وسائل الإعلام وتوعية الطلبة من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي "دراسة مسحية على طلبة قسم الإعلام في جامعة الأنبار"

Media and Raising the Students' Awareness of the Negative Effects of Social Media Addiction A Survey Study on Students of the Media Department at Anbar University

م.د. صلاح غضى صياح المرسومي

Lect. Dr. Salah Ghadi Sayyah Al-Marsoumi

وزارة التربية /المديرية العامة للتربية في محافظة الأنبار

Ministry of Education / General Directorate of Education in Anbar Governorate

E-mail: salah.ketha14@gmail.com

الكلمات المفتاحية: وسائل الإعلام، الآثار السلبية، إدمان وسائل التواصل الاجتماعي.

Keywords: ***Media, Negative effects, social media addiction*.**

الملخص

هدف البحث إلى الكشف عن دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي ومقترحات للحد منها، تم استخدام المنهج المسحي، وإعداد استبانة تضمنت الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي موزعة على ثلاثة مجالات هي: المجال الاجتماعي، والمجال الدراسي والمجال الصحي/النفسي، ودور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي، ومقترحات الحد من هذه الآثار، وتم توزيعها على عينة البحث المكونة من (١٤٤) فردا من طلبة قسم الإعلام في جامعة الأنبار، وأظهرت النتائج أن آراء أفراد عينة البحث اتفقت بشكل كبير مع فقرات أداة البحث وبنسبة (٧٦٪)، وأن الآثار السلبية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي مرتفعة، وأبرزها جاء على المستوى الدراسي، ثم الاجتماعي، ثم الصحي/ النفسي، كما أظهرت النتائج أن دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لها كان في المستوى المتوسط، والضعيف مع وجود بعض الفقرات المرتفعة، أما المقترحات فكان أبرزها تفعيل دور العبادة لتوعية أفراد المجتمع، وتفعيل الندوات في وسائل الإعلام التي تلقي الضوء على الآثار السلبية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

Abstract

The research aims to reveal the role of the media in raising awareness of the negative effects of social media addiction and suggestions to reduce them. A descriptive survey approach was used, and a questionnaire was prepared that included the negative effects of social media addiction in three areas: the social field, the academic field, and the health/psychological field. The role of the media in raising awareness of the negative effects of social media and suggestions to reduce these effects were distributed to the research sample consisting of (144) individuals from the College of Media students at Anbar University. The results showed that the opinions of the research sample members largely agreed with the paragraphs of the research tool at a rate of (76%); the negative effects of social media addiction are high, especially at the academic level, the social level, and the health/psychological level. The results also show that the role of the media in raising awareness of its negative effects was at the average and weak level with some high paragraphs. This study suggests that the most prominent was activating places of worship to educate members of society and activating seminars in the media that shed light on the negative effects of social media addiction.

مشكلة البحث

أتاحت شبكة الإنترنت عمليات الاتصال والتواصل بين البشر بكل سهولة، وكان سببا في توسيع علاقات الأفراد الاجتماعية مع الآخرين على المستوى المحلي والإقليمي والدولي، بصرف النظر عن خلفياتهم وانتماءاتهم، وبحرية كبيرة، ودون قيود، وقد وفرت وسائل التواصل الاجتماعي للأفراد ميزات كبيرة جعلتهم يقبلون عليها، كما أن دخولها كافة مجالات الحياة بحيث أصبحت ضرورة زاد من نسبة استخدامها من قبل أفراد المجتمع، حتى وصل هذا الاستخدام لمرحلة الإدمان أحيانا، وأصبح إدمان الانترنت مشكلة اجتماعية درسها علماء النفس، مثلها مثل إدمان المخدرات والمشروبات الكحولية وألعاب القمار، ونتج عن هذا الإدمان الذي أصبح يطلق على الأشخاص الذين يفرطون بالاستخدام الزائد للحاسوب والانترنت، مشكلات كثيرة أثرت على الأفراد والمجتمعات، وبالأخص ضمن مجتمعاتنا العربية والإسلامية، فتأثرت حياة الأفراد الاجتماعية والنفسية، وزعزعة العقائد والتشكيك فيها، ونشر الفساد، وتدمير الأخلاق، وانحدار مستوى التعليم، وهدم العلاقات الاجتماعية، وظهور الجرائم الالكترونية، وازدياد عمليات النصب والاحتيال.

ولذلك أصبح من الضروري تظافر كل جهود الدولة وأفراد المجتمع للحد من هذه الآثار السلبية، وتعتبر وسائل الإعلام جزء مهم في سبيل تحقيق ذلك، فهي قادرة على الوصول إلى أكبر شريحة من المجتمع، وتمتلك إمكانيات كثيرة تحقق لها هذا الغرض، فمن مزايا الإعلام قدرته على التقديم السريع والحي والبث المباشر للرسالة الإعلامية، مستخدما كافة المؤثرات، وامتلاكه لأشخاص مؤثرين لديهم قدره تعبيرية على استخدام عناصر فنية قادرة على مخاطبة الذهن والعاطفة معًا، ووصولها إلى جمهور واسع في نفس الوقت، وتعد وسائل الإعلام سلاح ذو حدين، ولذلك يرى الباحث أنه يجب على وسائل الإعلام مواجهة السلوكيات السلبية من خلال نشر القيم والتوعية الدينية للأفراد بشكل مبكر، ونشر ثقافة التربية الإعلامية لكيفية استخدام شبكات التواصل الاجتماعي، حتى تصبح عملية وقائية لهم، وتوجيه الإعلام بما يتلاءم مع قضايا المجتمع ومشكلاته، ومن ضمن هذه المشكلات التي ظهرت مؤخرا –مع انتشار شبكة الانترنت ومواقعه وتطبيقاته وبرامجه كالفيس بوك وتويتر وتيك توك والانستغرام واليوتيوب– الآثار السلبية لهذه الوسائل، والتي عرفت بوسائل التواصل الاجتماعي.

أسئلة البحث

أجاب البحث عن الأسئلة الآتية:

- ما الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طلبة قسم الإعلام في جامعة الأنبار/ محافظة الأنبار؟
- ما دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي؟
- ما المقترحات للحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي؟

أهداف البحث

١- التعرف على الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طلبة قسم الإعلام في جامعة الأنبار/ محافظة الأنبار.

٢- معرفة دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طلبة قسم الإعلام في جامعة الأنبار.

٣- تقديم مقترحات للحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر المختصين وطلبة قسم الإعلام؟

أهمية البحث

يعد الانترنت ركيزة أساسية في كل البيوت والمؤسسات وأماكن العمل، وصار ملاذًا لكثير من الأفراد بمختلف الانتماءات والأعمار للترفيه وقضاء وقت الفراغ والحصول على الأخبار والمعلومات منه، وعرض الأفكار وتبادلها، والعمل والتجارة والتبادل الثقافي والاقتصادي والمحادثات مع الآخرين، مما فتح عصرًا جديدًا من الاتصال بين الأفراد، والذي أفرز أيضًا مخاوف من استخدامها الخاطئ والمفرط لها دون وجود رقابة فعالة عليها (شاهين، ٢٠١٥: ٣٥٩). ومن أبرز الفئات التي نالها تأثير كبير هي فئة المراهقين وطلبة المدارس، وفق ما أشارت إليه دراسة هاردي (Hardy, 2004, 6) من أثر هذه الوسائل على الطلبة كانخفاض مستوى تحصيلهم وغيابهم المتكرر، ومع أن الإنترنت يعتبر وسيلة بحث مثالية ومهمة للمعرفة، فإن الطلبة يستخدمونها لأسباب بعيدة عن ذلك، وقد كان لاستخدام الانترنت لفترات طويلة أثر سلبي على العملية التعليمية، والحياة الاجتماعية للأفراد. الذين تم وصفهم بمدمني الانترنت. ويورد (العمري، ٢٠٠٨، ص١١) أن الإدمان حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي للإنترنت، يؤدي إلى اضطراب السلوك، وهو نوع من الإدمان النفسي التي وصفت بأنها قريبة في طبيعتها من إدمان المخدرات والكحول، وتأتي أهمية البحث في كشف عوارض إدمان هذه الوسائل وكذلك دور الإعلام في الحد منها ووضع مقترحات لتحقيق ذلك، مع كثرة وسائل التواصل الاجتماعي وزيادة استخدامها وخصوصا بين فئة المراهقين والطلبة والآثار السلبية التي يمكن أن تنعكس عليهم وعلى المجتمع مستقبلًا في حال لم يتم ضبطها، وتبرز أهمية البحث في النقاط التالية:

- تسليط الضوء على دور الإعلام في الحد من هذه الظاهرة، ومساعدة جميع المختصين في بناء مجتمع سليم يكافح جميع المشكلات والعادات السلبية التي ظهرت مع دخول شبكة الانترنت.
- ظهور الآثار السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي، الذي يحتاج إلى خطة علاجية ووقائية أيضا للحد منها، ومن ضمنها الأبحاث التي تجرى في هذا السياق، ففي حال إهمالها قد لا يكون هناك مجال لتدارك مخاطرها مستقبلا.

- تقديم توصيات ومقترحات من شأنها وضع آلية وخطوط عريضة لرسم سياسات مهمة في سبيل تفعيل دور الإعلام للحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي.

حدود البحث ومحدداته

- **الحدود الزمنية:** امتدت فترة توزيع الاستبانة والحصول على الاستجابات ١٠ أيام، من تاريخ ٢٠٢٣/١٢/٧ - حتى ٢٠٢٣/١٢/١٧.
- **الحدود المكانية:** محافظة الأنبار في العراق.
- **الحدود البشرية:** طلبة قسم الإعلام في جامعة الأنبار/ محافظة الأنبار.

مصطلحات البحث وتعريفاته الإجرائية

وسائل الإعلام: هي نشاط اتصالي يستهدف الجماهير، لنقل المعلومات والمعارف والأخبار وعرضها بموضوعية وحيادية وبمصداقية، سواء معلومات اقتصادية أم اجتماعية أم سياسية أم ترفيهية، وتتم بطريقة يفهمها الجمهور، ومن خلال يمكن تشكيل الرأي العام إزاء القضايا المطروحة (عيساني، ٢٠٠٨، ص١٩).

إجرائيا: هي جميع وسائل الإعلام الرقمية والتقليدية، المرئية والمسموعة الخاصة بالدولة العراقية والمجتمع العراقي، وسواء كانت برامج تلفزيونية أو برامج عبر وسائل التواصل الحديثة (الفيس بوك، تيوتر، تيك توك انستغرام) وما شابهها من برامج، تتيح التواصل مع الآخرين، وتوفر ميزات البث المباشر.

وسائل التواصل الاجتماعي: مجموعة من التطبيقات المبنية على الإنترنت والقائمة على أسس فكرية وتقنية والتي تسمح بإيجاد وتبادل المحتوى الذي ينشئه المستخدم، وتعتمد على الأجهزة الذكية والتقنية المعتمدة على شبكة الانترنت التي تتيح إيجاد منصات تفاعلية يستطيع الأفراد من خلالها المشاركة أو المساهمة في إنشاء المعارف أو مناقشة وتعديل ما يقدمه الآخرون (آل قوت وأبو جادو، ٢٠١٦، ص٩٣٢).

إجرائيا: هي التطبيقات التي يستخدمها أفراد المجتمع بشكل كبير، كالفيس بوك وتويتر، والتيك توك والانستغرام وما شابهها من التطبيقات.

الإطار النظري والدراسات السابقة

وسائل الإعلام

الإعلام نشاط اتصالي وإعلامي يزود الناس بالأخبار والمعلومات والسليمة والدقيقة عن القضايا العامة بطريقة محايدة، مما يؤدي إلى إيجاد درجة عالية من الاطلاع والمعرفة عند الجماهير، وتشكيل الرأي الصائب في الموضوعات المحلية والإقليمية والعالمية (خورشيد، ٢٠١١، ص٥٤).

وسائل الإعلام وميزاتها

تسهم وسائل الإعلام بكافة أشكالها في ترسيخ وتغيير اتجاهات عاملة الناس، وتغيير الاتجاهات والقناعات في كثير من الموضوعات، وللإعلام أهمية كبيرة في تشكيل المعرفة الاجتماعية والسياسية والاقتصادية للأفراد، وتكوين القناعات الفكرية والمواقف السلوكية وتعزيزها في ممارساتهم اليومية، والتأثير في وعي الناس، كما أنّ الإعلام يؤثر في رفع مستوى الوعي الجماهيري، والتركيز على المسائل المهمة والضرورية في الدولة والمجتمع، وتكمن أهمية الوسائل الإعلامية في دورها في توجيه الأنظار نحو أي قضية، والتأثير في سلوكيات الناس وقيمهم، وتوضيح مدى وعي الناس بالقضايا المحلية والعالمية، والمساهمة في بناء المجتمعات (خوالدة، ٢٠١٠، ص٢٠).

وقد تميزت وسائل الإعلام بأمور كثيرة، منها التفاعل الذي تحققه بين المرسل والمستقبل، وسرعة نقل الأحداث، ودقة الصورة، والقدرة على الوصول إلى أكبر جمهور في أقصر وقت، وإمكانية إرسالها في أي وقت ومن أي مكان، والقدرة على التنقل بين الأماكن المختلفة بكل سهولة، وسهولة التواصل بين الأجهزة المختلفة وباقي الوسائل الإعلامية في أي مكان في العالم (خورشيد، ٢٠١١، ص٤٨). ومن أهم وظائف الإعلام التثقيف والتعليم في كافة المجالات، السياسية والاجتماعية والاقتصادية، فالإعلام يجب أن يقدم برامج تثقيفية لجميع فئات الجماهير، بشكل واضح ومفهوم، وبما يحافظ على ثقافة أفراد المجتمع ويبين لهم مكانتهم بين الأمم، بالإضافة للمعلومات الموجهة لطلبة المدارس في مختلف المراحل والتي تبني شخصيتهم، وتوجههم إلى القراءة وتعلمهم الأنظمة والقوانين والسلوكيات الصحيحة وقواعد السلوك والتصرفات والمهارات التي يحتاجها المجتمع، ومساعدة أفراد المجتمع على الاطلاع على آخر مستجدات العلم (طاهات، ٢٠١٤، ص٤٢).

إنّ التطور السريع للمعرفة التكنولوجية أفرز تطبيقات ووسائل متنوعة وكثيرة، لها فوائد ومضار متنوعة في نفس الوقت، وأصبحت هذه التطبيقات والوسائل التي باتت تعرف بوسائل التواصل الاجتماعي، ظاهرة لها تأثيرها الكبير على المجتمعات والأجيال الناشئة، لسرعة انتشارها وتحميلها من فئات المجتمع بكثرة، وانعكست تأثيراتها على مجتمعاتنا العربية والإسلامية بشكل كبير، ويمكن اعتبارها سلاح ذو حدين حسب كيفية توظيفها واستخدامها، فإما أن تكون مفيدة وإيجابية أم سلبية وضارة، وقد زادت أهيمتها وخطورتها في نفس الوقت بعد أن أصبحت أيضا محور الإعلام الجديد وإحدى وسائله الفعالة.

وسائل التواصل الاجتماعي

عرفها (Body & Ellison, 2010) المشار إليها في (يونس، ٢٠١٥، ص٣٣) أنها مواقع تتشكل من خلال الانترنت، وتسمح للمستخدمين لها تقديم لمحة عن حياتهم، وإتاحة الفرصة للاتصال بقائمة المسجلين فيها، والتعبير عن وجهة نظر الأفراد والمجموعات من خلال عملية الاتصال، وهي أيضا مجموعة من المواقع التي ظهرت مع الجيل الثاني للويب، تتيح التواصل بين الأفراد الذين تجمعهم اهتمامات وانتماءات مشتركة ضمن البيئة الافتراضية، ليتم التواصل فيما بينهم كتابيا أو صوتيا أو مرئيا.

لقد تطورت وسائل التواصل الاجتماعي مع ظهور الجيل الثاني للويب، الذي اهتم بتطوير المجتمعات الافتراضية، وأدخل الوسائط المتعددة فيها، واهتم بالتفاعل والاندماج فيما بينها، وبدأ الانتشار الموسع لها مع ظهور شبكة الفيس بوك في العام ٢٠٠٤، التي بدأت كفكرة للتواصل الاجتماعي بين الطلبة في الجامعة، لتتوسع فيما بعدها وتصبح وسيلة للتواصل الاجتماعي بين جميع أفراد وسكان العالم، واستمرت هذه الشبكة بالتطور والاتساع وازدياد عدد مستخدميها إلى أن وصلت للشكل الذي عليه الآن، وكذلك ظهور مواقع أخرى أيضا لها نفس الدرجة من الأهمية والانتشار، كاليوتيوب والتويتر والواتس اب والانستغرام وغيرها وحديثا انضم إليها بعض التطبيقات التي لاقت رواجا كبيرا كالتيك توك وسناب شات.

خصائص وسائل التواصل الاجتماعي

تختص وسائل التواصل الاجتماعي التي ظهرت مع تطور التكنولوجيا، بأنها أصبحت مصدر غني للمعارف المتنوعة والمعلومات التي يحتاجها الأفراد، وسرعة انتشارها بينهم وفي كل دول العالم، وتزايد عدد مستخدميها في كل دقيقة، وسماحها للمستخدمين بحرية الاختيار للمشاركة مع الأشخاص وفقًا لاهتماماتهم، وتوفير ميزات تبادل المعلومات في المجالات المختلفة، والاتصال الصوتي والمرئي المباشر، والبث المباشر في جميع الأوقات، والتحكم فيما يتم نشره من محتوى (أبو صعيليك، ٢٠١٢، ص٢٠).

وإمكانية التحكم بالبيانات الشخصية والتعريف بالشخص بسهولة ودون تعقيد، وحتى مع إمكان وضع معلومات غير حقيقة للشخص، مما يشعر بعض الأفراد بشيء من الخصوصية، وتوفيرها ميزات البحث عن الأصدقاء والمعارف من كل أنحاء العالم، حسب الاسم أو المكان أو طبيعة العمل، وتكوين مجموعات فيما بينهم، او الانضمام لأي مجموعات يحتاجها الفرد، وإمكانية إرسال واستقبال الرسائل بين الجميع، وإتاحة رفع وتنزيل الصور ومقاطع الفيديو والصوتيات وجميع أنواع الملفات التي يمكن الاستفادة منها، وإمكانية إنشاء مواقع ومنتديات للحوار، وتبادل المعلومات وعرض الأفكار، والتسويق الإعلاني والتجاري فيها (ولي، ٢٠٢٢، ص٤).

بالإضافة إلى عالمية وسائل التواصل الاجتماعي، وإلغائها الحواجز الجغرافية بين البشر، وتوفيها الميزات التفاعلية بين المرسل والمستقبل، والمشاركة الفعالة، مع سهولة استخدامها وتوفرها مجانا للتحميل، والحرية في استخداماتها، وإتاحة صداقات غير محدودة، وإعطاء المجال للأشخاص للتعريف بأنفسهم وارتباطهم بأشخاص آخرين تربطهم اهتمامات مشتركة، وإتاحتها للمشتركين تحميل المرفقات النصية والصوتية والمرئية (يونس، ٢٠١٦: ٣٧).

أهمية وسائل التواصل الاجتماعي

تبرز أهمية وسائل التواصل الاجتماعي فيما أورده (النوري، ٢٠١٤، ص٢٢؛ أبو صعيليك، ٢٠١٢، ص١٣) بما يلي:

- سهلت هذه الوسائل عملية التواصل والتعارف بين البشر من مختلف أنحاء العالم، وبتكلفة رخيصة مقارنة بما كان سابقا، وكان لهذه الوسائل دور مهم في التعرف على الثقافات المختلفة، وعاداتها وتقاليدها.
- تعد وسائل التواصل الاجتماعي مصدرا غنيا بالمعلومات والمعارف، مما سهل على الطلبة من كافة التخصصات والمستويات والمراحل الحصول على المعرفة التي يحتاجونها.
- أصبح لهذه الوسائل دور مهم في نقل الأخبار والأحداث على مستوى العالم بسرعة وبطريقة مباشرة، وهذا ما ظهر جليا في المنطقة العربية اثناء الأحداث السياسية العسكرية التي حصلت.
- فتحها المجال للجميع لعمليات الحوار وتبادل الأفكار والآراء، بعيدا عن الاضطهاد وقمع الحريات والأفكار، فأصبحت وسيلة إعلامية مؤثرة، لنقل الأحداث مدعمة وبالصوت والصورة والبث المباشر.
- أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي وسيلة تجارية يستخدمها المعلنون والباعة والمشترون، واستخدامها لاستقطاب الوظائف والمبدعين، وتخطيها حاجز المكان.
- فتحت المجال لحرية الاختيار والتعبير، وتبادل الخبرات والنصائح في كافة المجالات، وإبقاء الأفراد على تواصل مستمر مع الأهل والأقرباء والأصدقاء.

سلبيات وسائل التواصل الاجتماعي والإدمان عليها

أورد الباحثون والمختصون كثيرا من سلبيات وسائل التواصل الاجتماعي، فبالرغم من فائدتها والخدمات التي تقدمها للأفراد والمجتمعات، فإنها أيضا تحمل في طياتها سلبيات كثيرة، فقد عززت هذه الوسائل بعض العادات السلبية، كالعزلة والعيش في الواقع الافتراضي، حتى أن الإنسان أصبح يتواصل الكترونيا مع معارفه أكثر من الواقع الحقيقي، بالإضافة إلى قضاء وقت طويل ودون فائدة عليها، مما أثر على الصحة الجسدية والنفسية للأفراد، بالإضافة إلى أن سهولة تلقي المعلومات فيها جعلها فضاء مناسب لنشر الأكاذيب والمعلومات المزورة والمغلوطة، واختلال القيم، أو نشر الأفكار التي تؤثر في وعي الإنسان وتشكل اتجاهاته، وقد تكون هذه الاتجاهات خطيرة،

وكذلك من أبرز الآثار التي تسببها هذه الوسائل ما يصيب الأسرة من تفكك، وظهور عادات وتقاليد ليست من قيم المجتمع أو تعاليم دينه، والتعدي على الخصوصية أحيانا من خلال برامج الاختراق والهاكرز، والإدمان على استخدامها لفترات طويلة وإهمال شؤون الأسرة (النوري، ٢٠١٤، ص٢٧). ويشير إدمان الانترنت إلى الاستخدام الزائد للأجهزة التكنولوجية الحديثة خارج إطار الحاجة والعمل، ويسبب إدمان الإنترنت حدوث مشكلات جسمية، أو اجتماعية، أو مهنية، أو نفسية دائمة، مثل: السهر والأرق والمشكلات الزوجية والمشكلات الجسدية، وإهمال الواجبات والعمل والدراسة (Nalwa & Anand, 2003, 14).

وقد عرفها ساتو (Sato,2006, ٢٧٩) بأنها: "اضطراب التحكم بالدافع أو الرغبة نحو شبكة الانترنت والذي لا يترافق مع تناول مسكر أو مخدر". وهو: "الاستخدام المفرط القسري لشبكة الانترنت، وهو يشبه أنواع الإدمان الأخرى كإدمان الكحوليات والقمار والعاب الفيديو وغيرها (Lu, 2010,371). ويمكن وصف الإنسان بالمدمن على الانترنت أو الإدمان الرقمي عندما تزيد ساعات استخدامه الإنترنت عن الساعات التي حددها لنفسه ويحتاجها في عمله، وشعوره بالتوتر والقلق في حال وجود أي عائق للاتصال بالإنترنت، ودخوله في حالة اكتئاب إذا انقطع، وإهماله الواجبات والمهام، ويكون اهتمامه وحديثة دائما عن الإنترنت وبرامجها، وفقدان العلاقات الاجتماعية، والخلل في نظام النوم، واستخدامه للإنترنت عند الاستيقاظ مباشرة (Pierre, 2006,10).

ويؤدي إدمان وسائل التواصل الاجتماعي إلى تراجع العلاقات الاجتماعية الحقيقية واستبدالها بعلاقات افتراضية، والعزلة وعدم التفاعل الاجتماعي، وزيادة معدل السلوكيات الخاطئة، كالابتزاز والاختراق والتجسس، ونشر الجريمة، والإرهاق المستمر، وفقدان التركيز، والخمول والكسل، والاكتئاب، والغضب السريع، وفقدان الاتزان الانفعالي، والعدوانية، وظهور اضطرابات نفسية وعقلية وعدم القدرة على تحقيق الذات، وانخفاض التحصيل الدراسي، والهروب من مشكلات الحياة اليومية، وتراجع القيم الحميدة، وحلول قيم جديدة، والانفصال عن الحياة الواقعية (سليمة، ٢٠١٥، ص٢٢١).

إن وسائل الإعلام قد تزيد من الظواهر السلبية في المجتمع، وقد تكون سببا في الحد منها، وإذا نحينا القضايا السياسية، فإن من أبرز الموضوعات والمشكلات التي تعاني منها مجتمعاتنا في الوقت الحالي تأثرها بوسائل التواصل الاجتماعي، والآثار السلبية التي سببتها في كافة المجالات، وقد أجريت دراسات عدة تناولت إدمان الانترنت وتطبيقاته وبرامجه ومواقعه وآثارها على الأفراد.

السابقة

أجرى ميشيل (Mechel,2010) دراسة هدفت التعرف إلى الآثار الاجتماعية لشبكات التواصل الاجتماعي. تم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (١٦٠٠) شابًا من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي في بريطانيا، وقد أظهرت النتائج أن أكثر من نصف الشباب البالغين الذين يستخدمون مواقع الفيس بوك واليوتيوب يقضون أوقات أطول على شبكة الانترنت من ذلك الوقت الذي يقضونه مع أصدقائهم الحقيقيين، ومع أفراد أسرهم، ويتحدثون بصورة أقل عبر الهاتف، ولا يشاهدون التلفاز كثيرا، وأن (٥٣٪) من أفراد مجتمع الدراسة تسبب شبكة الانترنت ومواقع التواصل الاجتماعي بتغيير نمط حياتهم.

واجرى عبد الله وفاضل (٢٠١٧) دراسة هدفت إلى معرفة دور مواقع التواصل الاجتماعي للفضائيات العراقية في ترتيب أولويات الجمهور، تم استخدام المنهج المسحي، والاستبانة لجمع البيانات، وتكونت العينة من (٤٠٠) مبحوث من جمهور ذي قار في العراق، وأظهرت النتائج أن مواقع التواصل الاجتماعي شغلت حيزا كبيرا في حياة غالبية المبحوثين، وأن مواقع التواصل الاجتماعي تعمل على توجيه الاهتمامات نحو قضايا محددة تركز عليها، وتسهم هذه الوسائل في رسم الصورة الذهنية للمبحوثين حول القضايا المهمة على أساس أنها مصدر مهم للمعلومات في القضايا السياسية والاجتماعية.

وهدفت دراسة اسكندر (İskender,2018) الكشف عن الآثار الاجتماعية والعاطفية لإدمان الانترنت على طلبة المدارس في ماليزيا، تم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (٣٢٨) طالبًا وطالبة من طلبة المدارس الثانوية في ماليزيا، تم استخدام مقياس إدمان الإنترنت، وقياس الحساسية بين الأشخاص، وقياس الوحدة الاجتماعية والعاطفية، وأظهرت النتائج أن إدمان الإنترنت له أثر كبير في عدم الثقة بالآخرين والاعتماد على الذات، والشعور بالوحدة الاجتماعية والوحدة العاطفية للأسرة، وجاء عدم الثقة الاجتماعية بالدرجة الأولى، ثم الوحدة العاطفية الأسرية. وهدفت دراسة سانيثا (Sangeetha, 2019) إلى معرفة تأثير وسائل الإعلام الإلكترونية مثل التلفزيون والراديو والهواتف المحمولة المتصلة بالإنترنت على حياة الطلاب، ودورها في المشاكل الاجتماعية مثل جرائم الشرف وعدم المساواة بين الجنسين والصرف الصحي والنظافة والتلوث، تم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٢) طالبًا وطالبة من طلاب المدارس الثانوية في غويمابتور في أمريكا، وأظهرت النتائج أنّ معظم الطلاب لديهم مستوى منخفض من الوعي الاجتماعي، ووجود اختلاف في تأثير الوسائل الالكترونية فيما يتعلق بالوعي بين الطلبة.

فيما أجرى لي وآخرون (Li, et.al, 2019) دراسة لمعرفة تأثيرات التيك توك على القيم الاجتماعية والثقافية للشباب الريفي في الصين، تم استخدام المنهج النوعي والاستبانة والمقابلات

لجمع البيانات، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٩) شابًا في الصين، وأظهرت النتائج قدرة التيك توك على تغيير القيم الاجتماعية والثقافية للشباب الريفي، وتبين ذلك من خلال تغيّر السلوك ودوافع المشاركة ومحتوى الفيديوهات واختيار الموسيقى المصاحبة للفيديوهات، مع وجود مستويات متفاوتة من التغييرات على القيم الاجتماعية والثقافية للشباب.

وهدفت دراسة أحمد وشوكت ومحمد (٢٠٢١) الكشف عن العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠) تلميذًا من تلاميذ المرحلة الإعدادية وتم الاستعانة بالأدوات التالية، مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي (إعداد بسمة حسين عيد)، ومقياس العزلة الاجتماعية (إعداد محمد أحمد خليفة)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود انتشار في مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى التلاميذ، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية لدى المراهقين.

تعقيب على الدراسات السابقة

تناولت الدراسات السابقة الآثار السلبية لتطبيقات ووسائل التواصل الاجتماعي على الانترنت، كدراسة ميشيل (Mechel,2010) وأحمد وشوكت ومحمد (٢٠٢١)، وقد اختلفت مع هذا البحث في أداتها، وشكل العينة ونوعها والتي كانت من طلبة المدارس أحيانا أو أفراد المجتمع أو طلبة الجامعات، وقد استفاد البحث الحالي من هذه الدراسات في إعداد أداة البحث، وصياغة مشكلته، وشرح بعض مصطلحاته. وقد تميز عنها في الكشف عن دور الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طلاب جامعة الأنبار وهو ما لم يتم دراسته مسبقا.

الطريقة والإجراءات

منهج البحث

تم استخدام المنهج المسحي لجمع البيانات.

مجتمع البحث وعينته

تكون مجتمع البحث من طلبة قسم الإعلام في جامعة الأنبار، والبالغ عددهم (٢٩٩) في الدراسة الصباحية والمسائية، وتكونت عينة البحث من (١٤٤) فردًا من طلبة قسم الإعلام في جامعة الأنبار، بنسبة (٤٨٪) من مجتمع البحث، حيث تم اختبارهم بالطريقة العينة العشوائية البسيطة. وتوزعت العينة وفق ما هو مبين في الجدول الآتي:

الجدول (١): توزّع أفراد عينة البحث

المتغيرات	الفئات	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	٩٨	٦٨٪
	أنثى	٤٦	٣٢٪
السنة الدراسية	بكالوريوس	١١٧	٨١٪
	دراسات عليا	٢٧	١٩٪
متوسط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في اليوم	أقل من ٣ ساعات	٥١	٣٥٪
	من ٣- ٥ ساعات	٧٨	٥٤٪
	أكثر من ٥ ساعات	١٥	١١٪
وسائل الإعلام التي أتابعها	قنوات التلفاز	١٢	٨٪
	شبكة الانترنت	١٣٢	٩٢٪

أداة البحث

تكونت أداة البحث في صورتها النهائية من ثلاثة أجزاء وفق ما يلي:

الجزء الأول: الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي: توزعت على ثلاث مجالات هي: المجال الاجتماعي (٧) فقرات، والمجال الصحي النفسي (٧) فقرات، والمجال الدراسي (٦) فقرات.

الجزء الثاني: دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي: تضمن (٨) فقرات.

الجزء الثالث: مقترحات للحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي: تضمن (١٠) فقرات.

صدق الأداة

تم التحقق من صدق الأداة من خلال عرضها على مجموعة من الخبراء ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الإعلام وعلم النفس التربوي في الجامعات العراقية، وذلك بهدف التعرف على مدى ملاءمة الفقرات للموضوع، وسلامة صياغتها، ومدى وضوحها، ثم الأخذ بالتعديلات المقترحة، ومن أهمها تقسيم فقرات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي للمجالات الثلاث الحالية، والإشارة إلى وسائل الإعلام الالكترونية الحديثة، وإعادة الصياغة اللغوية لبعض الفقرات لتكون واضحة بشكل أفضل.

ثبات الأداة

للتأكد من ثبات الأداة، تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من خارج عينة البحث مكونة من (٢٠) طالبًا وطالبة من طلبة قسم الإعلام، ومن ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين،

وتم حساب الاتساق الداخلي لفقرات الأداة وفق معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's alpha) والجدول (٢) يوضح نتائج ذلك

الجدول (٢): معامل الثبات لفقرات أداة البحث

الرقم	المجالات	الاتساق الداخلي	ثبات الإعادة
١	المجال الدراسي	٠,٨٩	٠.٨٢
٢	المجال الاجتماعي	٠.٨٨	٠.٨٧
٣	المجال الصحي/ النفسي	٠.٨٥	٠.٩١
٤	دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي	٠.٩٠	٠.٨٩
٥	مقترحات الحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي	٠.٨٥	٠.٨٣
	الدرجة الكلية	٠ .٨٧	٠.٨٦

يتبين من الجدول (٢) أن الاتساق الداخلي لفقرات أداة البحث (٠.٨٧)، وهي درجة تسم الأداة بالثبات، بينما حصل ثبات الإعادة على (٠.٨٦)، مما يدل على أنّ أداة البحث تتسم بالثبات.

نتائج أسئلة البحث ومناقشتها

نتائج السؤال الأول الذي نص على: ما الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طلبة قسم الإعلام في جامعة الأنبار/ محافظة الأنبار؟

للإجابة عن السؤال تم استخراج التكرارات والنسب المئوية لاستجابات أفراد العينة لدرجة موافقتهم عما ورد في فقرات أداة البحث، والجدول (٣) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

الجدول (٣) التكرارات والنسبة المئوية لآراء أفراد العينة حول الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي

المجالات	أوافق	النسبة	محايد	النسبة	لا أوافق	النسبة
المجال الدراسي	١٢٢	٨٥٪	١٨	١٢٪	٤	٣٪
المجال الاجتماعي	١٠٧	٧٤٪	٣٠	٢١٪	٧	٥٪
المجال الصحي/ النفسي	١٠٢	٧١٪	٣٤	٢٤٪	٨	٥٪
الوسط الكلي/ النسبة المئوية	١١٠	٧٦٪	٢٨	١٩٪	٦	٥٪

تبين نتائج الجدول (٢) توافق استجابات أفراد العينة مع فقرات أداة البحث بـ(١١٠) تكرارا للموافقين من أصل (١٤٤) فردا وبنسبة (٧٦٪) وهي نسبة مرتفعة، فيما حصلت الاستجابات المحايدة على (٢٨) تكرارا وبنسبة (١٩٪) وحصلت استجابات عدم الموافقة على (١٣) تكرار وبنسبة (٤٪) وهي نسبة ضعيفة، وجاء المجال الدراسي في المرتبة الأولى، بـ(١٢٢) وبنسبة موافقة (٨٥٪)، وتعزى هذه النتيجة إلى شعور افراد العينة بخطورة وسائل التواصل على الطلبة بالتحديد فهي تستهدف فئتهم بشكل كبير، وقد أشارت دراسة احمد (٢٠٢١) إلى أن طلبة المدارس في المرحلة الإعدادية لديهم انتشار واسع في مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وشعورهم بالعزلة

الاجتماعية، في حين جاء المجال الاجتماعي ثانيا بـ(١٠٧) تكرارات وبنسبة موافقة (٧٤٪)، وتعزى هذه النتيجة إلى أن الآثار على المستوى الاجتماعي قد تكون أقل بقليل من الآثار على المستوى الدراسي والنفسي لأن آثارها لا تظهر مباشرة إنما على المدى البعيد، وقد تعزى أيضًا إلى الاهتمامات والمحتوى الذي يتم قضاء الوقت عليه فقد تكون الألعاب الالكترونية تأخذ حيزًا كبيرًا بالنسبة للطلبة وآثارها الاجتماعية تختلف عن غيرها من التطبيقات، إلا ان آثارها بقيت مرتفعة وقد أورد نصار (٢٠٢٠) أن المحتوى الذي يتم عرضه له آثار اجتماعية ونفسية كبيرة على المراهقين، والذي من ضمنه انتشار المحتوى الهابط وغير اللائق، والمقاطع الخادشة للحياء، وكل هذا ينعكس سلبًا على المجتمع وقيمه مع ضعف الوعي بين المتابعين والذين قد يكونون من فئة صغار السن والمراهقين، وجاء في المرتبة الأخيرة المجال الصحي والنفسي بـ(١٠٢) تكرار وبنسبة موافقة (٧١٪) وهي نسبة مرتفعة، وتعزى على الآثار السلبية التي تسببها وسائل التواصل الاجتماعي في المجال الصحي والنفسي، والذي قد لا تظهر نتائجه بشكل مباشر، والإدمان الذي يسببه أحيانا يجعل المستخدم لا يفكر كثيرا بالآثار الصحية التي قد تلحق به، كما تبين من الجدول عدم وجود تفاوت كبير بين آراء العينة حول الآثار السلبية التي تسببها وسائل التواصل الاجتماعي.

الجدول (٤) التكرارات والنسبة المئوية لآراء أفراد العينة حول الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي/المجال الدراسي

رقم	المجال الدراسي	أوافق	محايد	لا أوافق
١	يسبب إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الخمول والكسل أثناء الدروس	١٣٣	٦	٥
٢	يؤدي إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي إلى الغياب المتكرر والتأخر	١٢٣	١٨	٣
٣	إدمان وسائل التواصل الاجتماعي يشتت الذهن ويضعف الانتباه في الدروس	١٣٣	٨	٣
٤	يهمل الطلبة الواجبات نتيجة إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي	١٢٣	١٨	٣
٥	يسبب إدمان وسائل التواصل الاجتماعي انخفاض مستوى التحصيل	١٢٩	١٣	٢
٦	يؤدي إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي إلى زيادة تسرّب الطلبة	٩٥	٤١	٨
	الوسط الكلي	**١٢٢**	**١٧**	**٤**
	النسبة المئوية	**٨٥٪**	**١٢٪**	**٣٪**

تبين نتائج الجدول (٤) توافق استجابات أفراد العينة مع فقرات أداة البحث في المجال الدراسي بـ(١٢٢) تكرارا للموافقين من اصل (١٤٤) فردا وبنسبة (٨٥٪) وهي نسبة مرتفعة، فيما حصلت الفقرات المحايدة على (١٧) تكرارا وبنسبة (١٢٪) وحصلت فقرات عدم الموافقة على (٤) تكرارات وبنسبة (٣٪) وهي نسبة ضعيفة، وجاءت فقرة " يسبب إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الخمول والكسل أثناء الدروس" في المرتبة الأولى، بـ(٢٦٦) تكرار، وتعزى هذه النتيجة إلى ضعف الوعي لدى طلبة المدارس عن مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي واستخدامهم المفرط

للإنترنت، وتنوعها لديهم سواء باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي أو الألعاب الالكترونية، وضعف الرقابة الأبوية مما يسبب الخمول والكسل نتيجة السهر الطويل والنظر مطولا لشاشة الجهاز الالكتروني، وجاءت فقرة" يؤدي إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي إلى زيادة تسرّب الطلبة" في المرتبة الأخيرة بـ (١٩٠) تكرار و(٨٢) تكرار للاستجابات المحايدة و(١٦) تكرارا للاستجابة غير الموافقة، وجاءت فقرة "يؤدي إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي إلى زيادة تسرّب الطلبة" في المرتبة الأخيرة بـ(٩٥) تكرار للاستجابات الموافقة و(٤١) تكرارا للاستجابات المحايدة و(٨) تكرارات للاستجابات غير الموافقة، وقد تعزى هذه النتيجة إلى اعتقاد أفراد العينة لوجود أسباب أخرى تؤدي للتسرب المدرسي أهم من التي جاءت في أداة البحث كأن يكون العمل والوضع المادي والنفور من التعليم.

الجدول (٥): التكرارات والنسبة المئوية لآراء أفراد العينة حول الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي/المجال الصحي/النفسي

	المجال الصحي /النفسي	أوافق	محايد	لا أوافق
٧	يسبب إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي اضطرابًا في النوم	١٣٣	١٠	١
٨	يؤدي إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي إلى الانطوائية والعزلة	١١٥	٢٣	٦
٩	يؤثر إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على التركيز	١٠٧	٢٦	١١
١٠	يولد إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الأفكار السلبية	١٠٣	٣٥	٦
١١	يعدّ إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي سببًا في زيادة القلق	٩٤	٤٢	٨
١٢	يقلل إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي من القدرة على ضبط النفس	٨١	٥٤	٩
١٣	يسبب إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الاكتئاب	٨٣	٤٧	١٤
	الوسط الكلي	**١٠٢**	**٣٤**	**٨**
	النسبة المئوية	**٧١٪**	**٢٤٪**	**٥٪**

تبين نتائج الجدول (٤) توافق استجابات أفراد العينة مع فقرات أداة البحث في المجال الصحي/ النفسي بـ(١٠٢) تكرار للموافقين من أصل (١٤٤) فردا وبنسبة (٧١٪) وهي نسبة مرتفعة، فيما حصلت الفقرات المحايدة على (٣٤) تكرار وبنسبة (٢٤٪)، وحصلت فقرات عدم الموافقة على (٨) تكرارات وبنسبة (٥٪) وهي نسبة ضعيفة، وجاءت فقرة يسبب إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي اضطرابًا في النوم" في المرتبة الأولى، بـ(١٣٣) تكرار، وتعزى هذه النتيجة إلى أن الفرد لا يشعر بالوقت للاستخدام المتواصل لها، وبالتالي قد يسهر في الليل مما يضطره للنوم في النهار وفي أوقات خاطئة، وتغير النظام الصحي له في النوم، وجاءت فقرة" يسبب إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الاكتئاب" في المرتبة الأخيرة بـ (٨٣) تكرار

تكرار للاستجابات المحايدة و(١٤) تكرارا للاستجابة غير الموافقة، وتعزى هذه النتيجة إلى شعور السعادة والرضا الذي تسببه مواقع ووسائل التواصل الاجتماعي للأفراد لأنها تبث لهم المقاطع التي تتوافق مع اهتماماتهم وميولهم، بالإضافة إلى اللجوء لها للهروب من ضغوطات الحياة والواقع والابتعاد عن العالم الحقيقي.

الجدول (٥): التكرارات والنسبة المئوية لآراء أفراد العينة حول الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي/المجال الاجتماعي

	المجال الاجتماعي	أوافق	محايد	لا أوافق
١٤	يؤثر إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على القيم الأصيلة في المجتمع	١١٦	٢١	٧
١٥	تزيد وسائل التواصل الاجتماعي من الانحرافات السلوكية في المجتمع	١١٣	٢٥	٦
١٦	يسبب إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي تمثل القدوات غير الصالحة	١٠٩	٣١	٤
١٧	ينفصل الإنسان عن الحياة الواقعية عند إدمان وسائل التواصل الاجتماعي.	١٠٦	٣٢	٦
١٨	إن إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يؤدي إلى العزلة الاجتماعية	١٠٣	٣٤	٧
١٩	يؤدي إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي إلى تفكك الأسرة	١٠٢	٣٢	١٠
٢٠	تنخفض مهارات التواصل مع الآخرين بسبب استخدام وسائل التواصل الاجتماعي	٩٩	٣٦	٩
	الوسط الكلي	١٠٧	٣٠	٧
	النسبة المئوية	٧٤٪	٢١٪	٥٪

تبين نتائج الجدول (٥) توافق اســـتجابات أفراد العينة مع فقرات أداة البحث في المجال الاجتماعي بـ(١٠٧) تكرارات للموافقين من أصل (١٤٤) فردا وبنسبة (٧٤٪) وهي نسبة مرتفعة، فيما حصـلت عدم الموافقة على (١٤) تكرار وبنسـبة (٥٪) وهي نسـبة ضـعيفة، وجاءت فقرة " يؤثر إدمان اسـتخدام وسـائل التواصـل الاجتماعي على القيم الأصـيلة في المجتمع" في المرتبة الأولى، بـــ(١١٦) تكرار، وتعزى هذه النتيجة إلى ان مصدر هذه الوسائل غربية، وتحمل أفكارا تخالف عقيدتنا وقيمنا ومبادئنا وتأثر كثير من الأفراد فيها بحثا عن الشهرة وزيادة التفاعل، مع ما نشـــاهده على هذه التطبيقات من مظاهر خارجة عن المألوف ودخيلة على المجتمع العربي الإســـلامي وتأثر المراهقين والتقليد الأعمى للثقافات الغربية دون معرفة خطورتها على المجتمع والدين والأخلاق، وخصـوصـا مع غياب القدوة الصـالحة، وكل هذا أدى إلى تغيير في العادات والقيم لدى الجيل الصـــاعد، وعدم وجود رادع لها، وجاءت فقرة" تنخفض مهارات التواصـــل مع الآخرين بسبب استخدام وسائل التواصل الاجتماعي" في المرتبة الأخيرة بـ (٩٩) تكرار للموافقين و(٣٦) تكرار للاســتجابات المحايدة و(٩) تكرارات للاســتجابة غير الموافقة، وقد تعزى إلى أن مهارات التواصـل مع الآخرين متنوعة ولها مسـتويات كثيرة ولها ظروفها المختلفة في بيئة العمل أو الواقع، ولذلك قد يصـعب تفسـير أسـباب ضـعف انخفاض مهارات التواصـل وربطها بشـبكات وسائل التواصل الاجتماعي.

نتائج السؤال الثاني الذي نص على: ما دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي؟

للإجابة عن السؤال تم استخراج التكرارات والنسب المئوية لاستجابات أفراد العينة لدور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي هو موضح في الجدول (٦):

الجدول (٦): التكرارات والمسبة المئوية لآراء أفراد العينة حول دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي

	دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي	مرتفعة	متوسطة	منخفضة
١	تحذر البرامج التلفزيونية من الابتزاز الالكتروني عبر وسائل التواصل الاجتماعي	٥٤	٧٢	١٨
٢	تعرض وسائل الإعلام برامج توضح أثر إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وخطورتها على مستقبل الأجيال	٥٣	٥٦	٣٥
٣	تكشف وسائل الإعلام المرئية أثر إدمان وسائل التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية للأفراد	٤٧	٥٤	٤٣
٤	تستضيف وسائل الإعلام المرئية أطباء للحديث عن أثر إدمان وسائل التواصل الاجتماعي على الصحة الجسدية	٤٣	٥٧	٤٤
٥	تبين وسائل الإعلام خطورة وسائل التواصل الاجتماعي على الأسرة	٤٦	٦٥	٣٣
٦	تبين وسائل الإعلام العلاقة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي والمشكلات المجتمعية كإدمان المخدرات والعنف والجرائم	٤٢	٧٤	٢٨
٧	تعمل وسائل الإعلام على توضيح خطورة وسائل التواصل الاجتماعي على القيم والعادات الاجتماعية الأصيلة	٣٧	٧٢	٣٥
٨	تعقد قنوات التلفاز جلسات حوارية توضح العلاقة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وانخفاض مستوى التحصيل والالتزام الدراسي	٤٢	٥٥	٤٧
	الوسط الكلي	**٤٦**	**٦٣**	**٣٥**
	النسبة المئوية	**٣٢٪**	**٤٤٪**	**٢٤٪**

تبين نتائج الجدول (٦) أن دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر أفراد العينة جاءت متوسطا بـ(٦٣) تكرار وبنسبة (٤٤٪) من أفراد العينة، وهي النسبة الأعلى، وقد تعزى هذه النتيجة إلى عدم وجود اهتمام كاف من قبل المسؤولين عن تنظيم الاتصالات والإعلام لدورها في توعية أفراد المجتمع، والاهتمام بالموضوعات السياسية أكثر من غيرها في البرامج الإعلامية. في حين يرى (٢٤٪) وبـ(٣٥) تكرار أن دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي جاء منخفضا، ويرى (٣٢٪) بـ(٩١) تكرار أن دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي جاء مرتفعا، وتعزى هذه النتيجة إلى وجود بعض المواضيع التي تلقى اهتماما في وسائل الإعلام وخاصة مع تسببها بمشاكل كبيرة في المجتمع، وتسليط الضوء عليها كثيرا لأن ضحاياها في ازدياد كقضايا الابتزاز الالكتروني وغيرها، ويؤكد ذلك مجيء فقرة " تحذر البرامج التلفزيونية من الابتزاز الالكتروني عبر وسائل التواصل الاجتماعي"

المرتبة الأولى، بـ(٥٤) تكرارا للتقدير المرتفع و(١٨) تكرار للتقدير المنخفض، وجاءت فقرة" تعقد قنوات التلفاز جلسات حوارية توضح العلاقة بين إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وانخفاض مستوى التحصيل والالتزام الدراسي" في المرتبة الأخيرة بـ (٨٤) تكرار للتقدير المرتفع و(٩٤) تكرار للتقدير المنخفض. وقد تعزى هذه النتيجة إلى ضعف التنسيق بين مسؤولي الإعلام الحكومي لإيجاد برامج خاصة بالتوعية أو استضافة مختصين في الميدان التربوي والنفسي لتسليط الضوء على الآثار السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي.

نتائج السؤال الثالث الذي نص على: ما المقترحات للحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم عرض مجموعة من المقترحات من قبل الخبراء والمختصين على أفراد عينة البحث، لمعرفة درجة توافقهم مع هذه المقترحات وأهمها من وجهة نظرهم، والجدول (٧) يبين نتائج ذلك

الجدول (٧): التكرارات والنسبة المئوية حول موافقة أفراد عينة البحث عن المقترحات المقدمة للحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي

رقم	مقترحات للحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي	أوافق	محايد	لا أوافق
١	تفعيل دور العبادة لتعزيز قيم الإسلام في المجتمع للحد من التأثيرات الغربية على القيم الإسلامية	١٣٨	٦	٠
٢	التنسيق بين مسؤولي الإعلام والاتصالات والجهات المعنية العمل والمتابعة بإغلاق الصفحات التي تؤثر على قيم المجتمع ومبادئه	١٣٨	٥	١
٣	تكثيف البرامج التوعوية على وسائل الإعلام وفي المؤسسات التعليمية المختلفة حول الآثار السلبية لإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	١٣٨	٥	١
٤	الاستعانة بالمختصين في البرامج التلفزيونية لتوجيه النصائح للمراهقين والأجيال الناشئة حول الاستخدام الآمن لوسائل التواصل الاجتماعي	١٣٨	٥	١
٥	إيجاد قوانين رادعة وعقوبات مشددة لعمليات الابتزاز التي تحدث	١٣٧	٦	١
٦	توجيه أولياء الأمور كل في مكان عمله على ضرورة تشديد الرقابة على استخدام أبنائهم للهواتف المحمولة بشكل آمن	١٣٦	٧	١
٧	إجراء جولات دورية على المدارس لتوعية الطلبة بأضرار إدمان وسائل التواصل الاجتماعي	١٣٥	٩	٠
٨	مراقبة ومتابعة وسائل البث المرئي الحديثة كالتيك توك والانستغرام وإغلاق الحسابات التي تؤثر في عقول الأفراد بشكل سلبي	١٣٥	٨	١
٩	سن القوانين والتشريعات الحازمة ضد المحتوى الهابط على وسائل التواصل الاجتماعي	١٣٥	٨	١
١٠	تشجيع المؤثرين الناجحين في مجال العلم والتربية على وسائل التواصل الاجتماعي	١٣٤	٧	٣
	الوسط الكلي	**١٣٦**	**٧**	**١**
	النسبة المئوية	**٩٤٪**	**٥٪**	**١٪**

تبين نتائج الجدول (٧) توافق اســتجابات أفراد العينة مع فقرات أداة البحث بخصــوص المقترحات بـــ(١٣٦) تكرارا للموافقين من أصل (١٤٤) فردا وبنسبة (٩٤٪)، وهي نسبة مرتفعة، وحصلت فقرة " تفعيل دور العبادة لتعزيز قيم الإسلام في المجتمع للحد من التأثيرات الغربية على القيم الإسلامية" على أعلى تكرار بـــ(١٣٨)، وبأقل نسبة عدم موافقة وهي (٠)، وكذلك جاءت فقرات (التنسـيق بين وزارة الإعلام والاتصـالات والجهات المعنية للقيام بإغلاق الصـفحات التي تؤثر على قيم المجتمع ومبادئه، وتكثيف البرامج التوعوية على وسـائل الإعلام وفي المؤسـسـات التعليمية المختلفة حول الآثار السـلبية لإدمان اسـتخدام مواقع التواصـل الاجتماعي، والاسـتعانة بالمختصـين في البرامج التلفزيونية لتوجيه النصـائح للمراهقين والأجيال الناشـئة حول الاسـتخدام الآمن لوســائل التواصــل الاجتماعي) في المراتب الأولى، وتعزى هذه النتيجة إلى أهمية دور العبادة للتوعية، بالإضافة للاحترام والتقدير الذي تناله ضمن أفراد المجتمع، وقد تكون ذات تأثير كبير عليهم، بالإضافة إلى أهمية التنسيق بين الوزارات ليكون العمل تعاونيا ويعطي ثمار أفضل، وبما أن اكثر فئة قد تكون معرضة للآثار السلبية هي من طلبة المدارس فقد جاءت الاهتمام بهم كبيرا أيضا، من خلال اقتراح البرامج التوعية التي توجه لهذه الفئة.

وجاءت فقرة " تشــجيع المؤثرين الناجحين في مجال العلم والتربية على وســائل التواصــل الاجتماعي" في المرتبة الأخير بأقل تكرارات بـ(١٣٤) تكرار. وتعزى هذه النتيجة إلى أن المؤثرين على وسـائل التواصـل الاجتماعي غالبا ما يعملون بشـكل مفرد دون وجود جهات ومؤسـسـات رسمية داعمة لهم، وقد تعزى أيضا إلى اعتقاد أفراد عينة البحث إلى أن التوعية يجب أن تبدأ من الجهات العليا أولا وعبر أدواتها ووسائلها التي يمكن أن يكون من ضمنها المؤثرين في المجتمع. كما تبين من الجدول عدم وجود تفاوت كبير في آراء العينة حول مقترحات الحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي.

مستخلص النتائج

أظهرت نتائج البحث ما يلي:

- الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي نسبتها مرتفعة، وتؤثر على المستوى الدراسي بشكل كبير ثم على المستوى الاجتماعي، ثم على المستوى الصحي/ النفسي.
- من أبرز الآثار التي يسببها إدمان وسائل التواصل الاجتماعي الخمول والكسل أثناء الدروس، واضطرابات النوم، والتأثير على القيم والعادات الاجتماعية الأصيلة في المجتمع.
- إن دور وسائل الإعلام في التوعية من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طلبة قسم الإعلام في محافظة الأنبار جاء بين المتوسط والمنخفض. ومن أهم

التي ركز عليها تحذير البرامج التلفزيونية من الابتزاز الالكتروني عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

- من أهم مقترحات الحد من الآثار السلبية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، تفعيل دور العبادة لتعزيز قيم الإسلام في المجتمع وللحد من التأثيرات الغربية على القيم الإسلامية، والتنسيق بين وزارة الإعلام والاتصالات والجهات المعنية للقيام بإغلاق الصفحات التي تؤثر على قيم المجتمع ومبادئه، وتكثيف البرامج التوعوية على وسائل الإعلام وفي المؤسسات التعليمية المختلفة حول الآثار السلبية لإدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

التوصيات

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، يوصي الباحث بالآتي:

- تفعيل دور العبادة للإشارة إلى خطورة وسائل التواصل الاجتماعي وأثرها على المجتمع.
- وضع خطة سريعة لإعادة تفعيل دور الإعلام من خلال البرامج والندوات المفيدة واستضافة المختصين للتوجه إلى الجمهور بضرورة الانتباه من أخطار وسائل التواصل الاجتماعي.
- توعية الطلبة في المدارس عن الآثار السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي، وتحذيرهم من الإدمان عليها.
- تعزيز دور الجامعات العراقية في تدريس التربية الإعلامية من خلال برامجها الدراسية في المراحل المناسبة.
- تفعيل دور المثقفين والمؤثرين في المجتمع لبيان آثار وسائل التواصل الاجتماعي، وتكثيف النصائح للحد منها، والعمل على تعزيز القيم الاجتماعية العربية الإسلامية الأصيلة في المجتمع، وتظافر الجهود من خلال الإعلام والأسرة والقنوات المرئية والمؤثرين في المجتمع.

المصادر والمراجع

أبو صعيليك، ضيف (٢٠١٢). أثر شبكات التواصل الاجتماعي الالكترونية على اتجاهات طلبة الجامعات في الأردن ودورها المقترح في تنمية الشخصية المتوازنة لديهم. أطروحة دكتوراة غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن

أبو غزالة، سميرة (٢٠١٠). فاعلية برنامج للإرشاد بالواقع في خفض حدة إدمان الانترنت ورفع درجة تقدير الذات لدى طلاب الجامعة. مجلة الإرشاد النفسي، (٢٥)، ٥٦- ١٠٨.

أحمد، الشيماء وشوكت، عواطف ومحمد، هدى (٢٠٢١). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى المراهقين. مجلة البحوث، جامعة عين شمس، ١(٥)، ١٣٦- ١٦٢.

آل قوت، عبد الرزاق.، وأبو جادو، محمود. (٢٠١٦). استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالتفوق الدراسي في ضوء اتجاهات طلبة كلية التربية بجامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل. مجلة جامعة حلوان، ٢٢(٤). ٩٢١-٩٥٦.

خوالدة، أحمد (٢٠١٠). دور وسائل الإعلام الأردنية في تطوير الإدارة في المؤسسات التربوية من وجهة نظر القادة التربويين والإعلاميين. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

خورشيد، كامل (٢٠١١). الاتصال الجماهيري والإعلام (ط١). عمان: دار المسيرة للنشر.

سليمة، حمودة (٢٠١٥). الإدمان على الانترنت: اضطراب العصر. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. ١(٢١)، ٢١٣- ٢٢٤.

شاهين، محمد (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض إدمان الإنترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين. مجلة جامعة الأقصى، ١٩(٢)، ٣٥٨-٣٩٠.

طاهات، عثمان (٢٠١٤). دور وسائل الإعلام المرئية الأردنية في التنشئة السياسية. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن.

عبد الله، رؤى وفاضل، علي (٢٠١٧). دور مواقع التواصل الاجتماعي للفضائيات العراقية في ترتيب أولويات الجمهور (دراسة ميدانية على جمهور محافظة ذي قار). مجلة الباحث الإعلامي، (٤٢)، ١٧٩-٢٠٠.

العمري، علي (٢٠٠٨). إدمان الانترنت وبعض آثاره النفسية والاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة حائل التعليمية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك خالد، السعودية.

النوري، سلطان (٢٠١٤). دور شبكات التواصل الاجتماعي في تنمية الوعي لدى الشباب في منطقة الجوف في المملكة العربية السعودية. أطروحة دكتوراة غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.

عيساني، رحيمة (٢٠٠٨). الوسائل التقنية الحديثة وأثرها على الإعلام المرئي والمسموع. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.

نصار، سالي (٢٠٢٢). التأثيرات النفسية والاجتماعية لتطبيقات الهواتف الذكية (Tik Tok نموذجا). المجلة المصرية لبحوث الإعلام. العدد (٧٩)، ٤٦٧- ٥٠١.

ولي، نزار (٢٠٢٢). تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الطلبة. مجلة الفتح، ع (٨٩)، ١-١٣.

يونس، آمنة (٢٠١٥). إشباعات مواقع التواصل الاجتماعي لحاجات تلاميذ المرحلة الأساسية في المدارس الخاصة والحكومية في الأردن. أطروحة دكتوراة غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.

References

Abdullah, Ruwa and Fadhel, Ali (2017). The role of social networking sites of Iraqi satellite channels in arranging audience priorities (a field study on the audience of Dhi Qar Governorate. Journal of Media Researcher, (42), 179-200.

Abu Ghazaleh, Samira (2010). The Effectiveness of a Real-Life Counseling Program in Reducing the Severity of Internet Addiction and Raising the Level of Self-Esteem among University Students. Journal of Psychological Counseling, (25), 56-108.

Abu Sailik, Daif (2012). The Impact of Electronic Social Networking on the Attitudes of University Students in Jordan and its Proposed Role in Developing a Balanced Personality among Them. Unpublished PhD Thesis, University of Jordan, Jordan.

Ahmad, Al-Shimaa and Shawkat, Awatif and Muhammad, Huda (2021). Social Media Addiction and Its Relationship to Social Isolation among Adolescents. Journal of Research, Ain Shams University, 1(5), 136-162.

Al-Nouri, Sultan (2014). The role of social networking sites in developing awareness among youth in the Al-Jouf region in the Kingdom of Saudi Arabia. Unpublished doctoral dissertation, University of Jordan, Jordan.

Al-Omari, Ali (2008). Internet addiction and some of its psychological and social effects on secondary school students in Hail Educational Governorate. unpublished master's thesis, King Khalid University, Saudi Arabia.

Al-Qut, Abdul-Razzaq., and Abu Jado, Mahmoud. (2016). The use of social networking sites and its relationship to academic excellence considering the trends of students of the Faculty of Education at Imam Abdulrahman bin Faisal University. Helwan University Journal, 22(4). 921-956.

Hardy, M. (2004): Life beyond the Screen: Embodiment and identity through the internet. **the sociological reviews**. 50(1),4570-585.

İskender, M. (2018). Investigation of the Effects of Social Self-confidence, Social Loneliness and Family Emotional Loneliness Variables on Internet Addiction. **Malaysian Online Journal of Educational Technology,** 6 (3), 1- 10.

Issani, Rahima (2008). Modern technical means and their impact on visual and audio media. Riyadh: King Fahd National Library.

Khalidah, Ahmed (2010). The role of Jordanian media in developing management in educational institutions from the perspective of educational and media leaders. Unpublished doctoral dissertation, Yarmouk University, Jordan.

Khorshid, Kamel (2011). Mass communication and Medi (E1). Amman: Dar Al-Masirah

for Publishing.

Li, M.; Tan, C. K. K. & Yang, Y. (2019). Social and cultural Values of Rural Youths Using the TikTok Video-Sharing App in Eastern China. **Information, Communication & Society**, 8 (12).

Lu, D. (2010). Differentiation of Internet Addiction Risk Level Based on Autonomic Nervous Responses: The Internet-Addiction Hypothesis of Autonomic Activity". **Cyberpsychology, behavior, and social networking**, 13(4),371-378.

Mechel, V. (2010). **Facebook and the invasion of technological communities**, N.Y،New York.

Nalwa, K. & Anand, A. (2003). **Internet addiction in students**: A case of Concern.

Nassar, Sally (2022). Psychological and social effects of smart phone applications (Tik Tok as a model). Egyptian Journal of Media Research. Issue (79), 467-501.

Pierre, V. (2006). **LA CYBERDÉPENDANCE: fondements et perspectives**. canada, centre québécois de lutte aux dépendances.

Salima, Hamouda (2015). Internet addiction: the disorder of the era. Journal of Humanities and Social Sciences. 1(21), 213-224.

Sangeetha, N.& Vanitha, J. (2019). A Study on the Impact of Electronic Media in Relation to Social Awareness among High School Students in Coimbatore District. **Shanlax International Journal of Education**, 7(3)16-25.

Sato, T. (2006). Internet Addiction among students: Prevalence and psychological problems in Japan. **Health Care Center University**, Saga. 49 (7), 279-283.

Shaheen, Mohammed (2015). The effectiveness of a cognitive-behavioral guidance program in reducing internet addiction among a sample of university students. Journal of Al-Aqsa University, 19(2), 358-390.

Tahat, Othman (2014). The role of Jordanian visual media in political socialization. Unpublished doctoral dissertation, World Islamic Sciences University, Jordan.

Wali, Nizar (2022). The impact of social media on students. Al-Fath Journal, Issue (89), 1-13.

Younis, Amna (2015). Social media satisfactions of the needs of primary school students in private and public schools in Jordan. Unpublished doctoral dissertation, University of Jordan, Jordan.