

## التحليل النقدي للأطر المعرفية والنظرية والمنهجية لبحوث إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الدراسات العربية والغربية خلال العقد الثاني من القرن الحادي والعشرين

د / هيثم جوده مؤيد(\*)

### ■ مقدمة:

مر مفهوم الإدمان الرقمي بمرحلتين؛ الأولى مرحلة دراسات إدمان الإنترنت، التي ظهرت على يد عالمة النفس الأمريكية كمبرلي يونج (1996) Kimberly Young كأول باحثة عكفت على دراسته وعرفته على أنه اضطراب سلوكي ناتج عن الاستخدام المكثف للإنترنت بشكل يزيد عن ٣٦ ساعة أسبوعياً، يفضي هذا الاستخدام المتزايد إلى صعوبة لدى الفرد في التخلص من استخدام الإنترنت (Masur et al.,2014,377)، أعقب يونج عدد من الباحثين توصلوا إلى أن استخدام الإنترنت بمعدلات مرتفعة يفضي إلى بعض التأثيرات السلبية ويرون أن الإدمان لا يعكس تماماً ظاهرة الاستخدام الزائد وكلاهما لا يؤدي نفس الأعراض (Beard& Wolf,2001,378).

وحتى يتم تمييز الإدمان على الإنترنت عن بعض الأعراض النفسية الأخرى، لجأ بعض الباحثين لبعض المعايير المتوفرة لتشخيصه على أنه إدمان يتوافر فيه شروط الإدمان المعروفة ومنها؛ أن يكون الشخص مشغولاً بالتفكير بالإنترنت أو بوسائل التواصل الاجتماعي، حتى وهو غير متصل أو في مكان آخر بعيد عن التواصل، فيما يشعر بالاكئاب وتعكر المزاج عندما يكون مضطراً إلى تقييد ساعات استخدامه.

فإدمان الإنترنت وإدمان المخدرات على سبيل المثال كلاهما يعبران عن تجربة ذاتية، ويجمع بينهما تغيير المزاج، الانسحاب الاجتماعي، الصراع، الشعور بالضيق والكدور والوحدة (شاهين، ٢٠١٥، ٢١٦)، حيث يقوم الفرد مدفوعاً نحو الاعتماد عليه ومنشغلاً به عما سواه ولا يستطيع الابتعاد عنه، أو في على الأقل تقليص الوقت الذي يقضيه في تصفح مواقعه، فالفرد يدمن الأنشطة الاتصالية على الإنترنت بهدف تحقيق الرضا والإشباع النفسي والهروب من المشكلات النفسية، مما يترتب عن ذلك عديد من الآثار التي تظهر في شتى مجالات الحياة الشخصية، سواء النفسية أو الاجتماعية بفقدانه للعلاقات الاجتماعية في الواقع المادي، أو فقدان وظيفة أو فرصة تعليمية أو مشاكل في الصحة العامة (Yao& Zhong,2014,165).

---

\* الأستاذ المساعد بقسم الإعلام التربوي بكلية التربية النوعية – جامعة الزقازيق.

ومن أبرز المظاهر السلبية لظاهرة الإدمان على استخدام الإنترنت شعور الأفراد بالوحدة وعدم التوازن والخلج عند التماور وجاهاً إلى وجاه وهذا ما يعكس عدم الثقة بالنفس والشعور بضعف التقدير الذاتي ومن ثم الهروب إلى الإنترنت لإنشاء مفهوم ذات مثالي يحل محل مفهوم ذاته الواقعي الضعيف عبر عالمه الافتراضي بالإضافة إلى ضعف المشاركة الاجتماعية، وفشل في السلوكيات البسيطة المتمثلة في التواصل مع الأسرة والأصدقاء والزملاء (Suissa, 2014,29).

وقد قسمت الأدبيات الغربية الإدمان على استخدام الإنترنت إلى عدة أنواع هي: إدمان الفضاء الجنسي Cyber sexual addiction، وإدمان المقامرة والشراء عبر الإنترنت Net-compulsion، إدمان البحث الزائد عن المعلومات Information overload، وإدمان الهاتف المحمول mobile phone addiction، وإدمان ألعاب الكمبيوتر Computer addiction، وإدمان الفضاء السبيرياني Cyber Space، وهو ما أطلق عليه لاحقاً إدمان مواقع التواصل الاجتماعي (Leung & Chen, 2018,3).

أما المرحلة الثانية مرحلة دراسات إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، التي جاءت مع الاستخدام المتزايد لمواقع التواصل الاجتماعي، فقد افضى الاستخدام المتزايد لمواقع التواصل الاجتماعي إلى ظهور نمط جديد هو إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وأصبح له أعراض ومظاهر تختلف نسبياً عن إدمان الإنترنت (Sahin, 2017,121).

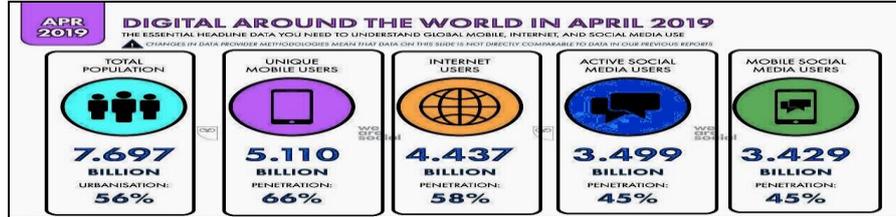
وقد عُرف هذا النمط من الإدمان على أنه سلوك قهري يرتبط بالاستخدام المفرط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يفضي إلى استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية إلى علاقات سطحية مما ينعكس بالسلب على بعض المظاهر النفسية المتمثلة في الإحساس بالاكتئاب وضعف تقدير الذات وفشل في العلاقات الاجتماعية والتأثير السلبي على الأداء المهني والوظيفي (Leung & Chen, 2018,3).

ومن مظهر إدمان مواقع التواصل الاجتماعي عدم استطاعة الفرد الابتعاد والتخلي عنها يوماً بأكمله، حيث ينتابه عدة اضطرابات منها انشغاله بمتابعة الإشعارات، خوفاً من فقد الاتصال مع الآخرين، ومراقبة التعليقات (comment)، والإعجاب (like) والشير (share) للأحداث والصور التي يقوم بنشرها بشكل مستمر على مواقع التواصل الاجتماعي، فمدمن مواقع التواصل الاجتماعي يفتقر إلى النوم طوال الليل لمتابعة ما قام بنشره وكذلك متابعة الآخرين، فهو دائماً في حالة قلق وخوف من فقد عملية الاتصال مع الآخرين، كما يشعر بالضيق عندما لا يجد تفاعل من قبل أصدقائه على التحديثات الذي قام بنشرها (علم الدين، 2018).

وقد اتفقت غالبية الأدبيات الغربية على وجود مكونات لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي تعد محكات دالة عليه تتمثل في ستة أبعاد: الأول البروز Salienc الذي

يحدث عندما يصبح سلوك استخدام مواقع التواصل الاجتماعي أهم الأنشطة الاتصالية وأكثرها قيمة في حياة الفرد، بحيث تسيطر على تفكير بشكل لا يستطيع التخلص منها؛ الثاني تعديل المزاج Mood modification وتشير إلى الخبرة الذاتية التي يشعر بها الفرد عند استخدامه لتلك المواقع كأن يشعر بأن تلك المواقع تنسيه همومه ومشاكله اليومية؛ الثالث التحمل Tolerance وتتعلق بميل الفرد لزيادة عدد ساعات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لإشباع رغبته فيستخدم كل ما هو متاح من تصفح الأخبار ومتابعة الأصدقاء والدراسة معهم فلا يترك الموقع إلا بعد التعب الجسماني؛ الرابع الانسحاب Withdrawal وهي المشاعر غير السارة والأرق والملل والحالات المزاجية والعصبية التي تنتاب الفرد إذا حُرِم من الدخول إليها؛ الخامس الصراع Conflict وهي الحالة التي تنشأ بين الفرد مدمن مواقع التواصل الاجتماعي والمحيطين به فينشأ الصراع والتضارب بينه وبين حياته الاجتماعية واهتماماته الشخصية وأنشطة العمل، السادس الانتكاس Relapse ويقصد الميل للرجوع لها بعد محاولات فاشله في الإقلاع عنها (Sherman, 2011,7;Kuss& Griffiths,2017,6; Ramayah et al., 2017,2).

والمتتبع للأدبيات التي تناولت ظاهرة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي يجد اهتمام ملحوظ من قبل العلماء والباحثين لدراسة التأثيرات النفسية والاجتماعية لتلك الظاهرة الإدمانية التي جاءت مع تصاعد استخدام شبكة الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، إذ تشير الإحصائيات لعام ٢٠١٩ أن مستخدمي الإنترنت على مستوى العالم بلغ عددهم ٤,٣ مليار مستخدم، منهم ٣,٤ مليار مستخدم نشط على مواقع التواصل الاجتماعي، وتبلغ الزيادة السنوية مليون مستخدم على مدار العام بواقع ١٣ مستخدم جديد في الثانية (Kemp,2019).

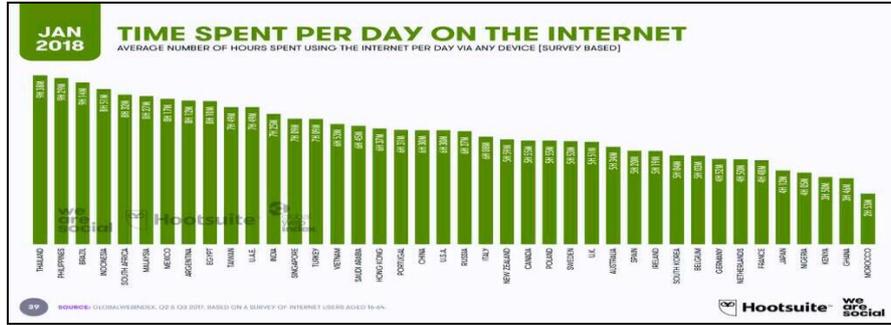


شكل رقم (١) عدد مستخدمي الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي على مستوى العالم لعام ٢٠١٩

المصدر : wearesocial.com

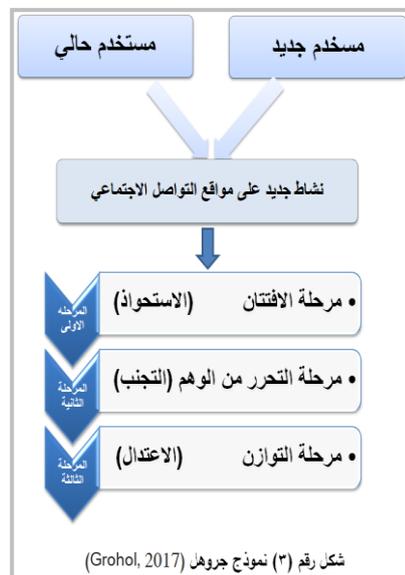
وقد اعقب تلك الزيادة في المستخدمين الجدد لمواقع التواصل الاجتماعي زيادة في عدد ساعات الاستخدام اليومي لها، إذ يشير أحدث تقرير عن الاستخدام اليومي لشبكة الإنترنت لعام ٢٠١٨، أن دولة تايلند جاءت كأعلى دولة في الاستخدام

اليومي بمتوسط تسع ساعات و ٣٨ دقيقة، وجاءت مصر في الترتيب التاسع بمتوسط ٨ ساعات و ١٠ دقائق يومياً، أما أقل الدول استخداماً للإنترنت جاءت دولة المغرب بمتوسط استخدام يومي ساعتين و ٥٣ دقيقة (Kemp,2019).



شكل رقم (٢) معدل استخدام الإنترنت اليومي على مستوى العالم لعام ٢٠١٨  
المصدر : wearesocial.com

وقد اتفقت الدراسات على أن الاستخدام المتزايد لمواقع التواصل الاجتماعي يفضي إلى إدمانها، وقد قدم جروهل نموذج Grohol model يفسر العلاقة بين زيادة الاستخدام ودرجة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وشبكة الإنترنت، ويؤكد Grohol أن سلوكيات الأفراد تطويرية، ويرى أن هناك مراحل للإدمان يمر بها المستخدمين الجدد تنتج عن الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي وهي (Grohol, 2017) :



شكل رقم (٣) نموذج جروهل (Grohol, 2017)

### مرحلة الافتتان (الاستحواذ) Enchantment (obsession)

وفيها ينغمس المستخدم الجدد في الأنشطة الاتصالية الزائدة، إذ يحاولون استكشاف كل ما هو جديد نظراً لأن هذه البيئة أكبر بكثير من أي شيء رأوه قبل ذلك، كذلك يتحدث مع الآخرين والشغف نحو متابعة الآخرين بشكل يصعب عليه التخلص من هذا النشاط، وهي المرحلة الأولى من الإدمان على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ويرى جروهل باعتبار أن سلوكيات الأفراد تطويرية فحتماً سينقل الأفراد من هذه المرحلة وإن طالت إلى مرحلة تالية وهي مرحلة التخلص من تلك الأعراض الإدمانية وهنا تأتي المرحلة التالية.

### مرحلة التحرر من الوهم (التجنب) (Disillusionment (Avoidance):

حيث يحاول المستخدمون التخلص من الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي بشكل تدريجي، وهنا يمر بعدة انتكاسات متمثلة في محاولات فاشلة لأكثر من مره بقلع ثم يرجع، إلى أن يستقر سلوكه في النهاية بشكل يجعله يتخلص من النشاط الزائد على مواقع التواصل الاجتماعي، ومن ثم يصل إلى المرحلة التالية.

### مرحلة التوازن (الاعتدال) (Balance(Normal):

والتي فيها يتم استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل طبيعي، للحصول على المعلومات أو المشاركة الاجتماعية أو الدعم النفسي دون التعلق بها بشكل مرضي.

#### ■ مشكلة الدراسة:

ظهرت خلال السنوات القليلة الماضية عدة اتجاهات بحثية في مجال التأثيرات النفسية والاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي مرتكزة على إبراز الجوانب السلبية لتلك المواقع، ويواجه هذا الاتجاه تحديان: الأول يتعلق بالأنشطة التي يمكن أن تشكل إدماناً لمستخدم المواقع الاجتماعية؛ والثاني يشير إلى أسباب الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي، وتتطلب هذه البحوث من تصور أن هذه المواقع تسمح للأفراد بتلبية الحاجات النفسية التي لا يتم تلبيتها في الواقع الحقيقي مثل الحصول على الدعم الاجتماعي والشعور بالانتماء لجماعة والإفصاح عن الجوانب الخفية من الشخصية (بخيت، ٢٠١٥، ٧).

ويرى أصحاب هذا الاتجاه أن انخفاض المظاهر النفسية تعد أحد الأسباب التي تدفع الأفراد إلى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي؛ لذا حاول أصحاب هذا التوجه الربط بين متغيرات الشخصية، وبعض المتغيرات النفسية وإدمان مواقع التواصل الاجتماعي على اعتبار أن الإدمان متغير تابع للسمات الشخصية ونتيجة لانخفاض مظاهر الصحة النفسية الناتجة عن التنشئة الاجتماعية وضغوط الحياة (Burwell et al, 2018,142).

وفي المقابل هناك تيار بحثي يرى أن الإدمان له تأثير على المظاهر النفسية والاجتماعية ويتعامل مع الإدمان كمتغير مستقل له تأثيرات مختلفة على المستوى النفسي والاجتماعي، ومن أبرز مظاهر التأثير النفسي لإدمانها انخفاض معدلات السعادة النفسية، وإصابة الأفراد بحالة من الوحدة النفسية والاكتئاب والقلق والخوف من فقدان الأصدقاء نتيجة الأبتعاد عن استخدامه، وكذلك تفكك العلاقات الرومانسية، بالإضافة إلى المشاعر السلبية الناجمة عن المقارنة الاجتماعية المستمرة، نتيجة مشاهدتهم بعض الصور أو المواقف التي توجب صراعهم مع أنفسهم، وتنعكس عليهم سلباً وكذلك انتهاك الخصوصية، (Xue et al,2018,279).

ومن أبرز مظاهر التأثير الاجتماعي السلبي لإدمانها، تأثر الأداء الأكاديمي والمهني بالإضافة إلى خلق نوع من العزلة الاجتماعية وعدم الثقة في العلاقات وغياب التعلق الاجتماعي، حيث قل من متانة العلاقات الاجتماعية سواء في محيط الأسرة أو الأصدقاء أو زملاء العمل أو في الدراسة وأدى إلى ميلاد مجتمع يحمل عوامل القطيعة مع التقاليد الثقافية وانعكس بالسلب على علاقات الشباب بعائلاتهم وتدمرهم من زيارات الأقارب، وفقد التواصل العائلي الكثير من المعاني الاجتماعية، واستبدلت الزيارات العائلية في المناسبات والأعياد بمنشورات على الصفحات الشخصية (Turel, Brevers & Bechara,2018,85; Burwell et al, 2018,142).

وقد دفع هذا الاهتمام وتلك الاتجاهات عدد من الباحثين إلى إجراء دراسات لتقويم حالة البحث في هذا المجال بهدف رصد أبرز الاتجاهات البحثية والنظرية وتقييم نتائجها وكشف نواحي الضعف فيها واقتراح اتجاهات جديدة للبحث، واعتمادا على التحليل الكيفي وتحليل المستوى الثاني لعينة متاحة من الإنتاج العلمي المنشور في دوريات علمية عالمية محكمة، تتعلق ببحوث إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، تهتم الدراسة الحالة برصد مسار تطور الأطر المعرفية والنظرية والمنهجية في بحوث إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لمعرفة الأبعاد المتعلقة بالتأثيرات النفسية والاجتماعية لتلك الظاهرة وهو ما يساعد في وضع خريطة أولية لأجندة الاهتمامات البحثية في هذا المجال.

#### ■ أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة الى تحقيق مجموعة من الأهداف الرئيسية والتي تتمثل فيما يلي:

١. رصد الدراسات التي تناولت التأثيرات النفسية والاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الفترة من ٢٠١١-٢٠١٩ في مختلف دول العالم.
٢. اكتشاف الموضوعات والقضايا البحثية التي عالجتها الدراسات عينة التحليل.
٣. رصد وتحليل الأطر النظرية والمنهجية المستخدمة في دراسات التأثير النفسي والاجتماعي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي في كل من البحوث العربية والأجنبية إضافة إلى رصد أهم النتائج التي توصلت لها.
٤. تقديم رؤية نقدية لدراسة التأثيرات النفسية والاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفق للموضوعات والمجالات البحثية والأطر النظرية والمنهجية في ضوء المقارنة بين الدراسات الأمريكية والأوروبية والآسيوية والعربية.
٥. وضع رؤية مستقبلية واقتراح أجندة بحثية عن مسار البحوث والدراسات في مجال دراسات إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

#### ■ منهجية الدراسة:

تنتمي الدراسة الحالية إلى الدراسات الوصفية التحليلية المقارنة، وهذا النوع من الدراسات لا يكتفي بمجرد رصد وتوصيف عناصر الظاهرة والإشكالية المدروسة وإنما

تمتد الى أفاق أكثر رحابة تتمثل في تحليل الظاهرة والكشف عن العوامل والمتغيرات المرتبطة بها والمؤثرة فيها، من خلال دراسة امتداداتها التاريخية وجذورها وعوامل تشكلها، واعتمدت الدراسة في ذلك على منهج التحليل من المستوى الثاني Secondary analysis للبحوث المتاحة المنشورة في دوريات أجنبية وعربية كذلك رسائل الدكتوراه العربية والأجنبية، حيث تم إخضاع كل دراسة وبحث للتحليل من خلال استخلاص الإضافات المعرفية والنظرية والمنهجية والتطبيقية، أعقب ذلك تحليل نقدي شامل للبحوث بشكل إجمالي بهدف الوقوف على أبرز الموضوعات والمجالات البحثية والأطر النظرية والمنهجية في الدراسات المرتبطة بمجال التأثيرات النفسية والاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

#### ▪ مجتمع وعينة الدراسة:

يحدد الإطار الموضوعي لمجتمع التحليل، في مجموعة الدراسات والبحوث سواء المنشورة أو غير المنشورة باللغتين العربية والإنجليزية، ذات الصلة بموضوع التأثيرات النفسية والاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بمختلف دول العالم، التي استطاع الباحث الحصول عليها من خلال المسح الشامل للمكتبتين العربية والغربية سواء من خلال المكتبات التقليدية، أو من خلال قواعد البيانات والمعلومات المتاحة على شبكة الإنترنت باستثناء (الكتب ورسائل الماجستير) خلال الفترة الزمنية من ٢٠١١م وحتى ٢٠١٩م، وقد بلغ عدد الدراسات والبحوث التي تم إخضاعها للتحليل نحو ٨٧ بحثاً ورسالة دكتوراه، بواقع ٧٠ دراسة اجنبيه، ١٧ دراسة عربية.

**واعتمد الباحث على قواعد البيانات العربية والعالمية على شبكة الإنترنت والمجلات العلمية في انتقائه للدراسات والبحوث المتاحة والمنشورة، وتمثلت أبرزها في:**

- موقع اتحاد مكتبات الجامعات المصرية
- Academic Search Ultimate - EBSCO
- Science Direct
- Emerald
- Proquest
- All Academic
- google scholar
- المجلة المصرية لبحوث الصحافة
- المكتبة الرقمية السعودية
- المكتبة الرقمية الخاصة بـ "دار المنظومة"،
- المكتبة الرقمية الخاصة بـ "بنك المعرفة المصري".
- قاعدة بيانات المنهل

**واستخدمت المصطلحات التالية في عمليات البحث المرتبطة بمتغيرات الدراسة الحالية:**

- Addiction; overload; problematic; compulsive sage; excessive; abuse; social networking sites; social media; Facebook& Addiction; twitter& Addiction; instagram& Addiction; YouTube& Addiction; psychological well-being; neuroticism; extraversion; Self – Esteem; self-concealment.

## ■ الاتجاهات البحثية في الدراسات عينة التحليل:

يسعى الباحث من خلال مراجعة الدراسات التي تناولت إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الفترة من ٢٠١١-٢٠١٩م الى تقديم رؤية تحليلية نقدية من خلال التركيز على القضايا والموضوعات والاطر النظرية والمنهجية داخل كل دراسة، وفق للمحاور التالية:

### المحور الأول: استعراض الدراسات المرتبطة بالتأثيرات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي

- تنوعت الدراسات والبحوث التي اهتمت بالتأثيرات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، في كل من الدراسات الغربية والعربية، وقد ركزت دراسات هذا المحور على أربعة اتجاهات بحثية وفق لما يلي:
- اتجاه أول تناول العلاقة بين السمات الشخصية وإدمان مواقع التواصل الاجتماعي.
  - اتجاه ثاني تناول تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات تقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة.
  - اتجاه ثالث تناول العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب والإحساس بالوحدة النفسية والقلق والخوف من الفقد الاجتماعي FOMO.
  - اتجاه رابع تناول العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي

### الاتجاه البحثي الأول الدراسات التي تناولت علاقة السمات الشخصية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي

ينظر هذا الاتجاه البحثي إلى الإدمان على انه يستند إلى قابليات إدمانية أو شخصيات إدمانية، ويرى أن السمات الشخصية بمثابة عوامل تنتبأ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، فالسلوك الفردي على مواقع التواصل الاجتماعي يرتبط ارتباطاً كبيراً بشخصية المستخدم، وفي إطار ذلك حاولت العديد من الدراسات الربط بين الإدمان والسمات الشخصية التي تصنف إلى خمسة عوامل هي: العصائية؛ الانبساطية؛ المنفتحة؛ المقبولية؛ يقظة الضمير، ويمثل كل عامل تجريباً لمجموعة من السمات المتناغمة (Kircaburun & Griffiths, 2018, 160)، فمدمني مواقع التواصل الاجتماعي يعانون من الاكتئاب والقلق واضطرابات تعديل المزاج والغضب والخجل وشدة التعلق بمواقع التواصل الاجتماعي وهي أحد السمات السلبية للعصائية (سراج، ٢٠٠٧، ٥٤ )، ويتصفون كذلك بالانرجسية، وضعف تقدير الذات، وإهدار الوقت والعمل وهي أحد السمات السلبية للانبساطية (Ershad & Aghajani, 2017, 29)، ويميلوا إلى الهروب من الواقع الفعلي إلى الخيال، وحرية التعبير، وبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين حتى مع أولئك الذين يختلفون معهم فكرياً بهدف الحصول على الدعم الاجتماعي وبناء رأس مال اجتماعي وهي سمات عامل التفكح (Müller et al., 2016, 176)، ويتسمون بضعف الثقة بالنفس وتفكك

أواصر العلاقات الاجتماعية وإساءة فهم سلوك الآخرين نحوهم وهي أحد السمات السلبية للتقبل، كما يتسمون بسمة عدم الشعور بالكفاءة وعدم القدرة على ضبط النفس والإحباط وقلة التركيز وهي من السمات السلبية لعامل يقظة الضمير. (سراج، ٢٠٠٧، ٥٤؛ Masur et al.,2014,377).

**وفي إطار العلاقة بين السمات الشخصية الخمسة وتأثير الإدمان جاءت الدراسات التالية:**

قامت دراسة (Kuss&Griffiths,2011) بتحليل الادبيات التي تناولت الإدمان الرقمي وادمان مواقع التواصل الاجتماعي بهدف تشخيص ابعاد ظاهرة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومعرفة أنماط ودوافع ادمان الافراد لها، مع دراسة السمات الشخصية لمدمني استخدامها ، وخلصت الدراسة في نتائجها إلى أن الافراد يستخدموا مواقع التواصل الاجتماعي من أجل تحقيق أهداف اجتماعية تتمثل في الحفاظ على العلاقات التي كونها الأشخاص في حياتهم الواقعية، وبالتالي لا يستطيعوا الابتعاد عنها خوفاً من فقد الاجتماعي، كما أوضحت الدراسة اتجاه الأشخاص الذين يشعرون بالانبساط النفسي إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من أجل تعزيز علاقاتهم الاجتماعية، في حين يلجأ الأشخاص الانطوائيون إلى استخدام هذه المواقع من أجل تعويض الشعور بالوحدة، كما تزداد نسب استخدام كل من الاشخاص منخفضي الوعي ومرتفعي الشعور بالانرجسية لمواقع التواصل الاجتماعي، وأضافت الدراسة في نتائجها وجود ارتباط سلبي بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وكل من انخفاض مشاركة المستخدمين في الأنشطة الاجتماعية الواقعية مع التأثير السلبي على القدرة على الإنجاز الأكاديمي ووجود مشكلات في العلاقات التفاعلية، حيث يمثل كل ما سبق مؤشرات تنبؤية تتعلق بظاهرة إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

وتعد دراسة (Andreassen, Torsheim, Brunborg& Pallesen, ٢٠١٢) من الدراسات الرائدة التي تناولت ادمان الفيسبوك حيث استهدفت استكشاف ابعاد ظاهرة ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وبصفة خاصة الفيسبوك بهدف تشخيص أبعاده والعلاقة بينه وبين السمات الشخصية، وفي إطار ذلك طبقت مقياس على عينة قوامها ٤٢٣ من طلاب جامعة بيرجن، وقد توصلت الدراسة الى وجود ستة محكات دالة يستدل من خلالها على ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وهي البروز Salienc وتعديل المزاج Mood والتحمل Tolerance والانسحاب Withdrawal والصراع Conflict ثم الانتكاس. Relapse.

وهدفت دراسة (Hong et al.,2014) التعرف على التأثيرات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، واستكشاف علاقة الإدمان بالسمات الشخصية الكبرى (العصابية؛ الانبساطية؛ المنفتحة؛ المقبولية؛ يقظة الضمير)، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢١٥ مفردة من طلاب جامعتين بشمال تايوان ممن تتراوح أعمارهم ما بين

٢٢-١٨ سنة ، طبق عليهم مقياس لإدمان الفيسبوك من إعداد الباحث، ومقياس تقدير الذات Rosenberg's self-esteem scale بالإضافة إلى اختبار الشخصية Lai's personality test، أكدت النتائج وجود تأثير سلبي للإدمان على أبعاد النفسية المتمثلة في تقدير الذات، والانبساط الاجتماعي، الشعور بالدونية، العصابية، الاكتئاب، كما أشارت النتائج إلى أن الشخصيات العصابية والانبساطية هم أكثر الشخصيات شعوراً بانخفاض معدلات تقدير الذات لديهم، ويفتقدوا إلى الثقة بأنفسهم ولا يشعروا بالأمان في العلاقات الاجتماعية الحقيقية مما يجعلهم يلجأوا لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي كنوع من التعويض الاجتماعي لمشاكلهم المتعلقة بالانطواء، وهنا تصبح تلك المواقع وسيلة هروب يدخلوا فيها باستمرار مما يعطيهم شعوراً زائفاً بالقوة والإنجاز، والعمق وهي أمور ترفع من قيمة مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم مما يجعلهم لا يستطيعوا الابتعاد عنها، كما بينت النتائج أن الشخصيات العصابية والانبساطية دائماً في حاجة للحصول على مكافآت واضحة (الإثابة) تتمثل في إبداء الإعجاب (Like) ونشر التعليقات، مما يعزز لديهم الإحساس بالأنا، في المقابل تمثل ردود أفعال المستخدمين الإيجابية والسلبية وكذلك دوافعهم المختلفة لاستخدام الفيسبوك عاملاً قد يعزز أو يقلل من احترام الذات، كما أكدت النتائج أن الشعور بالاكتئاب يعد مؤشراً لإدمان الفيسبوك إلا أنها لم توضح ما إذا كان هذا الشعور بالاكتئاب هو السبب في إدمان الفيسبوك أم نتيجة لهذا الإدمان.

كما هدفت دراسة (Hong & Chiu, 2016) التعرف على تأثير الخصوصية النفسية في استخدام الفيسبوك، ومعرفة العلاقة بين دوافع استخدامه وإدمانه لدى المراهقين في تايوان، وكذلك استكشاف التأثيرات النفسية المترتبة على إدمانهم له، وقد تبنت الدراسة نظرية الاستخدامات والإشباع كإطار نظري مفسر لطبيعة العلاقة بين دوافع وإدمان الاستخدام، وقسمت الدراسة الدوافع إلى نوعين: الأول هو إشباع المعالجة (الدوافع المرتبطة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي للحصول على المعلومات والتواصل مع الأصدقاء ومتابعة أخبارهم وتكوين صداقات جديدة)؛ والثاني هو إشباع المحتوى (الدوافع العاطفية المرتبطة بالاستمتاع والمرح والتسلية وتجربة كل ما هو جديد) وفي إطار ذلك استخدمت الدراسة المنهج التجريبي بالتطبيق على عينة قوامها ٢٢٥ مفردة من طلاب جامعتين في شمال تايوان ممن تتراوح أعمارهم ما بين ١٨-٢٢ سنة استخدموا مواقع التواصل الاجتماعي لمدة ستة أسابيع، أكدت النتائج وجود علاقة بين دوافع استخدام الفيسبوك وإدمانه من بين هذه الدوافع العاطفية المرتبطة بالاستمتاع والمرح والتسلية وتجربة كل ما هو جديد والتي تعد أحد أسباب إدمان الفيسبوك، كما أكدت النتائج أن الشخصيات الانبساطية والانطوائية يعانون من الإدمان على استخدام الفيسبوك، فالمرهق الانطوائي لديه درجة عالية من الخصوصية النفسية وكذلك لديه ضعف في العلاقات الاجتماعية فهو أكثر ميلاً للعلاقات الاجتماعية عبر مواقع التواصل الاجتماعي كبديل للعلاقات في الواقع المادي، أما المرهق المنبسط يستخدم المنصات في التعبير عن نفسه بهدف الحصول على المكافآت وردود الأفعال الإيجابية من أجل تعزيز الأنا لدية.

وحاولت دراسة (Müller et al., 2016) فحص العلاقة بين إدمان طلاب المدارس الألمان لمواقع التواصل الاجتماعي وإدمان الألعاب الإلكترونية على الإنترنت والسمات الشخصية والضيق النفسي والاجتماعي لديهم، لمعرفة ما إذا كانت أبعاد الشخصية تتنبأ بالسلوك الإدماني على مواقع التواصل الاجتماعي، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٩١٧٣، بينت النتائج الإجمالية أن تأثير السمات الشخصية كان ضعيف في التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي وإن كان في صالح الشخصيات النرجسية، كما أكدت أن الشخصيات الانبساطية أكثر استخداماً لمواقع التواصل الاجتماعي ولكن لا يدمنوا استخدامها، وهؤلاء الأشخاص أكثر الشخصيات حرصاً على العلاقات الاجتماعية في الواقع الافتراضي ويحرصوا على تحويل تلك العلاقات إلى واقع فعلي، كما بينت النتائج أن الإناث أكثر إدماناً للأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي.

واستهدفت دراسة (بن جديدي، ٢٠١٦) التعرف على طبيعة العلاقة بين مستوى النرجسية والإدمان على استخدام الفيسبوك لدى المراهق الجزائري والكشف عن أية فروق ذات دلالة إحصائية في ذلك تبعاً لمتغير الجنس، تكونت الدراسة من شقين: الأول يتضمن دراسة كمية استخدم فيها المنهج الارتباطي التحليلي من خلال تطبيق مقياس النرجسية من إعداد الباحثة، ومقياس بيرجن لإدمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction ، تكونت عينة الدراسة من ٢٥١ طالب وطالبة في السنة الثانية ثانوي مدمنين على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تم اختيارهم بطريقة العينة القصدية، أما الشق الثاني فهي دراسة كيفية استخدام فيها المنهج العيادي من خلال تطبيق المقابلة نصف الموجهة، واختبار الوشاح على ثلاث حالات مدمنين على الفيسبوك تحصلوا على درجات مرتفعة في مستوى النرجسية، من أبرز ما توصلت له نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين مستوى النرجسية والإدمان على الفيسبوك، في حين لم تحقق أبعاد النرجسية ارتباطاً دالاً بالدرجة الكلية للمقياس عدا بعدى الاستعراضية والاستغلالية والذان حقاً ارتباطاً موجباً، من أبرز التأثيرات السلبية للإدمان على الشخصيات النرجسية ان الأفراد حاولوا من خلال إدمانهم لموقع الفيسبوك توظيفه بهدف ترميم جروحهم النرجسية واستثمارها في العالم الافتراضي بدلاً من العالم الواقعي، تجنباً لأي صراع يعيد إحياء الجرح النرجسي لديهم ويشعرهم بتقدير ذاتهم المنخفض، فمزايا الفيسبوك تسمح لهم بإبراز نرجسيتهم بشكل مبالغ فيه وهو ما يسهم في إدمانهم، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق في الإدمان تعزي لمتغير الجنس لصالح الإناث.

وأجرى (Ho, Lwin & Lee, 2017) دراسة للتعرف على العوامل المسببة لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ودلالة إسهام السمات الشخصية (العصابية، الانبساطية) في التنبؤ بالتأثيرات النفسية السلبية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، تبنت الدراسة نظرية السلوك المخطط Theory of Planned Behavior (TPB) كإطار مفسر، حيث تهتم تلك النظرية بدراسة تأثير العوامل النفسية والاجتماعية في النية السلوكية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قِبل الأفراد وتركز على محورين؛ نية

الاستخدام، وسلوك الاستخدام الفعلي، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٤٩٢٠ من المراهقين والبالغين في سنغافورة، وقد طبق المسح على عينات عنقودية وعشوائية وذلك على مرحلتين: الأولى التطبيق على المراهقين ممن يتراوح أعمارهم (١٣-١٨ سنة)؛ والثانية البالغين ممن يتراوح أعمارهم (١٩-٥٠ سنة)، أكدت النتائج أن الشعور بالاضطراب العصبي عنصرًا دافعًا لفرط استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وإدماها لدى عيني الدراسة وذلك لأن تقلباتهم العاطفية قد تجعلهم أكثر ميلًا للمشاركة في تنظيم المعلومات من أجل التخلص من المعلومات الدخيلة عليهم، كما تؤكد النتائج أن البالغين المنبسطين أكثر إدماها لمواقع التواصل الاجتماعي لأنهم يجذبون لهذه المواقع وما تقدمه من بيئة افتراضية، كما يسعون دائمًا إلى تكوين الصداقات الجديدة، الأمر الذي قد يترتب عليه آثار غير صحية، وتشير النتائج بأن قدرة الفرد على التحكم في السلوك يرتبط إيجابيًا بفرط استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بين المراهقين وليس البالغين، وقد يرجع ذلك إلى كون المراهقين الذين يستخدمون الإنترنت أكثر كفاءة في التنقل داخل مواقع التواصل الاجتماعي مقارنة بالبالغين، الأمر الذي يؤدي إلى شعور المراهقين بمزيد من الثقة وبالتالي زيادة الوقت الذي يقضونه على مواقع التواصل الاجتماعي.

كما سعت دراسة (Hwang, 2017) إلى التعرف على العلاقة بين إدماها مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية المترتبة لدى طلاب الجامعة في كوريا الجنوبية، وهل تشكل هذه العلاقة بين المتغيرات الثلاثة سبباً يفسر هذه العلاقة؟، طبقت الدراسة على عينة قوامها ٢٣٥ مفردة من طلاب الجامعات، أكدت النتائج أن الشخصيات النرجسية والانبساطية هم أكثر ممارسه للأنشطة الاتصالية على الفيسبوك حيث يقوموا بمشاركه الصور مع الآخرين وتحديث صفحاتهم الشخصية والاستجابة لمنشورات الآخرين والتفاعل معها وذلك بهدف التفاعل مع الآخرين والحصول على الدعم الإيجابي من قبل الآخرين ومن ثم فهذه الشخصيات تتأثر بإدماها مواقع التواصل الاجتماعي ويكون لديها قلق نفسي لمتابعة إشعارات الأصدقاء، كما يؤثر إدماها للأنشطة الاتصالية على معدلات تقدير الذات لديهم، أما الشخصيات العصابية تميل إلى تفضيل الدردشة مع الآخرين وتكوين الصداقات، وتتأثر كذلك تلك الشخصيات بإدماها مواقع التواصل الاجتماعي ويكونوا في حالة قلق خوفاً من فقد الاتصال بالآخرين، في حين لا تتأثر الشخصيات الانفتاحية والمقبولة التي لديها ضمير حي بالإدماها على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

وأجرى (Ershad & Aghajani, 2017) دراسة للتعرف على مستوى إدماها انستجرام ودلالة إسهام كل من السمات الشخصية، والقلق الاجتماعي وأنماط الاتصال في التنبؤ بإدماها انستجرام والتأثيرات النفسية لإدماها لدى طلاب الجامعة في طهران، أجريت الدراسة على عينة قوامها ١٠٠ مفردة، طبق عليهم مقياس القلق، الشخصية، وإدماها انستجرام، أكدت النتائج أن الشخصيات العصابية تشعر دائماً بالخوف والحزن والغضب ولديها تأنيب في الضمير ومشاعر غير متزنة، كما أنها لا تستطيع التوافق مع الآخرين في

الواقع المادي وهذا ما يدفعهم إلى إيمان الأنشطة الاتصالية على انستجرام لكي يتفاعلوا مع الآخرين في الواقع الافتراضي، حيث يؤدي إدمانهم للأنشطة الاتصالية على انستجرام إلى إشباع احتياجاتهم النفسية وإزالة الخوف نظراً لأنه مكنهم من إخفاء سماتهم السلبية وسهل لهم تقديم انفسهم بشكل جيد.

وأجرى (Brailovskaia & Margraf, 2017) دراسة طولية امتدت لعام بهدف التعرف على الاضطرابات النفسية والسلوكية لإدمان الفيسبوك على الشخصيات النرجسية لدى طلاب الجامعة في المانيا، انطلقت الدراسة من ثلاثة فروض تتعلق بدراسة العلاقة بين الإدمان وأبعاد النرجسية، والعلاقة بين الإدمان والانسحاب، ودراسة الفروق بين الذكور والإناث في درجات الإدمان، طبقت الدراسة مقياس بيرجن لإدمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction ومقاييس هندين لشدة النرجسية Hendin hypersensitive narcissism، وقائمة الاضطرابات النفسية والسلوكية على عينة قوامها ١٧٩ من طلاب جامعة Ruhr-Universität Bochum جمعت البيانات عن طريق عينات كرة الثلج، وقد بينت النتائج وجود علاقة إيجابية بين هذا الاضطرابات النفسية الناتجة عن إدمان الفيسبوك وسمات الشخصية النرجسية، كما بينت أن الإدمان أدى إلى مجموعة من الآثار السلبية المتعلقة بالصحة النفسية مثل الإحباط والقلق والإجهاد، علاوة على ذلك، ظهرت علاقة إيجابية قوية بين النرجسية وعلامات الإجهاد، مما يوضح أن النرجسيين يمكن أن يكونوا عرضة لمزيد من المخاطر المتعلقة باضطرابات إدمان الفيسبوك، كما تؤكد النتائج أنه كلما زادت أعراض القلق لدى الأفراد الذين يستخدمون الفيسبوك من أجل الترويج عن أنفسهم والهروب من الواقع، زادت احتمالية شعورهم بمزيد من الاضطراب الناتج عن إدمان الفيسبوك.

كما استهدفت دراسة (Ramayah et al., 2017) استكشاف مستويات النرجسية وعلاقتها بالتنبؤ بالسلوكيات الإدمانية على الفيسبوك لدى طلاب الجامعة في تركيا، اختبرت الدراسة ثلاثة أبعاد للنرجسية تتمثل في القيادة أو السلطة؛ والاستعراضية المبالغية؛ إلى جانب الجدارة، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٦١٢ مفردة، وقد توصلت النتائج أن الشخصيات النرجسية تنجذب إلى المشاركة في الأنشطة القادرة على تعزيز الأنا، وتحرص على إظهار طموحاتهم ونجاحاتهم أمام الآخرين بهدف الحصول على مكافآت واضحة (الإثابة) تتمثل في إبداء الإعجاب (Like) ونشر التعليقات.

وهدفت دراسة (Runcan, 2017) التعرف على تأثير إدمان الفيسبوك على الشخصيات النرجسية، والكشف عن المخاطر النفسية الاجتماعية لهذا الإدمان لدى مستخدمي الفيسبوك في رومانيا، أجريت على مجموعة مركزة تم تنظيمها مع فئتين الأولى مستخدمي الفيسبوك من المراهقين والشباب، والثانية الأخصائيين (المستشارين والمعالجين والقادة الروحانيين)، بينت النتائج وجود تأثيرات سلبية للإدمان على المراهقين من أبرزها إكسابهم الصفات النرجسية والاكتئاب، فالسلوك

المرجسي يدفع الأفراد للجلوس فترات طويلة للحصول على الإعجاب وعبارات الثناء والشكر من الأصدقاء بهدف تعديل المزاج وفي حال وجود رد فعل من الأصدقاء عكس ذلك يصاب الأفراد بالاكتئاب.

واستهدفت دراسة (Biolcati et al.,2018) تقصي أثر كل من السمات الشخصية والوحدة الاجتماعية والعاطفية والرضا عن الحياة في السلوك الإدماني لدى الجمهور الإيطالي، حيث افترضت بوجود عوامل قد تسهم في السلوك الإدماني لمواقع التواصل الاجتماعي تتمثل في العوامل الشخصية والاجتماعية والعاطفية، وللتأكد من ذلك استخدمت الدراسة عدة مقاييس منها مقياس إدمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction، ومقياس الرضا عن الحياة The satisfaction with life scale، ومقياس الوحدة الإصدار الثالث UCLA Loneliness Scale3 لـ Zarei، Memari, Moshayedi & Shayestehfar, 2016، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٧٥٥ مفردة ممن تتراوح أعمارهم ما بين ١٨-٤٠ سنة، بينت نتائج تحليل الانحدار أن السمات الشخصية والوحدة الاجتماعية والعاطفية عوامل مستقلة تتنبأ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وأن الشعور بالرضا عن الحياة يعد أحد المتغيرات التابعة للإدمان، كما بينت النتائج أن الشخصيات الانبساطية والعصابية أكثر إدماناً لمواقع التواصل الاجتماعي مقارنة بالشخصيات المنفتحة التي لديها يقظة في الضمير.

#### الاتجاه البحثي الثاني: الدراسات التي تناولت تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات تقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة:

قامت دراسة (Masur et al.,2014) بفحص العلاقة بين دوافع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والسلوك الإدماني لدى عينة من الجمهور الألماني، كذلك استكشاف تأثير الإدمان على معدلات تقرير الذات لديهم، تبنت الدراسة نظريتي تقرير الذات Self-Determination Theory، ونظرية الاستخدامات والأشباع كإطار نظري مفسر لطبيعة العلاقة بين دوافع الاستخدام والإدمان على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، طبقت الدراسة على عينة قوامها ٥٨١ مفردة يتراوح متوسط أعمارهم ٢٨ سنة تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج، أكدت النتائج أن الدوافع تتوسط بين سلوك الاستخدام والأشباع المتحققة، وأكدت أن الحرمان من إشباع الحاجات يوقع الأفراد في القلق الذي يدفعهم إلى استجابات هروبية، حيث إن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ممكن أن يخدم غرض الهروب من صعوبات الواقع، كما أشارت النتائج أن الأفراد الخجولين والذين يعانون قصور في العلاقات الاجتماعي، يدمنوا استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ويحاولوا من خلالها إنشاء ذات مثالي Ideal Self-Concept ليحل محل مفهوم ذاتهم الواقعي الضعيف، لكي يشعروا بالسعادة الراحة ويستطيعوا الحصول على المكانة، وتصبح الصلات عليها بديلاً آمناً عن العلاقات الطبيعية وهنا تصبح مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة هروب يدخل فيها باستمرار مما يعطيه شعوراً زائفاً بالقوة والإنجاز، والعمق وهي أمور ترفع من قيمة مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم مما يجعلهم لا يستطيعوا الابتعاد عنها.

كما قامت دراسة (Blachnio, Przepiorka & Pantic, 2016) بفحص العلاقة بين إدمان الفيسبوك ومعدلات تقدير الذات ودرجة الرضا عن الحياة لدى الجمهور البولندي، وفي إطار ذلك تبنت الدراسة نظرية رأس المال الاجتماعي كإطار نظري مفسر لطبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٨١ مفردة ممن يتراوح أعمارهم بين ٢٠-٧٣ تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج، طبق عليهم مقاييس إدمان الفيسبوك Bergen Facebook Ad diction Scale (BFAS)، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد الباحثين، ومقياس تقدير الذات Rosenberg's Self-Esteem Scale (SES) أظهرت النتائج أن عامل تقدير الذات يتوسط في العلاقة بين إدمان الفيسبوك ورأس المال الاجتماعي، فقد كان لإدمان الفيسبوك تأثير قوي على أولئك الأفراد الذين يعانون من انخفاض تقدير الذات، وكان من أبرز مظاهر التأثير أن الأفراد الذين يعانون من انخفاض في معدلات تقدير الذات لديهم يحرصوا على توظيف الفيسبوك كنوع من التعويض الاجتماعي حيث يستخدمونه في العلاقات التواصلية العابرة، في حين الأفراد الذين يتمتعوا بمستوى عال من التقدير الذاتي لا يتأثروا بإدمان الفيسبوك لانهم يديروا حياتهم في الواقع المادي بشكل جيد، حيث يستخدمونه في العلاقات التبادلية والتواصلية، كما تؤكد النتائج وجود علاقة إيجابية قوية بين إدمان الفيسبوك ودرجة الرضا عن الحياة، وتفسر الدراسة ذلك بأن الأفراد لديهم حيل دفاعية يلجأوا لها كمحاولة لإقناع أنفسهم بعدم وجود مشكلة تتعلق برضاهم عن حياتهم.

وبالمثل جاءت دراسة (Hawi & Samaha, 2017) لمعرفة العلاقة بين إدمان الفيسبوك ومعدلات تقدير الذات ودرجة الرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة في لبنان، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٦٤ مفردة من طلاب جامعة نوتردام، تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج، طبق عليهم مقياس إدمان الفيسبوك Bergen Facebook Ad diction Scale (BFAS)، ومقياس الرضا عن الحياة Diener Scale، ومقياس تقدير الذات Rosenberg's Self-Esteem Scale (SES)، وقد بينت النتائج وجود علاقة سلبية بين السلوك الإدماني على استخدام الفيسبوك ومعدلات تقدير الذات بالإضافة إلى الأداء الأكاديمي، كما بينت النتائج أن عامل تقدير الذات يتوسط في العلاقة بين إدمان الفيسبوك والرضا عن الحياة، كما تؤكد النتائج وجود علاقة إيجابية بين إدمان الفيسبوك ودرجة شعور الفرد بالرضا عن الحياة، وقد فسرت النتائج ذلك بأن الرضا عن الحياة يعد بناء نفسي واجتماعي يشمل العديد من الجوانب مثل الأسرة والأصدقاء والمعلمين وكذلك الزملاء والمديرين، في حين يرتبط إدمان الفيسبوك بتقدير الذات لأن هذا التقدير لا يقيم سوى جانب واحد فقط من حياة الشخص، لذا يؤثر الإدمان في عامل تقدير الذات مقارنة بعامل الرضا عن الحياة.

أما دراسة (Balakrishnan & Griffiths, 2017) فقد هدفت إلى معرفة التأثيرات النفسية لإدمان اليوتيوب على معدلات تقدير الذات والسعادة النفسية لدى

الطلاب في الهند، تبنت الدراسة نظرية الاستخدامات والإشباع كإطار نظري مفسر لطبيعة العلاقة بين دوافع وإدمان الاستخدام، وافترضت الدراسة أن دوافع الأفراد تذهب عامة إلى أمرين الأول اشباع المعالجة (الدوافع المرتبطة بمشاهدة اليوتيوب)، والثاني إشباع المحتوى (الدوافع المرتبطة بإنشاء المقاطع على اليوتيوب)، وفي إطار ذلك طبقت الدراسة على عينة قوامها ٤١٠ مفردة ذكوراً وإناثاً من تسع جامعات في الهند، أكدت النتائج ان الدوافع المرتبطة بمشاهدة مقاطع اليوتيوب تصيب الفرد بحالة من عدم الإشباع فيستمر عليها فترة طويلة (البروز) يستخدم كل ما هو متاح من نشاط اتصالي بهدف تحقيق الإشباع ولا يترك الموقع إلا بعد التعب الجسماني، مما ينعكس بالسلب على العديد من المظاهر النفسية المتمثلة في عدم السعادة النفسية، في حين أن الدوافع المرتبطة بإنشاء المقاطع على اليوتيوب تعزز من معدلات تقدير الذات لديهم حيث يهدف الأفراد من تلك المقاطع الحصول على الإعجاب والمشاركة مما يحقق لهم عنصر المتعة والسعادة النفسية لديهم، وتؤكد النتائج أن الإدمان على استخدام اليوتيوب ارتبط بإشباع المعالجة في حين لم يرتبط بإشباع المحتوى.

وتناولت دراسة (Sahin, 2017) فحص العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومعدلات الشعور بالرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة في الصين، ودلالة إسهام هذا الإدمان في التنبؤ بدرجة هذا الرضا، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٦١٢ مفردة من الذكور والإناث من طلاب جامعة Ahi Evran طبق عليهم مقياس الرضا عن الحياة Diener Scale، ومقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي من إعداد الباحث، أشارت النتائج بأنه كلما ارتفعت درجة إدمان المستخدمين لمواقع التواصل الاجتماعي قل شعورهم بالرضا عن الحياة، كما بينت نتائج تحليل الانحدار أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي يعد مؤشراً مهماً للشعور بالرضا عن الحياة حيث يؤثر الإدمان على هذا الشعور سلبياً، كما يؤثر على بروز التسامح الظاهري والاتصال الافتراضي.

كما استهدفت دراسة (Longstreet & Brooks, 2017) التعرف على مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ودلالة إسهام كل من الشعور بالسعادة أو الإجهاد في التنبؤ بإدمانها والتأثيرات المترتبة على الإدمان نحو الشعور بالرضا عن الحياة، وفي إطار ذلك وظفت الدراسة نموذج Cognitive-Behavioral Model لاختبار العلاقة بين المتغيرات السلبية والإيجابية على الإدمان وتأثير ذلك على معدلات الشعور بالرضا عن الحياة، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٥١ من المشاركين في الدورات التدريبية بأحد الجامعات الأمريكية تتراوح أعمارهم ما بين ١٨-٤٤ سنة، طبق عليهم مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي من إعداد الباحثين، ومقياس السعادة Oxford Happiness Questionnaire، ومقياس الإجهاد المدرك Perceived Stress Scale طبقت المقاييس بطريقة الكترونية عبر البريد الإلكتروني ومن خلال المقابلة، أكدت النتائج أن شعور الأفراد بالسعادة في حياتهم يؤدي إلى ارتفاع شعورهم بالرضا العام وبالتالي انخفاض معدل إدمانهم

لمواقع التواصل الاجتماعي، في حين يدمن الأفراد الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي حال شعورهم بالضغط والإجهاد وحال انخفاض شعوره بالرضا العام، وتؤكد النتائج فاعلية النموذج المعرفي السلوكي فالأفراد يدمنوا مواقع التواصل الاجتماعي بهدف تجنب السلبيات المرتبطة بشعورهم بالحرمان النفسي.

وأجرى (Yu& Shek, 2017) دراسة طولية للتعرف على العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالرضا عن الحياة لدى المراهقين في هونج كونج، واستكشاف التأثيرات النفسية والدور الرقابي الأبوي، تبنت الدراسة نموذجي المعرفي السلوكي لـ (Cognitive-Behavioral Mode (Dave's)، ونموذج خلل المهارات الحياتية لـ (Caplan) psychosocial predisposition problematic model، وذلك بالتطبيق على عينة قوامها ٢٠٢٣ مفردة من طلاب وطالبات المدارس الثانوية، طبق عليهم خمسة مقياس هي إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ومقياس الرضا عن الحياة، ومقياس اليأس، ومقياس العلاقات الأسرية، ومقياس العلاقات الاجتماعية الإيجابية، أكدت نتائج الدراسة ارتباط إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بشعور المراهقين بعدم الرضا عن الحياة وشعورهم باليأس، كما أوضحت أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي يعد مؤشراً دالاً على عدم الشعور بالرضا عن الحياة، ورغم أن المشكلات النفسية القائمة التي تتمثل في الشعور بالاكنتاب والضغط والقلق الاجتماعي قد تؤدي إلى إدمان المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي، إلا أن هذه المشكلات قد لا تكون قوية للدرجة التي تؤدي إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، كما تؤكد النتائج بوجود عوامل أخرى يمكن أن تساهم في حدوث هذا الإدمان مثل درجة الشعور بالوحدة ودرجة الرغبة في الإنجاز، وبينت النتائج أن العلاقة السببية بين إدمان المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالرفاه والسعادة تتوسطها مجموعة من العوامل منها تحكم الوالدين في سلوكهم، حيث ثبت أن المراهقين الذين يتعرضون لرقابة من أولياء أمورهم يميلوا نحو سلوك إدماني منخفض مقارنة بأولئك الذين لا يتعرضون لرقابة شديدة من جانب أولياء أمورهم.

وأجرى (Huang,2017) دراسة من المستوى الثاني بهدف تحليل الأدبيات التي تناولت العلاقة بين الوقت الذي يقضيه الأفراد في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وسعادتهم النفسية، وأثبتت الدراسة في نتائجها عدم وجود علاقة ارتباطية بين الوقت الذي يقضيه الأفراد في التعرض لمواقع التواصل الاجتماعي ومجموعة من المؤشرات النفسية الإيجابية المتعلقة بشعورهم بالرضا عن الحياة وتقديرهم لذواتهم، بينما توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين الوقت ومجموعة من المؤشرات النفسية السلبية المتمثلة في الشعور بالوحدة والإحباط، وأضافت الدراسة عدم وجود أي تأثير لمتغيرات العمر والنوع في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

استهدفت دراسة (Saud, et,al, 2019) التعرف على ادمان مواقع التواصل الاجتماعي من قبل طالبات الجامعة وإدراك صورة الجسد لديهم، طبقت الدراسة على عينة

قوامها ٣٠٧ من طالبات في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في المملكة العربية السعودية، أظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين مدركات الطالبات لصورة أجساد الفتيات المعروضة على مواقع التواصل الاجتماعي وتقبلهم لذواتهم وإدمان استخدامها.

### الاتجاه البحثي الثالث: الدراسات التي تناولت العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب والإحساس بالوحدة النفسية والقلق والخوف من فقد الاجتماعي FOMO.

في إطار التأثيرات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الحالة المزاجية، يعرض الباحث الدراسات والبحوث من منظور تأثير الإدمان على الاضطرابات النفسية كما يلي:

#### ■ من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الشعور بالاكتئاب:

سعت دراسة (Magsamen-Conrad & Greene, 2014) إلى التعرف على تأثير إدمان التطبيقات الاجتماعية على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٤٠ مفردة من طلاب جامعة northeastern بأمريكا، تبنت الدراسة نظرية رأس المال الاجتماعي لاختبار ما إذا كان الإدمان على استخدام التطبيقات الاجتماعية له تأثير إيجابي على تخلص الطلاب من حالة الإخفاء الذاتي self-concealment وهي سمة من سمات الشخصية تصف الطلاب الذين يحبون المعلومات الشخصية سواء (حميمية أو مؤلمة) مما تعيقهم من التنفيس والشعور بالسعادة النفسية وهو ما يسبب لهم الاكتئاب، وقد افترضت الدراسة أن إدمان تكنولوجيا الاتصال قد يؤثر إيجابيا في تخلص الطلاب من الشعور بالخجل والاكتئاب والانطواء، ويعزز من شعورهم بالتفاعل الاجتماعي، بما يسهم في تطور رأس المال الاجتماعي، كما أشارت النتائج إلى وجود تأثير إيجابي لإدمان تكنولوجيا الاتصال في تخلص الطلاب من الخجل والاكتئاب والانطواء، مما انعكس على التفاعل الاجتماعي لديهم وساهم في تحقق رأس المال الاجتماعي، وتؤكد النتائج على التأثير الإيجابي للمضامين التي يتم توظيفها في تعزيز شعور الإحساس بالانتماء للمجتمع مما ينعكس على تفاعلهم الاجتماعي.

وهدفت دراسة (Banjanin et al., 2015) إلى استكشاف العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب والانطواء لدى طلاب المدارس في صربيا، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٣٦ مفردة متوسط أعمارهم ١٨ سنة، طبق عليهم مقياس الإدمان وقائمة الاكتئاب، أكدت النتائج عدم وجود علاقة بين الوقت المستغرق في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت والشعور بالاكتئاب لدى عينة الدراسة، في حين يؤثر إدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي على درجة شعور الفرد بالاكتئاب، فطبيعة نشاط الطلاب على مواقع التواصل الاجتماعي يعطيهم شعور أعمق بالانتماء والاهتمام، ومع كثرة رؤية الطلاب لأصدقائهم حينما ينشروا صورهم

السعيدة ويكتبوا عن حالاتهم المرحية، أو يرونهم أكثر ثراءً أو شهرة، ولهم عدد أكبر من الأصدقاء والمتابعين، يعتقد الطلاب حينها أن حياة زملائهم أفضل من حياتهم التي يرونها تافهة ولا قيمة لها، ومن ثم يصابون بالانطواء والاكتئاب.

كما هدفت دراسة (Bányai et al., 2017) إلى التعرف على العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاضطرابات النفسية لدى المراهقين، أجريت الدراسة على عينة موسعة من دول الاتحاد الأوروبي قوامها ٥٩٦١ مفردة متوسط أعمارهم ١٦ سنة، طبق عليهم مقياس (Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS)، تبنت الدراسة النماذج التفسيرية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي والمتمثلة في النموذج المعرفي السلوكي، ونموذج المهارات الاجتماعية، بالإضافة إلى النموذج الاجتماعي المعرفي، أثبتت الدراسة أن المراهقين عينة الدراسة قد عبروا عن ضعف تقديرهم لذاتهم، كما أكدت النتائج وجود علاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومعدل شعور المراهقين بالاكتئاب، فكلما ارتفعت مستويات شعور المراهقين بالاكتئاب زاد استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي، الأمر الذي يجعلهم عرضة لمخاطر هذا الاستخدام.

وجاءت دراسة (Ineme et al., 2017) لاستكشاف دور الاكتئاب والشعور بالإحباط والعوامل الديمجرافية كمؤشرات تنبأ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٤٩٢ مفردة من طلاب الجامعة في صربيا، تتراوح أعمارهم ما بين ٢١ و٤٥ سنة، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى جود علاقة ارتباطية بين زيادة الشعور بالإحباط وزيادة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، كما أكدت النتائج أن المشاركين الذين يعانون من مستويات عالية من الاكتئاب كانوا من الذكور والأصغر سناً وعطلاء عن العمل، كما كانوا غير متزوجين وينتمون لأسر مفككة، وبالتالي فقد زادت معدلات إدمانهم لمواقع التواصل الاجتماعي، كما بينت النتائج أن الإدمان له انعكاسات سلبية على العمل الأكاديمي والمهني والمسئوليات الاجتماعية.

وفي إطار اختبار فرضية نظرية الإجهاد العام جاءت دراسة (Mubarak & Quinn, 2017) لاستكشاف العلاقة بين إدمان الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي والسلوكيات المنحرفة لدى الشباب الأمريكي، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٤١٤ مفردة من طلاب الجامعة، أكدت النتائج صدق الفرضية بأن الأفراد الذين يعانون من ضغوط اجتماعية حياتية يدمنوا الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي وهو ما يؤدي بهم إلى سلوكيات غير سوية.

وأجرى (Wang et al., 2018) دراسة للبحث في العلاقة بين إدمان المراهقين الصينيين لمواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب في ضوء متغير الاجترار النفسي، ومعرفة ما إذا كان هناك دوراً وسيطاً مماثلاً لتقدير الذات، طبقت الدراسة على عينة قوامها ٣٦٥ مفردة، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب، كما أكدت أن التفكير السلبي للمستخدم يؤدي دوراً وسيطاً في هذه العلاقة، كما يؤثر شعور المراهقين بانخفاض معدل التقدير الذاتي لديهم في العلاقة بين تفكيرهم السلبي وشعورهم بالاكتئاب، مقارنة بمن لديهم مستويات عالية من معدلات تقدير الذات.

استهدفت دراسة (Xue et al.,2018) البحث في تأثير إدمان المستخدمين الصينيين لبرنامج التواصل الاجتماعي "WeChat" في التأثير على الصحة النفسية والبدنية والاجتماعية لديهم، وفي إطار ذلك أجريت دراسة مسحية شملت ١٠٥٨ مفردة من ٣١ منطقة داخل الصين، تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج من مستخدمي موقع "WeChat"، تبنت الدراسة نموذج خلل المهارات الحياتية Caplan، ونموذج المهارات الاجتماعية والنموذج السلوكي الإدراكي، كإطار نظري يفسر العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومعدل الشعور بالاكتئاب والقلق، أكدت النتائج أن الإدمان يؤدي إلى زيادة القلق والاكتئاب ويؤثر على انخفاض الثقة بالنفس، أوضح نموذج خلل المهارات الحياتية أن الأفراد يميلوا إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بهدف ادراك السعادة وكنوع من التعويض للخلل في المهارات الاجتماعية، حيث يعزز إدمان مواقع التواصل الاجتماعي من مدركات المستخدمين غير القادرين على التكيف بما في ذلك الاكتئاب والقلق وتدني احترام الذات، كما أوضح نموذج المهارات الاجتماعية أن ضعف قدرة الفرد على التحكم في مهاراته الاجتماعية في الحياة الواقعية وتفضيلات التفاعلات الاجتماعية الافتراضية يؤديان إلى مجموعة من النتائج السلبية المتعلقة بحدوث مشكلات في العمل والمدرسة وكذلك العلاقات الشخصية.

سعت دراسة (Alhassan et al.,2018) إلى التعرف على العوامل المرتبطة بالاستخدام الإدماني للتطبيقات الاجتماعية على الهواتف الذكية وعلاقة ذلك بالشعور بالاكتئاب لدى مستخدمي الهواتف الذكية في السعودية، أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها ٩٣٥ مفردة تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، أثبتت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين إدمان التطبيقات الاجتماعية على الهاتف المحمول والشعور بالاكتئاب، كما أثبتت وجود علاقة بين الإدمان وتغيير نمط الحياة وما يرتبط به من عادات ومنها ميل المستخدمين إلى ممارسة عادات غذائية غير صحية، وشعورهم باضطرابات في النوم، وزيادة الوزن مقارنة بأولئك الذين لا يدمنون استخدام التطبيقات الاجتماعية على الهاتف المحمول، وبينت النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من تدهور الظروف العاطفية والصحية هم أكثر عرضة لإساءة استخدام التطبيقات الاجتماعية على الهاتف المحمول، فهم عالقون في حلقة مفرغة ولديهم شعور بالضغط النفسي نتيجة ظروفهم الصحية أو العاطفية ومن ثم يحاولوا التغلب على هذا الضغط من خلال زيادة استخدام التطبيقات الاجتماعية على الهاتف المحمول دون الانتباه إلى الآثار السلبية لهذا الاستخدام على الشعور بالسعادة والاستقرار العاطفي والاجتماعي والبدني والتي تسبب لهم أعراض اكتئابيه.

اجرى (Jasso-Medrano & López-Rosales, 2018) دراسة استكشافية للتعرف على العلاقة بين الاستخدام الإدماني لمواقع التواصل الاجتماعي واستخدام الأجهزة المحمولة، والشعور بالاكتئاب والتفكير في الانتحار، أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها ٣٧٤ مفردة من طلاب الجامعة بتايوان تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج، توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين السلوك الإدماني وكل من الشعور بالاكتئاب والتفكير في الانتحار، حيث ذكر أفراد العينة أن فكرة الانتحار قد راودتهم لمرة واحدة على الأقل خلال الأسبوعين الأخيرين، كما بينت النتائج على وجود ارتباط سلبي بين إدمان الهاتف المحمول والخصائص النفسية للمستخدم، فالسلوك الإدماني يمكن أن يكون عاملاً وقائياً ضد التفكير الانتحاري حال استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في التواصل مع الآخرين وحال تقديمهم للدعم الاجتماعي والنفسي لديهم.

■ من منظور اختبار متغير الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

استهدفت دراسة (Almenayes, 2015) إلى التعرف على دور الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية المرتبطة بـ (العواقب الاجتماعية وتشريد الوقت والمشاعر القهرية) لدى طلاب الجامعة الأمريكية، أجريت الدراسة على عينة قوامها ١٣٢٧ مفردة من الطلاب الدارسين في بعض الجامعات الكبرى، بينت نتائج تحليل الانحدار أن الشخص كلما كان أكثر تديناً كان أقل إدماناً لمواقع التواصل الاجتماعي، كما أكدت النتائج على فاعلية متغير الدين في الحد من التأثيرات السلبية للإدمان على الجوانب الاجتماعية، لكنه يعزز من عامل تشريد الوقت، في المقابل ليس له أي تأثير على العلاقة بين الإدمان والمشاعر القهرية.

كما استهدفت دراسة (Wood, Center & Parenteau, 2016) اختبار ما إذا كان التدين/ الروحانية يتوسطان في العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتكيف النفسي لدى طلاب الجامعة الأمريكية؟، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٠٩ مفردة من مختلف الديانات والأعراق، طبق عليهم مقياس الالتزام الديني Religious Commitment Inventory ، ومقاييس الرفاهية الروحانية Spirituality Index of Well-Being، أكدت النتائج أن الدين لم يكن عاملاً حاسماً في تخفيف الأثر السلبية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، فقد تبين أن الطلاب الذين لديهم كفاءة منخفضة في الجانب الروحاني لديهم شعور بالاكتئاب والتوتر حينما يستخدموا مواقع التواصل الاجتماعي ويتطفلوا على حسابات الآخرين، خاصة أولئك الأفراد الذين لديهم نجاحات في كافة مجالات الحياة كزواج أو انجاب طفل، حينها يعتقدوا انهم غير قادرين أن يكونوا مثلهم مما يؤدي إلى إصابتهم بإعراض الاكتئاب والقلق.

■ من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الاضطرابات النفسية والشعور بالقلق والارق:

استهدفت دراسة (Koc& Gulyagci, 2013) إلى التعرف على العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالقلق والارق لدى طلاب الجامعات الأتراك واختبار الأبعاد النفسية والعوامل الديمجرافية، تبنت الدراسة نموذج السلوكي المعرفي cognitive behavioral model لتفسير العلاقة بين الإدمان والشعور بالقلق والاكتئاب، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٤٤٧ مفردة ، وقد أثبتت نتائج الدراسة أن الدوافع الرئيسية لاستخدام موقع الفيسبوك قد تحددت في هدف الحصول على المعلومات والهدف الدراسي الأكاديمي، كما أوضحت أن الدوافع الاجتماعية والإحباط الشديد وكذلك الشعور بالقلق والارق مؤشرات دالة على إدمان الفيسبوك، وبينت النتائج عدم وجود أي تأثير لمتغيرات العمر والنوع في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

هدفت دراسة (بشرى، ٢٠١٤) الكشف عن العوامل المهيئة والمرسبة الكامنة وراء إدمان طلاب الجامعة المصريين للفيسبوك ، وكذلك تحديد الديناميات المميزة لهذا الإدمان، أجريت الدراسة على عينة قوامها (٦٦٠) مفردة من طلاب كلية التربية بجامعة أسيوط طبق عليهم مقياس إدمان الفيسبوك من إعداد الباحث، وفي إطار ذلك تم تحديد إحدى حالات إدمان الفيسبوك - لتطبيق أدوات الدراسة التحليلية (استمارة المقابلة الإكلينيكية، اختبار تفهم الموضوع)، أظهرت النتائج وجود تأثيرات سلبية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي على شعور الأفراد بالخوف من الإهمال والقهر والنبذ، بالإضافة إلى الخوف من عدم النجاح، والخوف من الفشل، وافتقاد الثقة في النفس، والإحساس بالذنب، والخوف من الرفض، والنقد من قبل الآخرين، وبينت النتائج أن دفاعات الأشخاص المدمنين النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي تقوم على استراتيجية الهروب والإنكار، والنكوص، والسلبية، كما عبرت بعض الحالات عن حاجاتها الضرورية الملحة إلى الحب والحنان والعطف، الشعور بالأمن والاستقرار، والإحساس بكيانها وقيمتها، وحاجتها إلى الحرية لذا فهم في حاجة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي كما أظهرت النتائج وجد فروق بين الذكور والإناث على مقياس أسباب إدمان الفيسبوك لصالح الإناث.

تناولت دراسة (Dwyer& Fraser,2016) بالبحث في ظاهرة إدمان منصات الإعلام الاجتماعي وبالتحديد موقع تويتر وذلك من خلال الإجابة عن تساؤلين رئيسيين، يتحدد الأول منهما في الكيفية التي يؤدي تويتر إلى إدمان استخدامه، بينما يتحدد التساؤل الثاني في الكيفية التي تعمل بها تكنولوجيا الموقع على تشكيل بعض المعاني، اعتمدت الدراسة على المنهج الكيفي لتحليل ٥٨٠ تغريده استخدمت مصطلح #addiction، ٣٢٤ تغريده استخدام كلمة addicted، و ١٠٦ تغريده استخدمت كلمة addict، وقد أظهرت نتائج التحليل وجود العديد من التعبيرات اللفظية المعبرة عن حالات الإدمان، وتفسر الدراسة أن موقع تويتر له قدرة على إضفاء صفة الديمقراطية

على النقاشات والتعبيرات العامة، كما يؤدي دورًا مهمًا في إعادة إنتاج القيم والترتيبات الاجتماعية القائمة، حيث أشارت نتائج التحليل إلى أن طريقة التعبير اللفظي عن إدمان تويتر تعمل على إعادة تشكيل المعرفة العلمية إلى حالتها مع تحدى حالات الأرق أو التخفيف منها.

وفي إطار فحص العلاقة بين الإدمان الرقمي والعوامل النفسية والإدراكية والشخصية لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت، جاءت دراسة (Brand et al.,2016) لمعرفة ما إذا كانت المتغيرات الأربعة تشكل نموذج يفسر هذه العلاقة؟، وكذلك لتقديم نموذج شامل يوضح العوامل التي تنتبأ بأسباب الإدمان وتبرير السلوكيات الناتجة عن التفاعل مع مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت، وقد نبعت فكرة الدراسة نتيجة لتعدد النماذج المستخدمة في تفسير ظاهرة الإدمان الرقمي، وللتأكد من ذلك تم إجراء تحليل كفي للنماذج المعرفية والسلوكية التي تناولت إدمان الأنشطة على مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت، بينت النتائج أن الإدمان الرقمي له علاقة بمتغيرات نفسية وسلوكية ومعرفية أطلق عليها نموذج التفاعل بين المتغيرات الانفعالية والإدراكية والإنجاز لدى الشخص (I-Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE)، يؤكد هذا النموذج على ضرورة التمييز بين ثلاثة عوامل: الأول العوامل المهيبة المسبقة لدى الفرد والتي تؤثر على طبيعة تفاعله واستخدامه لمواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت الرقمي وتنقسم إلى خمسة عوامل فرعية: بيولوجية؛ إضرابات نفسية؛ مدركات اجتماعية؛ متغيرات شخصية؛ دوافع استخدام، وهذه العوامل ثابتة نسبياً ومستقرة طوال الوقت ، ويتضمن العامل الثاني المتغيرات الوسيطة والمتمثلة في (أساليب المواجهة- التحيزات الإدراكية)، إذ تؤثر أساليب المواجهة في العلاقة بين العوامل المهيبة ومظاهر إضرابات استخدام المواقع الاجتماعية والإنترنت ، أما التحيزات الإدراكية فتفسر طبيعة الأنشطة السلوكية التي تتم في بيئة المواقع الاجتماعية والإنترنت والتي يقوم بها الفرد بهدف الحصول على مكافآت نفسية وتعزيز إيجابي، ومن ثم تصبح هذه الأنشطة عادة وتتحول إلى أساليب إدمانية، أما العامل الثالث النواتج المترتبة على كافة العوامل السابقة والتي تفضي إلى تضاؤل السيطرة على إدمان الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، أو تبعات سلبية على كافة المجالات اليومية.

واختبرت دراسة (Liu,2016) العلاقة بين دوافع الاستخدام والإشباع المتحققة واث ذلك على إدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة الأمريكية، تبنت الدراسة نظرية الاستخدامات والإشباع كإطار نظري مفسر لطبيعة العلاقة بين دوافع وإدمان الاستخدام، افترضت أن الإدمان يتأثر بدوافع الأفراد في تعرضهم لنوعية معينة من المضامين مما يؤثر على سلوكياتهم لاحقاً، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٢٠ من طلاب إحدى الجامعات الأمريكية ممن تتراوح أعمارهم ما بين ١٨-٢٤ تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج، وقد أكدت النتائج أن التأثيرات السلبية أو الإيجابية للإدمان يتوقف على طبيعة الدوافع، فدوافع الاتصال بالأخرين

والتواصل مع أفراد الأسرة بين أولئك الذين بينهم مسافات كبيرة تكون إيجابية، أما الدوافع المتعلقة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي في الترفيه والتسلية ومطالعة أخبار الآخرين دون التواصل معهم تقضي إلى نواتج سلبية .

وجاءت دراسة (Gerhart,2017) للتعرف على التأثيرات النفسية لإدمان التكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي على حياة طلاب الجامعة الأمريكيان، طبقت الدراسة على عينة قوامها ٤١٣ مفردة من طلاب أحد الجامعات، تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج، توصلت الدراسة في نتائجها إلى وجود تأثيرات سلبية لإدمان التكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعية تتمثل في اضطرابات الأرق والقلق وصعوبة التحكم في الدافعية والتأثير الاجتماعي والشعور بالرضا، كما أوضحت النتائج أيضًا عدم وجود علاقة واضحة بين إدمان التكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي وشعور المستخدمين بالرضا عن حياتهم.

كما جاءت دراسة (Sharma et al,2017) لاستكشاف علاقة إدمان المستخدمين الهنود للتطبيقات التكنولوجية (مواقع التواصل الاجتماعي، الإنترنت، الهاتف المحمول) بالضغط النفسي والأسرية لديهم، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٧٥٥ مفردة تتراوح أعمارهم ما بين ١٨-٦٥ سنة، أكدت النتائج وجود اختلافات ملحوظة تتعلق بتأثير وضع الأسرة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت والهاتف المحمول، حيث تبين ارتفاع مستوى إدمان التكنولوجيا بين الأفراد الذين ينتمون إلى أسر منفصلة، مقابل انخفاض مستوى هذا الإدمان داخل الأسر المترابطة، وكان الشعور بالضغط النفسي لدى المستخدمين المدمنين لمواقع التواصل الاجتماعي والهاتف المحمول أكبر من مدمني الإنترنت، وأضافت الدراسة وجود ارتباط سلبي بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت والهاتف المحمول ومتغيرات السن وعدد سنوات الزواج وعدد أفراد الأسرة.

وهدفت دراسة (العازمي & المرتجي، ٢٠١٧) التعرف على مستوى إدمان طلاب المرحلة الثانوية الكويتيين لمواقع وتطبيقات التواصل الاجتماعي ودلالة إسهام كل من القلق الاجتماعي، والفعالية الذاتية، والكفاءة الاجتماعية في التنبؤ بإدمان التواصل الاجتماعي، ودور متغير الجنس والمستوى التحصيلي لديهم، أجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٢٠) مفردة متوسط أعمارهم ١٤-١٩ سنة، بينت النتائج أن القلق الاجتماعي يسهم بصورة دالة في التنبؤ بإدمان تطبيقات التواصل الاجتماعي، بينما لم تسهم كل من الفعالية الذاتية والكفاءة الاجتماعية بصورة دالة إحصائية، وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعود للجنس أو المستوى الدراسي في كل إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والقلق الاجتماعي والفعالية الذاتية، والكفاءة الاجتماعية.

قامت دراسة (Shackelford,2018) بإجراء تحليل للدراسات والأدبيات التي تناولت اضطرابات استخدام الفيسبوك التي تم نشرها على المواقع التالية Business

Insider, Edison Research, Facebook, Internet World Stats, KPCB, Pew Research Center, Piper Jaffray, Retrevo, Statista, and Triton DigitalK، أثبتت نتائج الدراسة أن استخدام موقع الفيسبوك يختلف بين الأفراد تبعاً لاختلاف سماتهم الشخصية، كما أن كثافة استخدام الفيسبوك يؤدي إلى مزيد من المخاطر الصحية، وأوضحت النتائج أيضاً أن شعور الفرد بالضغط أو الإجهاد يدفع الفرد إلى الاستخدام المتزايد للفيسبوك، كما يعد تشتت وقت المستخدم خاصة مع رغبته في الكشف عن ذاته عامل خطر يزيد من إدمان المستخدم للفيسبوك.

### ■ ومن منظور الشعور بالوحدة النفسية والخوف من الفقد الاجتماعي (FOMO):

تعرف الوحدة النفسية Loneliness على أنها حالة نفسية تنشأ من إحساس الفرد بأنه ليس على قرب نفسي من الآخرين، نتيجة لتعرضه لمثيرات سلبية يصاحبها اكتئاب وخوف وقلق، فالوحدة لا تحدث لكون الإنسان منفرداً، بل نتيجة لافتقار هذا الإنسان لأن يكون طرفاً في علاقة محددة مطلوبة، ودائماً ما تظهر الوحدة كاستجابة لغياب نمط معين من العلاقة ومن هنا يتضح أن الشعور بالوحدة ينشأ نتيجة خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد سواء كان ذلك في صورة كمية (عدم وجود عدد كاف من الأصدقاء)، أو في صورة كيفية (افتقاد المحبة والألفة مع الآخرين) (الكحكي، ٢٠٠٩، ٢٧١).

وفي إطار ذلك اختبر (Yao & Zhong, 2014) فرضية نظرية رأس المال الاجتماعي وفرضية النموذج المعرفي السلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي حول علاقة التفضيل للتفاعل الاجتماعي على مواقع التواصل الاجتماعي بمتغيرات الوحدة النفسية والاكتئاب لدى طلاب الجامعة في الصين، انطلقت الدراسة من عدة فرضيات من أبرزها فرضية نظرية رأس المال الاجتماعي والتي تشير بأن الاتصالات بين الأفراد تساعد في تقليل شعورهم بالوحدة النفسية والاكتئاب مما يعزز من التماسك والبناء الاجتماعي، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٦١ مفردة من طلاب إحدى الجامعات، وقد أظهرت نتائج الدراسة الميدانية أن الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت يتسبب في أضرار سلبية تعمل على زياده الشعور بالعزلة الاجتماعية والإحساس بالاكتئاب مع مرور الوقت، وتؤكد بأن فاعلية الاتصالات المرئية عبر مواقع التواصل الاجتماعي تقلل من أعراض الإدمان إلا أنها أشارت بأن الاتصالات الاجتماعية التقليدية عبر مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت مع الأصدقاء والعائلة ليست بديلاً فعالاً للتفاعلات الاجتماعية الفعلية وهو ما يسبب انهيار لبنية وتماسك رأس المال الاجتماعي.

استهدفت دراسة (Darcin et al., 2015) التعرف على العلاقة بين إدمان طلاب الجامعة الأترک لتطبيقات مواقع التواصل الاجتماعي على الهاتف المحمول ومعدل

الشعور بالوحدة والاضطراب الاجتماعي لديهم، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٦٧ مفردة، طبق عليهم مقياس الشعور بالوحدة Loneliness Scale ومقياس الرهاب الاجتماعي Brief Social Phobia Scale، خلصت الدراسة في نتائجها إلى وجود اختلاف واضح بين الأشخاص الذين يستخدمون تطبيقات مواقع التواصل الاجتماعي على الهاتف المحمول بشكل أساسي في الوصول إلى مواقع التواصل الاجتماعي وغيرهم ممن يستهدفون الوصول إلى شبكة الإنترنت أو إجراء المكالمات التليفونية، وأضافت الدراسة وجود ارتباط سلبي بين ميول الاستخدام الإدماني وسن المستخدمين، وبينت النتائج على ميل صغار المستخدمين لإدمان استخدام الهاتف المحمول، والذي عزز من الشعور بالوحدة لدى الإناث والشعور بالرهاب الاجتماعي لدى كل من الإناث والذكور.

بحثت دراسة (Yu, Wu & Pesigan, 2016) تأثير إدمان طلاب الجامعة الصينيين لمواقع التواصل الاجتماعي كعامل خطر على الصحة الإدراكية والنفسية لديهم، تبنت الدراسة نظرية الإدراك الاجتماعي والنموذج الاجتماعي المعرفي من خلال الربط بين الكفاءة الذاتية والنتائج المتوقعة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٩٥ تتراوح أعمارهم ما بين ١٧-٢٧ سنة من جامعة Macao، تم اختيارهم بطريقة عشوائية عن طريق عينة كرة الثلج، أكدت النتائج أن شعور الأفراد بالوحدة قد يؤدي إلى الإحساس بانخفاض كفاءتهم الذاتية، ومن ثم يحاولوا تعويض ذلك من خلال إدمانهم للأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي، بهدف تعديل المزاج والتواصل مع الآخرين والتعلم من سلوكياتهم لتقليل الإحساس بالتوتر والقلق، وتؤكد النتائج أيضاً أن انخفاض درجة تقاؤل المستخدمين يعد عاملاً غير مباشرًا يؤدي إلى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بينما يمثل الشعور بالوحدة عاملاً مباشرًا حيال ذلك، وتؤكد النتائج بوجود مؤشرات إيجابية لإدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي حيث شجعت تلك المواقع الأفراد على المشاركة الاجتماعية والانخراط في العمل التطوعي وكذلك ساعدتهم على بناء شعور حقيقي في الواقع الافتراضي وهو ما قلل إحساسهم بالوحدة.

واستهدفت دراسة (Blackwell et al., 2017) إلى التعرف على مستوى إدمان طلاب الجامعة الأمريكية لمواقع التواصل الاجتماعي ودلالة إسهام كل من الانبساط النفسي وأساليب الاتصال والخوف الاجتماعي في التنبؤ بإدمانها والتأثيرات المترتبة للإدمان على الاضطرابات النفسية والعصبية لديهم، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٠٧ مفردة من طلاب جامعة northeastern جمعت البيانات عن طريق عينات كرة الثلج من المشتركين في موقعي Facebook و Reddit طبق عليهم مقياس الانبساط النفسي والاضطراب العصبي للمستخدمين وكذلك أساليب التواصل وظاهرة "الفومو FOMO" (الخوف من فقدان الاتصال) ومقياس السمات الشخصية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن الاضطراب العصبي وأساليب التواصل مؤشرات داله عن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، بينما كانت ظاهرة الخوف من فقدان الاتصال هي العنصر الوحيد

الذى تنبأ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ومن أبرز مظاهر التأثير السلبي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي الشعور بالقلق والانطواء والخوف (الفومو) من فقد الاتصال بالآخرين، فقد أفاد الأفراد انهم يشعروا دائماً بأن شيئاً ينقصهم عند الابتعاد عن مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا ما يدفعهم إلى الدخول عليها باستمرار لمتابعة إشعارات الأصدقاء ، كما أوضحت النتائج أن الأفراد المنبسطين يمكن أن يكونوا أكثر استخداماً لوسائل التواصل لأنهم يشتهون التفاعل الاجتماعي ، وهو ما يؤدي إلى إدمانهم لها، ومن ناحية أخرى فإن تأثير الإدمان على شعورهم بالقلق أقل لهؤلاء الأشخاص لأنهم يشعرون بالراحة في تفاعلهم مع الآخرين، وتؤكد النتائج أنه كلما زاد شعور الطلاب بالانسياس النفسي، زادت احتمالية قيامهم بتحديث صفحاتهم الشخصية ومشاركة الصور مع الآخرين والاستجابة لمنشورات الآخرين.

استهدفت دراسة (Shettar et al.,2017) إلى التعرف على العلاقة بين إدمان طلاب الدراسات العليا الهنود للفيديوك والشعور بالوحدة والشعور بالخوف من فقدان الاتصال بالأصدقاء، تبنت الدراسة نموذج خلل المهارات الحياتية لـ (Caplan) psychosocial predisposition model problematic والمرتبطة بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، للتعرف على التأثيرات المتبادلة للتفضيلات الاجتماعية الواقعية، أجريت الدراسة على عينة قوامها ١٠٠ مفردة طبق عليهم مقياس إدمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction، ومقياس الوحدة الإصدار الثالث UCLA Loneliness Scale3 ، أكدت النتائج أن الأفراد الذين يعانون من عدم الكفاءة الاجتماعية يتولد لديهم حالة مزاجية سلبية تتمثل في الشعور بالاكتئاب والوحدة ويصبح لديهم عدم القدرة على التنظيم الذاتي ومن ثم يدمنوا الأنشطة الاتصالية للهروب من حالات المزاج السلبي، كما بينت النتائج وجود ارتباط إيجابي بين كثافة إدمان الفيسبوك ومدى شعور الأفراد بالوحدة، فكلما زاد الاستخدام الإدماني للأفراد زاد شعورهم بالوحدة والإحباط والشعور بالخوف والقلق من فقدان الأصدقاء.

وهدف دراسة (دغيري، ٢٠١٧) الكشف عن العلاقة بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين السعوديين، أجريت الدراسة على عينة الدراسة قوامها (٣٤٣) طالباً من طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية بمحافظة صامطة بالمنطقة الجنوبية بالمملكة العربية السعودية، أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية، وهو ما يعني انه كلما ارتفع إدمان شبكات التواصل الاجتماعي من جانب المراهقين ارتفع لديهم الشعور بالوحدة النفسية وكلما انخفض الإدمان انخفض الشعور بالوحدة النفسية.

وبالمثل قام (Robson,2018) بإجراء دراسة من المستوى الثاني عن تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على متغير الخوف من الفقد الاجتماعي (FOMO) كما طرح في اطار الدراسات التي تناولت ظاهرة الإدمان، أكدت النتائج أن

الأشخاص الذين يعانون من ضعف تقدير الذات والإحساس بالقلق والاكتئاب يدمنوا الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي، بهدف تحقيق الرفاه النفسي.

جاءت دراسة (Casale, Rugai & Fioravanti, 2018) لفحص العلاقة بين إدمان طلاب الجامعة الإيطاليين لمواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالخوف من الفقد الاجتماعي (FOMO) واستكشاف دور التفكير ما وراء المعرفي في تخفيف المشاعر السلبية والخوف من فقدان الأصدقاء على مواقع التواصل الاجتماعي، تبنت الدراسة نظرية ما وراء المعرفة وافترضت أن درجة وعي الأفراد بأنماط التفكير التي يستخدمونها وإدراكهم لأساليب التحكم والسيطرة الذاتية على محاولات استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، تمكنهم من اتخاذ قرارات واعية نحو الابتعاد عنها إن سببت لهم متاعب أو مشاكل، وفي إطار ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها ٥٧٩ مفردة، أكدت النتائج وجود تأثير للاستراتيجيات ما وراء المعرفة على فاعلية الذات، فمعتقدات الأفراد حول فاعلية ذواتهم تحدد مستوى الدافعية لهم وترفع من قدرتهم على مواجهة المشكلات المرتبطة بإدمانهم لمواقع التواصل الاجتماعي، فكلما ارتفعت ثقة الأفراد بأنفسهم زاد إصرارهم على تخطي ما يفكرون به من بعدهم عن الأصدقاء، من ثم لا يشعر بالخوف والعكس في حال انخفاض معدلات تقدير الذات لديهم، زاد درجة خوفهم مما يجعلهم يرتبطوا بها ولا يستطيع الابتعاد عنها لفترات طويلة، كما بينت النتائج أن الذكور أكثر قدرة على الضبط الذاتي من الإناث.

واستهدفت دراسة (Sleeper, 2018) اختبار العلاقة بين إدمان طلاب الجامعة الأمريكية لمواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالقلق الاجتماعي والرضى عن العلاقات الاجتماعية لديهم، ومعرفة ما إذا كانت المتغيرات الثلاثة تشكل نموذجاً سببياً يفسر هذه العلاقة؟، أجريت الدراسة على عينة قوامها ١٤٩ مفردة تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج، أكدت النتائج أن الطلاب الذين لديهم مستويات متدنية في الشعور بالرضا عن علاقاتهم الاجتماعية هم أكثر إدماناً للأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي، وهم لا يستطيعوا الابتعاد عن مواقع التواصل الاجتماعي لانهم يشعرون دائماً بالقلق من فقدان الاتصال بالأصدقاء.

#### الاتجاه البحثي الرابع: الدراسات التي تناولت العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي

يعد إدمان مواقع التواصل الاجتماعي من أصعب أنواع الإدمان علاجاً مقارنة بإدمان السجائر والكحول والمخدرات نظراً لكبر وضخامة انتشار مواقع التواصل الاجتماعي وقلة تكلفتها، وفي هذا الإطار ترى بعض الأدبيات أن الجلسات المعرفية والنفسية يمكن أن تؤدي دوراً في العلاج أو تخفيف المظاهر السلبيه شأنه شأن جلسات العلاج المعرفي والنفسي لمدمني السجائر أو للأفراد الذين يعانون من السمعة المفرطة (Brand, Laier, & Young 2014).

كما قامت دراسة (Suissa, 2015) بتحليل الأدبيات والنماذج النفسية والطبية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، بهدف تقديم تصور نفسي اجتماعي لعلاج الإدمان والوقاية منه، أشارت النتائج أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي مرتبط بفشل إدارة الوقت، وأن العلاج يتم وفق مسارين الأول المسار الطبي عن طريق أخذ بعض العقاقير، ومبرر أصحاب هذا التوجه أن الإدمان ناتج لخلل في بعض الجينات داخل الدماغ، أما الاتجاه الآخر يرى بضرورة تقديم العلاج النفسي عبر بعض البرامج النفسية التي تغير المشاعر السلبية لدى الأفراد ومبرر أصحاب هذا التوجه أن الإدمان ناتج عن اضطرابات نفسية واجتماعية تتمثل في ضعف تقدير الذات وضعف الروابط الاجتماعية والفردية، والبطالة، ويرى أصحاب هذا الاتجاه بوجود بعض البرامج الوقائية مثل موقع <http://www.olganon.org> الذي يقدم برامج للآباء للتنشئة الاجتماعية للأطفال كذلك موقعي [www.lesdessousdujeu.com](http://www.lesdessousdujeu.com) ، [Bien joué](http://www.bienjoue.com) ، والتي تهتم بالتنوعية تجاه إدارة المشاعر السلبية.

وأجرى (Ostergren et al.,2015) دراسة من المستوى الثاني، قام من خلالها بتحليل ١٤٥ مقالة ودراسة بحثية تناولت إدمان مواقع التواصل الاجتماعية وكذلك الوقاية من أضرار إدمان الأنشطة الاتصالية عليها، تؤكد الدراسة على أن الإدمان ناتج عن خلل في الجينات وبعض الخلايا في المخ والمسؤولة عن تنظيم عملية المزاج لدى الأفراد وبالتالي ترى أن العلاج الدوائي هو الحل المناسب للتغلب على إدمان مواقع التواصل الاجتماعي مقارنة بالعلاج النفسي والمعرفي والسلوكي.

كما أجرى (Webb & Wasilick,2015) دراسة استهدفت إعداد وتطبيق برنامج معرفي سلوكي جماعي للتغلب على حدة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، بهدف توعية الطلاب بمخاطر الإدمان على الصحة الشخصية والاجتماعية، طبق البرامج على طلاب إحدى المدارس من الصف التاسع إلى الثاني عشر، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبيتين، وطلب منهم بعد الانتهاء من دورس البرنامج نشر ما تعلموه وتأثروا به تجاه مواقع التواصل الاجتماعي على موقع Glogster، وقد بينت النتائج أن الطلاب الذين تعرضوا للبرنامج التجريبي كانوا أكثر حرصاً على نشر أضرار إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وأظهروا انخفاض ملحوظ في أعراض الإدمان بصفة عامه، مع حدوث تغييرات إيجابية طفيفة في إدراك الاتجاهات الوالدية وأداء الأسرة وهو ما يؤكد فاعلية البرنامج المعرفي.

استهدفت دراسة (بنهان، ٢٠١٥) بناء برنامج تدريبي في إدارة الوقت لخفض مستوى إدمان الفيسبوك وخفض الشعور بالوحدة النفسية، أجريت الدراسة على عينة قوامها ١٠٠ مفردة من طلاب التربية بالإسماعلية، قسموا إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، استخدم في البرنامج تسع استراتيجيات (المحاضرة، المناقشة، العصف الذهني، حل المشكلات، التعلم التعاوني، الواجب المنزلي، التدريب التوكيدي، ممارسة العكس، بطاقات التذكر)، أكدت النتائج فاعلية البرنامج التدريب

في إكساب مهارة إدارة الوقت، وكذلك في إكسابهم المهارات والمعارف التي توضح خطورة الإدمان، كما ساعدهم البرنامج التجريبي في ضبط وتنظيم السلوكيات مع الآخرين وهو ما أدى إلى خفض معدل الاستخدام اليومي للفيديو.

وهدفت دراسة (أبو هروس، ٢٠١٦) التعرف على مدى فاعلية برنامج إرشادي جمعي قائم على استراتيجيات (الاسترخاء، حل المشكلات، المراقبة الذاتية، النمذجة، التعزيز، لعب الأدوار، الضبط الذاتي، الأسئلة السقراطية والاكتشاف الموجه، الواجبات المنزلية) في علاج اضطرابات إدمان الفيديو لدى عينة من الطالبات المراهقات، تبنت الدراسة النظرية المعرفية السلوكية، وفي إطار ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٨ طالبة في الصف الحادي عشر من فلسطين، تم تقسيمهم إلى مجموعتين، مجموعة تجريبية تتعرض للبرنامج الإرشادي لمدة خمسة عشر جلسة، وقد أظهرت النتائج أن المجموعة التجريبية تأثرت بالبرنامج مقارنة بالمجموعة الضابطة حيث بين نتائج الاختبار التبعي انخفاضاً في مستوى القلق لدى المجموعة التجريبية.

كذلك قام (Benjamin, 2016) بإجراء دراسة اثنوجرافية للتعرف على التجارب المتعلقة بتدريس علم النفس والمرتبطة بالمضادات الإنسانية لمواجهة الاستخدام المفرط وغير الملائم للتطبيقات الاجتماعية على الهواتف المحمولة داخل الفصول الدراسية، أكدت الدراسة أن المضادات الإنسانية تتكون من ثلاث خطوات تتمثل الخطوة الأولى في اتخاذ الإجراءات اللازمة للقضاء قدر الإمكان على الاستخدام غير المناسب للهواتف المحمولة في الفصل الدراسي، وتتحدد الخطوة الثانية في اشتراك الطلاب في المناقشات الجماعية، بينما تتحدد الثالثة في تنظيم مناقشات صغيرة حول خطورة الإفراط والاستخدام الملائم للتطبيقات الاجتماعية على الهواتف المحمولة.

أما دراسة (Sharma & Palanichamy, 2018) فقد أعادت تطبيق الاستراتيجيات السلوكية التي وضعتها Kimberly Young 1999 والتي تقوم على تحديد الأفكار المحددة للمشاعر، وتعلم مهارات جديدة، لمنع الانتكاس والعودة مجدداً لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت، اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي حيث طبقت على مراهق واحد من أحد المراكز النفسية في الهند يبلغ من العمر ١٤ سنة، أكدت النتائج على فاعلية الاستراتيجيات المستخدمة في الحد من إدمان الأنشطة الاتصالية في البيئة الرقمية والتي تقوم على ثمانية أشكال: الأولى ممارسة العكس Practice the opposite: وهي فنية تقوم على تغيير عادة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، فإن كان يستخدمها في الصباح يحاول تغيير تلك العادة والقيام بسلوك آخر كالاستحمام أو لعب الرياضة، وإن كان يستخدمها قبل النوم يتم تشجيعه على مراجعة واجباته المدرسية أو العشاء بالخارج أو مشاهدة الأخبار؛ الاستراتيجية الثانية إيجاد موانع خارجية External stoppers: ويتم فيها الأفراد بتسجيل أوقات دخولهم استخدام ساعات التوقف كمنبه يساعد على تنبيه الفرد بموعد

انتهاء وقت استخدام الإنترنت، وتنفيذ بعض الأنشطة دون الاتصال بالإنترنت مثل الذهاب للعمل أو المدرسة؛ الاستراتيجية الثالثة وضع أهداف مسبق **Setting goals**: بمعنى وضع جدول زمني يحدد فيها عدد الساعات المخططة لاستخدام الإنترنت أسبوعياً مما يكسب الفرد مهارة التحكم في الوقت؛ الاستراتيجية الرابعة الامتناع عن استخدام بعض التطبيقات **Abstinence from certain applications**: (مثل MSN، Facebook، ألعاب الإنترنت) والتي تبدو أكثر جاذبية للفرد واستخدام تطبيقات بديلة في إرسال الرسائل واستقبالها؛ الاستراتيجية الخامسة استخدام بطاقات التذكير **Reminder cards**: وفيها يقوم الفرد بكتابة خمس إيجابيات وسلبيات لاستخدام الإنترنت ويقوم الفرد باستخدامها كلما أراد الدخول عليه، الاستراتيجية السادسة جرد الاهتمامات الشخصية **Personal inventory**: وذلك عن طريق إعداد قائمة شخصية يحدد فيها الأنشطة والاهتمامات المهمة بحيث يساعد على إحيائها مره أخرى، الاستراتيجية السابعة الاعتماد على مجموعات الدعم **Support groups**: ومنها لجوء الفرد لاستخدام صفحات الأشخاص الذين يقدمون الدعم والنصح الإيجابي لديهم كنوع من التعويض الاجتماعي، أما الاستراتيجية الثامنة التدخلات الأسرية **Family therapy**: لمنع الاستخدام المتزايد والرقابة على الأبناء.

واستهدفت دراسة (Manwong et al.,2018) إعداد برنامج جلسات علاج تحفيزي متعدد النظم والتحقق من فاعليته في علاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة من الطلاب في تايلند بلغ عددهم ٢٤٥ مفردة، تم تقسيمهم على مجموعتين مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، طبق عليهم البرنامج لمدة ١٢ أسبوع، قامت الدراسة بالبحث في السلوك الإدماني للمواقع الاجتماعية ومتوسط فترة استخدام هذه المواقع خلال الأسبوع، وكذلك سلوكيات الأفراد وتقدير الذات والشعور بالاكئاب، وذلك من خلال أسئلة الاستبيان الموجهة إلى الجمهور، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن هذه الجلسات قللت من السلوك الإدماني لمواقع التواصل الاجتماعي بالنسبة لطلاب المدارس العليا في تايلاند من خلال تقليل الوقت الذي يقضونه في التعرض لهذه الوسائل والحد من التصرفات العاطفية والشعور بالاكئاب.

وفي مقالة بحثية أجرى (علم الدين، ٢٠١٨) مراجعة للعديد من الدراسات والنماذج العالمية التي تناولت علاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وبينت أن تجارب دول العالم في العلاج تقوم على ثلاثة مجالات: الأول العلاج النفسي والذي ينصح الأطباء والمعالجون النفسيون بأخذ مشورة الأخصائي الاجتماعي والتربوي، للتأكد ما إذا كانت العائلة بأكملها تعاني من تبعات هذا الإدمان أم فرد واحد منها فقط؛ المجال الثاني التوعية وفي إطار ذلك طرح عدة نماذج فعلى المستوى العربي بنيت هيئة الاتصالات في دبي تطبيقات التحكم الأبوي والذي يقدم حلول متعددة لأولياء الأمور للتحكم في هواتف أبنائهم عبر ضبط تحميل التطبيقات والألعاب الإلكترونية وفيديوهات يوتيوب بحيث تكون مناسبة للفئات العمرية التي تتعامل معها، وتعطي توجيهات تكنولوجية لأولياء الأمور كيفية المتابعة لأجهزة المحمول الخاصة بالأبناء، وفي مصر هناك تجربة معهد

الدراسات العليا للطفولة في عقد دورات تدريبية تستهدف توعية أولياء الأمور لكيفية تربية الأبناء في ظل استخدامهم للتكنولوجيا الحديثة، وفي الجزائر تم إنشاء مركز معالجة مدمني الإنترنت والشبكات الاجتماعية في محافظه قسطنطينية شرق ويعد المركز الأول من نوعه في أفريقيا والعالم العربي والثالث بعد كوريا الجنوبية والصين أما على النطاق العالمي في الولايات المتحدة الأمريكية طرح نموذج لعلاج الإدمان بحيث يقضي الشخص أسبوعاً بعيداً عن أسرته وعن جميع أجهزة التكنولوجيا، وفي الصين تم إنشاء معسكرات تأهيل نفسي ذات طابع عسكري وفيه يتم وضع المدمنين لفترات طويلة تمتد لأشهر بالإضافة إلى وجود ٣٠٠ مستشفى ومصحة ، وفي كوريا الجنوبية تم إنشاء ١٩٠ مستشفى ومصحة لعلاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي؛ أما المجال الثالث الأدوات والتطبيقات التي توفرها google و Facebook و Apple لمحاربة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

هدفت دراسة (حسن، ٢٠١٨) التحقق من فاعلية برنامج معرفي سلوكي لعلاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وتحسين المهارات الحياتية لدى عينة من المراهقين في المرحلة الإعدادية، تكونت عينة الدراسة من ٤٠ طالب وطالبة في المرحلة الإعدادية تتراوح أعمارهم ما بين ( ١٤-١٥ ) سنة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين: المجموعة الأولى تضم (٢٠) مراهقاً ومراهقة ، الثانية الضابطة وتضم (٢٠) مراهقاً ومراهقة، طبق عليهم مقياس تحسين المهارات الحياتية، ومقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي من إعداد الباحثة، أكدت النتائج فاعلية البرنامج في التخفيف من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

### المحور الثاني: استعراض الدراسات المرتبطة بالتأثيرات الاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

بالنظر إلى الدراسات التي اهتمت بالتأثيرات الاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، يلاحظ تركيز هذه الدراسات على مجالات بحثية متعددة وفق لما يلي:

- اتجاه بحثي أول تناول تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات الاجتماعية وفي الدعم الاجتماعي والنسق القيمي لدى الأفراد.
- اتجاه بحثي ثاني تناول تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني والسلوك الشرائي لدى الأفراد

### الاتجاه البحثي الأول: الدراسات المرتبطة بتأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات والدعم الاجتماعي، والنسق القيمي

- من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات الاجتماعية: في إطار اختبار العلاقة بين الإدمان والعلاقات الاجتماعية الأسرية جاءت دراسة (سعودي، ٢٠١٤) للتعرف على تأثير إدمان طلاب الجامعة الجزائريين للفيس بوك

على التوافق الأسري لديهم، بالإضافة إلى استكشاف تأثير المتغيرات الديمجرافية، أجريت الدراسة على عينة قوامها ١٨٠ مفردة من طلبة جامعة بشار بالجزائر، أكدت النتائج أن إدمان الفيسبوك يضعف من فرص الاتصال الشخصي وجها لوجه، وفي تفاعل المستخدمين مع أسرهم وأصدقائهم، كما يؤدي إلى الانسحاب الملحوظ في التفاعل الاجتماعي داخل محيط الأسرة، وهذا ما يؤدي إلى مزيد من الشعور بالانعزالية نتيجة للعالم الافتراضي الذي قاموا ببناءه، كما تؤكد النتائج أن علاقة الإدمان بالتوافق الأسري تختلف باختلاف أبعاد التوافق الأسري، إذ بينت ارتباط الإدمان بأبعاد العلاقات الإنسانية السوية، والتباعد، في حين لا توجد علاقة ارتباطية بين الإدمان وبعد الألفة والمحبة، وهو ما يعني أن الفيسبوك يدفع الأفراد إلى إبعادهم عن محيط حياتهم الأسرية، وأكدت النتائج أن درجة تأثير إدمان الفيسبوك متساوية بين الذكور والإناث.

استهدفت دراسة (Gao, Liu & Li, 2017) استكشاف العوامل المؤثرة على إدمان المستخدمين الصينيين لمواقع التواصل الاجتماعي والتأثيرات المترتبة على العلاقات الاجتماعية، تبنت الدراسة نظريتي الانتماء والحضور الاجتماعي، وذلك لشرح سلوك الأفراد ومشاعرهم المتشكلة في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي والتي تفترض أن مواقع التواصل الاجتماعي تحقق ثلاث أشكال من الحضور تتمثل في (الدفء، الألفة، الإحساس)، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٧٨ مفردة، أكدت النتائج كلما كان عامل الحضور الاجتماعي قوي أدى ذلك إلى مزيد من النشاط الإدماني على مواقع التواصل الاجتماعي، وتؤكد أن الأشخاص الذين لديهم احتياج شديد للانتماء يحاولوا بناء علاقات اجتماعية دافئة وحميمة ذات روابط مع الآخرين ويسعوا إلى التواصل الدائم معهم، وهؤلاء الأفراد يميلوا إلى دعم الآخرين ويميلوا إلى الحصول على الدعم الاجتماعي منهم، كما بينت النتائج أن جمهور مواقع التواصل الاجتماعي نشط جدا يتفاعل مع الآخرين من خلال عبارات الإعجاب أو الإشارات أو التعليقات الإيجابية، وكلما ارتفعت تلك المظاهر التفاعلية أدى إلى تعزيز الجوانب الإيجابية لدى الأفراد مما يدفعهم إلى عدم التخلي عن استخدامها وهو يؤدي إلى إدمانها.

واستهدفت دراسة (Demircioğlu & Köse, 2018) إلى التعرف على العلاقة بين إدمان طلاب الجامعة الأتراك لمواقع التواصل الاجتماعي ودرجة الرضا عن العلاقات الاجتماعية، ودلالة إسهام كل من حساسية الرفض وأنماط التعلق والسمات الشخصية في التنبؤ بإدمانهم وتأثيرات ذلك على طبيعة العلاقات الاجتماعية لديهم، تبنت الدراسة نظريتي المزاج العام Management Theory Mood، ونظرية التعزيز Reinforcement Theory، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٣٧ مفردة من طلاب إحدى الجامعات، أكدت النتائج أن الأفراد يدمنوا الأنشطة الاتصالية بهدف تحقيق الدعم العاطفي والاجتماعي لذا يتفاعلوا مع المحتويات الترفيهية بهدف تحقيق الاستثارة الفسيولوجية، كما بينت أن الأشخاص الذين يعانون من فشل في العلاقات الاجتماعية يتجهوا لمواقع التواصل الاجتماعي

كنوع من التعزيز لبناء علاقات اجتماعية في الواقع الافتراضي، وأكدت أن أسلوب التعلق يؤثر على درجة اتصال الأفراد بالآخرين خوفاً من الرفض، كما بينت أن الشخصيات الميكافيلية والنرجسية والتي لديها اعتلال في الشخصية أكثر الشخصيات إيماناً لمواقع التواصل الاجتماعي.

#### ■ ومن منظور الدعم الاجتماعي ورأس المال الاجتماعي

وجاءت دراسة (Simsek & Sali, 2014) للتعرف على العلاقة بين إيمان طلاب الجامعة الأتراك لمواقع التواصل الاجتماعي والأمن النفسي، بهدف اختبار تأثير الإيمان على الكفاءة الذاتية والتفاؤل والأمل والمرونة في إطار نظريتي رأس المال النفسي والاجتماعي، تكونت عينة الدراسة من ٢٠٩ مفردات من بعض طلاب الجامعات، أكدت نتائج الدراسة أن حالات التواصل بين الأفراد سواء التبادلية أو التواصلية لم تؤثر في تعزيز الحالة النفسية الإيجابية وهو ما يؤكد بأن إيمان مواقع التواصل الاجتماعي أثر بالسلب على الأمن النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة.

وتناولت دراسة (Maier et al., 2015) البحث في ظاهرة الضغط الاجتماعي الناتجة عن إيمان مواقع التواصل الاجتماعي وتداعياته وآثاره على المستخدمين الألمان، وفي إطار ذلك وظفت الدراسة نظرية الدعم الاجتماعي والتي تركز على الأساليب التي ينظمها ويستقر عليها الأفراد داخل الشبكات الاجتماعية من خلال الاتصالات التفاعلية كما تركز على كيفية توظيف هذه الاتصالات لطلب الدعم أو تقديمه وعرضه، استخدمت الدراسة أداة المقابلة مع ١٢ مفردة، كذلك أداة الاستبيان بالتطبيق على عينة من مستخدمي الفيسبوك بلغ عددهم ٥٧١ مفردة، وخلصت الدراسة في نتائجها إلى اعتبار كل من مدى الاستخدام وعدد الأصدقاء وأنواع العلاقات (حقيقية أم افتراضية) ومفاهيم الدعم الاجتماعي عوامل لها علاقة مباشرة بشعور المستخدم بالضغط الاجتماعي، بينما كانت المرحلة السنوية عاملاً له تأثير غير مباشر، وأكدت النتائج أن الآثار النفسية والسلوكية للضغط الاجتماعي تتمثل في شعور المستخدمين بالإرهاق وانخفاض مستويات شعورهم بالرضا وزيادة رغبتهم في التوقف عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

واستهدفت دراسة (Bian & Leung, 2015) التعرف على العلاقة بين إيمان طلاب الجامعة الصينيين للتطبيقات الاجتماعية على الأجهزة الذكية ورأس المال الاجتماعي، بهدف استكشاف دور بعض المتغيرات النفسية كالوحدة والشعور بالخجل وأنماط استخدام الأجهزة الذكية في التنبؤ بإيمان الأجهزة الذكية، تبنت الدراسة نظرية رأس المال الاجتماعي، طبقت الدراسة على عينة قوامها ٤١٤ مفردة جمعت البيانات عن طريق عينات كرة الثلج، توصلت النتائج أن الإيمان له تأثيرات سلبية وإيجابية، من أبرز المظاهر السلبية تجاهل الآثار الضارة والانهمك وعدم القدرة على السيطرة على الرغبة وفقدان القدرة على الإنتاج وكذلك الشعور بالقلق والضياع، كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين ارتفاع السلوك الإدماني وارتفاع شعوره بالوحدة والخجل، ومن أبرز

المظاهر الإيجابية لإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، توظيف الأنشطة الاتصالية لأغراض الحصول على المعلومات وإقامة العلاقات الاجتماعية والحصول على المنافع الإيجابية، وهو ما يعزز من العلاقات التواصلية والتبادلية بين الأفراد، حيث بينت النتائج أن العينة استطاعت التواصل الأصدقاء والزلاء عبر وسائل التواصل الاجتماعي مثل Twitter, bebo, wechat, whatsapp, مما عزز من عملية تبادل المعلومات وإرسال الرسائل والصور ومقاطع الفيديو بينهم، بالإضافة إلى التواصل عبر برامج الاتصال المرئية والتليفونية وهو ما ساهم في بناء وتماسك رأس المال الاجتماعي.

كما استهدفت دراسة (يوسف، ٢٠١٥) إلى التعرف على مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي (الفيديو) والمسئولية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديمجرافية، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣١٠ مفردة من طلاب جامعة عين شمس تتراوح أعمارهم ما بين ١٧-٢٦ سنة، أكدت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي تعزي لمتغير النوع، كما أكدت النتائج كلما ارتفع مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي انخفض مستوى المسئولية الاجتماعية لديهم، وكلما انخفض مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ارتفع مستوى المسئولية الاجتماعية لديهم، وتشير النتائج أن نتائج الإدمان المدمرة لا تقتصر على المسئولية الشخصية للمدمن فحسب، بل على مسئوليته الدينية والأخلاقية ومسئوليته تجاه الآخرين ومسئوليته تجاه مجتمع، ومن الانعكاسات السلبية على الجانب الصحي حدوث تغيير في عادات النوم والأكل وغيرها، وفي الجانب الفكري اكتساب مبادئ وقيم ومعايير ومعتقدات مدمرة، وفي الجانب العاطفي وجود أحاسيس سلبية تسود حياة المدمن كالغضب والخوف والقلق والذنب والوحدة والبؤس وغيرها من المشاعر السلبية.

بحثت دراسة (Tang et al.,2016) في العلاقة بين إدمان طلاب الجامعة في تايوان للفيديو وكل من سمات الشخصية والعلاقات التفاعلية والدعم الاجتماعي الإلكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي، تبنت الدراسة نظرية الدعم الاجتماعي والتي افترضت أن مواقع التواصل الاجتماعي تحقق أربعة أنواع من الدعم يتمثل في الدعم العاطفي، المعلوماتي، السلوكي، والرفقة، هذا الدعم الذي تحققه مواقع التواصل الاجتماعي تدفع الأفراد إلى عدم الابتعاد عنها مما يجعلهم يدمنوا استخدامها خشية من فقدان هذا الدعم، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٨٩٤ جمعت من ثماني جامعات بطريقة مباشرة وكذلك عن طريق عينات كرة الثلج، طبق عليهم مقياس إدمان الفيديو Bergen Facebook Addiction، ومقياس الشخصية لـ ساسيور Saucier، ومقياس الدعم الاجتماعي Leung and Lee's online social support scale، أكدت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين إدمان الفيديو وكل من العلاقات الشخصية والدعم الاجتماعي الإلكتروني من خلال المشاركة في الأنشطة والفاعليات الاجتماعية، كذلك وجود علاقة سلبية بين إدمان الفيديو ومجموعة من السمات الشخصية تتحدد في درجة وعي المستخدم وشعوره بالانسجام، وكانت العلاقات الشخصية

التي تتم عبر الإنترنت، كما بينت النتائج أن شعور المستخدم بالاضطراب العصبي مؤشر دال على إدمان الفيسبوك.

هدفت دراسة (Yang et al.,2016) استكشاف العوامل المؤثرة في العلاقة بين إدمان مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في الصين ورأس المال الاجتماعي بأبعاده الثلاثة التواصلي والتبادلي والهيكلية الذي يتشكل في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي لدى المستخدمين الصينيين، تبنت الدراسة نظرية رأس المال الاجتماعي، حيث افترضت أن العلاقات الاجتماعية والدعم الاجتماعي اللذان يتشكلان في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي يؤثران في إدمان الأفراد لمواقع التواصل الاجتماعي، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٤٥٨ مفردة من شرق الصين، بينت النتائج أن الدعم الاجتماعي المتحصل من العلاقات الاجتماعية المتشكلة في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي يؤثر في إدمان الأفراد لها ، كما بينت أن العلاقات الاجتماعية الحقيقية تصرف الأفراد عن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

في إطار فحص العلاقة بين إدمان الفيسبوك والسمات الشخصية والدعم الاجتماعي المدرك لدى طلاب الجامعة في باكستان جاءت دراسة (Zafar, Lodhi & Shaker, 2018) لمعرفة ما إذا كانت المتغيرات الثلاثة تشكل نموذجاً سببياً يفسر هذه العلاقة؟، تبنت الدراسة نظريته الدعم الاجتماعي أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٢٢ مفردة من طلاب عدد من الجامعات في باكستان، طبق عليهم مقياس إدمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction ومقياس الدعم الاجتماعي Leung and Lee's online social support scale، وقد خلصت الدراسة في نتائجها إلى وجود علاقة إيجابية بين السمات الشخصية والدعم الاجتماعي المدرك وإدمان الفيسبوك، فقد بينت أن الشخصيات الانبساطية والعاطفية أكثر إدماناً للأنشطة الاتصالية على الفيسبوك من الشخصيات التي لديها درجة عالية من القبول الاجتماعي، كما أوضحت النتائج أن مستوى إدمان الفيسبوك يختلف بوضوح بين كل من الإناث والذكور لصالح الإناث وكل من الصغار والكبار لصالح الصغار، وأضافت أن الدعم الاجتماعي المتلقي يتوسط في العلاقة بين السمات الشخصية وإدمان الفيسبوك.

استهدفت دراسة (Mahamid & Berte,2018) التعرف على تأثير الضغوط الجيوسياسية على إدمان الشباب الفلسطيني المقيم في الضفة الغربية لمواقع التواصل الاجتماعي، انطلقت الدراسة من فرضية أن الضغوط الخارجية تقلل من فرص الدعم الاجتماعي والتواصل الحقيقي بين الأفراد، فيلجأوا للتعويض الاجتماعي عن طريق استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وهو ما يسبب لهم الشعور بالإجهاد والعزلة، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٧٤٤ مفردة من طلاب جامعة النجاح، أظهرت النتائج أن قلة الأماكن الترفيهية والقيود المفروضة على حركة الشباب تدفعهم لإدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي وهو ما يسبب لهم الشعور بالإجهاد والعزلة الاجتماعية عن محيط الأسرة ، كما بينت النتائج أن الذكور أكثر إدماناً لمواقع التواصل الاجتماعي من الإناث.

## ■ ومن منظور التأثير على النسق القيمي:

حاولت دراسة (Jin, 2015) التعرف على العلاقة بين التقدير الذاتي ورأس المال الاجتماعي واختبار تأثير مكونات التقدير الذاتي الأربعة؛ الكفاءة الذاتية (الثقة بالنفس)، تأكيد الذات، الحضور الاجتماعي، احترام الذات على كل من القيم ورأس المال الاجتماعي، وانطلقت الدراسة من فرضية مؤداها أن إيمان الأفراد لمواقع التواصل الاجتماعي يؤثر على منظومة القيم المجتمعية المبنية على آلية الثقة، والمشاركة الاجتماعية، والمعاملة بالمثل، ومن فرضية أن رأس المال الاجتماعي التواصلي والتبادلي يتوسط في العلاقة بين مكونات التقدير الذاتي والتأثيرات على منظومة القيم المجتمعية لدى الأفراد، طبقت الدراسة على عينة قوامها ٣٠٦ من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في كوريا الجنوبية، ممن تتراوح أعمارهم بين ٢٠-٥٠ سنة، أكدت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين إيمان الأفراد لمواقع التواصل الاجتماعي وتشكل المنظومة القيمية، كما تشير النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين احترام الذات ورأس المال الاجتماعي التواصلي، لكنها لم تؤكد على وجود علاقة بين احترام الذات ورأس المال التبادلي، وتؤكد النتائج أيضاً على أن الأفراد الذين لديهم انخفاض في التقدير الذاتي هم أكثر انخراطاً في العلاقات الاجتماعية التبادلية من العلاقات الاجتماعية التواصلية، وتشير النتائج أن كثافة استخدام الفيسبوك لعبت دوراً أكثر أهمية في العلاقات الاجتماعية التبادلية مما كانت عليه في العلاقات الاجتماعية التواصلية، وتشير النتائج أيضاً إلى وجود علاقة إيجابية بين عامل الثقة والحضور الاجتماعي ورأس المال الاجتماعي إلا أنها تؤكد على قوة تأثير عنصر الثقة على العلاقات الاجتماعية التبادلية مقارنة برأس المال التواصلي، كما تؤكد النتائج أيضاً أن عامل تأكيد الذات لعب دوراً أكثر أهمية في العلاقات الاجتماعية التواصلية من العلاقات الاجتماعية التبادلية.

تصدت دراسة (مؤيد، ٢٠١٦) للبحث في التأثيرات السلبية والإيجابية لإيمان مواقع التواصل الاجتماعي على القيم الاجتماعية والأخلاقية لدى الشباب الجامعي المصري والسعودي، تبنت الدراسة نظرية رأس المال الاجتماعي، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٩٦ مفردة من طلاب الجامعة في مصر والسعودية، وانطلقت الدراسة من عدة فرضيات منها أن إيمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي قد يكسب الأفراد بعض السلوكيات والمفاهيم السلبية التي تتعارض مع القيم الاجتماعية والأخلاقية السائدة في المجتمع، بالإضافة إلى التأثير على الحالة النفسية وخلق حالة من العزلة تعيق الأفراد على التواصل الجيد مع الآخرين وهو ينعكس بالسلب على بناء وتشكيل رأس المال الاجتماعي، وقد يكون له تأثيرات إيجابية من خلال تعزيز القيم الاجتماعية والأخلاقية والمشاركة الاجتماعية والسياسية، القائمة على رصيد من الثقة والتبادل والقيم المشتركة الدينية والاجتماعية والأخلاقية مما ينعكس بالإيجاب على بناء وتشكيل رأس المال الاجتماعي، بينت

النتائج وجود علاقة إيجابية بين إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وكثافة التعرض على تشكيل وتكوين رأس المال الاجتماعي حيث عززت تلك المواقع من عملية التواصل بين المجتمعات بشكل عام، والأفراد فيما بينهم بشكل خاص، وجعلت لعملية التواصل الفردي شكلاً جديداً قضى تماماً على حميمية اللقاء وتبادل النظرات فيما بين الشخص والآخر وأوجدت عمليات تواصلية أساسية مهمة تظهر المشاعر والأحاسيس وهي لغة الجسد ونبرة الصوت والإيماءات الوجيهة وغيرها من الأمور المعينة والمساعدة على توصيل المعنى الحقيقي للرسالة بين الأفراد بواسطة الاتصال المرئي عبر مواقع ووسائل التواصل الاجتماعي.

وسعت دراسة (عمران، ٢٠١٧) للكشف عن أثر إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على قيم التسامح وقبول الآخر لدى طلاب الجامعة المصريين، أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٥٠) مفردة من طلاب كلية التربية جامعة سوهاج، مما يعانون من إدمان الدخول على مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مستمر، أظهرت نتائج الدراسة نقشي ظاهرة إدمان التواصل الاجتماعي بين طلاب الجامعة، كما بينت وجود آثار سلبية بدرجة (مرتفعة، ومتوسطة) لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على قسم التسامح وقبول الآخر لدى الطلاب عينة الدراسة.

#### الاتجاه البحثي الثاني: الدراسات المرتبطة بتأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني واتجاه السلوك الشرائي:

##### ■ من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الأداء الأكاديمي والمهني:

للتعرف على العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومهارات التفكير التحليلي والتعلم الاجتماعي جاءت دراسة (Rahwan et al., 2014) لمعرفة ما إذا كان إدمان طلاب الجامعة الأمريكية لمواقع التواصل الاجتماعي يؤثر بطريقة إيجابية في التفكير التحليلي لديهم أم لها تأثيراً سلبياً في قدرتهم على استنتاج واستنتاج المعلومات، اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي بالتطبيق على عينة قوامها ١٠٠ مستخدم من جامعة Oregon، قسموا إلى خمس مجموعات تجريبية كل مجموعة تتعرض لموقع تفاعلي مختلف في التصميم ما بين التفاعلية النشطة إلى البسيطة، ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة أن إدمان المستخدمين لمواقع التواصل الاجتماعي لا يوفر لهم الوقت للتفكير فيما يكتبونه على صفحاتهم وما يكتبه أصدقائهم، وأن "تويتر" و"الفيس بوك" يمكن أن يقوضا القدرة البشرية على التفكير التحليلي، واستنتاج الأفكار والآراء، كما أشارت الدراسة أن سرعة وحجم ويسر المعلومات التي يمكن مشاركتها عبر مواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن تزيد من صعوبة التفكير التحليلي.

جاءت دراسة (Jafri, 2015) للتعرف على التأثيرات السلبية لإدمان الفيسبوك على المشاعر السلبية والأداء الأكاديمي، ودراسة أبرز الاستراتيجيات العاطفية للتخلص

من المشاكل النفسية لمدمني الفيسبوك، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٥ مفردة من طلاب الجامعة في بوتان، أظهرت نتائج تحليل الانحدار أن المدمنين أظهروا مشاعر سلبية أكثر من المشاعر الإيجابية، وبيّنت النتائج أن المدمنين غير قادرين على تلبية متطلبات حياتهم اليومية بشكل فعال وكفاء كزملاء غير مدمنين، كما بيّنت النتائج أن مدمني الأنشطة الاتصالية على الفيسبوك لا يشعروا بالسعادة والفرحة، بل ينتهي بهم الأمر إلى العديد من التجارب العاطفية السلبية مثل الحزن وعدم الرضا، ويؤدي ذلك إلى انخفاض أدائهم الأكاديمي والمهني، وانخفاض في العلاقات الاجتماعية مع الأصدقاء وفي محيط الأسرة، وأوضحت النتائج أن أبرز الاستراتيجيات المستخدمة مع مدمني الفيسبوك هي استراتيجية التكيف للتعامل مع الضغوط والإحساس بالقلق.

هدف دراسة (Malik & Rafiq, 2016) استكشاف التأثيرات الاجتماعية لإدمان الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي على الأداء الأكاديمي لدى طلاب الجامعة الباكستانيين، ولدراسة العلاقة بين السمات الشخصية (الانبساط - العصابية) والشعور بالوحدة النفسية والدعم الاجتماعي وإدمان الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، والكشف عن أي فروق قد تعزي لمتغيرات لسن والنوع والتعليم والتسويق، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٠١ مفردة من طلاب المعاهد التعليمية في إسلام آباد ممن تتراوح أعمارهم ما بين ١٤-٣٣ سنة، أظهرت النتائج عدم وجود دور مؤثر لكل من التعليم والسن والنوع في حدوث إدمان للإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، بينما ثبت وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين إدمان الإنترنت وكل من الشعور بالعصبية والوحدة وتلقى الدعم الاجتماعي الإلكتروني، كما أثبتت النتائج ارتباط ظاهرة إدمان باتجاه المستخدم نحو التسويق والمماثلة في حياته الواقعية وأضافت النتائج التأثير السلبي للإدمان والتسويق على الأداء الأكاديمي للطلاب وعلى علاقاتهم الاجتماعية مع الآخرين.

وجاءت دراسة (Sriwilai & Charoensukmongkol, 2016) للتعرف تأثير إدمان الموظفين لمواقع التواصل الاجتماعي على وعيهم ويقظتهم أثناء أدائهم الوظيفي، بالإضافة إلى التعرف على أبرز الاستراتيجيات المستخدمة للتكيف مع الواقع، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢١١ موظف من ١٣ مؤسسة تجارية في تايلاند، أوضحت النتائج أن الأشخاص الذين ترتفع لديهم مستويات إدمان الشبكات الاجتماعية يميلون نحو استخدام أساليب عاطفية للتكيف مع حالات الضغط والإجهاد، الأمر الذي يترتب عليه ارتفاع درجة الاستنزاف العاطفي، أكدت النتائج أن الموظفين غير القادرين على التحكم في سلوكهم على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، يواجهون صعوبة في التركيز على وظائفهم ولا يستطيعوا التحكم في مشاعرهم، حيث بيّنت أن ارتباط الأفراد باخريين على مواقع التواصل الاجتماعي بهدف تقديم الدعم العاطفي والنفسي يجعل المستخدمين يشعروا بالذنب إذا ابتعدوا عنها وهو ما يجعلهم يدمنوا الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي.

كما جاءت دراسة (Błachnio & Przepiorka, 2016) لاستكشاف العلاقة بين إدمان النساء للفيديو وعوامل التحكم والتنظيم الذاتي والتحكم في العمل، لمعرفة ما إذا كانت المتغيرات الأربعة تشكل نمودجا سببياً يفسر هذه العلاقة؟ ودراسة التأثيرات النفسية والاجتماعية المترتبة على ذلك، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٨٤ من النساء العاملات في بولندا طبق عليهم مقياس التحكم الذاتي والتنظيم الذاتي والتحكم في العمل، إلى جانب مقياس تعدد المهام أكدت النتائج وجود علاقة بين إدمان الفيديو وعوامل التحكم والتنظيم الذاتي والتحكم في العمل، كما تؤكد النتائج على أن النساء اللاتي يتمتعن بمستوى عالٍ من ضبط النفس يمكنهم استخدام الفيديو بطريقة صحيحة والعكس في حال النساء اللاتي لديهن مستوى منخفض من الضبط الذاتي يؤثر ذلك في إدمانهم للفيديو مما يعكس على أدائهم في العمل، كما تبين وجود علاقة سلبية بين سوء تنظيم المشاعر وإدمان الفيديو، فقد تبين أن النساء العاملات يدمن الأنشطة الاتصالية على الفيديو بهدف الهروب من مشاكل الحياة، لذا يلجأن لاستخدام الفيديو بهدف تحسين حالتهم المزاجية، كما أكدت النتائج أن مستخدمات الفيديو القادرات على مقاومة الاندفاع والإغراء هن أكثر انضباطاً ذاتياً ولا يركزن على المشاعر السلبية وبالتالي تنخفض احتمالات إدمانهم للفيديو.

وهدفت دراسة (Ali & Lodhi, 2017) التعرف على تأثير إدمان الفيديو على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والجسدية لدى المراهقين في باكستان، اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي بالتطبيق على عينة قوامها ٢٢ مفردة تم إجراء مقابلات معهم يومياً لمدة ١١ يوم بمتوسط ٢٥ دقيقة يومياً، وقد أظهرت النتائج أن الأفراد الذين يشعرون بالخل لديهم نشاط مفرط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كنوع من التعويض بهدف تحقيق السعادة، فهؤلاء الأفراد ليس لديهم دافع لبناء علاقات اجتماعية في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي وكذلك شبكة علاقاتهم الاجتماعية الواقعية هشة وضعيفة، ولذا هؤلاء الأفراد الذين لديهم شعور بالخل؛ يؤثر إدمانهم لمواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الوظيفي حيث تجعلهم لا يلزموا بمواعيد العمل ولا يبذلون درجات مرتفعة في الإنتاجية الوظيفية لاستغراقهم في استخدام أنشطته اتصالية غير تزامنية تتمثل في متابعة الآخرين ومشاهدة الصور ومتابعة الأحداث المختلفة، لذا فهم دائماً في حالة قلق إذا ابتعدوا عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، أما الأفراد الذين يعانون من الوحدة يؤثر إدمانهم لمواقع التواصل الاجتماعي على أدائهم الأكاديمي من ناحية القيام بواجباتهم والالتزام بحضور المحاضرات الدراسية.

وأجرى (لموشي، ٢٠١٧) دراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين إدمان الفيديو والتوافق الدراسي لدى المراهقين الجزائريين، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٩٢ من طلاب المدارس، ممن تتراوح أعمارهم ١٧-٢٠ سنة طبق عليهم مقياس إدمان الفيديو Bergen Facebook Addiction ، ومقياس التوافق الدراسي

ليونجمان، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين إدمان المراهق على الفيسبوك وتوافقه الدراسي، بمعنى أن الإدمان على الفيسبوك أثر سلباً على الدراسة، وجعل التوافق الدراسي متدنياً، وقد فسرت الدراسة أن الإدمان من شأنه يقود الشباب إلى العزلة الاجتماعية سواء داخل الأسرة أو المدرسة، ويقلل من فرص التفاعل الاجتماعي الواقعي، ليعيش المراهق في عالم افتراضي يشبع فيه حاجاته التي لم تتحقق ولم تشبع في العالم الحقيقي الذي يعيشه، الأمر الذي يصرف نظره شيئاً فشيئاً عن دراسته، مما يحول دون توافقه الدراسي.

ولاستكشاف العلاقة بين إدمان الطلاب الجامعيين في أمريكا لمواقع التواصل الاجتماعي وعوامل التحكم والتنظيم الذاتي للوقت جاءت دراسة ( **Turel, Brevers & Bechara,2018**) لمعرفة ما إذا كانت المتغيرات الثلاثة تشكل نموذجاً سببياً يفسر هذه العلاقة؟ ، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٧٤ من طلاب إحدى الجامعات طبق عليهم مقياس إدمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction ، ومقياس التحكم الذاتي أكدت النتائج أن الشخص المعرض لخطر الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لا يستطيعوا التحكم في إدارتهم للوقت مما ينعكس ذلك بالسلب على تحصيلهم الأكاديمي، كما بينت أن متوسط الاستخدام الإدماني لمواقع التواصل الاجتماعي يبلغ ٣٠ ساعة أسبوعياً.

واستهدفت دراسة ( **Gökçearslan, Uluyol & Şahin,2018**) البحث في العلاقة بين إدمان طلاب الجامعات بتركيا لاستخدام التطبيقات الاجتماعية والافتراضية على الهواتف الذكية أثناء فترة الدراسة في غير الأنشطة الدراسية وأثر ذلك على كل من الشعور بالضغط والإجهاد العام وتلقي الدعم الاجتماعي بينهم، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٨٨٥ مفردة من طلاب إحدى الجامعات في تركيا جمعت البيانات عن طريق عينات كرة الثلج، وقد خلصت الدراسة في نتائجها إلى عدم وجود أي تأثير لكل من المستوى الدراسي ودخل الأسرة ومكان الإقامة على إدمان التطبيقات الاجتماعية والافتراضية على الهواتف الذكية والشعور بالضغط وتلقي الدعم الاجتماعي، بينما كان للنوع تأثيراً قوياً لصالح الإناث، كما كان لشعور المستخدم بالضغط والإجهاد تأثيراً على تصفح الإنترنت خلال أوقات الدراسة وأضافت النتائج أن الدعم الاجتماعي كان له أثراً مهماً على تصفح مواقع التواصل الاجتماعي خلال أوقات الدراسة بينما لم يكن له أي أثر على الشعور بالضغط والإجهاد.

استهدفت دراسة ( **Klobas et al.,2018**) التعرف على العلاقة بين دوافع الاستخدام والسمات الشخصية والاستخدام القهري لليوتيوب، واث ذلك على الأداء الأكاديمي لدى طلاب الجامعة الماليزيين، تبنت الدراسة نظرية الاستخدامات والشبكات، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٨٠٧ مفردة من جامعة Malaya، أكدت النتائج أن دوافع استخدام الطلاب لمواقع التواصل الاجتماعي بهدف التسلية والترفيه أكبر

من دوافع الحصول على المعلومات وهو ما أدى إلى إيمانهم لمواقع التواصل الاجتماعي وانعكس بالسلب على أدائهم الأكاديمي، كما بينت النتائج أن الطلاب العصاةيون هم أكثر إيماناً لليوتيوب مقارنة بالطلاب المنفتحون والذين لديهم يقظة في الضمير.

#### ■ ومن منظور التأثير على اتجاه السلوك الشرائي

استهدفت دراسة (Can & Kaya, 2016) التعرف على العلاقة بين إيمان المستخدمين الأترانك للأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته باتجاهاتهم نحو الإعلانات الإلكترونية المنشورة عليها، تبنت الدراسة نظرية السلوك المخطط لاختبار تأثير المعتقدات والعوامل النفسية والاجتماعية في اتجاهات الأفراد نحو الإعلانات الإلكترونية، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢١٨ مفردة تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج، أكدت النتائج أن إيمان مواقع التواصل الاجتماعي لا يؤثر في السلوك الشرائي لدى الأفراد خاصة أنهم دائماً يعتقدون أن الإعلانات التي يرونها على مواقع التواصل الاجتماعي إعلانات فيروسية ليست واقعية وحقيقية.

استهدفت دراسة (Pahlevan, Sharif & Yeoh, 2018) استكشاف العلاقة بين إيمان المراهقين الماليزيين لمواقع التواصل الاجتماعي وإيمان التسوق الرقمي عبر شبكة الإنترنت، تبنت الدراسة نظرية المقارنة الاجتماعية، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها ٦٥١ مفردة ممن تتراوح أعمارهم ما بين ١٦-٢٤ سنة، أظهرت النتائج وجود علاقة بين إيمان مواقع التواصل الاجتماعي وإيمان السلوك الشرائي، كما بينت النتائج أن المراهقين يتأثروا بما ينشره المشاهير على صفحاتهم من منتجات قاموا بشرائها ومن ثم يسعوا إلى تقليدهم من خلال شراء نفس المنتجات بهدف تحقيق صورة مثالية أمام نظرائهم ويشعروا بانهم مثل المشاهير وهو ما يوقعهم في إيمان آخر وهو إيمان الشراء على الإنترنت.

#### ■ التحليل النقدي المقارن للموضوعات والقضايا والأطر النظرية والمنهجية للدراسات عينة التحليل:

ارتبطت الدراسات والبحوث التي تم استعراضها بالتأثيرات النفسية والاجتماعية لإيمان مواقع التواصل الاجتماعي، وقد استهدفت الدراسة، التعرف على أبرز الموضوعات والقضايا التي تم التركيز عليها وذلك من خلال المقارنة بين التوجهات البحثية المختلفة الأمريكية والأوروبية والآسيوية والعربية، وكذلك التعرف على أبرز المداخل والنظريات التي تم استعارتها ضمن سياق تلك الدراسات والبحوث، واستكشاف هل أفرزت تلك الدراسات مداخل فكرية وإشكاليات نظرية ومنهجية جديدة أو تم استعارة المداخل والنظريات والمناهج المرتبطة بالوسائل التقليدية وتطويعها لتلائم طبيعة موضوع الدراسة؟.

وفي إطار ذلك يتناول التحليل النقدي التالي الإجابة على الأهداف السابق ذكرها، بهدف التوصل إلى رؤية مستقبلية واقتراح أجندة بحثية لتطوير البحوث في مجال

دراسات إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ويتم عرض تحليلي نقدي مقارنة للموضوعات والقضايا والأطر النظرية والمنهجية والتطبيقية، المرتبطة بالتأثيرات النفسية والاجتماعية في إطار الدراسات الأمريكية والأوروبية والآسيوية والعربية، وذلك وفقاً للتالي:

### فئة الموضوعات والقضايا البحثية والمجالات المرتبطة بها:

#### أ. الدراسات الأمريكية:

جدول (١)

أجندة الموضوعات التي ركزت عليها الدراسات الأمريكية

الأسطر المعرفية	ك	%
الإدمان والسمات الشخصية	0	٠
الإدمان وتقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة.	١	٥,٣
الإدمان والاكتئاب	٢	١٠,٥
دور الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي	٢	١٠,٥
الإدمان واضرابات القلق والأرق	٥	٢٦,٣
الإدمان والشعور بالوحدة والخوف من الفقد الاجتماعي (Fomo)	٣	١٥,٨
العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي	٤	٢١,١
الإدمان والعلاقات الاجتماعية	0	٠,٠
الإدمان ورأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي	0	٠,٠
الإدمان والنسق القيمي	0	٠,٠
الإدمان والأداء الأكاديمي والمهني	٢	١٠,٥
الإدمان واتجاهات السلوك الشرائي	0	٠,٠
المجموع	19	١٠٠,٠

يبين جدول رقم (١) أن أكثر الموضوعات التي تم التركيز عليها في الدراسات الأمريكية وعلاقتها بإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي هي الإدمان واضرابات القلق والأرق بنسبة ٢٦,٣١% يليها العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بنسبة ٢١,٠٥% ولم تهتم المدرسة الأمريكية بعلاقة الإدمان بالسمات الشخصية أو النسق القيمي والعلاقات الاجتماعية والدعم الاجتماعي وكذلك السلوك الشرائي، وفيما يلي تفصيل للأطر المعرفية في الدراسات الأمريكية:

- فيما يتعلق بعلاقة السمات الشخصية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي: يبين العرض التحليلي عدم اهتمام الدراسات الأمريكية بهذا المنظور.
- وفي إطار تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات تقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة: تبين وجود ندرة في الدراسات التي تناولت تأثير الإدمان على درجة الرضا عن الحياة، إذ تم رصد دراسة واحدة فقط هي دراسة (Longstreet & Brooks, 2017) التي استهدفت التعرف على مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ودلالة إسهام كل من الشعور بالسعادة أو الإجهاد في النبوء بإدمانها

والتأثيرات النفسية المترتبة على الإدمان تجاه الشعور بالرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة.

■ فيما يتعلق بتأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة المزاجية: يبين العرض التحليلي الإجمالي لهذا الاتجاه اهتمام ملحوظ من قبل الدراسات الأمريكية، إذ رصد إحدى عشرة دراسة تناولت تأثير الإدمان في الحالات المزاجية بأبعادها المختلفة.

■ فمن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الشعور الاكتئاب: رصد دراستين هما، دراسة (Magsamen-Conrad & Greene, 2014) التي درست تأثير إدمان التطبيقات الاجتماعية على الصحة النفسية والحالة الاكتئابية، ودراسة (Mubarak & Quinn, 2017) لاستكشاف العلاقة بين إدمان الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي والسلوكيات المنحرفة لدى الشباب الجامعي.

- ومن منظور اختبار متغير الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي: رصدت دراستان هما دراسة (Almenayes, 2015; Wood, Center & Parenteau, 2016).

- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الاضطرابات النفسية والشعور بالقلق والأرق: رصد خمس دراسات على النحو التالي؛ دراسة (Dwyer & Fraser, 2016) التي تناولت بالبحث في ظاهرة إدمان منصات الإعلام الاجتماعي وبالتحديد موقع تويتر واختبار تأثير الهشاج على الشعور بالأرق والقلق والتوتر، ودراسة (Brand et al., 2016) التي اختبرت العلاقة بين الإدمان الرقمي والعوامل النفسية والإدراكية والشخصية لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، ودراسة (Liu, 2016) درست العلاقة بين دوافع الاستخدام والاشباع المتحققة واثرت ذلك على إدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة ودراسة (Gerhart, 2017) التي استهدفت التعرف على التأثيرات النفسية لإدمان التكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي على حياة طلاب الجامعة، وقامت دراسة (Shackelford, 2018) بتحليل الدراسات والأدبيات التي تناولت اضطرابات استخدام الفيسبوك.

- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على درجة الشعور بالوحدة والخوف من الفقد الاجتماعي (Fomo): تبين وجود ندرة في الدراسات وفق لهذا المنظور، إذ تم رصد ثلاث دراسات على النحو التالي؛ دراسة (Blackwell et al., 2017) التي استهدفت التعرف على مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ودلالة إسهام كل من الانبساط النفسي وأساليب الاتصال والخوف الاجتماعي في التنبؤ بإدمانها والتأثيرات المترتبة على الإدمان، ودراسة (Robson, 2018) التي حللت الأدبيات التي تناولت تغير الخوف من الفقد (FOMO) كما طرح في إطار الدراسات التي تناولت

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ودراسة (Sleeper,2018) التي اختبرت العلاقة بين إدمان طلاب الجامعة الأمريكية لمواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالقلق الاجتماعي والرضى عن العلاقات الاجتماعية.

■ فيما يتعلق بالدراسات التي تناولت العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي: يبين العرض التحليلي اهتمام الدراسات الأمريكية بهذا الاتجاه إذ رصد أربع دراسات على النحو التالي ثلاث دراسات قدمت تحليل من المستوى الثاني عن أبرز الأدبيات والنماذج النفسية والطبية والمعرفية والسلوكية للعلاج هما (Suissa, 2015; Ostergren et al.,2015; Benjamin,2016)، ودراسة واحدة استهدفت إعداد وتطبيق برنامج معرفي سلوكي جماعي للتغلب على حدة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وهي دراسة (Webb& Wasilick,2015).

■ وفيما يتعلق بدراسة التأثيرات الاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات الاجتماعية، والدعم الاجتماعي والنسق القيمي: بين العرض التحليلي عدم اهتمام الدراسات الأمريكية بهذا المنظور.

■ وفي إطار الدراسات التي تناولت تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني والاتجاه الشرابي. تبين وجود ندرة في الدراسات وفق لهذا الاتجاه، إذ رصدت دراستان هما دراسة (Rahwan et al.,2014) التي درست العلاقة بين الإدمان ومهارات التفكير التحليلي والتعلم الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، ودراسة (Turel, Brevers & Bechara,2018) التي اختبرت العلاقة بين إدمان الطلاب الجامعيين لمواقع التواصل الاجتماعي وعوامل التحكم والتنظيم الذاتي للوقت وأثر ذلك على تحصيلهم الدراسي.

#### ب. الدراسات الأوربية:

##### جدول (٢)

##### أجندة الموضوعات التي ركزت عليها الدراسات الأوربية

الأطر المعرفية	ك	%
الإدمان والسمات الشخصية	٧	33.3
الإدمان وتقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة.	٢	9.5
الإدمان والاكتئاب	٣	١٤,٣
دور الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي	٠	٠,٠
الإدمان واضرابات القلق والأرق	١	٤,٨
الإدمان والشعور بالوحدة والخوف من فقد الاجتماعي (Fomo)	٢	9.5
العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي	٠	٠,٠
الإدمان والعلاقات الاجتماعية	١	٤,٨
الإدمان ورأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي	٢	9.5
الإدمان والنسق القيمي	٠	٠,٠
الإدمان والأداء الأكاديمي والمهني	٢	9.5
الإدمان واتجاهات السلوك الشرابي	١	٤,٨
المجموع	21	١٠٠,٠

يبين جدول رقم (٢) أن أكثر الموضوعات التي تم التركيز عليها في الدراسات الأوروبية وعلاقتها بإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي هي علاقة الإدمان بالسمات الشخصية بنسبة ٢٦,٩٢، يليه علاقة الإدمان وتقدير الذات في ظل السمات الشخصية بنسبة ١٩,٢٣ %، ولم تهتم المدرسة الأوروبية بدراسات العلاج النفسي والمعرفي وكذلك علاقة الإدمان بالنسق القيمي ودور الدين في الحد من المشاعر الاكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفيما تفصيل للأطر المعرفية في الدراسات الأوروبية:

- **فيما يتعلق بعلاقة السمات الشخصية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي:** يبين العرض التحليلي اهتمام الدراسات الأوروبية بهذا الاتجاه، إذ تم رصد سبع دراسات على النحو التالي:
- دراسة (Kuss&Griffiths,2011) التي تناولت العلاقة بين الإدمان والسمات الشخصية دراسة (Andreassen, Torsheim, Brunborg & Pallesen, ٢٠١٢) والتي استهدفت وضع محكات دالة على إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالسمات الشخصية لمدمني استخدامها، دراسة (Brailovskaia & Margraf, 2017) التي استهدفت التعرف على الاضطرابات النفسية والسلوكية لإدمان الفيسبوك لدى الشخصيات النرجسية لدى طلاب الجامعة في ألمانيا، ودراسة (Ramayah et al., 2017) التي استهدفت استكشاف مستويات النرجسية وعلاقتها بالتنبؤ بالسلوكيات الإدمانية على الفيسبوك لدى طلاب الجامعة في تركيا، ودراسة (Runcan, 2017) التي درست تأثير إدمان الفيسبوك على الشخصيات النرجسية، والكشف عن المخاطر النفسية الاجتماعية لهذا الإدمان لدى المراهقين والشباب في رومانيا، ودراسة (Müller et al., 2016) التي فحصت العلاقة بين إدمان طلاب المدارس الألمان لمواقع التواصل الاجتماعي وإدمان الألعاب الإلكترونية على الإنترنت والسمات الشخصية والضيق النفسي والاجتماعي لدى المستخدمين الألمان، ودراسة (Biolcati et al., 2018) التي درست أثر كل من السمات الشخصية والوحدة الاجتماعية والعاطفية والرضا عن الحياة في السلوك الإدماني لدى الجمهور الإيطالي.
- **وفي إطار تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات تقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة:** يبين العرض التحليلي ضعف اهتمام الدراسات الأوروبية التي تناولت هذا الاتجاه إذ رصدت دراستان على النحو التالي؛ دراسة (Masur et al., 2014) التي استهدفت استكشاف تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات تقرير الذات لدى عينة من الجمهور الألماني، ودراسة (Błachnio, Przepiorka & Pantic, 2016) التي استهدفت التعرف على العلاقة بين إدمان الفيسبوك ومعدلات تقدير الذات ودرجة الرضا عن الحياة لدى الجمهور البولندي.

- فيما يتعلق بتأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة المزاجية: يبين العرض التحليلي الإجمالي لهذا الاتجاه اهتمام ملحوظ من قبل الدراسات الأوروبية، إذ رصد خمس دراسات تناولت تأثير الإدمان في الحالات المزاجية بأبعادها المختلفة.
- فمن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الشعور الاكتئاب: رصدت ثلاث دراسات هما دراسة (Banjanin et al., 2015) التي درست العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب والانطواء لدى طلاب المدارس في صربيا، ودراسة (Ineme et al., 2017) لاستكشاف دور الاكتئاب والشعور بالإحباط والعوامل الديمغرافية كمؤشرات تتنبأ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة في صربيا، ودراسة (Bányai et al., 2017) التي درست العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاضطرابات النفسية لدى المراهقين في دول الاتحاد الأوروبي.
- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الاضطرابات النفسية والشعور بالقلق والأرق: تبين وجود ندرة في الدراسات وفق لهذا المنظور، إذ تم رصد دراسة واحدة هي دراسة (Koc & Gulyagci, 2013) درست العلاقة بين إدمان مواقع التواصل بالقلق والأرق لدى طلاب الجامعات التركيبين.
- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على درجة الشعور بالوحدة والخوف من الفقد الاجتماعي (FOMO) رصدت دراستان هما دراسة (Darcin et al., 2015) التي درست العلاقة بين إدمان طلاب الجامعة الأتراك لتطبيقات مواقع التواصل الاجتماعي على الهاتف المحمول ومعدل الشعور بالوحدة والاضطراب الاجتماعي لديهم ، ودراسة (Casale, Rugai & Fioravanti, 2018) التي استكشفت دور التفكير ما وراء المعرفي في تخفيف المشاعر السلبية والخوف من فقدان الأصدقاء على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة في إيطاليا.
- فيما يتعلق بالدراسات التي تناولت العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي: بين العرض التحليلي عدم اهتمام الدراسات الأوروبية بهذا الاتجاه.
- وفيما يتعلق بدراسة التأثيرات الاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات والدعم الاجتماعي والنسق القيمي بين العرض التحليلي اهتمام محدود من قبل الدراسات الأوروبية بهذا الاتجاه، إذ تم رصد ثلاث أربع دراسات.
- من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات الاجتماعية: تبين وجود ندرة في الدراسات وفق هذا المنظور، إذ تم رصد دراسة واحدة وهي دراسة (Demircioğlu & Köse, 2018) والتي درست العلاقة بين إدمان طلاب الجامعة الأتراك لمواقع التواصل الاجتماعي ودرجة الرضا عن العلاقات الاجتماعية، ودلالة إسهام كل من حساسية الرفض وأنماط التعلق والسمات الشخصية في التنبؤ بإدمانهم وتأثيرات ذلك على طبيعة العلاقات الاجتماعية لديهم.

- ومن تأثير الإدمان على معدلات رأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي: رصدت دراستان هما دراسة (Simsek& Sali, 2014) التي درست العلاقة بين إدمان طلاب الجامعة الأتراك لمواقع التواصل الاجتماعي والأمن النفسي لديهم، ودراسة (Maier et al.,2015) التي درست ظاهرة الضغط الاجتماعي الناتجة عن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وتداعياتها وأثارها على المستخدمين الألمان.
  - ومن منظور التأثير على النسق القيمي: يبين العرض التحليلي عدم اهتمام المدرسة الأوروبية بهذا المنظور.
  - وفي إطار الدراسات التي تناولت تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني والاتجاه الشرابي: رصدت ثلاث دراسات.
  - فمن منظور الإدمان والأداء الأكاديمي: تم رصد دراستين هما دراسة (Błachnio& Przepiorka,2016) والتي درست العلاقة بين إدمان النساء للفيس بوك وعوامل التحكم والتنظيم الذاتي والتحكم في العمل، لمعرفة ما اذا كانت المتغيرات الأربعة تشكل نموذجا سببياً يفسر هذه العلاقة؟، ودراسة (Gökçearslan, Uluyol & Şahin,2018) التي درست العلاقة بين إدمان طلاب الجامعات بتركيا لاستخدام التطبيقات الاجتماعية والافتراضية على الهواتف الذكية أثناء فترة الدراسة في غير الأنشطة الدراسية وأثر ذلك على تحصيلهم الدراسي.
  - ومن منظور التأثير على اتجاه السلوك الشرابي: تبين وجود ندرة في الدراسات وفق هذا المنظور، إذ تم رصد واحدة وهي دراسة (Can& Kaya, 2016) التي درست العلاقة بين إدمان المستخدمين الأتراك للأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته باتجاهاتهم نحو الإعلانات الإلكترونية المنشورة عليها.
- ج. الدراسات الآسيوية:

جدول (٣)  
أجندة الموضوعات التي ركزت عليها الدراسات الآسيوية

الأطر المعرفية	ك	%
الإدمان والسمات الشخصية	٥	16.7
الإدمان وتقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة.	٤	13.3
الإدمان والاكتئاب	٣	10.0
دور الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي	٠	0.0
الإدمان واضرابات القلق والأرق	١	3.3
الإدمان والشعور بالوحدة والخوف من الفقد الاجتماعي (Fomo)	٣	10.0
العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي	٢	6.7
الإدمان والعلاقات الاجتماعية	١	3.3
الإدمان ورأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي	٤	13.3
الإدمان والنسق القيمي	١	3.3
الإدمان والأداء الأكاديمي والمهني	٥	16.7
الإدمان واتجاهات السلوك الشرابي	١	3.3
المجموع	٣٠	100.0

يبين جدول رقم (3) أن أكثر الموضوعات التي تم التركيز عليها في الدراسات الآسيوية وعلاقتها بإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي هي الإدمان والسمات الشخصية، وكذلك تأثير الإدمان في الأداء الأكاديمي بنسبة ١٥,٦٢%، يليه الإدمان والاكتئاب وكذلك الإدمان الشعور بالوحدة والخوف من فقد الاجتماعي FOMO بنسبة ٩,٣٧% ولم تهتم الدراسات الآسيوية بدور الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفيما تفصيل للأطر المعرفية في الدراسات الآسيوية.

- **فيما يتعلق بعلاقة السمات الشخصية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي:** يبين العرض التحليلي اهتمام الدراسات الآسيوية بهذا الاتجاه، إذ رصد خمس دراسات على النحو التالي؛ دراسة (Hong et al., 2014) التي استهدفت التعرف على التأثيرات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، واستكشاف علاقة الإدمان بالسمات الشخصية الكبرى لدى طلاب الجامعة في تايوان، ودراسة (Hong & Chiu, 2016) التي استهدفت التعرف على تأثير الخصوصية النفسية في استخدام الفيسبوك، ومعرفة العلاقة بين دوافع استخدامه وإدمانه لدى المراهقين في تايوان ودراسة (Ho, Lwin, & Lee, 2017) التي درست دلالة إسهام السمات الشخصية (العصابية، الانبساطية) في التنبؤ بالتأثيرات النفسية السلبية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى المراهقين والبالغين في سنغافورا، ودراسة (Hwang, 2017) التي سعت إلى التعرف على العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية المترتبة لدى طلاب الجامعة في كوريا الجنوبية، ودراسة (Ershad & Aghajani, 2017) التي استهدفت التعرف على مستوى إدمان انستجرام ودلالة إسهام كل من السمات الشخصية، والقلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، في طهران.
- **وفي إطار تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات تقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة:** يبين العرض التحليلي اهتمام الدراسات الآسيوية بهذا المنظور، إذ رصد أربع دراسات على النحو التالي؛ دراسة (Balakrishnan & Griffiths, 2017) والتي درست التأثيرات النفسية لإدمان اليوتيوب على معدلات تقدير الذات والسعادة النفسية لدى طلاب الجامعة في الهند، ودراسة (Sahin, 2017) التي تناولت فحص العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومعدلات الشعور بالرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة في الصين، ودراسة (Yu & Shek, 2017) التي درست العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالرضا عن الحياة لدى المراهقين في هونج كونج، ودراسة (Huang, 2017) والتي قام بتحليل الأدبيات التي تناولت العلاقة بين الوقت الذي يقضيه المستخدم في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وسعادته النفسية.

- فيما يتعلق بتأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة المزاجية: يبين العرض التحليلي الإجمالي لهذا الاتجاه اهتمام ملحوظ من قبل الدراسات الأسيوية، إذ رصدت دراسات تناولت تأثير الإدمان في الحالات المزاجية بأبعادها المختلفة.
- فمن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الشعور بالاكنتاب: رصدت ثلاث دراسات هما دراسة (Wang et al.,2018) التي تناولت بالبحث في العلاقة بين إدمان المراهقين الصينيين لمواقع التواصل الاجتماعي والاكنتاب في ضوء متغير الاجترار النفسي ، ودراسة ( Xue et al,2018) التي تناولت بالبحث في تأثير إدمان المستخدمين الصينيين لبرنامج التواصل الاجتماعي "WeChat" في التأثير على الصحة النفسية والبدنية والاجتماعية، ودراسة (Jasso-Medrano& López-Rosales,2018) والتي درست العلاقة بين الاستخدام الإدماني لمواقع التواصل الاجتماعي واستخدام الأجهزة المحمولة، والشعور بالاكنتاب والتفكير في الانتحار.
- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الاضطرابات النفسية والشعور بالقلق والأرق: تبين وجود ندرة في الدراسات وفق لهذا المنظور، إذ تم رصد دراسة واحدة هي دراسة (Sharma et al,2017) لاستكشاف علاقة إدمان المستخدمين الهنود لمواقع التواصل الاجتماعي بالضغط النفسية والأسرية لديهم.
- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على درجة الشعور بالوحدة والخوف من الفقد الاجتماعي (Fomo): رصدت ثلاث دراسات على النحو التالي؛ دراسة (Yao& Zhong, 2014) والتي اختبرت صدق فرضية نظرية رأس المال الاجتماعي وفرضية النموذج المعرفي السلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي حول علاقة التفضيل للتفاعل الاجتماعي على مواقع التواصل الاجتماعي بمتغيرات الوحدة النفسية والاكنتاب لدى طلاب الجامعة في الصين، ودراسة (Yu, Wu& Pesigan,2016) والتي اختبرت تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي كعامل خطر على الصحة الإدراكية والنفسية لدى طلاب الجامعة في الصين، ودراسة (Shettar et al.,2017) التي استهدفت التعرف على العلاقة بين إدمان الفيسبوك والشعور بالوحدة والشعور بالخوف من فقدان الأصدقاء لدى طلاب الدراسات العليا في الهند.
- فيما يتعلق بالدراسات التي تناولت العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي: رصدت دراستان استهدفتا إعداد وتطبيق برنامج معرفي سلوكي جماعي للتغلب على حدة إدمان مواقع التواصل

الاجتماعي وهما ( Sharma & Palanichamy, 2018; Manwong et al.,2018).

■ وفيما يتعلق بدراسة التأثيرات الاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات الاجتماعية، والدعم الاجتماعي والنسق القيمي: بين العرض التحليلي اهتمام ملحوظ من قبل الدراسات الأسيوية التي تناولت هذا الاتجاه، إذ تم رصد ست دراسات.

- من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات الاجتماعية: تبين وجود ندرة في الدراسات وفق لهذا المنظور، إذ رصد دراسة واحدة وهي دراسة (Gao, Liu & Li,2017) التي درست العوامل المؤثرة على إدمان المستخدمين الصينيين لمواقع التواصل الاجتماعي والتأثيرات المترتبة على العلاقات الاجتماعية.

- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات رأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي: رصد أربع دراسات في إطار هذا المنظور فقد اهتمت دراسات كل من ( Bian& Leung,2015; Yang et al.,2016) باختبار العلاقة بين الإدمان والدعم الاجتماعي ورأس المال الاجتماعي، بينما اهتمت دراسات كل من ( Tang et al.,2016; Zafar, Lodhi& Shakir, 2018) بفحص العلاقة بين السمات الشخصية وإدمان الفيسبوك والدعم الاجتماعي.

- من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في النسق القيمي: تبين وجود ندرة في الدراسات وفق لهذا المنظور، إذ رصد دراسة واحدة هي دراسة (Jin, 2015) والتي انطلقت من فرضية مؤداها أن إدمان الأفراد لمواقع التواصل الاجتماعي يؤثر على منظومة القيم المجتمعية المبنية على آلية الثقة، والمشاركة الاجتماعية، والمعاملة بالمثل.

■ وفي إطار الدراسات التي تناولت تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني والسلوك الشرائي: رصد في هذا الاتجاه ست دراسات تناولت الأربع متغيرات الأكاديمية والمهنية والسلوك الشرائي

■ فمن منظور تأثير الإدمان على الأداء الأكاديمي: رصد أربع دراسات وهي: (Jafri, 2015; Malik & Rafiq,2016; Ali & Lodhi,2017; Klobas et al.,2018).

■ وفيما يتعلق بتأثير الإدمان على الأداء الوظيفي: رصد دراسة واحدة وهي دراسة (Sriwilai& Charoensukmongkol, 2016) التي اختبرت تأثير إدمان الموظفين لمواقع التواصل الاجتماعي على وعيهم ويقظتهم أثناء أدائهم الوظيفي.

■ ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في اتجاهات السلوك الشرائي: تبين وجود ندرة في الدراسات وفق لهذا المنظور، إذ رصد واحدة وهي دراسة (Pahlevan, Sharif & Yeoh,2018).

## ■ الدراسات العربية:

جدول (٤)

أجندة الموضوعات التي ركزت عليها الدراسات العربية

الإشكاليات البحثية	ك	%
الإدمان والسمات الشخصية	١	٥,٩
الإدمان وتقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة.	٢	١١,٨
الإدمان والاكتئاب	١	٥,٩
دور الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي	0	٠,٠
الإدمان واضرابات القلق والأرق	٢	١١,٨
الإدمان والشعور بالوحدة والخوف من الفقد الاجتماعي (Fomo)	١	٥,٩
العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي	٤	٢٣,٥
الإدمان والعلاقات الاجتماعية	١	٥,٩
الإدمان ورأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي	٢	١١,٨
الإدمان والنسق القيمي	٢	١١,٨
الإدمان والأداء الأكاديمي والمهني	١	٥,٩
الإدمان واتجاهات السلوك الشرائي	0	٠,٠
المجموع	17	١٠٠,٠

يبين جدول رقم (٤) أن أكثر الموضوعات التي تم التركيز عليها في الدراسات العربية وعلاقتها بإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي هي العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بنسبة ٢٣,٥٢%، يليها علاقة الإدمان بالنسق القيمي والإدمان واضرابات القلق والأرق بنسبة ١١,٧٦%، وأقل الموضوعات اهتماماً هي اختبار دور الدين في الحد من المشاعر الاكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفيما تفصيل للأطر المعرفية في الدراسات العربية:

■ فيما يتعلق بعلاقة السمات الشخصية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي: تبين وجود ندرة في الدراسات العربية التي تناولت علاقة السمات الشخصية بالإدمان، حيث رصدت دراسة واحدة فقط وهي دراسة (بن جديدي، ٢٠١٦) التي استهدفت التعرف على طبيعة العلاقة بين مستوى النرجسية والإدمان على استخدام الفيسبوك لدى المراهق الجزائري.

■ فيما يتعلق بتأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات تقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة رصدت دراستين هما دراسة (Hawi & Samaha, 2017) التي استهدفت معرفة العلاقة بين إدمان الفيسبوك ومعدلات تقدير الذات ودرجة الرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة في لبنان، ودراسة (Kuss & Griffiths, 2011) التي استهدفت التعرف على العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وإدراك صورة الجسد.

- فيما يتعلق بتأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة المزاجية: يبين العرض التحليلي الإجمالي لهذا الاتجاه اهتمام ملحوظ من قبل الدراسات العربية، إذ رصد أربع دراسات تناولت تأثير الإدمان في الحالات المزاجية بأبعادها المختلفة.
- فمن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الشعور الاكتئاب: تبين وجود ندرة في الدراسات وفق لهذا المنظور، إذ رصد دراسة واحدة هي دراسة (Alhassan et al.,2018) التي استهدفت التعرف على العوامل المرتبطة بالاستخدام الإدماني للتطبيقات الاجتماعية على الهواتف الذكية وعلاقة ذلك بالشعور بالاكتئاب لدى مستخدمي الهواتف الذكية في المملكة العربية السعودية.
- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على الاضطرابات النفسية والشعور بالقلق والأرق: رصدت دراستان هما دراسة (بشري، ٢٠١٤) التي هدفت الكشف عن العوامل المهنية والمرسبة الكامنة وراء إدمان طلاب الجامعة المصريين للفيديو، ودراسة (الغازمي & المرتجي، ٢٠١٧) التي استهدفت التعرف على مستوى إدمان طلاب المرحلة الثانوية الكويتيين لمواقع وتطبيقات التواصل الاجتماعي ودلالة إسهام كل من القلق الاجتماعي، والفعالية الذاتية، والكفاءة الاجتماعية في التنبؤ بإدمان التواصل الاجتماعي.
- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على درجة الشعور بالوحدة والخوف من الفقد الاجتماعي (Fomo): تبين وجود ندرة في الدراسات وفق لهذا الاتجاه إذ رصد دراسة واحدة هي دراسة (دغيري، ٢٠١٧) التي استهدفت الكشف عن العلاقة بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين السعوديين.
- فيما يتعلق بالدراسات التي تناولت العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي: يبين العرض التحليلي اهتمام الدراسات العربية بهذا الاتجاه، إذ رصد أربع دراسات على النحو التالي؛ ثلاث دراسات استهدفت إعداد وتطبيق برنامج معرفي سلوكي جماعي للتغلب على حدة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وهما (بنهان، ٢٠١٥؛ أبوهدروس، ٢٠١٦؛ حسن، ٢٠١٨) ودراسة واحدة قامت بمراجعة العديد من الدراسات والنماذج العالمية التي تناولت علاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وهي دراسة (علم الدين، ٢٠١٨).
- وفيما يتعلق بدراسة التأثيرات الاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات الاجتماعية، والدعم الاجتماعي والنسق القيمي: يبين العرض التحليلي اهتمام محدود من قبل الدراسات العربية والمصرية هذا الاتجاه، إذ تم رصد ست دراسات.

- فمن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في العلاقات الاجتماعية: تبين وجود ندرة في دراسات هذا الاتجاه إذ تبين وجود دراسة واحدة وهي دراسة (سعودي، ٢٠١٤) والتي استهدفت التعرف على تأثير إدمان طلاب الجامعة الجزائريين للفيس بوك على التوافق الأسري لديهم.
- ومن منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات رأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي: رصدت دراستين وفق لهذا المنظور هما، دراسة (Mahamid & Berte, 2018) التي درست تأثير الضغوط الجيوسياسية على إدمان الشباب الفلسطيني المقيم في الضفة الغربية لمواقع التواصل الاجتماعي، ودراسة (يوسف، ٢٠١٥) التي استهدفت التعرف على مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) والمسئولية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة المصريين.
- من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في النسق القيمي: رصد دراستان هما دراسة (مؤيد، ٢٠١٦) والتي درست التأثيرات السلبية والإيجابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي على القيم الاجتماعية والأخلاقية لدى الشباب الجامعي المصري والسعودي، ودراسة (عمران، ٢٠١٧) والتي درست أثر إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على قيم التسامح وقبول الآخر لدى طلاب الجامعة المصريين.
- من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في اتجاهات السلوك الشرائي: يبين العرض التحليلي عدم اهتمام الدراسات العربية والمصرية بهذا المنظور.
- وفي إطار الدراسات التي تناولت تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني والسلوك الشرائي :
  - من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني: تبين وجود ندرة في دراسات هذا الاتجاه، إذ رصدت دراسة واحدة هي دراسة (لموشي، ٢٠١٧) التي استهدفت التعرف على العلاقة بين إدمان الفيس بوك والتوافق الدراسي لدى المراهقين الجزائريين.
  - من منظور تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في اتجاهات السلوك الشرائي: يبين العرض التحليلي عدم اهتمام الدراسات العربية والمصرية بهذا المنظور.
- بمقارنة التوجهات البحثية الأربعة يتضح ما يلي:

تفضى مراجعة الموضوعات والقضايا البحثية والمجالات المرتبطة ذات الصلة بالاتجاهات البحثية ذات الصلة بالتوجهات البحثية الأربعة السابق ذكرها، إلى نتيجة مفادها أن ثمة متغيرات تم التركيز عليها في بعض التوجهات البحثية مقابل متغيرات لم

يتم التطرق لها، في الدراسات والبحوث التي أجريت خلال سنوات العقد الثاني من القرن الحادي والعشرين وهي على النحو التالي:

### جدول (٥)

### أجندة الموضوعات التي ركزت عليها الدراسات الأمريكية والأوروبية والآسيوية والعربية

المجموع	الدراسات العربية	الدراسات الآسيوية	الدراسات الأوروبية	الدراسات الأمريكية	الدراسات الأمريكية	الدراسات الأوروبية	الدراسات الآسيوية	الدراسات العربية	المجموع	أجندة الموضوعات
١٤,٩	١٣	5.9	١	16.7	٥	33.3	٧	0.0	٠	الإدمان والسمات الشخصية
١٠,٣	٩	11.8	٢	13.3	٤	9.5	٢	5.3	١	الإدمان وتقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة.
١٠,٣	٩	5.9	١	10.0	٣	14.3	٣	10.5	٢	الإدمان والاكتئاب
٢,٣	٢	0.0	٠	0.0	٠	0.0	٠	10.5	٢	دور الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي
١٠,٣	٩	11.8	٢	3.3	١	4.8	١	26.3	٥	الإدمان واضرابات القلق والأرق
١٠,٣	٩	5.9	١	10.0	٣	9.5	٢	15.8	٣	الإدمان والشعور بالوحدة والخوف من فقد الاجتماعي (Fomo)
١١,٥	١٠	23.5	٤	6.7	٢	0.0	٠	21.1	٤	العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي
٣,٤	٣	5.9	١	3.3	١	4.8	١	0.0	٠	الإدمان والعلاقات الاجتماعية
٩,٢	٨	11.8	٢	13.3	٤	9.5	٢	0.0	٠	الإدمان ورأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي
٣,٤	٣	11.8	٢	3.3	١	0.0	٠	0.0	٠	الإدمان والنسق القيمي
١١,٥	١٠	5.9	١	16.7	٥	9.5	٢	10.5	٢	الإدمان والأداء الأكاديمي والمهني
٢,٣	٢	0.0	٠	3.3	١	4.8	١	٠,٠	٠	الإدمان واتجاهات السلوك الشرطي
١٠٠ %	٨٧	١٠٠ %	١٧	١٠٠ %	٣٠	١٠٠ %	٢١	١٠٠ %	١٩	المجموع

يبين جدول رقم (٥) أن أكثر الموضوعات تم التركيز عليها علاقة الإدمان بالسمات الشخصية بنسبة ١٣,٨٢، يليها الدراسات التي تناولت تأثير الإدمان والأداء الأكاديمي والمهني، وكذلك الدراسات التي تناولت العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي بنسبة ١٠,٦٣%، وكانت أقل الموضوعات اهتماماً هي علاقة الإدمان بالسلوك الشرطي ودور الدين في الحد من ادمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وفيما يلي تفصيل لتلك الأطر والقضايا والموضوعات البحثية في الدراسات الأربعة:

#### ■ في إطار العلاقة بين الإدمان والسمات الشخصية:

تبيين اهتمام الدراسات الأوربية والأسبوية بهذا الاتجاه إذ رصد خمس دراسات على النحو التالي دراستان في المانيا، ودراسة في كل من تركيا، رومانيا، إيطاليا، وفي إطار الدراسات الأسبوية رصد خمس دراسات على النحو التالي دراستان في تايوان، ودراسة واحدة في كل من سنغافورة ، كوريا الجنوبية، وطهران، في حين تبيين عدم اهتمام الدراسات أجريت في إطار الدراسات الأمريكية والمصرية بدراسة علاقة السمات الشخصية بالإدمان، أما الدراسات العربية فقد تبيين أيضا ندرة في الدراسات العربية التي تناولت هذا الاتجاه إذ رصد دراسة واحدة في الجزائر.

من أبرز المتغيرات التي ركزت عليها الدراسات الأوربية تأثير الإدمان على الشخصيات النرجسية، أما الدراسات الأسبوية فقد ركزت على دراسة علاقة الإدمان بالسمات الشخصية الكبرى (العصابية؛ الانبساطية؛ المنفتحة؛ المقبولية؛ يقظة الضمير).  
تباينت الدراسات في اختبار متغير الوسيلة إذ رُصد خمس دراسات تناولت تأثير إدمان الفيسبوك، ودراسة واحدة درست إدمان انستجرام، وخمس دراسات تناولت إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بشكل إجمالي.

#### ■ في إطار الدراسات التي تناولت تأثير الإدمان على معدلات تقدير الذات ودرجة الرضا النفسي عن الحياة:

تبيين اهتمام الدراسات الأسبوية بدراسة تأثير الإدمان على معدلات تقدير الذات ودرجة الرضا عن الحياة دون الربط بسمات الشخصية إذ رصد أربع دراسات، على النحو التالي دراستان في الصين، واحدة في الهند، وأخرى في تايوان، مقابل اهتمام أقل نسبياً من قبل الدراسات الأوربية إذ رصدت دراستان واحدة في المانيا وأخرى في تركيا، في حين تبيين ضعف اهتمام الدراسات الأمريكية بهذا الاتجاه إذ تم رصد دراسة واحدة، وتبيين ضعف اهتمام الدراسات العربية إذ رصد دراسة واحدة في لبنان، كما تبيين عدم اهتمام الدراسات المصرية بدراسة التأثيرات النفسية للإدمان وفق لهذا الاتجاه.

من أبرز المتغيرات التي ركزت عليها الدراسات الأوربية اختبار العلاقة المتبادلة بين الإدمان ومتغير تقدير الذات، حيث انطلقت من فرضية أن بعض الأفراد يسعون من خلال مواقع التواصل الاجتماعي إلى إنشاء ذات مثالي -Ideal Self Concept ليحل محل مفهوم ذاتهم الواقعي الضعيف، في حين ركزت الدراسات الأسبوية على دراسة العلاقة المتبادلة بين الإدمان ومتغير الرضا عن الحياة، أما الدراسات الأمريكية فقد ركزت على دراسة العلاقة بين الإدمان والشعور بالسعادة، وفي إطار الدراسات العربية جاءت دراسة واحدة بحثت العلاقة المتبادلة بين الإدمان وكل من تقدير الذات والرضا عن الحياة.

تباينت الدراسات في اختبار متغير الوسيلة إذ رُصد خمس دراسات تناولت إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بشكل إجمالي، ودرستان تناولت تأثير إدمان الفيسبوك، ودراسة واحدة بحثت إدمان اليوتيوب.

- في إطار الدراسات التي تناولت تأثير الإدمان على الحالة المزاجية (الاكتئاب- والقلق والأرق- الوحدة والخوف من فقد الاجتماعي FOMO) اتفقت الدراسات التي أجريت في إطار التوجهات البحثية الأربع بدراسة تأثير الإدمان في الحالة المزاجية بشكل إجمالي (الاكتئاب- والقلق والأرق- الوحدة والخوف) ففي إطار الدراسات الأمريكية رصد اثنتي عشر دراسة، كما تبين اهتمام الدراسات الأوروبية إذ رصدت دراسات واحدة في كل من، المجر، إيطاليا، واثنتين في تركيا، واثنتين في صربيا وبالمثل تبين اهتمام الدراسات الآسيوية إذ تم رصد خمس دراسات ثلاث منهم في الصين واثنتين في الهند، ويلاحظ ضعف اهتمام الدراسات العربية والمصرية بهذا البعد إذ تم رصد أربع دراسات، دراستان في السعودية والثالثة في الكويت، والرابعة في مصر، كما تم رصد دراستان الأولى أجريت في نيجيريا، والأخرى في كندا اختبرت تلك المتغيرات.

اتفقت الدراسات التي أجريت في إطار التوجهات البحثية الأربع بدراسة منظور العلاقة بين الإدمان والاكتئاب، إذ رصد دراسة في أمريكا، ودرستان في أوروبا (صربيا- دول الاتحاد الأوروبي) ودرستان في الصين، ودراسة في السعودية، في حين تبين عدم اهتمام الدراسات المصرية باختبار هذا المنظور.

تبين اهتمام الدراسات الأمريكية بدراسة منظور دور متغير الدين في الحد من المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل إذ رصدت دراستان تناولتا هذا المنظور، في حين لم تهتم الدراسات الأوروبية والآسيوية والعربية والمصرية بدراسة هذا المنظور.

تبين اهتمام الدراسات الأمريكية بدراسة منظور تأثير الإدمان في الاضطرابات النفسية والشعور بالقلق والأرق إذ رصدت خمسة دراسات تناولت هذا المنظور، مقابل ضعف اهتمام الدراسات الأوروبية والآسيوية والعربية، حيث رصدت دراسة أوروبية واحدة طبقت على الشباب الجامعي التركي، ودراسة آسيوية طبقت على المستخدمين الهنود، ودراستين عربيتين واحدة في الكويت والأخرى في مصر.

تبين اهتمام الدراسات الأمريكية والأوروبية والآسيوية بدراسة منظور تأثير الإدمان على درجة الشعور بالوحدة والخوف مقابل عدم اهتمام الدراسات العربية والمصرية، ففي إطار الدراسات الأمريكية رصدت ثلاث دراسات، وفي إطار الدراسات الأوروبية رصدت دراستان أجريت في تركيا، وفي إيطاليا، وفي إطار الدراسات الآسيوية رصدت ثلاث دراسات، دراستان في الصين ودراسة في الهند.

في إطار اختبار متغير الوسيلة رصدت عشر دراسات تناولت تأثير الإدمان في الحالة المزاجية بشكل إجمالي (الاكتئاب- والقلق والأرق- الوحدة والخوف) في حين رصدت دراسة اختبرت تأثير إدمان تويتر والأرق والقلق، ودراسة اختبرت تأثير إدمان الفيسبوك والإحساس بالقلق.

■ في إطار الدراسات التي تناولت العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي

تبين اهتمام الدراسات الأمريكية والأسبوية والعربية والمصرية بهذا الاتجاه مقابل عدم اهتمام الدراسات الأوربية، ففي إطار الدراسات الأمريكية رصد أربع دراسات، وفي إطار الدراسات الأسبوية رصد دراستان في (الهند، تايلاند) وفي إطار الدراسات العربية رصد دراسة واحدة في فلسطين، وفي مصر رصد ثلاث دراسات اهتمت بوضع برامج علاجية نفسية واجتماعية واعتمد في ذلك على المنهج التجريبي. اتفقت الدراسات المصرية والأمريكية في رصد الأدبيات والنماذج النفسية التي استهدفت تقديم نماذج علاجية تقوم على الإرشاد النفسي والمعرفي والاجتماعي، كذلك في اختبار فاعلية برامج نفسية ومعرفية للوقاية والحد من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، بينما ركزت الدراسات الأسبوية على إجراء دراسات علاجية ولم يرصد أي دراسة قامت بإجراء تحليل من المستوى الثاني للأدبيات التي تناولت علاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

في إطار اختبار متغير الوسيلة رصد تسع دراسات تناولت العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بشكل إجمالي.

■ في إطار الدراسات التي تناولت تأثير الإدمان العلاقات الاجتماعية والدعم الاجتماعي والمسئولية الاجتماعية والنسق القيمي:

تبين اهتمام الدراسات الأوربية والأسبوية بدراسة منظور تأثير الإدمان في العلاقات الاجتماعية، ففي إطار الدراسات الأوربية رصد دراسة واحدة أجريت في تركيا، وفي إطار الدراسات الأسبوية رصد دراسة أجريت في الصين، في حين تبين عدم اهتمام الدراسات الأمريكية والعربية والمصرية بهذا المنظور.

اتفقت الدراسات الثلاث الأوربية والأسبوية والعربية والمصرية بدراسة منظور تأثير الإدمان معدلات رأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي، ففي إطار الدراسات الأوربية رصد دراستان أجريت في تركيا، وألمانيا، وفي إطار الدراسات الأسبوية رصد أربع دراسات، دراستان في الصين ودراسة في باكستان والأخرى في تايوان، وفي إطار الدراسات العربية رصد دراسة واحدة أجريت في فلسطين، في حين تبين عدم اهتمام الدراسات الأمريكية بهذا المنظور.

اتفقت الدراسات الأسبوية والعربية بدراسة منظور تأثير الإدمان في النسق القيمي، إذ رصد دراسة أجريت في كوريا الجنوبية، ودراستان أجريت في مصر، في حين تبين عدم اهتمام الدراسات الأمريكية والأوربية بهذا المنظور.

تباينت الدراسات في اختبار متغير الوسيلة إذ رُصدت اثنتا عشر دراسة تناولت تأثير الإدمان في العلاقات الاجتماعية والدعم الاجتماعي والمسئولية الاجتماعية والنسق القيمي والاتجاه الشرطي، ودراستان تناولت تأثير إدمان الفيسبوك.

## ■ في إطار الدراسات التي تناولت تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني والسلوك الشرائي:

اتفقت الدراسات الأمريكية والأوروبية والآسيوية والعربية بدراسة اتجاه تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني، ولكن تباين الاهتمام بين الدراسات، فقد بين العرض التحليلي أن الدراسات الآسيوية تعد أكثر اهتماماً بهذا الاتجاه، إذ رصد خمس دراسات، دراستان أجريت في باكستان، ودراسة في بوتان، تايلاند، وماليزيا، يليها الدراسات الأمريكية إذ رصد دراستان، وفي أوروبا رصد دراستان أجريت في بولندا وتركيا، وجاءت أقل المدارس اهتماماً بهذا الاتجاه الدراسات العربية إذ رصد دراسة واحدة أجريت في الجزائر في حين لم تهتم الدراسات المصرية بهذا الاتجاه.

من أبرز المتغيرات التي تم التركيز عليها من قبل دراسات هذا الاتجاه، اختبار تأثير الإدمان في الأداء الأكاديمي إذ رصد ثمان دراسات تناولت هذا المتغير، مقابل دراستان تناولتا تأثير الإدمان في الأداء المهني وهذا يوضح ضعف الاهتمام بهذا المتغير.

اتفقت الدراسات الأوروبية والآسيوية بدراسة منظور تأثير الإدمان على اتجاه السلوك الشرائي، إذ رصد دراسة أجريت في تركيا عن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاتجاه نحو الإعلانات الإلكترونية، ودراسة أجريت في ماليزيا عن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وإدمان التسوق الرقمي، في حين تبين عدم اهتمام الدراسات الأمريكية والعربية والمصرية بهذا المنظور.

تباينت الدراسات في اختبار متغير الوسيلة إذ رُصد خمس دراسات تناولت إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بشكل إجمالي، وأربع دراسات تناولت تأثير إدمان الفيسبوك، ودراسة واحدة تناولت إدمان اليوتيوب.

### ١ - فئة مسارات تطور الأطر النظرية:

استندت بعض الدراسات عينة التحليل لأطر نظرية كما لم يستند بعضها الآخر، وتباينت الدراسات الأمريكية والأوروبية والآسيوية والعربية فيما بينها في توظيف النماذج والأطر النظرية، حيث وظفت بعض الدراسات أطر تقليدية استخدمت في مجال تأثيرات وسائل الإعلام التقليدية، مقابل دراسات أخرى وظفت نماذج وأطر جديدة تتلاءم مع طبيعة متغير الإدمان.

#### أ. الدراسات الأمريكية:

لم تستند أغلب الدراسات الأمريكية على أطر ونماذج نظرية واعتمدت على أدبيات البحث العلمي، وفيما يلي النظريات والنماذج التي وُظفت في إطار الدراسات الأمريكية:

### ففي إطار النماذج التفسيرية التي تم الاعتماد عليها:

تم توظيف النموذج المعرفي السلوكي لـ (Cognitive-Behavioral Model) في إطار دراسة (Longstreet & Brooks, 2017)، كما تم توظيف نموذج التفاعل بين المتغيرات الانفعالية والإدراكية والإنجاز لدى الشخص (Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) في إطار دراسة (Brand et al., 2016)، ويعد هذا النموذج من أحدث النماذج التفسيرية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

### وفي إطار الأطر النظرية التي تم الاعتماد عليها:

لم يرصد إلا دراسة واحدة وظفت نظرية الاستخدامات والاشباع وهي دراسة (Liu, 2016).

### ب. الدراسات الأوربية:

استندت بعض الدراسات الأوربية إلى أطر نظرية ودراسات أخرى اعتمدت على نماذج تفسيرية، مقابل اتجاه آخر من الدراسات لم تستند إلى إطار نظري مفسر، وفيما يلي النظريات والنماذج التي تم توظيفها:

### ففي إطار النماذج التفسيرية التي تم الاعتماد عليها:

تم توظيف نموذج خلل المهارات الحياتية لـ (Caplan) problematic psychosocial predisposition model في إطار دراسة (Casale & Fioravanti, 2018)، كما تم توظيف نموذج (I-PACE) في إطار دراسة (Kircaburun & Griffiths, 2018)، وكذلك النموذج السلوكي المعرفي cognitive behavioral في إطار دراسة (Koc & Gulyagci, 2013).

### وفي إطار الأطر النظرية التي تم الاعتماد عليها:

تتوعد الأطر النظرية التي اعتمدت عليها بحوث الإدمان الأوربية إذ تم رصد عدة أطر نظرية على النحو التالي: نظريتي تقرير الذات (Self-Determination Theory)، ونظرية الاستخدامات والاشباع التي وظفت في إطار دراسة (Masur et al., 2014)، ونظرية رأس المال النفسي التي وظفت في إطار دراسة (Simsek & Sali, 2014)، ونظرية رأس المال الاجتماعي والتي وظفت في إطار دراسة (Błachnio, Przepiorka & Pantic, 2016)، نظريتي المزاج العام (Mood Management Theory)، ونظرية التعزيز (Reinforcement Theory) التي وظفت في إطار دراسة (Demircioğlu & Köse, 2018)، نظرية الدعم الاجتماعي (Social Support theory) التي وظفت في إطار دراسة (Maier et al., 2015; Gökçearsan, Uluyol & Şahin, 2018)، نظرية السلوك المخطط

Theory of Planned Behavior (TPB) التي وظف في إطار دراسة  
(Can& Kaya, 2016).

### ج. الدراسات الأسيوية:

تبين اهتمام ملحوظ من قبل الدراسات الأسيوية مقارنة بالدراسات الأمريكية والعربية في توظيف النظريات والنماذج التفسيرية لاختبار العلاقة بين الإدمان وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية، فقد استندت بعض الدراسات إلى أطر نظرية ودراسات أخرى اعتمدت على نماذج تفسيرية، مقابل اتجاه آخر من الدراسات لم يستند إلى إطار نظري مفسر، وفيما يلي النظريات والنماذج التي وُظفت في إطار الدراسات الأسيوية:

#### ففي إطار النماذج التفسيرية التي تم الاعتماد عليها:

تم توظيف النموذج الاجتماعي المعرفي في إطار دراسة (Yu, Wu& Pesigan,2016) ، وكذلك النموذج المعرفي السلوكي، ونموذج خلل المهارات الحياتية (Caplan) اللذان استخدمتا إطار دراسات ( Yu& Shek, 2017; Xue et al.,2018; Shettar et al.,2017).

#### وفي إطار الأطر النظرية التي تم الاعتماد عليها:

تنوعت الأطر النظرية التي اعتمدت عليها بحوث الإدمان الأسيوية، إذ تم رصد عدة أطر نظرية على النحو التالي: نظرية الاستخدامات والاشباعات Uses and gratifications theory التي وظفت في إطار دراسة (Hong& Chiu, 2016; Balakrishnan & Griffiths,2017; Klobas et al.,2018) نظرية السلوك المخطط Theory of Planned Behavior (TPB) التي وظفت في إطار دراسة (Ho, Lwin, & Lee, 2017)، نظرية رأس المال الاجتماعي التي وظفت في إطار دراسة (Yao& Zhong, 2014)، ونظرية الإدراك الاجتماعي Social Cognitive Theory التي وظفت في إطار دراسة (Yu, Wu& Pesigan,2016) ، نظرية الحضور الاجتماعي Social Presence Theory ، نظرية الانتماء Belongingness Theory التي وظفت في إطار دراسة (Gao, Liu & Li,2017)، ونظرية رأس المال الاجتماعي التي وظفت في إطار دراسة (Jin, 2015; Bian& Leung,2015; Yang et al.,2016) ونظرية الدعم الاجتماعي Social Support theory التي وظفت في إطار دراسة (Tang et al.,2016; Zafar, Lodhi& Shaker, 2018; ) نظرية المقارنة الاجتماعية social comparison theory التي وظفت في إطار دراسة (Pahlevan, Sharif & Yeoh,2018)

#### د. الدراسات العربية:

تبين عدم اهتمام الدراسات العربية بتوظيف النماذج والنظريات المفسرة للعلاقة بين الإدمان وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية، باستثناء دراسة (مؤيد، ٢٠١٦) والتي وظفت نظرية رأس المال الاجتماعي.

#### ■ مقارنة التوجهات البحثية الأربعة يتضح ما يلي:

- اتفقت الدراسات الأوروبية الآسيوية على توظيف أطر ونماذج حديثة تتلاءم مع طبيعة الإدمان وذلك ضمن مجال التأثيرات النفسية والاجتماعية، مقابل عدم اعتماد الدراسات الأمريكية والعربية على أطر ونماذج تفسيرية واعتمدت على أدبيات البحث العلمي، أما الدراسات المصرية فلم يرصد إلا دراسة واحدة وظفت نظرية رأس المال الاجتماعي.
- من أبرز النماذج التفسيرية التي تم توظيفها في مجال دراسات التأثيرات النفسية "نموذج خلل المهارات الحياتية (Caplan)"، والنموذج المعرفي السلوكي، والنموذج الاجتماعي المعرفي.
- من الإضافات الجديدة في مجال النماذج التفسيرية لقياس التأثيرات الاجتماعية والنفسية للإدمان ظهور نموذج (I-PACE) والذي يعد أحدث النماذج التي تم توظيفها.
- حظيت النماذج التفسيرية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي باهتمام من قبل الباحثين المعنيين بمجال الدراسات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، مقابل توظيف نظريات حديثة تتلاءم مع طبيعة الظاهرة المدروسة من قبل الباحثين المعنيين بمجال الدراسات الاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، إذ وظف عدة نظريات ومنها رأس المال الاجتماعي، والدعم الاجتماعي، والسلوك المخطط والحضور الاجتماعي والانتماء والمقارنة الاجتماعية، كما وظفت بعض الدراسات أطر ومداخل تقليدية ومنها نظرية التعزيز والاستخدامات والإشباع والاضغوط العامة.
- يعد مدخل الاستخدامات والإشباع أكثر المداخل النظرية التي حظيت باهتمام من جانب الباحثين في مجال إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ونتج عن ذلك اختبار فرضيات تتعلق بنوعية دوافع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

وفيما يلي عرض مختصر لمسارات التطور في كل نظرية تم توظيفها في دراسات إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

■ **نظرية الاستخدامات والإشباعات Uses and gratifications theory:** حظيت نظرية الاستخدامات والإشباعات باهتمام خاص من قبل الأدبيات التي تناولت إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وذلك لتركيزها على الجمهور الذي يستخدم الوسيلة بشكل نشط لتحقيق حاجات معينة، وقد اهتمت الأدبيات بدراسة دوافع وإشباعات التواصل الاجتماعي كوسيط مكمل مساند لدور الاتصال الشخصي، وقد أظهرت أن الدوافع تذهب عامة إلى أمرين: الأول هو إشباع المعالجة (الدوافع المرتبطة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي للحصول على المعلومات والتواصل مع الأصدقاء ومتابعة أخبارهم وتكوين صداقات جديدة) والثاني هو إشباع المحتوى (الدوافع العاطفية المرتبطة بالاستمتاع والمرح والتسلية وتجربة كل ما هو جديد، بالإضافة إلى إنشاء قنوات على اليوتيوب) هذه الدوافع قد تصيب الأفراد بحالة من عدم الإشباع فيستمرروا عليها فترة طويلة (البروز) يستخدموا كل ما هو متاح من نشاط اتصالي بهدف تحقيق الإشباع ولا يتركوا المواقع إلا بعد التعب الجسماني، مما ينعكس بالسلب على العديد من المظاهر النفسية والاجتماعية وهذا ما تناولته دراسات (Masur et al.,2014; Hong& Chiu, 2016; Liu,2016; Balakrishnan & Griffiths,2017; Klobas et al.,2018).

■ **نظرية السلوك المخطط Theory of Planned Behavior (TPB):** تعد إحدى النظريات التي تهتم بدراسة تأثير العوامل النفسية والاجتماعية في النية السلوكية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قبل الأفراد وتركز على محورين؛ نية الاستخدام، وسلوك الاستخدام الفعلي، ترتبط النية بالخبرة الناتجة عن الاستخدام، وتحدد العلاقة بين النية والسلوك بناءً على اتجاهات الأفراد نحو استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وتشمل مشاعر الأفراد وأحاسيسهم التي تؤيد أو تعارض سلوكًا معينًا نتيجة للفوائد المتوقعة الناتجة عن استخدام تلك المواقع، كذلك المعتقدات السلوكية المرتبطة بالجهد وسهولة الاستخدام المتوقعة، والتي تعمل على توجيه الأفراد وتقود سلوكهم نحو مخرجات محددة، بالإضافة إلى التأثيرات الاجتماعية، فكلما كانت العوائد إيجابية أدى ذلك إلى مزيد من الاستخدام لها، ومن ثم لا يستطيع الأفراد التخلي عنها وهو ما يؤدي إلى إدمانها، وهذا ما تناولته دراسات (Ho, Lwin, & Lee, 2017; Can& Kaya, 2016).

■ **نظرية التعزيز Reinforcement Theory:** وهي إحدى النظريات السلوكية التي ربطت بين المثير والاستجابة وترى أن البواعث أو الحوافز لدى الأفراد تنقسم عادة إلى شقين: الأول معرفة النتائج؛ والثاني المكافآت، لذا فهي تنطلق من فكرة أن الأفراد يتعرضوا لمثيرات موجوده في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي تؤثر على سلوكهم، وترى أن سلوكهم إن كان مصحوباً بنواتج إيجابية متمثلة في حصولهم على تعليقات إيجابية عند تحديث حالاتهم أو نشر صورهم، يؤدي ذلك إلى تكرار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وإن صاحبه نواتج سلبية نتيجة لتجاهل الآخرين أو نتيجة مشاهدتهم لصور الآخرين عندما يقوموا

بنشر صورهم السعيدة ويكتبون حالات مرحة أو يرونهم أكثر ثراءً أو أكثر شهر حينها يشعر الأفراد بالإحباط مما يدفعهم إلى عدم تكرار الاستخدام وهذا ما تناولته دراسة . (Demircioğlu & Köse, 2018)

■ **نظرية ما وراء المعرفة Metacognitive Theory** : تفترض تلك النظرية أن درجة وعي الأفراد بأنماط التفكير التي يستخدمونها وإدراكهم لأساليب التحكم والسيطرة الذاتية على محاولات استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، يمكنهم من اتخاذ قرارات واعية نحو الابتعاد عنها إن سببت لهم متاعب أو مشاكل، يقوم هذا التفكير على مكونين رئيسيين الأول المعرفة ما وراء المعرفية وتضمن معتقدات الأفراد عن انفسهم ومدركاتهم ودرجه خبراتهم ومهاراتهم ومستواهم العقلي التي تجعلهم يتفاعلوا مع الآخرين في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي بكفاءة وفاعلية ملائمة وأيضاً ما يعتقده عن عمليات تفكير الآخرين، بالإضافة إلى وعيهم بطبيعة مواقع التواصل الاجتماعي وإستخداماتها في الحصول على المعلومات والتفاعل الإيجابي مع الآخرين، أما المكون الثاني الاستراتيجيات ما وراء المعرفية التي يقوموا بها أثناء تفاعلهم مع الآخرين في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي وتتضمن عدة مهارات منها مهارة التخطيط والتنظيم، المراقبة والتحكم، التقويم والمراجعة، وهذا ما طرح في إطار دراسة ( Casale, Rugai, & Fioravanti, 2018).

■ **نظرية رأس المال الاجتماعي Social Capital Theory** : تشير الأدبيات إلى وجود نوعين من رأس المال الاجتماعي: الأول رأس المال الاجتماعي التبادلي (الترابطي) Bonding Social Capital ؛ الثاني رأس المال الاجتماعي التواصلي Bridging Social Capital، تكمن الفكرة الأساسية لرأس المال الاجتماعي فيما تحمله الشبكات الاجتماعية من قيمة اجتماعية تؤثر على إنتاجية الأفراد والمجتمع، بالإضافة إلى الفائدة المجتمعة لمواقع التواصل الاجتماعي وما توفره للأفراد من قدرة على اختيار الموضوعات التربوية والاجتماعية، وبناء على ذلك فرأس المال الاجتماعي ليس سمة للأفراد، بل سمة من الروابط بين الأفراد التي تسمح بتبادل الموارد والدعم المعلوماتي والسلوكي، وفي إطار الربط بين الإدمان ورأس المال الاجتماعي ظهر ثلاث اتجاهات الأول المدخل السلبي والذي يشير إلى وجود نتائج سلبية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي في علاقته برأس المال الاجتماعي يتمثل في انخفاض التفاعل الاجتماعي القوي واللجوء إلى بناء تفاعل اجتماعي افتراضي وهمي ضعيف، بالإضافة إلى ارتفاع الوحدة والاكتئاب نتيجة مشاهدتهم بعض الصور أو المواقف التي توجب صراعهم مع أنفسهم، وتنعكس عليهم سلباً؛ الاتجاه الثاني يرى أصحاب المدخل الأخر الإيجابي على وجود نتائج إيجابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي في علاقته برأس المال الاجتماعي يتمثل في تخلص الأفراد من حالة الوحدة، ويساعدهم على التواصل الاجتماعي وإن كان افتراضياً مما ينعكس على العلاقات الاجتماعية بين الأفراد خاصة أولئك البعيدين مكاناً من خلال البقاء على اتصال دائم معهم وهو ما يحقق لهم نوعاً من الدعم العاطفي؛ أما الاتجاه الثالث المعتدل والذي يرى أصحابه

أن مواقع التواصل الاجتماعي مجرد أداة صممت لتسيير حياة الأفراد وهي مكتملة للاتصال الشخصي وبالتالي يتوقف التأثير السلبي والإيجابي على نوعية المحتوى أو المواقع التي يتفاعل معها الأفراد وهذا ما تناولته الدراسات التالية ( Yao& Zhong, 2014; Bian& Leung,2015; Jin, 2015; Yang et; al.,2016; Błachnio, Przepiorka & Pantic, 2016؛ مؤيد، ٢٠١٦ )

■ **نظرية الحضور الاجتماعي Social Presence Theory:** تنطلق هذه النظرية من فرضية أن مواقع التواصل الاجتماعي تمكن مستخدميها من الإحساس والوعي بوجود الآخرين أثناء تفاعلهم معها، وترى أن مستويات ودرجات الحضور يمكن قياسها عبر أنماط الاتصال التزامي واللاتزامي، سواء أكان ذلك لفظي مثل التعليقات أو غير لفظي كالرموز التي تستخدم في التعليق على المنشورات وكذلك المشاركة وإعادة التعرّيد، وترتكز النظرية على ثلاث أشكال من الحضور الاجتماعي عبر مواقع التواصل الاجتماعي هي (الدفء، والألفة، والإحساس)، ويمكن قياس متغير (الدفء) بمعرفة درجة شعور المستخدم بتواجد الآخرين والمشاركة والاتصال فيما بينهم، أما متغير (الألفة) يمكن قياسه من خلال مدي إدراك المستخدم بتوفر قدر كبير من العلاقات مع الآخرين، وأخيراً يمكن قياس متغير (الإحساس) بمتبع المشاعر المتنوعة التي تصدر عن كل طرف من المستخدمين تجاه الأخر كتفاعل الإعجاب والتعليقات الإيجابية. وكشفت دراسة (Gao, Liu & Li,2017) عن وجود علاقة طردية بين الحضور الاجتماعي لدى المستخدم وإدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي للحفاظ على المشاعر الإيجابية.

■ **نظرية المقارنة الاجتماعية social comparison theory:** ترى أن الأفراد لديهم حاجة أساسية لتقييم أفكارهم واتجاهاتهم، من خلال مقارنة أنفسهم بالآخرين، وترى أن الآخرين يمارسون ضغوطاً على الأفراد بشكل غير مباشر، إذ يحدث التأثير على الأفراد وفقاً لشكلين: الأول التأثير الاجتماعي المعياري والذي يشير إلى أن حاجة الفرد لقبول الآخرين له، ومحاولة أن يترك انطباعاً إيجابياً لديهم تضطره إلى الامتثال السلوكيات التي يقوموا بها؛ الشكل الثاني التأثير الاجتماعي المعلوماتي والذي يشير إلى حاجة الفرد أن يكون مُحققاً عندما يكون غير واثق أو متشكك في معلوماته أو قدراته، فيضطر إلى الاسترشاد بأفكار المجموعة التي يعمل معها باعتبارها مصدرًا للمعلومات الدقيقة أو الموثوقة؛ خشية أن تظهر معلوماته وتصرفاته غير صحيحة في المواقف الجديدة، وهذا ما يجعله يقع تحت تأثير التعاطف والتوحد النفسي Identification؛ وفي هذا الإطار حاولت بعض الأدبيات اختبار ما إذا كان إدمان المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي يؤدي بهم إلى التأثير بما يضعه المشاهير على صفحاتهم من منتجات قاموا بشرائها ومن ثم يسعوا إلى تقليدهم من خلال شراء نفس المنتجات بهدف تحقيق صورة مثالية أمام نظرائهم ويشعروا بانهم مثل المشاهير وهو ما يوقعهم في إدمان آخر وهو إدمان الشراء على الإنترنت وهذا ما تناولته دراسة (Pahlevan, Sharif & Yeoh,2018).

■ **نظرية الإدراك الاجتماعي Social Cognitive Theory:** تفترض أن الأفراد يكتسبوا الخبرة والعلم من خلال ملاحظته لسلوكيات الآخرين وكذلك أثناء تفاعلهم الاجتماعي معهم،

ويحكم سلوك الأفراد عاملين مؤثرين هما الكفاءة الذاتية *Self-efficacy* والتي تشير إلى قناعات الأفراد بأن قدرتهم على القيام بسلوكيات معينة ستؤدي بهم إلى نتائج محددة، فتوقع الأفراد لكفاءتهم الذاتية سيحدد طبيعة ومدى السلوكيات الذي سيقومون بها، ومقدار الجهد الذي سيبدلونه لهذه المهمة، ثم درجة المثابرة التي سيستمرون من خلالها في مواجهة المشكلات التي تعترضهم أثناء استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي، وهذا الافتتاح يدفع الأفراد إلى توجيه سلوكياتهم وضبطها؛ فالكفاءة الذاتية المدركة لا تهتم فقط بالمهارات التي يمتلكها الأفراد ، وإنما بما يستطيعوا عمله بالمهارات التي لديهم، أما العامل الثاني فهو النتائج المتوقعة *Outcome expectations* وهي قناعات الأفراد المتعلقة باحتمال أن يؤدي سلوكهم إلى نتائج محددة (Al-Qeisi,2009,18)، إذ تشير بعض الأدبيات إلى وجود مؤشرات إيجابية لإدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي حيث شجعت تلك المواقع الأفراد على المشاركة الاجتماعية والانخراط في العمل التطوعي وكذلك ساعدتهم على بناء شعور حقيقي في الواقع الافتراضي وهو ما قلل إحساسهم بالوحدة وهذا ما تناولته دراسة (Yu, Wu & Pesigan,2016).

■ **نظرية الدعم الاجتماعي Social Support theory:** وهي إحدى الأطر النظرية التي تؤكد على قوة وسائل التواصل الاجتماعي وانها توفر لدى الافراد مصدراً للدعم الاجتماعي والنفسي عن طريق علاقات الصداقة التي يكونها داخل تلك الشبكات، كبديل عن العلاقات الاجتماعية الواقعية كالأسرة والأصدقاء والزملاء والاقارب، وهذا ما يجعل الافراد يتعلقوا بها بشكلها مستمر، وقد بينت الأدبيات التي تناولت ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالدعم الاجتماعي ان تلك الشبكات توفر أربعة أنواع من الدعم: الأول الدعم العاطفي حيث توفر لهم الحب والاحساس بالارتباط مع مجموعة اجتماعية ذات قيمة وموضع تقدير بالنسبة لهم، ومن المظاهر السلوكية المرتبطة بهذا البعد عبارة التثناء التي يحظى بها الفرد وعلامات الاعجاب التي يحصل عليها بعد نشر أي حدث على صفحته الشخصية، كذلك الاتصال المباشر عبر الأصدقاء في صفحة الدردشة، كذلك تودية الشكر والامتنان والامنيات والتهاني والتحية للآخرين، أما البعد الثاني فهو تقديم الدعم السلوكي فالنسبة لبعض الافراد تلك الشبكات وسيلة للحصول على المساعدات والاستشارات من الاخرين وحل بعض المشكلات التي يواجهها، أما البعد الثالث فيتمثل في تقديم الدعم المعلوماتي والتمثل في تقديم الاقتراحات والمعلومات المفيدة وتقديم النصح والإرشاد حال وجود مشكلة ما؛ أما النوع الرابع فهو دعم الرفقة ويتمثل في شعور الافراد انهم ينتموا الى واقع اجتماعي كبير يمكنهم من المشاركة في الاعمال التطوعية والأنشطة الاجتماعية المختلفة وقد بينت ذلك دراسات كل من (Maier et al.,2015;Tang et al.,2016).

وأكدت الأدبيات التي تناولت ادمان مواقع التواصل الاجتماعي أن الأشخاص الذين يعانون من قصور في العلاقات الاجتماعي، تنشأ لديهم سلوكيات ادمان على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بهدف إنشاء ذات مثالي ليحل محل ذاتهم الواقعي الضعيف، لكي يشعروا بالسعادة والراحة ويستطيعوا الحصول على المكانة الاجتماعية، وتصبح الصلات عليها بديلاً آمناً عن العلاقات الطبيعية، وتصبح المواقع وسيلة هروبيه يستخدمونها باستمرار، مما يحقق

الدعم الاجتماعي المتمثل في الدعم النفسي الذي يتمثل في شعورهم الزائف بالقوة والإنجاز، حيث يتم تقييم هذا السلوك الفعلي الذي يقوم به الأفراد وما يترتب عليه من نتائج، وهذا ما تناولته دراسة (Maier et al.,2015; Zafar, Lodhi& Shakir, 2018).

■ **نظرية المزاج العام Mood Management Theory** : ترى أن الأفراد يدمنوا الأنشطة الاتصالية بهدف تحقيق الدعم العاطفي والاجتماعي لذا يتفاعلوا مع المحتويات الترفيهية بهدف تحقيق الاستثارة الفسيولوجية ، فهي تفترض أن السلوك البشري يحكمه مبدآن أساسيان؛ المتعة hedonic والحاجة إلى التوازن homeostasis فالأفراد لديهم ميول فطرية لزيادة مشاعر السرور وأيضاً لتقليل مشاعر الألم للشعور بالراحة، لذا سوف يلتسوا المعلومات والخبرات التي تتفق مع مشاعرهم ومعتقداتهم ويتجنبوا تلك التي تتعارض معها، لذا يميلوا إلى تقليل المزاج السلبي وتعظيم المزاج الإيجابي، وبناء عليه فالأفراد الذين لديهم تقدير ذاتي منخفض ولديهم فشل في العلاقات الاجتماعية يلجأو إلى مواقع التواصل الاجتماعي بهدف تحقيق لذة بديلة تعوضهم عن الفشل الذي لديهم في تقدير ذواتهم وسوء العلاقات الاجتماعية وهذا ما طرح في إطار دراسة (Demircioğlu & Köse, 2018)

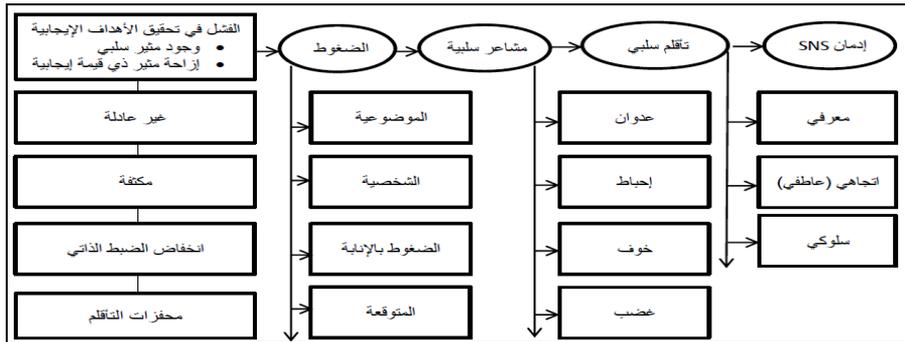
■ **نظرية رأس المال النفسي Psychological Capital Theory** : والتي تتعلق بالموارد النفسية الإيجابية التي يمتلكها الأفراد المتمثلة في الكفاءة الذاتية، والتفاؤل، والأمل، والمرونة والتي تدفعهم لبذل مزيد من الجهود لتحقيق أعمال ذات طابع تحدي تنسم بالصعوبة النسبية، تظهر تلك الحالة نتيجة لتوافر بعض الصفات الإيجابية لدى الأفراد تتمثل في الثقة في قدراتهم الذاتية، والتفاؤل نحو النجاح في المستقبل، والأمل والمثابرة نحو تحقيق الأهداف المرجوة، والمرونة والقدرة على تغيير الاستراتيجيات والتكيف مع أي صعوبات أو تغييرات في بيئة العمل، وفي إطار الدراسات التي ربطت بين إيمان مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت ورأس المال النفسي جاءت دراسة (Simsek & Sali, 2014).

■ **نظرية تقرير الذات Self-Determination Theory**: وهي إحدى النظريات التي ربطت بين الدافعية والاتجاه، وترى بوجود نوعين من الدوافع لدى الأفراد: الأولى الدوافع الداخلية وهي التي ترتبط بإتمام الأفراد لنشاط معين والانخراط فيه مما يسبب لهم الشعور بالسعادة والراحة النفسية؛ والثانية الدوافع الخارجية المرتبطة بالمكافآت من قبل الآخرين كالحصول على الإعجاب (like) على تحديثات الحالة أو على نشر الصور أو التعليق على الآخرين، وتؤكد أن الدوافع الداخلية والخارجية يحكمها ثلاثة أنواع من الاستراتيجيات تتمثل في: حرية الاختيار Autonomy؛ الكفاءة Competence؛ الشعور بالارتباط Relatedness، فالأفراد الخجولين ممن يعانون قصوراً في العلاقات الاجتماعية، يدمنوا مواقع التواصل الاجتماعي ويحاولوا من خلالها إنشاء ذات مثالي ideal self-concept ليحل محل مفهوم ذاتهم الواقعي الضعيف، لكي يشعروا بالسعادة والراحة ويستطيعوا الحصول على المكانة الاجتماعية، وتصبح الصلات عليها بدلاً أمنياً عن العلاقات الطبيعية، وهنا تصبح تلك المواقع وسيلة

هروبيه يستخدمونها باستمرار مما يعطيهم شعوراً زائفاً بالقوة والإنجاز، والعمق وهي أمور ترفع من قيمة مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم، مما يجعلهم لا يستطيعوا الابتعاد عنها، وهذا ما تناولته دراسة (Masur et al.,2014).

■ **نظرية تصنيف الذات Self-categorization theory:** تمثل إحدى النظريات النفسية الاجتماعية والتي تؤكد على ميل الأفراد إلى تصنيف أنفسهم وفق للأخريين والجماعة التي ينتمون لها، بناء على مبدأ التشابه والاختلاف، فالفرد حينما يصبح مولعاً بمواقع التواصل الاجتماعي دون التفاعل معها فإنه سيدرك نفسه كفرد، ولكن حينما يكون مشارك نشط على مواقع التواصل الاجتماعي حينها سيدرك ذاته بوصفه عضو في جماعة، وهنا يدمن الأنشطة الاتصالية عليها، نتيجة لميلهم للمبالغة في تفضيل الجامعة التي ينتمون إليها في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي والتي تمنحهم مزاي عديدة إذ ترفع من معدلات التقدير لديهم، وهذا ما تناولته دراسة ( Błachnio & Przepiorka,2016).

■ **نظرية الضغوط العامة General strain theory:** والتي تقترض أن الأفراد الذين يعانون من ضغوط اجتماعية ونفسية لا يستطيعوا السيطرة على رغباتهم ودوافعهم، يؤدي ذلك إلى إدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي بهدف التعويض والتأقلم وتخفيف الحالة المزاجية السلبية التي يمروا بها، ولكي يحقق الشخص التكيف يلجأ إلى مجموعة من الاستراتيجيات منها الاستراتيجية السلوكية حيث يسعى من خلالها إلى خفض وإزالة المشاعر السلبية عن طريق بناء علاقات مع الأصدقاء على مواقع التواصل الاجتماعي، وكذلك الاستراتيجيات العاطفية والتي تؤدي به إلى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتي تؤدي إلى سلوكيات الاسترخاء، ومن ثم قد يفضي إدمانهم للأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي إلى نواتج قد تكون سلبية تتمثل في العنف والغضب والإحباط والاكتئاب والحسد والخوف، أو قد تفضي إلى نواتج إيجابية عن طريق تعزيز مشاعر التأقلم والتكيف والمشاركة الاجتماعية وهذا ما تناولته دراسة (Mubarak & Quinn, 2017).

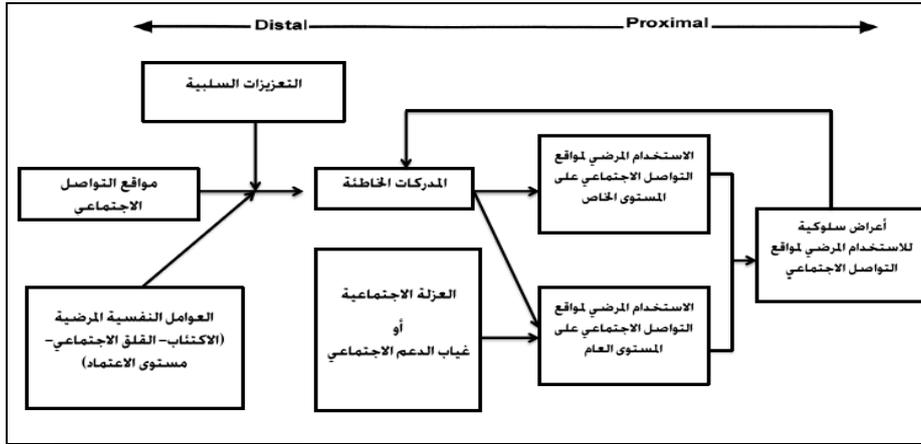


شكل رقم (٤) مخطط تفصيلي لنظرية الضغوط العامة مقتبس بتصرف (البدائية، ٢٠١٠، ٥٤)

- **نظرية الانتماء Belongingness Theory** : تفترض أن الأفراد لديهم احتياج شديد للانتماء ، وهذا ما يدفعهم لبناء **علاقات اجتماعية** في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي فهؤلاء الأفراد دائماً ما يرغبوا في أن يكونوا على اتصال دائم مع الآخرين ولا يرغبوا في أن يكونوا بمفردهم، وهو ما يؤدي إلى إحساسهم بالسعادة والمتعة، ونتيجة لذلك لا يستطيعوا الابتعاد عن مواقع التواصل الاجتماعي من ثم يدمنوا استخدامها بهدف الحفاظ على اللذة التي حققوها نتيجة علاقتهم مع الآخرين وهذا ما تناولته دراسة (Gao, Liu & Li,2017).
- **نموذج خلل المهارات الحياتية: Caplan**: يفترض أن الأفراد الذين لديهم خلل في المهارات الاجتماعية ويشعروا بالوحدة ولديهم رؤية سلبية عن حياتهم، يجد هؤلاء الأفراد في مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة ومنتفس للتعبير عن الذات من خلال حساباتهم سواء كان ذلك بشكل معلن أو مستتر وراء حسابات وهمية، فهي تعطي لهم مرونة أكبر وتقديم أفضل للذات من علاقات الوجه للوجه، حيث يرى هؤلاء الأفراد أن مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة لتحررهم اجتماعياً، لذا لا يستطيعوا الابتعاد عنها نظراً لكونها تنسيبهم مشاكل وإضرابات يعانون منها وهذا ما تناولته دراسة.(Yu& Shek, 2017; Shettar et al.,2017; Xue et al,2018).
- **النموذج السلوكي**: يرى أن أسباب سلوك الأفراد تكمن في الخبرات السابقة لديهم، وكذلك في البيئة التي تحدث فيها المثيرات ويحدث فيها التندعيم والعقاب لاستجابات محددة لهذه المثيرات، وفي مدركاتهم التي كونوها عن أنفسهم والآخرين، وبالتالي يتشكل السوك في ضوء عملية التعلم نتيجة للاستجابات الخارجية على أساس التشريط الإجرائي، فالفرد يقوم بأنشطة مختلفة على مواقع التواصل الاجتماعي بهدف الحصول على المكافأة مثل الحب والمتعة والراحة النفسية وتعديل المزاج والهروب من مشاكل الواقع وهكذا تكون العادة لدى الفرد وتتحول إلى إدمان وهذا ما تناولته دراسة (Xue et al,2018).
- **نموذج المهارات الاجتماعية**: يرى أن ضعف قدرة الفرد على التحكم في مهاراته الاجتماعية في الحياة الواقعية وتفضيلات التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت يؤديان إلى مجموعة من النتائج السلبية المتعلقة بحدوث مشكلات في العمل والدراسات وكذلك علاقات الفرد الشخصية وهذا ما تناولته الدراسات التالية (Bányai et al, 2018; Xue et al,2018).
- **النموذج الاجتماعي المعرفي**: يفترض هذا النموذج أن العمليات المعرفية هي مركز وأساس السلوك والأفكار والانفعالات، فهو يرى أن الاضطرابات النفسية ناتجة عن العديد من المشكلات المعرفية مثل الافتراضات والاتجاهات غير التكيفية والأفكار المختلطة والمضطربة والتفكير غير المنطقي، ويرى أصحاب هذا الاتجاه أن السلوك اللاسوي هو استجابة للطرق التي يقيم أو يدرك بها المثير وليس المثير الخارجي، فالأفراد الذين يقضون

أوقات كثيرة على مواقع التواصل الاجتماعي بدلا من قضائها مع أسرهم، تكون لديهم أساليب معرفية شاملة مكونه من تعدد المهام والمعالجة زائدة السرعة واقتقاد أهداف التوجه متوسطة المدى أو بعيدة ويحطمون أنماط حياتهم وعادة ما يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي كنقطة أساسية لكل أنماط تواصلهم مع العالم (غالبي، ٢٠١٧، ٦٧) (Yu, Wu & Pesigan, 2016; Bányai et al, 2017).

■ **النموذج المعرفي السلوكي لـ (Dave's) Cognitive-Behavioral Model :** يعد من النماذج المفسرة لأسباب إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، والذي يفترض بوجود عوامل سابقة تؤدي إلى إدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي، ويرى أن التثوهات المعرفية والإدراكية التي يكونها الأفراد عن نواتهم كانهخفاض تقدير الذات وشعورهم بالوحدة والاكتئاب والعوامل السيكوباتولوجية التي مروا بها كانهخفاض المهارات الاجتماعية، تجعلهم يفضلون الاندماج والتفاعل مع مواقع التواصل الاجتماعي، باعتبارها أقل تهديداً لديهم من التفاعلات المباشرة، ولاعتقادهم أنها المكان الوحيد الذي يشعروا فيه بالاحترام، ونتيجة لذلك لا يستطيعوا التخلص منها فيصبح استخدامها لها استخدام قهري، وهذا بدوره يؤدي إلى كثير من المشكلات النفسية والاجتماعية، وهذا ما تناولته دراسات (Koc & Gulyagci, 2013; Longstreet & Brooks, 2017; Yu & Shek, 2017; Bányai et al, 2017).

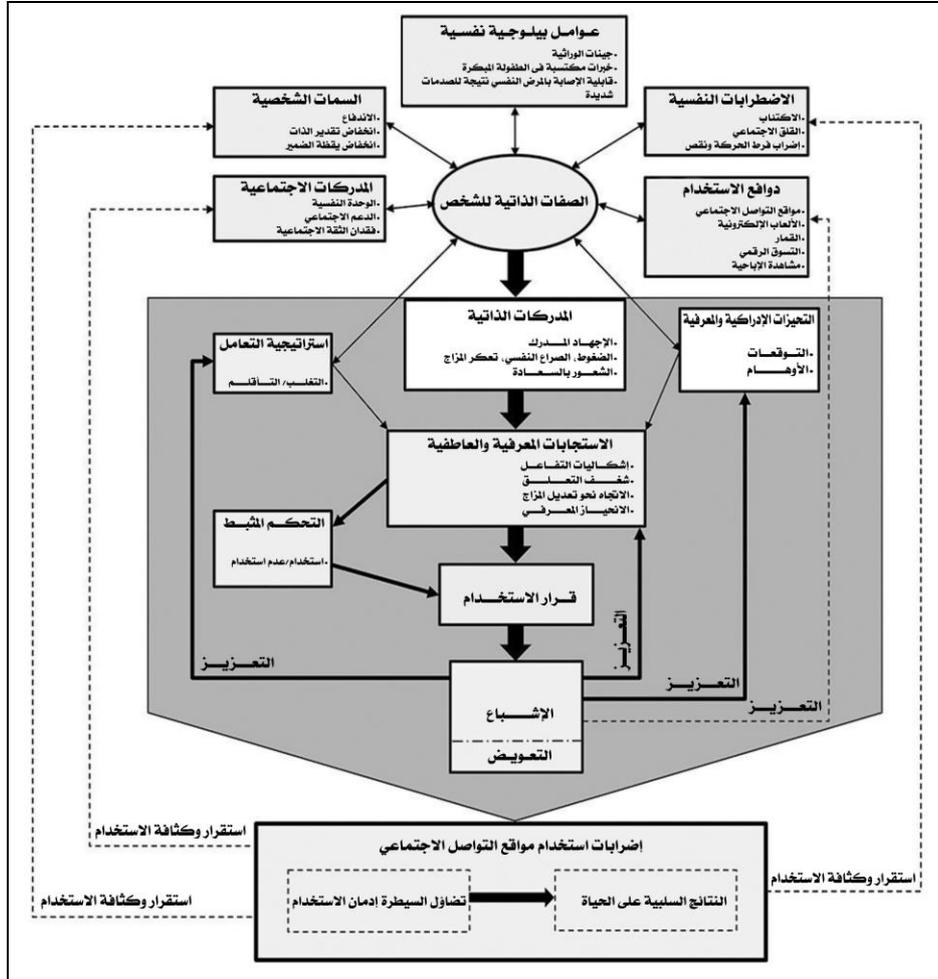


شكل رقم (٥) النموذج المعرفي السلوكي لـ (Davis, 2001, 190) Dave's

■ **نموذج (I-PACE):** نتيجة لتعدد النماذج المستخدمة في تفسير ظاهرة الإدمان الرقمي، قام كل من (Branda, Young, Laiera, Wölfling & Potenza) بطرح نموذج التفاعل الشخصي المعرفي الانفعالي-Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) يفترض هذا النموذج بوجود ثلاثة أبعاد ضمن كل بعد مجموعة من العوامل الفرعية، يتناول البعد الأول المتغيرات المؤثرة على طبيعة التفاعل والاستخدام وتعد هذه المتغيرات بمثابة عوامل

مهينة للإدمان الرقمي وتنقسم إلى خمسة عوامل: بيولوجية؛ إضرابات نفسية؛ مدركات اجتماعية؛ متغيرات شخصية؛ دوافع استخدام، وهذه العوامل ثابتة نسبياً ومستقرة طوال الوقت، يختلف طريقة تعامل الأفراد معها من فرد لآخر، فبعض الأفراد قد يتغلب عليها، والبعض الآخر قد يقع تحت تأثيرها وبالتالي يكون عرضة للإدمان على استخدام الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت بهدف التأقلم والإحساس بالتكيف مع تلك الضغوط النفسية كنوع من التعويض النفسي وتعديل المزاج (Brand et al.,2016,261)

■ بينما يتناول البعد الثاني العوامل الوسيطة التي تتعلق بالمدركات الذاتية والتي تقضي إلى استجابات عاطفية ومعرفية للمنبهات الداخلية والخارجية وتتمثل في الإجهاد المدرك الناتج عن إضرابات الشخصية أو تعكير المزاج العام والتي منها على سبيل المثال الاكتئاب والقلق والنشوة، والتي قد تؤثر على العمليات المعرفية من خلال التركيز على الاهتمام بالمكافآت قصيرة الأجل وهو ما يعني أن الأفراد قد يلجأو لمواقع التواصل الاجتماعي بهدف تحقيق الشعور بتقدير الذات والإحساس بالرضا عن الحياة، وكذلك العوامل المتعلقة بالتحيزات الإدراكية والمعرفية ومنها الأوهام والتوقعات المصاحبة للاستخدام وشغف التعلق بمواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت، بمعنى أن الأفراد يرتبطوا بمواقع التواصل الاجتماعي ظناً منهم انها تقلل من الشعور بالضغط النفسي الذي يمرون به، ومن ثم تصبح هذه الأنشطة عادة وتتحول إلى أساليب إيمانية، أما العامل الثالث النواتج المترتبة على كافة العوامل السابقة والتي تقضي إلى تضال السيطرة على إدمان الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، أو تبعات سلبية على كافة المجالات اليومية، وهذا ما تم توظيفه في دراسات (Brand et al.,2016,262; Kircaburun& Griffiths,2018).



شكل رقم (٦) نموذج (I-PACE) (Brand et al.,2016,255)

## ٢- فية التصميم المنهجي للدراسات عينة التحليل:

تنوعت المناهج والأدوات المرتبطة بجمع البيانات في الدراسات عينة التحليل، حيث اعتمدت أغلب الدراسات على منهج المسح في جميع البيانات، مقابل وجود اتجاه من الدراسات اعتمد على أدوات التحليل الكيفي في جمع البيانات منها من اعتمد على الأسلوب الانثوجرافي، والأخر اعتمد على المقابلة والثالث اعتمد على تحليل المحتوى، كما وظفت بعض الدراسات المنهج التجريبي لاختبار تأثير بعض المتغيرات على السلوك الإدماني، وفي إطار العينات التي تم التطبيق عليها اعتمدت بعض الدراسات على عينات عشوائية وعمديه جمعت البيانات بطريقة مباشرة،

والبعض الآخر اعتمد على عينات عشوائية جمعت البيانات منها عن طريق عينات كرة الثلج، كما اعتمدت بعض الدراسات على توظيف مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية، منها ما هو مرتبط بقياس بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية والآخر يتعلق بقياس إيمان مواقع التواصل الاجتماعي، وفي هذا الإطار يتم تناول التصميم المنهجي في كل مدرسة وفق لثلاث أبعاد: المناهج المستخدمة؛ العينات التي تم التطبيق عليها وطريقة اختيارها؛ الأدوات والمقاييس التي وظفت في إطار بعض الدراسات.

#### أ. الدراسات الأمريكية:

جدول (٦)

المناهج والأدوات التي اعتمدت عليها الدراسات الامريكية

الأطر المنهجية	ك	%	
المنهج المستخدم	المسحي	١٥	٧٨,٩٥
	التجريبي	٢	١٠,٥٠
	الكفي	١	٥,٢٥
	الانثوجرافي	١	٥,٢٥
المجموع والنسبة	١٩	١٠٠	
طرق اختيار العينات	بالمقابلة المباشرة	١٤	٧٣,٦٨
	الاستقصاء الالكتروني	٥	٢٦,٣١
المجموع والنسبة	١٩	١٠٠	
الأدوات	مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية	٨	٤٢,١٠
	مقاييس من اعداد الباحثين	١١	٥٧,٨٩
المجموع والنسبة	١٩	١٠٠	

يبين جدول رقم (٦) أن أكثر المناهج المستخدمة في الدراسات الامريكية هو المنهج المسحي والذي استخدم بنسبة ٧٨,٩٥% في الدراسات عينة هذا البعد، يليه التجريبي بنسبة ١٠,٥٠% ، وفي طرق اختيار العينات جاءت التطبيق بالمقابلة المباشرة عبر الاستقصاء المقنن بنسبة ٧٣,٦٨ من الدراسات عينة هذا البعد، والتطبيق عبر الاستقصاء الالكتروني بنسبة ٢٦,٣١%، وفي إطار توظيف الأدوات والمقاييس جاءت توظيف مقاييس من اعداد الباحثين في دراسات هذا البعد بنسبة ٥٧,٨٩%، اما المقاييس السيكماترية المحكمة والسابق تطبيقها بواسطة باحثين اخرين وظفت بنسبة ٤٢,١٠ وفيما يلي تفصيل للأطر المنهجية التي اعتمدت عليها الدراسات الامريكية.

#### ■ المناهج المستخدمة:

- الدراسات الامريكية التي اعتمدت على منهج المسح:

(Magsamen-Conrad& Greene,2014; Almenayes, 2015; Liu,2016; Wood, Center& Parenteau,2016 ; Longstreet&

Brooks, 2017 Gerhart,2017; Blackwell et al., 2017; Sleeper,2018; Turel, Brevers & Bechara,2018).

- رصد دراسة واحدة اعتمدت على المنهج الكيفي لتحليل ٥٨٠ تغريدة على تويتر بهدف التعرف على كيفية عمل تكنولوجيا الموقع في تشكيل بعض المعاني وهي دراسة (Dwyer& Fraser,2016)

- كما رصد بعض الدراسات أجرت تحليل من المستوى الثاني للنماذج والدراسات التي تناولت إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومنها دراسات:

(Suissa, 2015; Ostergren et al.,2015;Brand et al.,2016; Shackelford,2018; Robson,2018)

- رصد دراستان اعتمدت على المنهج التجريبي: وهما دراسة (Webb& Wasilick,2015) والتي طبقت برنامج معرفي سلوكي جماعي للتغلب على حدة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ودراسة (Rahwan et al.,2014) والتي درست تأثير الإدمان على التفكير التحليلي والتعلم الاجتماعي.

- رصد دراسة واحدة اعتمدت على المنهج الانثوجرافي لمعرفة تأثيرات المضادات الإنسانية في التخلص من إدمان تطبيقات مواقع التواصل الاجتماعي على الهواتف المحمولة وهي دراسة (Benjamin,2016).

#### ■ العينات :

- اعتمدت العديد من الدراسات على عينات عشوائية وعمدية جمعت منها البيانات بواسطة الاستقصاء بالمقابلة وهي:

(Magsamen-Conrad& Greene,2014; Rahwan et al.,2014; Webb& Wasilick,2015; Almenayes, 2015; Benjamin,2016; Parenteau,2016; Longstreet& Brooks, 2017; Wood, Center & Turel, Brevers & Bechara,2018).

- اعتمدت بعض الدراسات على عينات كرة الثلج جمعت منها البيانات بواسطة الاستقصاء الإلكتروني وهي:

(Liu,2016; Gerhart,2017; Blackwell et al., 2017; Longstreet& Brooks, 2017; Sleeper,2018)

## ■ الأدوات والمقاييس:

- قامت بعض الدراسات بتوظيف مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية وهي كالتالي:

- ◀ مقياس إيمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction لـ Andreassen, Turel, ( ) وُظف في دراسة (Torsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012). (Brevers & Bechara, 2018).
- ◀ مقياس الشخصية لـ كوستا و ماكري (Costa & McCrae, 1992) وُظف في دراسة (Blackwell et al., 2017).
- ◀ مقياس السعادة Oxford Happiness Questionnaire، ومقياس الإجهاد المدرك Perceived Stress Scale وُظفا في دراسة (Longstreet & Brooks, 2017).
- ◀ مقياس الالتزام الديني Religious Commitment Inventory لـ (Worthington et al., 2003) وُظف في دراسات (Almenayes, 2015; Wood, Center & Parenteau, 2016).
- ◀ مقياس الرفاهية الروحانية Spirituality Index of Well-Being لـ (Daaleman & Frey, 2004) وُظف في دراسة (Wood, Center & Parenteau, 2016).

## ب. الدراسات الاوربية:

جدول (٧)  
المناهج والأدوات التي اعتمدت عليها الدراسات الاوربية

الأنسب المنهجية	ك	%	
المنهج المستخدم	المسحي	20	95
	التجريبي	٠	٠
	الكيفي	1	5
	الانثوجرافي	٠	٠
المجموع والنسبة	21	100	
طرق اختيار العينات	بالمقابلة المباشرة	١٩	90
	الاستقصاء الالكتروني	٥	10
المجموع والنسبة	٢٤	100	
الأدوات	مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية	٢٤	١٠٠
	مقاييس من اعداد الباحثين	٠	٠
المجموع والنسبة	٢٤	١٠٠	

يبين جدول رقم (٧) أن أكثر المناهج المستخدمة في الدراسات الاوربية هو المنهج المسحي والذي استخدم بنسبة ٩٢,٣٠% في الدراسات عينة هذا البعد، يليه الكيفي بنسبة ٧,٧٠% ، وفي طرق اختيار العينات جاءت التطبيق بالمقابلة المباشرة عبر الاستقصاء المقنن بنسبة ٧٣% من الدراسات عينة هذا البعد، والتطبيق عبر

الاستقصاء الإلكتروني بنسبة ٢٧%، وفي إطار توظيف الأدوات والمقاييس جاءت توظيف مقاييس سيكومترية المحكمة والسابق تطبيقها بواسطة باحثين آخرين في جميع دراسات هذا البعد وفيما يلي تفصيل للأطر المنهجية التي اعتمدت عليها الدراسات الأوربية.

#### ■ المناهج المستخدمة:

- الدراسات الأوربية التي اعتمدت على منهج المسح بشقة الكمي:

(Kuss&Griffiths,2011; Andreassen, Torsheim, Brunborg& Pallesen, 2012; Masur et al.,2014; Simsek & Sali, 2014; Koc& Gulyagci, 2013; Banjanin et al.,2015; Darcin et al.,2015; Müller et al., 2016; Błachnio, Przepiorka & Pantic, 2016; Bányai et al., 2017; Brailovskaia& Margraf,2017; Ramayah et al.,2017; Runcan, 2017; Andreassen, Pallesen& Griffiths. 2017; Casale, Rugai& Fioravanti,2018; Biolcati et al.,2018; Demircioğlu & Köse, ,2018)

-رصد دراستان جمعت بين الأسلوب الكمي والكيفي في جمع البيانات وهي دراسة (Runcan, 2017) والتي أجريت على مجموعة مركزة تم تنظيمها مع فئتين الأولى مستخدمي الفيسبوك من المراهقين والشباب، أما الفئة الثانية الأخصائيين (المستشارين والمعالجين والقادة الروحانيين)، ودراسة (Maier et al.,2015) والتي استخدمت أداة المقابلة مع ١٢ مفردة وكذلك أداة الاستبيان بالتطبيق على عينة قوامها ٥٧١ من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في ألمانيا.

#### ■ العينات :

-اعتمدت العديد من الدراسات على عينات عشوائية وعمدية جمعت منها البيانات بواسطة الاستقصاء بالمقابلة وهي:

(Kuss&Griffiths,2011; Andreassen, Torsheim, Brunborg& Pallesen, 2012; Simsek & Sali, 2014; Koc& Gulyagci, 2013; Banjanin et al.,2015; Darcin et al.,2015; Maier et al.,2015; Müller et al., 2016; Błachnio& Przepiorka,2016; Ramayah et al.,2017; Runcan, 2017; Andreassen, Pallesen& Griffiths. 2017; Bányai et al., 2017; Biolcati et al.,2018; Kircaburun& Griffiths,2018; Casale, Rugai& Fioravanti,2018; Demircioğlu & Köse, ,2018; Gökçearsan, Uluyol & Şahin,2018 ).

- اعتمدت بعض الدراسات على عينات كرة الثلج جمعت منها البيانات بواسطة الاستقصاء الإلكتروني وهي:

(Masur et al.,2014; Błachnio, Przepiorka & Pantic, 2016; Can& Kaya, 2016; Brailovskaia& Margraf,2017)

#### ■ الأدوات والمقاييس:

-قامت بعض الدراسات بتوظيف مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية وهي كالتالي:

◀ مقياس إدمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction لـ Andreassen, Torsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012 وُظف في دراسات:

( Błachnio, Przepiorka & Pantic, 2016; Brailovskaia& Margraf,2017; Bányai et al., 2017; Biolcati et al.,2018)

◀ مقياس هندن لشدة النرجسية Hendin hypersensitive narcissism scale وُظف في دراسة (Brailovskaia& Margraf,2017)

◀ مقياس الرضا عن الحياة، The satisfaction with life scale، وُظف في دراسة (Brailovskaia& Margraf,2017)

◀ مقياس الوحدة الإصدار الثالث UCLA Loneliness Scale3 وُظف في دراسة (Darcin et al.,2015; Brailovskaia& Margraf,2017)

◀ مقياس الرهاب الاجتماعي Brief Social Phobia Scale وُظف في دراسة (Darcin et al.,2015)

جدول (٨)

المناهج والأدوات التي اعتمدت عليها الدراسات الاسيوية

الأطر المنهجية	ك	%
المنهج المستخدم	المسح	٢٥
	التجريبي	٤
	المستوى الثاني	١
المجموع والنسبة	٣٠	100
طرق اختيار العينة	بالمقابلة المباشرة	٢٧
	الاستقصاء الإلكتروني	٣
المجموع والنسبة	٣٠	100
الأدوات	مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية	٣٠
	مقاييس من اعداد الباحثين	٠
المجموع والنسبة	٣٠	١٠٠

### ج. الدراسات الاسيوية:

يبين جدول رقم (٨) أن أكثر المناهج المستخدمة في الدراسات الاسيوية هي المنهج المسحي والذي استخدم بنسبة ٨٤,٣٧% في الدراسات عينة هذا البعد، يليه التجريبي بنسبة ١٢,٥%، وفي طرق اختيار العينات جاءت التطبيق بالمقابلة المباشرة عبر الاستقصاء المقنن المباشر ٨٤,٣٧% من الدراسات عينة هذا البعد، والتطبيق عبر الاستقصاء الالكتروني بنسبة ٢٧%، بنسبة ١٥,٦٣%، وفي إطار توظيف الأدوات والمقاييس جاءت توظيف مقاييس سيكومترية المحكمة والسابق تطبيقها بواسطة باحثين اخرين في جميع دراسات هذا البعد وفيما يلي تفصيل للأطر المنهجية التي اعتمدت عليها الدراسات الاسيوية

#### ■ المناهج المستخدمة:

-الدراسات الاسيوية التي اعتمدت على منهج المسح بشقة الكمي:

(Hong et al.,2014; Yao& Zhong, 2014; Bian& Leung,2015; Jafri, 2015; Yu, Wu& Pesigan,2016; Tang et al.,2016; Yang et al.,2016; Malik &Rafiq,2016; Sriwilai& Charoensukmongkol, 2016; Ho, Lwin, & Lee, 2017; Hwang ,2017; Ershad& Aghajani, 2017; Balakrishnan & Griffiths,2017; Sahin, 2017; Yu& Shek, 2017; Sharma et al,2017; Shettar et al.,2017; Gao, Liu & Li,2017; Jin, 2015; Wang et al.,2018; Xue et al,2018; Zafar, Lodhi& Shakir, 2018; Pahlevan, Sharif & Yeoh,2018)

- رصد أربع دراسات اعتمدت على المنهج التجريبي وهي:

(Hong& Chiu, 2016; Ali & Lodhi,2017; Sharma & Palanichamy, 2018; Manwong et al.,2018)

-رصد دراسة واحدة أجرت تحليل من المستوى الثاني للنماذج والدراسات التي تناولت إيمان مواقع التواصل الاجتماعي وهي دراسة (Huang,2017).

#### ■ العينات :

-اعتمدت العديد من الدراسات على عينات عشوائية وعمدية جمعت منها البيانات بواسطة الاستقصاء بالمقابلة وهي:

(Hong et al.,2014; Yao& Zhong, 2014; Jin, 2015; Jafri, 2015; Malik &Rafiq,2016; Sriwilai& Charoensukmongkol, 2016; Hong& Chiu, 2016; Ho, Lwin, &Lee, 2017; Hwang ,2017; Ershad& Aghajani, 2017;Balakrishnan & Griffiths,2017; Sahin, 2017; Yu& Shek, 2017; Sharma et al,2017; Shettar et al.,2017; Gao, Liu & Li,2017; Wang et al.,2018; Sharma & Palanichamy, 2018; Manwong et al.,2018; Yang et al.,2016; Zafar, Lodhi& Shakir, 2018; Pahlevan, Sharif & Yeoh,2018)

- اعتمدت بعض الدراسات على عينات كرة الثلج جمعت منها البيانات بواسطة الاستقصاء الإلكتروني وهي:  
(Tang et al.,2016; Yu, Wu& Pesigan,2016; Bian& Leung,2015; Xue et al,2018)
- **الأدوات والمقاييس:**
- قامت بعض الدراسات بتوظيف مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية وهي كالتالي:
- ◀ مقياس إدمان الفيسبوك Bergen Facebook Addiction لـ Andreassen, Torsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012 وُظف في دراسات:  
(Tang et al.,2016; Shettar et al.,2017; Zafar, Lodhi& Shakir, 2018)
- ◀ مقياس روزنبرغ لتقدير الذات Rosenberg's Self-esteem scale وُظف في دراسات:  
(Hong et al.,2014)
- ◀ اختبار الشخصية Lai's personality test وُظف في دراسة (Hong et al.,2014)
- ◀ مقياس الشخصية لـ ساسيور Saucier وُظف في دراسة (Tang et al.,2016)
- ◀ مقياس الدعم الاجتماعي Leung and Lee's online social support scale وُظف في دراسات:  
(Tang et al.,2016; Zafar, Lodhi& Shakir, 2018)
- ◀ مقياس الرضا عن الحياة, The satisfaction with life scale, وُظف في دراسة (Sahin, 2017).

#### جدول (٩)

#### المناهج والأدوات التي اعتمدت عليها الدراسات العربية

الأطر المنهجية			
المنهج المستخدم	المسح	١٣	٧٦,٤٧
	التجريبي	٣	١٧,٦٥
	المستوى الثاني	١	٥,٨٨
المجموع والنسبة		١٧	١٠٠
طرق اختيار العينة	بالمقابلة المباشرة	١٤	٨٢,٣٥
	الاستقصاء الإلكتروني	٣	١٧,٦٥
المجموع والنسبة		١٧	١٠٠
الأدوات	مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية	٢	١١,٧٧
	مقاييس من اعداد الباحثين	١٥	٨٨,٢٣
المجموع والنسبة		١٧	١٠٠

#### د. الدراسات العربية:

يبين جدول رقم (٩) أن أكثر المناهج المستخدمة في الدراسات العربية هي المنهج المسحي والذي استخدم بنسبة ٩٢,٣٠% في الدراسات عينة هذا البعد، يليه الكيفي بنسبة ٧,٧٠% ، وفي طرق اختيار العينات جاءت التطبيق بالمقابلة المباشرة عبر الاستقصاء المقنن بنسبة ٧٣% من الدراسات عينة هذا البعد، والتطبيق عبر الاستقصاء الإلكتروني بنسبة ٢٧%، وفي إطار توظيف الأدوات والمقاييس جاءت توظيف مقاييس سيكومترية المحكمة والسابق تطبيقها بواسطة باحثين آخرين في جميع دراسات هذا البعد وفيما يلي تفصيل للأطر المنهجية التي اعتمدت عليها الدراسات العربية

#### ■ المناهج المستخدمة:

-اعتمدت غالبية الدراسات العربية على منهج المسح بشقة الكمي وهي:

(بشرى، ٢٠١٤؛ سعودي، ٢٠١٤؛ يوسف، ٢٠١٥؛ بن جديدي، ٢٠١٦؛ مؤيد، ٢٠١٦؛ أبو هدروس، ٢٠١٦؛ عمران، ٢٠١٧؛ العازمي & المرتجي، ٢٠١٧؛ دغيري، ٢٠١٧؛ Hawi & Samaha, 2017؛ Mahamid & Berte, 2018؛ Saud, et, al, 2019؛ Alhassan et al., 2018).

- رصد ثلاث دراسات اعتمدت على المنهج التجريبي، طبقت من خلاله برامج إرشادية معرفية نفسية لخفض مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وهي: (بنهان، ٢٠١٥؛ أبو هدروس، ٢٠١٦؛ حسن، ٢٠١٨).

-رصد دراسة واحدة أجرت تحليل من المستوى الثاني للنماذج والدراسات التي تناولت إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وهي دراسة (علم الدين، ٢٠١٨).

#### ■ العينات :

-اعتمدت العديد من الدراسات على عينات عشوائية وعمدية جمعت منها البيانات بواسطة الاستقصاء بالمقابلة وهي:

(بشرى، ٢٠١٤؛ سعودي، ٢٠١٤؛ يوسف، ٢٠١٥؛ بن جديدي، ٢٠١٦؛ بنهان، ٢٠١٥؛ مؤيد، ٢٠١٦؛ أبو هدروس، ٢٠١٦؛ عمران، ٢٠١٧؛ العازمي & المرتجي، ٢٠١٧؛ دغيري، ٢٠١٧؛ لموشي، ٢٠١٧؛ Mahamid & Berte, 2018؛ علم الدين، ٢٠١٨؛ Saud, et, al, 2019)

- اعتمدت بعض الدراسات على عينات كرة الثلج جمعت منها البيانات بواسطة الاستقصاء الإلكتروني وهي: (مؤيد، ٢٠١٦؛ Hawi & Samaha, 2017؛ Alhassan et al., 2018).

## ■ الأدوات والمقاييس:

- لم توظف الدراسات العربية مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية، أما الدراسات المصرية فلم يرصد إلا دراستان حرصت توظيف بعض المقاييس بعد إجراء تحليل عاملي توكيدي لها وهي دراسة (مؤيد، ٢٠١٦ ؛ حسن، ٢٠١٨).

## ■ مقارنة التوجهات البحثية الأربعة يتضح ما يلي:

- اعتمدت غالبية الدراسات والبحوث الأمريكية والأوروبية والآسيوية والعربية على منهج المسح.
- اتفقت الدراسات الثلاثة الأمريكية والآسيوية والعربية في توظيف المنهج التجريبي في إطار الدراسات التي تناولت العلاج النفسي والمعرفي والسلوكي لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي.
- تبين عدم اعتماد الدراسات الأوروبية على المنهج التجريبي، كذلك تبين عدم اعتمادها على أسلوب التحليل من المستوى الثاني للأدبيات التي درست إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.
- في إطار الدراسات التي أجريت في الدراسات الآسيوية تبين عدم اعتمادها على أسلوب التحليل من المستوى الثاني للأدبيات التي درست إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.
- لم تستخدم غالبية الدراسات والبحوث العربية أدوات منهجية تتوافق مع طبيعة البيئة الافتراضية ودور المستخدم في هذا السياق، مثل الاستقصاء الإلكتروني، والأثنوجرافيا الافتراضية، والمناقشات الافتراضية، وتحليل التغريدات.
- طبقت غالبية الدراسات والبحوث عينة الدراسة أدواتها على عينات من طلاب الجامعة ممن يتراوح أعمارهم ما بين ١٨-٢٦ سنة.
- اتفقت الدراسات الأوروبية والآسيوية في تطبيق الأدوات على عينات كبيرة الحجم تجاوزت الف مفردة، مقابل الدراسات الأمريكية والعربية والمصرية التي اتفقت في تطبيق الأدوات على عينات تتراوح ما بين مئة مفردة إلى اربع مئة مفردة.
- اتجهت الدراسات الأمريكية والأوروبية والآسيوية على توظيف مقاييس محكمة ذات شروط سيكومترية، في حين تبين عدم اعتماد الدراسات والبحوث التي أجريت في البيئة العربية على أي مقياس أما الدراسات المصرية فلم يرصد إلا دراسة واحدة حرصت توظيف بعض المقاييس بعد إجراء تحليل عاملي توكيدي لها.

## ■ الرؤية النقدية والاجندة البحثية التي تقترحها الدراسة:

في ضوء التحليل النقدي للاتجاهات البحثية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي أمكن تحديد الموضوعات والقضايا والاطر النظرية والمنهجية التي ركزت عليها الدراسات الأمريكية والأوروبية والأسبوية والعربية، وهو ما مكن الباحث من اقتراح اجنده بحثية تم استخلاصها من العرض التحليلي النقدي:

#### ◀ في مجال التأثيرات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

- تبين من خلال التحليل النقدي وجود اتجاه بحثي يرى أن الإدمان يستند إلى قابليات إدمانية أو شخصيات إدمانية، فالسلوك الفردي على مواقع التواصل الاجتماعي يرتبط ارتباطاً كبيراً بشخصية المستخدم، ومن ثم فإن الناس جميعاً ليسوا عرضة للإدمان بما يتفق مع تعريف الإدمان كاضطراب، وإنما يتوقف ذلك على طبيعة كل شخصية، فهذا الاتجاه يرى أن السمات الشخصية بمثابة عوامل تتنبأ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وفي إطار ذلك حاولت عديد من الدراسات الربط بين الإدمان والسمات الشخصية والتأثيرات النفسية المترتبة على ذلك، استناداً إلى أطر نظرية سيكولوجية تنظر إلى الإدمان على أنه استجابة هروبية من الإحباطات ورغبة في النسيان بهدف الحصول على لذة بديلة مباشرة تحقق الإشباع، وقد حظي هذا الاتجاه باهتمام دراسات الدراسات الأوروبية والأسبوية مقابل عدم اهتمام من قبل الدراسات الأمريكية والعربية والمصرية، لذا **تقترح الدراسة** بحث التأثيرات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، واستكشاف علاقة الإدمان بالسمات الشخصية الكبرى (العصابية؛ الانبساطية؛ المنفتحة؛ المقبولية؛ يقظة الضمير)، لمعرفة ما إذا كانت المتغيرات السابقة تشكل نموذجاً سببياً يفسر هذه العلاقة ومعرفة أكثر السمات الشخصية إدماناً لمواقع التواصل الاجتماعي.
- كما تبين من خلال التحليل النقدي وجود اتجاه بحثي اهتم بدراسة تأثير الإدمان على معدلات تقدير الذات ودرجة الرضا عن الحياة، وافترض أصحاب هذا الاتجاه أن العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والسعادة النفسية غالباً ما تكون تبادلية وثنائية الاتجاه، وقد حظي هذا الاتجاه باهتمام من قبل الدراسات الأسبوية مقابل ضعف اهتمام الدراسات الأوروبية والأمريكية والعربية، في حين لم تهتم الدراسات المصرية بهذا الاتجاه لذا **تقترح الدراسة** دراسة التأثيرات النفسية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي على معدلات تقدير الذات والسعادة النفسية ومعدل الشعور بالوحدة والقلق لدى طلاب الجامعة، مع تبني مداخل نظرية مثل نظرية المقارنة الاجتماعية، والمزاج العام، والحضور الاجتماعي.
- كما تبين من خلال التحليل النقدي وجود اتجاه بحثي اهتم بدراسة تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الحالة المزاجية (الاكتئاب- والقلق والأرق- الوحدة والخوف)، وقد تبين اهتمام الدراسات الأمريكية والأوروبية والأسبوية بدراسة هذا الاتجاه مقابل قلة اهتمام الدراسات العربية والمصرية لذا **تقترح الدراسة** إجراء مزيد من الدراسات لاختبار العلاقة بين الإدمان والمتغيرات الأربعة الاكتئاب والقلق والوحدة والخوف مع إجراء مقارنة بين الفيسبوك وتويتر واليوتيوب لمعرفة ما إذا كانت المتغيرات

- السابقة تشكل نموذجاً سببياً يفسر هذه العلاقة؟، كما تقترح الدراسة إجراء مزيد من الدراسات في إطار الدراسات المصرية للتعرف على مستوى إدمان (المراهقين/ طلاب الجامعة) لمواقع التواصل الاجتماعي ودلالة إسهام كل من القلق الاجتماعي والأرق والفاعلية الذاتية في التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وتقترح الدراسة أيضاً اختبار إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالوحدة النفسية وبعض العوامل الشخصية لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي.
- تميزت الدراسات الثلاث الأمريكية والأوروبية والأسبوية عن الدراسات العربية المصرية في تبني نماذج تفسيرية، ومنها نموذج خلل المهارات الحياتية لـ (Caplan) والذي يختبر العلاقة بين الإدمان والشعور بالاكتئاب، لذا تقترح الدراسة إجراء دراسات تتناول اختبار هذا النموذج.
  - انفقت الدراسات الثلاث الأمريكية والأوروبية والأسبوية ببحث علاقة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بالاكتئاب، مقابل عدم اهتمام الدراسات المصرية بهذا المنظور، لذا تقترح الدراسة الاتجاه نحو دراسة تأثير إدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي في الاكتئاب ومحاولة اختبار العلاقة المتبادلة بين المتغيرين لاستكشاف إن كان الإدمان يؤدي إلى الإحساس بالاكتئاب أم أن الاكتئاب متغير ينتبأ من خلاله بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، مع تبني مداخل نظرية مثل نظرية الضغوط العامة، ونموذج خلل المهارات الحياتية ونموذج (I-PACE).
  - تبين اهتمام الدراسات الأمريكية باختبار فاعلية متغير الدين والقيم الروحانية في تخفيف المشاعر الإكتئابية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا يتفق مع المنظور الذي بحث علاقة الإدمان بالسمات الشخصية ومنها الشخصيات يقظة الضمير، في حين لم تهتم الدراسات الأوروبية والأسبوية والعربية والمصرية ببحث ودراسة هذا المنظور، لذا تقترح الدراسة إجراء دراسة على طلاب جامعة الأزهر (الكليات الشرعية) لمعرفة ما إذا كان متغير الدين يتوسط في العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتكيف النفسي لديهم، وكذلك اختبار متغيري الشخصية (الأنيساطية ويقظة الضمير) ومعرفة ما إذا كانت المتغيرات السابقة تشكل نموذج سببياً يفسر هذه العلاقة؟.
  - وفي سياق منظور دور الوساطة في الحد من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي تبين من خلال العرض التحليلي عدم تطرق الدراسات الأجنبية والعربية للبحث في مجال التوسط الأبوي الضابط لإدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي، خاصة بوجود اتجاه بحث دور التوسط الأبوي في مجال استخدام الأبناء لوسائل الإعلام الحديثة، ولم تتطرق لمتغير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي تحديداً، وفي سياق استراتيجيات التوسط الأبوي يؤكد (Buckingham et al., 2005) على وجود ثلاثة استراتيجيات يتبعها الآباء في مراقبة استخدام الأبناء لوسائل الإعلام الحديثة: الأولى الوساطة التقييدية Restrictive mediation؛ الثانية الوساطة بالمشاركة Co-viewing mediation؛ الثالثة الوساطة النشطة والفاعلة Active or Instructive mediation والتي من خلالها يتم توعية الأبناء بخطورة الاستخدام المتزايد مواقع

- التواصل الاجتماعي، لذا تقترح الدراسة إجراء دراسات في هذا المنظور لبحث دور الوساطة الأبوية الضابطة لإدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعية.
- اتفقت الدراسات الثلاث الأمريكية والأوروبية والأسبوية في دراسة العلاقة بين الإدمان والشعور بالخوف من الفقد (FOMO)، مقابل عدم اهتمام الدراسات المصرية بهذا الاتجاه، وقد افترضت الدراسات التي تناولت هذا الاتجاه وجود عاملين يتوسطين في إحداث التأثير: العامل الأول الوحدة النفسية حيث تعد أحد المتغيرات المستقلة المؤثرة على الإدمان؛ أما العامل الثاني فهو العزلة الاجتماعية والتي تعد متغير تابع للإدمان، كما افترضت أن الأفراد يستخدموا مواقع التواصل الاجتماعي كنوع من التعويض عن الحالة النفسية التي يشعرون بها كمحاولة بناء واقع اجتماعي بديل يسعى من خلاله التغلب على تلك المشاعر النفسية السلبية الداخلية، مما يجعلهم يستخدموا كل ما هو متاح على تلك المواقع كالاتصال والمشاركة بهدف التعويض، ونتيجة لذلك لا يستطيع الأفراد التخلي عن مواقع التواصل الاجتماعي خشية من فقد الاتصال بالأصدقاء و فقده لمعلومات تم نشرها في الواقع البديل الذي صنعوه بأنفسهم، ونتيجة لذلك يدمنوا استخدامها وهو ما يسبب لهم حالة من العزلة الاجتماعية، والتي يقصد بها انعزال الأفراد عن الآخرين، وعدم الاتصال بهم وعدم الانضمام لهم، والبقاء في أغلب الأوقات منفردين وحيدين، ولديهم شعور بعدم الارتباط بمعايير المجتمع وثقافته، لذا تقترح الدراسة إجراء دراسات تختبر العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومعدل الشعور بالوحدة النفسية والقلق الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لمعرفة ما إذا كانت المتغيرات الثلاثة تشكل نموذجاً سببياً يفسر هذه العلاقة؟
  - وفي ذات السياق المرتبط بالإدمان والشعور بالخوف بحثت إحدى الأدبيات الأوروبية علاقة الإدمان بالتفكير ما راء المعرفي والشعور بالخوف FOMO من الفقد الاجتماعي، وقد افترضت بوجود بعض الاستراتيجيات لدى الأفراد يلجأوا لها عند تفاعلهم مع مواقع التواصل الاجتماعي، فمعتقدات الأفراد حول فاعليتهم الذاتية تحدد مستوى الدافعية لهم وترفع من قدرتهم على مواجهة المشكلات المرتبطة بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، فكلما ارتفعت ثقة الأفراد بأنفسهم زاد إصرارهم على تخطي الشعور بالخوف من فقد الاتصال بالأصدقاء في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي، والعكس في حال انخفاض الذات زاد درجة خوفهم، مما يجعلهم يدمنوا الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي ولا يستطيعوا الابتعاد عنها لفترات طويلة، لذا تقترح الدراسة إجراء مزيد من الدراسات تتناول هذا المتغير لمعرفة مدى وجود علاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والمهارات ما وراء المعرفية والشعور بالخوف من الفقد الاجتماعي.
  - اتفقت الدراسات الثلاث الأمريكية والأسبوية والعربية والمصرية في رصد الأدبيات والنماذج النفسية التي استهدفت تقديم نموذج نفسي معرفي اجتماعي لعلاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وكذلك في إجراء دراسات تجريبية علاجية، لذا تقترح

الدراسة إجراء مزيد من الدراسات النقدية والتجريبية توضح أبرز النماذج النفسية والعلاجية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

■ رُصد في إطار التحليل النقدي نموذج التفاعل الشخصي المعرفي الانفعالي (I-PACE) الذي يعد أحدث النماذج التي تم توظيفها في مجال الدراسات الأمريكية والأوروبية، لذا **تقترح الدراسة** إجراء دراسات تتناول التعرف على أسباب الإدمان النفسية والاجتماعية في إطار هذا النموذج، كذلك إجراء مزيد من الدراسات تهدف تقديم برامج نفسية ومعرفية علاجية للحد من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب المدارس من قبل أخصائيي الإعلام التربوي.

#### ◀ في مجال التأثيرات الاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

■ تبين اهتمام الدراسات الأوروبية والآسيوية بدراسة منظور تأثير الإدمان في العلاقات الاجتماعية، وندرة في الدراسات العربية، مقابل عدم اهتمام الدراسات الأمريكية والمصرية، وقد انطلقت الدراسات التي تناولت هذا الاتجاه من فرضية أن مدمني مواقع التواصل الاجتماعي يعانون من مشاكل اجتماعية ونفسية، ناتجة عن فشل في العلاقات الاجتماعية داخل محيط الأسرة أو مع الأصدقاء، يدفعهم ذلك إلى الشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية، لذا يحاولوا تعويض ذلك عن طريق بناء روابط اجتماعية بديلة، إلا أن النتيجة تكون عكسية حيث يفشل الأفراد في بناء علاقات اجتماعية حقيقية مما يخلق لديهم حالة من العزلة في الواقع الافتراضي، إضافة إلى عزلة في الواقع الاجتماعي المادي فعلى الرغم من أن مواقع التواصل الاجتماعي أداه للتواصل ولمساعدة الآخرين وعامل في بناء رأس المال الاجتماعي، إلا أن الأفراد حينما يكونوا منشغلين بها بشكل كبير ويستخدموها بإفراط يؤدي ذلك إلى ميلهم للتفاعلات الاجتماعية الافتراضية بدلاً عن العلاقات الواقعية كنتيجة لإدمان استخدامها، لذا **تقترح الدراسة** إجراء دراسات تستهدف دراسة العوامل المؤثرة على إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتأثيرات المترتبة على العلاقات

■ اتفقت الدراسات الثلاث الأوروبية والآسيوية والعربية والمصرية بدراسة منظور تأثير الإدمان في معدلات رأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي، وقد تبنت بعضها نظرية الدعم الاجتماعي والتي تفترض أن مواقع التواصل الاجتماعي تحقق أربعة أنواع من الدعم هي: العاطفي؛ المعلوماتي؛ السلوكي؛ والرفقة، هذا الدعم الذي تحققه مواقع التواصل الاجتماعي تدفع الأفراد إلى عدم الابتعاد عنها مما يجعلهم يدمنوا استخدامها خشية من فقدان هذا الدعم، لذا **تقترح الدراسة** إجراء مزيد من الدراسات التي تستهدف اختبار العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي والشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية لمعرفة ماذا إذا كانت احد المتغيرات الثلاثة تتنبأ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، مع تبني مداخل نظرية مثل نظرية رأس المال الاجتماعي، ونظرية الحضور الاجتماعي، ونظرية الدعم الاجتماعي، ونظرية الانتماء.

- وفي ذات السياق المرتبط بالإدمان ورأس المال الاجتماعي والدعم الاجتماعي تبنت بعض الدراسات نظرية رأس المال الاجتماعي كإطار تفسيري والتي ترى أن العلاقات التي تتشكل في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي تدور في نمطين: علاقات تواصلية عابرة تتمثل في الروابط والعلاقات الاجتماعية الضعيفة والمؤقتة والتي تتشكل في إطار أبنية اجتماعية متنوعة تجمع بين علاقات المعارف وأصدقاء العمل وأصدقاء الأصدقاء التي بينهم مسافات جغرافية كبيرة بالإضافة إلى عضوية الأفراد في جمعيات العمل التطوعي والمجتمع المدني والنقابات والأحزاب والأندية الرياضية؛ وعلاقات تبادلية قوية وتتمثل في الروابط والعلاقات الاجتماعية القوية التي تتشكل في إطار أبنية اجتماعية مغلقة متجانسة اجتماعيا مثل العلاقات بين أفراد العائلة والأصدقاء المقربين والعلاقات القائمة على رابط الدين أو العرق ويقوم على مبدأ التعامل بالمثل لذا **تقترح الدراسة** دراسة الأبعاد الأخرى المكونة لرأس المال الاجتماعي مثل بعد العلاقات الشخصية وذلك من خلال بحث العلاقة بين إدمان الأفراد للفيسبوك ولينكدان على معدل تكوين رأس المال الاجتماعي وذلك باعتبار الفيسبوك يجمع بين العائلة الأصدقاء والزلاء وهو أقرب للعلاقات التبادلية ولينكدان الذي يجمع بين زملاء العمل وهو أقرب للعلاقات التواصلية.
- تبين وجود ندرة في الدراسات التي تناولت العلاقة بين الإدمان والمسؤولية الاجتماعية، إذ لم يرصد إلا دراسة واحدة جاءت في سياق الدراسات المصرية، لذا **تقترح الدراسة** إجراء مزيد من الدراسات لاختبار العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وتعزيز مشاعر الثقة والمشاركة الاجتماعية والانخراط في العمل التطوعي لدى الشباب.
- يبين التحليل النقدي وجود اتجاه في مجال التأثيرات الاجتماعية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي يرى أن الإدمان له تأثيرات إيجابية تتمثل في تعزيز العلاقات الاجتماعية والمحافظة على الاتصال مع العائلة والأصدقاء، خاصة بين هؤلاء الأفراد التي تفصلهم مسافات جغرافية كبيرة، ويرى أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بهدف البحث عن المعلومات وبناء علاقات إيجابية من شأنه أن يعزز من التفاعلات والعلاقات بين الأفراد في الواقع المادي، ومن ثم يؤثر في بناء وتشكيل رأس المال الاجتماعي، مما يؤثر في القيم الاجتماعية والأخلاقية وطبيعة العلاقات بين الأفراد وبعضهم البعض، لذا **تقترح الدراسة** إجراء مزيد من الدراسات في التعرف على العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ورأس المال الاجتماعي في إطار السمات الشخصية مع تبني نظريتي الاستخدامات والإشباعات ورأس المال الاجتماعي لاختبار العلاقة بين دوافع الاستخدام وطبيعة العلاقات التي تتشكل في إطار مواقع التواصل الاجتماعي وطبيعة السمات الشخصية لدى الأفراد.
- اتفقت الدراسات الآسيوية والعربية والمصرية بدراسة منظور تأثير الإدمان في النسق القيمي، لذا **تقترح الدراسة** إجراء دراسات تستهدف التعرف على العلاقة بين إدمان (الأطفال/ المراهقين) لمواقع التواصل الاجتماعي والنسق القيمي وعلى بناء وتكوين رأس المال الاجتماعي مع تبني مداخل نظرية جديدة مثل نظرية رأس المال

الاجتماعي ، ونظرية الإدراك الاجتماعي، ونظرية الحضور الاجتماعي، ونظرية المقارنة الاجتماعية.

■ اتفقت الدراسات الأوربية والأسبوية بدراسة منظور تأثير الإدمان على اتجاه السلوك الشرائي والتسوق الرقمي، مقابل عدم اهتمام الدراسات الأمريكية والعربية والمصرية بهذا المنظور، وقد بينت الدراسات التي تناولت هذا الاتجاه أن الأفراد يتأثروا بما ينشره المشاهير على صفحاتهم من منتجات قاموا بشرائها، ومن ثم يسعوا إلى تقليدهم من خلال شراء نفس المنتجات بهدف تحقيق صورة مثالية أمام نظرائهم ويشعروا بانهم مثل المشاهير، وهو ما يوقعهم في إدمان آخر وهو إدمان الشراء على الإنترنت **لذا تقترح الدراسة** إجراء دراسات تتناول هذا الاتجاه مع تبني مداخل نظرية مثل نظرية المقارنة الاجتماعية ونظرية الضغوط العامة والمزاج الاجتماعي وتصنيف الذات وتقرير الذات.

■ اتفقت الدراسات الأمريكية والأوربية والأسبوية والعربية ببحث تأثير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الأكاديمي والمهني، وقد اختبرت تأثير بعض المتغيرات النفسية كالوحدة والشعور بالخلج في العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والأداء الأكاديمي والمهني، وقد أظهرت النتائج أن الأفراد الذين يشعرون بالخلج لديهم نشاط مفرط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كنوع من التعويض بهدف تحقيق السعادة، فهؤلاء الأفراد ليس لديهم دافع لبناء علاقات اجتماعية في بيئة مواقع التواصل الاجتماعي وكذلك شبكة علاقاتهم الاجتماعية الواقعية هشّة وضعيفة، ولذا هؤلاء الأفراد الذين لديهم شعور بالخلج؛ يؤثر إدمانهم لمواقع التواصل الاجتماعي في الأداء الوظيفي، حيث تجعلهم لا يلزموا بمواعيد العمل، ولا يبدون درجات مرتفعة في الإنتاجية الوظيفية لاستغراقهم في استخدام أنشطته اتصاليه غير تزامنية تتمثل في متابعة الآخرين، ومشاهدة الصور، ومتابعة الأحداث المختلفة، لذا فهم دائماً في حالة قلق إذا ابتعدوا عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، أما الأفراد الذين يعانون من الوحدة يؤثر إدمانهم لمواقع التواصل الاجتماعي على أدائهم الأكاديمي من ناحية القيام بواجباتهم والالتزام بحضور المحاضرات الدراسية، **لذا تقترح الدراسة** إجراء دراسات تتناول العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الشخصية والشعور بالوحدة والخلج والأداء الأكاديمي لدى طلاب الجامعة لمعرفة ما إذا كانت المتغيرات الخمسة تشكل نموذجاً سببياً يفسر هذا العلاقة؟، كذلك معرفة ما إذا كانت أبعاد الشخصية تتنبأ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

■ وفي ذات السياق المرتبط بتأثير الإدمان في الأداء الأكاديمي والمهني تبين أن أكثر المتغيرات التي تم التركيز عليها في إطار الدراسات الأمريكية والأوربية والأسبوية والعربية تأثير الإدمان في الأداء الأكاديمي، مقابل ضعف في الدراسات التي تناولت تأثير الإدمان في الأداء المهني، **لذا تقترح الدراسة** إجراء مزيد من الدراسات تختبر العلاقة بين الإدمان والأداء المهني في ضوء السمات الشخصية والمتغيرات النفسية لدى الموظفين والعاملين بالقطاعات الحكومية والخاصة.

## قائمة المراجع

### ■ المراجع العربية:

١. أبو هدرس، ياسر. (٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في علاج الإدمان على موقع التواصل الاجتماعي "الفيس بوك" لدى عينة من المراهقات، مجلة الزرقاء للبحوث والدراسات الإنسانية، جامعة الزرقاء، ١٦(٣)، ١١٤-١٣٠.
٢. البداينة، ذياب. (٢٠١٠). التنمية البشرية والإرهاب في الوطن العربي، ط١، الرياض: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
٣. العازمي، أحمد ومرتجي، يوسف. (٢٠١٧). بعض المحددات النفسية لإدمان تطبيقات التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت في ضوء بعض المتغيرات الديمجرافية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٧٣(١)، إبريل، ٦١٩-٦٥٥.
٤. الكحكي، عزة. (٢٠٠٩). استخدام الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية وبعض العوامل الشخصية لدى عينة من الجمهور بدولة قطر، أبحاث المؤتمر الدولي للإعلام الجديد: تكنولوجيا جديدة لعالم جديد، جامعة البحرين، ٧-٩ إبريل، ٢٦٧-٣١٦.
٥. بخيت، السيد. (٢٠١٥). الإشكاليات النظرية والمنهجية لبحوث وسائل التواصل الاجتماعي: قراءة تحليلية، مؤتمر وسائل التواصل الاجتماعي: التطبيقات والإشكالات المنهجية، كلية الإعلام والاتصال، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، ١٠-١١ مارس، ١-٣٠ تم الاسترجاع <https://units.imamu.edu.sa/Conferences/smumc/Document>
٦. بشرى، صمويل. (٢٠١٤). إدمان الفيس بوك بين طلاب كلية التربية في جامعة أسبوط دراسة وصفية تحليلية، مجلة الدراسات التربوية والإنسانية، كلية التربية، جامعة دمنهور، ٦(٤)، ١-٣١.
٧. بن جديدي، سعاد. (٢٠١٦). علاقة مستوى النرجسية بالإدمان على شبكة التواصل الاجتماعي "الفيس بوك" لدى المراهق الجزائري. (رسالة دكتوراه، جامعة محمد خيضر).
٨. بنهان، بديعة. (٢٠١٥). فعالية برنامج تدريبي في إدارة الوقت لخفض مستوى إدمان الفيس بوك وأثره في خفض الوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، جامعة حلوان، ٢١(٤)، أكتوبر، ٦٠٢-٥٢١.
٩. حسن، أميرة. (٢٠١٨). برنامج معرفي سلوكي لعلاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وتحسين المهارات الحياتية لدى عينة من المراهقين في المرحلة الإعدادية. (رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس).
١٠. دغيري، علي. (٢٠١٧). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، ١١(١)، ٨٩-١١٠.
١١. سراج، ثريا. (٢٠٠٧). سوء استخدام الإنترنت وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة: دراسة سيكومترية- إكلينيكية. (رسالة دكتوراه، جامعة الزقازيق).
١٢. سعودي، عبدالكريم. (٢٠١٤). إدمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطلاب الجامعي دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار، دراسات نفسية وتربوية: مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، ٤، ديسمبر، ٤١-٥٢.
١٣. شاهين، محمد. (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي معرفي - سلوكي في خفض إدمان الإنترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين، مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية)، ١٩(٢)، يونيو، ٣٥٩-٣٩٠.
١٤. علم الدين، محمود. (٢٠١٨). إدمان السوشيل ميديا، مجلة المصور، ٤٨٩٧، ١٥ أغسطس تاريخ الاسترجاع ٢٣ سبتمبر ٢٠١٨.
١٥. عمران، خالد. (٢٠١٧). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وأثره على قيم التسامح وقبول الآخر لدى طلاب كلية التربية جامعة سوهاج من وجهة نظرهم، المؤتمر الدولي للجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، ١(١)، ٧٢-١٠٨.
١٦. غلمي، عدلية. (٢٠١٧). إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من سمات الشخصية (العوامل الستة عشر) وظهور بعض الإضرابات السلوكية المرتبطة بالصحة لدى طلاب الجامعة. (رسالة دكتوراه، جامعة باتنة).
١٧. لموشي، حياة. (٢٠١٧). الإدمان على الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى المراهق، مجلة آفاق للعلوم، جامعة الجلفة، ٩، سبتمبر، ٥٦-٦٥.

١٨. مؤيد، هيثم.(٢٠١٦). إيمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمنظومة القيم الاجتماعية والأخلاقية لدى الشباب الجامعي المصري والسعودي: دراسة مقارنة في إطار نظرية رأس المال الاجتماعي، *المجلة العلمية لبحوث الصحافة، كلية الإعلام، جامعة القاهرة*، ٦، إبريل - يونيو، ٢٣٣-٣٥٥.
١٩. يوسف، محمود.(٢٠١٥). إيمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي(الفييس بوك) وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى طلاب جامعة عين شمس في ضوء بعض المتغيرات الديمجرافية، *دراسات عربية في علم النفس، رابطة التربويين العرب*، ١٤(١)، يناير، ٤٤-١.
- **المراجع الأجنبية:**

٢٠. Agarwal, P., & Farndale, E. (2017). High-performance work systems and creativity implementation: the role of psychological capital and psychological safety. *Human Resource Management Journal*, 27(3), 440-458. retrieved from <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1748-8583.12148>.
٢١. Alhassan, A. A., Alqadhib, E. M., Taha, N. W., Alahmari, R. A., Salam, M., & Almutairi, A. F. (2018). The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: a cross sectional study. *BMC psychiatry*, 18(1), 2-4. Retrieved from <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-018-1745-4>
٢٢. Ali, A., & Lodhi, R. N. (2017). How Facebook Addiction Affects the Personal Life of Addict Students and their Family: A Case Study of Pakistan. *Paradigms*, 11(2), ١٨٤-١٨٩. Retrieved from [https://media.proquest.com/media/hms/PFT/1/2LPp5?\\_s=Yp7g3FdOu1H06o1](https://media.proquest.com/media/hms/PFT/1/2LPp5?_s=Yp7g3FdOu1H06o1)
٢٣. Alicea, S. (2015). *Social networks in community colleges: Influences on social capital, academic achievement, employment skills and psychosocial wellbeing*. (Doctoral dissertation, New York University). Retrieved from <https://search-proquest-com.sdl.idm.oclc.org/docview/1688760349?pq-origsite=summon>
٢٤. Almenayes, J. J. (2015). Empirical analysis of religiosity as predictor of social media addiction. *Journal of Arts and Humanities*, 4(10), 44-52. Retrieved from <https://www.theartsjournal.org/index.php/site/article/view/826>
٢٥. Al-Qeisi, K. I. (2009). *Analyzing the use of UTAUT model in explaining an online behaviour: Internet banking adoption*. (Doctoral dissertation, Brunel University), 18. retrieved from <http://bura.brunel.ac.uk/handle/2438/3620>
٢٦. Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological reports*, 110(2), 501-517 Retrieved from <http://journals.sagepub.com/doi/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>
٢٧. Balakrishnan, J., & Griffiths, M. D. (2017). Social media addiction: What is the role of content in YouTube?. *Journal of behavioral addictions*, 6(3), 364-377. Retrieved from <https://akademai.com/doi/abs/10.1556/2006.6.2017.058>
٢٨. Banjanin, N., Banjanin, N., Dimitrijevic, I., & Pantic, I. (2015). Relationship between internet use and depression: focus on physiological mood oscillations, social networking and online addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 43, 308-312. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563214005925>
٢٩. Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., ... & Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLoS One*, 12(1), 1-13. Retrieved from <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0169839>

٣٠. Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Cyberpsychology & behavior*, 4(3), 377-383. Retrieved from <https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/109493101300210286>
٣١. Benjamin, E. (2016). Humanistic Antidotes to Social Media/Cell Phone Addiction in the College Classroom. *Journal of Arts and Humanities*, 5(8), 1-11. Retrieved from <https://www.theartsjournal.org/index.php/site/article/view/978/491>
٣٢. Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61-79. Retrieved from <http://journals.sagepub.com.sdl.idm.oclc.org/doi/10.1177/0894439>
٣٣. Biolcati, R., Mancini, G., Pupi, V., & Mugheddu, V. (2018). Facebook Addiction: Onset Predictors. *Journal of clinical medicine*, 7(6), 2-11. Retrieved from <https://www.mdpi.com/2077-0383/7/6/118>
٣٤. Błachnio, A., & Przepiorka, A. (2016). Dysfunction of self-regulation and self-control in Facebook addiction. *Psychiatric Quarterly*, 87(3), 493-500. Retrieved from <https://link.springer.com/article/10.1007/s11126-015-9403-1>
٣٥. Błachnio, A., Przepiorka, A., & Pantic, I. (2016). Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study. *Computers in Human Behavior*, 55, 701-705. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S074756321>
٣٦. Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69-72. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886917302891>
٣٧. Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2017). Facebook Addiction Disorder (FAD) among German students—A longitudinal approach. *PloS one*, 12(12), 1-15. Retrieved from <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0189719>
٣٨. Brand, M., Laier, C., & Young, K. S. (2014). Internet addiction: coping styles, expectancies, and treatment implications. *Frontiers in psychology*, 5, 1256. Retrieved from <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2014.01256/full>
٣٩. Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., & Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 71, 252-266. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0149763416302627>
٤٠. Buckingham, D., Banaji, S., Carr, D., Cranmer, S., & Willett, R. (2005). The media literacy of children and young people: *A review of the research literature*. Centre for the Study of Children, Youth and Media Institute of Education, University of London. Retrieved from <http://discovery.ucl.ac.uk/10000145/1/Buckinghammedialiteracy.pdf>
٤١. Burwell, C., Lăzăroiu, G., Rothchild, N., & Shackelford, V. (2018). Social Networking Site Use and Depressive Symptoms: Does Facebook Activity Lead to Adverse Psychological Health?. *Linguistic and Philosophical Investigations*, 17, 141-158. Retrieved from <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=663145>

- εϒ. Can, L., & Kaya, N. (2016). Social networking sites addiction and the effect of attitude towards social network advertising. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 235, 484-492. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042816315932>
- εϓ. Casale, S., Rugai, L., & Fioravanti, G. (2018). Exploring the role of positive metacognitions in explaining the association between the fear of missing out and social media addiction. *Addictive behaviors*, 85, 83-87. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0306460318303253>
- εϔ. Costa Jr, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and individual differences*, 13(6), 653-665. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/0191886992902361>
- εο. Daaleman, T. P., & Frey, B. B. (2004). The Spirituality Index of Well-Being: a new instrument for health-related quality-of-life research. *The Annals of Family Medicine*, 2(5), 499-503. Retrieved from <http://www.annfammed.org/content/2/5/499.short>
- εϕ. Darcin, A. E., Noyan, C., Nurmedov, S., Yilmaz, O., & Dilbaz, N. (2015). Smartphone addiction in relation with social anxiety and loneliness among university students in Turkey. *European Psychiatry*, 30, 505. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0924933815303989>
- εϗ. Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563200000418>
- εϘ. Demircioğlu, Z. I., & Köse, A. G. (2018). Effects of attachment styles, dark triad, rejection sensitivity, and relationship satisfaction on social media addiction: A mediated model. *Current Psychology*, 1-15. Retrieved from <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-018-9956-x>
- εϙ. Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75. Retrieved from [https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- οο. Dwyer, R., & Fraser, S. (2016). Addicting via hashtags: How is Twitter making addiction?. *Contemporary Drug Problems*, 43(1), 79-97. Retrieved from <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0091450916637468>
- οο. Eichbaum, Q. G. (2014). Thinking about thinking and emotion: the metacognitive approach to the medical humanities that integrates the humanities with the basic and clinical sciences. *The Permanente Journal*, 18(4), 64-75. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4206174/>
- οϒ. Ershad, Z. S., & Aghajani, T. (2017). Prediction of Instagram social network addiction based on the personality, alexithymia and attachment Styles. *Sociological Studies of Youth*, 8(26), 21-34. Retrieved from [http://ssyj.baboliau.ac.ir/article\\_533425.html](http://ssyj.baboliau.ac.ir/article_533425.html)
- οϓ. Field, J. (2008). *Social capital*, 2<sup>nd</sup>. Ed, London: Routledge,
- οϔ. Gao, W., Liu, Z., & Li, J. (2017). How does social presence influence SNS addiction? A belongingness theory perspective. *Computers in Human Behavior*, 77, 347-355. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563217305198>

٥٥. Gerhart, N. (2017). Technology Addiction: How Social Network Sites Impact our Lives. *Informing Science*, 20, ١٧٩-١٩٤. Retrieved from [http://www.inform.nu/Articles/Vol20/ISJv20\\_p179-194Gerhart3423.pdf](http://www.inform.nu/Articles/Vol20/ISJv20_p179-194Gerhart3423.pdf)
٥٦. Gökçearslan, Ş., Uluyol, Ç., & Şahin, S. (2018). Smartphone addiction, cyberloafing, stress and social support among university students: A path analysis. *Children and Youth Services Review*, 91, 47-54. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S019074>
٥٧. Grohol, J. M. (2017). *Internet addiction guide. psych central*, Last updated: Dec 28. Retrieved from <https://psychcentral.com/netaddiction/>
٥٨. Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students. *Social Science Computer Review*, ٣٥(٥), ٥٧٦-٥٨٦. Retrieved from <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0894439316660340>
٥٩. Hendin, H. M., & Cheek, J. M. (1997). Assessing hypersensitive narcissism: A reexamination of Murray's Narcism Scale. *Journal of research in personality*, 31(4), ٥٨٨-٥٩٩. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0092656697922042>
٦٠. Ho, S. S., Lwin, M. O., & Lee, E. W. (2017). Till logout do us part? Comparison of factors predicting excessive social network sites use and addiction between Singaporean adolescents and adults. *Computers in Human Behavior*, 75, 632-٦٤٢. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563217303710>
٦١. Hong, F. Y., & Chiu, S. L. (2016). Factors influencing Facebook usage and Facebook addictive tendency in university students: The role of online psychological privacy and Facebook usage motivation. *Stress and Health*, 32(2), 117-127. Retrieved from <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/smi.2585>
٦٢. Hong, F. Y., Huang, D. H., Lin, H. Y., & Chiu, S. L. (2014). Analysis of the psychological traits, Facebook usage, and Facebook addiction model of Taiwanese university students. *Telematics and Informatics*, 31(4), 597-606. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0736585314000021>
٦٣. Huang, C. (2017). Time spent on social network sites and psychological well-being: A meta-analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(6), 346-٣٥٤. Retrieved from <https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/cyber.2016.0758>
٦٤. Hwang, H. S. (2017). The Influence of personality traits on the Facebook Addiction. *KSII Transactions on Internet & Information Systems*, 11(2), ١٠٣٢-١٠٤١. Retrieved from <http://www.itiis.org/digital-library/manuscript/1613>
٦٥. Ineme, M. E., Ineme, K. M., Akpabio, G. A., & Osinowo, H. O. (2017). Predictive Roles of Depression and Demographic Factors in social networking addiction: A Cross-Sectional Study of Students in a Nigerian University. *International Journal of Cyber Criminology*, 11(1), 10-23. Retrieved from <http://www.cybercrimejournal.com/Inimeetallvol11issue1IJCC2017.pdf>
٦٦. Jafri, H. (2015). A study on facebook addiction and its relationship with emotional experience and coping strategies. *The International Journal of Indian Psychology*, ٧(٤), ٧-١٤. Retrieved from <http://oaji.net/articles/2015/1170-1439725764.pdf>
٦٧. Jasso-Medrano, J. L., & López-Rosales, F. (2018). Measuring the relationship between social media use and addictive behavior and depression and suicide ideation

among university students. *Computers in Human Behavior*, 87, 183-191. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563218302292>

٦٨. Jin, C. H. (2015). The role of Facebook users' self-systems in generating social relationships and social capital effects. *New Media & Society*, 17(4), 501-519. Retrieved from <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1461444813506977>
٦٩. Kemp, S. (201٩). *Digital in 2019: Global overview*. Retrieved June 10, 2019, Retrieved from <https://wearesocial.com/blog/2019/01/global-digital-report-2019>
٧٠. Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2018). Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking. *Journal of behavioral addictions*, 7(1), ١٠٨-١٧٠. Retrieved from <https://akademai.com/doi/abs/10.1556/2006.7.2018.15>
٧١. Klobas, J. E., McGill, T. J., Moghavvemi, S., & Paramanathan, T. (2018). Compulsive YouTube usage: A comparison of use motivation and personality effects. *Computers in Human Behavior*, 87, 129-139 Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S074756321830270X>
٧٢. Koc, M., & Gulyagci, S. (2013). Facebook addiction among Turkish college students: The role of psychological health, demographic, and usage characteristics. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(4), 279-284. Retrieved from <https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/cyber.2012.0249>
٧٣. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, ١٤(٣), ١-١٧. Retrieved from <https://www.mdpi.com/1660-4601/14/3/311/htm>
٧٤. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International journal of environmental research and public health*, 8(9), 3528-3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
٧٥. Lan, Y. F., & Sie, Y. S. (2010). Using RSS to support mobile learning based on media richness theory. *Computers & Education*, 55(2), 723-732. retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0360131510000758>
٧٦. Leung, L., & Chen, C. (2018). A Review of Media Addiction Research From 1991 to 2016. *Social Science Computer Review*, 1-18 Retrieved from <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0894439318791770>
٧٧. Liu, y., (2016). *From Social Media Uses and Gratifications to Social Media Addiction: A Study of the Abuse of Social Media Among College Students*. (Master Thesis, University of Kansas) Retrieved from <https://search-proquest-com.sdl.idm.oclc.org/docview/1806943761?pq-origsite=summon>
٧٨. Longstreet, P., & Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society*, 50, 73-77. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160791X16301634>
٧٩. Magsamen-Conrad, K., & Greene, K. (2014). Technology addiction's contribution to mental wellbeing: The positive effect of online social capital. *Computers in human behavior*, 40, 23-30. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563214003884>
٨٠. Mahamid, F. A., & Berte, D. Z. (2018). Social Media Addiction in Geopolitically At-Risk Youth. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(1), 1-10. Retrieved from <https://link-springer-com.sdl.idm.oclc.org/article/10.1007%2Fs11469-017-9870-8>

- ⁸¹. Maier, C., Laumer, S., Eckhardt, A., & Weitzel, T. (2015). Giving too much social support: social overload on social networking sites. *European Journal of Information Systems*, 24(5), 447-464. Retrieved from <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1057/ejis.2014.3>
- ⁸². Malik, a., & Rafiq, N. (2016). Exploring the relationship of personality, loneliness, and online social support with internet addiction and procrastination. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 31(1), 93-117. Retrieved from <http://www.pjprnip.edu.pk/pjpr/index.php/pjpr/article/view/356>
- ⁸³. Manwong, M., Lohsoonthorn, V., Booranasuksakul, T., & Chaikoolvatana, A. (2018). Effects of a group activity-based motivational enhancement therapy program on social media addictive behaviors among junior high school students in Thailand: a cluster randomized trial. *Psychology research and behavior management*, 11, 329. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6124457/>
- ⁸⁴. Masur, P. K., Reinecke, L., Ziegele, M., & Quiring, O. (2014). The interplay of intrinsic need satisfaction and Facebook specific motives in explaining addictive behavior on Facebook. *Computers in Human Behavior*, 39, 376-386. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563214003343>
- ⁸⁵. Mubarak, A. R., & Quinn, S. (2017). General strain theory of Internet addiction and deviant behaviour in social networking sites (SNS). *Journal of Information, Communication and Ethics in Society*, 1-13. Retrieved from [https://www-emeraldinsight-com.sdl.idm.oclc.org/doi/full/10.1108/JICES-08-2016-0024](https://www.emeraldinsight-com.sdl.idm.oclc.org/doi/full/10.1108/JICES-08-2016-0024)
- ⁸⁶. Müller, K. W., Dreier, M., Beutel, M. E., Duven, E., Giral, S., & Wölfling, K. (2016). A hidden type of internet addiction? Intense and addictive use of social networking sites in adolescents. *Computers in Human Behavior*, 55, 172-177. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563215301382>
- ⁸⁷. Ostergren, J. E., Dingel, M. J., McCormick, J. B., & Koenig, B. A. (2015). Unwarranted optimism in media portrayals of genetic research on addiction overshadows critical ethical and social concerns. *Journal of health communication*, 20(5), 555-565. Retrieved from <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10810730.2014.999895>
- ⁸⁸. Pahlevan Sharif, S., & Yeoh, K. K. (2018). Excessive social networking sites use and online compulsive buying in young adults: the mediating role of money attitude. *Young Consumers*, 19(3), 310-327. Retrieved from <https://www-emeraldinsight-com.sdl.idm.oclc.org/doi/pdfplus/10.1108/YC-10-2017-00743>
- ⁸⁹. Rahwan, I., Krasnoshtan, D., Shariff, A., & Bonnefon, J. F. (2014). Analytical reasoning task reveals limits of social learning in networks. *Journal of The Royal Society Interface*, 11(93), 1-7. Retrieved from <http://rsif.royalsocietypublishing.org/content/11/93/20131211.short>
- ⁹⁰. Ramayah, T., Ahmad, N. H., Yeap, J. A., & Halim, H. A. (2017). The Role of Narcissism Facets as Predictors of Facebook Addiction Among Millennials. *Indian Journal of Commerce and Management Studies*, 8(2), 1-6. Retrieved from <https://search.proquest.com/openview/2616dcc26c83f8e096e69f7f3d14fd0c/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2032143>

٩١. Robson, T. (2018). Fear of Missing out–an Essential Correlate of Social Networking Site Addiction. *American Journal of Medical Research*, 5(1), 85-90. Retrieved from <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=649041>
٩٢. Rogers, E. M. (2010). *Diffusion of innovations*. 5<sup>th</sup> Ed, New York: Free Press,
٩٣. Rosenberg, M. (2015). *Society and the adolescent self-image*, USA: Princeton university press.
٩٤. Runcan, R. (2017). Psycho-social Risks of Facebook Communication. *Revista de Asistentă Socială*, 2, 87-99. Retrieved from <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=567013>
٩٥. Saud, D. F. A., Alhaddab, S. A., Alhajri, S. M., Alharbi, N. S., Aljohar, S. A., & Mortada, E. M. (2019). The Association Between Body Image, Body Mass Index and Social Media Addiction Among Female Students at a Saudi Arabia Public University. *Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences*, 15(1), 16–22. Retrieved from <http://search.ebscohost.com.sdl.idm.oclc.org/login.aspx?direct=true&db=asn&AN=134413943&site=eds-live>
٩٦. Sahin, C. (2017). The Predictive Level of Social Media Addiction for Life Satisfaction: A Study on University Students. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 16(4), 120-125. Retrieved from <https://eric.ed.gov/?id=EJ1160611>
٩٧. Saucier, G. (1994). Mini-Markers: A brief version of Goldberg's unipolar Big-Five markers. *Journal of personality assessment*, 63(3), 506-516. Retrieved from [https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa6303\\_8](https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa6303_8)
٩٨. Shackelford, V. (2018). The Neurocognitive consequences of Facebook addiction. *American Journal of Medical Research*, 5(1), 97-102. Retrieved from <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=649045>
٩٩. Sharma, M. K., & Palanichamy, T. S. (2018). Psychosocial interventions for technological addictions. *Indian journal of psychiatry*, 60(4), S541- S545. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5844169/>
١٠٠. Sharma, M. K., Rao, G. N., Benegal, V., Thenarasu, K., & Thomas, D. (2017). Technology addiction survey: An emerging concern for raising awareness and promotion of healthy use of technology. *Indian journal of psychological medicine*, ٣٩(٤), ٤٩٥-٤٩٩. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5560000/>
١٠١. Sherman, E. (2011). *Facebook addiction: Factors influencing an individual's addiction*. (Master Thesis, University of Massachusetts Boston). Retrieved from [https://scholarworks.umb.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1004&context=management\\_hontheses](https://scholarworks.umb.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1004&context=management_hontheses)
١٠٢. Shettar, M., Karkal, R., Kakunje, A., Mendonsa, R. D., & Chandran, V. M. (2017). Facebook addiction and loneliness in the post-graduate students of a university in southern India. *International Journal of Social Psychiatry*, 63(4), 325-329. Retrieved from <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0020764017705895>
١٠٣. Simsek, E., & Sali, J. B. (2014). The Role of Internet Addiction and Social Media Membership on University Students' Psychological Capital. *Contemporary Educational Technology*, 5(3), 239-256. Retrieved from <https://eric.ed.gov/?id=EJ1105507>

104. Sleeper, K. L. (2018). *Relationship Satisfaction, Social Anxiety and Smartphone/Social Networking Addiction*. (Master Thesis, Southern Illinois University Edwardsville) Retrieved from <https://search-proquest-com.sdl.idm.oclc.org/docview/2047443558?pq-riqsite=summon>
105. Sriwilai, K., & Charoensukmongkol, P. (2016). Face it, don't Facebook it: impacts of social media addiction on mindfulness, coping strategies and the consequence on emotional exhaustion. *Stress and Health*, 32(4), 427-434. Retrieved from <https://onlinelibrary-wiley-com.sdl.idm.oclc.org/doi/full/10.1002/smi.2637>
106. Srull, T. S. (1987). Memory, Mood, and Consumer Judgment. in NA - Advances in Consumer Research, 14 eds. Melanie Wallendorf and Paul Anderson, Provo, UT: Association for Consumer Research, 404-407. Retrieved from <https://acrwebsite.org/search/view-conference-proceedings.aspx?Id=9825>
107. Sternberg, R. J. (1994). *Thinking and problem solving*, 1st Ed, USA: Academic Press,
108. Suissa, A. J. (2014). Cyberaddictions: Toward a psychosocial perspective. *Addictive behaviors*, 39(12), 1914-1918. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0306460314002585>
109. Suissa, A. J. (2015). Cyber addictions: Toward a psychosocial perspective. *Addictive behaviors*, 39(12), 1914-1918. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0306460314002585>
110. Tang, J. H., Chen, M. C., Yang, C. Y., Chung, T. Y., & Lee, Y. A. (2016). Personality traits, interpersonal relationships, online social support, and Facebook addiction. *Telematics and Informatics*, 33(1), 102-108. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0736585315000532>
111. Turel, O., Brevers, D., & Bechara, A. (2018). Time distortion when users at-risk for social media addiction engage in non-social media tasks. *Journal of psychiatric research*, 97, 84-88. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022395617308750>
112. Venkatesh, V., & Zhang, X. (2010). Unified theory of acceptance and use of technology: US vs. China. *Journal of Global Information Technology Management*, 13(1), 9-17. Retrieved from <http://www.tandfonline.com/doi/pdf>
113. Wang, P., Wang, X., Wu, Y., Xie, X., Wang, X., Zhao, F. & Lei, L. (2018). Social networking sites addiction and adolescent depression: A moderated mediation model of rumination and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 127, 162-167. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886918300746>
114. Webb, M. C., & Wasilick, L. M. (2015). Addressing Social Media Addiction via the Classroom. *Journal of Health Education Teaching Techniques*, 2(3). Retrieved from <https://trove.nla.gov.au/work/200764534?q&versionId=220371261>
115. Wood, M., Center, H., & Parenteau, S. C. (2016). Social media addiction and psychological adjustment: religiosity and spirituality in the age of social media. *Mental Health, Religion & Culture*, 19(9), 972-983. Retrieved from <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13674676.2017.1300791>
116. Xue, Y., Dong, Y., Luo, M., Mo, D., Dong, W., Zhang, Z., & Liang, H. (2018). Investigating the impact of mobile SNS addiction on individual's self-rated health. *Internet Research*, 28(2), 278-292. Retrieved from <https://www.emeraldinsight.com/doi/abs/10.1108/IntR-05-2017-0198>

۱۱۷. Yang, S., Liu, Y., & Wei, J. (2016). Social capital on mobile SNS addiction: a perspective from online and offline channel integrations. *Internet Research*, 26(4), ۹۸۷-۱۰۰۰. Retrieved from <https://www.emeraldinsight.com/doi/abs/10.1108/IntR-01-2015-0010>
۱۱۸. Yao, M. Z., & Zhong, Z. J. (2014). Loneliness, social contacts and social networking addiction: A cross-lagged panel study. *Computers in Human Behavior*, 30, 164-170 . Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563213003063>
۱۱۹. Yu, L., & Shek, D. T. L. (2017). Testing longitudinal relationships between social media addiction and well-being in Hong Kong adolescents: cross-lagged analyses based on three waves of data. *Child Indicators Research*, 1-18. Retrieved from <https://link.springer.com/article/10.1007/s12187-017-9494-3>
۱۲۰. Yu, S., Wu, A. M. S., & Pesigan, I. J. A. (2016). Cognitive and psychosocial health risk factors of social networking addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(4), 550-564. Retrieved from <https://link-springer-com.sdl.idm.oclc.org/article/10.1007%2Fs11469-015-9612-8>
۱۲۱. Zafar, M., Lodhi, I. S., & Shakir, M. (2018). Impact of Personality Traits on Facebook Addiction: The Mediating role of Perceived Social Support. *Journal of Research in Social Sciences*, 6(1), 239-258. Retrieved from <https://search-proquest-com.sdl.idm.oclc.org/docview/2006709795?pq-origsite=summon>
۱۲۲. Zarei, S., Memari, A. H., Moshayedi, P., & Shayestehfar, M. (2016). Validity and reliability of the UCLA loneliness scale version 3 in Farsi. *Educational Gerontology*, ۴۲(۱), ۴۹-۵۷. Retrieved from <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03601277.2015.1065688>
۱۲۳. Zillmann, D. (1988). Mood management through communication choices. *American Behavioral Scientist*, 31(3), 327-340. retrieved from <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/000276488031003005?journalCode=absb>