الفيسبوك والتويتر وتأثيرها على المساندة الاجتماعية للشباب

اعـداد

العنود بنت سليمان الصقيران

obeikan.com

الفيسبوك والتويتر وتأثيرها على المساندة الاجتماعية للشباب

اعـــداد

العنود بنت سليمان الصقيران

مقدمة :

في زمن شبكات التواصل الاجتماعي، أصبحت ملامحنا على إنستجرام Instagram، وأفكارنا على تويتر Twitter، ومبادئنا على فيس بوك Facebook، وصوتنا على ساوند كلاود Soundcloud، وكلامنا على واتس آب Whats App، وصارت مشاعرنا مجرد ضغطة زر يتم التعبير عنها من خلال لوحة المفاتيح Key board، وأصبحنا نطلب العون عن طريق كتابة حالة Status، ونعبر عما نشعر به من خلال مشاركة Share للمنشورات Posts التي تعبر عن حالتنا النفسية، وأصبح الإعجاب عبارة عن Like ، والخصام يعني حذف الصداقة Unfriend، والفراق عبارة عن حظر Block، وأصبح الاهتمام عبارة عن قراءة تغذية الأخبار News feed، ومتابعة آخر الأنشطة Activities، ورسالة على الدردشة Chat، والتعبير عن الحزن بتغيير الصورة الشخصية Profile picture إلى اللون الأسود ووضع وجه تعبيري حزين Emotion.

ولم يقتصر استخدامنا لشبكات التواصل الاجتماعي على التعبير عن مشاعرنا فقط، بل امتدت إلى تقديم التهاني والتعازي في المناسبات الاجتماعية المختلفة فنكتفي بعمل إعجاب Like على صورة حفل زفاف، وتعليق Comment على خبر وفاة، حتى

كدنا أن ننسى عالمنا الواقعي بعد سيطرة العالم الافتراضي على كثير من مظاهر الحياة الاجتماعية.

"ومن أهم مستخدمى شبكات التواصل الاجتماعى الشباب حيث أن الشباب فئة اجتماعية هامة لها مميزاتها وخصائصها، ومنها روح المغامرة والإثارة وحبّ الاكتشاف وهذا ما جعل الشباب أكثر الفئات الاجتماعية إقبالاً على شبكة الإنترنت، باعتبارها المجال الرحب للدخول في العالم الافتراضي والإبحار في كلّ جهات العالم. يضاف إلى ذلك ما يعيشه الشباب من فراغ في حياته الواقعية وما يعانيه من مشاكل اجتماعية واقتصادية تحول بينه وبين الاندماج في الحياة وتحقيق الذات. فيكون العالم الافتراضي في شبكة الإنترنت الملاذ من هذه المشاكل ، والتعويض عمّا يفتقده في محيطه المحلّي والواقعي، وأظهرت كثير من الدراسات أن موقع فيس بوك أصبح جزء لا يتجزأ من الحياة اليومية الروتينية للأفراد، فالموقع لديه قوة كامنة لإنشاء رأس مال اجتماعي ويمكن المستخدمين من التفاعل مع بعضهم البعض وبناء الثقة وتوسيع إمكانياتهم الاتصالية خارج حدودهم الجغرافية" (منى الحديدي، ٢٠٠١: ٣٤).

هدف الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن طبيعة تفاعل الشباب الجامعي عبر شبكات التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية بكافة أبعادها (المساندة الانفعالية، المساندة الأدائية، المساندة بالمعلومات، المساندة التقديرية).

أهمية الدراسة :

تعد الدراسة الحالية على قدر من الأهمية سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية، ويتضح ذلك فيما يلي:

الأهمية النظرية:

وتكمن الأهمية النظرية لهذه الدراسة في تناولها لموضوع مهم تزايدت نسب انتشاره في السنوات القليلة الماضية خاصة بين الشباب، وارتباطه بعدد من المتغيرات النفسية والاجتماعية والكشف عن طبيعة الدوافع النفسية والاجتماعية وراء هذا الزخم الهائل من إقبال الشباب على التفاعل من خلال شبكات التواصل الاجتماعي، إلى جانب ندرة الأبحاث والدراسات العربية في حدود اطلاع الباحثة لتناول شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية، حيث ركزت معظم الدراسات التي اطلعت عليها الباحثة على الجانب الإعلامي والسياسي للشبكات الاجتماعية دون الاهتمام بالجانب النفسي.

الأهمية التطبيقية:

تتمثل في القيام بدراسة كلينيكية للكشف عن ديناميات الشخصية المرتبطة بتفاعل الشباب عبر شبكات التواصل الاجتماعي لمعرفة الأسباب النفسية الكامنة وراء هذا التفاعل وذلك من خلال استخدام الاختبارات والمقاييس الموضوعية والإسقاطية التي تم إعدادها أو الاستعانة بها في هذه الدراسة.

مصطلحات الدراسة:

تتحدد الدراسة بالمصطلحات التالية:

شبكات الفيسبوك والتويتر Social Networking

هي مساحات افتراضية مخصصة في شبكة الانترنت يستطيع بواسطتها المستخدمين إنشاء صفحات شخصية للتواصل مع بعضهم البعض بطرح الأفكار ومناقشتها مما يمكنهم من طبيعة المحتويات التي ينشرونها أو يتبادلونها مع الآخرين

بدرجة عالية من الحرية والإبداع، بدلًا من الاقتصار على متابعة ما تقدمه شبكة الإنترنت من مضامين (Amanda,mary: 2007: 2).

وهى حلقات اجتماعية كما في الحياة اليومية، والفرق أنها عبر الإنترنت وتضم مواضيع خاصة وعامة من كتابات وصور وأفلام ودردشات وتعارف (أمينة عادل وهبة محمد، ٢٠٠٩: ٢٠). وهناك أكثر من مصطلح لشبكات التواصل الاجتماعي كالشبكات الاجتماعية والمواقع الاجتماعية.

الاطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: مفهوم شبكات التواصل الاجتماعي:

شبكات التواصل الاجتماعي مثل إرسال الرسائل أو الاطلاع على الملفات الشخصية للآخرين ومعرفة أخبارهم التي يتيحونها للعرض مما يدعم ويزيد من فرص التواصل الاجتماعي بين الأفراد المستخدمين لتلك الشبكات الاجتماعية (Stutzman 2006:94-100:)، كما تعرف بأنها نظم معقدة تسهل إشباع أشكال عديدة من الدوافع والتي تتصل بأشكال مختلفة من التفاعلات الاجتماعية، (Petter&Jan:2009: 150).

ويعرف (Boyd & Ellison,: 2007: 210-230) مواقع الشبكات الاجتماعية بأنها "خدمات قائمة على شبكة الويب للأفراد بوضع صفحات عامة أو شبه عامة في إطار نظام محدد، يوضح قائمة المستخدمين الآخرين الذين يتم تبادل الاتصال معهم، وتوضح هذه القائمة الاتصالات المدرجة بينهم".

وقد وضع Boyd and Ellison تعريفًا أكثر شمولًا ووضوحا لشبكات التواصل الاجتماعي وعرفها بأنها "خدمات على الانترنت تسمح لمستخدميها بالأتي:

بناء الملف الشخصي "البروفيل Profile" بشكل عام أو شبه عام أي يتضمن معلومات كاملة أو محددة عن المستخدم داخل نظام محدد.

توضيح قائمة المتصلين الآخرين المشتركين مع المستخدم في الاتصال أي "توضيح الشبكة الاجتماعية للفرد" وتسمى بقائمة الأصدقاء Friend List.

مشاهدة الملفات الشخصية للآخرين وكذلك قوائم الاتصال لديهم "أي الشبكات الاجتماعية لديهم" داخل نظام محدد.

أن هذا التعريف يتكون من ثلاثة جوانب هامة تتوافق مع الشبكات والتفاعلات الاجتماعية التي تحدث على شبكات التواصل الاجتماعي وهي:

الجانب الأول: إنشاء الملف الشخصي "البروفايل profile" ويؤكد على الهوية حيث أن المستخدم ينشىء الملف الشخصي الذي يمثله، والهوية هي الجانب الأول الذي يسهل تحقيقه في شبكات التواصل الاجتماعي، حيث أن تلك المواقع تدع المستخدم ليعرف نفسه للآخرين.

الجانب الثاني: يوضح قائمة المتصلين "قائمة الأصدقاء friend list" يؤكد على العلاقات، فالمستخدم ينشىء الاتصالات مع الآخرين حيث تسمح مواقع الشبكات الاجتماعية للمستخدم بتكوين صداقات جديدة وتعميق الصداقات القائمة.

الجانب الثالث: مشاهدة الملفات الشخصية للآخرين وقوائم الاتصال الخاصة بهم ويؤكد هذا الجانب على المجتمع، حيث أن المستخدم يحتل مكانة محددة بين شبكاته الاجتماعية، فمواقع التواصل الاجتماعي تدع المستخدم يبنى موقفه الاجتماعي، فالأفراد ينضموا إلى مواقع الشبكات الاجتماعية لوجود شبكة اجتماعية لهم على هذه

المواقع، كما تتيح هذه المواقع الفرصة للأفراد لتوسيع هذه الشبكة (ياسمين محمد، ٢٠١٤: ٢١٠).

ويرى (محمد عبد الحميد، ٢٠٠٩:١٢٩) أن هذه الشبكات الاجتماعية تتسم بخصائص واضحة في البناء والاستخدام مثل (أ) الاشتراك المجاني للاستفادة من هذه الخدمة، (ب) سهولة المشاركة في هذه المواقع والاستفادة منها، (ج) سهولة تشكيل الجماعات الافتراضية وتحقيق المشاركة، وتبادل الخدمة أو الرأي أو الأفكار بين الأعضاء، (د) سهولة بناء الروابط للموضوعات ذات الاهتمام المشترك بمواقع أخرى، (هـ) استخدام وسائل النشر الفوري على الجماعات أو التشكيلات الاجتماعية.

ويعرفها (عباس مصطفي، ٢٠٠٨:١٠٠٨) بأنها مواقع تشبيك اجتماعي تجمع الأفراد ذوى الاهتمامات المشتركة ويتبادلون الأفكار والمعلومات ويتصلون مع بعضهم ويدردشون وينشرون الأخبار التي تهم مجتمعاتهم.

ويرى (جمال مختار، ٢٠٠٨: ٩) أن شبكات التواصل الاجتماعي هي مجموعة متنوعة من الطرق للتفاعل بين المستخدمين مثل المحادثة، والرسائل، البريد، الفيديو، المحادثة الصوتية، تبادل الملفات، مدونات، والمناقشات الاجتماعية، وهكذا، والأنواع الرئيسة لخدمات الشبكات الاجتماعية تتضمن صفة مشتركة من قبل بعض الفئات مثل طلاب في نفس الفصل الدراسي، وأشهر هذه الشبكات ماى سبيس Myspace، وفيس بوك Facebook.

وتعرفها (جيهان حسن، ٢٠١٤: ٤١) بأنها "مجموعة من المواقع نشأت بفضل تطور خدمات شبكة الإنترنت المتمثلة في الويب ٢،٠ والتي تعتمد على التفاعلية بين المستخدمين والاعتماد عليهم في وضع وتحديث وتوزيع المحتوى الخاص بهم في

الصفحات المنتشرة على الشبكة في المواقع المختلفة مثل فيس بوك، تويتر، يوتيوب، ماى سبيس وغيرها من المواقع، والتي جعلتهم يرتبطون سويا من خلال الصداقات المتاحة عليها ويتبادلون الأفكار والاهتمامات المشتركة بحرية وصراحة والتي أصبحت منافذ للتعبير عن الآراء في كافة الموضوعات وخاصة السياسية والتي تسهم بشكل كبير في الحراك داخل المجتمعات وتنمية الوعي السياسي".

ويعرفها (Mazman&Usluel:2009:404-408) بأنها "البرمجيات الاجتماعية التعاونية، وهي من التطبيقات التي تسمح بوجود مساحة مشتركة لتبادل الاهتمامات، والاحتياجات، والأهداف المشتركة وتبادل المعرفة والتفاعل والاتصال.

وتعرف شبكات التواصل الاجتماعي على أنها "مواقع إلكترونية تشكل مجتمعات افتراضية ضخمة على شبكة الويب تساعد أعضائها على التواصل والتفاعل مع بعضهم البعض وبالعالم من حولهم أينما كانوا وفي أي وقت، وتقدم مجموعة من الخدمات تمكنهم من التواصل المباشر كالمراسلة والمحادثة الفورية والاطلاع على ملفات الآخرين ومعرفة أخبارهم وإنشاء مجموعات أو صفحات خاصة، ومشاركة الآخرين في الأحداث والمناسبات، بالإضافة إلى مشاركة الوسائط كالصور والأفلام مع غيرهم (حمزة السيد،٢٠١٢: ١٤٢).

وهناك من يعرفها بأنها مساحات افتراضية على شبكة الإنترنت يستطيع المستخدمون من خلالها إنشاء صفحات شخصية واستخدام الأدوات الاتصالية المتنوعة للتفاعل والتواصل مع من يعرفونهم أو لا يعرفونهم (Amanda & Marry, 2007: 2).

وهكذا تعددت تعريفات شبكات التواصل الاجتماعي والتي تعبر عن نقلة حضارية في تاريخ الإنترنت، وذلك بما أتاحته من حرية في التدوين وتبادل الخبرات والاستفادة من خدماتها المتنوعة.

قضية إدمان شبكات التواصل الاجتماعي:

أكد خبراء نفسيون أن درجة الإقبال على مواقع التواصل الاجتماعي والتعلق بها خلقت ظاهرة جديدة وهي إدمان هذه المواقع، حيث لاحظوا أن الولع له أثار خطيرة على حياة الفرد، بحيث يفقده الصلة بالواقع المعاش ويؤثر على عمله وعلاقاته بالمحيطين به، الأمر الذي جعل البعض يحذرون مستخدمي فيس بوك من وجود بعض المخاطر. والمعلومات الشخصية التي ينشرها المشترك على الموقع تفقد طابعها الشخصي بمجرد نشرها على صفحته الشخصية (ليلى أحمد، ٢٠١٢ :٦٢-٦٣)، بالإضافة إلى أن بعض هذه الشبكات تتيح للمستخدمين ممارسة بعض الألعاب الإلكترونية وقد تصبح ممارسة هذه الألعاب إدمانا شديدًا يؤدي إلى ضياع وقت المستخدمين الذين يستمرون لمده شهور في ممارسة هذه الألعاب وبالتالي تتحول التسلية إلى إدمان ومن ثم تقضي على العلاقات الاجتماعية والمقابلات الشخصية، (Estrada:2010:222)، وهذا ما سبق وأشار إليه (حسام الدين محمود، ٢٠٠٣: ١١) منذ سنوات حيث دق ناقوس الخطر وكان من أوائل الرواد في الوطن العربى الذين اقتحموا هذا المجال وألقى الضوء حول ظاهرة إدمان الإنترنت والتي عرفها بأنها "متلازمة الاعتماد النفسي للمدوامة على ممارسة التعامل مع شبكة الإنترنت لفترات طويلة ومتزايدة .

لقد انقلب الأمر عند البعض من الشباب "إلى ضده" فبدلاً من الإيجابيات، بدأت تظهر السلبيات، وليس الخلل في الإنترنت، وإنما الخلل الحقيقي في بوصلة الشخصية التي تحقق الخير والنفع فأصبحوا مثلهم كمثل من يجرى في مكانه، ويبذل جهداً ويهدر وقتاً واهماً نفسه بالإنجاز، فإذا تلفت وجد نفسه في مكانه وكل أعراض الفشل تغمره فلا يفعل إلا مزيد من التوتر في إدمان الإنترنت، ويصبح في حلقة مفرغة من الهروب إلى هروب، وفى دوامة من فشل إلى فشل ، إنه فاقد الإرادة، وفاقد المعنى والقيمة لحياته ولإنجازاته وما يترتب عليها من قيمة وأهمية غير ناظر إلى مستقبل، ولا عابئ بحاضر (حسام الدين محمود ،٢٠٠٣: ٤٩).

شبكة الفيس بوك ومشاركة المناسبات والمشاعر الإنسانية :

بعد إضافة خاصية إلحاق (المشاعرFeelings) ضمن قائمة (فيم تفكر؟ What's on your mind) عبر فيس بوك أصبح الناس يعبرون عن مشاعرهم بطريقة أكبر من خلال كتابة أشعر بالحب» أو أشعر بالسعادة أو بالحزن أو بالاكتئاب أو المرض مصحوبة بكلمات أخري، كل ذلك أدي إلي زيادة الارتباط مع مواقع الشبكات الاجتماعية ومن ثم التعبير عن أنفسهم بشكل أكبر مما سبق، مما يزيد من المخاطر المتعلقة بإتاحة المعلومات الخاصة عن الأفراد، (Scholz:2013:32).

دوافع استخدام الفيس بوك

الحفاظ على العلاقات القائمة، (إرسال رسالة إلى صديق، ونشر رسالة على حائط صديق والبقاء على اتصال مع الأصدقاء أو الناس الذين يعرفهم المستخدم والحفاظ على علاقات قائمة مع أشخاص قد لا تحصل على فرصة لرويتهم في كثير من الأحيان، ومعرفة ما يقوم المعارف أو الأصدقاء بفعله الآن).

التعرف على أشخاص جدد (العثور على معلومات عن أشخاص آخرين، وتطوير علاقات رومانسية، والعثور على الرفقة، والتعرف على أصدقاء جدد).

استخدام فيس بوك شيء يدعو للسعادة والمرح.

تجعل الفرد أكثر شهرة (المسابقات لمن لديه أكبر عدد من الأصدقاء علي فيس بوك).

قضاء وقت الفراغ (لشغل الوقت، لتمرير الوقت عند الشعور بالملل، ولعب الألعاب أو التطبيقات الموجودة على فيس بوك).

تقديم نفسه والتعبير عنها (تحديث الصفحة الشخصية والحالة).

لأغراض التعلم والدراسة.

أداة إدارية مهمة (تخزين وتنظيم الصور ومعلومات الاتصال مثل عناوين البريد الإلكتروني وأرقام الهاتف وتواريخ الميلاد).

للنشاط الطلابي (يستخدم الطلاب فيس بوك لتقديم معلومات عامة وتثقيف الناخبين وكذلك تمكين الناخبين من الانضمام إلى مجموعات معينة للتعبير عن نيتهم التصويت لصالح مرشحين معينين في الانتخابات (Mazer:2009:175-193).

ومن الدوافع النفسية لاستخدام فيس بوك، استمرار تنمية القيمة الذاتية والحفاظ عليها، وتعزيز مفهوم الاندماج لدي الأقارب، والزملاء، والأصدقاء المقربين، والغرباء من أصحاب الاهتمامات المشتركة (ثريا البدوي، ٢٠١٥: ٤٧).

المساندة الاجتماعية Social Support

يعتبر الإنسان مخلوق كرمه الخالق عز وجل بأن جعله اجتماعي، فالإنسان مفطور على الاجتماع مع غيره والاتصال بهم عن طريق اللغة المنطوقة مع تبادل المنفعة بالمحيطين به بحيث يشبع حاجاته من خلال تبادل الأفكار والقيم والمشاعر.

"ويعد مفهوم المساندة الاجتماعية مفهوم حديث نسبيا، حيث تناولته العلوم الإنسانية وعلماء الاجتماع في إطار بحثهم للعلاقات الاجتماعية، فظهور مصطلح شبكة العلاقات الاجتماعية يمثل البداية الحقيقية لظهور مفهوم المساندة الاجتماعية. لأن إدراك الفرد وتقييمه لدرجة المساندة الاجتماعية تعتمد على إدراكه لشبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة به، والتي تمثل الأطر العامة التي تضم مصادر الدعم والثقة لأي شخص" (جيهان أحمد، ٢٠٠٢: ٥١).

والمساندة الاجتماعية هامة وضرورية لاستمرار الإنسان وبقائه، إذ يمكننا تشبيه المساندة الاجتماعية بالقلب، فكما أن القلب يضخ الدم إلى سائر أعضاء الجسم الأخرى وبالتالي فإن توقف عمل القلب يعنى نهاية حياة الإنسان، هكذا المساندة الاجتماعية فلولا وجود المساندة في حياة الأفراد وإدراكهم لها لما انتقل إليهم هذا الحب والقبول والتقدير والانتماء الذي يدعم حياتهم ويزيد من قوتهم لمواجهة ضغوط الحياة وصعابها (Greenglass:1993: 35).

تعريفات المساندة الاجتماعية :

رغم أن معظم الباحثتين يشتركون في الإحساس والمعنى العام للمساندة الاجتماعية، إلا أن تعريفاتها تنوعت بصورة واسعة، وتعددت تعريفات المساندة الاجتماعية تبعًا لاختلاف الزوايا التي تناولها الباحثتون بالدراسة، حيث يرى (vanglist:2009) أن هناك عدة مناظير لتعريف المساندة الاجتماعية وهي كالآتي:

المنظور الاجتماعي: ويركز هذا المنظور على الدرجة التي يندمج بها الأفراد في الجماعات الاجتماعية، ويركز الباحثتون في دراستها على عدد الروابط بين الناس في العلاقات الاجتماعية.

المنظور النفسي: يركز أصحاب هذا الاتجاه على تقييم نوع أو نوع أو مقدار الدعم الذي يتلقاه الأفراد من الشبكات الاجتماعية المحيطة به (المساندة المتلقاة) أو نوع الدعم الذي يعتقدون أنه متاح لهم (المساندة المدركة).

المنظور الاتصالاتي: يركز على التفاعلات التي تحدث بين مقدمي الخدمات والمستفيدين من الدعم، ويركز الباحثةون عادة على دراسة الاتصالات الداعمة وتقييم السلوكيات اللفظية وغير اللفظية التي تصدر عن الأفراد عندما يحاولون تقديم مساعدة لشخص ما.

ورغم اختلاف الزوايا التي يتناول من خلالها الباحثةون دراستهم لمفهوم المساندة الاجتماعية، هناك اتفاق على أهمية إدراك الفرد وشعوره بالمساندة التي تقدم له وتقييمه لتلك المساندة.

وفيما يلي عرض لبعض المفاهيم الخاصة بالمساندة الاجتماعية:

عرف Cobb المساندة الاجتماعية على أنها "المعلومات التي تجعل الفرد يعتقد أنه محبوب ومحل رعاية وتقدير، وأن له قيمة وينتمي إلى شبكة اتصالات اجتماعية وله التزام متبادل مع مجتمعه (عماد على، ١٩٨٨: ٥٤).

وهذا التعريف يشبه إلى حد ما تعريف "Moss السابق من حيث تركيزه على الجانب العاطفي للمساندة ولكنه ينفرد بالتركيز على أن المساندة عملية تبادلية تفاعلية بين الفرد والمجتمع أي يركز على الأخذ والعطاء المتبادل بين الفرد والمجتمع.

وبالنظر إلى هذا التعريف نجد أنه ركز على معظم جوانب المساندة الاجتماعية والتي تشمل المساندة العاطفية والمادية والعملية والنصيحة والمعلومات. ويقصد بالمساندة الاجتماعية تلك العلاقات القائمة بين الفرد وآخرين، والتي يدركها على أنها يمكن أن

تعاضده عندما يحتاج إليها، وللمساندة الاجتماعية دوران أساسيان في حياة الفرد؛ دور إنمائي، ودور وقائي، ففي الدور الإنمائي يكون الأفراد الذين لديهم علاقات اجتماعية يتبادلونها مع غيرهم ويدركون أن هذه العلاقات يوثق بها أفضل من ناحية الصحة النفسية عن غيرهم ممن يفتقدون هذه العلاقات في الدور الوقائي فإن المساندة الاجتماعية لها أثر مخفف لنتائج الأحداث، (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن، ١٩٩٤: ٤).

ويرى (Sarson:1983 :127) أن المساندة الاجتماعية تعني "مدى وجود أو توافر أشخاص يمكن للفرد أن يثق فيهم، ويعتقد أنهم في وسعهم أن يعتنوا به ويحبوه ويقفوا بجانبه عند الحاجة."

ويشير (Lepore:1994:247) إلى أن المساندة الاجتماعية هي الإمكانات الاجتماعية المتاحة للفرد التي يمكن أن يستخدمها في أوقات الضيق والتي تهدف إلى تدعيم صحة ورفاهية متلقي المساندة.

وقد عرف (كمال مرسي، ٢٠٠٠: ١٩٦) المساندة الاجتماعية بأنها مساعدة الإنسان لأخيه الإنسان في المواقف التي يحتاج فيها للمساعدة والمؤازرة سواء كانت مواقف سراء أو مواقف ضراء، أما (معتز عبد الله، ٢٠٠١: ١٠٣) فقد أشار إلى أن المساندة الاجتماعية هي الاعتقاد بوجود بعض الأشخاص الذين يمكن أن يثق بهم الفرد بحيث يدرك أنهم يحبونه ويقدرونه ومن ثم يشعر أنه يمكنه أن يلجأ إليهم ويعتمد عليهم عند الحاجة إليهم.

بينما ترى (بشرى أرنوط، ٢٠٠٧: ٨٩) أن المساندة الاجتماعية هي تلك المعلومات التي تجعل الفرد يعتقد أنه محل اهتمام وتقدير واحترام من قبل الأفراد المحيطة بهم، كذلك يشعرونه بأنه عضو في شبكة الاتصال داخل المجتمع الذي ينتمي إليه الفرد.

وعرف (عزت عبد الحميد،١٩٩٦: ١٨) المساندة الاجتماعية بأنها "درجة شعور الفرد بتوافر المشاركة العاطفية، والمساندة المادية والعملية من جانب الآخرين مثل (الأسرة، والأقارب، والأصدقاء، وزملاء العمل، ورؤساء العمل)، وكذلك وجود من يزودونه بالنصيحة والإرشاد من هؤلاء الأفراد، ويكون معهم علاقات اجتماعية عميقة، وتساوي هذه الدرجة مجموع استجابات الأفراد على مقياس المساندة الاجتماعية".

وعرف علي عبد السلام (٢٠٠٤) المساندة الاجتماعية بأنها "السند العاطفي الذي يستمده الفرد من أسرته والتي تساعده على التفاعل الإيجابي مع الأحداث الضاغطة ومتطلبات البيئة المحيطة به".

ومن خلال عرض هذه التعريفات للعديد من الباحثةين والعلماء نجد أن دراسة المساندة الاجتماعية تنطوي على صعوبة تحديد معنى لهذا المصطلح، وأيضا وجود تعدد واختلاف في وجهات النظر لهذا المفهوم، ويرجع هذا التعدد إلى اختلاف في التوجهات النظرية لدراسة المساندة الاجتماعية، وتشير أيضا هذه التعريفات إلى أنه مهما كان الأساس أو الإطار النظري الذي ينطلق منه اصطلاح المساندة الاجتماعية، فإن معظم هذه التعريفات تتضمن مكونين رئيسين هما:

الأول: إدراك الفرد بوجود عدد كافي من الأفراد في شبكة العلاقات الاجتماعية التي ينتمي إليها يمدونه بكافة أشكال الدعم المادي، والمعرفي، والوجداني، والسلوكي التي تساعده في تخفيف الآثار النفسية السلبية في علاقته مع أحداث الحياة الضاغطة.

الثاني: رضا الفرد عن مصادر المساندة الاجتماعية، وإحساسه بمدى كفايتها في مواجهة كافة مصادر الضغوط اليومية المتعددة (علي عبد السلام، ٢٠٠٥: ١٣).

تعقيب على تعريفات الباحثتين للمساندة الاجتماعية:

يمكن استخلاص بعض الملاحظات من خلال تعريفات الباحثتين للمساندة الاجتماعية:

تتضمن المساندة توافر شبكة من العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد تسانده وتدعمه في مختلف المواقف.

لا تقتصر أهمية المساندة على وقت الشدة فقط بل إن المساندة في وقت الرخاء تشعر الفرد بالأمان وتجعله أصح بدنيًا ونفسيًا.

تخفف المساندة الاجتماعية من أحداث الحياة الضاغطة وتمكن الفرد من التعامل معها بكفاءة وفاعلية.

يمكن أن تقدم المساندة في شكل وجداني أو تقديري أو معلوماتي أو مادي.

ركزت أغلب التعريفات المعروضة على المساندة الاجتماعية من جانب الأسرة والأصدقاء مما جعل الباحثة تتناول المساندة الاجتماعية من قبل هذين المصدرين.

وتعرف الباحثة المساندة الاجتماعية تعريفًا إجرائيًا بأنها، ما يحتاج إليه الشاب الجامعي في حياته من دعم ومساندة وتعزيز من أصدقائه وأسرته، ويمكنه الرجوع إليهم وقت الحاجة، سواء كانت هذه المساندة عاطفية أو معلوماتية أو تقديرية أو أدائية.

وظائف المساندة الاجتماعية :

وتنهض المساندة الاجتماعية بعدة وظائف، يمكن إيجازها في الفئات الست التالية:

المساعدة المادية Material Aid، وتتمثل في الدعم المادي والأشياء الملموسة.

المساعدة السلوكية Behavioral Assistance، وتظهر في تقديم العون في المواقف المختلفة التي يتعرض لها المتلقي للمساندة، وتنمية المشاعر الإيجابية السارة.

التفاعل الحميم Intimate Interaction، ويسوده إظهار المودة، ودعم الثقة بالنفس، والقيام بأدوار اجتماعية مشتركة، ودعم مشاعر الانتماء داخل البيئة المحيطة.

التوجيه والإرشاد Guidance، ويظهر في تقديم النصيحة، وطلب المشورة في بعض الأمور التي يحتاجها متلقي المساندة، والحماية من الوقوع في الأخطاء.

التغذية الراجعة: Feedback، وتتمثل في الاتفاق في وجهات النظر في كافة الأمور التي يتم التشاور فيها للوصول إلى أراء وأحكام شخصية متفق عليها بين الأفراد.

التفاعل الاجتماعي الإيجابي Positive Social Interaction ويظهر في تعزيز الرغبة في الارتباط بالآخرين، ودعم المشاركة الاجتماعية مع البيئة المحيطة، والمشاركة في الميول والاهتمامات الشخصية. (Buunk & Hoorens: 1992: 397)

وتنقسم وظائف المساندة الاجتماعية إلى قسمين رئيسين هما: وظائف مساندة الحفاظ على الصحة الجسمية، والنفسية، والعقلية ووظائف تخفيف أو وقاية من الآثار النفسية السلبية لأحداث الحياة الضاغطة.

أنواع المساندة الاجتماعية :

هناك أنواع مختلفة لشبكات المساندة الاجتماعية فهي إما تكون معنوية يعطيها لنا الآخرون مثل تلقي رسالة من شخص نثق فيه، أو أن تكون مساندة مادية مثل

تقديم بعض المساعدات المادية من نقود وتوفير أماكن إقامة..الخ، أو أن تكون عملية مثل تقديم توصيات أو معلومات.

النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية :

يأتي التفسير المحتمل لميكانيزم المساندة الاجتماعية في نظرية Bowlby لسلوك التعلق وافترض "بولبي" أن الأفراد الذين يقيمون علاقات وروابط تعلق صحية مع الآخرين يكونون أكثر أمنًا واعتمادًا على أنفسهم من أولئك الذين يفتقدون مثل هذه الروابط، وحينما تعاق قدرة الفرد على إقامة علاقات وروابط صحية مع الآخرين يصبح عرضه للعديد من المخاطر والأضرار البيئية التي تؤدي لعزلته عن الآخرين، (علي عبد السلام، ٢٠٠٥: ٥٢).

ولقد حدد كل من Sarson & Pierce خمسة اتجاهات نظرية بارزة لدراسة المساندة الاجتماعية وتفسيرها هي:

أولًا- النظرية البنائية The Structural Theory

يشير (Kaplan,et al:1993:75) إلى أن علماء المدرسة البنائية ركزوا على تدعيم بناء شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد، لزيادة حجمها وتعدد مصادرها وتوسيع مجالاتها لتوظيفها في خدمة الفرد، ولمساندته في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، ووقايته من أي آثار نفسية سلبية يواجهها في البيئة المحيطة.

ثانيًا- النظرية الوظيفية The Functional Theory

يشير كل من (Duck &Silver:1995 :31) إلى أن المساندة الاجتماعية هي تلك المعلومات التي تؤدي لاعتقاد الفرد بأنه محبوب من المحيطين به، وأنه محاط بالرعاية من الآخرين وبالانتماء إلى شبكة العلاقات الاجتماعية في البيئة المحيطة،

ويحس بالتقدير والاحترام من مصادر المساندة الاجتماعية القريبة منه، ويحس أيضا بواجباته والتزاماته الاجتماعية مع المحيطين به، ولقد وجه الباحثتان Duck &Silver بعض الانتقادات إلى النظرية الوظيفية من أهمها:

فشل الباحثتين في تحديد أي أنواع المساندة الاجتماعية يكون مفيدًا للأفراد الذين يمرون بأحداث ضاغطة، مثالًا على ذلك إذا فقد شخص وظيفته، فهل هو بحاجة إلى قرض مالي، أم أنه يحتاج إلى صديق يخفف عنه الحدث الضاغط.

لم يصل علماء هذه النظرية إلى تحديد أنواع ومصادر المساندة، وملائمتها للمواقف الضاغطة التي يمر بها الفرد في حياته اليومية، وأيضا تقديمها في الأوقات التي يحتاج إليها المتلقي حتى لا تمثل عبئا عليه، أو تسبب له الكثير من المشكلات النفسية.

لم يدرج علماء هذه النظرية مفهوم "المدلول الشخصي" الذي يقوم على تفسير الفرد لأفعال واستجابات المساندة الاجتماعية لمعرفة قدرة الفرد على التوافق مع أحداث الحياة الضاغطة، وأساليب مواجهة هذه الأحداث لتخفيف الآثار النفسية السلبية لها.

ثالثًا- النظرية الكلية The General Theory

تؤكد هذه النظرية على أن المساندة تؤدي دورًا مهما للفرد وخاصة في المواقف الصعبة التي يمر بها، وتركز كذلك على الخصائص الشخصية التي يمكن أن تؤثر في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد، والخاضعة للمواقف الاجتماعية التي يواجهها في حياته اليومية، وتهتم هذه النظرية أيضا بقياس الإدراك الكلي لمصادر المساندة المتاحة للفرد ودرجة رضاه عن هذه المصادر(علي عبد السلام، ٢٠٠٥: ٥٥-٥٦).

رابعًا- نظرية التبادل الاجتماعي Social Exchange Theory

تعتبر هذه النظرية هي الخط الثاني لعلم النفس الاجتماعي، حيث تشير إلى أن العلاقات بين الأفراد تعتمد على تبادل المنافع التي تقدم للفرد بحيث يتوقع أن يتلقاها الفرد عند الحاجة إليها. فقد أشار (Sarafino: 1999: 122) بأن هناك عده مفاهيم ترتبط بهذه النظرية ومن أبرزها ما يلي:

الإثابة: هي أي نشاط يقوم به أحد أطراف المساندة وذلك لإشباع حاجة الطرف الآخر بحيث تتحدد قدرة الفرد على الإثابة من خلال قدرته على توصيل الإثابات للطرف الآخر مباشرة، أو من خلال إتاحة الفرصة له للوصول إلى تلك الإثابات من الآخرين كما تشمل هذه الإثابات أيضا التقليل من الأفعال التي تقلل من التأثيرات السلبية التي يخشاها الطرف الآخر أو ينفر منها.

التكلفة: وتشمل الآثار المادية والنفسية التي يتحملها كل طرف من جراء دخوله في علاقة اجتماعية سلبية ومن بينها الإجهاد النفسي أو العقاب أو الحرمان من كل الإثابات والتي بمقدور الفرد الحصول عليها.

الموارد: وتشير إلى الخصال التي يتصف بها الفرد وتمكنه من التحكم في الإثابة والعقاب لفرد آخر بحيث تشمل المهارات والخبرات والسمات الشخصية.

خامسا- نظرية التعلق الوجداني Emotional Attachment Theory

تعد هذه النظرية من النظريات التي تهتم بالتطبيقات الإكلينيكية في مجال علاج الاضطرابات الانفعالية، وبناءًا على هذه النظرية نجد أن الإنسان يُقبل على البحث عن مختلف أشكال التعلق المقدمة من الآخرين (Lepoz,F:1995:395).

سادساً- تأثيرات المساندة الاجتماعية على المتلقي

نظرًا لأن المساندة الاجتماعية تعتبر جانبًا إيجابيا للتفاعل الاجتماعي فمن المفترض أن يكون تأثيرها إيجابيا على المتلقي، إلا أنه يمكن تلخيص تأثيرات موارد المساندة الاجتماعية المحتملة على المتلقي وتتضمن هذه التأثيرات تأثيرات سلبية بالإضافة إلى التأثيرات الايجابية وأن هذه التأثيرات تنقسم إلى قسمين: تأثيرات طويلة المدى وأخرى فورية مباشرة (Shumaker&Brownell:1984:11-36) وتتضمن هذه التأثيرات بعض المظاهر الإيجابية، ويرمز لها بعلامة (+)، والبعض الآخر مظاهر سلبية ويرمز لها بعلامة (-).

أدوار المساندة الاجتماعية :

تتعدد الأدوار التي تؤديها المساندة الاجتماعية ويمكن تركيز هذه الأدوار في دورين رئيسين، هما دور نمائي ودور وقائي.

[١] الدور النمائي

يتمثل في أن الأفراد الذين لديهم علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين، ويدركون أن هذه العلاقات موضع ثقة يسير ارتقاؤهم في اتجاه السواء، ويكونون أفضل بالتمتع بالصحة النفسية من الآخرين الذين يفقدون هذه العلاقات (علي عبد السلام، ٢٠٠٥ :٧).

[٢] الدور الوقائي

وتؤدي المساندة دورًا وقائيًا من خلال تحذير الأفراد قبل حدوث الحدث مما يجعلهم قادرين على الاستعداد له أو تجنبه أحيانا، وأيضًا عن طريق تقديم دعم وتشجيع للأفراد على احترام ذاتهم مما يجعلهم يشعروا بثقة أكبر عندما تحدث المواقف الضاغطة، (Vanglist:2009:46-47).

مصادر المساندة الاجتماعية :

[١] الأسرة

تعتبر الأسرة إحدى مؤسسات التنشئة الاجتماعية والخلية الأولى التي يشبع فيها الطفل حاجاته ورغباته والفرد الذي يعيش في أسرة يفتقد فيها رعاية أحد الوالدين أو كليهما يعاني من سوء التوافق الشخصي والاجتماعي (عفاف دانيال، ١٩٩٧: ١٧-١٨) ومما لاشك فيه فإن الأسرة المفككة المتصدعة الخالية من التواصل الإنساني تؤدي إلى اختلال في شخصية أطفالها وإلى انخفاض في اعتبار الذات وشعور باليأس وبنظرة متشائمة إلى الحياة وإلى المستقبل (جمال مختار، ١٩٩٦: ١٤٦)، ويدعم ما سبق (أحمد السيد ،١٩٩٠: ١٧) أن الأسرة لها دور مهم وفعال في إكساب الطفل خبراته الأولى وفي تكوين شخصيته مستقبلا وفي تقديره لذاته حيث تعود جذور معظم المشاكل النفسية للبالغين إلى سنوات عمرهم الأولى.

ويؤكد (عماد مخيمر، ١٩٩٧: ١٠٨) أن مصادر المساندة تختلف باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد، ففي مرحلة الطفولة تكون المساندة متمثلة في الأسرة (الأم، الأب، الأشقاء) وفي مرحلة المراهقة تتمثل المساندة في الرفاق والأسرة، وفي مرحلة الرشد تتمثل المساندة في الزوجة أو الزوج وكذلك علاقات العمل والأبناء.

ويتضح مما سبق أن الأسرة عامل مشترك وأساسي في كل مراحل العمر، وتعتبر الأكثر أهمية في حياة الفرد خاصة في مراحل العمر المبكرة.

[٢] الأصدقاء

يعرف (Rubin et,al:1994:431) جماعة الأصدقاء أو الأقران بأنهم الأفراد المتشابهون في بعض الجوانب مثل المهارة، والمستوى التعليمي، والسن، والوضع

الاقتصادي، ويتفق آخرون على أن دور الأصدقاء في المساندة يتلازم مع دور الأسرة.

بينما يرى بيريس وآخرون (١٩٩١) في دراساتهم للمساندة الاجتماعية لدى طلاب وطالبات الجامعة، وحيث كانت العينة (٢١٠)، أن هناك علاقة ارتباط عكسية بين الشعور بالوحدة النفعية والمساندة الاجتماعية من الأب والأم والصديق، كما بينت هذه الدراسة أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها أفراد العينة من الصديق أقوى بكثير من المساندة التي يتلقونها من الأب والأم (فهد بن عبد الله ١٩٩٧: ٣٤-٣٥).

وهذا ما تؤكده (ممدوحة سلامة،١٩٩١: ١٤٥) حيث أن جماعة الأقران ذات أهمية كبيرة للمراهق، وذلك نتيجة لما تتيحه من حرية التعبير عن انفعالات الخوف والغضب، ومشاعر الشك وبما تهيئه من اطمئنان ينشأ عن وعي المراهق بأن الآخرين لديهم نفس المخاوف والشكوك والآمال، وهذه الأمور قد لا يحققها داخل أسرته.

المساندة الاجتماعية في الإسلام :

إن الإنسان المسلم لدية إحساس بأن الله معه في السراء والضراء يُمسّك بزمام مقدرات حياته، فيشعر بالأمان ويسعد بهذا السند، ولا يخاف ولا يفزع إذا مسه الضُر، فيلجأ إلى الله طالباً العون والمدد وكشف الضُر عنه وهو واثقُ أن الله لن يُضيعه أبداً، فيهدأ ويطمئن فؤاده ولا يقع فريسة للأمراض النفسية والبدنية، فالإحساس بالسند الإلهي يجعل المسلم يشعر بالاطمئنان بحماية الخالق له في كافة مراحل نموه، وفي جميع مواقف حياته وفي كافة أوقاته، فيؤدي به ذلك الإحساس إلي ثقة في الصدر ونور القلب ويقين في الروح بأن الله معه (بلقيس داغستانى، ٢٠٠١: ٢٥).

أن القرآن الكريم يزخر بالآيات التي تدعو الناس إلى التعاون وتبادل المنافع وإقامة علاقات حسنة مع الآخرين مما يندرج تحت الدعوة إلى مساندة الناس ليعضهم البعض اجتماعياً، يقول الله تعالى ﴿وَتَعَاوَنُواْ عَلَى الْبرِّ وَالتَّقْوَى﴾ [المائدة: ٢].

ويمتد الأمر بالعلاقات الحسنة والبر والإحسان ليشمل القريب والغريب ومصداقاً لقول تعالى: ﴿وَاعْبُدُواْ اللّهَ وَلاَ تُشْرِكُواْ بِهِ شَيْئاً وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً وَبِذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَى وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ إِنَّ اللّهَ لاَ يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالاً فخورا﴾. [النساء:٣٦].

كما ورد معنى المعاضدة من معاني المساندة استجابة من الله عز وجل لطلب سيدنا موسى – عليه السلام– من ربه أن يرسل معه أخاه هارون ليكون لسانه وعونًا له ويقويه على مواجهة المواقف الصعبة أثناء دعوته فرعون وبنى إسرائيل للأيمان بالله، فيقول الله تعالى على لسان سيدنا موسى عليه السلام في قوله تعالى: ﴿وَأَخِي هارُونُ هُوَ أَفْصَحُ مِنِّي لِسانًا فَأَرْسِلْهُ مَعِي رِدْءًا يُصَدِّقُنِي إِنِّي أَخافُ أَنْ يُكَذِّبُونِ* قالَ سَنَشُدُّ عَضُدَكَ بِأَخِيكَ وَنَجْعَلُ لَكُما سُلْطانًا فَلا يَصِلُونَ إِلَيْكُما بِنا أَنْتُما وَمَنِ اتَّبَعَكُمَا الْغالِبُونَ﴾. [القصص: ٣٤،٣٥].

وتزخر سنة الرسول ﷺ بالكثير مما يعلم المسلمين أصول المساندة، فعن أبى هريرة – رضي الله عنه– عن النبي ﷺ قال: «مَنْ نَفَّسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرَبِ الدُّنْيا نَفَّسَ اللهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرَبِ يَوْمِ القِيامَة، ومَنْ يَسَّرَ عَلى مُعْسِرٍ يَسَّرَ اللهُ عَلَيْهِ في الدُّنْيا والآخِرَةِ ومَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللهُ في الدُّنْيا والآخِرَةِ واللهُ في عَوْنِ العَبْدِ ما كانَ العَبْدُ في عَوْنِ أَخِيهِ» [رواه مسلم].

كما يدعو الإسلام أبناءه إلى عقد علاقات متينة وراسخة بينهم كأنهم كتلة واحدة متساندة، عن أبى موسى رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضًا» متفق عليه. وهكذا نجد أن الإسلام قد وضع القاعدة والأساس التي توضح أصول المساندة الاجتماعية.

وتشتمل شبكات التواصل الاجتماعي على مجموعة من الأفراد يرتبطون معًا بعلاقات متعددة مثل الصداقة والاهتمامات والأفكار المشتركة فهي تلك العلاقات التي يعتبرها الأفراد مهمة ووثيقة الصلة بهم بطريقة أو بأخرى، حيث أن التفاعل الاجتماعي أمر بالغ الأهمية لأي إنسان حيث يساعد على نمو شخصيته بطريقة سوية نفسيًا واجتماعيًا، ومع تطور استخدامات وسائل التواصل الاجتماعي وزيادة الاعتماد عليها للقيام بوظائف والحصول على المعلومات ونقل المعرفة والتعلم، وزاد على هذا الحصول على الدعم والمساندة التى يفتقدها الشباب في الواقع الفعلي مما دفعهم لهذه الشبكات الافتراضية للحصول على الدعم ويلجأ الشباب إلى فيس بوك على وجه التحديد للحصول على المساندة لما يحويه من مناقشات ومجموعات يسهل الوصول إليها، حيث أن أكثر مستخدمي هذا الموقع من الشباب وطلبة الجامعة والمراحل الدراسية المختلفة الذين يسعون إلى التعارف وتكوين المجموعات التي تعبر عن آرائهم في الحياة.

"ولقد أصبح موقع فيس بوك الموضوع الأكثر شعبية وإثارة للجدل هذه الأيام، وصار علامة على العصر، ومجتمعًا داخل المجتمع، بل ودولة داخل الدولة، تدور على صفحاته كل أنواع الحوار، وفي شتى المجالات؛ السياسة والدين والاجتماع والفن والرياضة والأدب الساخر، ولكنها جميعًا تدور بلغة مختلفة تعبر عن جيل جديد ينظر

للكتابة بشكل مختلف؛ حيث الكل يمكن أن يكتب، والجميع يبحث لنفسه عن نافذة تخصه يدعو فيها إلى أفكاره أيًا كانت ويتقرب لمن يريد مهما كان بعيدًا عنه. هنا حوار مفتوح بين شباب يتزايدون بالآلاف كل يوم حول قضاياهم المشتركة والمواضيع التي تهمهم، مجموعات تتكون وأخرى تنفض، أفكار وموضوعات للنقاش تتغير في ثوانٍ وأخرى يتراكم أعضاؤها بصورة هائلة "(محمد على، ٢٠٠٨: ٩).

وترى الباحثة أن فيس بوك أصبح بمثابة "الغاية المنشودة" التي تجعل الآلاف يوميًا يقبلون على الموقع، ونشر كل ما يخطر على بالهم ولا يخطر على بالنا وذلك لأن العالم الافتراضي ذاته أكثر خيالًا بما يضم ويحوى وأوسع أفقا مما نتوقعه.

وعلى الرغم من أن شبكات التواصل الاجتماعي أضافت مصدراً من مصادر المساندة الاجتماعية بكافة أبعادها، إلا أنه يمكن أن يتحول المستخدم لهذه الشبكات إلى مدمن لها "فكل المثيرات حولنا يمكن أن تكون موضوعا للإدمان، أو موضوعا لأي شكل آخر من أشكال الاضطرابات مما يشير إلى أن الاضطرابات يكون مبدأها ومنتهاها هو الإنسان الذي هو بمثابة مربط الفرس او محور كل عمليات الاضطراب والخلل التي من بينها العملية الإدمانية" (حسام الدين محمود، ٢٠٠٣: ٩).

"بالرغم مما تنطوى عليه الإنترنت من مميزات وفوائد وجوانب ايجابية متعددة (خاصة تلك التى تتعلق بالأمور البيئية والتربوية، والمعرفية، والترويحية، والخدماتية، ... الخ) إلا أنها شأن كل الإبداعات والمخترعات البشرية ، تنطوي أيضا على بعض المآخذ والجوانب السلبية المتعددة ، ويأتى فى مقدمة هذه السلبيات تلك المشكلة التي أصطلح على تسميتها "إدمان الإنترنت" Internet Addiction والتي تمثل نوعا جديدا من الإدمانات حيث يصبح الشخص المريض بهذا الإدمان أسيرا ومكبلاً في عالم آخر

مواز للعالم الواقعي الفعلي، ذلك هو عالم الإنترنت أو ما يسمى بالواقع الافتراضي Virtual or Hypothetical Reality والذي يتيح للإنسان أن يهرب إليه عندما يعجز عن مواجهة إحباطات الواقع الحقيقي أو الفعلي، وهى نفس العملية السيكولوجية التي تحدث في الإدمانات الأخرى كإدمان المخدرات أو الكحوليات، ومن ثم يصبح المتوقع والطبيعي أن ينجم عن هذا النوع الجديد نفس المشكلات والأخطار والاضطرابات السلوكية التي تنجم عن غيره من الإدمانات" (حسام الدين محمود، ٢٠٠١: ٢٨٣).

منهجية الدراسة :

تنطلق الرؤية العلمية تجاه أية مشكلة يعانيها أي مجتمع من واقع المنهج العلمي القائم على الدراسة والتحليل لجميع المتغيرات المرتبطة بالمشكلة من حيث واقعها وأسبابها والعوامل المحددة لها، ولا يجب إطلاق أحكام أو افتراضات أو تخمينات ذاتية حول المشكلة أو المشكلات التي يواجهها المجتمع دون الاستناد إلى المنهج العلمي والوقائع العلمية؛ ومن هذا المنطلق ولكون البحث الحالي يهدف إلى الكشف عن ديناميات التفاعل عبر شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي رأت الباحثة الأخذ بالمزاوجة بين كل من المنهج الكلينيكي والمنهج الوصفي السيكومتري لإجراء هذا البحث؛ لكونهما المنهجين المناسبين لطبيعة الدراسة.

ويأتي اختيار الباحثة للمنهجين المستخدمين إيماناً منها "بالنزعة الكلينيكية المسلحة"، والتي أرسى دعائمها السيكولوجي الفرنسي البارز "دانييل لاجاش"، تلك النزعة التي ترى أن دراسة شخصية من الشخصيات مهمة ليس لها نهاية، ولا يمكن أن تكتمل من

الناحية النظرية وحدها، ومن ناحية أخرى فليس ثمة مقياس ولا بطارية من المقاييس تستطيع أن تتيح معرفة كافية عن الشخصية، ومن ثم كانت المزاوجة بين المنهج الوصفى والمنهج الكلينيكى أمراً تحتمه طبيعة الظاهرة الإنسانية البالغة التعقيد، ولا جِدال أن (لاجاش) كان موفقاً في إسقاطه للتنافس الظاهري بين كل من المنهجين التجريبي والكلينيكي، وكان أكثر توفيقاً في انتهائه من ذلك إلى إرساء القاعدة الخطيرة التي بمقتضاها أسقط التنافس المصطنع بين النزعتين الطبيعية والإنسانية في علم النفس، وأسقط معها منطق (الطوطم) و(التابو)، ذلك الذي يجعل أحد المنهجين طوطماً (مقدساً) والآخر تابو (محرماً)، فانتهى الأمر بالتجريبي المتزمت أن يضع أريكة في معمله، وبالكلينيكي أن يتسلح بالمقاييس والاختبارات، مما تمخض عنه ما يعرف بالكلينيكية المسلحة (المدعمة بالمقاييس) (حسام الدين محمود عزب، ١٩٧٤: ١٠٧ – ١٠٨)

ولم تنبثق المقاييس جاهزة من مخ عبقري لصنائعي نفسي بل إنها النتيجة التي ينتهي إليها ويتبلور عنها جهد مضن ليس فحسب من القياس والإحصاء، وإنما – أيضاً – من الاستطلاع والمحاولة، وباختصار من الملاحظة الكلينيكية، وإذا كان المقياس في الحقيقة يمثل – غالباً – جملة من الملاحظات الكلينيكية الشديدة التركيز، فإننا لا ندرى علة هذا النفور الذي تثيره المقاييس عند بعض الكلينيكيين، اللهم إلا أن ندخل في اعتبارنا تمركزاً ذاتياً يحد من تفتح أذهانهم، ومن امتداد معارفهم؛ فالقياس بالنسبة للكلينيكى ليس أداة قياس وتحقيق فقط، بل هو –أيضاً – منشط للاستجابات وكاشف لها. (دانييل لاجاش، ١٩٨٦: ٢٩ – ٣١)

١) عينة الدراسة Sample of the Study :

تكونت عينة الدراسة السيكومترية من (١٠٠) طالب من بعض الفرق والشعب الدراسية العلمية والأدبية ، وتراوحت أعمارهم من (١٨ – ٢٢) سنة؛ و مبررات اختيار الشباب الجامعي عينة للدراسة:

كون شريحة الشباب الجامعي من أكبر شرائح المجتمع السعودي.

تأكيد معظم الدراسات أن طلاب الجامعات هم الفئة الأكثر استخداماً لشبكات التواصل الاجتماعي.

كون الشباب الجامعي أكثر قدرة على التعامل مع التكنولوجية الحديثة من الفضائيات والمواقع الإلكترونية التي تحتاج إلى قدرات خاصة في التعامل مع الحاسبات.

وجود الرغبة لدى الشباب الجامعي السعودي في التواصل مع كل جديد، وحرصه على التفاعل معه.

لأن هذه الفئة العمرية التي تبدأ من مرحلة التكوين إلى مرحلة النضوج تتميز بطابع الخصوصية التي تتمثل في تمييز هذه الشريحة بوصفها أكثر الشرائح الاجتماعية استخداماً لشبكات التواصل الاجتماعي والأكثر إسهاماً في المضامين التي يتبادلونها مع زملائهم وأصدقائهم ومعارفهم.

٢) أدوات الدراسة Tools of the Study:

مقياس المساندة الاجتماعية الافتراضية. (إعداد: الباحثة)

الهدف من المقياس:

يهدف المقياس إلى قياس المساندة الاجتماعية الفعلية التي يدركها الشباب الجامعي من أسرهم ومن أصدقائهم.

وصف المقياس:

قامت الباحثة بوضع تعريف إجرائي للمساندة الاجتماعية الفعلية، فعرفته بأنه: "الدعم الفعلي الذي يدركه الشباب في المرحلة الجامعية من أسرتهم والمحيطين بهم سواء كان هذا الدعم عاطفياً أو معلوماتياً أو مالياً أو اجتماعياً"، ومن خلال هذا قامت الباحثة بوضع أبعاد فرعية، وتعريفاتها الإجرائية لبناء مقياس المساندة الاجتماعية الفعلية، وهي:

البُعد الأول: بعد المساندة الاجتماعية الفعلية المدركة من الأسرة.

البُعد الثانى: بعد المساندة الاجتماعية الفعلية المدركة من الأصدقاء.

ويندرج تحت كل بُعد أربعة أبعاد فرعية، وهي:

البُعد الأول: بُعد المساندة الاجتماعية الفعلية المدركة من الأسرة:

وقد عرفه الباحثة إجرائياً بأنه:"ما يحتاج إليه الشاب الجامعي في حياته من دعم ومساندة وتعزيز الأسرة التي يمكنه الرجوع إليها وقت الحاجة، سواء كانت هذه المساندة عاطفية أو معلوماتية أو تقديرية أو أدائية، ويندرج تحت هذا البُعد أربعة أبعاد فرعية، وهي كالآتي:

أولاً: المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأسرة

ويعرفها الباحثة بأنها: "المساندة التي تعزز الشعور بالثقة والقبول والتعاطف والاحترام وتؤدي إلى إحساس الشاب بالاستقرار والراحة النفسية"، ويتكون هذا البُعد من (١٠) عبارات.

ثانياً: المساندة المعلوماتية الفعلية المدركة من الأسرة

ويعرفها الباحثة بأنها: "المساندة التي تظهر في إمداد الشاب بالمعلومات التي تفيده في حل مشكلة صعبة يواجهها في حياته اليومية، مما يساعده على مواصلة النجاح

وتحمل الفشل والإحباط أو من خلال إسداء النصح له أو توجيهه وإرشاده"، ويتكون هذا البُعد من (٨) عبارات.

ثالثاً: المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأسرة

وتعرفها الباحثة بأنها: "المساندة التي تقدم أشكالاً مختلفة من المعلومات لمساعدة الشاب على إحساسه بأنه مقبول من الآخرين، مما يعطيه الإحساس بالقيمة الشخصية، وتتضح في التشجيع والتأييد لآرائه وكذلك في كلمات التهاني والمواساة في المناسبات المختلفة"، ويتكون هذا البُعد من (٨) عبارات.

رابعاً: المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأسرة

ويعرفها الباحثة بأنها: "المساندة التي تتمثل في تقديم المساعدات المالية والخدمات العينية لتخفيف أعباء الحياة"، ويتكون هذا البُعد من (٦) عبارات.

البُعد الثاني: المساندة الاجتماعية الفعلية المدركة من الأصدقاء:

وضعت الباحثة تعريفاً إجرائياً لهذا البعد، فعرفته بأنه: "ما يحتاج إليه الشاب الجامعي في حياته من دعم ومساندة وتعزيز أصدقائه الذين يمكنه الرجوع إليهم وقت الحاجة، سواء كانت هذه المساندة عاطفية أو معلوماتية أو تقديرية أو أدائية".

ويندرج تحت هذا البُعد أربعة أبعاد فرعية، وهي كالآتي:

أولاً: المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأصدقاء، ويتكون هذا البُعد من (٥) عبارات. Actual perceived Emotional Support From Friends

ثانياً: المساندة المعلوماتية الفعلية المدركة من الأصدقاء، ويتكون هذا البُعد من (٥) عبارات. Actual perceived Informational Support From Friends

ثالثاً: المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأصدقاء، ويتكون هذا البُعد من (٥) عبارات. Actual perceived Esteem Support From Friends

رابعاً: المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأصدقاء، ويتكون هذا البُعد من (٣) عبارات. Actual Perceived Instrumental Support from Friends

ثالثاً: خطوات بناء المقياس:

أجرت الباحثة مسحاً لبعض المقاييس المتاحة في البيئة العربية والأجنبية التي تقيس المساندة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي، ثم قامت الباحثة بتحليل المقاييس التي استخدم في الدراسات السابقة؛ وذلك للوقوف على النواحي الفنية في إعداد المقياس مع محاولة استخلاص الفقرات والمكونات التي أجمعت عليها هذه الدراسات باعتبارها أبعاداً مؤثرة في المساندة، ويمكن عرض المقاييس التي استعانت بها الباحثة في الجدول التالي:

مبررات إعداد مقياس المساندة الاجتماعية الفعلية:

خلص الباحثة بعد الاطلاع على المقاييس السابقة إلى ضرورة إعداد مقياس المساندة الاجتماعية الفعلية للشباب الجامعي؛ للاعتبارات الآتية:

عدم تناسب المقاييس السابقة مع عينة الدراسة، فبعضها خاص بمرضى السرطان ومرضى السكر والمكفوفين بصرياً، والبعض الآخر خاص بالأمهات الجدد والموهوبين ابتكارياً، وهو ما لا يتناسب مع عينة الدراسة – وهي مرحلة الشباب – حيث إن لكل مرحلة من مراحل النمو خصائصها التي تميزها.

معظم الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة غير ملائمة من حيث طول العبارة نفسها؛ إذ إن التعامل مع العبارات الطويلة جداً يؤدي إلى ملل وتعب أفراد العينة.

على الرغم من أن مقياس المساندة الاجتماعية – لمحمد محروس الشناوي، وسامى أبو بيه – من أكثر المقاييس استخداماً في الدراسات العربية إلا أن المقياس لا يهتم بقياس أنواع المساندة، وهي الأوقع عند قياس المساندة؛ لأنها تعبر عن أشكال المساندة التي يمكن أن يتلقاها الفرد من الأشخاص المحيطين به.

رابعاً: تكوين المقياس:

يتكون المقياس في صورته الأولية من (٥٠) عبارة تقيس المساندة الاجتماعية الفعلية المدركة من الشباب الجامعي، وتوزعت العبارات في (٥) أبعاد كما يلي:

جدول يبين أبعاد وتسلسل وعدد عبارات مقياس المساندة الاجتماعية الفعلية والعبارات العكسية في صورته النهائية

البعد	تسلسل العبارات	عدد العبارات	أرقام العبارات العكسية
المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأسرة	١-١٠	١٠	٨- ١٠
المساندة المعلوماتية الفعلية المدركة من الأسرة	١١-١٨	٨	١٨
المساندة التقديرية الفعليةالمدركة من الأسرة	١٩-٢٦	٨	٢٠-٢٢
المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأسرة	٢٧-٣٢	٦	
المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأصدقاء	٣٣-٣٧	٥	٣٦
المساندة المعلوماتية الفعلية	٣٨-٤٢	٥	

المدركة من الأصدقاء			
المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأصدقاء	٤٣- ٤٧	٥	٤٤
المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأصدقاء	٤٨-٥٠	٣	
المجموع	٥٠	٥٠	٨

الكفاءة السيكومترية لمقياس المساندة الاجتماعية الفعلية :

أجرى الباحثة عمليات تقنين المساندة الاجتماعية الفعلية على (١٠٠) فرد من أفراد العينة، وتم حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس المساندة الاجتماعية الافتراضية بالطرق الآتية:

صدق المقياس Validity of the Scale

للتحقق من صدق المقياس تم حساب الصدق بأكثر من طريقة (صدق المحكمين – صدق المقارنة الطرفية – صدق البناء التكويني).

صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على لجنة تحكيم تضم (١٠) من أساتذة التربية وأساتذة الإعلام، موزعين كالآتي: (٥) من أساتذة التربية، و(٥) من أساتذة الإعلام، وقامت الباحثة بوضع التعريف الإجرائي الخاص بكل بعد من أبعاد المقياس؛ وذلك لإبداء الرأي في بنود المقياس وأبعاده من حيث:

- مدى ملائمة المقياس للهدف الذي وضع لقياسه.
- مدى ملائمة الأبعاد المختلفة للمقياس.
- مدى ملائمة كل بند من البنود للبعد الخاص به.

– وضوح البنود من الناحية اللغوية والنفسية.

جدول ويوضح الجدول التالي نسب الاتفاق بين السادة المحكمين والبالغ عددهم عشرة من أساتذة التربية والإعلام، وهي كالآتي:

رقم العبارة	عدد مرات الاتفاق	النسبة المئوية للاتفاق	رقم العبارة	عدد مرات الاتفاق	النسبة المئوية للاتفاق
١	١٠	%١٠٠	٢٦	١٠	%١٠٠
٢	١٠	%١٠٠	٢٧	١٠	%١٠٠
٣	١٠	%١٠٠	٢٨	١٠	%١٠٠
٤	١٠	%١٠٠	٢٩	١٠	%١٠٠
٥	١٠	%١٠٠	٣٠	١٠	%١٠٠
٦	١٠	%١٠٠	٣١	١٠	%١٠٠
٧	١٠	%١٠٠	٣٢	١٠	%١٠٠
٨	١٠	%١٠٠	٣٣	١٠	%١٠٠
٩	١٠	%١٠٠	٣٤	١٠	%١٠٠
١٠	١٠	%١٠٠	٣٥	١٠	%١٠٠
١١	١٠	%١٠٠	٣٦	١٠	%١٠٠
١٢	١٠	%١٠٠	٣٧	١٠	%١٠٠
١٣	١٠	%١٠٠	٣٨	١٠	%١٠٠
١٤	١٠	%١٠٠	٣٩	١٠	%١٠٠
١٥	١٠	%١٠٠	٤٠	١٠	%١٠٠
١٦	١٠	%١٠٠	٤١	١٠	%١٠٠
١٧	١٠	%١٠٠	٤٢	١٠	%١٠٠

١٨	١٠	%١٠٠	٤٣	١٠	%١٠٠
١٩	١٠	%١٠٠	٤٤	١٠	%١٠٠
٢٠	١٠	%١٠٠	٤٥	١٠	%١٠٠
٢١	١٠	%١٠٠	٤٦	١٠	%١٠٠
٢٢	١٠	%١٠٠	٤٧	١٠	%١٠٠
٢٣	١٠	%١٠٠	٤٨	١٠	%١٠٠
٢٤	١٠	%١٠٠	٤٩	١٠	%١٠٠
٢٥	١٠	%١٠٠	٥٠	١٠	%١٠٠

يتضح من الجدول السابق اتفاق المحكمين على جميع بنود المقياس، وبالتالي لم يتم حذف أو تعديل أي عبارة.

ب- صدق المقارنة الطرفية:

وهي من أهم الطرق التي تستخدم لبيان صدق المقياس، وتقوم على حساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على مقياس المساندة الاجتماعية الفعلية ومتوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة على نفس المقياس، وعندما تصبح لتلك الفروق دلالة إحصائية واضحة فهذا يشير إلى صدق المقياس، وقامت الباحثة بحساب الفروق لكل بُعد ثم قامت بحساب الفروق للمقياس ككل كما يلي:

جدول دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية الفعلية وفقا للنوع (ذوي الدرجات المنخفضة – ذوي الدرجات المرتفعة) (ن =٢٥)

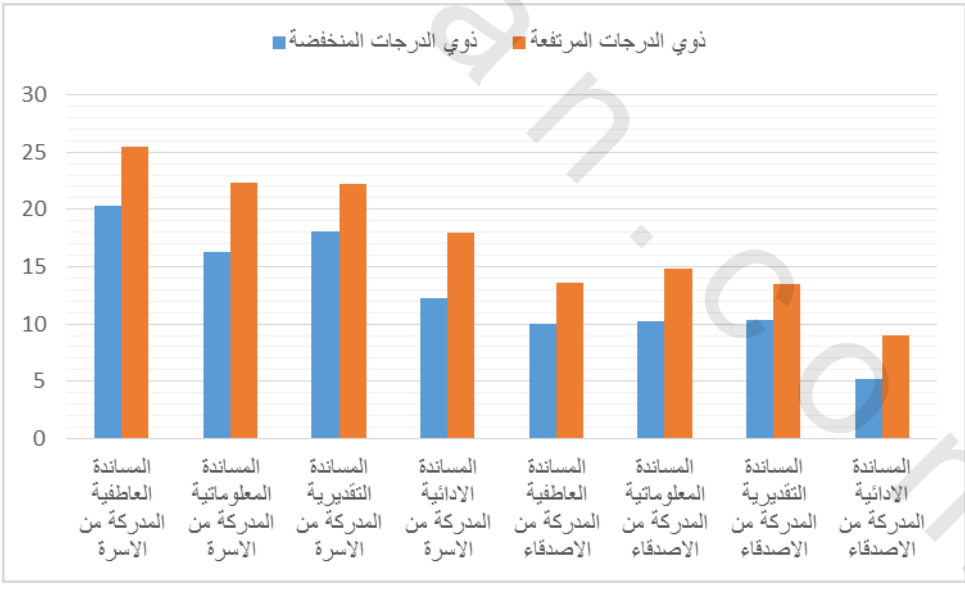
المقاييس الفرعية	ذوي الدرجات المنخفضة الإرباعي الأدنى		ذوي الدرجات المرتفعة الإرباعي الأعلى		قيمة " ت "	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأسرة	٢٠،٣٢٠	١،٢٤٩٠	٢٥،٤٤٠	١،٥٢٩٧	**١٢،٩٦٣	دالة عند مستوى ٠،٠١
المساندة المعلوماتية الفعلية المدركة من الأسرة	١٦،٣٢٠	٢،٦٨٨٣	٢٢،٢٨٠	٠،٦١٣٧	**١٠،٨٠٧	دالة عند مستوى ٠،٠١
المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأسرة	١٨،٠٤٠	١،٢٧٤١	٢٢،٢٠٠	٠،٦٤٥٥	**١٤،٥٦٣	دالة عند مستوى ٠،٠١
المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأسرة	١٢،٢٨٠	١،٧٢٠٥	١٧،٩٦٠	٠،٢٠٠٠	**١٦،٣٩٧	دالة عند مستوى ٠،٠١
المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأصدقاء	٩،٩٦٠	٦١١٠،	١٣،٥٦٠	٠،٨٦٩٩	**١٦،٩٣٣	دالة عند مستوى ٠،٠١
المساندة المعلوماتية الفعلية المدركة من الأصدقاء	١٠،٢٤٠	١،٢٣٤٢	١٤،٨٤٠	٠،٣٧٤٢	**١٧،٨٣٤	دالة عند مستوى ٠،٠١
المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأصدقاء	١٠،٣٢٠	٧٤٨٣،	١٣،٥٢٠	٠،٧٧٠٣	**١٤،٨٩٩	دالة عند مستوى ٠،٠١
المساندة الأدائية الفعلية المدركة من	٥،٢٤٠	١،١٦٤٨	٩،٠٠٠	٠،٠٠٠٧	**١٦،١٤١	دالة عند مستوى

الأصدقاء						٠،٠١
الدرجة الكلية	١١٠،٩٢٠	٧،٤٧٧٣	١٣٢،٢٤٠	٢،٤٢٠١	**١٣،٥٦٤	دالة عند مستوى ٠،٠١

(*) دال عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠،٠٥)

(**) دال عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠،٠١)

وتوصل الباحثة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة ومتوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على المقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية الفعلية.



يوضح الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة على مقياس المساندة الاجتماعية الفعلية ودرجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على نفس المقياس

ومن خلال الفروق التي توصلت إليها الباحثة في كل بعد على حده، وفي مجموع درجات الأفراد للمقياس ككل يتضح من ذلك صدق المقياس.

ج- صدق البناء التكويني:

تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول تابع معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد لمقياس المساندة الاجتماعية الفعلية (ن = ١٠٠)

المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأصدقاء		المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأصدقاء	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠،٤٤٤**	١	٠،٧٨٨**
٢	٠،١١١	٢	٠،٨٧٩**
٣	٠،٧٠١**	٣	٠،٨٧٦**
٤	٠،٦٨٣**		
٥	٠،٦٨٠**		

(*) دال عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)

(**) دال عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠١)

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠،٠١) ومستوى دلالة (٠،٠٥)، وسيتم حذف العبارات التي ارتباطها غير دال، ثم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية الفعلية

(ن = ١٠٠)

الأبعاد	معامل الارتباط
المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأسرة	**٠،٤٩٧
المساندة المعلوماتية الفعلية المدركة من الأسرة	**٠،٥٧٠
المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأسرة	**٠،٦٠٢
المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأسرة	**٠،٥٧٦
المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأصدقاء	**٠،٦١٢
المساندة المعلوماتية الفعلية المدركة من الأصدقاء	**٠،٦٤٦
المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأصدقاء	**٠،٦٣١
المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأصدقاء	**٠،٥٩٥

(*) دال عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠،٠٥) (**) دال عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠،٠١)

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠،٠١).

وهذا يؤكد التماسك الداخلي للمقياس.

٢ – ثبات المقياسReliability Scale :

لحساب ثبات المقياس تم استخدام طريقة ألفا – كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية.

وتعتمد معادلة ألفا كرونباخ على تباينات أسئلة الاختبار، وتشترط أن تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط؛ ولذلك قامت الباحثة بحساب معامل الثبات لكل بعد على انفراد.

أما في طريقة التجزئة النصفية، فتحاول الباحثة قياس معامل الارتباط لكل بُعد بَعد تقسيم فقراته قسمين – متساويين إذا كان عدد عبارات البعد زوجياً، وغير متساويين إذا كان عدد عبارات البعد فردياً – ثم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون.

جدول قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية (ن = ١٠٠)

الأبعاد	عدد العبارات	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية
المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأسرة	١٠	٠،٣٢٦	٠،٥٦٣
المساندة المعلوماتية الفعلية المدركة من الأسرة	٨	٠،٥٩٥	٠،٦٠٤
المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأسرة	٨	٠،٣٣٩	٠،٤٠٨
المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأسرة	٦	٠،٦٤٧	٠،٦٢٤
المساندة العاطفية الفعلية المدركة من الأصدقاء	٥	٠،٣١٣	٠،٣٥٢

المساندة المعلوماتية الفعلية المدركة من الأصدقاء	٥	٠،٧١٤	٠،٥٩٦
المساندة التقديرية الفعلية المدركة من الأصدقاء	٥	٠،٤٠٦	٠،٥٠١
المساندة الأدائية الفعلية المدركة من الأصدقاء	٣	٠،٨٠٣	٠،٨٢٣
الدرجة الكلية	٥٠	٠،٧٧٢	٠،٧٥٠

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة، وكذلك قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

تعليمات مقياس المساندة الاجتماعية الفعلية:

قامت الباحثة بوضع التعليمات الملائمة لطريقة تطبيق المقياس، وقد راعت في هذه التعليمات طبيعة العبارات بحيث تكون في صورة بسيطة وواضحة ومقننة ودالة على ما وضعت لأجل قياسه، وقد تم تكليف المفحوص بوضع علامة (✓) أمام الاختيار المناسب له بكل دقة وصدق في كل عبارة من عبارات المقياس، وذلك بناءً على اختيار واحد من ثلاثة بدائل لكل عبارة هي (أوافق، متردد، لا أوافق).

طريقة تصحيح المقياس Method of Scale Correlation:

قامت الباحثة بوضع طريقة لتصحيح المقياس بعد تطبيقه على أفراد عينة الدراسة السيكومترية وعددهم (١٠٠)؛ وذلك بحيث تسمح لنا بتغيير لغة المقياس من لغة حروف أو عبارات إلى اللغة الرقمية التي تسمح بالتعامل مع هذه الأرقام بصورة علمية تهدف للوصول إلى نتائج دقيقة ومنظمة لأبعاد المقياس، وهذه الطريقة يتم فيها اختيار الاستجابة من بين ثلاثة بدائل؛ حيث يقوم الطلبة بالاختيار من بين هذه البدائل (أوافق – متردد – لا أوافق)؛ حيث تعني الإجابة (أوافق) أن البند ينطبق على المفحوص

بدرجة كبيرة وتقدر (٣) درجات. وتعني الإجابة (متردد) أن البند ينطبق على المفحوص بدرجة متوسطة وتقدر درجتين. وتعني الإجابة (لا أوافق) أن البند لا ينطبق على المفحوص وتقدر درجة واحدة. علماً بأن هناك عبارات سلبية تقدر عكسياً(درجة واحدة – درجتان – ثلاث درجات).

مناقشة وتفسير النتائج السيكومترية:

ينص الفرض على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة على مقياس عادات وأنماط استخدام شبكات التواصل الاجتماعي ودرجات أفراد العينة على مقياس دوافع تعامل الشباب مع شبكات التواصل الاجتماعي ".

عرض نتائج الفرض الأول:

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحثة معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس عادات وأنماط استخدام شبكات التواصل الاجتماعي ودرجاتهم على مقياس دوافع تعامل الشباب مع شبكات التواصل الاجتماعي، ويوضح الجدول التالي قيم معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على المقياسين.

جدول معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس عادات وأنماط استخدام شبكات التواصل الاجتماعي ودرجاتهم على مقياس دوافع تعامل الشباب مع شبكات التواصل الاجتماعي (ن = ١٠٠)

الأبعاد	الدرجة الكلية لمقياس دوافع تعامل الشباب مع شبكات التواصل الاجتماعي	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس عادات وأنماط استخدام شبكات التواصل الاجتماعي	٠،٤٣١**	٠،٠١

(*) دال عند ٠،٠٥ (**) دال عند مستوى ٠،٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠،٠١ بين درجات أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس دوافع تعامل الشباب مع شبكات التواصل الاجتماعي وبين درجاتهم على مقياس عادات وأنماط استخدام شبكات التواصل الاجتماعي ، وبالتالى تم التحقق من صحة الفرض الأول .

وأكدت الدراسة الحالية أن الشباب يستخدمون شبكات التواصل الاجتماعي؛ لأنها وسيلة اتصال سهلة وسريعة الاستخدام بوزن نسبي (٢،٨٥) ومتوسط (٢،٨٦٠)، "ويرجع ذلك إلى أن شبكات التواصل الاجتماعي وسيلة منخفضة التكلفة مقارنة بوسائل التواصل الاجتماعي التقليدية، وفيها يتم التفاعل بين الطرفين؛ حيث تبث وتستقبل كميات ضخمة من المعلومات، وكذلك سرعة وصول المعلومات للجماهير، وتساعد على تطوير البحث العلمي وتسهيل الاتصال وزيادة وسائل الترفيه والتسلية؛ وذلك لشغل وقت الفراغ، كما أن برامج الدردشة تساعد على مزيد من التواصل "(حلمى خضر، ٢٠٠٥: ٢٩)، ولا يحتاج التسجيل في شبكات التواصل الاجتماعي أي وقت أو جهد، فكل ما على المستخدم أن يقوم بإنشاء صفحة له مجاناً، وتسجيل بريده الإلكتروني وإرسال طلبات صداقه، بالإضافة إلى أن وسائل

التواصل الاجتماعي الاجتماعية تتميز بسرعة رد فعل الجمهور في الوقت الحقيقي له؛أي قيام الجمهور بالمحادثات التحديثات الفورية بمعنى الاستجابة الفورية للجمهور، فهو جمهور يتسم بالتفاعلية، فوسائل التواصل الاجتماعي الجماهيرية تقدم ميزة سرعة معالجة المعلومات في الوقت المتزامن مع الحدث أو الخبر، فمثلا تحديثات المعلومات على الفيس بوك متوفرة من خلال وظيفة تغذية الأفراد News feed أو قنوات الأخبار ورفع أشرطة الفيديو وروابط المواقع والتعليقات، كما أن شبكات التواصل الاجتماعي توفر تطبيقات لا تحتاج إلى بحث. (ياسمين محمد،٢٠١٤: ٥٣-٥٤)

وجاء دافع التعرف على أخبار الأصدقاء على رأس دوافع تعامل الشباب مع شبكات التواصل الاجتماعي بوزن نسبي قدره (٢,٨٢) ومتوسط قدره (٢,٨٣٠) يليه دافع إعادة الاتصال بالأصدقاء القدامى بوزن نسبي قدره (٢،٨٠) ومتوسط قدره (٢,٨١٠)، يليه دافع استخدم شبكات التواصل الاجتماعي لإبقاء التواصل مع أشخاص يصعب التواصل معهم في الحياة اليومية بوزن نسبي قدره (٢،٧٠.) ومتوسط قدره (٢,٧١٠)، ويليه دافع التحدث مع الآخرين بشأن الأحداث الجارية بوزن نسبي قدره (٢،٦٤) ومتوسط قدره (٢,٦٥٠)، بينما جاء دافع البحث عن علاقات رومانسية في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي قدره (١،٢١) ومتوسط قدره (١,٢٢٠)، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة christyet.al (2011)، والتي أكدت أن دافع الترفيه يأتي على رأس الدوافع، ودراسة(HALL(2009، والتي أشارت إلى أن دافع الحفاظ على العلاقات القائمة يليه دافع قضاء الوقت،ويليه دافع الحصول على المعلومات،ودراسة نرمين زكريا (٢٠٠٩) والتي أثبتت أن دافع الترفيه يأتي على قائمة

الدوافع،ودراسة Tiffany&Sandra(2009) والتي أشارت إلى أن تكوين صداقات جديدة أول دوافع استخدام الشباب للشبكات الاجتماعية، ودراسة Whitty Monico، والتي أشار فيها إلى أن المستخدم الافتراضي يستخدم مواقع الشبكات الاجتماعية الافتراضية بهدف إقامة علاقات عاطفية مع الجنس الآخر؛ حيث توجد شبكات تنشر بيانات الأفراد من الجنسين لهذا الغرض. (Whitty, 2009: 1-7)

وتأتي هذه النتائج لتبين لنا أن دوافع تعامل الشباب مع شبكات التواصل الاجتماعي -والتي يدور معظمها حول التواصل والتفاعل مع الأصدقاء ومعرفة أخبارهم وإعادة الاتصال بالأصدقاء القدامى والاتصال بأشخاص يصعب التواصل معهم في الحياة اليومية – ترجع إلى قلة التواصل والعلاقات بين أفراد الأسرة، وبالتالي يتم اللجوء إلى الشبكات الافتراضية لتعويض هذه العلاقات.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية فيما يتعلق بعادات وأنماط استخدام شبكات التواصل الاجتماعي مع نتائج دراسة مريم نريمان (٢٠١٢)؛ حيث تأتي خدمة الدردشة chat على رأس الأنشطة التي يمارسها المستخدمون على شبكات التواصل الاجتماعي بوزن نسبي قدره (٢،٩٣) ومتوسط قدره (٢،٩٤٠)، وترى الباحثة أن تفضيل خدمة الدردشة يرجع إلى أنها أكثر الخدمات التي تسهل للمستخدمين بناء العلاقات الافتراضية وتسمح لهم بالتعرف أكثر على أصدقائهم وتساعدهم على توسيع علاقاتهم الاجتماعية والاندماج أكثر في المجتمع الافتراضى، وتعد طلبات الصداقة في شبكات التواصل الاجتماعي خاصة الفيس بوك من أهم الخدمات التي يقدمها والتي تدعم بناء علاقات الصداقة عبر الموقع في حين أن الموقع يتيح للمستخدم خاصية الموافقة أو رفض طلبات الصداقة، وهو ما يجعل عدد الأصدقاء محدوداً لدى البعض ممن لا

يضيفون أي أحد إلى قوائمهم، في حين يكون العدد بالنسبة لمن يسعون إلى التعرف على أكبر عدد من الأشخاص ويمكن تفسير عدد الأصدقاء الكبير في الموقع إلى الرغبة في خلق مجال أوسع للتفاعل فكلما زاد عدد الأصدقاء زادت نسبة التفاعل من خلال المشاركات المتنوعة وزادت المساندة الاجتماعية التي يدركها المستخدمون.

بينما جاء الاشتراك في المسابقات والألعاب المتاحة في المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (٢،٧٤)، ومتوسط قدره (٢،٧٥٠)، وربما يرجع هذا إلى أن المستخدمين يفضلون الخدمات التي فيها التفاعلية أكثر من غيرها مثل الألعاب والمسابقات والدردشة والرد على الأصدقاء.

واختلفت هذه النتيجة مع دراسة نرمين زكريا (٢٠٠٩) والتي أكدت أن مشاهدة ألبومات الصور الخاصة بالأصدقاء على رأس قائمة الأنشطة التي يمارسها المستخدمون على الفيس بوك بنسبة (٧٦،٥ %)، وأيضاً دراسة نها نبيل (٢٠١٢)، والتي أشارت إلى أن الاطلاع على صفحات المستخدمين يأتي على رأس الأنشطة التي يمارسها المستخدمون على شبكات التواصل الاجتماعي.

فيما يتعلق بالطريقة التي يقدم بها المستخدمون أنفسهم للآخرين أوضحت نتائج الدراسة الحالية أن المستخدمين يقدمون أنفسهم بصدق، ويضعون صورهم الشخصية الحقيقية، ولا يستخدمون أسماء مستعارة، وقد يرجع ذلك إلى أن شبكات التواصل الاجتماعي وخاصة الفيس بوك آمنة، وتتمتع بالخصوصية، وتهتم بتطوير سياسات الخصوصية التي تضمن لمستخدميه حماية الprofile الخاصة بهم من اقتحام أشخاص غرباء لا يعرفونهم ولا يرغبون في التعامل معهم .

وبالتالي – من خلال تفسير هذه النتائج – يمكن ملاحظة الآتي:

- أن المستخدمين يقدمون أنفسهم كما هم في الواقع؛ لأن هدفهم الأول هو التواصل مع الأصدقاء والدردشة معهم ومعرفة أخبارهم، وبالتالي فهم يضعون هويتهم الحقيقية على شبكات التواصل الاجتماعي.
- أن استخدام الأسماء والصور الحقيقية على شبكات التواصل الاجتماعي يحقق نوعاً من الثقة بين المستخدمين.

التوصيات :

١. انطلاقاً من أهداف الدراسة، وما تم التوصل إليه من نتائج وبمقارنتها بنتائج الدراسات السابقة فإن الباحثة توصي بما يلى:
٢. هناك حاجة ملحة لطرح موضوع التفاعل عبر شبكات التواصل الاجتماعي بمزيد من البحث والدراسة من جانب فرق بحثية متنوعة التخصصات (إعلامية، نفسية، اجتماعية، تكنولوجية، طبية)؛ حيث إن الظاهرة معقدة وتحتاج لطرح علمي متعدد الجوانب ومتنوع الزوايا.
٣. ضرورة استثمار طاقات الشباب واحتوائهم في أنشطة مهمة ودمج الشباب في نسيج المجتمع بدلاً من حالة الانسلاخ والعزلة التي تؤدي إلى انغلاقه وانسحابه إلى شبكات التواصل الاجتماعي .
٤. تنمية الوعي لدى طلاب المرحلة الجامعية بأوجه الاستفادة من شبكات التواصل الاجتماعي، والتي تتيح لهم توفير الوقت والجهد في التواصل مع الآخرين.
٥. يجب على المؤسسات التربوية القيام بدراسة كيفية توظيف شبكات التواصل الاجتماعي في تنمية مهارات ومعارف الطلاب بحيث يمكن استغلالها في تقديم محتوى تربوي ملائم .

٦. يجب أن تعود الأسرة إلى ممارسة دورها الأساسي فهي المصدر الرئيس والأول للمساندة الاجتماعية، فقد انشغلت الأسرة في توفير متطلبات الحياة اليومية وتركت أبناءها يبحثون عن المساندة على شبكات التواصل الاجتماعي .

المراجع :

ابن منظور (١٩٩٤): لسان العرب، المجلد الأول، دار صادر، بيروت.

أحمد السيد (١٩٩٠): دراسة لبعض أساليب التنشئة الوالدية المسئولة عن رفع مستوى الطموح فى ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، مجلة علم النفس، القاهرة، الهيئة السعودية العامة للكتاب.

أحمد حسن (٢٠١٣): إدمان شبكات الويب الاجتماعية وعلاقته بالعوامل الخمسة للشخصية وبعض الحاجات النفسية لعينة لعينه من طلاب جامعة حلوان "فى ضوء نظرية التفاعل الرمزى "رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة حلوان .

أحمد زكى (١٩٨٢): معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية، ط٣، بيروت، مكتبة لبنان .

أحمد عبد القادر (٢٠١٣): فعالية توظيف شبكات التواصل الاجتماعى فى اكتساب طالبات جامعة الأقصى فى غزة لمهارات إنتاج الوسائط المتعددة واتجاهاتهن نحوها، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة .

أشرف جلال (٢٠٠٩): اثر شبكات العلاقات الاجتماعية التفاعلية بالانترنت ورسائل الفضائيات على العلاقات الاجتماعية والاتصالية للأسرة السعودية والقطرية "دراسة تشخيصية مقارنة على الشباب وأولياء الأمور فى دور مدخل الإعلام

البديل، المؤتمر العلمى الأول، الأسرة والإعلام وتحديات العصر، كلية الإعلام، جامعة القاهرة، فى الفترة من ١٥- ١٧فبراير.

السيد محمد (٢٠١٠): النموذج البنائى للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، المجلد ٢٠، العدد ٨١، يناير.

آمال عبد السميع (١٩٩٩): المنهج الكلينيكى، القاهرة، مكتبة الأنجلو السعودية .

آمال محمد (٢٠٠٢): فاعلية برنامج للمساندة الاجتماعية فى تخفيف الاغتراب لدى عينة من الطالبات المقيمات بالمدن الجامعية، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة حلوان .

أمانى جمال (٢٠١٠): استخدام الشبكات الاجتماعية فى تقديم خدمات مكتبية متطورة، مجلة دراسات المعلومات، جمعية المكتبات والمعلومات السعودية .

أمينة عادل، وهبة محمد (٢٠٠٩): الشبكات الاجتماعية وتأثيرها على الأخصائى والمكتبة، دراسة شاملة للتواجد والاستخدام لموقع الفيس بوك، ورقة بحث مقدمة فى المؤتمر الثالث عشر لأخصائى المكتبات والمعلومات فى مصر فى الفترة ما بين ٥-٧ يوليو، الإدارة العامة للمكتبات، جامعة حلوان.

ايت حمودة، فاضلى أحمد، مسيلى رشيد(٢٠١١): أهمية المساندة الاجتماعية فى تحقيق التوافق النفسى والاجتماعى لدى الشباب البطال. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد الثانى، الجزائر .

إيمان فوزي (٢٠٠٩): ورشة عمل للتدريب على تطبيق واستخدام اختبار التات، واختبار ساكس. مركز الإرشاد النفسي. كلية التربية. جامعة عين شمس.

إيمان قناوى (٢٠١٠): الأبعاد الاجتماعية والثقافية المرتبطة باستخدام مواقع الانترنت "دراسة اجتماعية ميدانية على الفيس بوك".رسالة دكتوراه، كلية الدراسات الإنسانية، جامعة الأزهر .

بشرى أرنوط (٢٠٠٧): النموذج السببى للعلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق المهنى لدى عمال الصناعة . رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الزقازيق .

بلقيس داغستانى (٢٠٠١:)التربية الدينية والاجتماعية للأطفال، الرياض، مكتبة العبيك

ثريا البدوى (٢٠١٥): مستخدم الانترنت: قراءة فى نظريات الإعلام الجديد ومناهجه، القاهرة، عالم الكتب .

جمال مختار (٢٠٠٨): حقيقة الفيس بوك عدو أم صديق، القاهرة، متروبول للطباعة والنشر

جمال مختار (١٩٩٦): التنشئة الوالدية وشعور الأبناء بالفقدان، مجلة علم النفس،ع٣٩، الهيئة السعودية العامة للكتاب، القاهرة .

جيهان أحمد (٢٠٠٢): دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات فى إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين فى سياق العمل، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

جيهان حسن (٢٠١٤): دور شبكات التواصل الاجتماعى فى تنمية الوعى السياسى دراسة حالة لشباب ثورة ٢٥ يناير.رسالة ماجستير،معهد الدراسات التربوية،جامعة القاهرة

حامد زهران (١٩٨٤): علم النفس الاجتماعى، ط٥،القاهرة،عالم الكتب.

حامد زهران (١٩٨٧): الصحة النفسية والإرشاد النفسى، ط٢،عالم الكتب، القاهرة

حامد زهران (٢٠٠١): علم نفس النمو، ط٥، القاهرة،عالم الكتب.

حامد زهران (٢٠٠٤): الصحة النفسية والعلاج النفسى، ط٣، القاهرة، عالم الكتب.

حسام الدين محمود (١٩٧٤): دراسة مقارنة لأثر الإقامة الداخلية على التوافق النفسي للطلاب المتفوقين تحصيلياً بالمرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.

حسام الدين محمود (٢٠٠١) : إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (الوجه الآخر لثورة الإنفوميديا)، المؤتمر العلمى السنوى " الطفل والبيئة "معهد الدرسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ٢٤-٢٥ مارس ٢٠٠١.

حسام الدين محمود (٢٠٠٣) : فعالية برنامج علاجى متعدد النظم فى علاج إدمان الإنترنت ، المؤتمر العلمى السنوى " الطفل العربى والتحدى "معهد الدرسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس ، ٨-١٠ مارس ٢٠٠٣.

حسنين شفيق (٢٠١٣): سيكولوجية الإعلام الجديد، القاهرة، دار فكر وفن للطباعة والنشر والتوزيع.

حسين على (١٩٩٨): الدور الدينامى للمساندة الاجتماعية فى العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة والأعراض الاكتئابية . مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين، المجلد ٨، العدد الثانى، القاهرة .

حكمة جلال (٢٠١٠): المساندة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية" دراسة تنبؤية"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة بنى سويف .

حلمى خضر (٢٠٠٥): ثقافة الانترنت : دراسة فى التواصل الاجتماعى، الأردن، دار مجدلاوى للنشر والتوزيع.

حمزة السيد (٢٠١٢): استخدام الشباب مواقع الشبكات الاجتماعية لإطلاق ثورة ٢٥ يناير ٢٠١١ السعودية والإشباعات المتحققة منها ."دراسة ميدانية".رسالة ماجستير، كلية التربية النوعية، جامعة طنطا.

حنان عبده (٢٠٠٧): مدى امتلاك أعضاء هيئة التدريس فى جامعة تعز لمهارات الانترنت واتجاهاتهم نحوها. رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة اليرموك.

حنان مجدى (٢٠٠٩): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مريض السكر المراهق " دراسة سيكومترية كلينيكية ". رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق .

داليا أحمد (٢٠١٤): ثقافة الفضاء الافتراضى ورأس المال الاجتماعى . دراسة استطلاعية لآليات التفاعل الاجتماعى على موقع الفيس بوك . رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية .

دانييل لاجاش (ترجمة) صلاح مخيمر، عبده ميخائيل رزق (١٩٨٦): وحدة علم النفس، ط٣، القاهرة، مكتبة الأنجلو السعودية .

دينا خالد (٢٠١٥): تصور مقترح لتوظيف شبكات الإعلام الاجتماعى فى توجيه طلاب الجامعة نحو المشاركة السياسية .رسالة ماجستير،كلية التربية، جامعة عين شمس .

راوية محمود(١٩٩٦): النموذج السببى للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات، مجلة علم النفس، العدد ٣٩، الهيئة السعودية العامة للكتاب .

رضوان محمد (٢٠١٣): تصميم مدونة الكترونية وصفحة تعليمية على موقع الفيس بوك أثرهما على التحصيل لدى طلاب الصف العاشر الأساسى فى مبحث التكنولوجيا واتجاهاتهم نحوها . رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة .

زهير عابد (٢٠١٢): دور شبكات التواصل الاجتماعى فى تعبئة الرأى العام الفلسطينى نحو التغيير الاجتماعى والسياسى،دراسة وصفية تحليلية، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، مجلد (٢٦).

زينب شقير (١٩٩٣): تقدير الذات والعلاقات الاجتماعية المتبادلة والشعور بالوحدة النفسية لدى عينتين من تلميذات المرحلة الإعدادية فى كل من مصر والمملكة العربية السعودية . مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد ٢١، العدد ٢، مجلس النشر العلمى، الكويت .

سامح السيد (٢٠١٥): استخدام الشباب السعودي لمواقع الشبكات الاجتماعية وعلاقته بالاغتراب "دراسة ميدانية"، رسالة ماجستير، كلية الإعلام، جامعة الأزهر.

سامية القطان (١٩٨٣): كيف تقوم بالدراسة الكلينيكية، القاهرة، مكتبة الأنجلو السعودية

سحر جابر (٢٠١٤): الآثار الاجتماعية والمجتمعية لتعامل الشباب الجامعى مع مواقع التواصل الإكتروني "دراسة ايكولوجية مقارنة بين الذكور والإناث فى الوجه القبلى والبحرى والقاهرة "، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس.

سمر محمد (٢٠١٣): أثر مواقع التواصل الاجتماعى على المشاركة السياسية للمرأة فى فلسطين، رسالة ماجستير، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الأزهر، غزة .

سيجموند فرويد (تبسيط وتلخيص) نظمى لوقا (١٩٦٢): تفسير الأحلام ، العدد ١٣٧ ، سلسلة شهرية تصدر عن دار الهلال .

سيجموند فرويد. ترجمة: سامي محمود علي (٢٠٠٠): الموجز في التحليل النفسي.، القاهرة: الهيئة السعودية العامة للكتاب.

سيجموند فرويد (ترجمة) مصطفى زيور (٢٠٠٤): تفسير الأحلام ، ط٥ ، دار المعارف ، القاهرة .

سيد صبحى (١٩٩٧): الشبع النفسى، القاهرة، دار الكتب.

شادى ناصيف، فضائح الفيس بوك (٢٠٠٨): "أشهر موقع استخباراتى على سبكة الانترنت"، دار الكتب السعودية،دمشق– القاهرة

شادية محمد (٢٠٠٨): دوافع استخدام الأحداث الجانحين للمسلسلات والأفلام العربية التى يعرضها التليفزيون المصرى والإشاعات المتحققة منها، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس .

شعبان جاب الله، عادل هريدى (٢٠٠١): العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة، مجلة علم النفس، السنة١٥، العدد ٥٨،الهيئة السعودية العامة للكتاب .

شيماء احمد (٢٠٠٩): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالموهبة الابتكارية للمراهقين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق .

طلعت حسن (١٩٨١): علم النفس الاجتماعى المعاصر، ط٢،القاهرة، دار الثقافة للطباعة والنشر.

عباس مصطفى (٢٠٠٨): الإعلام الجديد – المفاهيم والوسائل والتطبيقات، عمان، دار الشروق.

عبد الكريم صالح (٢٠١٣).استخدام الشباب العربى لمواقع التواصل الاجتماعى . رسالة ماجستير،معهد البحوث والدراسات العربية، جامعة الدول العربية.

عبد الناصر السيد (٢٠١١).العلاقات السببية بين إدمان الانترنت والتفضيل الاجتماعى للانترنت والوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى مدمنى الانترنت. المجلة السعودية للدراسات النفسية.المجلد ٢١، العدد ٧٣، أكتوبر.

عبد الهادى الجوهرى (١٩٨٣): قاموس علم الاجتماع،القاهرة،عالم الكتب .

عزت عبد الحميد (١٩٩٦): المساندة الاجتماعية وضغوط العمل وعلاقة كل منهما برضا المعلم عن العمل، رسالة دكتوراه،،كلية التربية، جامعة الزقازيق .

عزيز حنا وآخرون (١٩٩١): الشخصية من السواء وأمرض، القاهرة: مكتبة الأنجلو السعودية

عفاف دانيال (١٩٩٧): تطبيق برنامج لتنمية مهارات العمل الاستقلالى والنضج الاجتماعى لدى الأطفال المتخلفين عقليا من ٩-١٢ عاما، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس .

على حمودة (٢٠١١): أثر شبكة المعلومات الدولية فى الوعى الدينى للشباب الجامعى فى مصر " دراسة تطبيقية "رسالة ماجستير، كلية اللغة العربية، جامعة الأزهر

على عبد السلام (٢٠٠٠) .المساندة الاجتماعية وإحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين فى المدن الجامعية . مجلة علم النفس، العدد ٥٣، الهيئة السعودية العامة للكتاب..

على عبد السلام (٢٠٠٤): المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية،القاهرة، مكتبة الأنجلو السعودية.

على عبد السلام (٢٠٠٥): المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية، القاهرة، مكتبة الانجلو السعودية.

عماد على (١٩٨٨): المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط فى العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية، مجلة دراسات نفسية، المجلد ٨، العدد ١، رابطة الأخصائيين النفسيين السعودية.

عماد مخيمر (١٩٩٧): الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة فى العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعى، الجمعية السعودية للدراسات النفسية، المجلد ٧،العدد ١٧.

عمرو محمد (٢٠١١): العلاقة بين استخدام الشباب المصرى لمواقع الشبكات الاجتماعية وقيمهم المجتمعية " دراسة على موقعى اليوتيوب youtube والفيس بوك facebook"، رسالة دكتوراه ، كلية الإعلام، جامعة القاهرة .

فرج عبد القادر (١٩٩٢): موسوعة علم النفس والطب النفسى، القاهرة، دار النهضة العربية.

فهد بن عبد الله (١٩٩٧): الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة "دراسة ميدانية". مجلة علم النفس،السنة ١١، العدد ٤٣، الهيئة السعودية العامة للكتاب، القاهرة .

فؤاد البهى، سعد عبد الرحمن (١٩٩٩). علم النفس الاجتماعى رؤية معاصرة، القاهرة، دار الفكر العربي.

فيصل ابو عيشة (٢٠١٠): الإعلام الإلكترونى ، عمان ، دار أسامة للنشر

كمال الدسوقى (١٩٨٨): ذخيرة تعريفات مصطلحات علم النفس، المجلد ١، القاهرة، مؤسسة الأهرام .

كمال مرسى (٢٠٠٠): الطب العقلى والنفسى، القاهرة، دار النهضة السعودية .

لويس كامل (١٩٩٧): علم النفس الأكلينيكى ، ج١ ، ج٢ ، القاهرة، مطبعة فيكتور كيرلس.

ليلى أحمد (٢٠١٢):الفيس بوك والشباب العربى ، الكويت ، مكتبة الفلاح للنشروالتوزيع .

محمد المنصور(٢٠١٢).تأثير شبكات التواصل الاجتماعى على جمهور المتلقين، دراسة مقارنة للمواقع الاجتماعية والمواقع الالكترونية، رسالة ماجستير، كلية الآداب والتربية، الأكاديمية العربية فى الدنمرك .

محمد بيومى (٢٠٠٧): أسس وموضوعات علم الاجتماع، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.

محمد عبد الحميد (١٩٩٧): نظريات الإعلام واتجاهات التأثير، القاهرة، الطبعة الأولى، عالم الكتب.

محمد عبد الحميد (٢٠٠٩): المدونات والإعلام البديل، القاهرة، عالم الكتب.

محمد عبد الهادى ، عبد الفتاح رجب ، عادل صلاح (٢٠٠٥):ادمان الانترنت وعلاقته بكل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة . مجلة كلية التربية ببنى سويف ، جامعة القاهرة ، العدد ٤ ، يوليو .

محمد عثمان، أنور حمدي (١٩٧٤): كراسة تعليمات اختبار تفهم الموضوع، القاهرة،دار النهضة العربية.

محمد على (٢٠٠٩): دولة ال FaceBook"،القاهرة، دار الشروق.

محمد على (٢٠١٣): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من الذكاء الاجتماعى والقيم الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة المنيا. رسالة دكتوراه،كلية تربية رياضية، جامعة المنيا .

محمد الشناوى، محمد عبد الرحمن (١٩٩٤): المساندة الاجتماعية والصحة النفسية: مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، مكتبة الأنجلو السعودية، القاهرة.

محمود حمدى (٢٠٠٩). دور الإعلام البديل فى تفعيل المشاركة السياسية لدى الشباب، دراسة تطبيقية على الشبكات الاجتماعية الافتراضية،المؤتمر العلمى الدولى الخامس عشر بعنوان الإعلام و الإصلاح، الواقع والتحديات فى الفترة من ٧- ٩ يوليو ٢٠٠٩، كلية الآداب، جامعة المنيا .

مروان عبد الله (٢٠٠٦). دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين . رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة .

مروة نبيل وآخرون (٢٠٠٥). تأثير الانترنت على الشباب فى مصر والعالم العربى، القاهرة، مركز المعلومات ودعم اتخاذ القرار بمجلس الوزراء .

مريم نريمان (٢٠١٢). استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية وتأثيره فى العلاقات الاجتماعية ." دراسة عينة من مستخدمى موقع الفيس بوك فى الجزائر ". رسالة ماجستير، قسم العلوم الإنسانية، جامعة الحاج لخضر، الجزائر.

مصعب حسام الدين (٢٠١٢). دور مواقع التواصل الاجتماعى الفيس بوك فى عملية التغيير السياسى "مصر نموذجا" . رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية.

ممدوحة سلامة (١٩٩١).الإرشاد النفسى من منظور انمائى، القاهرة، مكتبة الأنجلو السعودية .

منى الحديدى وآخرون (٢٠٠١): الفضائيات والعالم العربى فى ظل العولمة، سلسلة محاضرات الموسم الثقافى الثالث، كلية الاقتصاد والعلوم السياسية، جامعة القاهرة.

ميادة ابراهيم (٢٠٠٩) .المساندة الاجتماعية وأساليب مواجهة الضغوط وعلاقتهما بالاضطرابات السيكوسوماتية "دراسة سيكومترية كلينيكية "،رسالة ماجستير،كلية التربية، جامعة الزقازيق .

نجلاء محمد (٢٠٠٥). تأثير المساندة الاجتماعية على خفض حدة الضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث لدى عينة من طلبة الجامعة "دراسة سيكومترية كلينيكية "،رسالة ماجستير، كلية التربية،جامعة عين شمس.

نرمين زكريا (٢٠٠٩) .الآثار النفسية والاجتماعية لاستخدام الشباب المصرى لمواقع الشبكات الاجتماعية "دراسة على موقع facebook".بحث منشور فى المؤتمر العلمى الأول، "الأسرة والطفل وتحديات العصر"، كلية الإعلام، جامعة القاهرة، فى الفترة من ١٥- ١٧فبراير ٢٠٠٩ .

نها نبيل (٢٠١٢): دور مواقع التواصل الاجتماعى فى إدراك الشباب الجامعى لحرية الرأى ومشاركتهم السياسية فى ثورة ٢٥ يناير ٢٠١١" دراسة تحليلية ميدانية "، رسالة ماجستير، كلية التربية النوعية،جامعة المنصورة .

هبة فوزى (٢٠١٥) . بعض العوامل النفسية المنبئة بالصمود النفسى لدى عينة من طلاب الجامعة . رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنوفية .

هدى قناوى(١٩٩٢).سيكولوجية المراهقة .القاهرة، مكتبة الانجلو السعودية.

وائل مبارك(٢٠١١): أثر الفيس بوك على المجتمع، دراسة بحثية، الخرطوم، المكتبة الوطنية للنشر .

وليم الخولى (١٩٧٦): الموسوعة المختصرة فى علم النفس والطب العقلى، القاهرة، دار المعارف.

ياسمين محمد (٢٠١٤): الاتصال التفاعلى من خلال مواقع الشبكات الاجتماعية وعلاقتها برأس المال الاجتماعى .رسالة ماجستير، كلية الإعلام، جامعة القاهرة.

Adam, D.,I .,Kramer (2014) Experimental evidence of massive scale emotional contagion through social networks, department of communication and information science ,cornel university ,Ithaca,. vol. 111 no. 24

Albert ,L., Harris ,Alan Rea (2009).Web 2.0 and virtual world technologies :A growing impact on IS Education ,Journal of Information Systems Education,vol.20,p141.

Amanda Lenhart, Mary Madden (2007). Teens ,privacy & onlinesocial Networks: How teens manage their online identities and personal information in the age of Myspace. unpublished report .The Pew internet & American life project,U.S.A, P2.

Barnes, S. ,A privacy paradox(2007): Social networking in the United States. Journal of First Monday,Vol 11 , No.9 .

Boyd ,d.m.&Ellison,N.B(2007).Social Network Sites :Definition ,history and scholarship,Journal of computer- mediated communivation ,13(1) ,pp210-230.

Buunk,B., Horrens,V.(1992).Social support and stress: the role of social comparison and social exchange processes ,British journal of clinical psychology,Vol 31, p445-457.

Cam,E. & Isbulan,O.(2012) .Anew addiction for teacher candidates: social networks, the Turkish online, Journal of Educational Technology, Vol 11,No.3,p14-19.

Catalina Laura Toma (2010).Affirming the self online: Motives, benefits and costs of facebook use.unpublished PH.D. New York. cornell university.

Christy, chiu, Mathew(2011).online social networks:why do students use facebook?. Human behavior,Vol 27,P1337-1343.

Cohen ,S., Sherrod, D.,R. , clark, M.,S.(1986).Social skills and stress :protective role of social support ,journal of personality and social psychology ,U.S.A

Colarossi, Liza G . (2000): Gender differences in social support from parents, teacher, and peer: Implications for adolescent development, Dissertation abstracts international, Vol 61, No.2,p767

Duck, S.,W., Silver, R.,C.(1995).Personal relationships and social support. John Wily &Sons Ltd, London.

Estrada, Brain(2010) : Evolution Of User Activity with Tim On Third – Party Facebook Applications, : Proudest Dissertations and Theses", Section 0029, Part 0464, (M.S Dissertation), UNIVERSITY OF CALIFORNIA ,United States,

Farvolden, Peter, Cunningham, John ,Selby, Peter (2009). Using E-health Programs to Over Come Barriers to the Effective Treatment of Mental Health and Problems, Journal of Technology in Human Services, Vol. 27 ,No.1.

Greenglass,E,R (1993).The contribution of social support to coping strategies. Applied psychology:An international reviews.

Hall. Alice.(2009). College Students' Motives for Using Social Network Sites and Their Relationships to Users' Personality Traits, Conference Papers - International Communication Association, Annual Meeting, p1-38.

Haukins,J.M. and Allen,R (1991): Oxford Encyclopedia oxford, clarendon press.

Hieftje, Kimberly(2009). The Role of Social Networking Sites as a Medium for Memoriaization In Emerging Adults, the faculty of the University Graduate School PhD Health Behavior in the School of Health, Physical Education and Recreation Indiana University

House,J.,S.(1981). Work stress and social support, reading mass addition, New York.

James Trier (2007). Cool engagements with Youtube:Part 2 ,Journal of Adolescent & Adult Literacy.Vol.50,No.7.

Jarkko Rantamakaki(2008). Perceived User Value Of Social Networking, Helsinki University of Technology , journal of TKKT-110. 5190 Seminar on Internetworking.

Joy peluchette ,Katherine Karl (2008).Social Networking Profoles :An examination of student attitudes regarding use and appropriateness of content ,cyberpyschology &behavior ,Vol 11,No.1.

Kaplen,R.,M,Sallis,J.,F.,Patterson,T.,L.(1993).Health and human behavior, McGraw Hill Inc publisher ,New York,pp.141-145.

L. Moore.- Fear of Change: FaceBook Messenger, August12,2014, available at: - http://blog.appdata.com/page/3

Laura, O., Walz (2008). The relationship between college students use of social networking sites and their sense of belonging .unpublished PH.D ,university of Hartford .

Lepore,S.J(1994).Social support .Encyclopedia of human behavior,Vol 4,p247-251.

Lopez, E., Ehly, S., & Garcia, V. (2002). Acculturation, social support and academic achievement of Mexican and Mexican American high

Lopez,f.(1995).contemporary attachment theory .an introduction with implications for counseling psychology, the counseling psychology,vol.23

Mark, A., Urista, Qingwen dong, Kenneth D. Day (2009).Explaining why young adults use My space and Facebook through uses and gratifications theory , Human communication, Vol 12,p.p 215- 229

Matthew Boogart (2006).uncovering the social impact of facebook on a college campus ,unpublished M.S. ,Manhattan ,kensas, state university.

Mazer, J., P., Murphy, R. E., Simonds, C., J. (2009). The effects of teacher self- disclosure via Facebook on teacher credibility. Learning, Media and Technology, Vol 34 ,No.2, p175–183.

Mazman ,S.G&Usluel,Y.K(2009).The usage of Social Networks in educational context,World Academy of Science, Engineering and Technology, Vol 49,p404-408.

Melissa R. Walter. (2008) . Campaigning in the new millennium: How the new media affects college Students"attention to and participation in the political process. Unpublished M.A, University of South Alabama,

Mia fisher (2010).Birds of a feather flock together : homophilily in the context of web2.0 in online social networking sites such as facebook"unpublished M.A., Charleston,the graduate school of the college Charleston.

Miura, Asako, Kawaura, Yasuyuki (2008). What is the Knowledge- Sharing Communit? A Content Analysis of Posted Q A and Users Perspectives on the Community, Japanese Society of Psychology. Inc, The Japanese Journal of Social Psychology, Vol 23,Issue: 3.

Moorman,J., Bowker,A.(2011).The university facebook experience:the role of social networking on quality of interpersonal relationships ,The American Association of Behavioral and Social Sciences Journal,Vol 15,p1-23.

Nicole Ellison (2007). Facebook use on campus : A social capital perspective on social network sites,journal of computer mediated communication , http: jcmc.indiana.edu

Nurul Ain iM Nordan, Ahmed 1. z. Abid, Ahamood, and Noreer (2008).Examining the knowledge characteristics, Journal of world Academy of Science ,Engineering and Technology,vol.45,p.248 -

Olson,D.,liu,J.,Shultz(2012) The Influence of facebook usage on perceptions of social support ,personal efficacy ,and life satisfaction .Journal of organizational psychology, Vol 12,p.133-144

Pempek, Tiffany A.Yermolayeva, Yevdokiyq A.Calvert, Sandra L (2009): college Students? Social Networking Experiences on Facebook ". Journal of Applied Developmental Psychology", Vol 30 (3), May-jun.

Petter. Bee ,Jan helm (2009).Why people use social networking sites ?, Journal of computer science , Vol 56,issue21,p150.

Pierre Cahuc(2009). On the Efficiency Of Search with Social Networks, Journal Of Public Economic Theory, Vol 11, No. 3, P349-414.

Rubin,Kenneth , Coplan,Robert , Chen,Xinyin , and Mckinnon ,Jo-Ann (1994) . Peer relationships and influences in childhood . Ramachan – dran , V . Encyclopedia of Human Behavior, San Diego: Academic Press Inc. Vol. 3, P 431-439.

Sarafino ,p(1999).The role ofsocial support in adjustment to loss, journal of personality,Vol 10,No.6,P108- 117.

Sarson,L.,G. (1983).Assessing social support :the social support questionnaire ,journal of personality and social psychology,Vol 44,No.1 ,p127-139

Scholz, Lucie.(2013) Brand management and marketing of Luxury Goods, Hamburg, Anchor, Academic publishing .

Shumaker, S.A.& Brownell,A(1984).Toward a theory of social support :closing conceptual gaps, Journal of social issues,Vol.40,No.4,P11-36.

Simon Kemp(2015).Digital, Social & Mobile in India in 2015 , available at: http://wearesocial.net/tag/sdmw

Skog, D (2005). Social interaction in virtual communities: The significance of technology , International Journal of Web Based Communities, Vol.1 , No.4, , P 464.

Spraggins, Andrea (2010): Problematic Use of Online Social Networking Sites For college Students: Prevalence, Prevalence, Predictors, and Association with Well- Being," Proudest Dissertations and Theses", Section 0070, Part 0603 (Ph.D.Dissertation). United States, California, University of Florida. http:// Proquest. Umi. Com

Stefan Stieger.,Christoph Burger,(2014) " Lets go formative: Continuous student ratings with Web 2.0 application Twitter ". Mary Ann Liebert Inc - Cyber psychology and Behavior,In :http://www ncbi.nlm.nih. gov/ pubmed/ 19839733.Retrieved October 23, 2014.

Stutzman, F,(2006). An Evaluation of Identity-Sharing Behavior in Social Network Communities , International Digital and Media Arts Journal,Vol. 3 , No.1 .

Teka,R.(2011).Acomparison of facebook addiction between social and Hard Sciences students,M.D,Institute of Graduate Studies and Research,Eastern Mediterranean University.

Tiffany,A,Yevdokiya,A,& Sandra L.(2009).College students social networking experiences on facebook. journal of applied developmental psychology,Vol.30,P 227-238.

Valeie barker (2009).Older adolescents motivations for social network sites use: the influence of gender ,group identity and collective self- esteem. cyberpsychology &behavior,Vol12,No.2 P 209-213.

Vanglist, A.(2009). callenges in conceptualizing social support, Journal of social and personal relationships, Vol26,No.39,P39-51.

Whitty Monico T(2009):The five phases on online,Romm-livermor,Celia(ED),Setzekorn,Kristina(ED).Inc, PsycoINFo, 2009,p.p.1-7

Williams ,D (2006).ON and off the net :scales for social capital in the online era ,Journal of computer mediated ,vol.11.

Yesim Wlusu (2010),"Determinant factors Of time spent on facebook:Brand community engagement and usage types" Journal of Yasar university , Vol 18,No5.

obeikan.com