جامعة يحي فارس بالمدية
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية

الموضوع:

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين التيك توك نموذجا

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي

من إعداد الطالبين:
داودي عبد الكريـــم
بطـــاهر محمد الأمين

تحت إشراف الأستاذ:
عادل بضيـاف

السنـة الجامعيـة: 2023 /2024


بسم الله الرحمن الرحيم

الشكر و العرفان

الْحَمْدُ لله الذِي وفقَنا وأعاننَا على إتمام هذا العمل، وأُصَلِيْ وأُسَلِّمْ عَلَى سَيّدِنَاْ مُحَمّدْ وعَلَى آلِهِ وصَحْبِهِ أَجْمَعِين.

نتقدم بخالص الشكر والتقدير الى مشرفنا الدكتور عادل بضياف، الدكتور عيسى رمانة، والدكتورة باشا ياسمين على دعمهم وارشادهم المستمرين، وعلى صبرهم وتفانيهم في تقديم النصائح القيمة التي كان لها أثرا في انجاز هذه المذكرة.

ولن أنسى عائلتي بجزيل الشكر والعرفان التي كانت خير سند و الداعم الأساسي، وقدمت كل التشجيع و التحفيز طوال المسيرة الدراسية.

كما أتوجه بالشكر لكل أساتذتنا الكرام في جامعة يحي فارس الذين لم يبخلوا علينا بعلمهم وخبرتهم، وقدموا لنا كل الدعم و المساعدة خلال فترة الدراسة.

وأخيرا أتقدم بالشكر لأصدقائي وزملائي الذين شاركونا هذه الرحلة، وكانوا لنا عونا في كل خطوة.

جزاكم الله خير الجزاء، ووفقنا واياكم لما يحبه ويرضاه.

الإهداء

من قال أنا لها ..... نالها

وأنا لها وإن أبت رغما عنها أتيت بها

الحمد لله حبا وشكرا وامتنان على البدء والختام

_ وأخر دعواهم ان الحمد لله رب العالمين _

شيء جميل أن يسعى الإنسان إلى النجاح ويحصل عليه

والأجمل أن يذكر من كان السبب في ذلك.

إلى من كلل العرق جبينه وعلمني أن النجاح لا يأتي إلى بالصبر والإصرار ،إلى النور الذي أنار دربي والسراج الذي لا ينطفي نوره بقلبي أبدا ، من بذل الغالي والنفيس إستمديت منه قوتي واعتزازي بذاتي

والدي العزيز أطال الله في عمره

إلى من جعل الله الجنة تحت أقدامها وسهلت لي الشدائد بدعائها، إلى الإنسانة العظيمة التي طالما تمنت أن تقر عينها برؤيتي في يوم كهذا

والدتي الحبيبة أطال الله في عمرها

إلى ضلعي الثابت وأمان أيامي، إلى من شددت عضدي بهم فكانوا لي ينابيع أرتوي منها، إلى خيرة إيامي وصفوتها إلى قرة عيني، **إخوتي الغاليين**

إلى كل من إلتقيته في مساري الدراسي الذين أمدونا بالعلم ولم يبخلوا علينا، إلى كل من علمني حرفا فلا أنسى له فضلا ، **إليكم أساتذتي**

لكل من كان عونا وسندا في هذا الطريق...للأصدقاء الأوفياء ورفقاء السنين وأصحاب الشدائد، إلى من أفاضني بمشاعره ونصائحه المخلصة إليكم عائلتي

إلى أخي وصديقي **بطاهر محمد الأمين** الذي شارك وصبر معي في إعداد هذا العمل من بدايته إلى نهايته

وإلى من وسعهم قلبي ولم تسعهم ورقتي

أهديكم هذا الإنجاز وثمرة نجاحي الذي لطالما تمنيته، ها أنا اليوم أتممت أول ثمراته بفضل من الله عز وجل فالحمد لله على ما وهبني، وأن يعينني ويجعلني مباركا أينما كنت .

داودي عبـــدالكـــــريـــــــم

الإهداء

"وآخرُ دعوَاهُمْ أنِ الحَمْدُ لله ربِ العالمينْ"

بِسْمِ الله الرَّحْمَنِ الرَّحِيم والصَّلَاةُ والسَّلَامُ على أَشْرَفِ المُرْسَلِينْ

إلى من كان لهم الفضل الكبير في مسيرتي الأكاديمية

إلى والدي العزيز، الذي هو مصدر إلهامي و دعمي الدائم، أبي الذي غرس في نفسي قيم الإجتهاد و العمل.

إلى والدتِي الحبيبة، رمز الحب والتضحية، التي لم تتفانى يوما في تقديم الدعم والرعاية لي في كل خطوة من خطوات حياتي.

حفظكم الله لي.

إلى إخوَتي وأخَواتِي الأعِزَّاء، الذينَ كانوا سنداً لي بروحهم ودعائهم المستمر.

إلى كل أَساتِذتي الأفَاضِلْ،الذينَ لم يبخلوا علي بعلمهم وخبرتهم.

إلى كل أصدقائِي وزُملائِي، داخل وخارج الجامعة ستبقونَ الأفضلْ.

إلى **داودي عبد الكريم** رفيقُ الدّرب.

"وفوقَ كلِّ ذِي علمٍ عَليمْ"

بطــاهر محمد الأمــين

الفهرس

الفهرس	الصفحة
الشكر و العرفان	
الإهداء	
الفهرس	
قائمة الجداول	
الملخص	
مقدمة	أ
الجانب النظري للدراسة	4
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	5
1. إشكالية الدراسة	6
2. فرضيات الدراسة	9
3. أهمية الدراسة	9
4. أهداف الدراسة	9
5. أسباب إختيار الموضوع	10
6. الدراسات السابقة	11
7. الضبط الإجرائي لمتغيرات الدراسة	13
الفصل الثاني: مواقع التواصل الإجتماعي	17

تمهيد	19
1. تعريف مواقع التواصل الإجتماعي	20
2. نشأة وتطور مواقع التواصل الإجتماعي	21
3. أهمية وخصائص مواقع التواصل الإجتماعي	23
4. أبرز مواقع التواصل الإجتماعي	25
5. سلبيات وإيجابيات مواقع التواصل الإجتماعي	28
6. النظريات المفسرة لظاهرة إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي	30
7. نشأة وتطور التيك توك	31
8. خصائص التيك توك	32
9. إيجابيات وسلبيات التيك توك	34
خلاصة الفصل	37
الفصل الثالث: الرضا عن الحياة	38
تمهيد	40
1. مفهوم الرضا عن الحياة	41
2. المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة	42
3. أبعاد الرضا عن الحياة	43
4. العوامل المساعدة في الرضا عن الحياة	45
5. محددات الرضا عن الحياة	47

6. نظريات الرضا عن الحياة	48
7. الرضا عن الحياة والصحة النفسية للفرد	50
8. علاقة إستخدام التيك توك بالرضا عن الحياة	51
خلاصة الفصل	52
الجانب الميداني للدراسة	53
الفصل الرابع: التطبيقات الميدانية للدراسة	54
تمهيد	56
1. منهج الدراسة	57
2. الدراسة الإستطلاعية	58
3. أهداف الدراسة الإستطلاعية	58
4. مجتمع الدراسة	58
5. عينة الدراسة	59
6. أدوات الدراسة	60
7. الأساليب الإحصائية	61
خلاصة الفصل	62
الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة	63
I. عرض نتائج الفرضيات	65
II. مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات	70

III. الإستنتاج العام وبعض المقترحات	76
خاتمة	79
المصادر والمراجع	82
الملاحق	90

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	مقياس إدمان التيك توك	90
02	مقياس الرضا عن الحياة	92
03	المعالجات الإحصائية لإختبار فرضيات الدراسة	96
04	قائمة المحكمين	99

الملخص

الملخص:

هدفت هذه الدراسة والموسومة ب: إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين، إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والرضا عن الحياة للطلبة الجامعيين، وهذا بعد التحقق من مستوى كل منها لدى عينة الدراسة.

وللتعامل مع هذا الموضوع لجأ ال باحثين إلى المنهج الوصفي، ولجمع البيانات من الميدان تم تطبيق مقياس الرضا عن الحياة ل:" مجدي الدسوقي، 1996" ومقياس ادمان تطبيق تيك توك على عينة من الطلبة مدمني تيك توك ومن كلا الجنسين قوامها:70 طالب وطالبة منهم 29 ذكور 41 إناث.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- يتميز أفراد العينة من الطلبة الجامعيين بمستوى مرتفع من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي
- يتميز أفراد العينة من مدمني تيك توك بمستوى منخفض من الرضا عن الحياة
- توجد علاقة إرتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات متغير إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين.

الكلمات المفتاحية : مواقع التواصل ، التيك توك ، الرضا عن الحياة

Summary :

The aim of this study, titled « Social Media Addiction and its Relationship with Life Satisfaction among University Students, » is to explore the nature of the correlation between social media addiction and life satisfaction among university students, after determining the levels of each within the study sample

To address this topic, the researchers employed a descriptive methodology. Data was collected from the field using the Life Satisfaction Scale by Magdy El-Dessouki (1996) and the TikTok Addiction Scale on a sample of TikTok-addicted students of both genders, comprising 70 students (29 males and 41 females).

The study reached the following conclusions :

- The sample of university students demonstrated a high level of social media ddiction.
- TikTok addicts among the sample showed a low level of life satisfaction.
- There is a statistically significant inverse correlation between the scores of social media addiction and life satisfaction among university students.

Keywords : social media, TikTok, life satisfaction

مقدمـــــة

مقدمـــــــة

تعد مواقع التواصل الاجتماعي من أبرز الظواهر التي ظهرت في العصر الحديث، والتي أثرت بشكل كبير على سلوكيات واتجاهات وممارسات الأفراد والجماعات في مختلف المجالات الحياتية. فمن خلال مواقع التواصل الاجتماعي، يمكن للأفراد التواصل والتفاعل والتعبير والتعلم والترفيه والتسويق والتأثير والتأثر بما يحدث حولهم من أحداث وقضايا واتجاهات. وقد أصبح استخدام مواقع التواصل الاجتماعي جزءاً لا يتجزأ من حياة الكثير من الناس، خاصة الشباب، الذين يقضون ساعات طويلة في تصفح ومشاركة ومتابعة محتويات مواقع التواصل الاجتماعي.

من المعروف أن مواقع التواصل الاجتماعي هي وسائل إلكترونية تمكن المستخدمين من التواصل والتفاعل والتعبير عن آرائهم ومشاركة محتويات متنوعة مع الآخرين، وهي تشمل مواقع مثل فيسبوك،و تويتر، و انستغرام، وسناب شات، وتيك توك، وغيرها.

ومن بين مواقع التواصل الاجتماعي التي اكتسبت شعبية واسعة في السنوات الأخيرة، تبرز منصة تيك توك، والتي تعتمد على مشاركة مقاطع فيديو قصيرة تتنوع ما بين الكوميدية والتعليمية والفنية والاجتماعية وغيرها، تتراوح مدتها بين 15 إلى 60 ثانية، وتحتوي على موسيقى أو صوت أو تأثيرات مختلفة ، وقد اجتذب هذا التطبيق العديد من الشباب الذين يستخدمونه كوسيلة للترفيه .

وقد أثارت هذه المنصة اهتمام العديد من الباحثين والمختصين في مجالات مختلفة، لدراسة تأثيرها على سلوكيات واتجاهات وقيم مستخدميها، وخاصة الشباب، الذين يشكلون الفئة الأكثر نشاطا وتفاعلا على تيك توك. ومن بين الجوانب التي تستحق الدراسة والتحليل، هو علاقة استخدام تيك توك بمستوى الرضا عن الحياة لدى المستخدمين، وهو مؤشر يعكس درجة السعادة والرفاهية التي يشعر بها الفرد نتيجة تلبية احتياجاته وتحقيق أهدافه وتوافقه مع ذاته ومحيطه.

بهدف استكشاف هذه العلاقة، والتعرف على مدى تأثير استخدام تيك توك على الرضا عن الحياة لدى عينة من الشباب الجزائريين، والعوامل المؤثرة في هذا التأثير، سواء كانت إيجابية أو سلبية، وكذلك تقديم بعض التوصيات والاقتراحات لتعزيز الجوانب الإيجابية والحد من الجوانب السلبية لاستخدام تيك توك، نظرنا بجدية لهذه الظاهرة و تأثيراتها ، و هذا ما نسعى لمناقشته في هذه الدراسة ،حيث اعتمدنا على خطة بحث تضمنت ثلاث فصول أولهم مقدمة و أخرهم خاتمة ، و هذا بغية تغطية الجوانب المنهجية ،و النظرية و التطبيقية للدراسة، و على ضوء هذا جاء هيكل الدراسة بالشكل التالي :

الفصل الأول والذي يمثل الإطار المنهجي للدراسة واستعرضنا فيه إلى الإشكالية والتساؤلات، الفرضية، وكذا أهداف و أهمية الدراسة ، و أسباب اختيار الموضوع ،واختتمناه بالمفاهيم المتعلقة بالدراسات ، و الدراسات السابقة.

أما في الفصل الثاني الذي يعد الإطار النظري للدراسة ، تطرقنا فيه إلى مواقع التواصل الاجتماعي ، حيث ذكرنا ماهيتها وأبرز هاته المواقع و ايجابياتها و سلبياتها، و ختاما قمنا بالتعرف على " التيك توك " ذاكرين ايجابياتهو سلبياته و كذا جمهوره .

أما الفصل الثالث التابع للإطار النظري فكان محصورا حول الرضا عن الحياة ، فتطرقنا إلى ماهيته و أبعاده ونظرياته ،إختتمناه بعلاقة إستخدام "التيك توك" بالرضا عن الحياة .

و في الأخير الجانب الميداني الذي قسمناه الى فصلين: الفصل الرابع للتطبيقات الميدانية للدراسة ، و تطرقنا فيه إلى منهج، مجتمع، عينة وأدوات الدراسة ، ثم الدراسة والأهداف الاستطلاعية ، بعدها الأساليب الإحصائية ، والفصل الخامس مخصص لعرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة ختاما بإستنتاج عام حول دراستنا مع توصيات وحلول ومقترحات.

الجانب

النظري للدراسة

الفصل الأول :

الإطار العام

للدراسة

الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. أسباب إختيار الموضوع
6. الدراسات السابقة
7. الضبط الإجرائي للمصطلحات

1. إشكالية الدراسة:

وجود معانٍ إيجابية في حياة الفرد يثير لديه دافعية قوية لتحقيق الإنجازات وتجاوز التحديات النفسية مثل الكآبة والقلق والخوف الاجتماعي. يُلاحظ العديد من الباحثين، خاصة في ميدان علم النفس، أهمية التركيز على حل مشاكل الصّحة النّفسية من بينهم "فيكتور فرانكل" و الّذي تحدث عن أهمية البحث عن المعنى في الحياة، حيث يعتبر ذلك البحث دافعًا أساسيًا للإنسان. يؤكد على أنّ تعطل هذا الدافع أو إحباطه يؤدي إلى فقدان المعنى والغرق في الحزن وفقدان الرغبة في الحياة (رحيم، 2001، صفحة 101، 102).

لذلك، يسعى الشباب اليوم إلى إيجاد وسيلة لجعل حياتهم أكثر معنى وإيجابية، خاصة في ظل التكنولوجيا والعولمة والتغيرات العالمية التي أثرت على مجتمعنا العربي بشكل عام و المجتمع الجزائري بشكل خاص مع تحول العالم إلى قرية صغيرة بفضل تقدم تكنولوجيا الاتصال الإلكتروني، حيث ظهرت هذه الوسائل ومن بينها تطبيق التيكتوك والتي أحدثت تغييرا في تفاعل الأفراد وأساليب تواصلهم وتحقق الرضا عن الحياة بالنسبة لمستخدميه، هذا التطبيق فتح الباب للتقارب والتعاون وتبادل الآراء والأفكار، محدثا تأثيرًا في مضمون وشكل العالم الحديث وتعزيز نوعًا جديدًا من التواصل بين المستخدمين و تُعد ظاهرة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بما في ذلك "التيكتوك"، من بين القضايا البارزة في الفترة الحالية، حيث يستحوذ هذا الجانب من التكنولوجيا على انتباه الشباب، التي تعتبر من أكثر الفئات اهتماما وطموحًا، حيث يتسمون بالبحث المستمر عن التجديد والتقدم ، حيث يمكن مشاهدة مدى مساهمة مواقع التواصل الاجتماعي في تجسيد المعنى الحقيقي لحياة الشباب، سواء كانت اقتصادية أو ثقا فية أو اجتماعية، في سياق التواصل على المواقع الاجتماعية، وكذلك في المجتمع العربي بشكل عام، و أثرت هذه الظاهرة على المستخدمين بشكل ملحوظ في جوانب متعددة من حياتهم، يظهر أن تأثير وسائل التواصل الاجتماعي قد أحدث تحولات إيجابية وسلبية في نفسية المستخدمين، حيث أصبح الحديث عن اكتساب المعاني الإيجابية للحياة دافعًا قويًا لتحقيق تلك المعاني وتجاوز التحديات والضغوط. تعتبر قيمة الحياة في هذا السياق مؤشرًا لمدى التحديات والطموحات التي يضعها الفرد أمام نفسه، ويُلقى الضوء على أهمية استكشاف وتحديد الهدف الحقيقي لكل فرد في ظل هذه التحولات والتأثيرات الاجتماعية والثقافية الناجمة عن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ، حيث أن الشباب في الوقت الحالي يسعون بشكل جاد إلى إيجاد وسيلة لجعل حياتهم أكثر معنى وإيجابية، ويأتي هذا في سياق التغيرات العالمية التي أثرت بشكل كبير على مجتمعنا العربي، وبشكل خاص على المجتمع الجزائري ، حيث يشكل تطبيق "تيك توك" بشكله العام واحدة من التقنيات الهامة التي ساهمت في تلبية هذه الاحتياجات ، وبشكله

الخاص "الاتجاه"، كما يتيح هذا النهج للشباب إمكانية التفاعل بشكل فعّال ومبتكر، حيث يشكل هذا الأخير مجتمعًا افتراضيًا يشارك فيه المستخدمون أفكارهم ومشاعرهم مع أولئك الذين يشبهونهم في الآراء والأفكار أو حتى الذين لا يشبهونهم.

أظهرت نتائج الارتباط بين كثافة استخدام الأفراد لمواقع التواصل الاجتماعي والرضا عن الحياة وجود علاقة طردية موجبة بين المتغيرين، أنه كلما زادت كثافة استخدام الفرد لمواقع التواصل الاجتماعي فإن ذلك يؤدي الى زيادة رضاه عن حياته والتي تحمل بدورها أثراً ايجابيا على تراكم رأس المال الاجتماعي . فبالنسبة لهم يعد عامل الرضا عن الحياة أحد أهم مؤشرات السعادة النفسية و جودة الحياة الضرورية من أجل التطور النفسي والاجتماعي لدى الأفراد (عزيز، 2018، صفحة 45) .

فهو بالطبع إحساس داخلي، ينعكس في سلوكيات الفرد وردود أفعاله، كما يدل على طريقة تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها ،و أنه لا توجد فروق أساسية بين مفاهيم الرضا عن الحياة، والسعادة الذاتية، والاطمئنان الشخصي، إذن رضا الأفراد عن حياتهم تحدده طبيعة الروابط الاجتماعية التي لديهم، و ذلك عن طريق استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ، وعند تطبيق هذا التفسير على فضاء مواقع شبكات التواصل الاجتماعي، وتحديداً تطبيق تيك توك، يظهر أن الأفراد الّذين يشاركون بنشاط في هذا التطبيق يكونون الأكثر عرضة لتجربة الروابط الاجتماعية والشعور بالسعادة النفسية. وهذا الاستنتاج يتماشى مع نتائج دراسات أخرى التي أُجريت حول استخدام الشباب والمراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي.

يبدو أن تطبيق التيك توك يمثل بيئة تفاعلية تشجع على التواصل الاجتماعي الإيجابي ،و هذا التفاعل يشكل فرصة لبناء روابط اجتماعية قوية ومتنوعة، القدرة على التفاعل بشكل فعّال عبر مقاطع الفيديو والتحديات تعزز الشعور بالانتماء والمشاركة في مجتمع رقمي ديناميكي، حيث تشير الدراسات إلى أن الفعالية العالية في مشاركة المحتوى على تيك توك يمكن أن ترتبط بتحسين الحالة النفسية وزيادة مستويات السعادة لدى المشاركين،فيمكن أن يكون ذلك بسبب المتعة والإبداع الذي يتيحه الموقع، وكذلك بسبب التواصل الايجابي مع المتابعين، وهذه الجوانب تعكس كيف يمكن للمواقع بما في ذلك التيك توك أن تلعب دورا في تقييم الرفاهية النفسية للشباب والطلبة، فالعلاقة بين السعادة الشخصية واستخدام المواقع يمكن أن تكون متبادلة، فالطلبة الذين يملكون مستوى منخفض من الرضا عن الحياة

يسعون للمشاركة في مواقع شبكات التواصل الاجتماعية من أجل رفع وزيادة مستوى سعادتهم التي لا يمكن تحقيقها في محيطهم .

وهناك دراسات عديدة قامت بالبحث ودراسة هذا الموضوع ولنحاول في بحثنا دراسة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي و علاقته بالرضا عن الحياة ، وهذا بإبراز إشكالية هذا الطرح في السؤال الرئيسي التالي:

- **هل توجد علاقة إرتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات متغيري: (الإدمان على موقع تيك توك والرضا عن الحياة) لدى الطالب الجامعي ؟**

وتتفرع منه هذه الأسئلة الفرعية:

- هل يبدي الطلبة الجامعيين درجات مرتفعة من الإدمان على موقع تيك توك ؟
- هل يبدي الطلبة الجامعيين درجات منخفضة من الرضا عن الحياة ؟
- هل توجد فروق في درجات إدمان موقع تيك توك لدى الطالب الجامعي تعزى لعامل الجنس (ذكور/إناث)؟
- هل توجد فروق في درجات الرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي تعزى لعامل الجنس (ذكور/إناث) ؟

2. الفرضيـــات:

الفرضية الرئيسية:

توجد علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات متغيري: (الإدمان على موقع تيك توك والرضا عن الحياة) لدى الطالب الجامعي

الفرضيات الجزئية:

- يبدي الطلبة الجامعيين درجات مرتفعة من الإدمان على موقع تيك توك
- يبدي الطلبة الجامعيين درجات منخفضة من الرضا عن الحياة
- توجد فروق في درجات إدمان موقع تيك توك لدى الطالب الجامعي تعزى لعامل الجنس (ذكور/إناث).
- توجد فروق في درجات الرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي تعزى لعامل الجنس (ذكور/إناث)

3. أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة أهميتها من عدة مبررات علمية وعملية أهمها:

- أنها تمس فئة مهمة فرضتها التغيرات الاجتماعية الحديثة وهي فئة مستخدمي تطبيق "تيك توك" ، والتي أصبحت تمثل أكبر نسبة من أفراد المجتمع.
- تناولت متغيرا حديثا من متغيرات علم النفس الإيجابي وهو معنى الحياة.

4. أهداف الدراسة:

نهدف من خلال هذه الدراسة إلى:

1. الكشف عن مستوى معنى الحياة لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي " تيك توك نموذجا" .

2. الرغبة في معرفة التأثيرات التي تساهم شبكات التواصل الاجتماعي في نشرها لدى أفرادعينة الدراسة ومدى تناسبها مع قيم الرضا عن الحياة في المجتمع الجزائري.

5. أسباب إختيار الموضوع :

- الرغبة في دراسة هذا الموضوع ومعرفة مدى تحقق الرضا عن الحياة لدى مستخدمي التيك توك.
- فهم العوامل التي تزيد أو تنقص من رضا الناس عن حياتهم.
- الرغبة في معرفة ما يبرزه تيك توك من قيم إيجابية وسلبية على الشباب الجزائري.
- يعتبر موضوع الدراسة حيوي إلى جانب قلة الدراسات والبحوث في مجال القيم الأخلاقية.

6. الدراسات السابقة:

يعد عنصر الدراسات السابقة من العناصر الارتكازية الهامة للقيام بأي بحث علمي أو أي دراسة أخر يجب الاعتماد عليها، وبما أنها أساسا لقيام بالبحوث والاعتماد عليها مرجعيا ومنهجيا وسنتطرق لبعض الدراسات السابقة حول متغيرات الدراسة والتي نراها تقترب من موضوعنا وسنتناول هذا بشيء من الشرح والتوضيح، وفقا لما يلي:

- **معنى الرضا عن الحياة عند مستخدمي الفيس بوك** :تهدف الدراسة الحالية و التي تبنتها نرجس زكري و أمال بوعويشة إلى الكشف عن معنى الحياة عند مستخدمي موقع الفيسبوك بجامعة محمد خيضر بسكرة، سنة 2020. وتكمن أهمية الدراسة في كونها تمس فئة عريضة ضمن المجتمع وهم مستخدمي موقع الفيسبوك وكذا متغير حديث من متغيرات علم النفس الإيجابي وهو معنى الحياة، وقد قامتا بالدراسة على 90 طالب وطالبة اختيروا بطريقة قصدية وباعتماد المنهج الوصفي الاستكشافي، وتم تطبيق اختبار معنى الحياة لـ"هارون توفيق الرشيدي" 1996 والذي قام بتقنينه"بشير معمرية"، و ذلك بعد التحقق من ملائمة الأداة للتطبيق على المجتمع المحلي بمنطقة بسكرة من خلال قياس بعض الخصائص السيكومترية له.

يتكون مقياس معنى الحياة من 39 بندا يجاب عنها ضمن أربعة بدائل، يطلب من المفحوص أن يقوم بالإجابة على بنود المقياس بإعطاء تقدير يعبر بوضوح عن اختيارات ه، وهي :لا يعطي الدرجة(0) قليلا : تعطى (درجة

واحدة)، متوسطا: يعطى(درجتين)، كثيرا: تعطى (ثالث درجات) ، وبالتالي تتراوح ردود كل مفحوص بين الصفر وهو يعني: الوجود لمعنى في الحياة 117 :وهي تعني ارتفاع في معنى الحياة.

و كانت نتائج الدراسة عبارة عن أن مستويات معنى الحياة لدى أفراد العينة مختلفة، حيث يحتل مستوى معنى الحياة المرتفع أكبر نسبة، والتي بلغت قيمتها (% 88.38) في حين احتلت المرتبة الثانية مستوى معنى الحياة المعتدل بنسبة (33.33%) وأخيرا مستوى الحياة منخفض بنسبة قدرها (% 77.27) وبالتالي فإن استجابات الأفراد على مقياس معنى الحياة كان بين المرتفع والمعتدل.

و منه نستنتج أن هذه الدراسة عالجت معنى الرضا عن الحياة لدى مستخدمي تطبيق الفيسبوك و الذي بدوره يسقط نتائج هذه الدراسة عن تطبيق التيك توك بصفة عامة لكونه واحد من أكثر التطبيقات المستخدمة لدى الأفراد و المتكون من بعض خصائص تطبيق الفيسبوك.

- قام بلبالي محمد سنة 2020 بدراسة **حول تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على قيم المجتمع الجزائري – تطبيق الفايسبوك على طلبة جامعة أدرار نموذجا.** هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على قيم المجتمع الجزائري الفيسبوك نموذجا من خلال الدراسة على عينة من طلبة الإعلام والاتصال جامعة أدرار، وتنتمي هذه الدراسة إلى البحوث الاستطلاعية، حيث اعتمد فيها على المنهج المسحي، وقد تم جمع البيانات من خلال استمارة الاستبيان، و تم تفريغ بيانات الاستبيان وتحليلها، و تمثل مجتمع البحث في جميع طلبة الاعلام والاتصال بجامعة ادرار المستخدمين لمواقع التواصل الاجتماعي ونظرا لصعوبة الوصول إلى جميع مفردات المجتمع تم اختيار عينة قصدية قوامها 94 مفردة بني الذكور و الإناث منها 34 ذكور و 60 إناث وخلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان أهمها أن النسبة الأكبر من الطلبة المبحوثين تستخدم مواقع التواصل بصفة دائمة.

ويتمثل الفيسبوك الموقع الأكثر استخداما، ويقضي معظمهم حوالي 3 إلى 4 ساعات في تصفحها، أين يتواصلوا مع أصدقائهم أبمساء حقيقية وأخرى وهمية بالإضافة إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تلعب دورا هاما في تعزيز العديد من القيم منها :بر الوالدين، احترام الآخرين، أدب الحوار، ألشجاعة البشاشة والأمانة والبحث العلمي.

و منه نستنتج أن تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على قيم المجتمع الجزائري بالنسبة لهذه الدراسة واضح بشكل كبير ،فبالتالي نتيجة هذا التأثير يؤدي إلى اكتساب أو خسارة قيم لدى الأفراد مما يؤدي عادة إلى عدم أو الرضا عن حياتهم.

- **دراسة جرار سنة 2011 ،وعنوانها "المشاركة بموقع الفيسبوك وعلاقته باتجاهات طلبة الجامعات الأردنية نحو العلاقات الأسرية** " ، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة المشاركة بموقع الفيسبوك وعلاقته باتجاهات الشباب نحو العلاقات الأسرية، على اعتبار أن طبيعة علاقة الشاب بأسرته من أهم المؤشرات على طبيعة تفاعله مع مجتمعه الحقيقي وبالتالي رضاه عن حياته ، ولكون الأسرة أحد أهم الركائز الأساسية لتوارث الذاتية الثقافية للشعوب و استمرارها، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتم استخدام أسلوب المسح (الاستبيان) لجمع البيانات، وتكو الدراسة من جميع الشباب الذين تتراوح أعمارهم ما بين (15–24 سنة) في الأردن، وجرى تحديد حجم عينه الدراسة بـ (384) شاب وشابة، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (15–24 سنة) وقد أظهرت نتائج الدراسة، أن نسبة الشباب الأردني الذي لديه اشتراك في الفيسبوك تبلغ (% 4.74) من مجمل الشباب الأردني، وأن نسبة الذكور المشتركين في الموقع (56 %) وهي أكبر من نسبة مشاركة الإناث %44 وأن ما يقرب من ثالثة أرباع المشتركين يقومون بتفقد الموقع يوميا (8.73%) وأن أكثر من نصف الشباب المشترك في الموقع(4.57 %) يعتقدون أن اشتراكهم قل من الوقت الذي يقضونه مع أسرهم، ويرى (6.45%)من المشتركين أن اشتراكهم في الموقع أثر على حياتهم إيجابيا،و (2.14 %) لم يستطيعوا أن يحددوا فيما إذا كان اشتراكهم في الموقع أثر أو لم يؤثر على حياتهم.

و منه نستنتج أن إذ تمت و أكملت العلاقات الأسرية على أكمل وجه تمت أيضا تفاعله مع المجتمع الخارجي ،و بالتالي يتحقق رضاه عن حياته.

- وفي دراسة أعدها عبد المنعم، الطاهر، وغريب (2016) عن **أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارات التواصل والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الملك فيصل** ، تم بناء استبانة دوافع استخدام شبكات التواصل الاجتماعي ومقياس مهارات التواصل الاجتماعي و مقياس الشعور بالوحدة إعداد سيد عبد العظيم ومحمد عبد التواب (1998) تكونت عينة الدراسة من (200) طالبا وطالبة وطبق الباحثون منهج الدراسة الوصفي الارتباطي ،وتمثل التساؤل الرئيسي في التالي: هل هناك فروق دالة إحصائيا في دوافع استخدام شبكات التواصل تعزي لمتغير الجنس لدى أفراد عينة الدراسة ؟ وعلى رأسها الفيسبوك لأنه الأكثر

استخداما بنسبة 82 % وتوصلت الدراسة إلى أنه ليس هناك فروق بين الجنسين من مستعملي هذه الوسيلة التواصلية في مستوى التواصل والشعور بالوحدة والذي يمثل صورة لعدم الرضا عن الحياة ،فقد كانت نتيجة البحث لدى كلى الجنسيين بنسبة متطابقة تماما حول دوافع استخدم مواقع التواصل الاجتماعي.

و منه نستنتج أن مواقع التواصل الاجتماعي استطاعت أن تأثر عن مهارات التواصل و الشعور بالوحدة النفسية لدى مستخدميها ،و بذلك يتحقق رضا عن الحياة بالنسبة للفئة المقامة عليها الدراسة.

- **الأردنية عن دوافع استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي و اشباعاتها (فيسبوك وتويتر)** استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، حيث صممت استبانة لخدمة أهداف الدراسة، و تكونت عينة الدراسة من 412 طالب وطالبة ، وبينت النتائج أنه لم تكن هناك فروق بين الطالب والطالبات في الإشباعات التي يرغبون في تلبيتها فالطلاب كانت نسبتهم 50.98% و الطالبات بنسبة 49.02%. باختلاف متغير النوع وكانت الإشباعات متقاربة ومتنوعة ما بين الإشباعات المعرفية والنفسية والعاطفية والاجتماعية والاقتصادية.

و منه نستنتج أن دوافع استخدام الطلبة لمواقع التواصل الاجتماعي أدت إلى اشباع رغباتهم من جميع النواحي المراد الوصول إليها و أو التي كانوا يسعون إلى تحقيقها و في نهاية أدى ذلك إلى رضا كل منهم عن حياته.

7. الضبط الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

مواقع التواصل الاجتماعي:

يُمكن تعريف مواقع التواصل الاجتماعي على أنها وسائل اتصال تعتمد بشكل كامل على الإنترنت، حيث يتيح ذلك للأفراد التفاعل والتحدث مع بعضهم البعض، من خلال مشاركة معلومات شخصية، صور، وتسجيلات مسموعة أو مرئية. تعتمد هذه المواقع على مواقع الويب وتطبيقات الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية لتسهيل مشاركة المحتوى بسرعة، مما يمكن من مشاركته في الوقت الفعلي. تستخدم هذه المواقع على مجموعة واسعة من الأجهزة، بما في ذلك الحواسيب والهواتف الذكية والأجهزة اللوحية، من خلال تثبيت التطبيقات المخصصة لها. تتيح مواقع التواصل الاجتماعي تبادل المعلومات الشخصية والمحتوى الوسائطي بسهولة، مع تفاعل الأفراد من خلال مختلف الأجهزة والتطبيقات (مبارك، 2011، صفحة 07).

في البداية، كانت مواقع التواصل الاجتماعي مصممة لتكون وسيلة لتفاعل الأفراد مع أصدقائهم وعائلتهم. مع مرور الوقت، تطور استخدامها لتشمل الشركات التي تسعى للاستفادة من هذه الوسائل للتواصل مع العملاء، وتحقيق التنمية والشهرة والربح. توفر مواقع التواصل الاجتماعي فرصة للاتصال وتبادل المعلومات مع أي شخص في أي مكان حول العالم. يُستخدم أيضًا للبحث عن فرص العمل والتواصل مع أشخاص ذوي اهتمامات مشتركة. تُعتبر هذه المنصات ضرورية للأعمال التجارية للعثور على العملاء، زيادة المبيعات، وتعزيز الحملات الإعلانية. يُسهم استخدام مواقع التواصل في جذب اهتمام الجمهور المستهدف من خلال الإعلانات الترويجية، وتحقيق تفاعل إيجابي وتعزيز العلاقة مع العملاء (تومار، 2012، صفحة 15) .

الرضا عن الحياة:

هي لحالة التي يُفترض فيها أن يحكم الشخص بإيجابية على نوعية حياته الحالية بشكل عام تُعرف بـ "الرضا عن الحياة". يتضمن هذا المفهوم حب الفرد للحياة واستمتاعه بها، وتقديره الذاتي لها بشكل شامل. يعكس الرضا عن الحياة تقبل الشخص لذاته ولأسلوب الحياة الذي يعيشه، وتوافقه مع البيئة المحيطة به. يشمل الرضا عن الحياة الشعور بالقيمة الشخصية، والقدرة على التكيف مع التحديات والمشكلات بشكل يؤثر إيجابيًا على سعادته. يعتبر الرضا عن الحياة هدفًا نهائيًا يسعى إليه الإنسان الراشد لتجنب التوترات والصراعات النفسية، وتحقيق سعادته واستقراره الشخصي (الدسوقى، 1998، صفحة 20)

وهناك بعض المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة، منها:

أ- السعادة :وهي كما يرى تتاركايويكس: إن السعادة تتطلب الرضا الشامل أي الرضا عن الحياة ككل. ويؤيده في ذلك مايكل أرجايل، حيث يرى أنه يمكن فهم السعادة بوصفها انعكاسا لدرجة الرضا عن الحياة أو بوصفها انعكاسا لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة، وشدة هذه الانفعالات.

ب- التدين :يعد من أهم الحاجات المشبعة لدى الإنسان التي تبعث على الشعور بالرضا عن الحياة والإحساس بالسعادة، حيث يعتبره ألبورت حاجة عقلية ونفسية إنسانية موروثة، فمعظم الناس عبر تاريخ البشرية يمارسون شكلا من التدين، ويمثل لهم محددا لهويتهم، وسببا من أجله يعيشون أو في سبيله يموتون.

ج- تقبل الحياة :هو مفهوم عام وشامل، ويشمل قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع ذاته ومع الآخرين المحيطين به.

د- نوعية الحياة :تعرفها منظمة الصحة العالمية بأنها إدراك الفرد لوضعه في الحياة في السياق أو المحيط الثقافي والنظم القيمية التي يعيش فيها وبعلاقته مع أهدافه وتوقعاته ومعاييره وشؤونه. حيث يعتبر مفهوم نوعية الحياة مفهوما شاملا يضم كل جوانب الحياة كما يدركها الأفراد، وهو يتسع ليشمل الإشباع المادي للحاجات الأساسية، أو الإشباع المعنوي الذي يحقق التوافق للفرد (مرسال، 2024) .

العوامل التي تساعد في تحقيق الرضا عن الحياة تشمل:

1. **التقرب إلى الله والتدين** :الاقتراب من الله والتسامح مع الآخرين يسهمان في تعزيز السلام الداخلي والرضا الروحي.
2. **الأوضاع المريحة** :مثل الإقامة في مكان جيد، وضمان الغذاء والدخل المستقر، ووجود توقعات إيجابية للمستقبل.
3. **الصحة الجسدية** :تشمل الحفاظ على صحة الجسد، والابتعاد عن التوتر والقلق، والاهتمام بالوقاية من الأمراض.
4. **العلاقات الاجتماعية** :الحفاظ على علاقات جيدة مع العائلة والأصدقاء، والتواصل الجيد مع المحيط الاجتماعي.
5. **الجو الأسري الملائم**: إيجاد بيئة أسرية صحية ومستقرة.
6. **المشاركة في الأنشطة الترويحية**:الاستمتاع بأوقات الراحة والتسلية.
7. **السعادة الشخصية والظروف الحياتية الملائمة** :الشعور بالسعادة الشخصية وتوفر الظروف المناسبة في الحياة.
8. **الاستقرار النفسي**: الشعور بالاستقرار العاطفي والتفاؤل تجاه المستقبل.

9. **القناعة والرضا:** تقدير الفرد لمستوى حياته والرضا عنه.
10. **الطمأنينة:** الشعور بالطمأنينة النفسية والرضا عن الظروف الحياتية.
11. **الرضا عن الأحوال الاقتصادية:** قبول ورضا الفرد عن الوضع الاقتصادي ومستوى الدخل.

تتكامل هذه العوامل لتسهم في بناء حياة مرفهة ومشبعة بالرضا عن الحياة (مرسال، 2024) .

الفصل الثاني :

مواقع التواصل الإجتماعي

الفصل الثاني : مواقع التواصل الاجتماعي

تمهيد

1. تعريف مواقع التواصل الاجتماعي
2. نشأة وتطور مواقع التواصل الاجتماعي
3. أهمية وخصائص مواقع التواصل الاجتماعي
4. أبرز مواقع التواصل الاجتماعي
5. سلبيات وايجابيات مواقع التواصل الاجتماعي
6. نظريات المفسرة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي
7. نشأة وتطور التيك توك
8. خصائص التيك توك
9. ايجابيات وسلبيات التيك توم

خلاصة الفصل

تمهيد

أدى التقدم التكنولوجي الهائل في مجال الإعلام والاتصال خلال العقود الأخيرة من القرن العشرين إلى ظهور أنماط استخدام جديدة، مما أحدث تحولاً في النموذج التقليدي للاتصال الذي كان يتميز بكونه أحادي الاتجاه ويجعل المتلقي في موقف سلبي. مع التطور المستمر للإنترنت، ظهرت مواقع التواصل الاجتماعي كأداة تواصل جديدة، وسرعان ما أصبحت هذه المنصات الأكثر استخدامًا وانتشارًا في المجتمعات. هذه المواقع تحولت إلى بديل حديث للاتصال التقليدي وأصبحت مصدرًا للمعلومات، حيث توفر للمستخدمين إمكانية الاتصال المباشر، المراسلة الفورية، تحميل الصور والفيديوهات، ومشاركة الروابط والملفات، بالإضافة إلى خدمات الدردشة، البريد الإلكتروني، والمدونات. وبذلك، أصبحت هذه المواقع جزءًا لا يتجزأ من حياة الأفراد والمجتمعات، مما جعل العالم يشبه قرية صغيرة مترابطة. من بين هذه المنصات نجد الفيسبوك، تويتر، إنستغرام، والمنصة الجديدة تيك توك، التي استطاعت أن تثبت وجودها بين المواقع الشهيرة والمستخدمة على نطاق واسع. وتعتبر سهولة الانضمام إلى هذه الشبكات أحد الأسباب الرئيسية لإقبال الشباب عليها، حيث يكفي التسجيل وقبول دعوة للانضمام إلى مجموعات ذات اهتمامات مشتركة، مما يوفر تجربة غنية بالتفاعلات العاطفية والاجتماعية.

1. تعريف مواقع التواصل

تأخذ مواقع التواصل الاجتماعي عدة تسميات منها : المواقع الاجتماعية، شبكات التواصل الاجتماعي، الشبكات الاجتماعية، شبكات الإعلام الاجتماعي، وسائل التواصل الاجتماعي ... وتصنف مواقع التواصل ضمن الجيل الثاني للويب (ويب 2.0). ويذهب الباحثون إلى القول إلى أنها سميت ب" اجتماعية" كونها جاءت من مفهوم بناء المجتمعات. و من تعاريف مواقع التواصل الاجتماعي أكثر شيوعا لدى الباحثين، تعريف" بويد واليسون" الذي يفيد بأن مواقع الشبكات الاجتماعية هي" صنف من المواقع يقدم خدمات تقوم على تكنولوجيا الويب تتيح للأفراد ملمح متاح للعموم (Publicprofile) أو شبه متاح للعموم في إطار نظام محدد، كما تتيح هذه المواقع بناء شبكة من العلاقات والاطلاع على شبكة علاقات الآخرين – قائمة أصدقاء " (الصادق، 2012، صفحة 142) .

تعرف مواقع التواصل الاجتماعي على أنها "الطرق والأدوات التي يمكن بواسطتها تبادل المعلومات والمعارف وإيجاد علاقة إنسانية راقية، وهي تتضمن الوسائل التقليدية والحديثة الإلكترونية (سلطان، 2011، صفحة 9).

عرّفها فايز الشهري بأنها:" منظومة من الشبكات الإلكترونية عبر الإنترنت تتيح للمشترك فيها إنشاء موقع خاص به، ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم نفس الاهتمامات والهوايات (جرار، 2011، صفحة 137).

و عرفها الدكتور ايم نيلامالار الهندي أنها " هي مواقع الشبكة الاجتماعية والخدمات على شبكة الإنترنت التي تسمح للفرد إنشاء ملفه الشخصي أو شبه العام في إطار نظام محدد، ووضع قائمة المستخدمين الآخرين الذين يشتركون في التواصل

وتعرف أيضا بأنها " خدمات توجد على شبكة الويب يتيح الأفراد بناء بيانات شخصية عامة أو شبه عامة خلال نظام محدد، وتمكنهم من وضع قائمة لمن يرغبون في مشاركتهم في الاتصال ورؤية قوائمهم أيضا للذين يتصلون بهم، وتلك القوائم التي يضمها الآخرون خلال النظام (شقرة، 2014، صفحة 58) .

وتعرف بأنها "خدمة متوفرة عبر الانترنت تعمل على ربط عدد كبير من المستخدمين من شتى أرجاء العالم ومشاركتهم وتشبيكهم في موقع الكتروني واحد يتواصلون معا مباشرة ويتبادلون الأفكار والمعلومات ويناقشون قضايا لها أهمية مشتركة بينهم ويتمتعون بخدمات الإخبار والمحادثة الفورية والبريد الالكتروني ومشاركة الملفات النصية والمصورة وملفات الفيديو و الصوتيات (السيد، 2014، صفحة 192)

جاء في قاموس « Odlsi » تعريف شبكات التواصل الاجتماعي أنها: "خدمة إلكترونية تسمح للمستخدمين بإنشاء وتنظيم ملفات شخصية كما تسمح لهم بالتواصل مع الآخرين (دنيا، 2016، صفحة 34).

كما يعرف الباحث "بالاس" مواقع التواصل الاجتماعي على أنها: "برنامج يستخدم لبناء مجتمعات على شبكة الانترنت أين يمكن للأفراد أن يتصلوا ببعضهم البعض العديد من الأسباب (رقاد، 2017، صفحة 87).

من خلال التعريفات السابقة يمكن أن تستخلص إلى تعريف أن شبكات التواصل الاجتماعي في فضاء افتراضي يفتح منافذ للمستخدمين ليعبروا من خلالها عن أفكارهم واتجاهاتهم وآرائهم الشخصية الفردية والجماعية منها ولكل منهم اتجاهه سلبي إيجابي.

مواقع التواصل الاجتماعي هي مواقع للدردشة وتفريغ الشحن العاطفية، كما أنها منعرج مهم في توجهات الشباب إذ أصبحوا يتبادلون وجهات النظر الثقافية والأدبية والسياسية عبرها.

2. نشأة و تطور مواقع التواصل الاجتماعي

خلال سنوات التسعينات راجت صناعة مواقع الانترنت التي تقوم على تزويد مستخدميها بما يبحثون عنه من محتويات عبر شبكة بث مكونة من مواقع انترنت (مرسلة) وعدد كبير يعد بالملايين من متصفحات الانترنت حول العالم تستقبل هذا البث، وبعد ذلك وبالتدريج استطاع مطورو الانترنت أن يستخدموا متصفحات الانترنت لإرسال واستقبال البيانات في نفس الوقت بدلا عن دورها الأصلي كمستقبل للبيانات، بداية بتطبيقات البريد الالكتروني الدردشة ومنتديات الحوار وانتهاء بالتطبيقات الالكترونية الأكثر حداثة وثورة مثل موسوعة الويكيبيديا (وائل، 2011، صفحة 7).

وأول موقع لشبكات التواصل الاجتماعي هو " « classmates.com » انطلق عام 1955 وهو موقع اجتماعي للاتصال والتواصل مع الأصدقاء والمعارف من الروضة حتى الجامعة وعضوية هذا الموقع مجانية، بحيث يستطيع أي شخص أن ينشئ ملفه الشخصي ثم يبحث عن زملاء آخرين ويستطيع من خلاله أن يتصل بأصدقاء فقد الاتصال بهم وان ينظم للمجتمعات المحلية والدردشة في المنتديات (الوعود، 2011–2012، صفحة 32).

وموقع six dageas.com عام 1997 وركز ذلك الموقع على الروابط المباشرة بين الأشخاص، وظهرت في تلك المواقع الملفات الشخصية للمستخدمين وخدمة إرسال الرسائل الخطية بين مجموعة من الأصدقاء ، وبالرغم من توفر تلك المواقع الخدمات مشابهة لما توجد في الشبكات الاجتماعية الحالية إلا أن تلك المواقع لم تستطع أن تدر ربحا لمالكيها وثم إغلاقها، وبعد ذلك ظهرت مجموعة من الشبكات الاجتماعية التي لم تستطع أن تحقق النجاح الكبير بين الأعوام 1999 و 2001، في السنوات اللاحقة ظهرت بعض المحاولات الأخرى لكن الميلاد الحقيقي للشبكات الاجتماعية كما نعرفها اليوم سنة 2002 مع بداية العام ظهرت friendster التي حققت نجاحا دفع جوجل إلى محاولة شراءها 2003 لكن لم يتم التوافق على شروط الاستحواذ في النصف الثاني من نفس العام ظهرت في فرنسا شبكة skyrock كمنصة للتدوين ثم تحولت بشكل كامل إلى شبكة اجتماعية سنة 2007، وقد استطاعت بسرعة تحقيق انتشار واسع لتصل حسب إحصائيات يناير 2008 إلى المركز السابع في ترتيب الشبكات الاجتماعية حسب عدد المشتركين (الشمايلة،وآخرون، 2015، صفحة 200).

ومع بداية 2005 ظهر موقع يبلغ عدد مشاهدات صفحاته أكثر من جوجل وهو موقع ماي سبيس الأمريكي ويعتبر من أوائل وأكبر الشبكات الاجتماعية على مستوى العالم ومعه منافسه الشهير الفيسبوك، والذي بدأ أيضا في الانتشار المتوازي مع ماي سبيس حتى قام فيسبوك عام 2007 بإتاحة تكوين تطبيقات للمطورين، وهذا ما أدى إلى زيادة أعداد المستخدمين فيسبوك بشكل كبير ويعتقد أن عددهم حاليا يتجاوز 900 مليون مستخدم على مستوى العالم.

وعند الحديث عن مراحل تطور الشبكات الاجتماعية في الفضاء المعلومات يجدر الإشارة إلى مرحلتين أساسيتين:

المرحلة الأولى: يمكن وصفها بالمرحلة التأسيسية للشبكات الاجتماعية وهي المرحلة التي ظهرت مع الجيل الأول للويب web1، ومن أبرز الشبكات التي تكونت في هذه المرحلة شبكة مع موقع six degrees.comوهو الموقع الذي منح للأفراد المتفاعلين في إطاره فرصة الحديث عن حياتهم وإدراج أصدقائهم وبدأت فكرة قوائم الأصدقاء عام 1995 وقد أخفق هذا الموقع عام 2000 (زاكي، 2015، صفحة 5).

ومن المواقع التأسيسية للشبكات الاجتماعية أيضا classmates.com الذي ظهر في منتصف التسعينات وكان الغرض منه الربط بين زملاء الدراسة، شهدت هذه المرحلة أيضا مواقع شهيرة أخرى مثل

موقع love journal و موقع cymorld1999 الذي أنشئ في كوريا وموقع Ryze الذي كان يهدف إلى تكوين شبكات اجتماعية لرجال الأعمال لتسهيل التعاملات التجارية، وكان أبرز ما ركزت عليه مواقع الشبكات الاجتماعية في بدايتها خدمة الرسائل القصيرة والخاصة بالأصدقاء وعلى الرغم من أنها وفرت بعض خدمات الشبكات الاجتماعية الحاليةإلا أنها لم تستطع أن تدر ربحا على مؤسسيها (محمد ج.، 2015، الصفحات 34-35).

المرحلة الثانية : وهي مرحلة اكتمال الشبكات الاجتماعية ويمكن التاريخ لهذه المرحلة بالمرحلة الثانية للويب، وقد ارتبطت بتطور خدمات الشبكة بحيث انطلق موقع التواصل الاجتماعي friendister وتم تصميمه ليكون وسيلة للتعارف والصداقات بين مختلف الفئات وفي عام 2003 ظهر موقع ماي سبيس وهو أول موقع تواصل اجتماعي الموثوقة وأكثرها شهرة، كما ظهر موقع linkedin والذي وصل عدد مستخدميه إلى 250 مليون مشترك ثم فيسبوك حيث انطلق رسميا في فبراير عام 2004 (قدورة، 2002، صفحة 17).

3. أهمية و خصائص مواقع التواصل الاجتماعي

أولا: أهميتها

بطبيعة التطور التكنولوجي الحاصل وظهور العديد من التقنيات الحديثة، تلعب مواقع التواصل الاجتماعي دورًا مهمًا في حياتنا، سواء كانت الاجتماعية أو العملية أو حتى التعليمية، فعادة ما يتم استخدامها للتواصل مع الأهل والأصدقاء أو لتعقب الأحداث الجارية على كل المستويات، وربما الأهم من ذلك، للترفيه عن أنفسنا، ولعل كل هذا وذاك هو السبب في أن حوالي 4 مليارات شخص الآن يستخدمون هذه مواقع التواصل في جميع أنحاء العالم، بعبارة أخرى أكثر من 52% من إجمالي سكان كوكب الأرض يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي.

و يمكن تلخيص أهميتها في :

- **التسويق أو الترويج**

تُراهن الشركات بمختلف أحجامها على أهمية مواقع التواصل الاجتماعي في التسويق أو الترويج لمنتجات أو خدمات هذه الشركات؛ حيث تُشير بعض التقارير إلى أن 94% من الشركات تستخدم أو تخطط لاستخدام تلك المواقع للوصول إلى العملاء والمستهلكين، والمساهمة في تحويل المستهلكين

المحتملين إلى واقعيين، والتواصل مع الجمهور ومعرفة ردود أفعالهم وآرائهم حول المنتجات والخدمات المُقدمة، كما تُقدم هذه المواقع ميزة تحديد اهتمامات كل شخص، وتوجيهه إلى الأماكن المناسِبة له، وذلك بحسب تفاعله، فتزوّده دومًا بعناوين الصفحات المناسبة لاهتماماته والمرصودة من خلال نشاطاته على مواقع التّواصل.

- **إكساب المعرفة والخبرات**

تُعد مواقع التواصل الاجتماعي واحدة من أبرز الوسائل التي يُمكن من خلالها الاطلاع على المعلومات الحديثة والمختلفة وإكساب المهارات والخبرات للمستخدمين إما عن طريق البحث أو ظهورها أمامهم بمحض الصدفة أثناء تصفح نوافذها المختلفة، كما تُقدم مواقع التواصل لمستخدميها إمكانية الاطلاع على اهتمامات المستخدمين الآخرين النشطين على هذه المواقع.

- **تطوير الذات للمستخدمين**

تُتيح مواقع التواصل الاجتماعي لمستخدميها إمكانية تطوير الذات وتوسيع المفاهيم وتنمية الإدراك، بالإضافة إلى اكتساب مهارات التواصل والحديث عبر تلك المواقع، وفهم طرق التعبير والكتابة الصحيحة، والتعرف إلى الآخرين بمختلف العادات والتقاليد والأجناس، وتوسيع الإدراك المعرفي والثقافي، كما يُمكن للمستخدمين الاشتراك في مجموعات هادفة كمجموعات تعليم اللغات أو الموسيقى وما إلى ذلك، وهو نوع من تطوير الذات، ولكن من المهم اختيار المجموعة حسب ميولنا وليس لأي اعتبارات أخرى.

- **التفاعل والتواصل المباشر**

تُعتبر مواقع التواصل الاجتماعي من الوسائل الفاعلة التي يُمكن استخدامها في التواصل المباشر، إذ يُمكن لكل صاحب مشروع تجاري أو علامة تجارية التواصل مع المستهلكين، ومعرفة مدى نجاح المشروع وقياس أداء وجودة المنتجات أو الخدمات المُقدمة، ومعرفة صداها على أرض الواقع من خلال تفاعل المستهلكين أو العملاء.

- **توفير الوقت للحصول على وظيفة**

توفر على المستخدمين الوقت والجهد في الحصول على الوظائف المناسبة، إذن يُمكننا القول إن مواقع التواصل المختلفة أصبحت من الضروريات المُلحة في ظل العالم الرقمي المسيطر؛ إذ يتعين على

الباحثين عن عمل تعزيز تواجدهم في صفحاتهم الخاصة على مواقع التواصل الاجتماعي؛ لجذب الشركات التي تبحث عن موظفين (مبارك، 2011، صفحة 23).

ثانيا: خصائصها

تكمن أهمية مواقع التواصل الاجتماعي في إتاحة المجال واسعا أمام الإنسان للتعبير عن نفسه ومشاركة مشاعره وأفكاره مع الآخرين، خاصة وأن هناك حقيقة علمية وهي أن الإنسان اجتماعي بطبعه وبفطرته يتواصل مع الآخرين، ولا يمكن له أن يعيش في عزلة عن أخيه الإنسان. وقد أثبتت كثير من الدراسات والبحوث العلمية أن الإنسان لا يستطيع إشباع جميع حاجاته البيولوجية والنفسية دون التواصل مع الآخرين فحاجاته هذه تفرض عليه العيش مع الآخرين الإشباع هذه الحاجات أما الاحتياجات الاجتماعية فلا يمكن أن تقوم أساسا دون تواصل إنساني مع المحيط الاجتماعي، ولذلك فالإنسان كائن اجتماعي بطبيعته لا يمكن أن يعيش بمفرده. لذا نجد أن لهذه المواقع خصائص محدده منها :.

- **شاملة :** حيث تلغي الحواجز الجغرافية والمكانية، تلغى من خلالها الحدود الدولية، حيث يستطيع الفرد في الشرق التواصل مع الفرد في الغرب من خلال الشبكة بكل سهولة.
- **تفاعلية:** فالفرد فيها كما أنه مستقبل وقارئ فهو مرسل وكاتب ومشارك، فهي تلغي السلبية المقيتة في الإعلام القديم – التلفاز والصحف الورقية وتعطي حيزا للمشاركة الفاعلة من المشاهد والقارئ تعدد الاستعمالات مواقع التواصل سهلة ومرنة ويمكن استخدامها من قبل الطلاب في التعليم، والعالم لبث علمه وتعليم الناس، والكاتب للتواصل مع القراء، وأفراد المجتمع للتواصل وهكذا.
- **سهولة الإستخدام:** فالشبكات الاجتماعية تستخدم بالإضافة للحروف وبساطة اللغة، تستخدم الرموز والصور التي تسهل للمستخدم نقل فكرته والتفاعل مع الآخرين.
- **اقتصادية:** في الجهد والوقت والمال في ظل مجانية الاشتراك والتسجيل فالكل يستطيع امتلاك حيز على الشبكة للتواصل الاجتماعي، وليس ذلك حكرا على أصحاب الأموال، أو حكرًا على جماعة دون أخرى (إبراهيم، 2015، صفحة 67).

4. أبرز مواقع التواصل الاجتماعي

ومن أشهر مواقع التواصل الاجتماعية التي تلقى رواجاً وإقبالاً في عالمنا العربي،من كافة فئات المجتمع ما يأتي:

1.4 الفيسبوك :

أكبر مواقع الشبكات الاجتماعية من ناحية الانتشار والتوسع فقيمته السوقية عالية وتتنافس على ضمه كبرى الشركات نقطة القوة الأساسية في الفيسبوك هي " التطبيقات " التي أتاحت الشبكة فيها للمبرمجين من مختلف أنحاء العالم ببرمجة تطبيقاتهم المختلفة وإضافتها للموقع الأساسي سهل العامل في الفيسبوك المهمة للمبرمجين بإنشاء API – أكراد برمجة مساعدة تختصر الكثير عليهم وتساعدهم في الوصول لملفك الشخصي وبناء تستفيد منه (اللحام،، 2015، صفحة 211).

ويقدم هذا الموقع مجموعة من الخدمات، كلوحة الحائط الوصف اليوميات وإرسال الرسائل، وخدمة تحميل الصور والألبومات والتعليق على الصور والفيديوهات وامتدت شهرة الموقع لتصل إلى المجال الاقتصادي و الخدماتي كوسيلة ناجحة للتسويق، كما دخل المجال الاجتماعي والسياسي بقوة من خلال المجموعات الكثيرة التي وجدت فيه ضالتها من خلال اهتماماتها المشتركة، عن طريق تبادل وجهات النظر ووصولا لضرب المواعيد والدعوة لحضور مكثف للتظاهرات المختلفة أيا كانت كبيعتها ولولا الانترنت بطبيعة الحال، لما تمكنت الشبكات الاجتماعية ومختلف قنوات الإعلام الجديدة من الازدهار والرقي. (غروبة، 2013، صفحة 304)

2.4 التويتر :

من شبكات التواصل الاجتماعي أخد تويتر اسمه من مصطلح " تويت " الذي يعني " التغريد " واتخذ من العصفورة رمزا له، وهو خدمة مصفرة تسمح للمغردين إرسال رسائل نصية قصيرة لا تتعدى (140) حرفا للرسالة الواحدة، ويجوز للمرء أن يسميها نصا موجزا مكثفة لتفاصيل كثيرة، يمكن لمن لديه حساب في هذا الموقع أن يتبادل مع أصدقائه التغريدات من خلال ظهورها على صفحاتهم الشخصية وتتيح إمكانية الردود والتحديات عبر البريد الإلكتروني (صالح، 2011، صفحة 12).

3.4 التيليغرام:

هو تطبيق للتراسل الفوري مجاني ومفتوح المصدر جزئيًا ومتعدد المنصات، يُركز على الأمان والخصوصية. يمكن لمستخدمي تيليغرام تبادل الرسائل المشفرة بما في ذلك الصور، الفيديوهات، والوثائق، ويدعم كافة أنواع الملفات. تأسس التطبيق في عام 2013 من قبل الأخوين نيكولاي وبافيلدوروف، يتميز

بالسرعة والسهولة في الاستخدام، ويمكن استخدامه على جميع الأجهزة في نفس الوقت (الموقع الرسمي لتطبيق التيليغرام).

4.4 السناب شات :

وهو تطبيق تواصل اجتماعي لتسجيل وبث ومشاركة الرسائل المصورة وضعها ايفان شيغل وروبرت مورثي، ثم طلبة جامعة ستانفورد عن طريق التطبيق يمكن للمستخدمين التقاط الصور وتسجيل الفيديو وإضافة نص ورسومات، وإرسالها إلى قائمة التحكم من المتلقين، ومن المعروف أن هذه الصور ومقاطع الفيديو المرسلة على أنها لقطات يعين المستخدمين مهلة زمنية لعرض لقطاتهم من ثانية واحدة إلى 10 ثواني، وبعد ذلك سوف يتم حذف الرسائل من جهاز المستلم وتحذف من الخوادم الخاصة بسناب شات، مبرمجة بعض التطبيقات التي تقوم بحفظ الفيديو المعروض عن طريق مبدأ بسيط وهو اختراق سناب شات بطريقة بسيطة بشكل متكرر تعرض التطبيق المحاولات استحواذ من عدد الشركات ويتميز باللون الأصفر في كافة إعلاناته ودعاياته.

فسناب شات ليس مجرد تطبيق كاميرا للتصوير، بل نمط جديد من الكاميرات تسهم في توصيل الأصدقاء ببعضهم البعض على مستوى العامل، حيث يستخدمه العديد من المستخدمين كل يوم للحديث واللعب والتعلم والتقاط الصور بشكل جديد ومختلف عن طريق خيارات متعددة، ومؤثرات متنوعة بالصوت والصورة تعبيرا عن الحالة المزاجية معتمدا على أهمية الصورة (فرداس زينب، 2020\2021، صفحة 42).

5.4 الانستغرام :

هو تطبيق مجاني لمشاركة الصور عبر الإنترنت ومنصة للشبكات الاجتماعية حيث يسمح للمستخدمين بتحرير وتحميل الصور ومقاطع الفيديو القصيرة.

كما يسمح تطبيق الانستغرام لمستخدميه الإشارة إلى الأصدقاء في الصور التي يتم مشاركتها، ما يزيد التفاعل بين المستخدمين.

6.4 اليوتيوب :

هو أحد المواقع الاجتماعية الشهيرة، والذي استطاع في فترة زمنية قصيرة الحصول على مكانة متقدمة ضمن مواقع التواصل الاجتماعي وخصوصا في دوره المتميز في الأحداث الأخيرة التي جرت و وقعت في أنحاء مختلفة من العالم.

تأسس موقع يوتوب من قبل ثلاثة موظفين (تشاد هولي، ستيف تشن، وجاود كريم) كانوا يعملون في شركة (باي بال) pay palعام 2005 في ولاية كاليفورنيا في الولايات المتحدة الأمريكية، ويعتمد اليوتيوب في عرض المقاطع المتحركة على تقنية أدوب فلاش، ويشتمل الموقع عالم مقاطع متنوعة من أفلام السينما والتلفزيون والفيديو والموسيقى (عليلي، 2015، صفحة 177) .

7.4 التيك توك :

تطبيق تقني يتيح لمستخدميه إنشاء حساب لإعادة صنع نسخ قصيرة لتمثيليات سمعية بصرية مختلفة من الأغاني والمسرحيات والمواقف المشهورة التي تم تسجيلها سابقا بالصوت بحثا عن الإعجاب عن طريق التصويت من بقية المشاهدين المستخدمين لنفس التطبيق (خراب، 2019، صفحة 453)

5. سلبيات و ايجابيات مواقع التواصل الاجتماعي

يمكن تلخيصها في :

<u>أولا:ايجابياتها</u> :

- **الإستخدامات الاتصالية الشخصية**

وهو الاستخدام الأكثر شيوعاً، ولعل الفكرة الأولى للشبكات الاجتماعية اليوم كانت بهدف التواصل الشخصي بين الأصدقاء في منطقة معينة أو مجتمع معين، وهذا الهدف موجود حتى الآن برغم تطور الشبكات الاجتماعية على مستوى الخدمات، وعلى مستوى التقنيات والبرمجيات، ويمكن من خلال الشبكات الاجتماعية الخاصة تبادل المعلومات والملفات الخاصة والصور ومقاطع الفيديو، كما أنها مجال

رحب للتعارف والصداقة، وخلق جو مجتمع يتميز بوحدة الأفكار والرغبات غالبا ، وإن اختلفت أعمارهم وأماكنهم ومستوياتهم العلمية.

- **الإستخدامات التعليمية**

تلعب الشبكات الاجتماعية دوراً في تعزيز العملية التعليمية من خلال تطوير التعليم الإلكتروني حيث تعمل على إضافة الجانب الاجتماعي له والمشاركة من كل الأطراف في منظومة التعليم المدير المدرسة والمعلم وأولياء الأمور والطلاب وعدم الاقتصار على التركيز على تقديم المقرر.

واستخدام الشبكات الاجتماعية يزيد فرص التواصل والاتصال التعليمي فيمكن التواصل خارج وقت الدراسة، ويمكن التواصل الفردي أو الجماعي مع المعلم ما يوفر جواً من مراعاة الفروق الفردية، كما أن التواصل يكسب الطالب الخجول فرصة التواصل مهارات أخرى كالتواصل والاتصال والمناقشة وإبداء الرأي .

- **الإستخدامات الإخبارية**

أتاحت الشبكات الالكترونية نقل الأخبار حال حدوثها ومن مصادرها الرئيسية وبصياغة المرسل نفسه بعيدا عن الرقابة ما يجعلها أحيانا ضعيفة المصداقية لما قد يضاف إليها من مبالغات مقصودة أو غير مقصودة لتهويل الخبر أو تدويله أو تسييسه بغرض التأثير على الرأي العام .

- **الإستخدامات الدعوية**

أتاحت الشبكات الاجتماعية الفرصة للتواصل والدعوة مع الآخرين مسلمين أو غير مسلمين، وانشأ الكثير من الدعاة صفحاتهم الخاصة ومواقعهم الثرية، وهو انتقال إيجابي للتواصل الاجتماعي في ظل أنظمة تعوق التواصل المباشر وتتميز الدعوة عن طريق الشبكات الاجتماعية بالسهولة في الاستخدام و التواصل والتوفير في الجهد والتكاليف (إبراهيم، 2015، صفحة 68)

<u>ثانيا : سلبياتها</u>

من أهم سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي غياب المسئولية الاجتماعية والضبط الاجتماعي اللذان يعدان من أهم مقومات السلوك الاجتماعي والتي تؤدي إلى :

- ❖ نشر الإشاعات والمبالغة في نقل الأحداث.

- ❖ النقاشات التي تبتعد عن الاحترام المتبادل وعدم تقبل الرأي الآخر.
- ❖ إضاعة الوقت في التنقل بين الصفحات والملفات دون فائدة.
- ❖ عزل الشباب والمراهقين عن واقعهم الأسري وعن مشاركتهم في الفعاليات التي يقيمها المجتمع.
- ❖ ظهور لغة جديدة بين الشباب من شأنها أن تضعف لغتنا العربية وإضاعة هويتها.
- ❖ انعدام الخصوصية الذي يؤدي إلى أضرار معنوية ونفسية ومادية (إبراهيم، 2015، صفحة 69).

6. النظريات المفسرة لظاهرة إستخدام مواقع التواصل الاجتماعي

نذكر منها :

- النظرية الحتمية التقنية : لمارشال ماكلوهان في القرن الماضي التي تفترض أن المختارات التكنولوجية المهمة هي التي تؤثر على تكوين المجتمعات وتحديد العلاقات بين الأفراد والجماعات .
- النظرية الحتمية القيمية : التي طرحها أستاذ الإعلام الجزائري عبد الرحمن عزي التي تعزي تأثيرات وسائل الإعلام إلى المنظومة القيمية والفلسفية السائدة في المجتمع التي تحاول مناقضة ماكلوهان عن الحتمية التكنولوجية أملا في الوصول إلى تحديد مدى التأثيرات الفعلية لوسائل التواصل الاجتماعي على العلاقات الأسرية والاجتماعية
- النظرية التفاعلية الرمزية : أكدت على الدور الذي يلعبه التفاعل الاجتماعي في الحياة الاجتماعية لدى الأفراد والجماعات، فقد لاحظوا بأن الناس يدخلون في عملية التفاعل طوال حياتهم التي تعد حلقة اتصال دائمة بين شخصين أو أكثر ، الذي يمكن أن يكون طبيعيا أو رمزيا وذلك حين يتم عن طريق الرموز التي تضم العلامات والإشارات واللغة والكلمات المكتوبة وفقا لما أشار إليه غني ناصر القريشي في كتابه بعنوان «المداخل النظرية لعلم الاجتماع»، أما مصطفى خلف عبد الجواد فيرى في كتابه بعنوان «نظرية علم الاجتماع المعاصر» أن الاهتمام الرئيسي ينصب لمنظري التفاعلية الرمزية على الاتصال الدال على المعنى حيث يولون اللغة جل اهتمامهم ويؤكدون على أن الأفراد يتفاوضون على الأدوار الاجتماعية المتعددة المتوقع منهم القيام به، ومن خلال أفكار العالمين الاثنين جورج هيربرت ميدوجارلس كولي حول التفاعل والاتصال في النظرية التفاعلية الرمزية يتضح بصورة غير مباشرة الوجود الاجتماعي في المجتمع

الافتراضي، فالأفراد يتفاعلون عبر وسائل التواصل الاجتماعي من خلال النص والصوت والصورة والمقاطع المرئية أو الشخصيات الرقمية، وهذه الوسائل تمثل معاني ورموزا لهم، فالمستخدمون يتصرفون في المجتمع الافتراضي من خلال ما تعنيه الأشياء لهم ويتشكل لديهم ذوات إلكترونية من خلال التفاعل مع الآخرين من أجل مصالح وأهداف معينة وإشباع رغباتهم بأقصى درجة ممكنة.

- مدخل نظرية الاستخدامات و الإشباعات : فيهتم بدراسة الاتصال الجماهيري دراسة وظيفية منظمة؛ إذ ترى النظرية بأن الجمهور فعال في انتقاء رسائل ومضمون وسائل التواصل الاجتماعي فالجمهور في نظر المدخل نشط يتعرض لوسائل التواصل الاجتماعي لتلبية حاجات إنسانية متعددة فلا يراهم كمستهلكين سلبيين ولكن هم مسؤولون عن اختياراتهم للوسيلة الإعلامية وكيفية استخدامها، وبذلك فخيارات المستخدم مبنية على فروقات فردية في المصالح والاحتياجات والدوافع التي تشكلت من التعليم والتنشئة والعلاقات العامة بالإضافة إلى اختلاف الثقافات، وقد حدد العالم كاتز الحاجات النفسية والاجتماعية ووزعها على خمس تصنيفات رئيسية هي:

- حاجات معرفية مرتبطة بالمعلومات والمعارف.
- حاجات عاطفية مرتبطة بتعميق وتقوية الجوانب العاطفية عند الفرد.
- حاجات مرتبطة باتساق الشخصية ومكانتها وهي مزيج من الحاجات المعرفية والعاطفية.
- حاجات مرتبطة بالتكامل الاجتماعي وتشكل العلاقات والروابط العائلية.
- الحاجة للهروب من الواقع وتخفيف حدة التوتر النفسي (محمد ج.، 2015، صفحة 48).

7. نشأة و تطور "التيك توك"

بعيدا عن مواقع التواصل الاجتماعي، التي ازدحمت بالآباء والأمهات والأجداد، وحتى الشباب من الأعمار الأكبر ما قبل جيل منتصف التسعينات وأوائل الألفينيات، اتخذ "المراهقين" و"النشء" منفذا لهم، بعيدا عن أعين الرقيب من أفراد العائلة، ليعبروا عن أنفسهم من داخل غرفهم المغلقة، أو في الشوارع المفتوحة، متحدين نظرات استنكار المارة بالرقص والحركات التعبيرية "المتمردة" ونشرها على الإنترنت ليشاهدها ما يقارب الـ 500 مليون مشترك حول العالم على التطبيق الصيني الـ Tik Tokالمملوك لشركة بايت دانس Byte Dance الصينية، التي حققت قيمة سوقية تعد الأكبر على مستوى العالم مقارنة

بمثيلاتها من الشركات الناشئة والتي تقترب من 7.5 مليار دولار، باستغلال أطفال تتراوح أعمارهم ما بين 13 إلى 18 عاما، حددها التطبيق كفئة عمرية أكثر شيوعا.

ففي أوت 2014 قرر "أليكس زو"، إطلاق تطبيق "ميوزكلي" Musical.ly بعد فشل التطبيق الأول الذي طرحه مع شريكه "لويس يانج" في الأسواق، والمتعلق بعرض فيديوهات تعليمية قصيرة لا تتجاوز 5 دقائق لقتل الملل عند الباحثين عن الدورات التعليمية المتخصصة على الخط online ، ما يتيح لهم فرصة أكبر للتعلم والاستفادة من المحتوى المرئي المعروض، لأن طول الفيديو التعليمي يصيب الأغلبية بالملل، وبالتالي الإنصراف عن المحتوى رغم ذلك إلا أن التطبيق ومنذ اليوم الأول لطرحه كان مصيره الفشل، فكان البديل تحويل الفكرة من فيديوهات لـ "التعليم" إلى "الرقص"، وتأدية مقاطع "بلاي باك Play back"، لكونهما في مأزق حيث يدينان 250 ألف دولار للمستثمرين الذين تبنوا فكرتهما، ولم يتبق معهما سوى 8% منها لأن تصوير محتوى تعليمي أمر مكلف، على حد تصريح "زو" وقتها، وقد نجح الأمر، وحاز "ميوزكلي" على شهرة عالمية وانتشار .

وفي سبتمبر 2016 أطلق الصيني تسانغ يمينغ، تطبيقا جديدا أسماه " Tik Tok" يقوم على فكرة ميوزكلي، الذي نجح في جذب المراهقين لمدة عامين متتالين، وحسب تقرير نشره موقع " i news" البريطاني حينها فإن مستخدمي تطبيق "ميوزكلي" انتقلوا بحساباتهم عليه إلى "تيك توك" دون الحاجة إلى إنشاء حساب جديد،والسبب أن "أليكس" زو" صاحب "ميوزكلي" هو نفسه نائب المدير التنفيذي لتطبيق "تيك توك" (خراب، 2019، صفحة 452).

8 . خصائص " التيك توك"

و يمكن تلخيصها فيما يلي :

- **إنشاء المحتوى بسهولة ومشاركته :**

قام تيك توك بتبسيط عملية إنشاء الفيديو ومشاركته ، مما يعني أنك لست بحاجة إلى أن تكون منشئ محتوى محترف لإنشاء مقاطع فيديو باستخدام التطبيق. كل ما عليك فعله هو تسجيل أي شيء في أي مكان ونشره على الفور. أيضاً، نظرًا لمقاطع الفيديو القصيرة ، فإن إنشاءها ومشاهدتها لا يستغرق وقتاً وجهداً.

بمجرد فتح التطبيق، تبدأ مقاطع الفيديو في التشغيل واحد تلو الآخر، مما يجعل من السهل للغاية على المستخدمين مشاهدة مقاطع الفيديو العشوائية لساعات.

- **المحتوى المحلي:**

يستخدم تيك توك تقنيات مختلفة لجعل المحتوى محلي على نطاق عالمي، مثل:

المسابقات المحلية : يدير التطبيق غالباً مسابقات وتحديات محلية ويلتقط التوجهات المحلية من خلال استخدام هاشتاجات محلية التي تم إطلاقها من قبل المشاهير والمؤثرين الإقليميين.

علامات التصنيف (الهاشتاجات) المحلية : يستخدم التطبيق علامات الهاشتاج المحلية للإشارة إلى موضوعات لمستخدمي إنشاء المحتوى. يساعد هذا التطبيق على الاستفادة من التوجهات المحلية وإنشاء محتوى ينتشر عبر المنصة لتثقيف الناس حول الاحتياطات التي يحتاجون إليها خلال الصيف العربي الحار .

توصيات مخصصة: يرسل التطبيق توصيات إلى كل مستخدم من مستخدميه. هذا يضمن أن يتم تحديث مستخدمي تيك توك TikTok دائماً بأحدث مقاطع الفيديو الشائعة وألا ينفذوا أبداً من أفكار مقاطع الفيديو الجديدة.

- **تحديات المتعة :**

إذا كنت تستخدم وسائل التواصل الاجتماعي، فمن المؤكد أنك سمعت عن تحديات المعروفة باسم تحدي كيكي، وهي رقصة على أغنية في تيك توك يستطيع المستخدمين في أي وقت الاشتراك في خمسة تحديات مختلفة على الأقل التي تتصدر التطبيق.

هذا التحدي والعديد من الآخرين الذي يطلب من المشجعين الرقص على مثل هذه الاغاني ، يمنح التطبيق خصوصية وجاذبية جعل المستخدمين يتابعون دائماً تحديات جديدة وإنشاء محتوى جديد ومشاهدة محتوى الآخرين.

- **المشاهير:**

التطبيق ليس مخصصاً للمراهقين فحسب، بل إنه أيضاً محبوب ويستخدمه العديد من المشاهير. الأسماء كثيرة بما في ذلك جيمي فالون الذي ساعد في زيادة شعبية التطبيق، وليزا كوشي ونيك جوناس

..... وقد دفع التطبيق شراكات مع العديد من المشاهير ، في مناطق مختلفة، الذين يروجون التطبيق للجماهير المحل (الرؤوف، 2021\2022، صفحة 41\42).

9 . ايجابيات و سلبيات " التيك توك"

و تتمثل فيما يلي :

<u>اولا : ايجابيات التيك توك</u>

يوفر التيك توك العديد من الايجابيات لمستخدميه ، نذكر منها :

منصة للإبداع : يتيح تيك توك للمستخدمين إنشاء محتوى فيديو قصير ومشاركته، مما يفتح المجال للإبداع والتعبير عن الذات.

تفاعل سريع ومشاركة المحتوى: يسهل التطبيق على المستخدمين الانتقال بين الفيديوهات ومشاركتها مع الآخرين، مما يساعد على نشر المحتوى بسرعة.

الترفيه والتسلية: يقدم تيك توك محتوى متنوعًا يساعد على الترفيه وكسر الملل، ويشجع على الضحك والفرح.

مكان للتجمع: يعتبر تيك توك مكانًا للتجمع والتفاعل بين الشباب والمراهقين.

وصول اجتماعي : يوفر تيك توك شبكة اجتماعية يمكن قضاء ساعات طويلة فيها، بفضل المحتوى الممتع الذي يقدمه.

فرصة للتعلم: يستخدم الكثيرون تيك توك لتعلم مهارات جديدة والاطلاع على معلومات مفيدة من خلال مقاطع الفيديو التعليمية.

التواصل العالمي : يمكن للمستخدمين التواصل مع أشخاص من جميع أنحاء العالم، مما يساعد على تبادل الثقافات والأفكار.

التسويق والعلامات التجارية : يستخدم العديد من الشركات والعلامات التجارية تيك توك كأداة للتسويق والترويج لمنتجاتهم.

التأثير الاجتماعي : يمكن للمستخدمين الذين يمتلكون عددًا كبيرًا من المتابعين أن يصبحوا مؤثرين ويشاركوا في حملات توعية واجتماعية .

ثانيا : سلبيات التيك توك

كأي منصة تواصل اجتماعي، التيك توك له سلبيات ومخاطر يجب الانتباه إليها:

خطر الإدمان: يمكن أن يؤدي استخدام تيك توك إلى الإدمان، حيث يقضي الأشخاص وقتًا طويلًا في تصفح المحتوى، مما قد يؤثر على الأنشطة اليومية والعلاقات الاجتماعية.

إنتهاك الخصوصية: هناك مخاوف من أن بيانات المستخدمين قد تكون عرضة للقرصنة والاستغلال.

محتوى غير مناسب: قد يتعرض الأطفال والمراهقون لمحتوى غير مناسب لأعمارهم، مما يشكل خطرًا على تطورهم النفسي والاجتماعي.

التنمر الإلكتروني: يمكن أن يكون تيك توك مصدرًا للتنمر الإلكتروني والإساءة، مما يؤثر سلبًا على الصحة النفسية للمستخدمين.

المحتوى الخطير: يشجع تيك توك أحيانًا على تحديات وسلوكيات خطيرة قد تعرض الأشخاص للأذى الجسدي.

التأثير على الصحة النفسية : قد يؤدي استخدام تيك توك إلى مشاعر النقص والإحباط، خاصة إذا لم يحقق الأشخاص الشهرة أو التقدير الذي يتوقعونه.

التأثير على القيم والمعتقدات : قد يتعرض الشباب لمحتوى يتعارض مع قيمهم ومعتقداتهم، مما قد يؤدي إلى تغييرات في سلوكهم.

الضغط النفسي للتواجد الدائم : يمكن أن يشعر المستخدمون بالضغط للبقاء نشطين ومتفاعلين باستمرار على المنصة، مما قد يؤدي إلى القلق والتوتر.

المقارنة الاجتماعية: يمكن أن يؤدي التفاعل على تيك توك إلى المقارنة مع الآخرين، مما قد يؤثر سلبًا على الثقة بالنفس والرضا عن الذات.

التأثير على الأداء الأكاديمي والمهني : قد يؤدي الاستخدام المفرط لتيك توك إلى التشتت وتقليل التركيز على الدراسة أو العمل (الصوافي، 2014\2015، صفحة 30\31).

خلاصة الفصل:

يمكن أن تكون مواقع التواصل الاجتماعي أداة قوية للتواصل والتفاعل الاجتماعي، ولكن يجب استخدامها بحذر وتوعية للحفاظ على السلامة و الصحة النفسية و مدى الرضا عن الحياة لدى الأفراد ، و تُسهم هذه المواقع في تعزيز العلاقات الاجتماعية وتوفير فرص للتعبير عن الذات والتعلم. ومع ذلك، يمكن أن تؤثر سلبًا على الرضا عن الحياة إذا أدت إلى الإفراط في الاستخدام أو التأثير السلبي على العلاقات و هذا ما سنتطرق إليه في الفصل القادم .

الفصل الثالث :

الرضا عن الحياة

الفصل الثالث : الرضا عن الحياة

تمهيد

1. مفهوم الرضا عن الحياة
2. المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة
3. أبعاد الرضا عن الحياة
4. العوامل المساعدة في الرضا عن الحياة
5. محددات الرضا عن الحياة
6. نظريات الرضا عن الحياة
7. الرضا عن الحياة والصحة النفسية للفرد
8. علاقة استخدام التيكتوك بالرضا عن الحياة

خلاصة الفصل

تمهيد :

الرضا عن الحياة يُعد مؤشرًا هامًا لقياس مدى السعادة والرضا الذي يشعر به الأفراد في حياتهم، وله تأثيرات متعددة على الصحة النفسية والجسدية.

و في السنوات الأخيرة، أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي جزءًا لا يتجزأ من حياتنا اليومية، ولها دور كبير في تشكيل تجاربنا وتأثيرها على مستوى الرضا عن الحياة ، من ناحية، تُتيح هذه المواقع فرصًا للتواصل والتفاعل مع الآخرين، مما يُعزز الشعور بالانتماء والتقدير الذاتي، ويُساعد على تقوية الروابط الاجتماعية والحفاظ عليها، خاصةً مع الأشخاص الذين يعيشون في أماكن بعيدة. من ناحية أخرى، يمكن أن تُسهم مواقع التواصل الاجتماعي في تقليل الرضا عن الحياة من خلال تعزيز مقارنات غير واقعية مع الآخرين، وتقليل الوقت المخصص للتفاعلات الوجهية، وفي بعض الأحيان، قد تؤدي إلى الشعور بالوحدة والعزلة نتيجة الاستخدام المفرط.

لذلك، من المهم أن يكون الأفراد واعين لكيفية استخدامهم لهذه المنصات لضمان تحقيق التوازن الصحيح والحفاظ على مستوى عالٍ من الرضا عن الحياة,

1. مفهوم الرضا عن الحياة

أولا: لغة

جاء تعريف الرضا في لسان العرب رضى الرضا مقصور : ضد السخط، وتثنيته رضوان، ورضيان الأولى على الأصل والثانية على المعاقبة (اين المنظور، 1999، صفحة 235).

وجاء تعريفه في المعجم العربي الأساسي رضا رضى مصدر رضي: أعطاه إشارة رضا شعر برضا عميق، وفي علم النفس حالة من التوافق بين الكائن الحي والبيئة (جيجك، 1988، صفحة 533) .

ثانيا : اصطلاحاً

هو تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقد بأنه مناسب له، ولقدراته، ولمدركاته، وخبراته، وحياته بشكل عام (مجدي، 1998، صفحة 121).

كما يعرف أيضا بأنه تقبل الفرد لما حققه من إنجازات في حياته الماضية والحالية، ويفصح هذا التقبل عن نفسه في توافقه مع ذاته ومع الآخرين، وفي نظرته المتفائلة للحياة والمستقبل (أبو عبيدة، 2003، صفحة 43).

ويعرف على انه حالة عقلية تتمثل في تقييم شيء ما، وهذا المفهوم يشير إلى كل من الاستمتاع والاطمئنان ليشمل التقييم المعرفي والوجداني معا، وقد يكون الرضا مؤقتا أو ثابتا مع مرور الزمن (على، 2018، صفحة 531).

وعرف الرضا عن الحياة بأنه مكون معرفي للسعادة، ويتمثل في كل ما لدى الفرد من عمليات إدراكية ومعتقدات وأفكار تتعلق بموضوع الاتجاه، ويشمل ما لديه من حجج تقف وراء تقبله الموضوع

الاتجاه، والذي يرتبط إلى حد كبير باعتدال الحالة المزاجية للفرد وتحقيقه لذاته، وهو حالة معرفية تعتمد بالأساس على الحكم الذاتي للفرد على حياته (محمد ا.، 2011، صفحة 52).

والشعور بالرضا للوجود يعني أن يكون الفرد سعيدًا بحياته، ويرى أن لها قيمة، وفيها ما يستحق أن يكافح ويعيش من أجله، والرضا عن الحياة حالة داخلية يشعر بها الفرد وتظهر في سلوكه واستجاباته،

وتشير إلى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لذاته ولأسرته وللآخرين والبيئة المدركة وتفاعله مع خبراتها بصورة متوافقة (على، 2018، صفحة 567).

2. المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة

من أهم المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة:

- **السعادة:** تعتبر السعادة انعكاسًا للرضا عن الحياة وتتطلب الرضا الشامل.
- **التدين:** يساهم التدين في الشعور بالرضا عن الحياة والإحساس بالسعادة.
- **تقبل الحياة:** يشمل قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع ذاته ومع الآخرين.
- **نوعية الحياة:** تعرف بأنها إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياقه الثقافي والقيمي ، وتشمل العوامل التي تساعد على تحقيق الرضا عن الحياة:
  - التقرب إلى الله والتدين والتسامح.
  - الأوضاع المريحة مثل مسكن جيد، غذاء، دخل، مستقبل.
  - الصحة الجسدية والخلو من التوتر والقلق.
  - العلاقات الاجتماعية والتواصل الجيد.
  - الجو الأسري الملائم والسليم.
  - المشاركة في الأنشطة الترويحية.
- **تقدير الذات:** يرتبط الرضا عن الحياة ارتباطًا وثيقًا بتقدير الفرد لذاته وشعوره بالقيمة.
- **الوحدة النفسية:** تُظهر الدراسات وجود علاقة عكسية بين الرضا عن الحياة والشعور بالوحدة النفسية.
- **الصحة النفسية:** الرضا عن الحياة يُعد مؤشرًا على الصحة النفسية الجيدة ويُساهم في الشعور بالسعادة (على، 2018، صفحة 552).

3. أبعاد الرضا عن الحياة

و يمكن إيجازها في :

- **السعادة:**

تعتبر السعادة عنصر من عناصر الإشباع البيولوجي والاجتماعي والنفسي لدى الفرد والجماعات، وترتبط تماماً بالصحة النفسية لدى الأفراد لاسيما وأن الصحة النفسية تتحقق بشعور الفرد بالسعادة والأمن والاستقرار النفسي.

وتحقيق السعادة يعتبر مطلب لكل فرد ولكل جماعة، ولا تأتي السعادة إلا بإشباع الحاجات الأساسية، فإشباع الحاجات الأساسية عند ماسلو مصدر السعادة الفرد.وترتبط السعادة برضا الفرد عن الحياة لاسيما وأن السعادة شعور عام بالرضا عن الحياة والسعادة عند سليجمان تحتوي على متع و مسرات لها مكونات حسية وانفعالية واضحة قوية كالإثارة والسرور والمرح والحيوية والراحة والنشوة، وحقيقة إن السعادة تتكون من ست عناصر أساسية وهي: (الحكمة والمعرفة ، الشجاعة الحب والإنسانية العدالة ، ضبط النفس والاعتدال الروحانية والتسامي)، ويمكن الحكم عليها من خلال سلوكيات الفرد (محمد ا.، 2011، صفحة 56).

إذا فالسعادة شعور ويجب عدم الخلط بالسعادة كالشعور والعوامل والأشياء المؤدية للسعادة، ف بالسعادة تتحقق الطمأنينة والاستقرار النفسي لدى الفرد، ومع ذلك لا يمكن أن نتجاهل بأن السعادة الداخلية هي مفتاح الرضا عن الحياة.

- **الرضا عن العلاقات الاجتماعية:**

إن الشخص الناجح في حياته وعلاقاته الاجتماعية يكون أكثر نشاطاً وحيوية و تقبل للآخرين، شخص متعاون مشارك في الأنشطة الاجتماعية ، وتشير كافة الأبحاث على أن الشخص السوي هو من يتمتع بعلاقات اجتماعية سوية وهؤلاء الأشخاص أي الذين يتمتعون بعلاقات اجتماعية سوية يشعرون برضا عن حياتهم ويتميزون بدافعية نحو العمل وتقدير قيمته ، والسيطرة على القلق والتفكير بإيجابية وتفاؤل والتمتع بشخصية ذات صحة جيدة ، فهم أكثر قدرة على تحقيق ذاتهم والتعاون والمشاركة مع الآخرين ، والتخطيط الجيد لحياتهم وطموحاتهم (محمد ع.، 2003، صفحة 22).

كما ترى الباحثة أن للعلاقات الاجتماعية قد تكون سبب للراحة النفسية والتي من خلالها قد تكون مفهوم الذات عن النفس ومن ثم الشعور بالسعادة والتوصل إلى الطريق المؤدية للرضا عن الحياة، والتوازن النفسي وقدرتنا على تحقيق الأهداف تعتبر بمثابة الخريطة التي توصلنا إلى سلم الرضا عن الحياة .

- **التقدير الإجتماعي:**

يبدأ الفرد البحث عن التقدير الاجتماعي منذ الطفولة لاسيما وأن الطفل يبحث عن الرعاية والحب والعطف والحنان ، فيبدأ الطفل إدراك أهمية الجماعة في إشباع حاجات الفرد المختلفة ليعيش بأمن وطمأنينة وسعادة ، وقد يدخل الفرد في منافسة مع غيره للحصول على المحبة والتقدير وهذا ما يمكن ملاحظته لدى الطفل داخل المنزل ، والتلميذ داخل حجرات الدراسة والموظف داخل كيان مؤسسته .

كذلك نجد أن التقدير الإجتماعي له جانبان : الجانب الأول يأتي من خلال تقدير الفرد لذاته، والجانب الثاني يأتي من خلال تقدير الآخرين له، ومن الصعب تحقيق أي جانب دون الآخر وتترجم الباحثة رأيها في ما سبق أن ما تم طرحه في الفقرة السابقة يؤكد على أهمية التقدير الاجتماعي في تحسين مفهوم الذات لدى الفرد والذي ينتج عنه اقتناع الفرد بنفسه وتقديرات الآخرين الجيدة له ومن ثم الإحساس بالرضا عن الحياة وتشكيلها من خلال حالة القبول لمناحي الحياة.

- **الطمأنينة:**

تعتبر الطمأنينة جانب وبعد من أبعاد الرضا عن الحياة، فالطمأنينة تنعكس على الرضا ، كما أن الطمأنينة مقرونة بالعمل الصالح والإيمان وهنا يشير البعض إلى أن الطمأنينة هي الجانب الروحي للرضا عن الحياة، وهذا ما أشار إليه (السلام، 1978، صفحة 117).

- **الرضا عن الحياة الاقتصادية:**

تقترن الحياة الاقتصادية بمعدل الدخل ومستوى الأسعار العام فكلما زاد الدخل زاد رضا الفرد عن حياته الاقتصادية في المقابل كلما انخفضت الأسعار يشعر الفرد برضا الحياة وتشير بعض الدراسات ومنها أن هناك أثر متوسط للحياة الاقتصادية على الرضا عن الحياة، فيما تشير دراسات أخرى أن مستوى الرضا عن الحياة الاقتصادية مقترن بظروف الآخرين ومقترن بالماضي.

- **الرضا عن الحياة الصحية:**

الصحة تعتبر عاملاً مؤثراً على الرضا عن الحياة ، حيث أن الرضا عن الحياة الصحية له أثراً على الرضا العام عن الحياة،كما أن الصحة العامة الجيدة للفرد تمكنه من بذل الجهد لمواجهة التوتر وظروف الحياة فالذي يتمتع بصحة جيدة يمكنه بذل الجهد لتحقيق طموحه وبالتالي فإن رضاه عن الحياة يتأثر بصحته.

فالصحة ترتبط بدرجة الرضا عن الحياة وهي واحدة من أسبابها الرئيسية، ولكن تجدر الإشارة إلا أنه لا يوجد تعريف محدد للصحة، لكن نجد أن منظمة الصحة العالمية تعرف الصحة على أنها تكامل الإحساس الجسدي والنفسي والاجتماعي وليست فقط الخلو من الأمراض والعاهات، فالصحة حالة من الإحساس الايجابي. والصحة لا تتحقق بصورة آلية دون سعي الفرد نحو امتلاكها وتحقيقها وإنما تتوفر كمحصلة فعلية وملموسة لما يقوم به الفرد خلال حياته (عادل، 2003، صفحة 105).

4. العوامل المساعدة في الرضا عن الحياة

يعزى الرضا عن الحياة إلى مجموعة من العوامل تتمثل في السمات الشخصية والجينية والعوامل المعرفية الاجتماعية، مثل: الأنشطة الموجهة الأهداف، فعالية الذات وتوقعات النتائج، ودعم البيئة المحيطة بالفرد، وأن تقييمات الفرد عن وضعه المادي وحالته الصحية ورضاه الوظيفي والرضا عن وقت الفراغ باعتبارها أهم أربعة عوامل مؤثرة في الرضا عن الحياة ومفهوم الرضا يعتمد في نظريته الهرمية "ماسلو" في إشباع الحاجات تتدرج من الحاجات الفسيولوجية الدنيا إلى الحاجات العليا المتمثلة في تحقيق الذات، لان الإنسان يسعى لتحقيق أهدافه الهامة من اجل الشعور بالسعادة و الرضا عن الحياة، و تتحقق الحياة الجيدة عندما تلبي للإنسان متطلبات الأمن والانتماء و الاستقلالية و توكيد الذات، ويعتمد تحقيق الحاجات العليا على العوامل الخارجية المحيطة بالفرد (الأسرة، المجتمع و النواحي الاقتصادية، والسياسة و التعليم وغيرها).

و تقسم أهداف الأفراد إلى قسمين :

– أهداف جوهرية: مثل قبول الذات والانتماء والإحساس بالانتماء للجماعة .

- أهداف خارجية: وهي الأهداف التي يحصل من خلالها الأفراد على بعض الإشباع والرضا من خلال الآخرين مثل النجاح المادي، والشعبية والجاذبية.

حيث تمثل الأهداف الجوهرية منظور المدرسة الإنسانية للرضا في حين أن الأهداف الخارجية تعكس وجهة نظر المدرسة السلوكية والمعرفية للرضا.

فالأفراد الذين نتجه أهدافهم لان تكون خارجية وغير واقعية عادة ما يعاني أصحابها من مستويات متدنية من الصحة النفسية والرضا مقارنة بأولئك الذين تتجه أهدافهم نحو الجوهرية حيث يتمتع أصحابها بدرجات أعلى من الصحة النفسية والرضا عن الذات والحياة (أرجايل، 1993، صفحة 17).

كما يمكن تحديد عوامل الرضا عن الحياة كالتالي :

- الأوضاع المريحة، مثل: المنزل الجيد والغذاء، والدخل الوفير، والمستقبل الأمن
- الصحة الجسدية، وتشمل الخلو من التوتر والقلق، والأمراض الأخرى.
- العلاقات الاجتماعية، والتواصل مع الأقارب.
- الجو الأسري والعناية بالأطفال .
- وجود شريك في الحياة.
- المشاركة في الأنشطة الترويجية.

فالعوامل التي تؤثر في الرضا عن الحياة متغيرة عبر الزمن، وان الأحداث السلبية والايجابية تؤثر على تقييم الفرد لدرجة الرضاء حيث يلعب النموذج المعرفي وكيفية رؤية وتفسير الأحداث المختلفة الدور الأكبر في الشعور بالرضا، ويرى الباحثون أن هناك عوامل خارجية كالبيئة والظروف الاجتماعية والاقتصادية والعوامل الداخلية مثل سمات الشخصية تلعب هذه الأخيرة دورا هاما في تحقيق الرضا عن الحياة، فللشخصية الانبساطية إحساس عالي بالرضا عن الحياة بعكس الشخصية العصبية التي تميل إلى الإحساس المتدني بالرضا عن الحياة.

5. محددات الرضا عن الحياة

محددات الرضا عن الحياة تشمل عدة جوانب، منها:

- التقييم الذاتي: درجة رضا الفرد الذاتية عن حياته وتقييمه لنوعية الحياة التي يعيشها.
- النضج والواقعية: القدرة على تقييم الحياة بنضج وواقعية.
- الاستقلالية: الشعور بالاستقلالية والقدرة على التحكم في الحياة الشخصية.
- الصحة النفسية والجسمية: الشعور بالصحة الجيدة والخلو من التوتر والأمراض.
- تقدير الذات: الشعور بالقيمة الذاتية والثقة بالنفس.
- الوحدة النفسية: الشعور بالانسجام النفسي والتوافق مع البيئة المحيطة.
- الإنجازات الشخصية: النجاح في تحقيق الأهداف الشخصية والمهنية.
- الأمان الوظيفي: الاستقرار في العمل والرضا عن الوظيفة.
- التوازن بين العمل والحياة: القدرة على تخصيص وقت للأسرة والهوايات.
- التعليم والتطوير الذاتي: الفرص للتعلم والنمو الشخصي.
- المشاركة المجتمعية: الانخراط في الأنشطة الاجتماعية والتطوع.
- الاعتراف والتقدير: الشعور بالتقدير من الآخرين.
- الحرية الشخصية: القدرة على اتخاذ القرارات الخاصة والتعبير عن الذات.
- البيئة الطبيعية: الوصول إلى الطبيعة والمساحات الخضراء (الديب، 1994، صفحة 415).

6. نظريات الرضا عن الحياة

تتعدد النظريات المفسرة للرضا عن الحياة نظرا لاختلاف مفهومها عند علماء النفس، ويتفق علماء النفس على أن الرضا عن الحياة هو ظاهرة من ظواهر علم النفس الإيجابي، تم تفسيره بأكثر من نظرية،و تتمثل هذه النظريات في ما يلي:

- **نظرية التكيف و التعود:**

وتعتمد هذه النظرية بالأساس على اختلاف تصور الفرد اتجاه المواقف الجديدة في حياته، والذي يعتمد بدوره على نمط الشخصية، و ردود الفعل والأهداف التي يسعى لها الأفراد، ثم العودة إلى النقطة الأساسية التي كانوا عليها قبل الموقف أو المؤثر نتيجة لتعودهم وتألقهم.

فقد أظهرت بعض الدراسات أن ذوي الاحتياجات الخاصة من المعاقين يتمتعون بنفس درجات الرضا لدى غيرهم من العاديين، وذلك نتيجة لتأقلمهم على وضعهم، فالشعور بالايجابية والرضا عن الحياة يتأثر بدرجات التأقلم والتعود، مع مراعاة بعض الفروق الفردية، حيث أن بعض الأشخاص قد لا يعودوا الى نقطة البداية الأساسية التي كانوا عليها قبل المؤثر (العش درويش، 2002، صفحة 43).

- **نظرية الخبرات:**

أو ما يسميها البعض نظرية الخبرات السارة، وأصحاب هذا الاتجاه يرون بأن الفرد يمكن أن يحقق رضاً عن حياته عندما تكون خبراته فيها سرور ومتعة وسعادة، بما تولده مشاعر السرور من مشاعر إيجابية اتجاه نمط حياته ومجالاته، مع العلم بأن هذه الظروف ليست مصدر الرضا، بل يتوقف الرضا على ادراك الفرد من خبرات ممتعة وغير ممتعة، أو مواقف ومؤثرات ممتعة وغير ممتعة.

ولقد تبين أن مجرد وضع الأشخاص في حالة مزاجية حسنة تزيد من تعبيرهم عن الشعور بالرضا عن الحياة بشكل عام، ولقد أظهرت بعض التجارب والبحوث العلمية بأن مجرد وضع الأشخاص في حالة مزاجية عابرة لها تأثير على الحكم للرضا عن الحياة، بينما أظهرت دراسات أخرى بأن التفكير في أحداث سارة ماضية لم يزد من الرضا عن الحياة، بينما زادت مستويات الرضا عن الحياة عند التفكير بالأحداث الغير السارة (محمد ا.، 2011، صفحة 47).

وهذا يؤكد على أن عمليات المقارنة لها تأثير في الحكم على الرضا عن الحياة، حسب ما ترى نظرية الخبرات السارة.

- **النظرية الموضوعية:**

و يرى رواد هذه النظرية بأن الفرد يرضى عن حياته عندما يعيش في ظروف طيبة، ويشعر بالأمن والنجاح في تحقيق ما يريد من أهداف، فيجد الفرد الصحبة الجيدة ويتزوج بامرأة صالحة، ويسعى لتكوين

أسرة متماسكة يسودها المودة والمحبة، وحاصل على عمل جيد، صحته الجسمية جيدة، وبذلك فهو يتمتع بصحة نفسية إيجابية (العش درويش، 2002، صفحة 77).

- **نظرية التقييم:**

يمكن قياس الشعور بالرضا عن الحياة لدى الأفراد حسب هذه النظرية من خلال معايير عدة، ومنها ما يعتمد على الفرد ومزاجه و ثقافته وقيمه، إذا فالظروف المحيطة بالفرد لها تأثير كبير في شعوره بالرضا عن الحياة.

وهناك العديد من الدراسات التي أشارت بوجود فروق جوهرية في درجات الرضا عن الحياة لدى الأفراد في الثقافات الفردية التي يعتبر فيها الفرد وحدة مستقلة والتي تركز على الحريات والعدالة والثقة بالنفس والقدرة على تحقيق الذات، وتتوفر فيها أساليب الحياة الكريمة حيث يقيم فيها الأفراد حياتهم بناء على مشاعرهم واحتياجاتهم الفردية، بخلاف الثقافة السائدة، وهنا تبرز أهمية العلاقات الاجتماعية في الشعور بالرضا عن الحياة (محمد ا.، 2011، صفحة 47).

- **نظرية الفجوة :**

ويسميها أصحاب هذا الاتجاه بالفجوة بين طموح الفرد وانجازاته، حيث يعتبروا أن الفرد يرضى عن حياته عند تحقيق طموحاته، أو عندما تكون إنجازاته قريبة من طموحاته وأهدافه، أما الفرد الذي يضع لنفسه طموح أعلى من قدراته واستعداداته وخبراته وإمكانياته فانه حتما لن يستطيع الوصول اليها، هذا ما يجعله ساخطا متذمرا من حياته، حزيناً على الماضي قلقاً من المستقبل.

وهنا يرى أصحاب هذا الاتجاه بأن الفرد عليه وضع طموحات تحت سقف إمكانياته وقدراته سواء المادية أو العقلية والثقافية، فبقدر ما يشعر الفرد بالنجاح والتوفيق والكفاءة والقدرة على تحقيق الأهداف يشعر بالمقابل برضا عن حياته (مرسي، 2000، صفحة 202) .

- **نظرية المقارنة الاجتماعية:**

و من أصحاب هذه النظرية (Easterlin) والذي يرى بأن الفرد يشعر بالكفاءة والجدارة والقيمة ويقدر ذاته ويحققها عندما يقارن نفسه وقدراته بالآخرين، من نفس الثقافة والمستوى، ويمتلك الفرد شعوراً بالسعادة إذا كانت ظروفه أفضل من المحيطين به، فالرضا عن الحياة يعتمد على المقارنة بين المعايير الموضوعية

أو الفردية أو الثقافية أو الاجتماعية أو المادية، من ناحية و ما تم تحقيقه على أرض الواقع من ناحية أخرى، وقد تشمل المقارنة بين الأفراد والجماعات المحيطة كالدول أو المجتمعات المختلفة.

فالتفوق على الآخرين في جميع المعايير الذاتية بين الأفراد من أهم مصادر الرضا عن الحياة، كذلك تعتب عملية المقارنة مع الآخرين واحدة من الطرق التي يستخدمها الأفراد في إرساء مقاييسهم (محمد ا.، 2011، صفحة 48).

7. الرضا عن الحياة و الصحة النفسية للفرد:

يتفق العديد من الباحثين على الإحساس بالرضا عن الحياة يشير إلى تقييم الفرد لمدى صحته النفسية وسعادته في الحياة استناداً إلى سماته الشخصية، كما أن الرضا عن الحياة يرتبط إيجابياً بتقدير الفرد لذاته، وأن تقدير الفرد لذاته يعد أحد أهم العوامل المسئولة عن إحساس الفرد بالرضا عن الحياة، ويسلم الكثير من علماء النفس بأن الإحساس بعدم الرضا عن الحياة ذو تأثير على شخصية الفرد وتكيفه وعلاقته داخل المحال الاجتماعي الذي يعيش فيه، وهو تأثير لا ينبغي إغفاله أو تجاهله إذا أراد الفرد أن يعيش حياة اجتماعية مشبعة ومنتجة.

إن الصحة النفسية للفرد، وقدرته على التكيف الشخصي الاجتماعي، تبدو في استمتاع الفرد بالحياة، بعمله وأسرته وأصدقائه، وشعوره بالطمأنينة والسعادة والرضا وراحة البال، أما العصبي فلا يجد للحياة طعماً ولا يعيش حياته بل يكابدها وذلك من فرط ما يعانيه من توترات وصراعات غير محسوسة وما يقترن بهذه الصراعات من الشعور بالقلق والسخط والذنب وعدم رضاه عن حياته.

ويرتبط الرضا عن الحياة بشكل وثيق بصحة جسمانية وصحة نفسية أفضل، وعمر مديد و العديد من المخرجات الإيجابية لدى الفرد.

وأوضحت العديد من الدراسات أن الأفراد الذين يتمتعون بصحة نفسية أفضل هم أكثر رضا عن حياتهم، وأن الرضا عن الحياة يرتبط إيجاباً بالصحة العامة لدى الفرد، وعلى النقيض فإنا الرضا عن الحياة يرتبط سلبا بكل من الميول الانتحارية والوحدة النفسية والاكتئاب ، وكذلك يرتبط الرضا عن الحياة سلباً بالضغوط النفسية والقلق لدى الفرد.

كما يمكن تأكيد وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا بين الرضا عن الحياة وكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب والغضب (بكاير، 2019\2020، صفحة 42) .

8. علاقة استخدام " التيك توك" بالرضا عن الحياة:

تشير الدراسات إلى أن استخدام تطبيق "تيك توك" يمكن أن يكون له تأثيرات متنوعة على الرضا عن الحياة. في الجزائر، تمت دراسة التأثيرات القيمية والذهنية لتطبيق تيك توك على الفتيات المراهقات، وتوصلت إلى أن التطبيق يمكن أن يؤثر على المنظومة القيمية للمراهقات ويسبب الشرود، القلق، والنسيان ،من ناحية أخرى هناك دراسات تشير إلى أن التطبيق يمكن أن يكون الناحية ايجابيا بحيث يكون "تيك توك" منفذًا للتعبير الإبداعي والتواصل الاجتماعي، مما يساعد الأشخاص على الشعور بالانتماء والتقدير. ومن الناحية السلبية، قد يؤدي الاستخدام المفرط أو المقارنة الاجتماعية إلى الشعور بعدم الرضا والقلق.

و يمكن تفصيل العلاقة بين استخدام تطبيق "تيك توك" ورضا الشباب عن الحياة بالشكل التالي:

- انعكاس الذات والتعبير عن الإبداع: يعتبر تطبيق "تيك توك" منصة تسمح للشباب بالتعبير عن أنفسهم وعرض مواهبهم بشكل إبداعي. يمكن للشباب من خلال الفيديوهات التي يقومون بإنشائها على التطبيق، إبراز مواهبهم ومهاراتهم المختلفة، مما يمكنهم من الشعور بالرضا والفخر بأنفسهم.
- الشعور بالانتماء والتواصل الاجتماعي: من خلال مشاركة الفيديوهات ومتابعة محتوى مستخدمين آخرين على "تيك توك"، يمكن للشباب أن يشعروا بالانتماء إلى مجتمع معين وبناء علاقات اجتماعية جديدة. هذا يمكن أن يسهم في زيادة مستوى الرضا الاجتماعي للشباب.
- الاستخدام المفرط والتأثير السلبي: من الجانب الآخر، قد يؤدي الانشغال الزائد بتطبيق "تيك توك" إلى تهميش الأنشطة الأخرى في الحياة اليومية مثل ممارسة الرياضة، القراءة، أو القيام بأنشطة خارجية. هذا يمكن أن يسبب شعورًا بالإجهاد، العزلة، أو الاكتئاب بين الشباب

بالاعتماد على كيفية استخدامهم لتطبيق "تيك توك"، يمكن أن يكون له تأثير متنوع على رضا الحياة لدى الشباب، لدى من الضروري العناية بتوازن الاستخدام وضبط النفس في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لتحقيق نوعية حياة أفضل وزيادة مستوى الرضا الشخصي (لعموري ، نحال، 2022، صفحة 242).

خلاصة الفصل:

يتمثل الرضا عن الحياة في تقدير الفرد لنوعية حياته، ومحاولته لتحقيق أهدافه و طموحاته وفقا لإمكانياته، وتقبله لأسلوب حياته ومحاولته التكيف مع كل ما يعترضه من عقبات و مشاكل، ويتحقق الرضا عن الحياة إذا استطاع الفرد إدراك حقيقة أهدافه و التمكن من توجيهها نحو الواقع، كذلك تكيفه مع كل ما يستجد من حوله من تغيرات ، بالإضافة إلى إدراك الخبرات السارة التي تحقق له المتعة ،كذا توصلنا إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي له علاقة وطيدة مع الرضا بالحياة .

الجانب

الميداني للدراسة

الفصل الرابع:

التطبيقات الميدانية للدراسة

الفصل الرابع : التطبيقات الميدانية للدراسة

تمهيد

1. منهج الدراسة
2. الدراسة الاستطلاعية
3. الاهداف الاستطلاعية
4. مجتمع الدراسة
5. عينة الدراسة
6. أدوات الدراسة
7. الأساليب الاحصائية

خلاصة الفصل

تمهيد :

يمكن وصف البحث العلمي على انه مغامرة شاقة مليئة بالنشاط والمجازفات هذه المغامرة تستدعي الصبر الموضوعية، الجهد المتواصل ، التخيل والفطنة الحادة، قابلية التحكم الجيد في الظروف الجديدة إلى غير ذلك من هذه العناصر الضرورية لنجاح البحث.

في هذا الفصل سنتطرق إلى أهم الاجراءات الميدانية التي إتبعناها في هذه الدراسة ، ومن أجل الحصول على نتائج يمكن الوثوق بها وإعتبارها نتائج موضوعية.

وكما هو معلوم فإن ما يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية، وهذا لا يمكن ان يتحقق إلا إذا إتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية ، لذا حاولنا أن نبرز أهم المراحل التي اتبعناها في دراستنا.

1. منهج الدراسة

من المعروف أن تقدم العلم مقترن بتقدم المناهج، وهنا يقول ديكارت " لا نستطيع أن نفكر في بحث حقيقة ما إذا كنا سنبحثها بدون منهج، لأن الدراسات والأبحاث بدون منهج تمنع العقل من الوصول إلى الحقيقة" (إبراهيم م.، 2000، صفحة 60).

يعتبر المنهج ضروري في أي بحث علمي لأنه يحدد المسار الذي يتبعه الباحث خلال جميع مراحل البحث ابتداء من تحديد الموضوع وصولا إلى صياغة النتائج (عباد، 2012، صفحة 12).

ولأجل أن تكون الدراسة علمية لابد من أن تمر عبر منهج علمي، ويتوفر في مجال العلوم الاجتماعية عدد من المناهج ما يسمح للباحث باختيار المنهج المناسب الذي يساعده على دراسة ظاهرته (زرواتي، 2004، صفحة 104).

فالمنهج هو الطريق أو الأسلوب الذي يسلكه الباحث العلمي في تقصيه للحقائق العلمية في أي فرع من فروع المعرفة، وفي أي ميدان من ميادين العلوم النظرية والعلمية (عناية، 1999، صفحة 17).

وطبيعة المشكلة دائما هي التي تحدد نوعية المنهج الذي يستخدم في الدراسة أو البحث ، وبما أن دراستنا تتمحور حول "إدمان مواقع التواصل الاجتماعي و علاقته بالرضا عن الحياة – التيك توك أنموذجا" ، فإنه يتحتم علينا اختيار المنهج المناسب وفق طبيعة ونوع الدراسة والمتمثل في المنهج الوصفي التحليلي، نظرا لملائمته لموضوع البحث فمن خلاله يتم وصف الظاهرة وصفا دقيقا وتجميع البيانات والمعلومات اللازمة وتنظيمها وتحليلها للوصول إلى النتائج الصحيحة والدقيقة المفسرة لها.

وعليه يعرف المنهج الوصفي بأنه " المنهج الذي يعمل على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو لحدث معين بطريقة كمية أو نوعية في فترة زمنية معينة، أو عدة فترات من أجل معرفة الظاهرة أو الحدث من حيث المحتوى والوصول إلى نتائج وتعليمات تساعد الباحث على فهم الواقع وتطويره." (الدعياجي، 2010، صفحة 75).

2. الدراسة الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية هي المدخل الذي ينطلق منه الباحث ، ليضبط ما تحتاجه دراسته نظريا وميدانيا ، كما تعتبر دراسة استكشافية للباحث بغرض الحصول على معلومات أولية حول الموضوع ، كما تسمح لنا بالتعرف على الظروف والإمكانيات المتوفرة في الميدان .

فهي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها وفي دراستنا حول موضوع

" ادمان مواقع التواصل الاجتماعي و علاقته بالرضا عن الحياة ، لدى الطالب الجامعي التيك توك نموذجا"

3. أهداف الدراسة الاستطلاعية :

لقد تمثلت اهداف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها في النقاط التالية :

- التعرف على خصائص المجتمع عامة والعينة خاصة .
- الكشف عن الصعوبات والعقبات التي قد تواجه الباحث خلال الدراسة
- فهم الظاهرة أو المشكلة بشكل عام وتكوين صورة مبدئية عنها

فباختصار ، تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى توفير قاعدة معلومات أولية تساعد في توجيه الدراسة ، وتحديد المسارات البحثية المناسبة .

4. مجتمع الدراسة

إن طبيعة البحث وطريقة بحثه والأداة المستخدمة في جمع البيانات جميعها يؤثر وبتأثر بالعينة المختارة، حيث يقوم الباحث بالتفكير في العينة المناسبة لبحثه منذ أن يبدأ في تحديد مشكلة البحث، وقبل أن يحدد الباحث عينة دراسته، فإنه لابد أن يحدد مجتمع بحثه حسب الظاهرة أو المشكلة قيد الدراسة.

فمجتمع البحث يمثل جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث أو جميع الأفراد أو الأشخاص الذين يكونون موضوع مشكلة البحث أي أنه كل العناصر التي تنتمي لمجال الدراسة. (دياب، 2003، صفحة 89).

إن مجتمع البحث في هذه الدراسة هو الشباب الجامعي من مستخدمي موقع تيك توك ونظرا لعدم معرفتنا لأفراد مجتمع البحث وسماته التي تتميز بتباينها من فرد لآخر.

5. عينة الدراسة

يعتبر اختيار العينة جزءا أساسيا ومهما جدا في البحث العلمي، نظرا لصعوبة الوصول إلى كل أفراد المجتمع) بسبب الكلفة الباهظة والوقت). يجب على الباحث أن يختار عينة أو مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة تساعده على فهم أنماط وديناميات المجتمع المدروس، لذلك يمكن تعريف العينة بأنها شريحة أو جزء من مجتمع الدراسة تحمل خصائص وصفات هذا المجتمع وتمثله فيما يخص موضوع البحث، أو هي مجموعة جزئية من قبل مجتمع الدراسة (الضامن، 2007، صفحة 160).

و يعرفها الأستاذ الدكتور محمد عبيدات بأنها " عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة معينة و إجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام تلك النتائج وتعميمها على كامل مجتمع الدراسة الأصلي، ومثال ذلك إذا تم اختيار 30 شركة كعينة للدراسة فإن الباحث يقتصر في دراستها على تلك الشركات الثلاثين التي ثم اختيارهم إلا أن النتائج التي يتوصل إليها يتم على جميع الشركات لمدرجة في السوق المالي إذا كانت العينة ممثلة لكافة خصائص مجتمع الدراسة (عبيدات، 1999، صفحة 84).

ونظرا لإقتصار عينتنا على المستخدمين لموقع تيك توك دون غيرهم، فقد تم إختيار العينة بطريقة قصدية (العمدية) ، وبالتالي فإن العينة العمدية هي التي تناسب هذا النوع من الدراسات، خاصة وأن أفراد مجتمع البحث عددهم كبير وغير معروفين بالنسبة للباحثين .

وفي اختيارنا لحجم العينة لإجراء الدراسة اخترنا 70 طالب وطالبة ف ي كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة يحي فارس بالمدية.

6. أدوات الدراسة

تعتبر أدوات جمع البيانات من الأساسيات الواجب توفرها في أي بحث علمي، فهي الوسيلة التي تعتمدها كل العلوم في جمع معطيات وحقائق علمية موثوق بها، وتعرف على أنها مجموعة من الأدوات الفنية التي تستخدم في جمع المادة العلمية والتي تشكل التصور العام للدراسة، تؤدي في النهاية للوصول إلى نتائج علمية، وعليه فقد اعتمدنا في دراستنا هذه على الأداة الأكثر فاعلية ودقة في جمع المعلومات بكل موضوعية والتي تتلاءم مع موضوع دراستنا والمتمثل في " إدمان مواقع التواصل الاجتماعي و علاقته بالرضا عن الحياة – التيك توك نموذجا".

أ. الإستمارة :

هي وسيلة أساسية تستخدم في جمع البيانات المتعلقة بموضوع الدراسة، لأنها أقل تكلفة وأقل اجتهادا بالإضافة إلى سهولة معالجة بياناتها إحصائيا، كما تعني الاستمارة أنها عبارة عن وثيقة تتضمن مجموعة من الأسئلة توجه إلى المبحوثين، وهم أفراد العينة التي استخرجها الباحث بغرض التحقق من فرضيات البحث وينتظر من هؤلاء المبحوثين أن يقدموا إجابات في مسائل أو نقاط معينة مرتبطة بأهداف الدراسة (جدرادي، 2012، صفحة 156).

كما تعرف على أنها " نموذج يضم مجموعة من الأسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على المعلومات حول موضوع أو موقف ، يتم تنفيذها إما عن طريق المقابلة الشخصية وتسمى في هذه الحالة باستمارة المقابلة أو عن طريق البريد (الرفاعي، 1998، صفحة 313).

وتعرف كذلك على أنها "مجموعة من الأسئلة المقننة مغلقة ومفتوحة ، توجه إلى المبحوثين من أجل الحصول على بيانات ومعلومات حول قضية معينة واتجاه معين أو موقف معين، حيث تدور الأسئلة حول موضوع الدراسة بصورة مباشرة أو غير مباشرة (الهاملي، 2003، صفحة 141).

ب. الإستمارة الإلكترونية

هو استفتاء يوجد على مواقع الإنترنت لسؤال ما، أو استبيان يحتوى على مجموعة من الأسئلة مغلقة أو مفتوحة أو المغلقة المفتوحة . تكون على مواقع الشبكة العنكبوتية، فهي أحد الوسائل المستخدمة في معرفة تفكير ومعلومات الأشخاص حول موضوع معين، وغالبا تستخدم الاستبانة الإلكترونية لمعرفة آراء

الناس حول منتج ما أو خدمة معينة تقدمها شركة ما، وتستهدف الاستبانة الإلكترونية أيضا عينة محددة من الأشخاص.

وقد قمنا باستخدام الاستمارة الإلكترونية كأداة أساسية في جمع معطيات الدراسة، وحاولنا قدر الإمكان أن تكون أسئلتها واضحة ومفهومة بعيدة عن الغموض واللبس، وتكون ملمة بالجانب النظري والفرضيات وأن تحقق الغرض من الدراسة، وقد اشتملت استمارة بحثنا على 3 محاور رئيسية قسمت كالتالي:

المحور الأول: متعلق بالبيانات الشخصية للمبحوثين وقد اشتمل على 3 أسئلة: (من 1 إلى3) : الجنس، السن، المستوى الدراسي .

المحور الثاني: اشتمل على 21 سؤالا (من 4 إلى 24) تدور حول إدمان التيكتوك

المحور الثالث : اشتمل 30 سؤالا (من 25 إلى 55) تدور حول الرضا عن الحياة

7. الخصائص السيكومترية:

- الصلاحية: مدى قدرة الأداة على قياس ما تهدف إلى قياسه
- الثبات: الاتساق في قياس المفهوم عبر الزمن والسياقات المختلفة
- الاتساق الداخلي: مدى توافق جميع البنود في الاختبار مع المفهوم نغسه
- صلاحية البناء: مدى قدرة الاختبار على قياس البنية النظرية التي يهدف لقياسها
- صلاحية المحك: فعالية الاختبار في التنبؤ بأداء الفرد بناءا على معيار معين
- صلاحية العامل: مدى توافق درجات الاختبار مع الهيكل العاملي المنوقع
- تحليل البنود: تقييم مساهمة كل بند في القياس الكلي

8. الأساليب الإحصائية:

- ❖ Spss نظام الحزمة الإحصائية الاجتماعية
- ❖ اختباري إعتدالية توزيع البيانات Kolmogorov–Smirnov و Shapiro–Wilk
- ❖ معامل الارتباط Pearson
- ❖ معيار " Cohen–1988 " الذي يحكم على حجم التأثير الخاصة بالارتباط
- ❖ اختبار " T test " لعينة واحدة لدلالة فرق بين المتوسط الحسابي والنظري

خلاصة الفصل:

يمكن إعتبار هذا الفصل الذي تناولنا فيه منهجية البحث ، من بين أهم الفصول التي ضمتها دراستنا هذه ، لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات والعوامل التي كان بالإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة.

إن هذا الفصل يعتبر بمثابة الدليل أو المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات ، وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة.

كما تناولنا فيه أهم العناصر التي تهم دراستنا بشكل كبير منها متغيرات البحث المنهج المتبع ، أدوات البيانات ..... إلخ من العناصر التي يعتمد عليها أي باحث في الجانب التطبيقي لدراسته.

.

الفصل الخامس:

عرض ومناقشة

و تفسير

نتائج الدراسة

الفصل الخامس : عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

I. عرض نتائج الفرضيات

II. مناقشة نتائج الفرضيات

III. الاستنتاج العام وبعض المقترحات

I. عرض نتائج الفرضيات:

بعد جمع بيانات الدراسة من خلال تطبيق الاختبارات والأدوات، سنتطرق إلى عرض قراءة وصفية للنتائج حسب المتغيرات المتعامل معها، يليها عرض لنتائج الفرضيات وتفسيرها انطلاقا من الأدب النظري والدراسات السابقة، لتختتم باستنتاج عام لأهم النتائج المتوصل إليها.

1. التحقق من طبيعة توزيع بيانات الدراسة:

بعد تطبيق الأدوات وجمع البيانات تمت عملية فرز المعطيات وتجميعها في جداول إحصائية، لتحليلها بالأساليب الإحصائية المناسبة باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية(**$SPSS_{23}$**)، وذلك انطلاقا من التأكد من طبيعة توزيع البيانات، لتحديد الأسلوب الإحصائي الأنسب للتعامل مع هذه البيانات في تحليل النتائج: (بارا مترية/لبارامترية)، بتطبيق اختباري:**Kolmogorov-Smirnov**و **Shapiro-Wilk**، وتمثلت النتائج كما هي موضحة في الجدول الموالي:

الجدول (01): تحديد اعتدالية توزيع بيانات الدراسة

المتغيرات	Kolmogorov-Smirnov	الدلالةالإحصائية	Shapiro-Wilk	الدلالةالإحصائية
إدمان موقع تيك توك	0.08	0.20	0.96	0.06
الرضا عن الحياة	0.12	0.08	0.97	0.07

يتضح من خلال كل من اختبلوي **Kolmogorov-Smirnov** و **Shapiro-Wilk**،الخاصين باختبار اعتدالية توزيع البيانات، أن بيانات متغيرات الدراسة: **(إدمان تيك توك والرضا عن الحياة)** تتوزع توزيعا طبيعيا، حيث جاءت قيم المتغيرين غير دالة إحصائيا وهو ما يسمح بتطبيق الأساليب الإحصائية البارامترية في التعامل إحصائيا مع البيانات لاختبار الفرضيات.

2.عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى للدراسة:

والتي تنص على أنه: **توجد علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات متغيري: (الإدمان على موقع تيك توك والرضا عن الحياة) لدى الطالب الجامعي..**

ولاختبار هذه الفرضية، ونظرًا لتوفر شرطي اعتدالية التوزيع وخطية العلاقة في بيانات هذين المتغيرين تم استخدام معامل الارتباط بيرسون (Pearson) من أجل تقدير حجم العلاقة الارتباطية بين درجات أفراد عينة الدراسة

على مقياسي **الإدمان على موقع تيك توك والرضا عن الحياة**، وجاءت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (02): قيمة معامل الارتباط Pearson بين درجات أفراد العينة على مقياسي الإدمان على موقع تيك توك والرضا عن الحياة

المتغيرين		حجم العينة	معامل Pearson	الدلالة الاحصائية	حجم التأثير r^2
إدمان موقع تيك توك	الرضا عن الحياة				
		70	-0.88	0.007	0.77

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن قيمة معامل الارتباط Pearson بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس إدمان موقع تيك توك ودرجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة قد بلغت: **(-0.88)** وهي قيمة سالبة تدل على أن ارتفاع درجات أفراد العينة على مقياس الرضا عن الحياة مقترن بانخفاض درجاتهم على مقياس إدمان موقع تيك توك والعكس صحيح، كما نلاحظ من خلال الجدول أن هذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة **(α=0.01)**، كما نلاحظ أيضًا أن قيمة حجم التأثير (مربع الارتباط) ايتا قدرت بـ: **(0.77)** وهو ما يدل أن هناك**77%**من التباين مشترك بين المتغيرين، أي أن متغير إدمان موقع تيك توكيفسر**77%**من المعلومات في متغير الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة، وهي نسبة مرتفعة حسب المعايير التي حددها**(Cohen, 1988)**للحكم على قيمة حجم التأثير الخاصة بالارتباط غير صحيح، حيث نجد أن حجم الأثر الذي يزيد عن**(0,5 وليس 0,3)0.30**هو حجم أثر كبير.**وعلى هذا الأساس نقبل الفرضية الأولى القائلة بوجود علاقة ارتباطية عكسية بين إدمان موقع تيك توك والرضا عن الحياةلدى الطالب الجامعي.**

3.عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية للدراسة:

والتي مفادها:**يبدي الطلبة الجامعييندرجات مرتفعةمن الإدمان على موقع تيك توك**، وقد تمت معالجة هذه الفرضية إحصائيا عن طريق اختبار (T test) لعينة واحدة لتقدير الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات الإدمان على موقع تيك توك والمتوسط النظري للمقياس، والنتائج موضحة في الجدول الموالي:

الجدول رقم (03): نتائج اختبار (t) لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والنظري للإدمان على موقع تيك توك لدى أفراد عينة الدراسة

المتغير	حجم العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	متوسط الفرق	قيمة اختبار t	قيمة الدلالة الإحصائية
إدمان موقع تيك توك	70	42	55.58	13.58	5.33	0.000

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن قيمة الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات طلاب الجامعة على مقياس إدمان موقع تيك توك المقدر بـ: **(55.58)** والمتوسط النظري له: **(42)**هو فرق جوهري، حيث قدرت قيمة اختبار **(T test)**بـ **(5.33)** وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة **(α=0.01)**، لصالح المتوسط الحسابي، أي أنطلبة الجامعة ترتفع لديهم درجات الإدمان على موقع تيك توكأعلى من المتوسط، **وعليه نقبل الفرضية الثانية للدراسة.**

4.عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة للدراسة:

والتي مفادها:**يبدي الطلبة الجامعيين درجات منخفضة من الرضا عن الحياة،** وقد تمت معالجة هذه الفرضية إحصائيا عن طريق اختبار (T test) لعينة واحدة لتقدير الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات الرضا عن الحياة والمتوسط النظري للمقياس، والنتائج موضحة في الجدول الموالي:

الجدول رقم (04): نتائج اختبار (t)لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والنظريللرضا عن الحياة لدى أفراد عينة الدراسة

المتغير	حجم العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	متوسط الفرق	قيمة اختبار t	قيمة الدلالة الإحصائية

الرضا عن الحياة	**70**	**90**	**94.45**	**4.45**	**1.81**	**0.08**

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن قيمة الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات طلاب الجامعة على مقياس الرضا عن الحياة المقدر بـ: **(94.45)** والمتوسط النظري له: **(90)**هو فرق غير جوهري وقد يعود لعامل الصدفة فقط، حيث قدرت قيمة اختبار **(T test)**بـ **(1.81)** وهي قيمة غير دالة إحصائيا، أي أن طلبة الجامعة يبدون درجات متوسطة من الرضا عن الحياة، **وعليه نرفض الفرضية الثالثة للدراسة.**

5. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة للدراسة:

والتي مفادها: **توجد فروق في درجات إدمان موقع تيك توك لدى الطالب الجامعي تعزى لعامل الجنس (ذكور/إناث).**

وقد تم التحقق من صدق هذه الفرضية باختبار **(T test)** لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطي درجات مجموعتي الذكور والإناث، وذلك على مقياس إدمان موقع تيك توك، والجدول الموالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

الجدول رقم (05): نتائج اختبار (t)لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في متوسطي درجات مجموعتي البحث على مقياس إدمان تيك توك

المتغير	**المجموعة**	**حجم العينة**	**المتوسط الحسابي**	**متوسط الفرق**	**قيمة اختبار t**	**الدلالة الإحصائية**
إدمان تيك توك	**ذكور**	**29**	**56.75**	**2.00**	**0.81**	**0.41**
	إناث	**41**	**54.75**			

أظهر التحليل الإحصائي لنتائج هذه الفرضية أن قيمة اختبار **(T test)**قدرت بـ: **(0.81)** وهي قيمة غير دالة إحصائيا، أي أن كل من الذكور والإناث يبدون ذات القدر من الإقبال على موقع تيك توك، وعليه لا توجد فروق بين الجنسين في إدمان موقع تيك توك، **وبالتالي نرفض الفرضية الرابعة للدراسة.**

6. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة للدراسة:

والتي مفادها: **توجد فروق في درجات الرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي تعزى لعامل الجنس (ذكور/إناث).**

وقد تم التحقق من صدق هذه الفرضية باختبار **(T test)** لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطي درجات مجموعتي الذكور والإناث، وذلك على مقياس الرضا عن الحياة، والجدول الموالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

الجدول رقم (06): نتائج اختبار (t)لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في متوسطي درجات مجموعتي البحث على مقياس الرضا عن الحياة

المتغير	المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	متوسط الفرق	قيمة اختبار t	الدلالة الإحصائية
الرضا عن الحياة	ذكور	29	91.24	3.78	0.85	0.39
	إناث	41	95.02			

أظهر التحليل الإحصائي لنتائج هذه الفرضية أن قيمة اختبار **(T test)**قدرت بـ: **(0.85)** وهي قيمة غير دالة إحصائيا، أي أن كل من الذكور والإناث يبدون ذات القدر من الرضا عن الحياة، وعليه لا توجد فروق بين الجنسين في الرضا عن الحياة، **وبالتالي نرفض الفرضية الخامسة للدراسة.**

II. مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات:

مناقشة وتفسير الفرضية الاولى :

تنص الفرضية الأولى على انه توجد علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات متغيري: (الإدمان على موقع تيك توك والرضا عن الحياة) لدى الطالب الجامعي ومن خلال دراسة وتحليل النتائج عن طريق الأساليب الإحصائية تم التحقق منها والتوصل إلى **وجود علاقة ارتباطيه عكسية بين إدمان موقع تيك توك والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي ومنه نقبل الفرضية البديلة.**

اتفقت هذه النتيجة في البحث الحالي مع دراسة **زكري و بوعويشة(2020)** حول معنى الحياة عند مستخدمي موقع الفيسبوك بجامعة محمد خيضر بسكرة، حيث توصلت إلى أن مستويات معنى الحياة لدى أفراد العينة مختلفة، حيث يحتل مستوى معنى الحياة المرتفع أكبر نسبة.

يمكن تفسير هذه النتيجة في البحث الحالي بانه كلما زاد ادمان الطالب الجامعي على موقع تيك توك انخفض رضاه عن الحياة كنتيجة للتصورات المعرفية التي يكونها انطلاقا من المحتوى الإفتراضي الذي يتلقاه خلال إستخدامه للموقع، بحيث ينعكس سلبا على معايير تقييم حياته بحيث ينخفض تقبله للواقع الذي يعيشه او يقيمه سلبيا من خلال مقارنته بالمحتوى الوهمي الذي يتعرض له خلال استخدام موقع تيك توك وذلك بولوجه لساعات طويلة ومتأخرة مما يؤدي به إلى اضطراب في النوم و التغير السلبي في تناول الوجبات الغذائية و هذا يؤدي لتدهور في الصحة النفسية التي بدورها تشكل الشعور بالإنعزال و الإنطواء عن أفراد الأسرة و جماعة الأصدقاء مما ينتج عنه توتر،قلق،عدم التوافق مع النفس ومع الآخرين وإنخفاض في درجات تقدير الذات لدى هؤلاء الفئة وكذا الصحة النفسية والرضا عن الحياة.

وعلى العكس من ذلك فعندما ينخفض مستوى الإدمان على التطبيق يصبح المتصفح قادر على اختيار ما يمكن تصفحه وهذا يجعل منه شخص سوي يبحث عن ماهو مفيد من أفكار تخص المشاريع أو محتوى هادف مما يؤدي إلى تطور شخصيته و حياته في تطبيق تيكتوك، ويسمح للشخص باختيار طريقة حسب رغبته فارتفاع نسبة الرضا عن الحياة تكون طردية مع درجات تقدير الذات وارتفاع مستويات الصحة النفسية.

فالرضا عن الحياة مرتبط بالتفكير الإيجابي حول ما يحيط بالفرد ، وحول إستغلال كل عناصر الحياة المحيطة بالشخص لصالحه ، ومادام الفرد لا يجد ولا يستفيد من المحيط الواقعي ، ويحاول دوما تحقيق

التصورات بعيدة المدى عن الواقع ، ولا يجد ماهو متداول في الوسائط الاجتماعية بصفة عامة ولا يستطيع تحقيق النموذج المقترح لعدة اعتبارات منها أن ما هو مقدم لا يلتزم بالحقيقة ولا بالموضوعية ولا بالسببية ، مما يخلق فارقا بين الحياة الواقعية والتصورات السلبية ، ومنه فالإدمان على تطبيق التيك توك يكون بنسبة مرتفعة وهذا لبعد الموضوعية والواقع المعاش عن المتصفح.

مناقشة وتفسير الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على ان يبدي الطلبة الجامعيين درجات مرتفعة من الإدمان على موقع تيك توك ومن خلال دراسة وتحليل النتائج عن طريق الأساليب الإحصائية تم التحقق منها والتوصل إلى أن طلبة الجامعة ترتفع لديهم درجات الإدمان على موقع تيك توك أعلى من المتوسط، وعليه نقبل الفرضية الثانية للدراسة.

ويفسره الباحث أن توفر الهواتف الذكية لدى كل الأفراد ، وسهولة الوصول للموقع غير المدفوع والمجاني ، وما يقدمه من تطبيقات تلهم المتتبع من السمعي البصري ، والأجواء أو المناخ التصوري للنماذج المتوقعة ، وبالمقابل أن الطالب الجامعي لا يملك حصانة ضد هذه التطبيقات ، ولا يستخدم مواقع رسمية للتعلم ، فانه يبدي ادمانا نحو موقع تيك توك ، وصار مركز الهاء وتسلية كل الأوقات .

فهذا التطبيق يقدم للفرد مقاطع فيديو قصيرة وسريعة تجعله يقضي وقتا طويلا في التصفح دون الشعور بالملل وهذا ما يسمى بالمحتوى القصير والممتع.

فالخوارزميات المتقدمة تعتمد على تحليل سلوك المستخدم لتقديم محتوى يتناسب مع اهتماماته فيزيد من احتمالية بقائه لفترات طويلة وساعات متأخرة على التطبيق ويتيح للمستخدمين التفاعل مع بعضهم البعض من خلال التعليقات والمشاركات والاعجابات مما يعزز من شعور الانتماء والمشاركة في المجتمع الافتراضي.

يستخدم الطلبة هذا التطبيق كوسيلة للتسلية والهروب من الضغوطات الاجتماعية و الأكاديمية،فنجد أن التغيرات الاجتماعية الأخيرة زادت من تعلق الطالب بالتطبيق مما يزيد من ارتفاع درجات الإدمان وهذا راجع إلى الشعور الذي يستمده أثناء استخدامه سواء من جانب السيطرة أو المزاج للطالب فمثال عن السيطرة فان الطالب يشعر بأنه مكبل اليدين والرجلين من كثرة استخدام التطبيق وهذا

كناية على انه متحكم يشغل مكان أساسي لدى اهتمامات الطالب وإحساس الطالب بالقلق من انقطاعه عن استخدام وسيلة التيك توك لفترات طويلة ماهي إلا نقطة تحول في مزاجه.

وقد يزيد الإدمان بوجود شخصيات افتراضية تحقق النجاح الاجتماعي حسب المتتبع دون تفسير مما يخلق ادمانا نحوها ، وقد يكون أيضا انعدام روح المسؤولية ونقص المهام التدريسية وحتى المهام في الحياة العملية ، أي وجود فراغ في الزمن والعمل ، مما يجعل الفرد يميل ويدمن على المواقع المذكورة والتي تؤثر سلبا على تفكيره ونمط حياته بالبحث عن خارج ما هو موجود في واقعه .

نصل في تفسيرنا إلى أن هذا التطبيق يجذب الطالب المدمن بمحتويات وهمية وافتراضية مما يزيد من تعلقه بالتطبيق و ترتفع نسبة الإدمان.

مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة على ان يبدي الطلبة الجامعيين درجات منخفضة من الرضا عن الحياة خلال دراسة وتحليل النتائج عن طريق الأساليب الإحصائية تم التحقق منها والتوصل إلى أن طلبة الجامعة تنخفض لديهم درجات الرضا عن الحياة وعليه نرفض الفرضية الثالثة للدراسة.

نقص المرافق التي تساعد الشباب وخاصة الطلبة الجامعيين على الاندماج في الحياة الاجتماعية والمهنية، وتقربهم من الواقع المعاش وكيفية التعامل معه.

يمكن أن يتعرض المستخدمون لمحتوى يعزز من المقارنات الاجتماعية حيث يقارنون أنفسهم بالآخرين الذين قد يظهرون حياة مثالية أو يمتلكون مهارات معينة مما يؤدي إلى الشعور بالنقص و عدم الرضا عن الحياة الشخصية فيصبح لهذا التطبيق تأثير نفسي كما أن الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي عن طريق الاستخدام المكثف يأثر على الصحة العقلية و النفسية وبالتالي يؤدي إلى انخفاض في الرضا عن الحياة وقد يؤدي قضاء وقت طويل على التيكتوك إلى تقليل الوقت المخصص للأنشطة الأخرى التي تعزز الرضا عن الحياة مثل التفاعل الاجتماعي المباشر،الدراسة وممارسة الهوايات والتمرين البدني حيث أن الاستخدام المفرط للتيك توك يؤثر على نمط النوم مما يساهم في الشعور بالإجهاد وعدم الرضا.

ويجب ذكر ان البرنامج التربوي والتعلمي وحتى التربية الاسرية التراكمية لا تساعد على التعايش مع الواقع الموجود ، بل ساهمت في بناء شخصيات غير واقعية ، وتفترض ان الحياة السعيدة خارج الحدود العربية والجزائرية ، حيث صار الفرد يرفض كل ماهو وطني وجزائري ويقبل على كل منتوج او فكر اجنبي ، مما يخلق تفكيرا سلبيا أو حتى مرضيا اضطرابي نحو الحياة الواقعية .

مما يخلق تفكير سلبي أو مرضي اضطرابي نحو الحياة الواقعية فيختلف الطالب في الشعور بالسعادة أو الرضا عن الحياة اعتمادا على نمط شخصيته وأهدافه اتجاه الأحداث الجديدة في الحياة.

مناقشة وتفسير الفرضية الرابعة :

تنص الفرضية الرابعة على انه توجد فروق في درجات إدمان تطبيق التيك توك لدى الطلبة الجامعيين تعزى لعامل الجنس(ذكر،أنثى) خلال دراسة وتحليل النتائج عن طريق الأساليب الإحصائية تم التحقق منها والتوصل إلى أن الفرضية لم تتحقق و لا توجد فروق في درجات الإدمان لعامل الجنس(ذكر،أنثى) وعليه نرفض الفرضية الرابعة للدراسة.

اتفقت هذه النتيجة في البحث الحالي مع دراسة **عبد المنعم،الطاهر،وغريب(2016)** عن اثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارة التواصل والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الملك فيصل، على انه لا توجد فروق في درجات الإدمان على تطبيق التيك توك لدى الطلبة الجامعيين لعامل الجنس.

لا وجود للفروق بين الجنسين في درجات ادمان تطبيق تيك توك، لان كلا الطرفين يتعرضان لنفس المفاهيم ونفس النمط في الحياة ، ويتفقان على المواقع في الحياة الافتراضية ، وحتى نفس طريقة التعليم بالمؤسسات الجامعية تحت نفس البرنامج وعند نفس الأساتذة ، مما يخلق التوازن والتساوي في الدرجات.

وقد يشير هذا إلى أن الطلبة الجامعيين من كلا الجنسين يستخدمون تطبيق التيك توك بطريقة متشابهة سواء من حيث الوقت اوطبيعة المحتوى وهذا ما يدل على ان الاستخدام متساو بين الجنسين.

وحتى الأسر الجزائرية تتعامل بتساوي في الفرص الاجتماعية والمهنية ، حيث تسمح لكلا الطرفين بمزاولة الدراسة ومزاولة الميدان المهني ، مما اثر إيجابا على الجنسين في التعامل مع نمط الحياة والوصول للمواقع الالكترونية.

ويمكن أن تكون العوامل التي تؤدي إلى إدمان التيك توك لسهولة الوصول إليه و تنوع المحتوى واليات الجذب النفسي تؤثر على الطلبة من الجنسين بشكل مماثل

وأيضا اللقاءات الافتراضية والجامعية بين الجنسين والمحادثات في شتى1 المواضيع أوصل نسبة كبيرة للتفاهم وتوحيد التصورات حول مختلف المواضيع وحسب دراستنا جودة الحياة والتعامل بإدمان مع موقع التيك توك.

وهذا راجع للعادات و السلوكيات المتعلقة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي متشابهة بين الجنسين في الفئة العمرية الجامعية مما يؤدي الى مستويات متقاربة من الإدمان على تطبيق التيك توك.

وبناءا على ما توصلنا فان عامل الجنس ليس مؤثرا في درجات إدمان التطبيق بين الطلبة الجامعيين وأن كلا الجنسين يظهران مستويات متشابهة من الإدمان على هذه المنصة.

مناقشة وتفسير الفرضية الخامسة :

تنص الفرضية الخامسة على انه توجد فروق في درجات الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لعامل الجنس(ذكر،أنثى) خلال دراسة وتحليل النتائج عن طريق الأساليب الإحصائية تم التحقق منها والتوصل إلى أن الفرضية لم تتحقق و لا توجد فروق في درجات الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين لعامل الجنس وعليه تم رفض الفرضية الخامسة.

اتفقت نتيجة البحث الحالي مع دراسة **بلبالي محمد (2020)** حول تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على قيم المجتمع الجزائري تطبيق الفيسبوك على طلبة جامعة ادرار نموذجا، على انه لا توجد فروق في درجات الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لعامل الجنس

تقول فرضيتنا أن مستويات الرضا عن الحياة بين الطلبة الجامعيين لا تختلف بناءا على الجنس، أي أن الذكور و الإناث يظهرون مستويات و درجات متقاربة من الرضا عن حياتهم، ولتوضيح هذه الفرضية

يمكن الاعتماد على عدة عوامل و المتمثلة في تشابه تجارب الحياة الجامعية فقد يكون لدى الطلبة الجامعيين من الجنسين تجارب حياتية وتعليمية متشابهة، مثل مواجهة نفس التحديات الأكاديمية و الاجتماعية وهذا يؤدي إلى درجات متقاربة من الرضا عن الحياة.

من الممكن أيضا أن يتعرض الذكور و الإناث لنفس الضغوط النفسية والاجتماعية في بيئة الجامعة، مثل الضغوط الدراسية مما يؤثر على الرضا عن الحياة بشكل متشابه وهذا ضمن عامل التأثيرات النفسية و الاجتماعية المشتركة.

ومن أهم العوامل الدعم الاجتماعي والأسري الذي قد يكون لدى الطلبة الجامعيين من الجنسين نفس مستوى الدعم الاجتماعي و الأسري وكذا عامل القيم و الأهداف المشتركة فمن المحتمل أن يكون للطالب الجامعي سواء ذكر أو أنثى قيم وأهداف متشابهة تتعلق بالحياة الجامعية والمستقبل المهني، مما يؤثر على رضاهم عن الحياة بشكل مماثل.

توصلنا في تفسيرنا للفرضية أن الجنس ليس عاملا مؤثرا في درجات الرضا عن الحياة بين الطلبة الجامعيين، وأن كلا الجنسين يظهران مستويات متشابهة من الرضا عن حياتهم.

III. الاستنتاج العام و بعض المقترحات :

تعد الدراسة التي تم انجازها إحدى المساهمات التي تناولت موضوع مواقع التواصل الاجتماعي و علاقته بالرضا عن الحياة ، ونظرا لأهمية متغيري الدراسة باعتبارها حديث الساعة، و ذلك للأهمية البالغة التي تحظى بها الخصائص والحياة النفسية في الوقت الراهن حيث تزايد اهتمام الباحثين بدراسة الرضا عن الحياة للإنسان و الطالب في دراستنا بصفة خاصة ، ويتجلى هذا في مختلف الأبحاث و الدراسات التي يسعى العلماء و الباحثون من خلالها فهم حياة الفرد و المجتمع ،و كذا محاولة رصد الانحرافات في يومياته و رضاه عن حياته و إيجاد الحلول المناسبة للعيش في حياة سوية وسليمة .

ولعل هذا ما دفعنا لدراسة جوانب هذا الموضوع لدى الطالب الجامعي حيث إخترنا كعينة لدراستنا الأساسية طلبة وطالبات بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة يحي فارس المدية .

حيث إنطلقت دراستنا من مجموعة تساؤلات وفرضيات تم التحقق منها بواسطة تطبيق أدوات جمع البيانات ومن ثم معالجتها وتحليلها ، ثم مناقشة وتفسير النتائج التي توصلنا من خلالها إلى :

مساهمة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وخاصة تطبيق التيكتوك في تفسير انخفاض مستوى الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين .

وفي ضوء النتائج المتحصل عليها من الدراسة الحالية ، ارتأينا تقديم جملة من التوصيات نذكر منها:

- ✓ نشر الوعي بمخاطر إدمان تيكتوك كونه لا يختلف عن إدمان المواد المخدرة والكحولية ، وما يترتب عنه من أضرار صحية ونفسية .
- ✓ عمل مطويات ونشرات تنشر الوعي بين الطلبة الجامعيين بمخاطر إدمان التيكتوك
- ✓ تصميم وتطبيق برامج إرشادية لخفض مستوى الإدمان على التيكتوك وبالتالي رفع مستوى الرضا عن الحياة للطالب الجامعي .
- ✓ توفير مختصين في الارشاد النفسي في الجامعات لمساعدة الطلبة في التغلب على أزماتهم النفسية .
- ✓ التوجيه الأمثل لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتيكتوك خاصة ، من قبل خلايا الإصغاء الموجودة بالجامعات بغرض قدرة الطلبة على مجابهة وحل مشاكلهم الواقعية بطرائق عقلانية .

- ✓ التيكتوك إدمانا ، حيث يقضي المستخدمون ساعات طويلة على التطبيق ،يجب المحافظة على التوازن بين استخدام التطبيق وأنشطتك اليومية الأخرى .
- ✓ إذا كنت رب أسرة تحدث عن استخدام تيكتوك والمخاطر المحتملة ، قدم لهم النصائح الإرشادات حول الإستخدام الآمن .
- ✓ إذا وجدت محتوى ضار أو مخالف على تيكتوك قم بالتبليغ عنه على الفور ،يمكنك الإبلاغ عن المستخدمين أيضا إذا كنت تعتقد أن سلوكهم غير لائق .
- ✓ في النهاية يجب أن تكون حذرا ومسؤولا عند إستخدام تيكتوك أو أي تطبيق آخر .

خاتمـــــة

خاتمـــــة

أدى التطور التكنولوجي المتسارع في مجال الاتصالات في إنتاج وسائل اتصال حديثة سهلت عملية التواصل مع الآخرين بتفاعلية اكبر ،على رأسها مواقع التواصل الاجتماعي هذه الأخيرة التي حظيت بشعبية كبيرة في أوساط الشباب عامة والطلبة الجامعيين خاصة ، بحيث كان لتلك المواقع تأثيرا مباشرا على الرضا عن الحياة ، وتمكنت من خلق عادات وسلوكيات جديدة غزت الأوساط الإجتماعية ، بحيث أصبح ذلك العالم الإفتراضي على عقول الشباب عامة والطلبة خاصة باعتبارهم شديدي التعلق بهذه المواقع لما تتيحه من خدمات عديدة كالدردشة ومشاركة المنشورات والتعليقات وباقي الخدمات الأخرى ، رغم ما تمتاز به من إيجابيات إلا أنه لا يمكن إنكار سلبياتها المتمثلة في انخفاض التفاعل الاجتماعي الواقعي،تدني الثقة بالنفس وزيادة القلق والاكتئاب، تشتت الانتباه وتأثيرات على الصحة النفسية هذه العوامل السلبية المجتمعة تسهم في تقليل مستوى الرضا عن الحياة.

من جهة أخرى يمكن أن يكون لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي فوائد ايجابية إذا ما استخدمت بطرق صحية ومتوازنة، مثل مشاركة الاهتمامات الشخصية، توفير منصات للتعبير عن الذات وتعزيز العلاقات الاجتماعية، إثراء المكتسبات الثقافية.

في ختام دراستنا، من الضروري أن ندرك أن العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي و الرضا عن الحياة معقدة و متعددة الأوجه. ولتحقيق توازن صحي ينبغي تعزيز الوعي بالاستخدام المعتدل والمسئول لوسائل التواصل الاجتماعي، والتأكيد على أهمية التفاعل الاجتماعي المباشر والأنشطة التي تعزز الرفاهية النفسية والجسدية.

مواقع التواصل الاجتماعي دراسة تحتاج مزيدا من البحث والتقصي بشكل أعمق باعتبار هذا الموضوع لا يزال حديث الساعة، ولعل هذه الدراسة تفتح باب جديد للبحث من زاوية أخرى

لاستكمال بعض الجوانب الناقصة ولفهم أفضل للقيم الاجتماعية في الواقع الافتراضي اذ يمكن التركيز على دراسة تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على تراجع العلاقات الاتصالية داخل الأسرة، أو دراسة تأثير تطبيق التيك توك على سلوك الطالب.

قائمة

المصادروالمراجع

قائمة الكتب :

1. ابن منظور محمد ، 1999 ، **لسان العرب** ، ط 2 ، دار صادر ، بيروت .
2. الدعجلجي إبراهيم بن عبد العزيز ، 2010 ، **مناهج البحث العلمي** ، ط1 ، دار الصفاء للنشر والتوزيع، الأردن.
3. أحمد الشوري أبو زيد،2015، الاعلام الجديد وإدارة الحملات الانتخابية، مكتبة الاسكندرية، مصر.
4. أحمد العابد وآخرون ، 1988 ، **المعجم العربي الأساسي** .
5. الرفاعي أحمد حسين ، 1998، **مناهج البحث العلمي تطبيقات إدارية اقتصادية** ، د ط ، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان .
6. الدويسري جبريل بن حسن ،سلمى بنت الرحمن محمد ، 2015، **الشبكات الاجتماعية والقيم –رؤية تحليلية–** ، ط 1، دار المنهجية ، عمان .
7. الدسوقي مجدي ،1998، دراسة لأبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين وصغار السن ، المجلة المصرية للدراسات النفسية .
8. أبو خطوة السيد عبد المولى ،2014 ، د.ط ، **شبكة التواصل الاجتماعي واثارها على الأمن الفكري لدى طلبة التعليم الجامعي**، د .د ، البحرين .
9. رشيد زرواتي، 2004، **منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية أسس عملية وتدريبات** ، د ط ، دار الكتاب الحديث ، مصر.
10. عبد الرحمن بن إبراهيم الشاعر،2015 ، **مواقع التواصل الاجتماعي والسلوك الإنساني** ، ط 1 ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .
11. عليلي علاء الدين محمد المليحي ، 2015، **الإعلام الجديد وشبكات التواصل الاجتماعي العالمية** ، دار التعليم الجامعي، القاهرة .
12. الديب علي ، 1994 ، **العلاقة بين التوافق والرضا عن الحياة لدى المسنين وبين استمرارهم في االهيئة** ، المصرية العامة للكتاب ، ج 1 ، القاهرة.
13. شقرة علي خليل ، 2014 ، **الاعلام الجديد (شبكات التواصل الاجتماعي)** ، ط 1 ، دار أسامة للنشر و التوزيع ، الأردن .

14. غازي عناية، 1999، **منهجية إعداد البحث العلمي**، د ط، دار المناهج للنشر والتوزيع ، عمان.

15. ليلى جرار ،2011 ، **الفيسيوك و الشاب العربي** ، ط 1، دار الفلاح للنشر و التوزيع ، عمان– الأردن.

16. الشمايلة ماهر عودة ،2015، **الاعلام الرقمي الجديد** ،ط1 ، الاعصار العلمي للنشر والتوزيع.

17. الشمايلة ماهر عودة ، محمود عزت اللحام، وآخرون، 2015، **تكنولوجيا الإعلام والاتصال** ، ط1، دار الإعصار العلمي، الأردن، عمان .

18. أرجايل مايكل ، 1993 ، **سيكولوجيا السعادة ترجمة: د.فيصل عبد القادر يوسف.مراجعة** ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب ، الكويت.

19. زهران حامد عبد السلام ، 1978، **علم النفس الاجتماعي** ، ط 4، عالم الكتب ، القاهرة .

20. عبيدات محمد وآخرون، 1999 ، **منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات** ، ط 2 ،دار وائل ، عمان .

21. مروان عبد المجيد إبراهيم ، 2007، **أسس البحث العلمي** ، ط1، مؤسسة الوراق للنشر، عمان .

22. الضامن منذر ، **أساسيات البحث العلمي**، ط 1 ، دار المسيرة ، عمان .

23. وائل مبارك خصر فضل الله، 2011 ، **أثر الفيسبوك على المجتمع** ، ط 1، المكتبة الوطنية للنشر ، السودان.

24. ألفرد أدلر ، 2005، ترجمة عادل بشرى ، **معنى الحياة** ، المجلس الأعلى للثقافة للنشر والطباعة ، القاهرة ، مصر.

25. الدسوقي مجدي محمد ،1998 ، **مقياس الرضا عن الحياة** ، ط2 ، جامعة المنوفية .

26. جرار ليلى ، 2011، **الفيسبوك والشاب العربي** ، ط1، دار الفلاح للنشر والتوزيع ،عمان الاردن.

27. سلطان مسفر مبارك الصاعدي ، 2011، **الشبكات الاجتماعية خطر أم فرصة** ، السعودية .

<u>الرسائل و المذكرات :</u>

28. أبوعبيد دعاء ، 2003، الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية غزة، فلسطين .

29. دشيشة عبد الرؤوف، 2022/2021 ، تأثير محتوى تطبيق تيك توك على المراهقين في الجزائر دراسة ميدانية على عينة من مراهقين متوسطة ابو كامل الشجاع بن اسلم – بوسعادة ،مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم الاعلام والاتصال ، قسم الاعلام و الاتصال ،كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة محمد بوضياف ، المسيلة ،الجزائر.

30. رقاد حليمة، 2017 ، آثار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الممارسة اللغوية للطلبة الجامعيين – الفايس بوك نموذجا، دراسة على عينة من طلبة جامعة وهران ، أطروحة مقدمة لنيل درجة دكتوراه (ال .م .د) الطور الثالث في علوم الإعلام والاتصال، كلية العلوم الاجتماعية، قسم العلوم الإنسانية، شعبة علوم الإعلام والاتصال، تخصص وسائل الإعلام والمجتمع، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، الجزائر.

31. زينب فرداس، هناء قروف، مروة طوبة، 2021/2020 ، استخدام المحتويات المرئية كدعائم إعلامية عبر منصة الانستغرام، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علوم الإعلام والاتصال، قسم علوم الإعلام والاتصال وعلم المكتبات ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة 8 ماي 1945 قالمة، الجزائر.

32. سلطان مسفر مبارك الصاعدي، 2011 ، الشبكات الاجتماعية خطر أم فرصة، بحث مقدم لشبكة الولة، السعودية

33. سليمان عادل ، 2003 ، الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديرياتها في مديريات محافظات فلسطين الشمالية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين .

34. عبد الحكيم بن عبد الله بن راشد الصوافي ، 2015/2014 ، استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في محافظة شمال الشرقية بسلطنة عمان وعلاقته ببعض ، مذكرة مقدمة لاستكمال الحصول على درجة الماجستير في التربية تخصص إرشاد نفسي ، قسم التربية والدراسات الإنسانية ، كلية الآداب و العلوم ، جامعة نزوى، عمان .

35. عبد الله ممدوح مبارك الوعود، 2011–2012 ، دور شبكات التواصل الاجتماعي في التغير السياسي في تونس ومصر من وجهة نظر الصحفيين الأردنين، رسالة ماجستير، كلية الاعلام، جامعة الشرق الأوسط .

36. العش أكرم عبد القادر درويش ، 2002، عن الحياة وعلاقته بانماط التعلق في المرحلة الوسطي من الرشد، رسالة ماجستير ، الجامعة الاردنية، عمان ، الاردن .

37. كاتب فارس ، عفون دنيا ،2016، أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على سلوك الشباب الجزائري: دراسة وصفية مسحية على عينة من شباب – أم البواقي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم الإعلام والاتصال تخصص اتصال وعلاقات عامة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم العلوم الإنسانية، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، الجزائر.

38. المالكي رانيا معتوق محمد ، 2011 ، فعالية الانا وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من السعوديات في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية ، رسالة ماجستير ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية .

39. محمد زكريا خراب ، ديسمبر 2019، ثقافة استخدام واستهلاك الشباب الجزائري لتطبيق "تيك توك": رؤية نقدية، المجلة الجزائرية لبحوث الإعلام والرأي العام، المجلد (02) – العدد (02).

40. مرسي كمال ،2000 ، القلق وعلاقته بالشخصية بمرحلة المراهقة ، رسالة دكتوراه، كلية التربية ، جامعة الرياض، المملكة العربية السعودية.

41. مسعودة بلاغيث ، الحاجة عائشة بكاير ، 2020/2019.، الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات، مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس ، تخصص: علم النفس عيادي ، قسم علم النفس وعلوم التربية و الأرطوفونيا، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية ،جامعة غرداية ، الجزائر.

42. مريم نومار ، 2012، استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وتاثيره في العلاقات الاجتماعية ، رسالة ماجستر غير منشورة ، جامعة باتنة الجزائر .

المجلات:

43. أسماء لعموري نحال سناء 2022، ، تأثير وسائط التواصل الرقمية على القيم الاجتماعية لدى المراهق الجزائري – التيك توك انموذجا، المجلة الدولية للإتصال الاجتماعي، المجلد 09 / العدد 02 ، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، الجزائر .

44. عبدالوائلي جميلة رحيم ، 2001، المعنى في الحياة وعلاقته بنمط الشخصية أ و ب لدى طلبة جامعة بغداد ، مجلة التربية للبنات ، بغداد العراق ، ص 102،101.

45. عزيز لعبان ، 2018، علاقة كثافة استخدام شبكات التواصل الاجتماعي ببناء الثقة الاجتماعية والرضا عن الحياة ، مجلة الجزائرية للاتصال ، المجلد15 ، العدد 25، الجزائر .

46. أحمد عباد، 2012 مدخل لمنهجية البحث الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية 2 الجزائر .

47. جعفر أحمد كرم جوهر محمد على، 2008 ، الرضا عن الحياة لدى الأبناء ، المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال – جامعة المنصورة المجلد الخامس – العدد الثاني، مصر .

48. الحمامي الصادق، 2012 ، كيف تفكر في مواقع الشبكات الاجتماعية، إحدى عشر مسالة أساسية ، مجلة أكاديميا الشهرية بجامعة منوبة ، تونس، عدد ماي .

49. دليلة غروبة ، 2013، الانترنت الشبكات الاجتماعية وثورة الإعلام الجديد، مجلة الحكمة للدراسات الإعلامية والاتصال، عنابة، العدد 15 .

50. سعيد سبعون حفصة جدرادي ،2012 ، الدليل المنهجي في إعداد المذكرات والرسائل الجامعية في علم الاجتماع، دار القصبة للنشر والتوزيع، الجزائر، د ط.

51. عبدالله عامر الهاملي 2003 ، ،أسلوب البحث الاجتماعي وتقنياته، منشورات جامعة قاريونس، ليبيا،ط1.

52. وحيد قدورة ، 2022، الاتصال العالمي والوصول الحر للمعلومة العلمية، الباحثون والمكتبات الجامعية العربية، المنظمة العربية للترفيه والثقافة، تونس .

المواقع الإلكترونية :

53. وليد رشاد زاكي، 2012 ، نظرية الشبكات الاجتماعية من الايديولوجيا إلى قضايا استراتيجية، المركز العربي لأبحاث الفضاء الالكتروني.

54. ra/qaf/gro.margelet//:sptth

الملاحق

الملحق الأول : مقياس إدمان التيك توك

الرقم	العبارة	موافق	محايد	رافض
1	أصبح استخدامي لتطبيق TikTokيسيطر على تفكيري بدرجة كبيرة.			
2	أهمية تطبيق TikTokفي حياتي بذات أهمية الهواء والماء.			
3	أشعر بأنني مكبل اليدين والرجلين من كثرة استخدامي لتطبيقTikTok .			
4	أكثر من مرة نمت لأقل من أربع ساعات بسبب استخدامتطبيق TikTok.			
5	أتأخر في النوم كثيرا بسبب انشغالي بتطبيقTikTok.			
6	رغم شعوري بالإرهاق إلا أنني أستمر في استخدام تطبيق TikTok.			
7	في كثير من الأحيان ألجأ للكذب على والدي لاستخدام تطبيقTikTok.			
8	تطبيق TikTokأحب الأنشطة التي أقوم بها في حياتي.			
9	توقفي عن استخدام تطبيق TikTokبسبب أعطال شبكة الانترنت يجعلني أشعر بالعصبية.			
10	أجد متعة في استخدام تطبيق TikTok لا أجدها في أي شيء آخر.			
11	تفوقي عن استخدامTikTOKيجعلني شخصا مرغوبا من الآخرين.			
12	أشعر بالعصبية عند استخدامي لتطبيقTikTOK وتثار الفوضى أمامي.			
13	تزيد سعادتي أثناءاستخدام تطبيق TikTOK أكثر مما أكون عليه من قبل.			
14	ينتابني القلق من انقطاعي عن استخدام تطبيقTikTOKلفترة طويلة .			
15	كنت أتمنى أن تكون ساعات اليوم أطول لأستمر في استخدامتطبيقTikTOK.			

16	أهرب من المشكلات التي تواجهني باستخدامي لتطبيقTikTOK.				
17	استمراري في استخدام لتطبيقTikTOK أفقدني الكثير من الأصدقاء.				
18	تطبيقTikTOKملاذ آمن لي إذا ضاقت بي الحياة.				
19	أبدأ في استخدامي لتطبيق TikTOKمباشرة بعد استيقاظي من النوم.				
20	ليس لدي أصدقاء كثُ و ذلك لانعزالي عن العالم الحقيقي و انغماسي في العالم الافتراضي.				
21	إدماني على تطبيقTikTOKجعلني أنقطع عن زيارتي أقاربي.				

الملحق الثاني : مقياس الرضا عن الحياة

الرقم	العبارة	تنطبق تماما	تنطبق	بين بين	لا تنطبق	لا تنطبق ابدا
1	أنا اسعد حالا من الآخرين					
2	أنا راضي عن نفسي					
3	ظروف حياتي ممتازة					
4	في معظم الأحيان تقترب حياتي من المثالية					
5	أنا راض عن كل شيء في حياتي					
6	اشعر بالثقة اتجاه سلوكي الاجتماعي					
7	اشعر بالأمان و الطمأنينة					
8	أتمتع بحياة سعيدة					
9	اشعر أن حياتي الآن					

	أفضل من أي وقت مضى					
10	حصلت حتى الآن أشياء مهمة في حياتي					
11	اشعر أنني موفق في حياتي					
12	أشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل اتجاه المستقبل					
13	أنا راض بما وصلت إليه					
14	أميل إلى الضحك وتبادل الدعابة					
15	أشعر بالرضا و الارتياح عن الظروف الحياتية					
16	أتقبل الآخرين و لتعايش معهم كما هم					
17	أعيش في مستوى حياة معيشة حياة أفضل مما كنت أتمناه أو أنوعه					
18	أشعر بالسعادة لوجود علاقات طبية تربطني مع					

	الآخرين					
19	أشعر أن حياتي مشرقة و مليئة بالأمل					
20	أتقبل نقد الآخرين					
21	يثق بالآخرين في قدراتي					
22	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح و المرح					
23	أنام نوما هادئا و مسترخيا					
24	ينظر الآخرين إلي بإحترام					
25	لا أعاني من مشاعر اليأس و خيبة الأمل					
26	لدي القدرة على اتخاذ القرار و تحمل نتائجه					
27	أفكاري و آرائي تنال إعجاب الآخرين					

28	علاقاتي الاجتماعية بالآخرين ناجحة					
29	روحي المعنوية مرتفعة					
30	لو قدر لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيئا من حياتي					

الملحق 03 : المعالجات الإحصائية لاختبار فرضيات الدراسة

إختبار إعتدالية توزيع بيانات متغيرات الدراسة:

Tests de normalité						
	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistique	ddl	Signification	Statistique	ddl	Signification
الإدمان على تيك توك	,089	70	,200*	,960	70	,065
الرضا عن الحياة	,125	70	,088	,976	70	,071
*. Il s'agit d'une borne inférieure de la signification réelle.						
a. Correction de signification de Lilliefors						

إختبار صحة الفرضية الأولى للدراسة:

Corrélations			
		الإدمان على تيك توك	الرضا عن الحياة
الإدمان على تيك توك	Corrélation de Pearson	1	-,886
	Sig. (bilatérale)		,007
	N	70	70
الرضا عن الحياة	Corrélation de Pearson	-,886	1
	Sig. (bilatérale)	,007	
	N	70	70

إختبار صحة الفرضية الثانية للدراسة:

Statistiques sur échantillon unique				
	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الإدمان على تيك توك	70	55,5857	10,05995	1,20239

Test sur échantillon unique				
	Valeur du test = 42			
	T	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne
الإدمان على تيك توك	5,335	69	,000	13,58429

إختبار صحة الفرضية الثالثة للدراسة:

Statistiques sur échantillon unique				
	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الرضا عن الحياة	70	94,4571	18,17761	2,17264

Test sur échantillon unique				
	Valeur du test = 90			
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne
الرضا عن الحياة	1,813	69	,080	4,45714

إختبار صحة الفرضية الرابعة والخامسة للدراسة:

Statistiques de groupe					
	الجنس	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الإدمان على تيك توك	ذكر	29	56,7586	11,08298	2,05806
	أنثى	41	54,7561	9,32143	1,45576
الرضا عن الحياة	ذكر	29	91,2414	24,75257	4,59644
	أنثى	41	95,0244	11,62000	1,81474

Test d'échantillons indépendants							
		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes			
		F	Sig.	T	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne
الإدمان على تيك توك	Hypothèse de variances égales	,919	,341	,818	68	,416	2,00252
	Hypothèse de variances inégales			,794	53,630	,430	2,00252
الرضا عن الحياة	Hypothèse de variances égales	10,180	,002	-,856	68	,395	-3,78301
	Hypothèse de variances inégales			-,766	36,784	,449	-3,78301

ملحق 04 : قائمة المحكمين

الإسم واللقب	الجامعة	الدرجة العلمية	الإمضاء
	جامعة يحي فارس بالمدية		
	جامعة يحي فارس بالمدية		
	جامعة يحي فارس بالمدية		
	جامعة يحي فارس بالمدية		
	جامعة يحي فارس بالمدية		