الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني وطبيعة العلاقات الأسرية

أ.د. ندوى محمد محمد شريف
قسم علم النفس/ كلية اللغات والعلوم الإنسانية جامعة كرميان

أ.د. رشا خليل عبد
عميد كلية
كلية بلاد الرافدين الجامعة

م. د. آريان عبد الوهاب قادر
قسم تقنيات هندسة الحاسبات/ كلية بلاد الرافدين الجامعة

المستخلص:

هدف البحث الحالي تعرف دور الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني في التأثير على طبيعة العلاقات الأسرية وتقديم بعض الارشادات والرؤى العملية لكيفية تعامل الأسرة مع هذه الوسائل لحماية أبنائها، والحفاظ عليهم من الوقوع في إدمانها، ولتحقيق هذا الهدف اعتمد الباحثان المنهج التحليلي، وتم التطرق الى النظريات التي فسرت الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، فضلا عن نشأة مواقع التواصل الاجتماعي وأهميتها ومميزاتها وأقسامها وعيوبها والتطرق الى منصات التواصل الاجتماعي الشائعة الاستخدام في الوقت الراهن ومنها: الفيس بوك وتويتر وإنستغرام واليوتيوب...، والدور الذي تؤديه في التأثير على طبيعة العلاقات السائدة بين أفراد الأسرة وأهم الاستراتيجيات المتبعة في علاجها.

من أبرز ما توصلت اليه الدراسة هو انتشار هذه المواقع وتأثيرها القوي على العلاقات داخل الأسرة، كونها اصبحت بديلاً عن التواصل الطبيعي، مما كان له الدور الكبير في خلق مشكلات أخلاقية وأخطار ونتائج سلبية على صحة الفرد وتوافقه النفسي والاجتماعي والمهني، وفقدان التواصل مع الآخرين وإهمال الواجبات الأسرية والتفكك والتصدع الأسري، وانهيار البناء الاجتماعي للأسرة.

وأخيرا في ضوء نتائج البحث قدم الباحثان عددا من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: الإدمان، مواقع التواصل الاجتماعي الالكتروني، العلاقات الأسرية.

Abstract:

The current research aimed to identify the role of addiction to electronic social networking sites in affecting the nature of family relationships and to provide some practical guidance and insights on how the family deals with these means to protect its children and keep them from falling into addiction. To achieve this goal, the researchers adopted the analytical approach. Addressing the theories that explained addiction to social networking sites, as well as the emergence of social networking sites, their importance, advantages, divisions and disadvantages, and addressing the social media platforms commonly used at the present time, including: Facebook, Twitter, Instagram and YouTube..., and the role they play in influencing the nature of relationships prevalent among family members and the most important strategies used in its treatment.

One of the most prominent findings of the study is the increase in the spread of these sites and the strength of their impact on family relations, as it has become a substitute for normal communication, which has caused societal and moral problems, dangers and negative consequences for the individual's health and psychological, social and professional compatibility, loss of communication with others, neglect of family duties, family disintegration and rift. and the collapse of the social structure of the family.

Finally, in the light of the research results, the researchers presented a number of recommendations and proposals.

Key words: Addictive, Electronic social networking sites, family relationships

مشكلة البحث:

لقد شهدت الأسرة العربية تغيرات منذ القرن الماضي، عند حدوث التغيرات الاقتصادية والاجتماعية، فضلا عن تأثير بعض القيم الجديدة فأصبحت تشهد بعض الصعوبات التي تهدد تماسكها واستقرارها، اذ شهدت المجتمعات تزايد استخدام تقنيات التواصل الإلكتروني، اذ تظهر الاحصائيات العالمية عبر مواقعها المختلفة تزايد الاقبال على استخدام شبكات التواصل الاجتماعي في جميع أرجاء العالم، فوفق آخر الاحصائيات فاق عدد مستخدمي هذه المواقع في العالم ثلاث بليون مستخدم وأن هناك ارتفاعا ملحوظا في أعداد المستخدمين لهذه الشبكات في منطقة الشرق الأوسط والبلدان العربية، وقد قدرت هذه الزيادة بالملايين سنويا.(مزغراني وصارة حمري،2020، ص608)

وقد أصبحت شبكات الإنترنت وسيلة مهمة للتواصل الاجتماعي، وسعت لتوفير المواقع التي تدعم التواصل، وهي تتسم بالفورية، والتفاعلية والتحديث وتعدد الوسائط ، وقد لاحظ الباحثان زيادة نسبة انتشار المواقع وتنوع استخدام الأفراد لها، فضلا عن قوة تأثيرها على العلاقات الاجتماعية، وعلى الرغم من الإيجابيات في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، الا اننا نجد في استخدامها سلبيات ومخاطر على المجتمع، ففي الآونة الأخيرة نلاحظ تفكك العلاقات الأسرية نتيجة التغيرات التي أحدثتها التقنيات ومواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني، منها تزايد حالات الطلاق والخيانة الزوجية، مما أثر سلباً في تماسك المجتمع.

من هنا تلمس الباحثان من خلال متابعتهما الميدانية وتعاملهما الشخصي مع مواقع التواصل الإلكترونية ظاهرة زيادة انتشار هذه المواقع وتأثيرها القوي على العلاقات داخل الأسرة، مما دعا للقيام بالبحث، وانطلاقا من أهمية ودور هذه الوسائل في حياة أفراد المجتمع بشكل عام، لذا يمكن أن نحصر مشكلة البحث بالإجابة عن السؤال الآتي:-

- ما المقصود بالإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني؟ وما أثره على العلاقات داخل الأسرة؟

أهمية البحث:

تحتل الأسرة أهمية بالغة على مدى العصور، ولا يمكن تصور حياة طبيعة ومستقرة للأفراد بدونها، فالحياة بتناقضاتها وتحدياتها ومشاكلها تصيب الانسان بالضيق والخوف والتعب والارهاق ولن يتمكن من معالجة تلك المخاوف والتخفيف من الالام الا في إطار الاسرة.

وتعد الأسرة الخلية الأولى التي يتكون منها المجتمع فإذا صلحت صلح المجتمع كله، وإذا فسدت فسد المجتمع بأسره، والعلاقات الأسرية من أهم العلاقات في حياتنا الانسانية لأهميتها في تشكيل حياتنا، ولا يمكن أن تكون هذه الأسرة سليمة الا إذا كانت العلاقات الأسرية ناجحة كي تتمكن الأسرة من تشكيل توجهات الأبناء وتربيتهم بالطريقة التي تتماشى والواقع الاجتماعي.

وفي الآونة الأخيرة طرأت على مجتمعاتنا العديد من التحولات والتغيرات في مجالات الحياة كافة الاجتماعية والثقافية والسياسية والاقتصادية التي كان لها دورها في التأثير على استقرارها، ولوسائل الاتصال الاجتماعي الألكتروني دور كبير فيما حدث للأسرة في جميع المجتمعات على مستوى العالم، فأصبحت الأسرة تعاني تفكك في العلاقات وازدادت ظاهرة العنف وزادت معدلات الجريمة بشكل واضح، ولا شك أن هذه التغيرات لها تأثيرها المباشر على الأفراد ومؤسسات المجتمع، ما دفع المجتمعات بقبول هذه المستحدثات لتحقيق الاستفادة من مزاياها، ويعد الانترنيت قمة التطور الحالي في زمننا وهو سلاح ذو حدين، وتعد هذه المواقع الأكثر انتشاراً على الشبكة العنكبوتية، لما تمتلكه من سمات وخصائص تميزها عن المواقع الإلكترونية الأخرى، لما كان لها من دور في الإقبال عليها بالرغم من الانتقادات الشديدة التي تتعرض لها، من تلك الانتقادات التأثير السلبي والمباشر على الأسرة والمساهمة في تفككها، لكننا نجد في المقابل من يرى انها وسيلة ضرورية للتفاعل بين المجتمعات، وفرصة للتواصل وزيادة لتقارب الناس ، والبعض الآخر يرى انها تشكل مصدر خطر حقيقي على العلاقات الاجتماعية، وتؤدي إلى ولادة مجتمع يحمل عوامل

القطيعة مع التقاليد الثقافية والعزلة وتفكك روابط الحياة الاجتماعية كونها دخلت الحياة الأسرية وقللت من فرص التفاعل الاجتماعي بين افراد الأسرة. (بو شليبي، ٢٠٠٦، ص ١٤٣)

لذا تأتي هذه الدراسة لتعرف أثر استخدام شبكات التواصل الإلكترونية على العلاقات الاجتماعية الأسرية، ويعود سبب اختيار هذا الموضوع لظهور تأثيرات ناتجة عن انتشار استخدام هذه الشبكات ما جعل هذا النوع من التواصل محل دراسة وبحث، بظهور فيس بوك Facebook وتويتر Twitter ويوتيوب YouTube وورد برس WordPress وغيرها، ويمكن تلخيص أهمية البحث الحالي بالنقاط الآتية:

- تناولت هذه الدراسة ظاهرة مهمة من ظواهر العصر الحديث وهي استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كإحدى وسائل التكنولوجيا الحديثة التي تزايد عدد مستخدميها بشكل واضح.
- ان لظاهرة إدمان الانترنت تأثيرات متعددة على الفرد وعلى المجتمع من الناحية الاقتصادية والمهنية والاجتماعية والأكاديمية والصحية وان مواجهة هذه التأثيرات أمر يستحق الدراسة.
- نظرا لحداثة مواقع التواصل الاجتماعي وتنوعها ففي العراق ماتزال دراسة الآثار الاجتماعية للإدمان عليها قليلة، لذا يوفر البحث الحالي اطاراً نظريا يمهد الطريق لإجراء عدد من الدراسات التي تتناول موضوعات مماثلة بصورة علمية.

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي تعرف:

1- دور الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني في التأثير على طبيعة العلاقات الأسرية.

2- تقديم بعض الارشادات والرؤى العملية لكيفية تعامل الأسرة مع هذه الوسائل لحماية أبنائها، والحفاظ عليهم من الوقوع في إدمانها.

تحديد المصطلحات:

أولا: الإدمان Addictive

عرفته منظمة الصحة العالمية بأنه حالة نفسية وعضوية، تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة، ومن خصائصها الرغبة الملحة على التعاطي بصورة متصلة أو دورية، للشعور بآثاره النفسية أو تجنب الآثار المزعجة عن عدم توفره. (عبد المعطي،2004، ص146)

ثانيا: مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني Electronic social networking **sites**

يعرفها زاهر (2003) بأنها منظومة من الشبكات الإلكترونية تسمح للمشتركين فيها أن ينشؤوا مواقع خاصة بهم، وأن يقوموا بربطها عن طريق نظام اجتماعي الكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الميول والاهتمامات نفسها. (زاهر، ٢٠٠٣، ص23)

وتعرفها عثمان ونايف الزيود (2013) بأنها مواقع تكنولوجية فعالة تسهل الحياة الاجتماعية لمستخدمي تلك المواقع بهدف الحصول على المعلومة والاتصال والتواصل بمجموعة من الأقارب والأصدقاء، من خلال التواصل الصوتي والمرئي.

يعرفها الحاوري بأنها تطبيقات وبرامج مرتبطة بالأنترنت، تساهم في تقديم خدمة إرسال الرسائل النصية والصور والملفات. (الحاوري،2021، ص64)

ثالثا: الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي الالكتروني

Addiction to electronic social networking sites

يعرفه عزب بأنه متلازمة الاعتماد النفسي للتعامل مع شبكات التواصل الاجتماعي لأوقات طويلة على حساب ضرورات المهنة أو الدراسة الأكاديمية، فضلا عن

التكرار والنمطية والإلحاح والانسحاب من الواقع الحقيقي الفعلي إلى واقع افتراضي، ويصعب الإقلاع عن ذلك بدون معاونة علاجية. (عزب، 2001، ص6)

وتعرفه يونج Young بأنه استخدام شبكات التواصل الاجتماعي والانترنت لأكثر من 38 ساعة أي بواقع 7 ساعات يوميا. (حلاوة وعبد العاطي،2011، ص 65)

رابعا: العلاقات الأسرية family relationships

يقصد بها تلك العلاقات التي تقوم بين الزوج والزوجة والأبناء وطبيعة التفاعلات التي تقع بين أعضاء الأسرة، وطبيعة الاتصالات والتفاعلات بين أعضاء الأسرة الذين يقيمون في منزل واحد من ذلك العلاقة بين الزوج والزوجة وبين الأبناء أنفسهم. (عاطف، 1992، ص437)

ويرى الباحثان بانها العلاقات الوثيقة التي تنشأ بين الأفراد الذين يعيشون سوية مدة طويلة من الزمن وتقوم على الالتزام بالحقوق مما يقود إلى شعور بالتماسك والصلابة.

النظريات التي فسرت الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي:

1- النظرية التفاعلية الرمزية: Symbolic Internationalism

ونشأت في أوائل القرن العشرين، على يد العالم (جورج هيربرت ميد) George H.Mead وهي ترى ان الحياة الاجتماعية مجموعة من الاتصالات بين الأفراد مع بعض، أو الأفراد مع الجماعة، أو الجماعة مع جماعة أخرى ناجمة عن رموز سلوكية وكلامية ولغوية وعلى فعل ورد فعل بين الأشخاص، دوافعها فقد تكون اقتصادية أو تربوية أو عائلية أو سياسية أو عسكرية أو دينية، وهناك آثار للعلاقات الاجتماعية قد تكون إيجابية أو سلبية، فعند عملية التفاعل Interaction يكون كل فرد صورة ذهنية بشكل رمز عن الافراد او الجماعة التي تفاعل معها، وطبيعة الرمز الذي نكونه عن الاشخاص او الأشياء يحدد علاقتنا بهم.(الحسن، ٢٠٠٥، ص ٦٥-٨٦)

لذا فان هذه النظرية تركز على الرموز والمعاني، وترى أن إحساسنا بالذات يتشكل من خلال كيفية التفاعل مع الآخرين، فالأفراد يتفاعلون من خلال الشبكات الاجتماعية، وان المستخدمون يتصرفون في المجتمع الافتراضي من خلال ما تعنيه الأشياء لهم، ومن خلال التفاعل مع الآخرين. (علي،2015، ص14-15)

ففكرة النظرية تدور حول مفهومي الرموز والمعاني في ضوء صورة معينة للمجتمع المتفاعل، وتشير إلى معنى الرموز بانها اشارات مصطنعة، يستخدمها الأفراد فيما بينهم لغرض تسهيل عمليةِ التواصل، وهي سمة وميزة انفرد بها الإنسان، وتعد اللغة من أهم الرموز المستخدمة في هذا التفاعل، ويتم تحديد معنى الرموز بالاتفاق مع أعضاء الجماعة. (لطفي، ١٩٩٩، ص ١٢٠-١٢٢)

لذا فإن النظام الاجتماعي يعد نتاج للأفعال التي يصنعها أفراد المجتمع، وإن البشر يسلكون حيال الأشياءِ على أساس ما تعنيه بالنسبة إليهم وان هذه المعاني هي نتاج للتفاعل الاجتماعي الإنساني وهي تعدل ويستخدمها كل فرد في تعامله مع الإشارات. (الجولاني،1997، ص216)

2- **نظرية انتشار المبتكرات المستحدثات:** مؤسس هذه النظرية عالم الاجتماع روجرز Rogers، الذي ركز على كيفية تبني المستحدثات او الابتكارات الجديدة، وفي عام ١٩٧٠ قدم مع شوميكر Shoemaker نموذجا لعملية انتشار المبتكرات الذي بينا فيه ان الانتشار هو انتقال الأفكار والتكنولوجيا الى الناس، اما الابتكارات فهي أفكار يدركها الفرد بوصفها شيئا جديدا.

وحدد روجرز مراحل تبني الأفكار المستحدثة كما يأتي:

- الشعور بالفكرة من خلال إدراك الأفراد لوجود فكرة جديدة عن اختراع معين.
- التعرف على وظائف الشيء الجديد وتعرف نوعية الابتكار.
- يحدد الفرد موقفاً مؤيداً او معارضاً للابتكار.

- مرحلة اتخاذ القرار من خلال ممارسة الفرد لأنشطة تدفعه أما لتبني الابتكار أو لرفضه. (الحاج، 2020، ص 108)

ويعتم

أنموذج انتشار المبتكرات على اربعة عناصر وهي:

1- المبتكر والابتكار: وهو اي فكرة جديدة تدخل النظام الاجتماعي مثل استخدام الانترنيت.

2- الاتصال: عبر قنوات الاتصال او الاتصال الشخصي.

3- الوقت: ويعني ان انتشار المبتكرات وتبني الناس لها سيتم عبر مرور الزمن.

4- الاعضاء في القطاع الاجتماعي: فالمبتكرات موجهه الى أفراد في مجتمع ما تربطهم مجموعة من العلاقات.

3- **نظرية الهروب من الذات:** ويرى أصحابها ان ادمان الانترنت يحدث كمحاولة للاغتراب الذاتي المصاحب بحالة مزاجية سلبية وأنها تتضمن عدة خطوات:

- يواجه الأفراد الواقع الذي لا يتلاءم مع توقعاتهم كالفشل فعندما تعزى هذه الصعوبات الى الذات يدرك الفرد ذاته حينئذ على انه يعاني من قصور او عجز.
- الانفعالات السلبية او محاولات الانتحار تظهر من المقارنة بين الذات الواقعية والذات المثالية.
- الفرد يستجيب لهذه الحالة بالهروب من هذا الفكر الى حالة برود وجمود الفكر فيستخدم الانترنت لإعطائه شعورا زائفا بالقوة والانجاز. (17-10:Kwon&Lee,2009,p)

دراســـــات ســابـقـــــة :

- **دراسة عمار وأبو زيد (2001): "تكنولوجيا الاتصالات وآثارها التربوية والاجتماعية"**

هدف البحث تعرف الآثار التربوية والاجتماعية لتكنولوجيا الاتصالات من خلال معرفة اثرها على نوعية التعليم وعلى مجالات عمل الشباب ومستقبلهم، والعلاقات الاجتماعية الإلكترونية ، طبق البحث على المعلمين ومديري المدارس وطلبة المرحلتين الثانوية والجامعية في البحرين وعددهم(165)، لجأ الباحث الى استخدام منهج المسح الاجتماعي، واعتمد على المقابلة والاستبيان لجمع المعلومات، وتوصلت الدراسة إلى ان ميل الطلبة للتعارف من خلال الإنترنت أكثر من غيرهم من أفراد العينة، وأن مزايا تكنولوجيا الاتصالات تفوق بكثير جوانبها السلبية من ناحية تسهيل عملية التواصل وتوفير فرص العمل وزيادة المعلومات.(عمار وأبو زيد،2001،ص111)

- **دراسة ساري (2008):"تأثير الاتصال عبر الإنترنت في العلاقات الاجتماعية":**

هدفت الدراسة إلى معرفة التأثيرات النفسية والاجتماعية للإنترنت على علاقات الشباب بمعارفهم ومعرفة الخصائص الثقافية للإنترنت، بلغ حجم العينة (٤٧١) من الشباب من مدينة الدوحة، وقد اعتمد الباحث على منهج المسح الاجتماعي، ولجأ الى الاستبيان الذي تكون من (21) فقرة وتوصلت الدراسة الى ضعف التفاعل اليومي بينهم وقلة عدد زياراتهم للأقارب وتأثر النشاط في المناسبات الاجتماعية وتذمر الأسرة من ابناءها والعزلة والاغتراب النفسي بينهم، وفي الوقت نفسه يقرب الإنترنت البعيدين مكانيا لتشعرهم بالتقارب مع أسرهم الذين يعيشون خارج الوطن.(ساري،2008، ص295-296)

- **دراسة الحمصي (2010):"إدمان الانترنت عند الشباب وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعي"**

هدفت الى دراسة ظاهرة الإدمان على الإنترنت وعلاقتها بمهارات التواصل الاجتماعي لدى الشباب، و معرفة الفروق في الإدمان على الانترنت تبعاً لمتغيرات (الجنس، الوضع الاقتصادي، التخصص العلمي)، طبقت في جامعة دمشق على (١٥٠ (طالباً وطالبة وقد اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي التحليلي، وكانت أدوات البحث عبارة عن (مقياس لإدمان الانترنت ومقياس العلاقات الاجتماعية)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الإدمان على الإنترنت ومهارات التواصل الاجتماعي أن الإناث يتعلقن باستخدام الإنترنت أكثر من الذكور وانه توجد فروق دالة إحصائياً في الإدمان على الإنترنت مع تغير واختلاف الوضع الاقتصادي للأفراد0 (الحمصي،2010)

- **دراسة الشهري (1433هـ): "أثر استخدام شبكات التواصل الإلكترونية على العلاقات الاجتماعية "الفيس بوك وتويتر نموذجا"**

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام موقعي الفيسبوك وتويتر على العلاقات الاجتماعية ، والكشف عن الآثار الناتجة عن استخدامهما، لجأت الدراسة الى استخدام منهج المسح الاجتماعي ولجأت للاستبيان لجمع المعلومات، على (١٥٠) طالبة اختيروا بطريقة قصدية من جامعة الملك عبد العزيز، توصلت الدراسة إلى أن من أسباب استخدام الطالبات الفيسبوك والتويتر هي سهولة التعبير عن أفكارهن التي لا يستطعن التعبير عنها، فضلا عن تعزيز الصداقات القديمة والبحث عن صداقات أخرى، والانفتاح الفكري والتبادل الثقافي، وان قلة التفاعل الأسري تعد أهم الآثار السلبية ووجود علاقة عكسية بين متغيري (العمر والمستوى الدراسي) وبين أسباب الاستخدام وطبيعة العلاقات الاجتماعية والإيجابيات والسلبيات. (الشهري،1433هـ)

- **دراسة صليحة (2015):" استخدام الأبناء لشبكات التواصل الاجتماعي وانعكاساتها على العلاقات الاسرية"**

هدفت الدراسة الى معرفة انعكاسات استخدام الأبناء لشبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات داخل الاسرة لدى مستخدميها بكل من ولاية الشلف ووهران واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي وتم استخدام استبيان على عينة من 245 واعتمدت تحليل المضمون للفيس بوك واستخدم الباحث الاختبار التائي وتحليل التباين الأحادي كشفت النتائج ان لشبكات التواصل وجودها فعال بالأسر الجزائرية وافرزت انعكاسات سلبية وإيجابية على العلاقات داخل الاسرة. (صليحة،2015)

- **دراسة أبو سلمان (2017): "أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في العلاقات الأسرية والاجتماعية لدى طلبة جامعة اليرموك دراسة ميدانية"**

هدفت الدراسة إلى تعرف تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية ، وقد أعد الباحث استبانة وشملت الدراسة (913) طالبا وطالبة من جامعة اليرموك، وقد أظهرت الدراسة أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة جاء بمستوى مرتفع، وانه لا توجد فروق في طبيعة استخدامها لديهم، تعزى لمتغيرات:(الجنس، والمستوى الدراسي ، ونوع الكلية)، وقد جاء أثر استخدامها في العلاقات الأسرية متوسطاً، وبينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في مستوى أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الكلي في العلاقات الأسرية والاجتماعية، تعزى لمتغيرات :الجنس والمستوى الدراسي ونوع الكلية.(أبو سلمان، 2017، ي)

نشأة المواقع الاجتماعية:

في عام (١٩٩٧) نشأت ظاهرة المواقع الاجتماعية، وكان أول هذه المواقع موقع Six Degrees.com من خلال إتاحته الفرصة للمشتركين بوضع ملفاتهم الشخصية على الموقع وإمكانية التعليق على الأخبار وتبادل الرسائل، وفى عام (٢٠٠٣(ظهر موقع myspace.com وهو من أوائل مواقع التواصل الاجتماعي وأكثرها شهرة ، كما

ظهرت العديد من مواقع التواصل الاجتماعي وأكثرها شهرة linkedin.com التي انطلقت رسمياً عام (٢٠٠٣)، وظهور موقع الفيس بوكFaceBook.com عام (2004) الذي يتيح للمستخدمين تبادل المعلومات وإتاحة الفرصة للوصول إلى ملفاتهم الشخصية. (الدبيسي والطاهات، 2013، ص70).

وبالرغم من حداثة ظهور شبكات التواصل الاجتماعي الا انها تطورت بشكل كبير وتنوعت اشكالها وتعددت استخداماتها خلال مدة زمنية قصيرة، يرى البعض أن لها تأثيرا على العلاقات الاجتماعية بشكل سلبي كونها تؤدي إلى العزلة، والبعض يرى أن استخداماتها مفيد للتعرف على عادات وثقافات الشعوب الأخرى، وأنها فرصة لتبادل الاتصال والتعارف، فتساهم في زيادة التقارب بين الأفراد والتفاعل وبناء علاقات اجتماعية جديدة. (بوشليبي،٢٠٠٦، ص ١٤)

المنصات الشائعة في الوقت الراهن:

من منصات التواصل الاجتماعي الشائعة الاستخدام: الفيس بوك face book والتويتر TWITTER وجوجل + GOOGLE PLUSE إنستاغرام، يوتيوب، بامبوزر، فميو، بلوغز ، فليكر ولينكد ان LINKED IN ، ومن بين المنصات التي يشيع استخدامها في بلدان أو مناطق بعينها كلوب Cloob في إيران، أوركوتOrkut في البرازيل والهند، سايورلد Cyworld في كوريا الجنوبية، فريندسرت Friendster في جنوب شرق آسيا، غرونونتGrono.net في بولندا، وهاي فايف 5HI في بعض مناطق آسيا وأفريقيا الوسطى وأمريكا اللاتينية، ميكيس mixi في اليابان، سبيسز Spaces في روسيا.(كابرس،2015،ص22)

وفي أدناه نبذة عن اهم مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني:

- **الفيس بوك Facebook:** تعود فكرة انشاءه وتصميمه إلى مارك جوكربيرج Mark Zuckerberg في 4 فبراير عام (2004) ليجمع زملاؤه في جامعة هارفارد ليمكنهم من تبادل أخبارهم وصورهم، ثم وسع قاعدة من يحق لهم الدخول

إلى الموقع لتشمل طلبة جامعات أخرى، واستمر فيسبوك قاصرا على طلبة الجامعات والمدارس الثانوية لمدة سنتين ثم قرر أن يفتح أبواب موقعه أمام كل من يرغب في استخدامه، فبلغ عدد مستخدمي الموقع أكثر من ٤٠ مليون مستخدم في بداية عام(٢٠٠٧) وتسمية Facebook تعود إلى اسم الدليل الذي تُسلِّمه بعض الجامعات الأمريكية لطلابها المستجدين وفيه أسماء وصور زملائهم القدامى ومعلومات مختصرة عنهم حتى لا يشعر المستجدون بالاغتراب، كونه موقع تواصل اجتماعي يساعد على تبادل المعلومات والملفات والصور الشخصية ومقاطع الفيديو مع التعليق عليها، وإمكانية المحادثة الفورية، وتكوين العلاقات، والتقاء الأصدقاء. (المنصور، ٢٠١٢، ص٧٦-٧٨)

- **موقع اليوتيوب Youtube.com**: موقع ويب يسمح لمستخدميه برفع التسجيلات المرئية ومشاهدتها عبر البث الحي ومشاركتها والتعليق عليها، تم تأسيسه في فبراير (2005)، وهو يعد ثالث أشهر المواقع بعد فيس بوك وجوجل، وأشار البعض الى ان اليوتيوب موقع للتواصل الاجتماعي والبعض الآخر أشار الى انه موقع لرفع ملفات الفيديو، وهناك من يرى بأنه موقع يجمع بين الاثنين، وهو ما يميزه عن غيره، مما يدفع بعض المشتركين بالتعبير عن آراءهم وكتابة التعليقات على الفيديوهات المنشورة، مما يفسح المجال للتواصل الاجتماعي مع غيرهم. (خليفة، 2016، ص70)
- **موقع تويتر Twitter.com** : يعد المنافس الأكبر للفيس بوك، كانت بدايات ظهوره عام (٢٠٠٦)، أخذ تويتر اسمه من مصطلح (تويت) الذي يعني (التغريد)، وأتخذ من العصفورة رمزاً له، ويسمح للمغردين إرسال رسائل نصية قصيرة لا تتعدى (١٤٠) حرفاً للرسالة الواحدة، وفيه يمكن للفرد أن يقوم بالبحث عن أشخاص ومواضيع مختلفة، كونه يعد تجمعاً من مجموعة من الأصدقاء من كافة أنحاء العالم، وهي تفيد في معرفة ما يقوم به أصدقائهم في أي وقت من الأوقات،

كما انه أسرع وسيلة لطرح الأسئلة وتلقي الإجابات بصورة فورية، فضلا عن إمكانية إرسال الأخبار كالاستغاثة أو الإخبار عن حادث مهم جداً، ومتابعة أحداث العالم فور وقوعها.(المنصور،2012، ص88-89)

- **الواتس آب WhatsApp:** ويستخدم على منصات أجهزة الآيفون والأندر ويد والويندوز فون، يتيح لمستخدميه التواصل الفوري بالرسائل والصور والفيديوهات والتسجيلات الصوتية، تم تأسيسه في ديسمبر (2009)، ويرجع تسميته بهذا الاسم نسبة إلى العبارة الامريكية الشهيرة What's Up ومعناها " كيف الحال"، ويعمل البرنامج فقط على الهواتف المحمولة المتصلة بشبكة الانترنت، وقد حقق شهرة كبيرة وتفوق على تويتر. (كامل،2015، ص130)

كانت هذه أبرز وسائل التواصل الاجتماعي الالكتروني، ومن أبرز ما يميز هذه الوسائل أنها عالمية كونها ليست مصممة لمجتمع معين، أو لبلد معين كما تتميز بالتفاعل والمشاركة، فالمشترك لا يعد متلقي سلبي، بل انه يمتلك حق النشر وحق الرد والتفاعل، كما انها تتميز بالسرعة الفائقة في نقل البيانات.

العوامل المؤدية الى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي:

تتعدد وتتباين الدوافع لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي تبعا للهدف من استخدامها أو السبب وراء استخدامها، كما موضحة فيما يلي:

1- بعد المسافات بين الأقارب: أدى بعد المسافات بين الأقارب إلى البحث عن طريقة للتواصل معهم، وكان ذلك سببا لاستخدام هذه المواقع.

2- المشكلات التي تحدث داخل الأسرة: اذ يستخدم الكثير من الأفراد هذه المواقع كوسيلة للهروب من هذه المشكلات لعدم قدرته على حلها، فيلجأ للبحث عن أصدقاء لغرض التخلص من التوتر.

3- عدم وجود فرص مناسبة للعمل: نتيجة للبطالة وعدم توافر فرص للعمل يلجأ الشباب الى مواقع التواصل الاجتماعي الالكتروني، ليفرغوا فيها طاقتهم وليبتعدوا أو يهربوا من واقعهم المرير.

4- أوقات الفراغ: للقضاء على الشعور بالملل والرغبة في التجديد يندفع البعض الى محاولة تكوين صداقات جديدة عن طريق مواقع الانترنيت. (الجعبري،2009، ص121)

5- الفومو FOMO: (بالإنجليزية: Fear Of Missing Out)، ويقصد به الخوف من فوات الشيء كالاطلاع على الأحداث أو الخبرات أو التفاعل مع الآخرين.

الخصائص العامة لوسائل التواصل الاجتماعي :

تتيح شبكات التواصل الاجتماعي المجال لتعبير الانسان عن نفسه ومشاركة مشاعره وأفكاره مع الآخرين، كونه كائن اجتماعي يتواصل مع الآخرين، وقد أثبتت أغلب الدراسات أن الإنسان لا يمكن له أن يشبع حاجاته البيولوجية والنفسية دون أن يتفاعل أو يتواصل مع الآخرين، لأنه لغرض اشباع هذه الحاجات عليه العيش مع الآخرين، فالحاجات الاجتماعية لا يمكن أن تقوم دون تفاعل وتواصل إنساني مع البيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد، لان الإنسان لا يمكن أن يعيش بمفرده. (عبد الصادق، ٢٠٠٩، ص ٧٨) ومن أبرز مميزات وسائل التواصل الاجتماعي:

1- وفرة في المعلومات والسرعة الكبيرة التي يتم بها نقل المعلومات تجعل من حق كل مستخدم أن الحصول عليها في نفس الوقت وبأي مكان بالعالم.

2- انها لا تحتاج الى التقيد بموقع جغرافي محدد أو بعدم توفر الوقت.

3- وسيلة إعلام مكنت مستخدميها من متابعة قنوات التلفزيون والاستماع إلى الاذاعات، وانشاء صفحات متخصصة.

4- سهولة الاستخدام اذ ان كل المستخدمين يستطيعون التعامل معها ومع تطبيقاتها، كونها تمتاز بالبساطة والسهولة في إجراء المحادثات.

5- تنوع التطبيقات والخدمات التي تقدمها، كونها تغطي كل اهتمامات مستخدميها.

6- المجانية فبمقدور أي فرد بسيط مهما كانت طبقته الاقتصادية أن يستخدمها، فهي ليست خاصة بأصحاب الأموال او جماعة دون أخرى. (حلاوة وعبد العاطي ،2011، ص59)

الآثار السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي:

على الرغم مما توفره شبكة الانترنت من خدمات للفرد، الا ان الإدمان عليها يترك آثار صحية ونفسية وعملية وأكاديمية سلبية، ومن التأثيرات السلبية التي تنتج عن الاستخدام المفرط لها:

- الانعزال في غرفة أمام الشاشة، وحالة من السكون والخمول كون الشخص سيفقد متعة الحياة من المغامرة أو التشويق أو التعارف. (عبد الصادق،2009 ص ٦٦)
- الاستغلال العاطفي والخيانات الزوجية، والانحطاط الأخلاقي في المناقشات، وعلاقات اجتماعية غير سليمة مبنية على الكذب عبر شبكات ومواقع التواصل الاجتماعي والطلاق، وانخفاض مستوى التفاعل الأسري.
- التقليل من مهارات التفاعل الشخصي وزمن التفاعل على الصعيد الشخصي للأفراد والجماعات المستخدمة لهذه المواقع.
- انعدام الخصوصية مما تتسبب بالأضرار المادية والمعنوية والنفسية على مستخدميها، فملف المستخدم على هذه الشبكة يحتوي على جميع معلوماته الشخصية التي من الممكن أن تصل إلى يد أشخاص قد يستغلونها لغرض الإساءة والتشهير.

الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي:

ان إدمان شبكات التواصل الاجتماعي هو أحد أشكال إدمان الإنترنت، وهو سلوك قهري يشعر فيه المدمن بالاضطرار لاستخدام هذه المواقع بحيث تصبح عادة تؤدي إلى

تأثيرات سلبية على أنشطته الحياتية، وكانت (كيمبرلي يونغ Kimberly Young أول من وصفت الاستخدام المفرط للانترنت بانه إدمان. ((Murali & George , 2007 , p.24

ويأتي الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بمسميات أخرى هي: استعمال الإنترنت المرضي والمشكل والمفرط واساءة استعمال الإنترنت، واستعمال الإنترنت الإدماني والاعتماد على الإنترنت واستعمال الإنترنت القسري. (widy anto & McMurran, 2004, 443).

أسباب الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني:

يشير إدمان الإنترنت الى سوء التوافق الذي يؤدي الى اضطرابات وجدانية وسلوكية، وهناك أربعة أساليب معرفية ترتبط بدرجات متفاوتة باضطرابات السلوك منها إدمان الإنترنت، وهذه الأساليب هي: تقدير الذات المنخفض والتفكير الاجتراري والأفكار الاكتئابية وانخفاض أهلية الذات، أي ان الشخص الذي لديه بوادر اضطراب في الشخصية عندما يتعامل مع الإنترنت سيكون أكثر عرضة للإدمان عليه، وإن من لديهم تاريخ مرضى من اكتئاب، وقلق اجتماعي، وأفكار انتحارية، والشعور بالعزلة هم أكثر فئات مستخدمي الإنترنت استهدافا للوقوع في إدمانه. (169:Parsons,2005, P)

دور الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي في التأثير على طبيعة العلاقات الأسرية (التحليل الاجتماعي السوسيولوجي):

تعد العلاقات الأسرية من أهم العلاقات في حياتنا الانسانية لكونها العنصر الأساس في بناء العلاقات الاجتماعية الأخرى، فللعلاقات الأسرية دور في زيادة تفاعل الفرد مع الأسرة، وإتاحة المجال لتبادل الآراء والافكار والمشاعر والمشاركة في الحوار، وتبقي وسائل التواصل الاجتماعي الترابط بين أفراد الأسرة المتباعدين، وقد يكون أثرها سلبيا عندما يكون التواصل بين أفراد الأسرة ضعيفا للغاية نظرًا للوقت الذي قد يُهدر أثناء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بأمور غير مفيدة، ويؤدي الإدمان على مواقع

التواصل الاجتماعي الى التأثير على طبيعة العلاقات داخل الأسرة الواحدة وكما موضحة فيما يأتي:

- ضعف العلاقات الاجتماعية بين أفراد الأسرة الواحدة فأصبح الاتصال يقتصر على العبارات القصيرة، والفرد يوجد لنفسه أصدقاء افتراضيين، ويسعى إلى التواصل مع غيره في مواقع التواصل الاجتماعي، وسوء العلاقة بين الزوجين داخل الأسرة بسبب استخدام ألعاب الكمبيوتر لفترات طويلة نسبيا، فضلا عما تبثه تلك الوسائل من أفكار هدامة وسلبية.
- تضعف في جمع الأسرة في نشاطات مشتركة وتهدد ترابط العلاقة الأسرية والاستقرار الأسري، وتؤدي إلى البرود العاطفي، وتزيد درجة العصبية في تعامل أفراد الأسرة مع بعضهم، فضلا عن ان كل منهما مشغول بعالمه الخاص مما أدى إلى ضعف العلاقات بين الزوجين وعدم معرفة كل منهما بما يهدد الأسرة من أخطار لعدم اعطاءهم الوقت الكافي لمناقشة المشكلات التي تهدد الأسرة، أو محاولة إيجاد الحلول لها بسبب قلة التفاعل مع الاحداث القريبة منه داخل الأسرة.
- يعرقل النمو النفسي الاجتماعي للطفل الدي يرتكز اساسا على الاشخاص المحيطين، فينغمس في الخيال والعالم الافتراضي ويبعدهم تدريجيا عن العالم المادي الواقعي.
- يقلل الشغف تجاه أي تواصل اجتماعي فيزيد من عزلة الفرد وانسحابه من العلاقات الاجتماعية، وتعميق إحساسه بالوحدة والاكتئاب، وتجنب الحوار بين أفراد الأسرة وتقليل الفترات الزمنية التي يقضيها أفراد الأسرة مع بعضهم البعض مع تغير طريقة تعامل الافراد داخل الاسرة.
- يقود الى إهمال الآباء والابناء للكثير من واجبات ومسؤوليات الأسرة الضرورية والتقصير في اداءها وكثرة الخلافات والمشكلات والعراك المستمر بين الإباء

والابناء مثل الشجار بصوت مرتفع أو تعرض أحد الأبناء للضرب، أو الحرمان من استخدام الهاتف المحمول.

- الوصول إلى المواقع الغير أخلاقية والتواصل مع أفراد آخرين يكون سهلا، ويمكن أن تتطور العلاقات معهم ويصبحوا كبدلاء عن الشريك في الأسرة، مما يزيد من الشكوك بين الزوجين وبرود العواطف الزوجية وخلق المشاكل التي تساهم في التفكك والتصدع الأسري وانهيار البناء الاجتماعي التي قد تنتهي بالانفصال والطلاق. (سعيدة، 2005، ص24)
- المبالغة في الكشف عن اسرار الحياة الأسرية على الملأ ونشر الأمور المتعلقة بالعلاقات العاطفية بين الشريكين أدت الى حدوث مشاكل زوجية معقدة.
- أصبحت سلطة الأب في منافسة قوية مع سلطة وسائل الإعلام فلم يعد الأب المسيطر الذي يمتلك القدرة على التحكم في الأسرة بشكل مطلق، وحضوره لم يعد مكثفا وواضحا كما كان في السابق، لغيابه أو انشغالاته. (محمد، 2012، ص48)
- انتشار ثقافة الاستهلاك داخل الأسر وتطلع الشباب بالدرجة الأساس إلى أشياء واحتياجات تفوق امكانات الأسرة المادية، كتحديث الهاتف مما يرهق ميزانية الأسرة والنتيجة تكون نشوء المشكلات الاقتصادية. (جبريل واخرون،2002، ص44)
- التواصل الافتراضي بدأ يحل محل التواصل الانساني، وظهر الصمت والجمود في العلاقات الإنسانية ووقوع الفرد فريسة سهلة للكثير من الاضطرابات مثل: القلق والاكتئاب والخوف.
- بسبب استغراق الفرد في عالمه الافتراضي فإنه قد يشعر بالاغتراب عن واقعه الاجتماعي، فيفقد الكثير من المهارات الاسرية والشخصية والاجتماعية، ويدخل في مشاكل الادمان والجريمة والتفكير في الانتحار.

- بعدت القريب وقربت البعيد اذ توسعت الفجوة بين افراد الاسرة وأصبح الاعضاء يشعرون بتباعد المسافات فيما بينهم، فالأقارب بعيدين اذ قد يكون الزوج بجوار زوجته، لكن مشاعره وافكاره في مكان آخر. (الحاوري،2021، ص58-61)

الاستراتيجيات المتبعة في علاج الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي:

الاعتراف بالمشكلة والإصرار على التخلص منها.

- **الحمية dieting:** وقد وضعه (كنج) King والحمية عبارة عن برنامج جماعي في عشر خطوات، يمكن ان يطور من انموذج اضطراب الطعام ليمكن للمدمنين على الانترنت التعامل التدريجي مع تناقص السلوك. (6:Duran,2003p)
- **مجاميع الدعم .groups Support:** قد يلجأ البعض الذين ينقصهم الدعم الاجتماعي الى الأنترنت كوسيلة لتشكيل العلاقات، ومن المهم مساعدتهم على الاندماج مع الاخرين في اقامة العلاقات الاجتماعية في حياتهم الواقعية، وليعبروا عن مشاعرهم وأفكارهم ووجهات نظرهم مع أفراد آخرين يدعمونهم أو يوجهونهم لما يحتاجون اليه، كما توفر هذه المجموعات تثقيفاً حول الإدمان على الانترنت ونصائح تعزز من صحتهم وسعادتهم.
- **العلاج الأسري therapy:** وذلك من خلال التعرف على مشاكل الأبناء والحوار معهم في إطار الاحترام المتبادل، وتثقيف أفراد الأسرة حول الإدمان وتقليل اللوم الملقى على المدمن وتسهيل عودة المدمن الى حياته الأسرية السليمة.
- **العلاج المعرفي: Therapy Cognitive:** ان الأفراد الذين لديهم نمط تفكير سلبي يميلون الى القلق ويتجنبون مواقف الحياة الواقعية، لذا يلجؤون الى استخدام الانترنت كوسيلة للهروب من الواقع المعاش، لذا فأن العلاج المعرفي يحدد الادراكات السلبية السيئة، ثم يساهم في إعادة صياغة أو تشكيل مدركات الأفراد. (29:Murali& Georg, 2007, p)

استنتاجات البحث:

مما سبق يتبين لنا أن العلاقات الأسرية تعد من أبرز العلاقات التي تأثرت بالتكنولوجيا الحديثة، فالوسيلة الإعلامية ومنها مواقع التواصل الاجتماعي، نرى انها قد فرضت نفسها نتيجة التطور العلمي الحاصل، وانه لا يمكن الاستغناء عنها، فأصبحت جزءا لا يتجزأ من الحياة اليومية والاجتماعية لمستخدميها، ونستطيع القول بأن مواقع التواصل الاجتماعي قد أثبتت وجودها الفاعل وسط المجتمع بالنظر لما تقدمه من اشباع لحاجاتهم ودوافعهم وتسهيل لعمليات التواصل فيما بينهم وتبادل للمعلومات بكل سهولة، ولكن قد يصاحب ذلك مشاكل، اذ أفرز الإدمان على استخدامها عددا من السلبيات خاصة وسط الأجيال الحديثة من الشباب، ومن هذه السلبيات:

ضعف التوافق الشخصي والأسري للفرد مما يزيد من عزلته الاجتماعية ويضعف مستويات تواصله المباشر مع الآخرين، وإن الإدمان في استخدام الانترنيت بصورة مفرطة يترتب عليه الكثير من المخاطر والتأثيرات السلبية على حياته عموماً، اذ يؤدي الى ضعف شديد بالعلاقات بين الزوجين داخل الأسرة وانعزال الفرد، وقلة اللقاءات والحوارات الأسرية التي كانت تعقد داخل الأسرة قبل ظهور هذه الوسائل والتي أدت الى تفكك الأسر وهدم العلاقات الزوجية، ولكن المشكلة ليست في وسائل التواصل الاجتماعي بحد ذاتها وإنما في الافراط أو الإساءة في استخدامها بشكل يؤثر على حياتهم وحياة الآخرين، وهذا لا يعني تقييد حرية الأفراد من التفاعل الاجتماعي عبر مواقع التواصل الاجتماعي الالكتروني، لكن ما نقصده هو ترشيد استخدامها ومحاولة الاستفادة منها في الأمور التي تفيد الفرد والمجتمع .

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث يقدم الباحثان عددا من التوصيات ومنها:

1- دعم التوعية الإعلامية بالمخاطر النفسية والاجتماعية والأخلاقية والصحية الناجمة عن الاستخدام المفرط لشبكات التواصل الاجتماعي من خلال استضافة المتخصصين يؤكدون على تعزيز القيم الإيجابية في وسائل التواصل الاجتماعي والاستفادة من المعلومات المفيدة التي تقدمها هذه الوسائل.

2- قيام المؤسسات الدينية بعقد ندوات ودورات توعوية وتثقيفية للشباب بصورة دورية لغرس السلوك الديني وتنمية الاحساس بالقيم الدينية والأخلاقية.

3- التأكيد على أن تأخذ الأسرة والمؤسسات التربوية والتعليمية دورها في تنمية الوازع الديني والسلوك الأخلاقي لدى الشباب من خلال نشر الوعي بأهمية الترابط والتلاحم الأسري وتفعيل لغة الحوار والتفاهم بين الآباء والابناء وزيادة الوعي بمخاطر الابتعاد الأسري والدعوة الى التماسك.

4- قيام المؤسسات الأكاديمية بمسؤولياتها من خلال تضمين المناهج الدراسية في مراحل التعليم المتقدمة بمواضيع حول كيفية التعامل مع وسائل الاعلام للحفاظ على الشباب من الآثار السلبية للاستخدام المرضي لمواقع التواصل الاجتماعي الالكتروني مع حسن توظيف الانترنت سواء داخل الجامعات او خارجها.

المقترحات:

في ضوء نتائج البحث يقدم الباحثان عددا من المقترحات ومنها اجراء دراسة حول:

1- الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي وآثاره على الأداء الأكاديمي للطلبة.

2- بناء برنامج ارشادي للتقليل من ادمان مواقع التواصل الاجتماعي الالكتروني.

3- تأثير وسائل الإعلام الجديد على التواصل داخل المنظومة الأسرية.

المصادر العربية:

- أبو سلمان، معن محمد. (2017). أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في العلاقات الأسرية والاجتماعية لدى طلبة جامعة اليرموك: دراسة ميدانية، رسالة ماجستير جـــــــامعة اليـــــرموك كليـــــة التـــــــربية.
- بوشليبي، ماجد. (٢٠٠٦). ثقافة الإنترنت وأثرها على الشباب، الشارقة: دائرة الثقافة والمعلومات، جامعة الشارقة.
- جبريل، ثريا وآخرون. (2002). الخدمة الاجتماعية في مجال الأسرة والطفولة، مركز بيع الكتاب الجامعي كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، القاهرة.
- الجعبري، باسم. (2009). الانترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، الرواد للنشر والتوزيع.
- الجولاني، فادية عمر. (1997)، علم الاجتماع التربوي، مركز الاسكندرية للكتاب.
- الحاج، كمال. (2020). نظريات الاعلام والاتصال. منشورات الجامعة الافتراضية السورية.
- الحاوري، عبد الغني احمد علي. (2021). العلاقات الاسرية في ظل الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي إصدارات المركز الديمقراطي العربي للدراسات الاستراتيجية والسياسية والاقتصادية/ المانيا – برلين
- الحسن، احسان. (٢٠٠٥). النظريات الاجتماعية المتقدمة، عمان: دار وائل للنشر.
- حلاوة، محمد السيد ورجاء على عبد العاطي. (2011). العلاقات الاجتماعية للشباب بين دردشة الانترنت والفيس بوك، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.
- الحمصي، رولا. (٢٠١٠). إدمان الإنترنت وعلاقته بمهارات التواصل الاجتماعي دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، سوريا.
- الدبيسي، عبد الكريم على وزهير الطاهات. (2013). دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل الرأي العام لدى طلبة الجامعات الاردنية، مجلة دراسات العلوم الانسانية، م (40)، ع (1).
- ساري، حلمي خضر. (٢٠٠8). تأثير الاتصال عبر الإنترنت في العلاقات الاجتماعية دراسة ميدانية في المجتمع القطري، مجلة جامعة دمشق، م (٢٤)، ع (1و2).

- سعيدة، طاطاش. (2005). الانترنت شكل آخر للاتصال الاجتماعي، الملتقى الدولي الأول حول سيكولوجية الاتصال والعلاقات الإنسانية، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة ورقلة، الجزائر، (20-22مارس).
- الشهري، حنان بنت شعشوع. (1433). أثر استخدام شبكات التواصل الإلكترونية على العلاقات الاجتماعية الفيس بوك وتويتر نموذجا، رسالة ماجستير، المملكة العربية السعودية جامعة الملك عبد العزيز، كلية الآداب والعلوم الإنسانية.
- صليحة، توتاوي.(2015).استخدام الأبناء لشبكات التواصل الاجتماعي وانعكاساتها على العلاقات الاسرية، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية ،جامعة وهران.
- عاطف، غيث محمد. (1992). قاموس علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- عبد الصادق، عادل. (٢٠٠٩). الديمقراطية الرقمية، القاهرة: المركز العربي لأبحاث الفضاء الإلكتروني.
- عبد المعطي، حسن. (2004). الأسرة ومشكلات الأبناء، القاهرة، دار رحاب للنشر والتوزيع.
- عثمان، فاطمة ونايف الزيود. (2013). أثر استخدام تقنية الاتصال الحديثة على القيم الاجتماعية من خلال التواصل الاجتماعي بين جيل الأبناء والآباء. مجلة كلية التربية.
- عزب، حسام الدين محمود. (2001). إدمان الانترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (الوجه الآخر لثورة الإنفوميديا). المؤتمر السنوي لمعهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- علي، إسماعيل محمود. (2015). الإعلام الجديد والتحديات النظرية والتطبيقية، دار الوفاء القانونية، الكويت.
- عمار، حلمي وعبد الباقي أبو زيد. (٢٠٠١). تكنولوجيا الاتصالات وآثارها التربوية والاجتماعية، دراسة ميدانية بمملكة البحرين.
- كابرس، شينا. (2015). وسائل التواصل الاجتماعي دليل عملي للهيئات المعنية بالإدارة الانتخابية، المؤسسة الدولية للديمقراطية والانتخابات.
- كامل، محمد عبد الفتاح. (2015). توظيف تقنيات الاجهزة المحمولة في تقديم الخدمة المرجعية بالمكتبات ومراكز المعلومات، المجلة الدولية لعلوم المكتبات والمعلومات، الجمعية المصرية للمكتبات والمعلومات، م (2)، ع (1)، مصر.
- لطفي، كمال (١٩٩٩). النظرية المعاصرة في علم الاجتماع، القاهرة: دار غريب.

- محمد، مؤمن. (2012). الأسرة المغربية بين تحديات العولمة وتحولات المجتمع، مجلة علامات، كلية الآداب والعلوم الانسانية – القنيطرة – المغرب.
- مزغراني، حليمة وصارة حمري. (2020). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتوافق الشخصي والاسري لدى الطالب الجامعي. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، جامعة محمد بن أحمد–وهران2، م (5)، ع (2).
- المنصور، محمد (٢٠١٢). تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على جمهور المتلقين دراسة مقارنة للمواقع الاجتماعية والمواقع الإلكترونية، رسالة ماجستير غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة، الدنمارك.

المصادر الاجنبية:

- Duran, Maria (2003): Internet addiction Disorder. **All psych Journal**. December, 14
- Kwon,J.H,Chung,C. S,&Lee,J.2009.The effects of escape from self and interpersonal relationship on the pathological use of interned games. **Community mental health. Journal.**Doi.10.
- Murali, Viaja & George, Sanju (2007): **Advances in psychiatric treatment**.
- Parsons, M. (2005). An examination of massively multiplayer online role- playing games as facilitator of internet addiction. **Dissertation Abstracts International.**
- Widyanto, L., & Mcmurran, M. (2004). the psychometric properties of the internet addiction test. **cyber psychology & Behavior**, 7 (4), 443-450.