها صفحة على تطبيق الفيسبوك Facebook فعلى سبيل المثال جريدة اليوم السابع أو من خلال صفحات أخري تابعة لأشخاص عادية يقومون بنشر هذه المعلومات ومُشاركتها بشكل مُستمر، كما أن هناك صفحات للترفيه والتسليه والكوميكس وغيرها، أما عن موقع الانستجرام Instagram فقد جاءت في الترتيب الثالث بنسبة (41.3%)، ويُمكن إرجاع ذلك لأن هذا التطبيق في الأساس مصمم خصيصًا أكثر لنشر الصور والفيديوهات القصيرة كوظيفية أساسية وليس لنشر المعلومات والأخبار ولذلك لأ يُعد مصدرًا أساسيًا للحصول على المعلومات كتطبيق الفيسبوك، يليهما موقع اليوتيوب Youtube بنسبة (39.3%)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن هذا الموقع لا يُسمح فيه إلا بنشر الفيديوهات والتعليق عليها وإعادة مشاركتها فقط، ومن ثم جاء موقع سناب شات Snap Chat بنسبة (19%)، ويُمكن إرجاع ذلك لأن هذا الموقع لا يسمح إلا بنشر الصور، يليه موقع جوجل بلاس Google + بنسبة (10.5%)، أما عن نسبة (8%) فقد كانت لموقع تويتر Twitter، ويُمكن إرجاع ذلك لأن هذا التطبيق يعتمد على عدد كلمات مُحددة في كل تغريدة فالأخبار واالمعلومات تكون عليه مؤجزه ومختصرة بشكل كبير ولأنه يُستخدم أكثر للتعبير عن الرأي الشخصي للأفراد وليس لنشر المعلومات والحصول عليها، وأخيرًا ظهر موقع لينكد إن Linked In حيث بلغت نسبته (4.5%).

وقد اتفقت نتائج هذا الجدول إلى حد ما مع نتائج **دراسة (رحمة محمود ثابت، 2021)** [85] والتى أشارت نتائجها إلى أن الفيسبوك Facebook هو الأكثر شيوعًا واستخدامًا من قبل مفردات مجتمع الدراسة بنسبة مقدارها (82%).

كما اتفقت نتائج هذا الجدول إلى حد ما مع نتائج **دراسة (جيلان محمود شرف، 2021)** [86] التى أوضحت أن المبحوثات يعتمدون على مواقع التواصل الاجتماعي بصفة عامة والفيسبوك بصفحة خاصة لتمكين المرأة على المستوى المعرفي والإدراكي والسلوكي.

ولكن اختلفت نتائج هذا الجدول إلى حد ما مع نتائج **دراسة (فودة محمد محمد على عيشة، 2020)** [87] التى أظهرت نتائجها أن (82.7%) من أفراد العينة يرون أن أهم مواقع التواصل الاجتماعي التى تعتمد عليها في الحصول على المعلومات عن كورونا هو موقع "تويتر" ونسبة (40.3%) منهم يرون أنه موقع الانستجرام، ونسبة (36%) منهم يرون أنه موقع سناب شات، ونسبة (34%) منهم يرون أنه موقع "الفيسبوك".

جدول رقم (10)

يوضح أكثر صفحات مواقع التواصل الاجتماعي التي يقوم الشباب (عينة الدراسة) بمُتابعتها بشكل أساسي في حياتك اليومية

أسماء صفحات مواقع التواصل الاجتماعي	ك	%
الصفحات الشخصية الخاصة بي	272	68
الصفحات الشخصية للأصدقاء	205	51.3
الصفحات الرسمية للقادة والمؤثرين في المجتمع والشخصيات المشهورة	167	41.8
الصفحات الرسمية للصحف الإلكترونية	160	40
الصفحات الرسمية للمؤسسات الحكومية الخدمية	100	25
الصفحات الرسمية للقنوات الفضائية	75	18.8
الصفحات الرسمية للمؤسسات الإنتاجية والخدمية الخاصة	62	15.5
الإجمالي	400	

يوضح لنا هذا الجدول إلى أكثر صفحات مواقع التواصل الاجتماعي التي يقوم الشباب (عينة الدراسة) بمُتابعتها بشكل أساسي في حياتك اليومية، حيث جاءت الصفحات الشخصية الخاصة بهم في مُقدمة هذه الصفحات بنسبة (68%)، ويُمكن تفسير ذلك في ضوء أن الشباب يستخدم هذه المواقع لعرض تفاصيل حياتهم اليومية ونشر آرائهم السياسية والاقتصادية والاجتماعية، يليه الصفحات الشخصية للأصدقاء بنسبة (51.3%)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى الشباب من دوافع استخدامهم لهذه المواقع هى التواصل مع الأخرين والدردسة والتعرف على أصحاب جدد، أما عن الصفحات الرسمية للقادة والمؤثرين في المجتمع والشخصيات المشهورة فقد جاءت في الترتيب الثالث بنسبة (41.8%)، ويُمكن إرجاع ذلك لأن من دوافع تعرض الشباب لهذه المواقع هو الحصول على المعلومات والأخبار المُختلفة، يليهما الصفحات الرسمية للصحف الإلكترونية بنسبة (40%)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن الشباب يُعد هذه المواقع مصدرًا أساسيًا للحصول على المعلومات ويعتمدون عليها في الحصول على الأخبار المُختلفة، ومن ثم جاء الصفحات الرسمية للمؤسسات الحكومية الخدمية بنسبة (25%)، فقد استفادت المؤسسات الحكومية بشكل كبير من هذه المواقع عن طريق إنشاء صفحات عليها تُمكنها من عرض خدماتها للمواطنين حتى يتمكنوا من الحصول على هذه الخدمات في أقل وقت وجهد، يليه الصفحات الرسمية للقنوات الفضائية بنسبة (18.8%)، حيث قامت بعرض الفضائيات بعرض محتوياتها من خلال صفحات خاصة بها على مواقع التواصل الاجتماعي من أجل الترويج لهذا المحتوى وكسب قاعدة جماهيرية كبيرة وبالتالى زيادة الإعلانات لديها، وأخيرًا ظهر الصفحات الرسمية للمؤسسات الإنتاجية والخدمية الخاصة حيث بلغت نسبته (15.5%)، وذلك لترويج للخدمات والمنتجات التى تُقدمها كصفحة طلبات وصفحة SWVL.

جدول رقم (11)

يوضح أكثر الموضوعات التي يقوم الشباب (عينة الدراسة) بمُتابعتها على مواقع التواصل الاجتماعي بشكل أساسي في حياتك اليومية

الموضوعات	ك	%
موضوعات ترفيهيه	271	67.8
يوميات الأصدقاء	243	60.8
موضوعات إجتماعية	241	60.3
موضوعات علمية	209	52.3
موضوعات دينية	176	44
موضوعات فنية	165	41.3
موضوعات سياسية	155	38.8
موضوعات رياضية	107	26.8
الإجمالي	400	

تُبين بيانات هذا الجدول إلى أكثر الموضوعات التي يقوم الشباب (عينة الدراسة) بمُتابعتها على مواقع التواصل الاجتماعي بشكل أساسي في حياتك اليومية، حيث جاءت موضوعات ترفيهيه في مُقدمة هذه الموضوعات بنسبة (67.8%)، ويُمكن تفسير ذلك في ضوء أن الشباب يستخدم هذه المواقع بغرض الترفيه والتسليه وقضاء وقت الفراغ، يليه يوميات الأصدقاء بنسبة (60.8%)، وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج الجدول رقم (10) الذي يتمحور حول أكثر صفحات مواقع التواصل الاجتماعي التي يقوم الشباب (عينة الدراسة) بمُتابعتها بشكل أساسي في حياتك اليومية، الذي قد أوضحت نتائجه أن الصفحات الشخصية للأصدقاء قد احتلت المرتبة الثانية بنسبة (51.3%)، أما عن موضوعات إجتماعية فقد جاءت في الترتيب الثالث بنسبة (60.3%)، يليهما موضوعات علمية بنسبة (52.3%)، ومن ثم جاءت موضوعات دينية بنسبة (44%)، يليها موضوعات فنية بنسبة (41.3%)، ومن ثم ظهرت نسبة (38.8%) للموضوعات السياسية، وأخيرًا ظهرت موضوعات رياضية حيث بلغت نسبته (26.8%)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن الشباب يُعد هذه المواقع مصدرًا أساسيًا للحصول على المعلومات ويعتمدون عليها في الحصول على الأخبار المُختلفة،

جدول رقم (12)

يوضح مدى قيام الشباب (عينة الدراسة) بنشر تفاصيل حياتك على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بهم

مدى القيام بنشر التفاصيل	ك	%
نادرًا ما أنشر كل تفاصيل حياتي على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بي	267	66.8
أحيانًا ما أنشر كل تفاصيل حياتي على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بي	77	19.3
دائمًا ما أنشر كل تفاصيل حياتي على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بي	56	14
الإجمالي	400	100

تُفيد بيانات هذا الجدول بأن نادرًا ما ينشر الشباب (عينة الدراسة) كل تفاصيل حياتهم على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بهم بنسبة (66.8%)، ويُمكن تفسير ذلك في ضوء أن هناك تفاصيل خاصة بحياة الشباب لا يجب نشرها على الملاء فلكلًا منا أسراره وخصوصياته التى يحب أن يحتفظ بها دون أن يعلمها الأخرين، يليه أحيانًا ما ينشر الشباب (عينة الدراسة) كل تفاصيل حياتي على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بي بنسبة (19.3%)، وأخيرًا تظهر النسبة (14%) لدائمًا ما ينشر الشباب (عينة الدراسة) كل تفاصيل حياتي على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بي، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن هؤلاء النسبة من الشباب من يهتمون بزيادة عدد متابعين صفحاتهم ولذلك يهمتمون بنشر جميع تفاصيل حياتهم.

جدول رقم (13)

يوضح طريقة قيام الشباب (عينة الدراسة) بنشر تفاصيل حياتهم على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بهم

طريقة النشر	ك	%
منشورات عبارة عن نص وصور	155	38.8
منشورات عبارة عن نص فقط	135	33.8
منشورات عبارة عن صور وفيديوهات	114	28.5
منشورات عبارة عن نص وفيديوهات	95	23.8
منشورات عبارة عن صور ثابته	89	22.3
منشورات عبارة عن فيديوهات فقط	45	11.3
الإجمالي	400	

يتضح لنا من بيانات هذا الجدول طريقة قيام الشباب (عينة الدراسة) بنشر تفاصيل حياتهم على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بهم، فنجد أن منشورات التى كانت عبارة عن نص وصور احتلت الصدراة بنسبة (38.8%)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن هذه أسهل الطرق التى يُمكن من خلالها الشباب (عينة الدراسة) نشر تفاصيل حياتهم اليومية والتعبير عن آرائهم وأفكارهم المُختلفة، تلتها المنشورات التى كانت عبارة عن نص فقط بنسبة (33.8%)، في حين بلغت نسبة منشورات التى كانت عبارة عن صور وفيديوهات (28.5%)، أما عن منشورات التى كانت عبارة عن نص وفيديوهات (23.8%)، ومن ثم ظهرت منشورات التى كانت عبارة عن صور ثابته بنسبة (22.3%)، وفي المرتبة الأخيرة ظهرت المنشورات التى كانت عبارة عن فيديوهات فقط بنسبة (11.3%).

جدول رقم (14)

يوضح مدي اهتمام الشباب (عينة الدراسة) بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي

مدى الاهتمام	ك	%
أهتم بدرجة كبيرة	70	17.5
أهتم إلي حد ما	172	43
أهتم قليلًا	106	26.5
لا أهتم	52	13
الإجمالي	400	100

تُشير بيانات هذا الجدول إلى مدي اهتمام الشباب (عينة الدراسة) بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، فنجد أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يهتمون إلي حد ما بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي حيث كانت نسبتهم (43%)، يليهم من يهتمون قليلًا بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي بنسبة (26.5%)، ومن ثم ظهر من يهتمون بدرجة كبيرة بنسبة (17.5%)، وأخيرًا نجد نسبة (13%) لم لا يهتمون بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي. ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن الشباب يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط.

جدول رقم (15)

يوضح طريقة قيام الشباب (عينة الدراسة) بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي

طريقة إبداء الرأي	ك	%
القيام بإعجاب	293	76.3
إضافة تعليق	175	45.6
عمل مُشاركة	62	16.1
الإجمالي	384	

يوضح لنا هذا الجدول طريقة قيام الشباب (عينة الدراسة) بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، فنجد أن القيام بإعجاب احتل الصدراة بنسبة (76.3%)، ويُعد ذلك طبيعيًا لأنها أسهل وأيسر الطرق لإبداء الشخص رائه عند التعرض لمواقع التواصل الاجتماعي، يليه إضافة تعليق بنسبة (45.6%)، وأخيرًا نجد نسبة (16.1%) لعمل مُشاركة.

جدول رقم (16)

يوضح مدي اهتمام الشباب (عينة الدراسة) بإضافة تعليقهم أو وجهة نظرهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي

مدى الاهتمام بإضافة تعليق	ك	%
أهتم بدرجة كبيرة	73	41.7
أهتم إلي حد ما	53	30.3
أهتم بدرجة ضعيفة	49	28
الإجمالي	175	100

تُبين بيانات هذا الجدول مدي اهتمام الشباب (عينة الدراسة) بإضافة تعليقهم أو وجهة نظرهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، فنجد أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يهتمون بدرجة كبيرة بإضافة تعليق حيث بلغت نسبتهم (41.7%)، يليه نسبة (30.3%) لم يهتمون إلى حد ما بإضافة تعليقهم أو وجهة نظرهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، وفي المرتبة الأخيرة ظهر الشباب (عينة الدراسة) الذين يهتمون بدرجة ضعيفة بإضافة تعليقهم أو وجهة نظرهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي بنسبة (28%).

وقد اتفقت نتائج هذا الجدول إلى حد كبير مع نتائج الجدول رقم (15) والذي تستعرض طريقة قيام الشباب (عينة الدراسة) بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، والتى قد خلصت نتائجها إلى أن إضافة تعليق احتلت المرتبة الثانية بنسبة (45.6%) من حيث طريقة قيام الشباب (عينة الدراسة) بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي.

جدول رقم (17)

يوضح سبب قيام الشباب (عينة الدراسة) بالتعليق على عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي

سبب القيام بالتعليق	ك	%
أعبر عن رأيى بحرية	134	76.6
أتناقش مع المُتابعين أو المستخدمين الآخرين	107	61.1
الشعور بأني عضو فعال	73	41.7
الإجمالي	175	

تُفيد بيانات هذا الجدول بسبب قيام الشباب (عينة الدراسة) بالتعليق على عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، فنجد أن رغبتهم في التعبير عن رأيهم بحرية احتل المُقدمة بنسبة (76.6%)، يليه رغبتهم في المُناقشة مع المُتابعين أو المستخدمين الآخرين بنسبة (61.1%)، وفي المرتبة الأخيرة ظهرت نسبة (41.7%) لشعورهم بأنهم عضو فعال في المُجتمع، ويُمكن تفسير ذلك في ضوء أن الشباب يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي

للدردشة ولتفريغ الشحن العاطفي ونشر الأخبار والآراء بشكل مكتوب أو مسموع أو مرئي ومُتعدد الوسائط.

جدول رقم (18)

يوضح مدي اهتمام الشباب (عينة الدراسة) بمُشاركة المنشورات عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي

مدى الاهتمام بالمُشاركة	ك	%
أهتم بدرجة كبيرة	25	40.3
أهتم إلي حد ما	18	29
أهتم بدرجة ضعيفة	19	30.6
الإجمالي	62	100

يتضح لنا من بيانات هذا الجدول مدي اهتمام الشباب (عينة الدراسة) بمُشاركة المنشورات عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، فنجد أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يهتمون بدرجة كبيرة بمُشاركة المنشورات عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي بنسبة (40.3%)، أما عن من يهتمون بدرجة ضعيفة فقد بلغت نسبة تواجدهم (30.6%)، وأخيرًا نجد نسبة من يهتمون إلى حد ما (29%).

وقد اتفقت نتائج هذا الجدول إلى حد كبير مع نتائج الجدول رقم (15) والذي تستعرض طريقة قيام الشباب (عينة الدراسة) بإبداء أرائهم عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، والتى قد خلصت نتائجها إلى أن قيام المبحوثين بعمل مُشاركة احتل المرتبة الأخيرة بنسبة (16.1%).

جدول رقم (19)

يوضح مدي ثقة الشباب (عينة الدراسة) في المعلومات التي تُقدمها مواقع التواصل الاجتماعي التي يتابعونها

مدى ثقة الشباب	ك	%
أثق بدرجة كبيرة	41	10.3
أثق إلي حد ما	321	80.3
لا أثق علي الإطلاق	38	9.5
الإجمالي	400	100

تُشير بيانات هذا الجدول إلى مدي ثقة الشباب (عينة الدراسة) في المعلومات التي تُقدمها مواقع التواصل الاجتماعي التي يتابعونها، فنجد أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) لا يثقون إلى حد ما في المعلومات التي تُقدمها مواقع التواصل الاجتماعي التي يتابعونها حيث بلغت نسبتهم (80.3%)، تلاهم من يثقون بدرجة كبيرة بنسبة (10.3%)، وأخيرًا نجد من لا يثقون على الإطلاق بنسبة (9.5%). ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي

في النهاية سلاح ذو حدين فمن الممكن أن تكون الأخبار والمعلومات التى تُنشر عليها كاذبة أو زائفة أو مجرد شائعات تهدف إلى عدم إستقرار الأمن والأمان في المجتمع وبالتالى نجد أن أفراد المجتمع لايثقون كثيرًا في جميع المعلومات التى تُقدمها هذه المواقع إلا بتأكد من مصادر هذه المعلومات ومدى مصداقتها وصحتها.

قد اتفقت نتائج هذا الجدول إلى حد ما مع **دراسة (رحمة محمود ثابت، 2021)** [88] والتى قد أوضحت نتائجها أن المبحوثين يثقون بدرجة كبيرة في إعلانات التى تأتي من الشركات الخدمية عبر مواقع التواصل الاجتماعي بنسبة (54%).

كما اتفقت نتائج هذا الجدول مع **دراسة (صفية قابوش، لدمية عبادي، 2021)** [89] والتى خلصت نتائجها إلى أن (50%) أوضحوا أنهن يثقن إلى حد ما في المعلومات الصحية المُتاحة على الفيسبوك.

وأخيرًا اتفقت نتائج هذا الجدول إلى حد ما مع **دراسة (جيلان محمود شرف، 2021)** [90] والتى قد بينت نتائجها ثقة المبحوثات في مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول رقم (20)

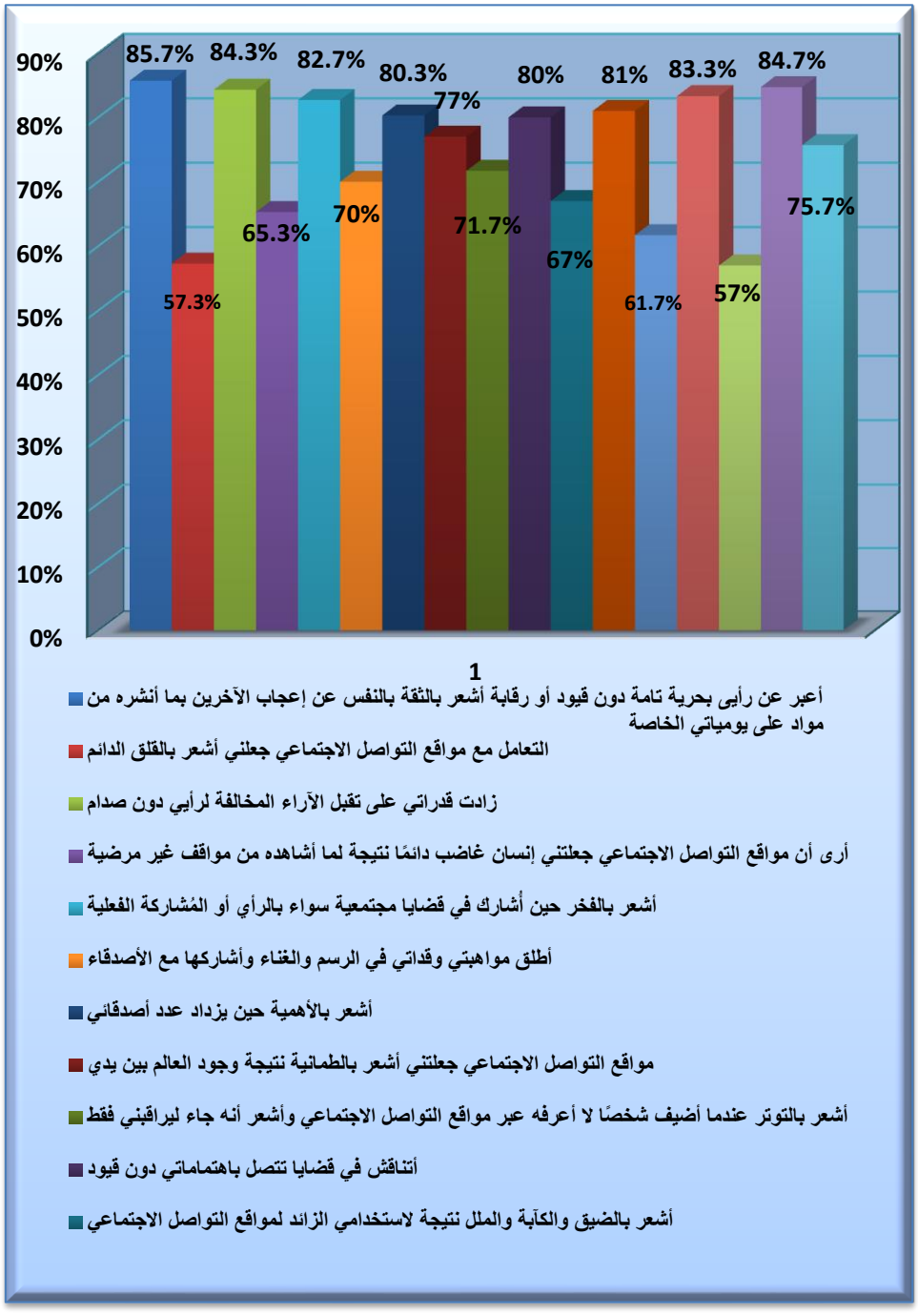
يوضح درجة التأثير الناتجه عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
أعبر عن رأيى بحرية تامة دون قيود أو رقابة أشعر بالثقة بالنفس عن إعجاب الآخرين بما أنشره من مواد على يومياتي الخاصة	258	64.5	111	27.8	31	7.8	2.57	.634	85.7
تُزيد من قدرتي على التعبير عما أشعر به دون حرج	239	59.8	138	34.5	23	5.8	2.54	.604	84.7
زادت قدراتي على تقبل الآراء المخالفة لرأيي دون صدام	255	63.8	101	25.3	44	11.0	2.53	.686	84.3
عندما استخدم مواقع التواصل الاجتماعي لا أشعر بمضي الوقت	250	62.5	101	25.3	49	12.3	2.50	.704	83.3
أشعر بالفخر حين أشارك في قضايا مجتمعية سواء بالرأي أو المُشاركة الفعلية	208	52.0	174	43.5	18	4.5	2.48	.583	82.7
أشعر بالرضا عن نفسي حين أقوم بعمل إنجاز معين عبر مواقع التواصل الاجتماعي	205	51.3	162	40.5	33	8.3	2.43	.641	81
أشعر بالأهمية حين يزداد عدد أصدقائي	221	55.3	121	30.3	58	14.5	2.41	.730	80.3

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
أتناقش في قضايا تتصل باهتماماتي دون قيود	200	50.0	161	40.3	39	9.8	2.40	.661	80
مواقع التواصل الاجتماعي جعلتني أشعر بالطمانية نتيجة وجود العالم بين يدي	166	41.5	191	47.8	43	10.8	2.31	.655	77
قللت تلك المواقع من شعوري بالعزلة والحزن حينما أجد مُشاركة اجتماعية من الآخرين وقت الضيق	150	37.5	209	52.3	41	10.3	2.27	.636	75.7
أشعر بالتوتر عندما أضيف شخصًا لا أعرفه عبر مواقع التواصل الاجتماعي وأشعر أنه جاء ليراقبني فقط	162	40.5	135	33.8	103	25.8	2.15	.801	71.7
أطلق مواهبتي وقداتي في الرسم والغناء وأشاركها مع الأصدقاء	148	37.0	146	36.5	106	26.5	2.10	.791	70
أشعر بالضيق والكآبة والملل نتيجة لاستخدامي الزائد لمواقع التواصل الاجتماعي	107	26.8	189	47.3	104	26.0	2.01	.727	67
أرى أن مواقع التواصل الاجتماعي جعلتني إنسان غاضب دائمًا نتيجة لما أشاهده من مواقف غير مرضية	81	20.3	224	56.0	95	23.8	1.96	.663	65.3
أهمل دراستي بسبب اهتمامي الزائد باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي	101	25.3	137	34.3	162	40.5	1.85	.797	61.7
التعامل مع مواقع التواصل الاجتماعي جعلني أشعر بالقلق الدائم	93	23.3	100	25.0	207	51.8	1.72	.819	57.3
أتقمص أدورا وحالات غير حقيقية عندما أعبر عن حالاتي عبر هذه المواقع	76	19.0	132	33.0	192	48.0	1.71	.766	57

يتضح لنا من بيانات هذا الجدول درجة التأثير الناتجه عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية، حيث جاء التعبير عن رأيهم بحرية تامة دون قيود أو رقابة والشعور بالثقة بالنفس عن إعجاب الآخرين بما ينشروه من مواد على يومياتهم الخاصة ففي الترتيب الأول بوزن نسبي (85.7)، وأنها تُزيد من قدرتهم على التعبير عما يشعرون به دون حرج جاء في الترتيب الثاني بوزن نسبي (84.7)، يليها زيادة قدراتهم على تقبل الآراء المخالفة لرأيهم دون صدام بوزن نسبي (84.3)، وجاء في الترتيب الرابع أنهم عندما يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي لا يشعرون بمضي الوقت بوزن نسبي (83.3)، ويليه أنهم يشعرون بالفخر حين يُشاركون في قضايا مجتمعية سواء بالرأي أو المُشاركة الفعلية بوزن نسبي (82.7)، ومن ثم أنهم يشعرون بالرضا عن أنفسهم

حين يقومون بعمل إنجاز معين عبر مواقع التواصل الاجتماعي بوزن النسبي (81)، يليه يشعرون بالأهمية حين يزداد عدد أصدقائهم بوزن نسبي (80.3)، بينما احتل الترتيب الثامن أنهم يتناقشون في قضايا تتصل باهتماماتهم دون قيود بوزن نسبي (80)، أما عن أن مواقع التواصل الاجتماعي جعلتهم يشعرون بالطمانية نتيجة وجود العالم بين يديهم فقد ظهر بوزن نسبي وهو (77)، ومن ثم ظهر أن تلك المواقع قللت من شعورهم بالعزلة والحزن حينما يجدون مُشاركة اجتماعية من الآخرين وقت الضيق بوزن نسبي (75.7)، وفى المرتبة التى تليه ظهر أنهم يشعرون بالتوتر عندما يضيفون شخصًا لا يعرفونه عبر مواقع التواصل الاجتماعي ويشعرون أنهم جاءوا ليراقبنهم فقط بوزن نسبي (71.7)، أما عن الوزن النسبي (70) فقد ظهر أنهم يطلقون مواهبهم وقدراتهم في الرسم والغناء ويُشاركوها مع الأصدقاء، بينما ظهر أنهم يشعرون بالضيق والكآبة والملل نتيجة لاستخدامهم الزائد لمواقع التواصل الاجتماعي بوزن نسبي (67)، في حين بلغ الوزن النسبي لمن يرون أن مواقع التواصل الاجتماعي جعلتهم إنسان غاضب دائمًا نتيجة لما يُشاهدون من مواقف غير مرضية (65.3)، يليه من أهملوا في دراستهم بسبب اهتمامهم الزائد باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي بوزن نسبي (61.7)، ومن ثم ظهر الوزن النسبي (57.3) لمن أوضحوا أن تعاملهم مع مواقع التواصل الاجتماعي جعلهم يشعرون بالقلق الدائم، وأخيرًا ظهروا من أفادوا بأنهم يتقمصون أدورا وحالات غير حقيقية عندما يعبرون عن حالاتهم عبر هذه المواقع حيث كان وزنه النسبي (57)، ونلاحظ مما سبق يتضح لنا ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة التأثير الناتجه عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذه التأثيرات ما بين (85.7) إلى (57)، ويُمكن إرجاع ذلك لانتشار مواقع التواصل الاجتماعي بشكل واسع جدًا في المجتمع وسهولة استخدام منصات وصفحاته خاصًا للشباب، مما جعلها تخلق لهم عالمًا خاصًا بهم يؤثر على حياتهم اليومية بالإيجاب والسلب، ويُعد الشكل البياني التالي ما هو إلا توضيح لنتائج هذا الجدول:



شكل رقم (2) يوضح درجة التأثير الناتجه عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

جدول رقم (21)
يوضح مجمل درجة التأثير الناتجه عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

مجمل درجة التأثير	ك	%
منخفض	34	8.5
متوسط	192	48
مرتفع	174	43.5
الإجمالي	400	100

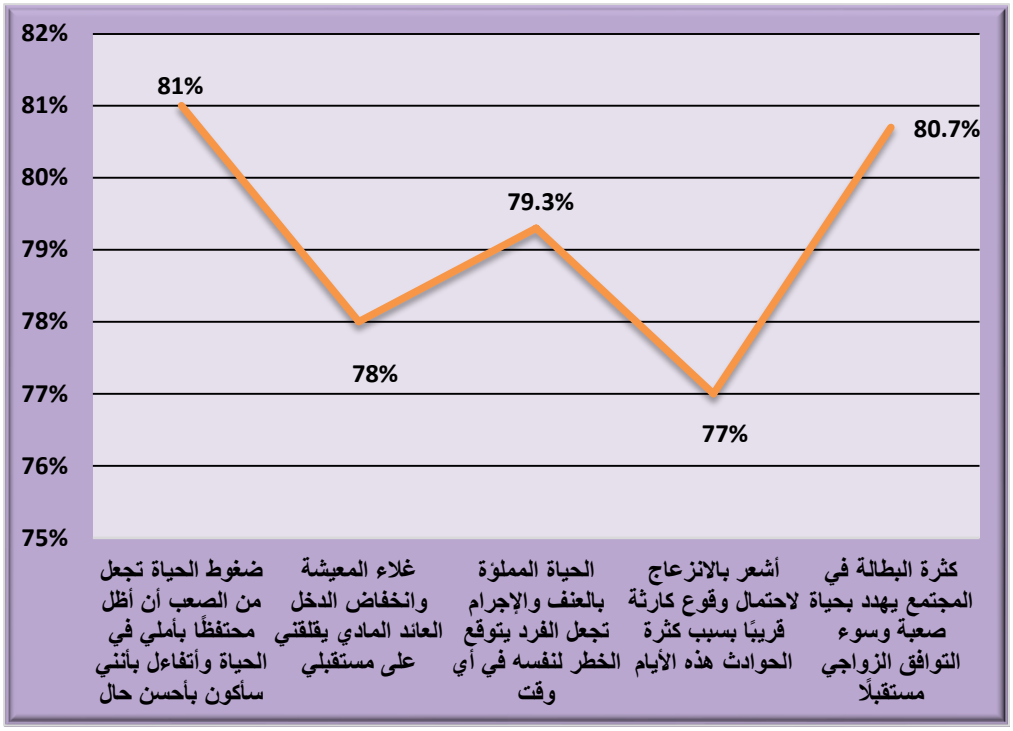
تُبين بيانات هذا الجدول أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يحدث لهم درجات تأثير مُتوسطة حيث بلغت نسبتهم (48%)، بينما كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يحدث لهم درجات تأثير مُرتفعة (30%)، في حين كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) الذين حدث لهم تأثيرات بدرجة مُنخفضة (8.5%)، وإن دل ذلك فيدل على أن الشباب (عينة الدراسة) تحدث لهم تأثيرات مُرتفعة إلى حد ما نتيجة اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ويُمكن إرجاع ذلك لانتشار مواقع التواصل الاجتماعي بشكل واسع جدًا في المجتمع وسهولة استخدام منصات وصفحاته خاصًا للشباب، مما جعلها تخلق لهم عالمًا خاصًا بهم يؤثر على حياتهم اليومية بالإيجاب والسلب.

وتتفق وتؤكد نتائج هذا الجدول على نتائج الجدول رقم (20) الذي يتناول درجة التأثير الناتجه عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية، والذي بينت نتائجه أن الأوزان النسبية لدرجة التأثير الناتجه عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية تراوحت ما بين (85.7) إلى (57)، وقد دل ذلك على ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة التأثير الناتجه عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية.

جدول رقم (22)
يوضح درجة القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
ضغوط الحياة تجعل من الصعب أن أظل محتفظًا بأملي في الحياة وأتفاءل بأنني سأكون بأحسن حال	189	47.3	195	48.8	16	4.0	2.43	.571	81
كثرة البطالة في المجتمع يهدد بحياة صعبة وسوء التوافق الزواجي مستقبلًا	208	52.0	151	37.8	41	10.3	2.42	.670	80.7
الحياة المملوءة بالعنف والإجرام تجعل الفرد يتوقع الخطر لنفسه في أي وقت	201	50.3	149	37.3	50	12.5	2.38	.697	79.3
غلاء المعيشة وانخفاض الدخل العائد المادي يقلقني على مستقبلي	212	53.0	110	27.5	78	19.5	2.34	.784	78
أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريبًا بسبب كثرة الحوادث هذه الأيام	178	44.5	169	42.3	53	13.3	2.31	.694	77

تُفيد بيانات هذا الجدول بدرجة القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، فنجد أن عبارة "ضغوط الحياة تجعل من الصعب أن أظل محتفظًا بأملي في الحياة وأتفاءل بأنني سأكون بأحسن حال" احتلت الصدارة بوزن نسبي (81)، يليها عبارة "كثرة البطالة في المجتمع يهدد بحياة صعبة وسوء التوافق الزواجي مستقبلًا" بوزن نسبي (80.7)، وفي المرتبة الثالثة ظهر الوزن النسبي (79.3) لعبارة "الحياة المملؤة بالعنف والإجرام تجعل الفرد يتوقع الخطر لنفسه في أي وقت"، أما عن عبارة "غلاء المعيشة وانخفاض الدخل العائد المادي يقلقني على مستقبلي" فقد بلغ وزنها النسبي (78)، وفي المرتبة الأخيرة ظهر الوزن النسبي (77) لعبارة "أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريبًا بسبب كثرة الحوادث هذه الأيام"، ونلاحظ مما سبق يتضح لنا ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا القلق ما بين (81) إلى (77)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي يُنشر عليها الكثير من الأخبار التى تجعل الشباب يشعرون بالقلق من المستقبل خاصًا في بعد المُشكلات الحياتية المُستقبلية، فعلى سبيل المثال:(أخبار زيادة الأسعار والغلاء الذي يواجه أفراد المجتمع/ أخبار عن الرسوم الجديدة الخاصة بالزواج ..... إلخ) فجميع هذه الأخبار تُزيد من شعور الشباب بالقلق تجاه المُشكلات الحياتية المُستقبلية، ويُعد الشكل البياني التالي ما هو إلا توضيح لنتائج هذا الجدول:



شكل رقم (3) يوضح درجة القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

جدول رقم (23)
يوضح مجمل درجة القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

مجمل درجة القلق	ك	%
منخفض	48	12
متوسط	128	32
مرتفع	224	56
الإجمالي	400	100

يتضح لنا من بيانات هذا الجدول أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة قلق مُرتفعة حيث بلغت نسبتهم (56%)، بينما كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة قلق مُتوسطة (32%)، في حين كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة قلق مُنخفضة (12%)، وإن دل ذلك فيدل على أن الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بقلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية بدرجة مُرتفعة إلى حد ما نتيجة اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي يُنشر عليها الكثير من الأخبار التى تجعل الشباب يشعرون بالقلق من المستقبل خاصًا في بعد المُشكلات الحياتية المُستقبلية، فعلى سبيل المثال:(أخبار زيادة الأسعار والغلاء الذي يواجه أفراد المجتمع/ أخبار عن الرسوم الجديدة الخاصة بالزواج ..... إلخ) فجميع هذه الأخبار تُزيد من شعور الشباب بالقلق تجاه المُشكلات الحياتية المُستقبلية.

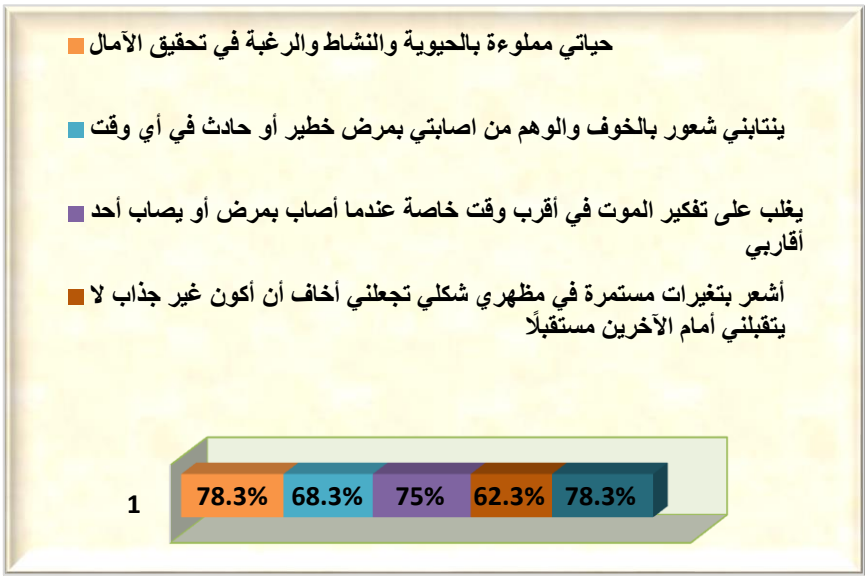
وتتفق وتؤكد نتائج هذا الجدول على نتائج الجدول رقم (22) الذي يستعرض درجة القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، والذي أوضحت نتائجه ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا القلق ما بين (81) إلى (77).

جدول رقم (24)
يوضح درجة قلق الصحة وقلق الموت لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
حياتي مملوءة بالحيوية والنشاط والرغبة في تحقيق الآمال	162	40.5	216	54.0	22	5.5	2.35	.582	78.3
أشعر بالقلق الشديد عندما أتخيل أصابتي في حادث أو حدث لي بالفعل أو حدث أو يحدث لشخص يهمني	186	46.5	167	41.8	47	11.8	2.35	.680	78.3
يغلب على تفكير الموت في أقرب وقت خاصة عندما أصاب بمرض أو يصاب أحد أقاربي	150	37.5	199	49.8	51	12.8	2.25	.665	75

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
ينتابني شعور بالخوف والوهم من اصابتي بمرض خطير أو حادث في أي وقت	103	25.8	216	54.0	81	20.3	2.05	.677	68.3
أشعر بتغيرات مستمرة في مظهري شكلي تجعلني أخاف أن أكون غير جذاب لا يتقبلني أمام الآخرين مستقبلًا	104	26.0	139	34.8	157	39.3	1.87	.798	62.3

تُشير بيانات هذا الجدول إلى درجة قلق الصحة وقلق الموت لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، فنجد أن عبارة "حياتي مملوءة بالحيوية والنشاط والرغبة في تحقيق الآمال" احتلت الصدارة بوزن نسبي (78.3)، يليها عبارة "أشعر بالقلق الشديد عندما أتخيل أصابتي في حادث أو حدث لي بالفعل أو حدث أو يحدث لشخص يهمني" بوزن نسبي (78.3)، وفي المرتبة الثالثة ظهر الوزن النسبي (75) لعبارة "يغلب على تفكير الموت في أقرب وقت خاصة عندما أصاب بمرض أو يصاب أحد أقاربي"، أما عن عبارة "ينتابني شعور بالخوف والوهم من اصابتي بمرض خطير أو حادث في أي وقت" فقد بلغ وزنها النسبي (68.3)، وفي المرتبة الأخيرة ظهر الوزن النسبي (62.3) لعبارة "أشعر بتغيرات مستمرة في مظهري شكلي تجعلني أخاف أن أكون غير جذاب لا يتقبلني أمام الآخرين مستقبلًا"، ونلاحظ مما سبق يتضح لنا ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة قلق الصحة وقلق الموت لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا القلق ما بين (78.3) إلى (62.3)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي في الأونة الأخيرة وخاصًا في ظل انتشار حائجة كورونا كانت أغلبية الأخبار تتعلق بأعداد المصابين وأعداد الموتى نتيجة انتشار الفيروس والإجراءات الاحترازية التى يجب أن نتبعها لتجب الإصابة بالفيروس، وهذا أدى إلى انتشار القلق بين أفراد المجتمع خاصًا فيما يخص الصحة والمرض والموت، ويُعد الشكل البياني التالي ما هو إلا توضيح لنتائج هذا الجدول:



شكل رقم (4) يوضح درجة قلق الصحة وقلق الموت لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم

أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

جدول رقم (25)

يوضح مجمل درجة قلق الصحة وقلق الموت لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

مجمل درجة قلق الصحة وقلق الموت	ك	%
منخفض	45	11.3
متوسط	208	52
مرتفع	147	36.7
الإجمالي	400	100

يوضح لنا هذا الجدول أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة قلق مُتوسطة حيث بلغت نسبتهم (52%)، بينما كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة قلق مُرتفعة (36.7%)، في حين كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة قلق مُنخفضة (11.3%)، وإن دل ذلك فيدل على أن الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بقلق الصحة وقلق الموت بدرجة مُرتفعة إلى حد ما نتيجة اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ويُمكن إرجاع ذلك أن مواقع التواصل الاجتماعي في الأونة الأخيرة وخاصًا في ظل انتشار جائحة كورونا كانت أغلبية الأخبار تتعلق بأعداد المصابين وأعداد الموتى نتيجة انتشار الفيروس والإجراءات الاحترازية التى يجب أن نتبعها لتجب

الإصابة بالفيروس، وهذا أدى إلى انتشار القلق بين أفراد المجتمع خاصًا فيما يخص الصحة والمرض والموت.

وتتفق وتؤكد نتائج هذا الجدول على نتائج الجدول رقم (24) الذي تمحور حول درجة قلق الصحة وقلق الموت لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، والذي أوضحت نتائجه ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة قلق الصحة وقلق الموت لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا القلق ما بين (78.3) إلى (62.3).

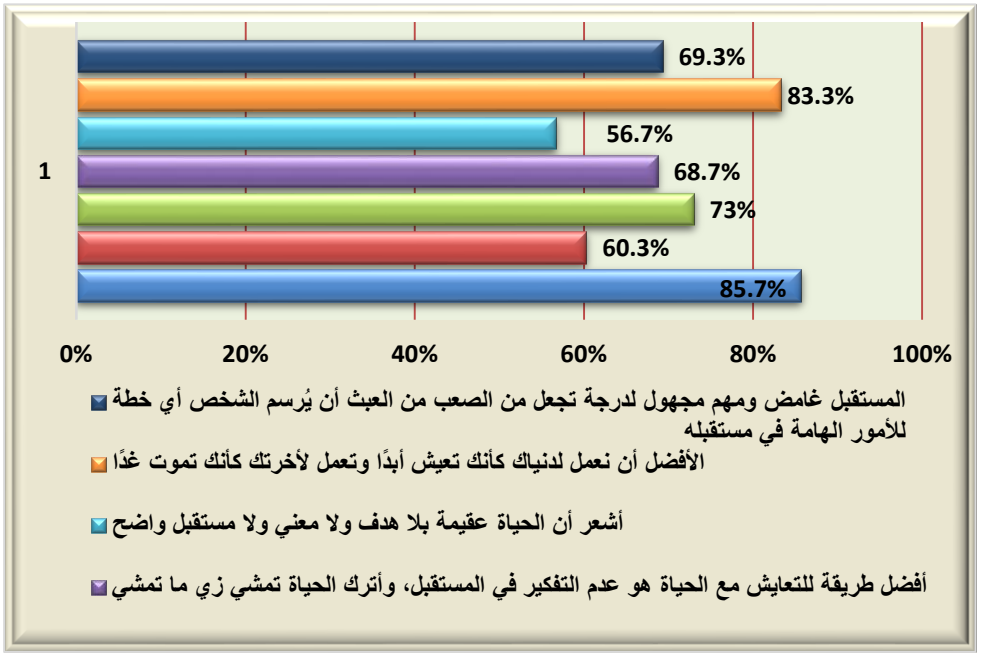
جدول رقم (26)

يوضح درجة القلق الذهني لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
تراودني فكرة أنني قد أصبح شخصًا عظيمًا في المستقبل	256	64.0	117	29.3	27	6.8	2.57	.617	85.7
الأفضل أن نعمل لدنياك كأنك تعيش أبدًا وتعمل لأخرتك كأنك تموت غدًا	234	58.5	132	33.0	34	8.5	2.50	.649	83.3
يمتلكني الخوف والقلق والحيرة عندما أفكر في المستقبل وأنه لا حول لي ولا قوة في المستقبل	153	38.3	170	42.5	77	19.3	2.19	.735	73
المستقبل غامض ومهم مجهول لدرجة تجعل من الصعب من العبث أن يُرسم الشخص أي خطة للأمور الهامة في مستقبله	131	32.8	170	42.5	99	24.8	2.08	.755	69.3
أفضل طريقة للتعايش مع الحياة هو عدم التفكير في المستقبل، وأترك الحياة تمشي زي ما تمشي	147	36.8	131	32.8	122	30.5	2.06	.819	68.7
أنا من الذين يومنون بالحظ، ويتحركون على أساسه	100	25.0	124	31.0	176	44.0	1.81	.810	60.3
أشعر أن الحياة عقيمة بلا هدف ولا معني ولا مستقبل واضح	89	22.3	101	25.3	210	52.5	1.70	.811	56.7

تُبين بيانات هذا الجدول إلى درجة القلق الذهني لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، فنجد أن عبارة "تراودني فكرة أنني قد أصبح شخصًا عظيمًا في المستقبل" احتلت الصدارة بوزن نسبي

(85.7)، يليها عبارة "الأفضل أن نعمل لدنياك كأنك تعيش أبدًا وتعمل لأخرتك كأنك تموت غدًا" بوزن نسبي (83.3)، وفي المرتبة الثالثة ظهر الوزن النسبي (73) لعبارة "يمتلكني الخوف والقلق والحيرة عندما أفكر في المستقبل وأنه لا حول لي ولا قوة في المستقبل"، أما عن عبارة "المستقبل غامض ومهم مجهول لدرجة تجعل من الصعب من العبث أن يُرسم الشخص أي خطة للأمور الهامة في مستقبله" فقد بلغ وزنها النسبي (69.3)، ومن ثم ظهرت عبارة "أفضل طريقة للتعايش مع الحياة هو عدم التفكير في المستقبل، وأترك الحياة تمشي زي ما تمشي" بوزن نسبي (68.7)، أما عن الوزن النسبي (60.3) لعبارة "أنا من الذين يومنون بالحظ، ويتحركون على أساسه"، وفي المرتبة الأخيرة ظهر الوزن النسبي (56.7) لعبارة "أشعر أن الحياة عقيمة بلا هدف ولا معني ولا مستقبل واضح"، ونلاحظ مما سبق يتضح لنا ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة القلق الذهني لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذه القلق ما بين (85.7) إلى (56.7)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي يُنشر عليها الكثير من الأخبار التى تجعل الشباب يشعرون بالقلق من المستقبل خاصًا مع الأخبار التى يتم تداولها على هذه المواقع فيما يخص الأخبار الاجتماعية والسياسية والاقتصادية التى تمر بها البلاد، ويُعد الشكل البياني التالي ما هو إلا توضيح لنتائج هذا الجدول:



شكل رقم (5) يوضح درجة القلق الذهني لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

جدول رقم (27)
يوضح مجمل درجة القلق الذهني لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

مجمل درجة القلق الذهني	ك	%
منخفض	59	14.8
متوسط	212	53
مرتفع	129	32.2
الإجمالي	400	100

تُفيد بيانات هذا الجدول بأن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة قلق مُتوسطة حيث بلغت نسبتهم (53%)، بينما كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة قلق مُرتفعة (32.2%)، في حين كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة قلق مُنخفضة (14.8%)، وإن دل ذلك فيدل على أن الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بالقلق الذهني بدرجة مُرتفعة إلى حد ما نتيجة اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ويُمكن إرجاع ذلك أن مواقع التواصل الاجتماعي يُنشر عليها الكثير من الأخبار التى تجعل الشباب يشعرون بالقلق من المستقبل خاصًا مع الأخبار التى يتم تداولها على هذه المواقع فيما يخص الأخبار الاجتماعية والسياسية والاقتصادية التى تمر بها البلاد.

وتتفق وتؤكد نتائج هذا الجدول على نتائج الجدول رقم (26) الذي يُناقش درجة القلق الذهني لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، والذي أوضحت نتائجه ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة القلق الذهني لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا القلق ما بين (85.7) إلى (56.7).

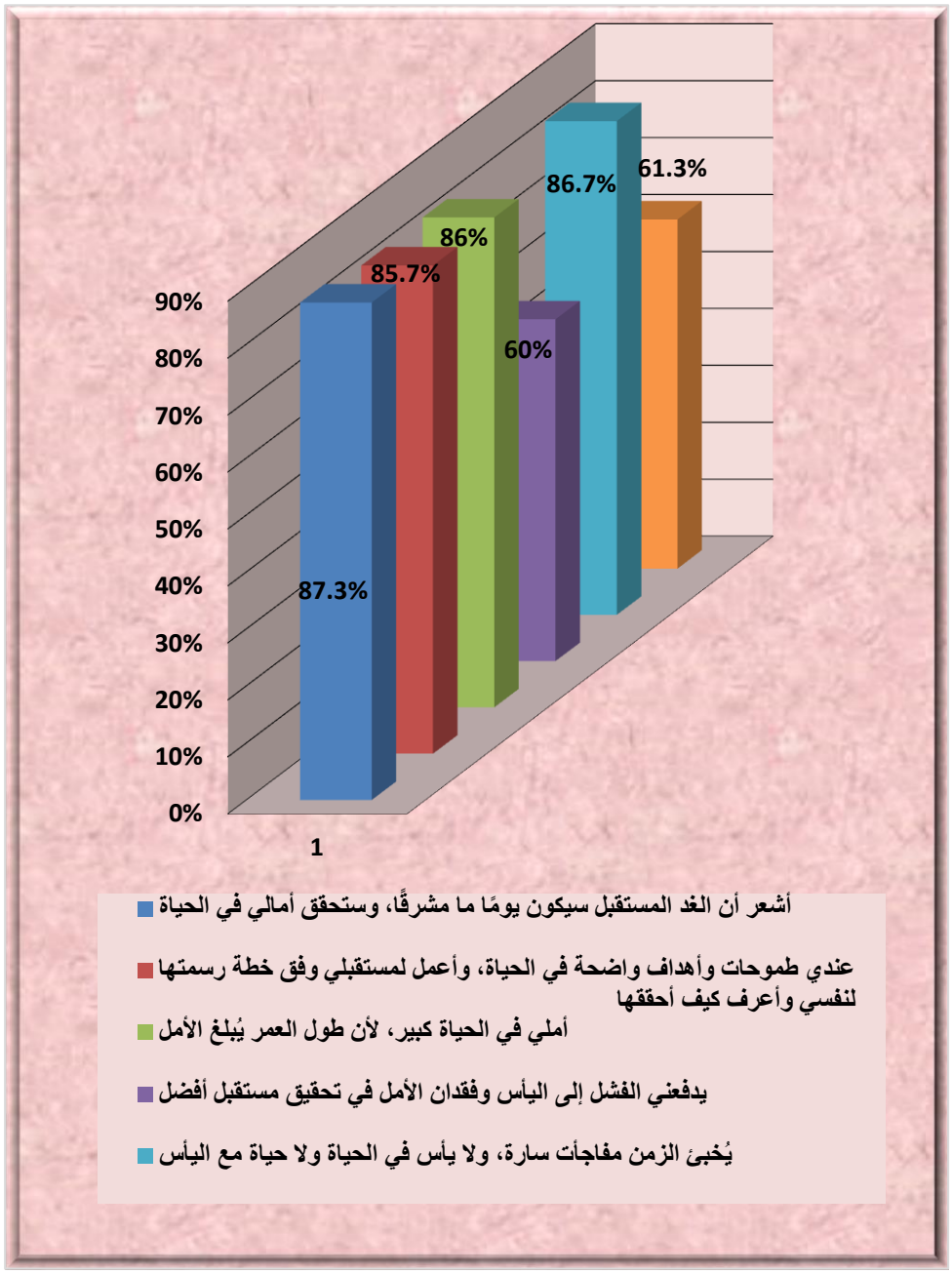
جدول رقم (28)

يوضح درجة اليأس من المستقبل لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
أشعر أن الغد المستقبل سيكون يومًا ما مشرقًا، وستحقق أمالي في الحياة	252	63.0	142	35.5	6	1.5	2.62	.517	87.3
يُخبئ الزمن مفاجأت سارة، ولا يأس في الحياة ولا حياة مع اليأس	272	68.0	96	24.0	32	8.0	2.60	.633	86.7
أملي في الحياة كبير، لأن طول العمر يُبلغ الأمل	237	59.3	158	39.5	5	1.3	2.58	.519	86

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
عندي طموحات وأهداف واضحة في الحياة، وأعمل لمستقبلي وفق خطة رسمتها لنفسي وأعرف كيف أحققها	255	63.8	118	29.5	27	6.8	2.57	.617	85.7
أشعر بالفراغ واليأس وفقدان الأمل في الحياة، وأنه من الصعب إمكانية تحسنها مستقبلًا	81	20.3	172	43.0	147	36.8	1.84	.738	61.3
يدفعني الفشل إلى اليأس وفقدان الأمل في تحقيق مستقبل أفضل	90	22.5	141	35.3	169	42.3	1.80	.781	60

يتضح لنا من بيانات هذا الجدول إلى درجة اليأس من المستقبل لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، فنجد أن عبارة "أشعر أن الغد المستقبل سيكون يومًا ما مشرقًا، وستحقق أمالي في الحياة" احتلت الصدارة بوزن نسبي (87.3)، يليها عبارة "يُخبئ الزمن مفاجأت سارة، ولا يأس في الحياة ولا حياة مع اليأس" بوزن نسبي (86.7)، وفي المرتبة الثالثة ظهر الوزن النسبي (86) لعبارة "أملي في الحياة كبير، لأن طول العمر يُبلغ الأمل"، أما عن عبارة "عندي طموحات وأهداف واضحة في الحياة، وأعمل لمستقبلي وفق خطة رسمتها لنفسي وأعرف كيف أحققها" فقد بلغ وزنها النسبي (85.7)، ومن ثم ظهرت عبارة "أشعر بالفراغ واليأس وفقدان الأمل في الحياة، وأنه من الصعب إمكانية تحسنها مستقبلًا" بوزن نسبي (61.3)، وفي المرتبة الأخيرة ظهر الوزن النسبي (60) لعبارة "يدفعني الفشل إلى اليأس وفقدان الأمل في تحقيق مستقبل أفضل"، ونلاحظ مما سبق يتضح لنا ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة اليأس من المستقبل لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا اليأس ما بين (87.3) إلى (60)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي يُنشر عليها الكثير من الأخبار التى تجعل الشباب يشعرون بالقلق من المستقبل خاصًا مع الأخبار التى يتم تداولها على هذه المواقع فيما يخص الأخبار الاجتماعية والسياسية والاقتصادية التى تمر بها البلاد، ويُعد الشكل البياني التالي ما هو إلا توضيح لنتائج هذا الجدول:



شكل رقم (6) يوضح درجة اليأس من المستقبل لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

جدول رقم (29)

يوضح مجمل درجة اليأس من المستقبل لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

مجمل درجة اليأس من المستقبل	ك	%
منخفض	11	2.8
متوسط	252	63
مرتفع	137	34.3
الإجمالي	400	100

تُشير بيانات هذا الجدول إلى أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة يأس مُتوسطة حيث بلغت نسبتهم (63%)، بينما كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة يأس مُرتفعة (34.3%)، في حين كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة يأس مُنخفضة (2.8%)، وإن دل ذلك فيدل على أن الشباب (عينة الدراسة) يشعرون باليأس بدرجة مُرتفعة إلى حد ما نتيجة اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي يُنشر عليها الكثير من الأخبار التى تجعل الشباب يشعرون بالقلق من المستقبل خاصًا مع الأخبار التى يتم تداولها على هذه المواقع فيما يخص الأخبار الاجتماعية والسياسية والاقتصادية التى تمر بها البلاد.

وتتفق وتؤكد نتائج هذا الجدول على نتائج الجدول رقم (28) الذي يستعرض درجة اليأس من المستقبل لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية، والذي بينت نتائجه ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة اليأس من المُستقبل لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا الدرجة من اليأس من المُستقبل ما بين (87.3) إلى (60).

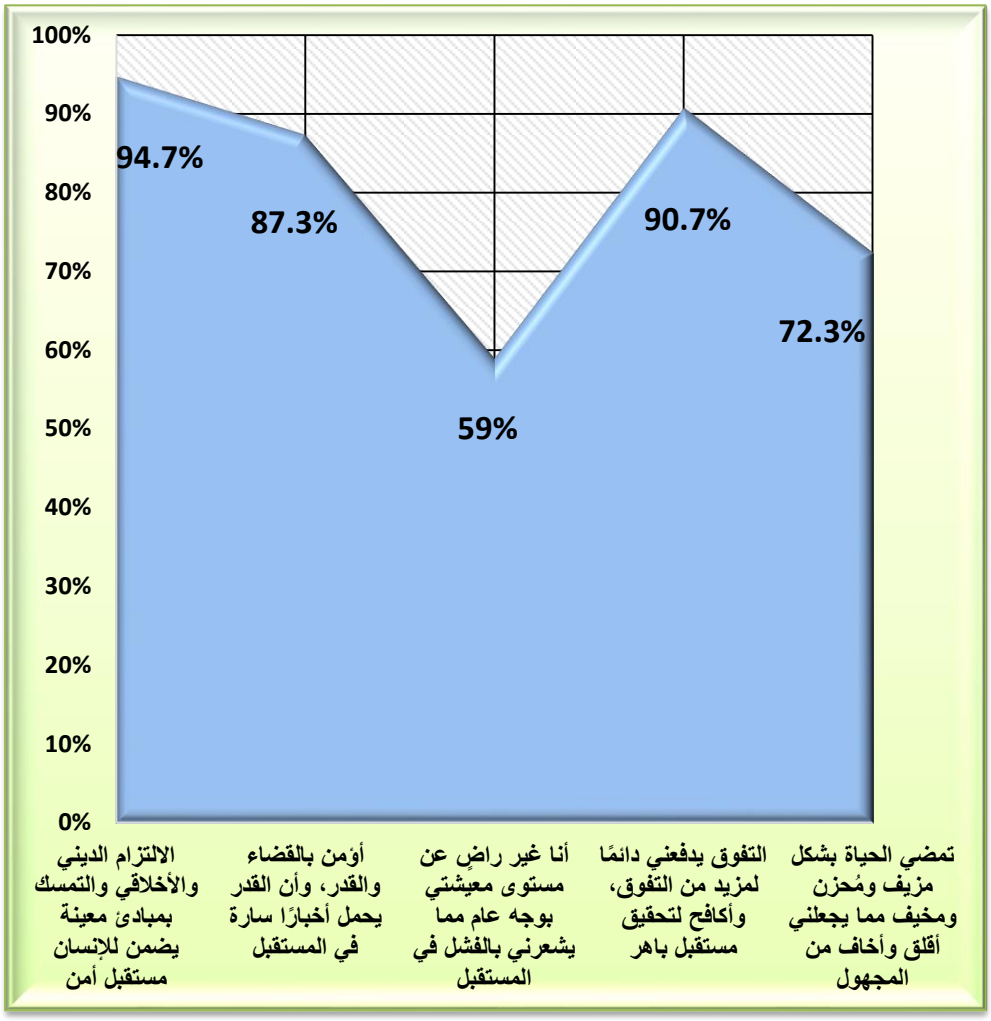
جدول رقم (30)

يوضح درجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
الالتزام الديني والأخلاقي والتمسك بمبادئ معينة يضمن للإنسان مستقبل أمن	334	83.5	66	16.5	-	-	2.84	.372	94.7
التفوق يدفعني دائمًا لمزيد من التفوق، وأكافح لتحقيق مستقبل باهر	295	73.8	99	24.8	6	1.5	2.72	.481	90.7
أؤمن بالقضاء والقدر، وأن القدر يحمل أخبارًا سارة في المستقبل	277	69.3	94	23.5	29	7.3	2.62	.618	87.3

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
تمضي الحياة بشكل مزيف ومُحزن ومخيف مما يجعلني أقلق وأخاف من المجهول	130	32.5	207	51.8	63	15.8	2.17	.675	72.3
أنا غير راضٍ عن مستوى معيشتي بوجه عام مما يشعرني بالفشل في المستقبل	93	23.3	124	31.0	183	45.8	1.77	.801	59

يتضح لنا من بيانات هذا الجدول درجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، فنجد أن عبارة "الالتزام الديني والأخلاقي والتمسك بمبادئ معينة يضمن للإنسان مستقبل أمن" احتلت الصدارة بوزن نسبي (94.7)، يليها عبارة "التفوق يدفعني دائمًا لمزيد من التفوق، وأكافح لتحقيق مستقبل باهر" بوزن نسبي (90.7)، وفي المرتبة الثالثة ظهر الوزن النسبي (87.3) لعبارة "أؤمن بالقضاء والقدر، وأن القدر يحمل أخبارًا سارة في المستقبل"، أما عن عبارة "تمضي الحياة بشكل مزيف ومُحزن ومخيف مما يجعلني أقلق وأخاف من المجهول" فقد بلغ وزنها النسبي (72.3)، وفي المرتبة الأخيرة ظهر الوزن النسبي (59) لعبارة "أنا غير راضٍ عن مستوى معيشتي بوجه عام مما يشعرني بالفشل في المستقبل"، ونلاحظ مما سبق يتضح لنا ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا القلق ما بين (94.7) إلى (59)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي يُنشر عليها الكثير من الأخبار التى تجعل الشباب يشعرون بالقلق من المستقبل خاصًا في بعد المُشكلات الحياتية المُستقبلية، فعلى سبيل المثال:(أخبار زيادة الأسعار والغلاء الذي يواجه أفراد المجتمع/ أخبار عن الرسوم الجديدة الخاصة بالزواج ..... إلخ) فجميع هذه الأخبار تُزيد من شعور الشباب بالقلق تجاه المُشكلات الحياتية المُستقبلية، ويُعد الشكل البياني التالي ما هو إلا توضيح لنتائج هذا الجدول:



شكل رقم (7) يوضح درجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

جدول رقم (31)

يوضح مجمل درجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

مجمل درجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	ك	%
منخفض	6	1.5
متوسط	140	35
مرتفع	254	63.5
الإجمالي	400	100

تُبين بيانات هذا الجدول أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل مُرتفعة حيث بلغت نسبتهم (63.5%)، بينما كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل مُتوسطة (35%)، في حين كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل مُنخفضة (1.5%)، وإن دل ذلك فيدل على أن الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل مُرتفعة إلى حد ما نتيجة اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي يُنشر عليها الكثير من الأخبار التى تجعل الشباب يشعرون بالقلق من المستقبل خاصًا في بعد المُشكلات الحياتية المُستقبلية، فعلى سبيل المثال:(أخبار زيادة الأسعار والغلاء الذي يواجه أفراد المجتمع/ أخبار عن الرسوم الجديدة الخاصة بالزواج ..... إلخ) فجميع هذه الأخبار تُزيد من شعور الشباب بالقلق تجاه المُشكلات الحياتية المُستقبلية.

وتتفق وتؤكد نتائج هذا الجدول على نتائج الجدول رقم (30) الذي يتناول درجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية، والذي بينت نتائجه ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة الخوف والقلق من الفشل في المستقبل لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا الدرجة من الخوف والقلق من الفشل في المستقبل ما بين (94.7) إلى (59).

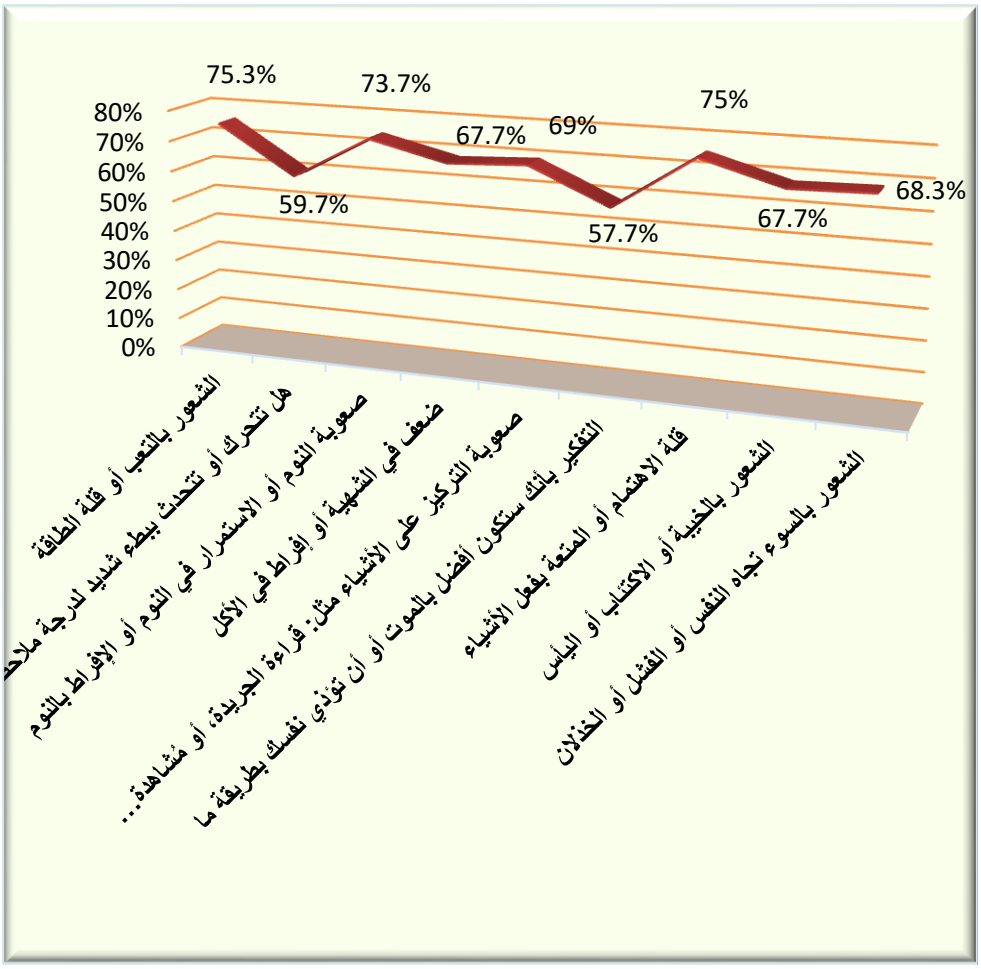
جدول رقم (32)

يوضح درجة الإكتئاب لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

العبارة	موافق تماما		موافق الي حد ما		لا اوافق		المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%			
الشعور بالتعب أو قلة الطاقة	165	41.3	174	43.5	61	15.3	2.26	.706	75.3
قلة الاهتمام أو المتعة بفعل الأشياء	182	45.5	137	34.3	81	20.3	2.25	.772	75
صعوبة النوم أو الاستمرار في النوم أو الإفراط بالنوم	182	45.5	118	29.5	100	25	2.21	.815	73.7
صعوبة التركيز على الأشياء مثل: قراءة الجريدة، أو مُشاهدة التلفاز	146	36.5	137	34.3	117	29.3	2.07	.809	69
الشعور بالسوء تجاه النفس أو الفشل أو الخذلان	152	38.0	117	29.3	131	32.8	2.05	.841	68.3
الشعور بالخيبة أو الاكتئاب أو اليأس	124	31.0	164	41.0	112	28.0	2.03	.768	67.7
ضعف في الشهية أو إفراط في الأكل	126	31.5	161	40.3	113	28.3	2.03	.773	67.7
هل تتحرك أو تتحدث ببطء شديد لدرجة ملاحظة الآخرين لك؟ أو العكس، أو أن تكون مملًا أو مضطربًا وتتحرك أكثر من المعتاد	101	25.3	112	28.0	187	46.8	1.79	.822	59.7
التفكير بأنك ستكون أفضل بالموت أو أن تؤذي نفسك بطريقة ما	84	21.0	123	30.8	193	48.3	1.73	.787	57.7

تُفيد بيانات هذا الجدول بدرجة الإكتئاب لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، فنجد أن عبارة "الشعور بالتعب أو قلة الطاقة" احتلت الصدارة بوزن نسبي (75.3)، يليها عبارة "قلة الاهتمام أو المتعة بفعل الأشياء" بوزن نسبي (75)، وفي المرتبة الثالثة ظهر الوزن النسبي (73.7) لعبارة "صعوبة النوم أو الاستمرار في النوم أو الإفراط بالنوم"، أما عن عبارة "صعوبة التركيز على الأشياء مثل: قراءة الجريدة، أو مُشاهدة التلفاز" فقد بلغ وزنها النسبي (69)، ومن ثم ظهر الوزن النسبي (68.3) لعبارة "الشعور بالسوء تجاه النفس أو الفشل أو الخذلان"، وفي المرتبة التى تليها ظهر كلًا من عبارة "الشعور بالخيبة أو الاكتئاب أو اليأس"، وعبارة "ضعف في الشهية أو إفراط في الأكل" بوزن نسبي واحد لكلًا منهما وهو (67.7)، يليهما عبارة "هل تتحرك أو تتحدث ببطء شديد لدرجة ملاحظة الآخرين لك؟ أو العكس، أو أن تكون مملًا أو مضطربًا وتتحرك أكثر من المعتاد" بوزن نسبي (59.7)، وفي المرتبة الأخيرة ظهر الوزن النسبي (57.7) لعبارة "التفكير بأنك ستكون أفضل بالموت أو

أن تؤذي نفسك بطريقة ما"، ونلاحظ مما سبق يتضح لنا ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة الإكتئاب لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا الدرجة من الإكتئاب ما بين (75.3) إلى (57.7)، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن الحضور المستمر على صفحات ومنصات التواصل الاجتماعي يولّد شعوراً حاداً لدى الإنسان بمقارنة نفسه بالآخرين الذين يعرضون أحلى صورهم الملتقطة في أجمل الأماكن وبأفخر السيارات والملابس، مما يولّد لدى كثير من المستخدمين حالة إحباط حاد تؤدي إلى تناقص احترامهم لأنفسهم، مما يسبب الشعور الإكتئاب، ويُعد الشكل البياني التالي ما هو إلا توضيح لنتائج هذا الجدول:



شكل رقم (8) يوضح درجة الإكتئاب لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

جدول رقم (33)

يوضح مجمل درجة الإكتئاب لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية

مجمل درجة الإكتئاب	ك	%
منخفض	97	24.3
متوسط	182	45.5
مرتفع	121	30.2
الإجمالي	400	100

يتضح لنا من بيانات هذا الجدول أن أغلبية الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بالإكتئاب بدرجة مُتوسطة حيث بلغت نسبتهم (45.5%)، بينما كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة بالإكتئاب مُرتفعة (30.2%)، في حين كانت نسبة الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بدرجة بالإكتئاب مُنخفضة (24.3%)، وإن دل ذلك فيدل على أن الشباب (عينة الدراسة) يشعرون بالإكتئاب بدرجة مُرتفعة إلى حد ما نتيجة اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن الحضور المستمر على صفحات ومنصات التواصل الاجتماعي يولّد شعوراً حاداً لدى الإنسان بمقارنة نفسه بالآخرين الذين يعرضون أحلى صورهم الملتقطة في أجمل الأماكن وبأفخر السيارات والملابس، مما يولّد لدى كثير من المستخدمين حالة إحباط حاد تؤدي إلى تناقص احترامهم لأنفسهم، مما يسبب الشعور الإكتئاب.

وتتفق وتؤكد نتائج هذا الجدول على نتائج الجدول رقم (32) الذي يدور حول درجة الإكتئاب لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتك اليومية، والذي بينت نتائجه ارتفاع الأوزان النسبية إلى حد ما لدرجة الإكتئاب لدى الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية، حيث تراوحت الأوزان النسبية لهذا الدرجة من الخوف والقلق من الفشل في المستقبل ما بين (75.3) إلى (57.7).

وقد اتفقت نتائج هذا الجدول مع نتائج **دراسة (آلين عيسى حنا، بسمة عبد الشريف، 2022)** [91] والتى أفادت نتائجه أن مستوى الأعراض الإكتئابية كان فوق المستوى.

كما اتفقت نتائج هذا الجدول مع نتائج **دراسة (زهرة على أبو القاسم فطوح، 2016)** [92] والتى قد خلصت نتائجها إلى أن أفراد (عينة الدراسة) يُعانون من الإكتئاب بدرجة مُتوسطة.

ثانيًا: نتائج اختبار صحة فروض الدِرَاسَةِ الميدانية:

❖ **الفرض الأول:** توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية والتأثيرات الناتجة عن هذا الاعتماد.

جدول رقم (34)

معنوية بيرسون للارتباط بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية والتأثيرات الناتجة عن هذا الاعتماد

معدلات التعرض والاعتماد / التأثيرات الناتجة	معامل ارتباط بيرسون	مستوي المعنوية	الدلالة
	0.553**	0.000	دال
إجمالى العينة	400		

لاختبار معنوية العلاقة بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية والتأثيرات الناتجة عن هذا الاعتماد، وبالنظر إلي أن كلا المُتغيرين جري قياسه علي المُستوي الفتري Interval، فقد تم استخدام مُعامل ارتباط بيرسون لتحقيق هذا الغرض.

كما أفادت من بيانات هذا الجدول بأن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية والتأثيرات الناتجة عن هذا الاعتماد قد بلغت (0.553)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.01، وإن العلاقة هنا طردية مما يعني أنه كلما زاد مُعدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية زادت التأثيرات الناتجة عن هذا الاعتماد لديهم والعكس صحيح، ومن حيث شدة العلاقة يُمكن تصنيفها بالمتوسطة.

وبذلك يكون **اختبار الفرض الأول** القائل "بمعنوية العلاقة بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية والتأثيرات الناتجة عن هذا الاعتماد" **قد انتهي إلي ثبوت صحة هذا الفرض**.

ونستنتج مما سبق أن زيادة تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي زادت التأثيرات التى تحدث لهم نتيجة هذا الاعتماد، ويدل ذلك على الدور المهم التى تلعبه مواقع البتواصل الاجتماعي في حياة الشباب وتأثيراتها عليهم في كافة جوانب الحياة.

وقد اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج **دراسة (سارة سعيد عبد الجواد دسوقى، 2020)** [93] والتى توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيًا بين الاعتماد على الفضائيات المصرية ومواقع التواصل الاجتماعي والتأثيرات (المعرفية، والوجدانية، والسلوكية) المُتحققة من الاعتماد.

❖ **الفرض الثاني:** توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة قلق المُستقبل لديهم من حيث (بعد القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية، بعد قلق الصحة وقلق الموت، بعد القلق الذهني، بعد اليأس من المستقبل، بعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع.

جدول رقم (35)

معنوية بيرسون للارتباط بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة قلق المُستقبل لديهم من حيث (بعد القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية، بعد قلق الصحة وقلق الموت، بعد القلق الذهني، بعد اليأس من المستقبل، بعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع

معدلات التعرض أو الاعتماد / كلا من:	معامل ارتباط بيرسون	مستوي المعنوية	الدلالة
بعد القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية	0.114**	0.023	دال
بعد قلق الصحة وقلق الموت	0.279**	0.000	دال
بعد القلق الذهني	0.157**	0.002	دال
بعد اليأس من المستقبل	0.242**	0.000	دال
بعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	0.168**	0.001	دال

لاختبار معنوية العلاقة بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة قلق المُستقبل لديهم من حيث (بعد القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية، بعد قلق الصحة وقلق الموت، بعد القلق الذهني، بعد اليأس من المستقبل، بعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع، وبالنظر إلي أن كلا المُتغيرين جري قياسه علي المُستوي الفتري Interval، فقد تم استخدام مُعامل ارتباط بيرسون لتحقيق هذا الغرض.

كما أفادت من بيانات هذا الجدول بأن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية وبعد القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية لديهم قد بلغت (0.114)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.01، وإن العلاقة هنا طردية مما يعني أنه كلما زاد مُعدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية زادت لديهم القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية والعكس صحيح، ومن حيث شدة العلاقة يُمكن تصنيفها بالضعيفة.

كما أشارت من بيانات هذا الجدول إلى أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية وبعد قلق الصحة وقلق الموت لديهم قد بلغت (0.279)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.01، وإن العلاقة هنا طردية مما يعني أنه كلما زاد مُعدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية زادت

لديهم القلق على الصحة والقلق من الموت والعكس صحيح، ومن حيث شدة العلاقة يُمكن تصنيفها بالضعيفة.

كما بينت من بيانات هذا الجدول أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية وبعد القلق الذهني لديهم قد بلغت (0.157)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.01، وإن العلاقة هنا طردية مما يعني أنه كلما زاد مُعدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية زادت لديهم القلق الذهني والعكس صحيح، ومن حيث شدة العلاقة يُمكن تصنيفها بالضعيفة.

كما أوضحت من بيانات هذا الجدول أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية وبعد اليأس من المستقبل لديهم قد بلغت (0.242)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.01، وإن العلاقة هنا طردية مما يعني أنه كلما زاد مُعدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية زادت لديهم اليأس من المُستقبل والعكس صحيح، ومن حيث شدة العلاقة يُمكن تصنيفها بالضعيفة.

كما أظهرت من بيانات هذا الجدول أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية وبعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل لديهم قد بلغت (0.168)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.01، وإن العلاقة هنا طردية مما يعني أنه كلما زاد مُعدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية زادت لديهم الخوف والقلق من الفشل في المستقبل والعكس صحيح، ومن حيث شدة العلاقة يُمكن تصنيفها بالضعيفة.

وبذلك يكون **اختبار الفرض الثاني** القائل "بمعنوية العلاقة بين بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة قلق المُستقبل لديهم من حيث (بعد القلق المُتعلق بالمُشكلات الحياتية المُستقبلية، بعد قلق الصحة وقلق الموت، بعد القلق الذهني، بعد اليأس من المستقبل، بعد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع" **قد انتهي إلي ثبوت صحة هذا الفرض**.

ونستنتج مما سبق أن زيادة تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي زادت درجة قلقهم من المُستقبل بكل أبعاده، ويدل ذلك على التأثير الكبير الذي تُحدثه مواقع التواصل الاجتماعي على درجة قلق الشباب من المُستقبل.

- **الفرض الثالث:** توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع.

جدول رقم (36)

معنوية بيرسون للارتباط بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع

معدلات التعرض والاعتماد / درجة الإكتئاب	معامل ارتباط بيرسون	مستوي المعنوية	الدلالة
	0.156**	0.000	دال
إجمالى العينة	400		

لاختبار معنوية العلاقة بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع، وبالنظر إلي أن كلا المُتغيرين جري قياسه علي المُستوي الفتري Interval، فقد تم استخدام مُعامل ارتباط بيرسون لتحقيق هذا الغرض.

كما أفادت من بيانات هذا الجدول بأن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع قد بلغت (0.156)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.01، وإن العلاقة هنا طردية مما يعني أنه كلما زاد مُعدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية زادت درجة الاكتئاب لديهم والعكس صحيح، ومن حيث شدة العلاقة يُمكن تصنيفها بالضعيفة.

وبذلك يكون **اختبار الفرض الثالث** القائل "بمعنوية العلاقة بين معدلات تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع" **قد انتهي إلي ثبوت صحة هذا الفرض**.

ونستنتج مما سبق أن زيادة تعرض واعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي زادت درجة ومستوى الإكتئاب لديهم، ويدل ذلك على التأثير الكبير الذي تُحدثه مواقع التواصل الاجتماعي على مستوى الإكتئاب لدى الشباب، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن الحضور المستمر على صفحات ومنصات التواصل الاجتماعي يولّد شعوراً حاداً لدى الإنسان بمقارنة نفسه بالآخرين الذين يعرضون أحلى صورهم الملتقطة في أجمل الأماكن وبأفخر السيارات والملابس، مما يولّد لدى كثير من المستخدمين حالة إحباط حاد تؤدي إلى تناقص احترامهم لأنفسهم.

وقد اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج **دراسة (David A. Griffith, et.al, 2022)** [94] والتى توصلت نتائجها إلى أنه كلما زاد عدد الأشخاص الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي داخل بلد ما، يزداد انتشار الاكتئاب في ذلك البلد، وأنه نظرًا لأن متوسط الوقت الذي يقضيه على وسائل التواصل الاجتماعي في بلد ما يزيد من العلاقة الضارة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وانتشار الاكتئاب.

كما اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج **دراسة (Epameinondas Leimonis, Katerina Koutra, 2022)** [95] والتى قد أشارت نتائجها إلى أن الاستخدام اليومي المتزايد لموقع اليوتيوب YouTube (أكثر من خمس ساعات) يرتبط ارتباطًا كبيرًا بأعراض مُرتفعة بالاكتئاب لدى المبحوثين، وأنه يوجد ارتباط بين الاستخدام اليومي المتزايد للمبحوثين لموقع اليوتيوب YouTube وأعراض الاكتئاب أكثر وضوحًا عند الذكور منه لدى الإناث، وأنه تم ربط الاستخدام النشط المبلغ عنه ذاتيًا للفيسبوك Facebook وللإنستجرام Instagram بأعراض اكتئاب أقل بشكل ملحوظ عند المبحوثين.

وكذلك اتفقت نتائج هذا الفرض إلى حد ما مع نتائج **دراسة (Xiaoqi Peng, et.al, 2021)** [96] والتى أفادت نتائجها بأن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي له تأثير كبير على الاكتئاب، وعلى الرغم من وجود اختلافات في درجة الإدمان بين الأفراد بسبب العمر الإقليمي وعوامل احترام الذات، إلا أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لا يزال سببًا للاكتئاب أو يؤدي إلى تفاقمه.

وقد اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج **دراسة (Pengcheng Wang, et.al, 2018)** [97] والتى أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والإكتئاب.

وأيضًا اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج **دراسة (Liu Yi Lin, et.al, 2016)** [98] والتى خلصت نتائجها إلى أن المبحوثين الذين لديهم ارتفاع في مُعدلات زيارات مواقع التواصل الاجتماعي أسبوعيًا يكون أكثر احتمالًا للإصابة بالإكتئاب.

وكذلك اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج **دراسة (Juthamas Thongpradab, et.al, 2019)** [99] والتى أظهرت نتائجها أن إدمان الفيسبوك مُرتبطًا بشكل إيجابي وبشكل ملحوظ بالإكتئاب.

وأخيرًا اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج **دراسة (Nitt Hanprathet, et.al, 2015)** [100] والتى بينت نتائجها وجود ارتباط إيجابي بين إدمان الفيسبوك والإكتئاب.

- **الفرض الرابع**: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب (عينة الدراسة) بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي الاجتماعي) في التأثيرات الناتجة عن اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.

جدول رقم (37)

معنوية الفروق بين توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب (عينة الدراسة) بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي الاجتماعي) في التأثيرات الناتجة عن اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

التأثيرات الناتجة / المتغيرات الديموغرافية		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	مؤشرات إحصائية: الاختبار	درجة الحرية	مستوي المعنوية
النوع	ذكر	152	1.16	.366	T= 21.411	398	0.000 دال
	انثي	248	1.38	.527			
السن	من 16 إلي 25 عامًا	282	1.26	.479	F= 4.548	2 397	0.011 دال
	من 26 إلي 35 عامًا	112	1.40	.492			
	من 36 إلي 45 عامًا	6	1.00	.000			
المستوى التعليمي	مؤهل متوسط	6	1.00	.000	F= 4.569	2 397	0.011 دال
	مؤهل جامعي	297	1.27	.479			
	دراسات عليا	97	1.41	.495			
المستوي الاقتصادي الاجتماعي	منخفض	90	1.13	.342	F= 10.949	2 397	0.000 دال
	متوسط	227	1.30	.505			
	مرتفع	83	1.47	.502			

لاختبار الفروق بين التأثيرات الناتجة عن اعتماد الشباب (عينة الدراسة) على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية باختلاف خصائصهم الديمُوغرافية، وبالنظر إلي أن مُتغير بعد التأثيرات الناتجة تم قياسه علي المُستوي الفتري Interval، فقد تم استخدام الاختبار (T) الإحصائي لقياس الفروق في التأثيرات الناتجة عن الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب (النوع)، كما تم استخدام الاختبار (F) الإحصائي لقياس الفروق في التأثيرات الناتجة عن الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب (السن، المستوى التعليمي، المستوي الاقتصادي الاجتماعي).

وقد كشفت بيانات هذا الجدول عن وجود معنوية الفروق بين المبحوثين في التأثيرات الناتجة عن تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغيرات (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوي الاقتصادي الاجتماعي)، وذلك علي النحو التَّالي:

- بلغت قيمة (T) للفروق بين المبحوثين في التأثيرات الناتجة عن تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغير النوع (21.411)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.05، ودرجة حرية 398، وقد كانت هذه الفروق لصالح الإناث (م = 1.38) مُقارنة بالذكور (م = 1.16)، مما يعني أن المبحوثين الإناث كانوا كانت تحدث لهم تأثيرات أكثر نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي مُقارنة بالذكور، ويُمكن إرجاع ذلك لأن الإناث من طبيعتهم التأثر أكثر من الذكور خاصًا في التأثيرات العاطفية والوجدانية.

- بلغت قيمة (Fت) للفروق بين المبحوثين في التأثيرات الناتجة عن تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغير السن (4.548)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.05، ودرجتى حرية = (2) بين المجموعات & (397) داخل المجموعات، وقد كانت هذه الفروق لصالح المبحوثين الذين تتراوح أعمارهم من 26 إلي 35 عامًا (م = 1.40) مُقارنة بالمبحوثين الذين تتراوح أعمارهم من 36 إلي 45 عامًا (م = 1.00)، مما يعني أن المبحوثين الذين تتراوح أعمارهم من 26 إلي 35 عامًا كانوا كانت تحدث لهم تأثيرات أكثر نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي مُقارنة بالمبحوثين الذين تتراوح أعمارهم من 36 إلي 45 عامًا.
- بلغت قيمة (F) للفروق بين المبحوثين في التأثيرات الناتجة عن تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغير المستوي التعليمي (4.569)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.05، ودرجتى حرية = (2) بين المجموعات & (397) داخل المجموعات، وقد كانت هذه الفروق لصالح المبحوثين الحاصلين على دراسات عليا (م = 1.41) مُقارنة بالمبحوثين الحاصلين على مؤهل مُتوسط (م = 1.00)، مما يعني أن المبحوثين الحاصلين على دراسات عليا كانوا كانت تحدث لهم تأثيرات أكثر نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي مُقارنة بالمبحوثين الحاصلين على مؤهل مُتوسط، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن الحاصلين على دراسات عليا أكثر اهتمامًا بمواقع التواصل الاجتماعي وأكثر تفاعلًا على هذه المواقع ومُتابعتًا لها واعتمادًا عليها.
- بلغت قيمة (F) للفروق بين المبحوثين في التأثيرات الناتجة عن تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغير المستوى الاقتصادي والاجتماعي (10.949)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.05، ودرجتى حرية = (2) بين المجموعات & (397) داخل المجموعات، وقد كانت هذه الفروق لصالح المبحوثين ذوى المُستوى الاقتصادي الاجتماعي المُرتفع (م = 1.47) مُقارنة بالمبحوثين ذوى المُستوى الاقتصادي الاجتماعي المُنخفض (م = 1.13)، مما يعني أن المبحوثين ذوى المُستوى الاقتصادي الاجتماعي المُرتفع كانوا كانت تحدث لهم تأثيرات أكثر نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي مُقارنة بالمبحوثين ذوى المُستوى الاقتصادي الاجتماعي المُنخفض.

ومما سبق يمكن القول أن **اختبار الفرض الرابع القائل** "بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب (عينة الدراسة) بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي الاجتماعي) في التأثيرات الناتجة عن اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية" **قد انتهى إلى ثبوت صحة هذا الفرض كليًا**.

- **الفرض الخامس**: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب (عينة الدراسة) بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي الاجتماعي) في درجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية.

جدول رقم (38)

معنوية الفروق بين توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب (عينة الدراسة) بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي الاجتماعي)

في درجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية

درجة الإكتئاب / المتغيرات الديموغرافية		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	مؤشرات إحصائية		
					الاختبار	درجة الحرية	مستوي المعنوية
النوع	ذكر	152	1.9737	.78011	T= 3.385	398	0.052 دال
	انثي	248	2.1129	.70521			
السن	من 16 إلي 25 عامًا	282	2.1135	.69663	F= 9.551	2 397	0.000 دال
	من 26 إلي 35 عامًا	112	1.8750	.79554			
	من 36 إلي 45 عامًا	6	3.0000	.00000			
المستوى التعليمي	مؤهل متوسط	6	2.0000	.00000	F= 1.020	2 397	0.361 غير دال
	مؤهل جامعي	297	2.0909	.69395			
	دراسات عليا	97	1.9691	.87146			
المستوي الاقتصادي الاجتماعي	منخفض	90	2.2000	.81005	F= 3.477	2 397	0.032 دال
	متوسط	227	1.9780	.70047			
	مرتفع	83	2.1325	.72870			

لاختبار الفروق بين درجة الإكتئاب لدي الشباب (عينة الدراسة) نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية باختلاف خصائصهم الديمُوغرافية، وبالنظر إلي أن مُتغير بعد درجة الإكتئاب تم قياسه علي المُستوي الفتري Interval، فقد تم استخدام الاختبار (T) الإحصائي لقياس الفروق في درجة الإكتئاب نتيجة الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب (النوع)، كما تم استخدام الاختبار (F) الإحصائي لقياس الفروق في درجة الإكتئاب نتيجة الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب (السن، المستوى التعليمي، المستوي الاقتصادي الاجتماعي).

وقد كشفت بيانات هذا الجدول عن وجود معنوية الفروق بين المبحوثين في درجة الاكتئاب الناتجة عن تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغيرات (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوي الاقتصادي الاجتماعي)، وذلك علي النحو التَّالي:

- ❖ بلغت قيمة (T) للفروق بين المبحوثين في درجة الإكتئاب نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغير النوع (3.385)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.05، ودرجة حرية 398، وقد كانت هذه الفروق لصالح الإناث (م = 2.1129) مُقارنة بالذكور (م = 1.9737)، مما يعني أن المبحوثين الإناث كانوا كانت لديهم درجات إكتئاب أكثر نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم

على مواقع التواصل الاجتماعي مُقارنة بالذكور، ويُمكن إرجاع ذلك لأن الإناث من طبيعتهم التأثر أكثر من الذكور خاصًا في التأثيرات العاطفية والوجدانية.

- ❖ بلغت قيمة (Fت) للفروق بين المبحوثين في درجة الإكتئاب نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغير السن (9.551)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.05، ودرجتى حرية = (2) بين المجموعات & (397) داخل المجموعات، وقد كانت هذه الفروق لصالح المبحوثين الذين تتراوح أعمارهم من 26 إلي 35 عامًا (م = 1.8750) مُقارنة بالمبحوثين الذين تتراوح أعمارهم من 36 إلي 45 عامًا (م = 3.0000)، مما يعني أن المبحوثين الذين تتراوح أعمارهم من 26 إلي 35 عامًا كانوا لديهم درجات إكتئاب أكثر نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي مُقارنة بالمبحوثين الذين تتراوح أعمارهم من 36 إلي 45 عامًا.
- ❖ بلغت قيمة (F) للفروق بين المبحوثين في درجة الإكتئاب نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغير المستوي التعليمي (1.020)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.05، ودرجتى حرية = (2) بين المجموعات & (397) داخل المجموعات، وقد كانت هذه الفروق لصالح المبحوثين الحاصلين على دراسات عليا (م = 1.9691) مُقارنة بالمبحوثين الحاصلين على مؤهل جامعي (م = 2.0909)، مما يعني أن المبحوثين الحاصلين على دراسات عليا كانوا لديهم درجات إكتئاب أكثر نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي مُقارنة بالمبحوثين الحاصلين على مؤهل جامعي، ويُمكن إرجاع ذلك إلى أن الحاصلين على دراسات عليا أكثر اهتمامًا بمواقع التواصل الاجتماعي وأكثر تفاعلًا على هذه المواقع ومُتابعتًا لها واعتمادًا عليها.
- ❖ بلغت قيمة (F) للفروق بين المبحوثين في درجة الإكتئاب نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية بحسب مُتغير المستوى الاقتصادي والاجتماعي (3.477)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مُستوي معنوية أقل من 0.05، ودرجتى حرية = (2) بين المجموعات & (397) داخل المجموعات، وقد كانت هذه الفروق لصالح المبحوثين ذوى المُستوى الاقتصادي الاجتماعي المُتوسط (م = 1.9780) مُقارنة بالمبحوثين ذوى المُستوى الاقتصادي الاجتماعي المُنخفض (م = 2.2000)، مما يعني أن المبحوثين ذوى المُستوى الاقتصادي الاجتماعي المُتوسط كانوا كانت لديهم درجات إكتئاب أكثر نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي مُقارنة بالمبحوثين ذوى المُستوى الاقتصادي الاجتماعي المُنخفض.

ومما سبق يمكن القول أن **اختبار الفرض الخامس القائل** "بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب (عينة الدراسة) بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، السن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي الاجتماعي) في درجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية" **قد انتهى إلى ثبوت صحة هذا الفرض كليًا**.

توصيات الدِرَاسَةِ:

- ❖ يجب على الباحثين إجراء دراسات تتناول تأثير قلق المُستقبل على جوانب الشخصية لدى عينات من مراحل عمرية مختلفة.
- ❖ ضرورة توعية الشباب بالآثار الضارة للاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي وإدمانها.
- ❖ ضرورة تفعيل دور الجامعة والمؤسسات الاجتماعية في توعية الشباب بشكل خاص وأفراد المجتمع من باقى الفئات العمرية بشكل عام بخطورة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي واتخاذ سياسات تنظيمية للحد من استخدامه في الحياة اليومية بشكل عام.
- ❖ تقديم الدعم النفسي والإرشاد للشباب والعمل على مساندتهم اجتماعيًا ونفسيًا.
- ❖ حث المؤسسات التعليمية والتربية على إدخال البرامج الإرشادية ضمن المنظومة التعليمية.
- ❖ تقدير واحترام الدور الذي يقوم به الأخصائي النفسي والأخصائي الاجتماعي في المؤسسات التعليمية وعدم تهميش دورهم.

مراجع الدِرَاسَةِ:

1) حنا،، ألين عيسى، الشريف، بسمة عيد، مرجع سابق.
2) فطوح، زهرة على أبو القاسم (2016) الإكتئاب وعلاقته بمعنى الحياة وقلق المُستقبل لدى عينة من طلاب جامعة طرابلس، فكر وإبداع، 106، ص281 – 340.
3) حنا، ألين عيسى، الشريف، بسمة عيد (2022) قلق المُستقبل وعلاقته بالأعراض الإكتئابية والميول الانتحارية لدى النساء المعنفات، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 30(4)، ص412 – 429.
4) حنا، ألين عيسى، الشريف، بسمة عيد، مرجع سابق.
5) أبو الديار، مسعد نجاح الرفاعي (2022) قلق المستقبل والاكتئاب كمتغيرات منبئة بتناقضات إدارك الذات لدى الشباب مدمنى الفيسبوك، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 32(116)، ص1 – 36.
6) فطوح، زهرة على أبو القاسم، مرجع سابق.
7) Griffith, David A., et.al (2022) The use of social media and the prevalence of depression: a multi-country examination of value co-creation and consumer well-being, International Marketing Review, 39(1).
8) Leimonis, Epameinondas, Koutra, Katerina (2022) Social Media Use and Mental Health in Young Adults of Greece: A Cross-Sectional Study, Clinical Psychology in Europe, 4(2).
9) Peng, Xiaoqi, et.al (2021) The Influence of Social Media on Depression, Proceedings of the 2021 4th International Conference on Humanities Education and Social Sciences (ICHESS 2021), Chongqing, China.
10) Thongpradab, Juthamas, et.al (2019) The Relationships among Facebook Addiction, Self-Esteem and Depression in High School Students, Thai Red Cross Nursing Journal, 12(2).
11) Wang, Pengcheng, et.al (2018) Social networking sites addiction and adolescent depression: A moderated mediation model of rumination and self-esteem, Personality and Individual Differences, 127, pp. 162 – 167.
12) Lin, Liu Yi, et.al (2016) Association between Social Media Use and Depression among U.S. Young Adults, Depression and Anxiety, 33(4).
13) Hanprathet, Nitt, et.al (2015) Facebook Addiction and Its Relationship with Mental Health among Thai High School Students, J Med Assoc Thai, pp. 81 – 90.
14) الحريري، ماجدة أبو الفتوح محمد (2022) اعتماد طلاب المرحلة الثانوية على مواقع التواصل كمصدر للمعلومات عن حاجة كورونا ومستوى الوعى الصحى لديهم، المجلة العلمية لبحوث الإذاعة والتليفزيون، (23)، ص119 – 171.
15) صوالحية، غنية، بوطورة، أكرم (2020) اعتماد الأساتذة الجامعيين على مواقع التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات: دراسة ميدانية بقسم العلوم الإنسانية بجامعة تبسة، مجلة العلوم الإنسانية، 7(2)، ص263 – 282.
16) Ranjith, et.al (2016) Dependence On Social Networking Sites In Adolescents, Journal of Evolution of Medical and Dental Sciences, 5(22).
17) الحريري، ماجدة أبو الفتوح محمد، مرجع سابق.

18) الهويدي، فاروق محمد بدر محمد، سيلان، جمال محمد (2021) إعتماد أساتذة الجامعات اليمنية على وسائل التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات عن وباء كورونا: دراسة مسحية، مجلة الأندلس للعلوم الإنسانية والاجتماعية، (47)، ص94 – 123.
19) صوالحية، غنية، بوطورة، أكرم، مرجع سابق.
20) ثابت، رحمة محمود، الاعتماد على مواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة إعلانية: دراسة ميدانية على موظفى كلية الآداب بجامعة عمر المختار فرع البيضاء، مجلة البحوث العلمية، 6(11)، ص255 – 270.
21) شرف، جيلان محمود (2021) اعتماد المرأة المصرية على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بتمكينها في ضوء خطط التنمية المُستدامة، المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، 20 (4)، ص149 – 193.
22) عيشة، فودة محمد محمد على (2020) اعتماد الشباب السعودي على مواقع التواصل الاجتماعي في الحصول على المعلومات حول أزمة كورونا، مجلة البحوث الإعلامية،(55)6، ص3253 – 3314.
23) ثابت، رحمة محمود، مرجع سابق.
24) الهويدي، فاروق محمد بدر محمد، سيلان، جمال محمد، مرجع سابق.
25) ثابت، رحمة محمود، مرجع سابق.
26) قابوش، صفية، عبادي، لدمية (2021) المرأة الجزائرية والمعلومات الصحية على مواقع التواصل الاجتماعي: دراسة في الاعتماد على موقع الفايسبوك، مجلة العلوم الإنسانية، 8(3)، ص1 – 18.
27) شرف، جيلان محمود، مرجع سابق.
28) دسوقى، سارة سعيد عبد الجواد (2020) اعتماد الجمهور على الفضائيات المصرية ومواقع التواصل الاجتماعي كمصدر لتعزيز الوعي حول جائحة كورونا، مجلة بحوث العلاقات العامة الشرق الأوسط، (29)، ص95 – 129.
29) دسوقى، سارة سعيد عبد الجواد، مرجع سابق.
30) شرف، جيلان محمود، مرجع سابق.
31) Watson, James (1998) Media Communication: An Introduction to Theory and Process, 1st Edition, Palgrave Macmillan, London.
32) Bittner, John R. (1983) Mass Communication, an Introduction, 3rd Edition, Prentice Hall, Hoboken, New Jersey, USA.
33) مكاوي، حسن عماد، السيد، ليلى حسين (2017) الاتصال ونظرياته المعاصرة، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.
34) Grant, August E., et.al (1991) Television Shopping: A Media System Dependency Perspective, Communication Research, 18(6), pp. 773 – 798.
35) إسماعيل، محمود حسن (2012) مبادئ علم الاتصال ونظريات التأثير، الدار العالمية للنشر والتوزيع، القاهرة.
36) المزاهرة، منال هلال (2018) نظريات الإتصال، دار المسيرة للطباعة والنشر، الأردن.
37) مكاوي، حسن عماد، السيد، ليلى حسين، مرجع سابق.
38) الطرابيشي، مرفت، السيد، عبد العزيز (2006) نظريات الاتصال، دار النهضة العربية، القاهرة.
39) McQuail, Denis (1994) Mass Communication Theory An Introduction, 3rd Edition, SAGE Publications Ltd, California, USA.
40) Li, Cong, Liu, Jiangmeng (2017) Effects of using social networking sites in different languages: Does Spanish or English make a difference?, Computers in Human Behavior, 74, pp. 257 – 264.
41) عبد الحميد، محمد (2018) نظريات الإعلام واتجاهات التأثير، عالم الكتب، القاهرة.
42) المرجع نفسه.

43) الشلهوب، عبد الملك بن عبد العزيز (2020) مدى اعتماد الجمهور السعودي على مواقع التواصل الاجتماعي في المعرفة بقضايا المجتمع: دراسة مسحية في مدينة الرياض، مجلة جامعة الملك عبد العزيز، 28(4)، ص75 – 122.
44) الدبيسي، عبد الكريم علي جبر، الطاهات، زهير ياسين (2013) دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل الرأي العام لدى طلبة الجامعات الأردنية، دراسات - العلوم الإنسانية والاجتماعية، 40(1)، ص66 – 81.
45) راضي، زاهر (2003) استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في العالم العربي، مجلة التربية، (15).
46) حمدي، ماطر عبد الله (2018) اعتماد الشباب الجامعي على مواقع التواصل الاجتماعي في التزود بالمعلومات: دراسة مسحية في جامعة تبوك السعودية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الإعلام، جامعة الشرق الأوسط، عمان، الأردن.
47) العتيبي، أسماء بنت فراج بن خليوي (2017) الاضطرابات النفسية المرتبطة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 25(4)، ص61 – 101.
48) راجعت الباحثة إلى:
❖ السيلاوي، أحمد كاظم حنتوش (2017) مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في قطاع التعليم الجامعي: كلية الطب البيطري - جامعة القاسم الخضراء أنموذجا، مجلة مركز بابل للدراسات الإنسانية، 7(4)، ص196 – 231.
❖ عبد الحميد، أسماء عبد الفتاح نصر (2018) تصور مقترح لتوظيف مواقع التواصل الاجتماعي في التعليم الجامعي الأزهري في ضوء خبرات بعض الجامعات الأجنبية، مجلة كلية التربية، 29(114)، ص427 – 484.
49) جريش، إيمان عطية حسين منصور (2017) الأعراض الاكتئابية وعلاقتها بالألكسيثيميا والمخططات المعرفية اللاتكيفية لدى طالبات الجامعة، دراسات تربوية ونفسية، (96)، ص141 – 229.
50) على، مصطفى على نمر، محمد، أحمد حسانين أحمد (2022) نوعية الحياة وعلاقتها بمستوى القلق والاكتئاب لدى عينة من مرضى الفشل الكلوي الخاضعين للغسيل الدموي، مجلة كلية الآداب بقنا، (54)، ص15 – 101.
51) Anthony, Jean Spann, et.al (2015) African American Clergy and Depression: What they know; What they want to know, J Cult Divers; 22(4), pp. 118 – 126 .
52) الميلادى، عبد المنعم (2010) الأمراض والاضطرابات النفسية، ط1، مؤسسة شباب الجامعة، الأسكندرية.
53) American Psychiatric Association (2013) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Available At: https://en.wikipedia.org/wiki/Diagnostic_and_Statistical_Manual_of_Mental_Disorders, accessed on 2/2/2023.
54) الغفيلى، إيلاف بنت محمد بن عبد العزيز (2020) الاكتئاب وعلاقته بالصلابة النفسية لدى مرضى الفشل الكلوي بمدينة الرياض، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 30(109)، ص449 – 498.
55) عكاشة، أحمد، عكاشة، طارق (2018) الطب النفسي المعاصر، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
56) Chai, Ling, et.al (2019) Relationship Between Perfectionism and Depression Among Chinese College Students With Self-Esteem as a Mediator, OMEGA - Journal of Death and Dying, 80(3). pp. 490 – 503.
57) Quispe, Patrik Manuel Toledo (2021) Depression, Emotional Health and Technologies in Adolescents, Revista Gestão Inovação e Tecnologias, 11(3), pp. 1274 – 1289.

58) Liu, Xiao-Ge, et.al (2021) How psychological frustration tolerance and self-esteem influence the association between father absence and hostility in depressed adolescents: a multiple mediation model, Available At: https://www.researchgate.net/publication/350146513_How_psychological_frustration_tolerance_and_self, accessed on 2/2/2023.
59) Matsudaira, Tomomi, Kitamura, Toshinori (2006) Personality traits as risk factors of depression and anxiety among Japanese students, J Clin Psychol, 62(1), pp. 97 – 109.
60) Dapaah, Jonathan Mensah, Henritta (2019) The Causes of depression among university students and its effects on their academic life in Kwame Nkrumah University of Science and Technology, Kumasi, Ghana. International Journal for Innovation Education and Research, 7(6), pp. 154 – 167.
61) Li, Lu, et.al (2020) Prevalence of depression and its relationship with quality of life among university students in Macau, Hong Kong and mainland China, Sci Rep. 10(1), pp. 15798 .
62) Ahmed, Gutema, et.al (2020) Prevalence and associated factors of depression among Jimma University students. A cross-sectional study, International Journal of Mental Health Systems, 14(52).
63) Quispe, Patrik Manuel Toledo, Op.Cit.
64) Parra, Mireya Romero (2020) Depression and the Meaning of Life in University Students in Times of Pandemic, Hipatia Press, 9(3).
65) Villatte, Aude, et.al (2017) Correlates of Depression in First-Year College Students, Canadian Journal of Higher Education, 47(1), pp. 114 – 136.
66) Prima, Vitasari, et.al (2010) A research for identifying study anxiety sources among university students, International Education Studies 3(2).
67) بسيوني، مروي ياسين (2013) العلاقة بين مستويات التعرض للبرامج الحوارية ومستويات السخط السياسي لدى حملة تمرد دراسة من منظور الاعتماد، مجلة البحوث الإعلامية، (40).
68) Al-Alawi, Mohammed, et.al (2021) Efficacy of a Six-Week-Long Therapist-Guided Online Therapy Versus Self-help Internet-Based Therapy for COVID-19–Induced Anxiety and Depression: Open-label, Pragmatic, Randomized Controlled Trial, JMIR Ment Health. 8(2),
69) معابرة، شروق محمد، السفاسفة، محمد إبراهيم (2020) فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مستوى المرونة النفسية، وخفض قلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين في الجامعات الأردنية الخاصة، دراسات العلوم التربوية، 47(3)، ص47 – 64.
70) Al Hwayan, Ola (2020) Predictive Ability of Future Anxiety in Professional Decision-Making Skill among a Syrian Refugee Adolescent in Jordan, Occup Ther Int.
71) رمضان، آيات أحمد (2016) تعرض العاملين في قطاع الصحة للصحف الطبية المتخصصة وانعكاسه على اتجاهاتهم نحو دورها التنموي، المجلة العربية لبحوث الاعلام والاتصال، 2(12)، ص42 – 65.
72) إسماعيل، محمود حسن، مرجع سابق.
73) الطراونة، أمل محمود (2013) بناء مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم التربوية، جامعة مؤتة، الأردن.

74) Matarneh, Ahmed, Altrawneh, Amal (2014) Constructing a scale of future anxiety for the students at public jordanian universities, Available At: https://www.researchgate.net/publication/282284074_CONSTRUCTING_A_SCALE_OF_FUTURE_ANXIETY_FOR_THE_STUDENTS_AT_PUBLIC_JORDANIAN_UNIVERSITIES, accessed on 2/2/2023.
75) عثمان، فاروق السيد (2001) القلق وادارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.
76) محمد، هبة مؤيد (2010) قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة البحوث التربوية والنفسية، (26 – 27)، ص 321 – 379.
77) محمد، عادل عبد الله (2000) العلاج المعرفي السلوكي: أسس وتطبيقات، ط1، دار الرشاد، القاهرة.
78) عبد الغني، سامح محمـــد (2017) أطر التغطية الصحفية لأحداث العنف السياسي في مصر وعلاقتها بتشكيل اتجاهات الجمهور المصري (دراسة تطبيقية)، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم الصحافة والنشر، كلية الإعلام، جامعة الأزهر، القاهرة.
79) مكاوي، حسن عماد، السيد، ليلى حسين، مرجع سابق.
80) رمزي، ماهينار (2012) علاقة مُعدلات وأساليب التماس المعلومات الصحية على مواقع الإنترنت بالسلوك الصحى للمرأة، مجلة البحوث الإعلامية، (37).
81) علام، اعتماد محمد (2012) الإحصاء في البحوث الاجتماعية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
82) Ranjith, et.al, Op.Cit.
83) الحريري، ماجدة أبو الفتوح محمد، مرجع سابق.
84) صوالحية، غنية، بوطورة، أكرم، مرجع سابق.
85) ثابت، رحمة محمود، مرجع سابق.
86) شرف، جيلان محمود، مرجع سابق.
87) عيشة، فودة محمد محمد على، مرجع سابق.
88) ثابت، رحمة محمود، مرجع سابق.
89) قابوش، صفية، عبادي، لدمية، مرجع سابق.
90) شرف، جيلان محمود، مرجع سابق.
91) حناء، ألين عيسى، الشريف، بسمة عيد، مرجع سابق.
92) فطوح، زهرة على أبو القاسم، مرجع سابق.
93) دسوقى، سارة سعيد عبد الجواد، مرجع سابق.
94) Griffith, David A., et.al, Op.Cit.
95) Leimonis, Epameinondas, Koutra, Katerina, Op.Cit.
96) Peng, Xiaoqi, et.al, Op.Cit.
97) Wang, Pengcheng, et.al, Op.Cit.
98) Lin, Liu Yi, et.al, Op.Cit.
99) Thongpradab, Juthamas, et.al, Op.Cit.
100) Hanprathet, Nitt, et.al, Op.Cit..