

التعبير الانفعالي والدعم الاجتماعي المدرك
وعلاقتها بالإدمان على الفيسبوك

إعداد

د/ مفيد نجيب حواشين أ/ جواد سامي موسى إبراهيم

جامعة عمان الأهلية- الأردن- عمان

التعبير الانفعالي والدعم الاجتماعي المدرك

وعلاقتهما بالإدمان على الفيسبوك

د/ مفيد نجيب حواشين وأ/ جواد سامي موسى إبراهيم*

المُلخَص:

هدفت الدّراسة تعرّف علاقة كل من التعبير الانفعالي والدعم الاجتماعي بالإدمان على الفيسبوك لدى طلاب وطالبات جامعة عمان الأهلية، إضافة إلى محاولتها تعرّف القدرة التنبؤيّة للتعبير الانفعالي، والدعم الاجتماعي المدرك في الإدمان على الفيسبوك، وقد تمّ إتباع المنهج الوصفي الارتباطي للإجابة على أسئلة الدّراسة.

اختيرت عينة الدّراسة من مجتمع الطلاب الموجودين في جامعة عمان الأهلية في المملكة الأردنية الهاشمية البالغ عددهم (٦٠٠٠)، حيث تكونت العينة من (٢٠٠) طالب وطالبة (١٠١ ذكور، ٩٩ إناث)، اختيروا بطريقة عشوائية. ولتحقيق أهداف الدّراسة تم استخدام ثلاث أدوات وهي: قائمة المعلومات الديموغرافية، ومقياس أندريسون المُعرب لفحص الإدمان على الفيسبوك، ومقياس الدعم الاجتماعي، ومقياس التعبير الانفعالي.

ولغايات تحليل المعلومات التي تم جمعها، استُخدم تحليل الانحدار المتعدد لفحص العلاقة والقدرة التنبؤيّة للتعبير الانفعالي، والدعم الاجتماعي، وبعض المتغيرات الديموغرافية في الإدمان على الفيسبوك، لدى أفراد العينة.

توصلت الدّراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها أن هنالك علاقة ذات دلالة إحصائية بين التعبير الانفعالي والدعم الاجتماعي في الإدمان على الفيسبوك، ولم تبين النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين العوامل الديموغرافية والإدمان على الفيسبوك، إضافة إلى ذلك بينت نتائج تحليل الانحدار بأنّ التعبير الانفعالي، والدعم الاجتماعي تتنبأ بما نسبته (١٨%) من إجمالي التباين في الإدمان على الفيسبوك.

* د/ مفيد نجيب حواشين وأ/ جواد سامي موسى إبراهيم: جامعة عمان الأهلية/ الأردن/ عمان.

مقدمة:

أصبح استخدام الفيسبوك ظاهرة اجتماعية سائدة بين أفراد المجتمع، ومع التقدم التكنولوجي وانتشار الشبكة العنكبوتية بشكل كبير في المجتمعات المختلفة، أصبحت نسب التوجه لمواقع التواصل الاجتماعي أكثر انتشاراً وأكثر استخداماً عند معظم الناس، بمختلف الأعمار ذكوراً أو إناثاً.

وفي السنوات الأخيرة ارتفعت نسب التوجه للإنترنت بشكل كبير جداً، وذلك عندما أعلنت شركة فيسبوك إنشاء موقع التواصل الاجتماعي، والذي بات الأكثر استخداماً على مستوى العالم. فقد أصبح الفيسبوك الموقع الأول لاجتماع الأسر والأصدقاء ورفاق العمل، حيث أصبح جزءاً من حياة الإنسان المعاصر، الذي يصعب عليه تجاهله لسعة انتشاره. وبحسب موقع alexa.com، وهو مصنف الموقع العالمي لعام ٢٠١٥، فقد تم الإعلان بأن موقع فيسبوك هو الأكثر استخداماً على مستوى العالم، وتصل نسبة الاستخدام إلى ٩٧.٠٤% (palo, 2016).

بالإضافة إلى ذلك، وبحسب موقع الفيسبوك، فإن أكثر من ١.٢٣ بليون شخص يعدُّ من النشطين الفعالين يومياً في الموقع. وقد أشارت الإحصائيات والأبحاث السابقة إلى أن هنالك ما يسمى بالإدمان على الفيسبوك كما هو الإدمان على الإنترنت، وقد أشارت الأبحاث إلى أنّ نسب الإدمان على الفيسبوك هي أعلى من نسب الإدمان على الإنترنت، هذا وقد يمكن اعتبار الإدمان على الإنترنت كنتيجة استخدام الفيسبوك بشكل كبير، حيث يسمح الفيسبوك لمستخدميه بالتواصل مع العائلة والأصدقاء واستخدام الألعاب التي تزيد من ساعات الاستخدام لهذا الموقع (Zuckerberg, 2012).

ونظراً لقلّة الأبحاث المختصة في هذا المجال في مجتمعاتنا العربية، فقد تكون هذه فرصة جيّدة تسمح بالتعرف على العلاقة بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم المدرك، وعلاقته بالإدمان على الفيسبوك لدى الطلبة في جامعة عمان الأهلية.

مشكلة الدراسة وأهميتها:

مشكلة الدراسة:

تكمن مشكلة الدراسة في محاولة الفهم النظري والإكلينيكي للعلاقة بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم المدرك وعلاقته بتطوير الإدمان على الفيسبوك. إن الافتراض النظري لهذه الدراسة يدعم تفسير الإدمان على الفيسبوك بدافع الحصول على التعزيز كما هو الحال في الإشراف الإجرائي في المدرسة السلوكية، حيث أكد سكرن أن تلقي تعزيز للسلوك يساهم في تكرار ظهور السلوك مرة أخرى. (Corey, 2011).

يحاول الباحثان الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي:

هل هناك علاقة بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم المدرك من جهة والإدمان على الفيسبوك؟

ويتفرع من السؤال الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية:

- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك في تطوير الإدمان على الفيسبوك يعزى إلى متغير الجنس؟
- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك في تطوير الإدمان على الفيسبوك يعزى إلى متغير العمر؟
- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك في تطوير الإدمان على الفيسبوك يعزى إلى متغير سنوات الدراسة؟
- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين التعبير الانفعالي، وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك وتطوير الإدمان على الفيسبوك يعزى إلى الحالة الاجتماعية؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة تعرف علاقة كل من التعبير الانفعالي والدعم الاجتماعي المدرك بالإدمان على الفيسبوك وتأثير بعض المتغيرات الديموجرافية في ذلك.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في تزايد ظاهرة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بصفة عامة والفيسبوك بصفة خاصة مما يتطلب تحليل بعض الظروف والعوامل المسببة لذلك.

فضلاً عن ذلك، فإن أهمية للدراسة تكمن في العمل على تقليص أعراض الإدمان على الفيسبوك، من خلال فهم الأسباب التي تدفع الفرد للإدمان. كما يمكن لنتائج الدراسة أن تأخذ مجالاً فعالاً في عملية التوعية في المؤسسات المختصة برعاية الطلبة في الجامعات، وذلك لزيادة الدعم الاجتماعي والمشاركة الانفعالية. كما يمكن أن تساعد على العمل في تخفيف الإدمان على الفيسبوك من خلال تقوية الروابط الاجتماعية الحاضرة، وإعطاء الدعم الفوري والمشاركة الانفعالية. كما يمكن أن يستخدم هذا البحث في مجال التربية، وذلك عن طريق استغلال الفيسبوك لتطوير برامج تعليمية، حيث إن الفيسبوك يجمع أعلى نسب مشاركة عالمياً.

إن معرفة الأسباب التي تؤدي إلى الإدمان، يمكن لها أن تساعد في اكتشاف علاجات ناجحة لمعالجة الإدمان على الفيسبوك والحد من الاستخدام الخاطئ له. إضافة لما سبق فإن الدراسة يمكن أن تفتح المجال أمام الباحثين لدراسات أخرى مرتبطة بنفس المجال.

محددات الدراسة:

الحدود الموضوعية: التعبير الانفعالي والدعم الاجتماعي المدرك وعلاقتها بالإدمان على الفيسبوك.

الحدود البشرية: عينة من طلبة جامعة عمان الأهلية من الذكور والإناث كما اقتصرت الدراسة على الطلبة المسجلين في جامعة عمان الأهلية

للعام الدراسي ٢٠١٥/٢٠١٦.

الحدود المكانية: جامعة عمان الأهلية.

الحدود الزمانية: العام الدراسي ٢٠١٥ / ٢٠١٦.

التعريفات والمفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة: التعبير الانفعالي:

بالرغم من انتشار مفهوم الانفعال إلا أنه لا يقتصر على تعريف واحد محدد يتفق عليه العلماء في مجال علم النفس، فهو كما يرى (بول توماس يونج) Young يتمثل في طبيعة مركبة التي يجب تحليلها إلى أجزاء (خليفة، عبد الله، ١٩٩٧).

أما في المراجع القديمة فقد كان مثل (فونت) Wundt و(ماكوجل) McDougal كان ينظر إلى الانفعال على انه حدث شعوري، وتركزت المشاكل حول العلاقة بين الانفعال الشعوري وبين تعبيراته الجسمية، وبعدها بدأ الاهتمام في المظاهر الموضوعية للانفعال فيجب على المرء التمييز بين الانفعال وبين رد الفعل الحادث (فراج ٢٠٠٥).

كما يرى بعض العلماء أن الانفعال هو عبارة عن نماذج انعكاسية لاستجابات محددة مثل (غضب، خوف، سعادة الخ...) تتصل بالمراكز العصبية في الهيبيوثلاموس. فالانفعال يشير إلى التغيرات التي تنعكس على الفرد بسبب التغيرات الفسيولوجية، وما ينتابه من مشاعر وأحاسيس ووجدان.

الدعم الاجتماعي (Social Support):

تعريف الدعم (المساندة) في اللغة: من سند: ما ارتفع من الأرض في الجبل أو الوادي والجمع إسناد، وكل شيء أسندت إليه شيئاً فهو سند، وما يسند إليه يسمى مسنداً، وسنداً وجمعه المساند، وتساندت إليه: استندت، وساندت الرجل مساندة إذ عاضدته وكاتفته، وسند في الجبل يسند سنوداً، وأسند: رقى، ويقال للدعي المسند والسند ويقال للدعي: سنيذ (الهنداوي، ٢٠١١).

وينظر إلى الدعم الاجتماعي اصطلاحاً على أنه عكس قوة اتصالات الفرد بالآخرين في بيئته الاجتماعية، بمعنى درجة التكامل الاجتماعي للفرد، أو حجم وتركيب الشبكة الاجتماعية للفرد، وهذا التكامل الاجتماعي قد يرفع من مستوى الصحة. (Hoorens, 1992 & Buunk).

كما يعرف الدعم الاجتماعي بأنه تقديم المساعدة المادية والمعنوية من جماعات رسمية أو غير رسمية للمكروب بقصد رفع روحه المعنوية وحمايته من الآثار النفسية السيئة لأحداث الحياة الضاغطة (الهلول والمحيسن، ٢٠١٣: ٢١٨).

الفيسبوك: (Facebook)

هو موقع من مواقع التواصل الاجتماعي، وهي خدمات يتم إنشاؤها وبرمجتها من قبل شركات كبرى لجمع أكبر عدد من المستخدمين والأصدقاء في مشاركة الأنشطة والاهتمامات، وللبحث عن تكوين صداقات مع أشخاص آخرين يشاركون معهم بإحدى النشاطات الفكرية أو غيرها وقد استقطبت هذه الخدمات ملايين المستخدمين من شتى أنحاء العالم (منصور، ٢٠١٢ ص٢).

وعن الأدوار الجديدة للفيسبوك تضيف (سعودي، ٢٠١٤) أن موقع الفيسبوك لا يمثل منتدى اجتماعيا فقط، وإنما أصبح قاعدة تكنولوجية سهلة بإمكان أي شخص أن يفعل بواسطتها ما يشاء وفي ما يلي بعض الأنشطة لمحتويات موقع الفيسبوك:

- في عام ٢٠١٣ أكثر من ٨٠٠ مليون مشترك يتعاملون عبر الفيسبوك (صفحات، جماعات، أحداث، صفحات اجتماعية.. الخ).
- متوسط المشتركين يستخدمون ثمانين صفحة اجتماعية.
- أكثر من عشرين مليار صفحة من المحتويات (وصلات شبكة الإنترنت، والإخبار، والقصص وإعلانات الوظائف، والملاحظات والبيومات الصور).

(2013, Cardak)

تعريف الإدمان على الفيسبوك:

هو استخدام الفيسبوك بالشكل الذي يخلق صعوبات نفسية، اجتماعية، مدرسية أو مهنية في الحياة الشخصية (Zhou، ٢٠١١).

إدمان الإنترنت: (هو متلازمة الاعتماد النفسي لمداومة على ممارسة التعامل مع موقع الفيسبوك لفترات طويلة او متزايدة ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية يصعب الإقلاع عنه دون معاونه علاجية للتغلب عليه) وإن إدمان الفيسبوك هو الميل أو التوجه الاضطراري لاستخدام الفيسبوك (بارزان، وعمر، ٢٠١٤).

يعرف كارداك (Cardak، ٢٠١٣) الإدمان على الفيسبوك بأنه عدم قدرة الفرد على التحكم في نشاطاته ومشاركته على الفيسبوك.

فالإدمان على الفيسبوك هو الحالة القهرية لاستخدام الفيسبوك والشعور بالراحة عند استخدامه بحيث يصبح استخدام الفيسبوك هو النشاط الأهم في حياة

الفرد ويشعر بالمتعة والراحة عند استخدامه له، ويشعر بالانزعاج والتهيج عند الانقطاع عنه.

ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في مقياس إدمان الفيسبوك للاستدلال على وجود أو عدم وجود الإدمان.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

لمحة تاريخية عن موقع الفيسبوك (Facebook)

تم تأسيس موقع الفيسبوك في سنة (٢٠٠٤) كموقع اجتماعي خاص بجامعة هارفرد في أمريكا، وهو عبارة عن خدمات موجودة على الإنترنت بحيث تسمح لمستخدميها إنشاء ملفات شخصية عامة أو شبه عامة، أو بناء شبكات اتصالات مع المستخدمين المشتركين الذين يكونون أربطة مشتركة (Common Links) بحيث تسمح لهم تصفح ملفات أو شبكات المستخدمين الآخرين (et Fawkner al.,2014).

كان شرط الانتساب إلى الموقع الحصول على بريد إلكتروني من جامعة هارفرد الذي يكون على الصيغة (harvard.edu@.....). ثم قام مصمم الموقع بتوسيع انتشاره على الجامعات الأخرى، شريطة أن يكون لهم بريد إلكتروني خاص في جامعتهم وإبقاء أنشطتهم مع زملائهم من نفس الجامعة فقط. وفي بداية شهر أيلول في عام (٢٠٠٥)، توسع الفيسبوك ليشمل الطلبة من المدارس الثانوية والإعدادية أيضاً وأصبح أخيراً متوفراً لكل شخص لديه بريد إلكتروني فعال شريطة ألا يقل عمره عن ثلاثة عشر عاماً (Ellison, & Boyd, 2007).

مكونات الفيسبوك:

هناك ثلاثة مكونات رئيسة لموقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك وهي: الملفات الشخصية للمستخدمين، الأصدقاء وكتابة التعليقات (Bjerregaard, 2010, P 14).

الملفات الشخصية (Profile Pages) ومن خلال الملفات الشخصية يتمكن

الشخص من التعرف على المستخدمين وعلى بياناتهم الشخصية الأساسية مثل: النوع الاجتماعي، الحالة الاجتماعية، البلد، تاريخ الميلاد، الاهتمامات، قائمة الرسائل، والصور الشخصية وغيرها من المعلومات (Teke, 2011).

• الأصدقاء (Friends) وهم بمثابة الأشخاص الذي يتعرف عليهم المستخدم لغرض معين. والشبكات الاجتماعية تطلق على هذا المستخدم المضاف إلى قائمة المستخدمين الموجودين لديهم بتسميته "صديقاً" (بارزان وعمر، ٢٠١٤).

• كاتب التعليقات (Commenting) وهي عبارة عن كتابة الرأي الشخصي على ما ينشره الأصدقاء أو المجموعات الذي انضمت لهم أو التعليق على صورة أو مقطع فيديو أو لعبة معينة (Teke، ٢٠١١).

النظريات التي تفسر سلوك استخدام الفيسبوك:

بما أن الفيسبوك عبارة عن موقع للتواصل الاجتماعي، لذلك يمكن تفسير سلوك استخدام الفيسبوك من وجهة النظر التي تفسر السلوك الاجتماعي، منها:

أولاً- نية-نحن: (We-Intention)

يمكن تعريفها بالتزام الفرد المشاركة في نشاط مشترك، ويشمل الالتزام بموافقة الضمنية أو العلنية مع المشتركين الآخرين في هذا النشاط. هذا المفهوم تم استخدامه من قبل براتمان (Bratman) وتوميل (Tuomela). وقد تم التعبير عنه بمصطلح "سنفعل س معاً (We together will perform X)"، حيث يمثل (س) النشاط المشترك. في الوقت الذي يمكن توضيح مصطلح "نية-أنا" (-Intention) بمستوى مبرر للشخص للقيام بنشاط شخصي، فإن مصطلح نحن-نية يوضح عندما يرى الشخص نفسه جزءاً من نشاط اجتماعي داخل المجموعة. يوجد نحن-نية ليس فقط عندما يؤمن الفرد بأنه قادر على أداء جزئه الخاص في النشاط المشترك، وإنما أيضاً عندما يؤمن الفرد بأنه قادر على أداء النشاط مع الأفراد الآخرين المشاركين معه على الأقل عند وجود احتمالية قليلة للنجاح. مقارنة بنا-نية، نحن - نية يحدد التزام الفرد في قيام نشاط جماعي أو نشاط ذي طبيعة اجتماعية. لذلك نحن-نية طريقة أنسب من أنا-نية لدراسة سلوكيات وأنشطة مواقع التواصل الاجتماعي (al، Cheung et. al، ٢٠١١).

ثانياً- نظرية الاستخدام والإشباع Uses and Gratification Theory:

ترى أن مستخدمي وسائل الإعلام ومواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" له السيطرة، ولا يعرف مدى سلبية الاستخدام لهذا الموقع، ولكن تكون دوافع استخدامه في سبيل الحصول على الإشباع من خلال هذا الاستخدام لمواقع

- التواصل الاجتماعي. قام كل من كاتز، بلمر وغروفيتش بوضع خمس فرضيات متعلقة بنظرية الاستخدام والإشباع (Glies، ٢٠٠٣):
- أن مواقع التواصل هادفة ويتم توجيهها.
 - يتم استخدام مواقع التواصل لإشباع دوافع معينة.
 - لمعرفة تأثير هذه المواقع في مستخدميها يجب أن تدرس من خلال نواحي متعلقة بالشخصية ومراعاة الفروق الفردية والعوامل البيئية.
 - وجود منافسة بين اختيار استخدام وسائل الإعلام والتواصل مثل مشاهدة التلفاز بدل استخدام الفيسبوك.
- المستخدم بشكل عام له السيطرة على استخدامه لمواقع التواصل (Glies، ٢٠٠٣).

ثالثاً- نظرية التأثير الاجتماعي Social Influence Theory:

تدرس التغيرات التي تحصل في الاتجاهات والسلوك بسبب التأثير الاجتماعي والذي يمكن أن يحصل على مستويات مختلفة. هذه المستويات من التغيير تتوافق مع اختلاف العمليات التي من خلالها يتقبل الفرد هذا التأثير، وهذه العمليات هي:

- **الطاعة Compliance:** تحدث هذه المطاوعة عندما يدرك الفرد أنّ الممثل الاجتماعي يريد منه القيام بسلوك معين، وهذا الممثل لديه القدرة على إثبات القيام بالسلوك والعقاب عندما لا يتم هذا السلوك (Cheung et. al، ٢٠١١).
- **الاستدخال Internalization:** وهي عبارة عن تكيف المفاهيم الشخصية بحيث تندمج مع الأهداف الفكرية المشتركة مع الآخرين.
- **التقمص Identification:** يحدث حين يرغب الفرد في تكوين علاقة شخصية مع شخصية ونفسية مهمة ومشبعة مع شخص آخر أو جماعة أخرى (Cheung et. al، ٢٠١١). أو يحدث عندما يقوم شخص بتقليد أي سلوك لمجموعه معينة بهدف الانتساب لهذه المجموعة.

رابعاً- النظرية المعرفية السلوكية The Cognitive – Behavioral Theory:

يمكن تفسير سلوك استخدام الفيسبوك، أو حتى الإدمان على الفيسبوك من خلال تفسير كرينغ وجونسون (Johnson, 2012& Kring) لتفسير

الإدمان على المخدرات. إذ يشير أن الإدمان عبارة عن مراحل تطويرية ومنتابعة، حيث تبدأ هذه العملية بالاتجاه الإيجابي نحو الفيسبوك، ثم يصل الفرد لتجربة الاستخدام ومن ثم يصبح استخدام الفيسبوك شيئاً اعتيادياً حتى يصل الإنسان إلى حالة الاستخدام المفرط ومن ثم الإدمان.

معايير تشخيص الإدمان على الإنترنت:

تعتمد غالبية المقاييس المستخدمة في قياس الإدمان على الإنترنت على المقياس الذي أعدّه يونج (Young, 1998)، يتكون المقياس من ٢٠ فقرة والدرجة في المقياس تقع على المدى من (٢٠-١٠٠) ويصنف الاستخدام حسب التصنيفات الثلاثة الآتية:

- **الدرجة في المدى من ٢٠-٣٩:** تشير إلى درجة استخدام طبيعية مع وجود القدرة على التحكم في الاستخدام.
- **الدرجة في المدى من ٤٠-٦٩:** تشير إلى وجود حالة معاناة من الاستخدام ولكن لم تصل إلى مرحلة الإدمان.
- **الدرجة في المدى من ٧٠-١٠٠:** تدل على أن الفرد يواجه معاناة حقيقية إثر استخدامه للإنترنت والفرد في هذا المدى يعاني من الإدمان على الإنترنت.

الدعم الاجتماعي:

يعد الدعم الاجتماعي مصدراً مهماً يحتاجه كل فرد في حياته اليومية، بل هو حاجة أساسية يتمناها الفرد في أن تتحقق كلما احتاج إليها في المواقف الحياتية المختلفة التي تواجه الفرد، ولذلك فإن المعاقين كغيرهم بحاجة إلى هذا الدعم من كافة المحيطين بهم، كالأسرة والأقارب والأصدقاء والزملاء، والمؤسسات الاجتماعية التأهيلية وغيرها من مصادر الدعم الأخرى، لأن لهم دوراً كبيراً وفعالاً في التخفيف عن همومهم وآلامهم، والآثار النفسية والاجتماعية السلبية الناجمة عن الإعاقة، وكذلك المواقف والصعوبات التي يواجهونها أثناء ممارستهم في حياتهم اليومية.

الدعم الاجتماعي اصطلاحاً:

يعد الدعم الاجتماعي من المتغيرات التي يختلف الباحثون حول تعريفها وفقاً لتوجهاتهم النظرية، فمن منظور سيكولوجيا ينظر إلى الدعم الاجتماعي على

أنه عكس قوة اتصالات الفرد بالآخرين في بيئته الاجتماعية، بمعنى درجة التكامل الاجتماعي للفرد، أو حجم وتركيب الشبكة الاجتماعية للفرد، وهذا التكامل الاجتماعي قد يرفع من مستوى الصحة. (Hoorens & Buunk, 1992).

وإذا كان مصطلح شبكة العلاقات الاجتماعية يعتبر البداية الحقيقية لظهور مصطلح الدعم الاجتماعي، إلا أن ليبرمان (Liberman) المشار إليه في الهنداوي (٢٠١١)، يرى أن الدعم الاجتماعي مفهوم أضيق بكثير من مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية، حيث يعتمد الدعم الاجتماعي في تقديرا على إدراك الأفراد لشبكاتهم الاجتماعية باعتبارها الأطر التي تشتمل على الأفراد الذين يتقون فيهم، ويستندون على علاقاتهم بهم.

وظائف الدعم الاجتماعي وأهميته:

للدعم الاجتماعي أهمية كبيرة في حياة الفرد، حيث يؤثر حجم الدعم الاجتماعي ومستوى الرضا عنه في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة الضاغطة المختلفة وأساليب مواجهتها، وكيفية تعامله مع هذه الأحداث، وقد تتمثل وظيفة الدعم وأهميتها فيما يلي:

١- **حماية الذات:** ويشير (برهام Breham) إلى أن الدعم الاجتماعي يقوم بمهمة حماية الشخص لذاته وزيادة الإحساس بفعاليتها، بل إن احتمالات إصابة الفرد بالاضطرابات النفسية والعقلية تقل عندما يدرك الشخص أنه يتلقى الدعم الاجتماعي من شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة به ولا شك أن هذا الدعم يؤدي دوراً مهماً في تجاوز أي أزمة قد تواجه الشخص (Breham, 1984).

ويذكر (أرجايل، ١٩٩٣) أن للدعم الاجتماعي تأثيراً فورياً على نظام الذات System self حيث يؤدي إلى زيادة تقدير الذات والثقة بها والشعور بالسيطرة على المواقف، كذلك يولد درجة من المشاعر الايجابية والتي تجعل الفرد يدرك الأحداث الخارجية على أنها أقل مشقة.

ويشير (بطرس، ٢٠٠٥) أن للدعم الاجتماعي دوراً إيجابياً في تخفيف حدة التأثيرات السلبية للمعاناة التي يتلقاها الفرد، وأن انخفاض مستوى الدعم الاجتماعي في الأسرة والعمل له تأثير سلبي على التوافق لدى الفرد، وأن للدعم الاجتماعي تأثيراً قوياً على مواجهة الإحباط، كما أن الدعم الاجتماعي له أهمية بالنسبة للإناث عن الذكور، كما أنها ذات أثر كبير وعامل مهم يمنع الوقوع في العزلة الاجتماعية.

٢- الوقاية من الأمراض والاضطرابات:

للدعم الاجتماعي آثار عامّة على الصحة البدنية والنفسية، حيث إن الشبكات الاجتماعية الكبيرة يمكن أن تزود الفرد بخبرات ايجابية منتظمة، ومجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع، وهذا النوع يمكن أن يرتبط مع السعادة. (الشناوي وعبد الرحمن، ١٩٩٤).

وأظهرت الدراسات أيضًا أن المشاركة في الأنشطة الاجتماعية يساعد على خفض الضغوط النفسية، كما أن للدعم من جانب الأسرة والأصدقاء دورًا كبيرًا في توافق الفرد، حيث إن الأفراد يتمتعون بقدر كبير من الدعم هم أقل عرضة للاضطرابات والضغوط والمشكلات النفسية.

ويشير كل من (الشناوي وعبد الرحمن، ١٩٩٤) إلى أن للدعم الاجتماعي دورين أساسيين في حياة الفرد، وهما (وقائي وإنمائي) ففي الدور الإنمائي يكون الأفراد الذين لديهم علاقات اجتماعية يتبادلونها مع غيرهم ويدركون أن هذه العلاقات يوثق بها، فهم من ناحية الصحة النفسية أفضل من غيرهم ممن يفقدون هذه العلاقات، أما في الدور الوقائي فإن للدعم الاجتماعي أثرًا مخففًا لنتائج الأحداث الضاغطة، فالأشخاص الذين يمرون بأحداث مؤلمة تتفاوت استجاباتهم المؤلمة مثل القلق والاكتئاب لتلك الأحداث تبعًا لافتقادهم لبعض العلاقات الودودة وكذلك الدعم، حيث يزداد احتمال التعرض لاضطرابات نفسية كلما نقص مقدار الدعم الاجتماعي كمًا ونوعًا، وقد أضحى ذلك التأثير معروفًا بنموذج الأثر الملطف للدعم الاجتماعي (بترس، ٢٠٠٥).

٣- مواجهة ضغوط الحياة:

يرى (Downye, 1991 & Coyne) أن الدعم الاجتماعي من الأشخاص المقربين والموثوق بهم أهمية مباشرة ورئيسة في مواجهة الأحداث الضاغطة، لذلك الدعم الاجتماعي إكمانية على تقليل أو استبعاد المشاكل الصحية من تلك الأحداث.

ويرى (عبد الرحمن، ٢٠٠٠) أن للدعم الاجتماعي أثرًا مخففًا للأحداث الضاغطة، فالأشخاص الذين يعانون من التوتر والقلق والاكتئاب يحتاجون لعلاقات مساندة وودودة لهم. إذ كلما انخفض مقدار الدعم الاجتماعي تزداد احتمالية التعرض لاضطرابات نفسية، ومن هنا نرى أن وقوف الإنسان بمفرده أمام

ضغوط الحياة دون أن يكون له من يسانده ويدعمه ويهتم به ويرعاه من (أسرته وأصدقائه وأحبائه) سيزيد من شدة تلك الضغوط، وسيشعر بأنه وحيد، مما قد يؤدي إلى استمرار الاكتئاب واليأس لديه، حيث إن إدراك الفرد بان هنالك من يدعمه عند الحاجة له تأثير ملطف لضغوط أحداث الحياة، كما أن الدعم الاجتماعي يضبط ويعدل من أساليب مواجهة الضغوط النفسية والتعامل معها

التعبير الانفعالي:

لا تمضي حياة الإنسان على نمط واحد، وإنما هي مليئة بالتجارب والخبرات التي تبعث مختلف الانفعالات والحالات الوجدانية، فالإنسان متقلب المشاعر يشعر بالحب حيناً، وبالكره حيناً آخر، وهو يشعر بالخوف والقلق تارة وبالآمان والطمأنينة تارة أخرى، وهذا يشير إلى التقلب المستمر في حياة الإنسان وأيضاً إلى التغيير الدائم في الحالة المزاجية والانفعالية وبدون هذه التغيرات المزاجية تصبح الحياة مملة لا متعة فيها (فراج، ٢٠٠٥).

وأما الانفعالات فهي تثيرنا وتساعدنا على تنظيم خبراتنا المكتسبة وتوجه أفعالنا في التفاعلات الاجتماعية وتفاعلنا مع الآخرين، وكل سلوك يكون متبوعاً بحالة انفعالية تنبئ بالسلوك، فمن النادر أن يقوم الإنسان بسلوك بغرض تحقيق هدف دون أن يكون لديه مشاعر مثل سعادة، حزن، خوف، غضب أو غيره من الحالات الانفعالية (خليفة وعبد الله، ١٩٩٧).

بشكل عام فإن للانفعال أثراً كبيراً على توجيه السلوك أو إعاقته، فهي تصاحب السلوك وتجعله أما جذاباً أو منفراً، فالطالب قد يشعر بالسعادة لأمله باجتياز الامتحان وقد يشعر بالخوف لتوقعه الرسوب في الامتحان، ففي حالة حصوله على علامة عالية يكون هذا تشجيعاً لزيادة اجتهاده وتزيد من دافعية التحصيل لديه.

كما أنّ الانفعال يؤثر في الوظائف النفسية والجسمية، فهو أيضاً يتأثر بها فأسلوب تفكير الفرد وذكاؤه يتنبأ بسلوك الفرد في الحالات الانفعالية. كما قد تزداد حدة الانفعالات تأثراً في اختلال الوظائف العصبية والإفرازات الهرمونية في الجسم أو تناول العقاقير والمواد المخدرة.

بالرغم من أن بعض الانفعالات ضرورية ومفيدة إلا أنّ عدم القدرة على التحكم في الانفعالات قد تسبب أشكالاً مختلفة من الاضطرابات النفسية والعقلية.

لهذا السبب حظي موضوع الانفعالات باهتمام كبير في مجال علم النفس، وتم تناوله من عدة زوايا نظراً لأهميته النظرية والعملية والتطبيقية.

تعريف الانفعال:

يشير الانفعال إلى التغيرات التي تنعكس على الفرد بسبب التغيرات الفسيولوجية، وما ينتابه من مشاعر وأحاسيس ووجدان.

ويعرف (كلنجينا وكلنجينا) الانفعال على أنه عبارة عن مجموعة مركبة من التفاعلات بين العوامل الموضوعية التي تأثرت بالأنظمة العصبية/ الهرمونية والتي يمكنها:

- أن تقدم النشاط للخبرات الانفعالية مثل مشاعر الاستثارة السارة وغير السارة.
- أن تولد العمليات المعرفية مثل التأثيرات الإدراكية المرتبطة بالانفعالات والتقويمات وعمليات التسمية.
- أن تنشط التوافق الفسيولوجي لاستثارة الظروف.
- أن تؤدي إلى السلوك الذي يكون غالباً تعبير موجة نحو الهدف

لقد عرف يونج (Young) الانفعال على أنه (حالة وجدانية تتسم بالاضطراب الشديد لدى الفرد، ويشمل ٣ مظاهر أساسية هي: السلوك، والخبرة الشعورية، والعمليات الفسيولوجية الداخلية). (خليفة، عبد الله، ١٩٩٧)

الانفعال والحالة المزاجية:

الحالة المزاجية هي حالة انفعالية معتدلة إلى حد ما، تصاحب الفرد، تتسم هذه الحالة بأنها تغش الفرد فترة من الزمن وتعاوده بين حين وآخر، من الممكن القول أن هذه الحالة مؤقتة ومتقلبة قد تصطبغ بالمرح والاكتئاب، بالسعادة أو الحزن.

تتميز الحالة المزاجية بأنها أقل عنفاً وأطول بقاء من الانفعال، الإنسان حين يسمع حدثاً أو خبراً سيئاً قد يشعر بالحزن، وهذا يسمى انفعالاً عابراً، وإذا استمر هذا الحزن إلى أكثر من أسبوع سمي أسى والأسى هي حالة مزاجية. (خليفة، عبد الله، ١٩٩٧)

أبعاد الانفعال:

اتفق علماء النفس على الأبعاد التالية في وصف الانفعالات وهي:

• النبرة والطابع الوجداني Affective Tone:

إن الطابع الوجداني المتمثل في المشاعر الوجدانية مثل (السرور، الكرب) هي من الخصائص التي تمثل الانفعالات، وعلى الرغم من أن الإنسان بطبيعته ينجذب للمواقف السارة أكثر من المواقف الحزينة إلا أنه لا يمكن التمييز بشكل قاطع بين هذين النوعين خاصة في حالة الاستثارة الانفعالية المعتدلة.

• الشدة Intensity:

تظهر شدة الانفعال أو تظهر قوته بوضوح في زيادة الطاقة المبذولة في العمليات الثلاث المكونة للانفعال (الشعور أو الخبرة الشعورية، السلوك، الاستجابة الفسيولوجية) تتسم هذه العناصر بعدم التناسق فهي تختلف من انفعال إلى آخر في شدتها ودرجتها.

• مدة الانفعال Duration:

إنّ الانفعالات تختلف في ما بينها من حيث الفترة الزمنية للانفعال نسبة للألم، قد تكون بسيطة ووقتيّة وليس لها آثار واضحة كما قد تكون مبالغاً فيها. ويرى توماس يونج T. Young أنه يمكن اعتبار الانفعالات حالة وجدانية لها عدة مستويات تختلف من حيث طول الفترة الزمنية. (خليفة، عبد الله، ١٩٩٧) **المستوى الأول:** حيث تكون المشاعر الحسية البسيطة وتشتمل على نوعين هما: حالات السرور، أو الكدر.

المستوى الثاني: المشاعر التي تتسم بالديمومة والاستمرارية عن المستوى السابق.

المستوى الثالث: الانفعالات: حيث تشير إلى العمليات الوجدانية المضطربة التي تنشأ عن مصدر نفسي، حيث يصحبها تغيرات جسمية على الشخص ومنها الغضب الشديد، الخجل، الحزن، الفرح.

المستوى الرابع: الحالة المزاجية (Mood) يشير هذا المستوى إلى الحالة الانفعالية الأقل اضطراباً من الانفعال وأقل شدة منه، إلا أنها أكثر استمرارية يمكن أن تستمر إلى عدة أيام أو عدة أسابيع فالشخص متغير المزاج يعبر عن انفعاله في (الاكتئاب، القلق) فالانفعال حالة حادة من الاضطراب، أما المزاج فهو حالة مزمنة.

المستوى الخامس: الوجدان (Affect): يستخدم هذا المفهوم في المجال الطبي وعلم النفس الإكلينيكي ومنه حالات الاكتئاب الشديد، القلق، الهوس، الشعور بالنشوة.

المستوى السادس: العواطف (Sentiments): وهي عبارة عن مشاعر تقوم على أساس الخبرات الماضية، يتضمن هذا المستوى تحقيق الإشباع أو عدم تحقيقه. ويظهر ذلك عند العمل في مجال معين (كالفن والموسيقى).

المستوى السابع: الاهتمامات والمنفردات: ويحتوي هذا المستوى على الاهتمامات التي يجلبها الفرد ويستغرق فيها وقتاً، كما يحتوي على المنفردات وهي الأنشطة التي لا يجلبها الفرد ويحاول تجنبها.

المستوى الثامن: المزاج كسمة (Temperament): يقصد بهذا المستوى أن هنالك نمطاً انفعالياً مزماً أو سمة من سمات الشخصية تتسم بالقدرة على الثبات والاستقرار، كما تظهر في سلوك الفرد. على الرغم من أن هناك تداخلاً بين الانفعالات والمفاهيم الأخرى إلا أن الانفعال هو عملية تتميز بأنها حالة حادة من الاضطراب الوجداني تستغرق فترة زمنية قصيرة.

٤- التعقيد أو التركيب Complexity:

تتسم الانفعالات بوجود علاقات ارتباط في فيما بينهما، لذلك من الصعب علينا الفصل بينها، فلا يمكننا مثلاً أن نحدد إذا كانت الحالة نقية من الخوف فقط أو الغضب فقط. ولذلك فإن محاولة تصنيف انفعالات هي الخطوة الأولى نحو تبسيطها وتحديد مظاهرها والتغيرات المصاحبة لها.

دراسات سابقة:

يوضح كثير من الباحثين في العديد من الدراسات أن هناك علاقة وطيدة بين المعيشة في وسط جماعة داعمة، ومقدار الضغوط الاجتماعية والنفسية التي يتعرض لها الفرد، فالجماعة الداعمة تخفف من حدة الضغوط النفسية والاجتماعية (al,1990 Kennedy,et).

أما دراسة محمد الخليفي عام (٢٠٠٢) "تأثير الإنترنت في المجتمع" حيث قام بتطبيق الدراسة على عينة تتكون من (١٣٧) طالبا وطالبة في المرحلة الجامعية، وتهدف إلى التعرف على تأثير الإنترنت في المجتمع من خلال نقصي

فوائد شبكة الإنترنت وسليبياتها، واعتمد الباحثان على المنهج الوصفي التحليلي، أما أدوات الدراسة فكانت المقابلة والاستبيان، وتوصلت الدراسة إلى:

- أن معظم أفراد مجتمع الدراسة (٩١.٧%) لديهم رغبة في استخدام الإنترنت وتركزت أهم الاستخدامات في أغراض الاتصال، وتبادل المعلومات مع الآخرين، والبحث عن المعلومات، والترفيه والتسلية.

- رأى الباحثون أن سلبيات شبكة الإنترنت تتمثل في أنها تساعد على الغزو الثقافي، وتسبب مشاكل اجتماعية وأخلاقية، وصحية من كثرة استخدامها.

أما دراسة حلمي خضر ساري عام (٢٠٠٣) تأثير الاتصال عبر الإنترنت في العلاقات الاجتماعية التي طبقت في المجتمع القطري على عينة من الشباب في مدينة الدوحة من كلا الجنسين بلغ عددها (٤٧١) وتهدف الدراسة إلى معرفة الأبعاد النفسية والاجتماعية والثقافية التي تركها الإنترنت بوصفه وسيلة اتصال إلكترونية حديثة في المجتمع على علاقات الشباب الاجتماعية بأسرهم وتفاعلاتهم الاجتماعية مع معارفهم وأصدقائهم إضافة إلى محاولتها معرفة الخصائص الثقافية للإنترنت، وقد اعتمد الباحثان على منهج المسح الاجتماعي، وتم استخدام أداة الاستبيان، وتوصلت الدراسة إلى:

- وجود ما نسبته (٣٨.٦%) من أفراد العينة كانوا قد تحدوا آليات الضبط الأسري والاجتماعي وقاموا بلقاءات مباشرة وجها لوجه بمن تعرفوا إليهم عبر الإنترنت غير مباشرين بالعواقب المترتبة على مثل هذه اللقاءات المحظورة اجتماعيا.

- نجم عن استخدام الشباب للإنترنت تراجع في مقدار التفاعل اليومي بينهم وبين أسرهم وتراجع في عدد زيارتهم لأقاربهم.

- أن هناك حالة من العزلة والاعتزاب النفسي بين الشباب باعد بينهم وبين مجتمعهم إذ بلغت نسبة من الحالة (٤٠.٣%)، وفي نفس الوقت تعمل الإنترنت على تقريب البعيدين مكانيا عبر اختزال المسافات الجغرافية بين ما نسبته (٦٧.١%) منهم لتشعرهم بالقرب النفسي بأسرهم وعائلاتهم الذين يعيشون خارج الوطن.

وفي دراسة لماريا وتيفا (٢٠٠٣) Teva & Maria، حيث هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين الذكاء الوجداني والاتزان الانفعالي والراحة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (٦٥) شخصا من الذكور والإناث . وقد أظهرت نتائج الدراسة

أن هناك علاقة ارتباط موجبة بين الذكاء الانفعالي والالتزان الانفعالي والراحة النفسية.

بحث دراسات أخرى تأثير استعمال مواقع التواصل الاجتماعي على الحياة النفسية والاجتماعية للأفراد والمجتمع. فقد استهدفت دراسة عبد الهادي وزملائه (محمد عبد الهادي وآخرين، ٢٠٠٥) فئة الطلاب كونها الأكثر استخداماً لمواقع التواصل الاجتماعي، وذلك بحكم العديد من العوامل، من بينها البحث الدراسي ومتطلبات سن المراهقة والشباب.

وفي السياق نفسه، تناولت دراسة لشين (Chen، ٢٠٠٦) تضمنت مقارنة التعديلات الشخصية والعاطفية عند السجناء الذين تم علاجهم من الإدمان. وقد أثبتت الدراسة أن برامج الدعم الاجتماعي من شأنه أن يؤدي إلى تغيرات شخصية وعاطفية بشكل كبير وتقود إلى التخلص من الإدمان بشكل أكثر فعالية.

كما هدفت دراسة ميشيل فانسون (Meshel، ٢٠١٠) إلى تعرف أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية، وقد طبقت الدراسة على عينة بلغت (١٦٠٠) شاب من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي في بريطانيا، وقد أظهرت النتائج أن أكثر من نصف الأشخاص الراشدين الذين يستخدمون مواقع من بينها (الفيسبوك وبيبو واليوتيوب) قد صرحوا بأنهم يقضون وقتاً طويلاً على شبكة الإنترنت حتى أن هذا الوقت يكون أطول من ذلك الوقت الذي يقضونه مع أصدقائهم أو مع أفراد أسرهم. كما بينت الدراسة أن ٥٣% من المشتركين في الدراسة المسحية، قد تغير أنماط حياتهم بسبب تواصلهم مع شبكة الإنترنت.

كما أشارت دراسة معيجل (٢٠١١) بعنوان الإدمان على الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات في الجامعة، إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغير الجنس، إلا أن نتائج الدراسة أظهرت فروق ذات دلالة بين المستوى التعليمي والإدمان على الإنترنت.

ومن منظور آخر، وفي دراسة لرويس وزملائه (Rouis et al, 2011)، التي هدفت إلى إيجاد علاقة بين إدمان الفيسبوك وبعض المتغيرات كدور التنظيم الذاتي والثقة وأثرها على التحصيل الأكاديمي. تكوّنت عينة الدراسة من (٢٣٩) طالباً وطالبة في جامعة لوليا (Lulea) في السويد الذين يستخدمون الفيسبوك

بشكل مستمر. وقد أشارت أهم نتائج الدراسة، إلى أن الاستخدام المفرط للفيديوك لدى الطلبة ذوي الشخصية الانبساطية يؤدي إلى انخفاض التحصيل الأكاديمي. أما الطلاب الذين لديهم تنظيم ذاتي انفعالي أعلى، يكون استخدامهم للفيديوك بشكل أكثر فعالية وسيطرة. كان من نتائج الدراسة ظهور انخفاض مستوى الرضا عن الحياة عند مدمني الفيديوك.

أما دراسة صوفيا وآخرون (٢٠١١) حول إدمان الفيديوك لدى الطالبات الجامعيات، والتي كانت تهدف إلى معرفة دوافع الإدمان عند الطالبات في الجامعة، تم تحديد خمسة دوافع (التفاعل الاجتماعي، تضييع الوقت، الترفية، تكوين صداقات والتواصل). حيث دلت نتائج الدراسة عن وجود علاقة قوية بين دوافع استخدام الفيديوك الخمسة والإدمان (Sofiah et al 2011).

بعض الدراسات أثبتت أن هنالك مؤشرات تدلّ على الإدمان على الإنترنت أو الفيديوك يتعلق ببعض الجوانب الاجتماعية، وهذا قد يكون صحيحاً بنسبة أكبر عند المراهقين الذين يقومون باستخدام الفيديوك من أجل التواصل الاجتماعي. وبحسب ديفيس (Davis 2011)، فإن المشاكل النفسية كتدني الثقة بالذات والوحدة، قد تؤدي إلى ظهور أفكار وسلوكيات لا تكيفية عند بعض مستخدمي الإنترنت مما ينعكس سلباً عليهم.

وفي دراسة لسوكرو وعبد القادر (Şükrü&Abdülkadir, 2013) حول إدمان الفيديوك عند الطلاب في الجامعات، أظهرت النتائج أن اضطراب الإدمان على الفيديوك تصدر المرتبة الرابعة من نسب الاستخدام، بعد استخدام ألعاب الكمبيوتر واستخدام البحث ومشاهدة المواقع الإباحية. حيث يتقبل معظم الطلاب البالغين الفيديوك كنوع من الإدمان، وهذا ما أثبتته دراسة مسحية أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية سنة ٢٠١٠ شملت ١٦٠٥ من البالغين، وقد أظهرت نتائجها أنّ ٣٩% من البالغين يعدون أنفسهم كمدمنين.

ووفقاً لدراسات سيسيلي أندرسون التي تقود مشروع أبحاث إدمان الفيديوك "Andersson Schou Cecilie" في جامعة بيرغن، فإن الاعتمادية على الفيديوك تكون عند المستخدمين صغار السن أكثر من غيرهم من المستخدمين الكبار. كما وجد فريق البحث أن الأشخاص الذين يعانون من القلق ويعانون من الرهاب وقلة الأمان الاجتماعي، هم بطبيعة الحال أكثر استخداماً للفيديوك من أولئك الذين ينخفض لديهم معدل تلك الصفات. وتضيف أندرسون بأن الناس

الذين هم أكثر تنظيمًا وأعلى طموحًا هم الأقل عرضة لخطر إدمان الفيسبوك. هذا وقد بيّنت الدراسة أنّ نسبة الإدمان عند النساء هي أعلى من النسبة عند الرجال من نفس العمر والمستوى التعليمي. وطبقًا لاختبار "بيرغن" لقياس إدمان الفيسبوك فإن الذين سجلوا درجات عالية في المقياس المعدل الجديد، يعانون من اضطرابات في النوم واليقظة ويصابون بأعراض تشبه إلى حد كبير أعراض إدمان المخدرات والكحول والمواد الكيميائية (سعودي، ٢٠١٤).

وحول الأثر السلبي للإدمان على الإنترنت، فقد تطرّق سعودي في دراسته (سعودي، ٢٠١٤)، إلى إدمان الإنترنت وعلاقته بالأعراض الاكتئابية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعات حيث أثبتت الدراسة أن هنالك علاقة بين نقص الدعم والمساندة الاجتماعية وأعراض الاكتئاب والإدمان.

التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من العرض السابق أنه اهتمت العديد من الدراسات في بحث الآثار السلبية للإدمان على الفيسبوك، والمشاكل التي يمكن أن يتسبب بها، كاضطراب العلاقات الاجتماعية والأسرية الناجمة عن هذا الإدمان. كما واهتم البعض الآخر من الدراسات ببحث ظاهرة الإدمان على الفيسبوك، كما يتبين ندرة الدراسات التي ربطت بين متغيرات الدراسة الحالية وهو ما يميزها عن هذه الدراسات السابقة بالإضافة إلى تميزها في مجتمعها وعينتها، واستفادت الدراسة من الحالية من تلك الدراسات في عرض الإطار النظري وبعض الإجراءات المنهجية وفي تفسير النتائج ومناقشتها.

الطريقة والإجراءات:

منهج الدراسة:

استهدفت الدراسة الحالية الطلاب في جامعة عمان الأهلية، في محاولة للتعرف على العلاقة بين التعبير الانفعالي والدعم الاجتماعي وعلاقته بالإدمان على الفيسبوك، كما سعت إلى تمييز الجنس والعمر وعدد سنوات الدراسة والحالة الاجتماعية وافترضها عوامل ذات تأثير على مستوى الإدمان عند مجتمع العينة. إضافة إلى ذلك، حاولت الدراسة الكشف عن القدرة التنبؤية لكل من المتغيرات الموجودة في الدراسة معًا على زيادة نسبة الإدمان على الفيسبوك عند مجتمع العينة.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته لهذه الدراسة والذي يحاول التعرف فيها على العوامل المفسرة للعلاقة بين المتغيرات من خلال المقارنة بين المجموعات في ظاهرة معينة. كما يسعى هذا المنهج الى تحديد مقدار ما تفسره المتغيرات المختلفة من التباين. ومن خصائص هذا المنهج أنه لا يقف فقط عند حدّ جمع المعلومات المتعلقة بالظاهرة موضوع الدراسة، وإنما يعمد إلى الوصول لاستنتاجات تُسهم في فهم الواقع من خلال تحليل تلك الظاهرة وتفسيرها، والتّوصل إلى تعميمات ذات مغزى، تزيد من رصيد معرفتنا في تلك الظاهرة، وتسهم في تطوير الواقع وتحسينه.

مجتمع وعينة الدراسة:

يتألف مجتمع الدراسة من جميع طلاب جامعة عمان الأهلية البالغ عددهم ٦٠٠٠ طالبا وطالبة، يتوزعون على (٢٢) تخصصا مختلفا. فيما قد شملت عينة الدراسة على (٢٠٠) طالبا وطالبة، تم اختيارهم بشكل عشوائي من الجامعة (حيث كان مجتمع الدراسة قصدي)، انقسمت العينة إلى مجموعتين:

المجموعة الأولى وتضم ١٠١ طالبا من الذكور، تراوحت أعمارهم ما بين ١٨-٣٠ عامًا، حيث كان متوسط الأعمار ٢٢.٤ عاما وبانحراف معياري ٣.٠٤ عاما. أما المستوى الاجتماعي لمجموعة الطلبة الذكور، فقد كان ٨٢.٢% منهم عُزّب، فيما كانت نسبة المتزوجين منهم ١٧.٨%. أما متوسط عدد سنوات الدراسة الجامعية لهذه المجموعة فكان ٣.١، بانحراف معياري مقداره ١.٤.

أما المجموعة الثانية، فقد شملت على ٩٩ طالبة من الإناث، تراوحت أعمارهن بين ١٨-٣٠ عامًا، حيث كان متوسط أعمارهن ٢٢.٣ عاما وبانحراف معياري مقداره ٣.٨ عاما. أما المستوى الاجتماعي لمجموعة الطلبة الإناث، فقد كان ٧٩.٨% منهن عُزّب، فيما كانت نسبة المتزوجات بينهن ٢٠.٢%. أما متوسط عدد سنوات الدراسة الجامعية لهذه المجموعة فكان ٢.٩، بانحراف معياري مقداره ١.٥. كذلك انقسمت عينة الدراسة إلى ثلاث مجموعات لكل من الذكور والإناث في مستويات الإدمان على الفيسبوك فقد كانت نسبة الذكور التي لا تعاني من مشكلة نتيجة استخدام الفيسبوك هي (٦٢.٢%)، كما أوضحت نتائج الدراسة أن (١٨.٨%) من الذكور يعانون من المشاكل بسبب استخدام الفيسبوك، كما تبين من خلال نتائج الدراسة أن (١٨.٨%) من الذكور يعانون من الإدمان على الفيسبوك. أما في مجموعة الإناث فقد كانت النتائج على النحو التالي (٥٠.٥%)

من الإناث لا يعانون من المشاكل بسبب استخدام الفيسبوك، (٢٧.٣%) يعانون من مشاكل بسبب استخدام الفيسبوك و(٢٢.٢%) من الإناث تعاني من الإدمان على الفيسبوك.

الجدول (١) مجتمع وعينة الدراسة

عدد الذكور	أعزب	%	متزوج	%
١٠١	٨٣	%٨٢.٢	١٨	%١٧.٨
٩٩	٧٩	%٧٩.٨	٢٠	%٢٠.٨
٢٠٠				

ويوضح الجدول رقم (٢) نسب الإدمان على الفيسبوك في مستوياته الثلاث عند الذكور والإناث.

الجدول (٢)

نسب الإدمان على الفيسبوك في مستوياته الثلاث عند الذكور والإناث

الإناث	الذكور	المستوى
%٥٠.٥	%٦٢.٢	عادي
%٢٧.٣	%١٨.٨	يعاني من مشكلات بسبب الفيسبوك
%٢٢.٢	%١٨.٨	مشكلة وجود الإدمان
%١٠٠	%١٠٠	المجموع

أدوات الدراسة:

قام الباحثان باستخدام ثلاثة مقاييس الأول هو مقياس التعبير الانفعالي، والثاني هو مقياس الدعم الاجتماعي للهنداوي، والثالث مقياس أندريسون للإدمان على الفيسبوك والمقياس.

أولاً- مقياس التعبير الانفعالي:

وصف المقياس:

قام الباحثان عثمان وعبد السميع (١٩٩٨) ببناء مقياس التعبير الانفعالي، ويعتبر المقياس الأول الذي تم تناوله في البيئة العربية لقياس التعبير الانفعالي، ويتكون المقياس من خمسة أبعاد، الهدف منها هو قياس التعبير الانفعالي لدى طلبة الجامعة، وهذه الأبعاد هي: (المعرفة الانفعالية، إدارة الانفعالات، تنظيم الانفعالات، التعاطف، التواصل الاجتماعي)، ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٥٨) فقرة موزعة على خمسة أبعاد فرعية، وقد جرى بناء الأداة بالاستعانة بالدراسات السابقة والمقاييس الأجنبية، كما جرى التحقق من صدق المقياس من

خلال استخدام أسلوب التحليل العاملي، والاتساق الداخلي، كذلك تم الاستعانة به في العديد من الدراسات، الأمر الذي يطمئن الباحثين من استخدامه في دراستهما.

الجدول (٣)

الأبعاد الفرعية والفقرات التي تقيس كل بعد في مقياس الدعم الاجتماعي

الأبعاد الفرعية	الفقرات
المعرفة الانفعالية	١،٢،٣،٥،٧،٨،١٠،١٤،٤٩،٥١
إدارة الانفعالات	٤،٦،٩،١١،١٢،١٣،١٦،١٧،١٨،٢٦،٢٨،٣١،٥٠،٥٣،٥٦
تنظيم الانفعالات	١٥،١٩،٢٠،٢١،٢٢،٢٣،٢٤،٢٥،٢٧،٢٩،٣٠،٣٢،٥٨
التعاطف	٣٣،٣٤،٣٥،٣٧،٣٨،٤٠،٤١،٤٤،٥٤،٥٥،٥٧
التواصل الاجتماعي	٤٥،٤٦،٤٧،٤٨،٥٢،٣٦،٣٩،٤٢،٤٣

وبالرغم من ذلك أجرى الباحثان بالتحقق من صدق المقياس من خلال

الأساليب الإحصائية الآتية:

الاتساق الداخلي:

طالبًا اختار الباحثان عينة عشوائية استطلاعية قوامها (١٣٢) وطالبة نصفهم من الذكور، والنصف الآخر من الإناث، بهدف التحقق من صلاحية مقياس التعبير الانفعالي للتطبيق في البيئة الفلسطينية من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة مع البعد الذي تنتمي إليه، حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية. معظم فقرات مقياس التعبير الانفعالي (وعددتها ٥٢ فقرة) حققت ارتباطات دالة مع درجة البعد الذي تنتمي إليه عند مستوى دلالة أقل من ٠.٠٠١. فيما حققت بعض الفقرات الأخرى (وعددتها ٦ فقرات) ارتباطات دالة مع درجة البعد الذي تنتمي إليه عند مستوى دلالة أقل من ٠.٠٥، وأرقامها (٣٣، ٢٠، ١٨، ١٧، ٩، ٣).

ثبات المقياس:

تم التأكد من ثبات المقياس عن طريق استخدام طريقة إعادة التطبيق حيث تم إعادة تطبيق المقياس على نفس أفراد العينة الاستطلاعية بعد ثلاثة أسابيع من التطبيق الأول، وتم حساب معامل الارتباط بين درجات الطلبة في التطبيقين الأول والثاني، يتبين من الجدول السابق أن الارتباطات بين درجات أبعاد مقياس التعبير الانفعالي في التطبيقين الأول والثاني تراوحت بين (٠.٦٧ - ٠.٩٠) وجميعها دالة عند مستويات دلالة ٠.٠٠١.

أما لأغراض الدراسة الحالية فقد أجرى الباحثان بحساب معادلة كرونباخ ألفا وذلك للتحقق من الاتساق الداخلي لفقرات المقياس، وقد بلغت قيمة كرونباخ ألفا ما مقداره (٠.٩٥)، وبهذا يمكن اعتبار بأن المقياس يتمتع باتساق داخلي مرتفع. وقد أجرى الباحثان بحساب معامل الثبات للأبعاد الفرعية الخمسة لمقياس التعبير الانفعالي، فجاءت النتائج كما هي مبينة بالجدول (٤).

الجدول (٤)

قيمة كرونباخ ألفا للأبعاد الفرعية الخمسة لمقياس التعبير الانفعالي

البعاد	قيمة كرونباخ ألفا
المعرفة الانفعالية	٠.٧٣
إدارة الانفعالات	٠.٨٠
تنظيم الانفعالات	٠.٨٢
التعاطف	٠.٨٣
التواصل الاجتماعي	٠.٨٩

طريقة التصحيح لاختبار التعبير الانفعالي:

- الإجابة بعبارة أبدا تعطي المفحوص درجة واحدة.
- الإجابة نادرًا تعطي المفحوص درجتين.
- الإجابة أحيانًا تعطي المفحوص ثلاث درجات.
- الإجابة غالبًا تعطي المفحوص أربع درجات.
- الإجابة دائما تعطي المفحوص خمس درجات. ويتم حساب مجموع الدرجات والجدول (٥) يوضح المستويات:

جدول (٥) الدرجات والمستويات المختلفة من مقياس التعبير الانفعالي

المستويات	الدرجات	منخفض
المستوى الأول	١٢١-٨١	منخفض
المستوى الثاني	٢٠٤-٢٠٠	متوسط
المستوى الثالث	+٢٠٥	عالي

ثانياً - مقياس الدعم الاجتماعي المدرك:

أعد المقياس الهنداوي (٢٠١١)، وهو مكون من (٤٣) فقرة مكررة على ثلاثة مصادر وموزعة على بعدين كما يبين الجدول التالي:

الجدول (٦) توزيع فقرات مقياس الدعم الاجتماعي على الأبعاد

الأبعاد	عدد الفقرات	توزيع الفقرات
الاجتماعي الاقتصادي	١٦	٢٦ - ٢٥ - ٢١ - ١٨ - ١٧ - ١٥ - ١٣ - ١١ - ١٠ - ٣٩ - ٣٤ - ٣٢ - ٨ - ٥ - ٤ - ١
النفسي الانفعالي	٢٧	٢٧ - ٢٤ - ٢٣ - ٢٢ - ٢٠ - ١٩ - ١٦ - ١٤ - ١٢ - ٩ - ٧ - ٦ - ٣ - ٢ - ٤٢ - ٤١ - ٤٠ - ٣٨ - ٣٧ - ٣٦ - ٣٥ - ٣٣ - ٣١ - ٣٠ - ٢٩ - ٢٨ - ٤٣

البعد الاجتماعي ١٦ فقرة والبعد الانفعالي ٢٧ فقرة وتكرر هذه الأبعاد على المصادر الثلاثة: الأسرة والأقارب، والأصدقاء، ومؤسسات المجتمع وتتم الاستجابة على كل فقرة من الفقرات باختيار أحد البدائل التالية: كثيراً: ٤ درجات. إلى حد ما: ٣ درجات. نادراً: درجتان مطلقاً: درجة واحدة باستثناء الفقرة رقم ٢١ من البعد الاجتماعي الاقتصادي تصحح عكس ذلك الاتجاه.

ويتم احتساب درجة المفحوص بجمع درجاته على كل بعد وجمع درجاته على كل الأبعاد للحصول على الدرجة الكلية للمصدر، تتراوح الدرجة الكلية للمفحوص على كل مصدر بين (٤٣-١٧٢ درجة).

وتتراوح الدرجة الكلية للبعد الأول الاجتماعي الاقتصادي (١٦ فقره على المصادر الثلاث معا) بين (٥١ - ٢٠٤ درجة).

تتراوح الدرجة الكلية للبعد الثاني النفسي الانفعالي (٢٧ فقرة على المصادر الانفعالية معا) بين (٨١ - ٣٢٤ درجة). ويتم احتساب درجة المفحوص بجمع درجاته على كل بعد وجمع درجاته على كل الأبعاد أو على كل المصادر، وتتراوح الدرجة الكلية للمفحوص على المقياس ككل بين (١٣٢ - ٥٢٨ درجة) والدرجة المنخفضة تعني تدني مستوى الدعم الاجتماعي المدرك أما الدرجة المرتفعة فتعني ارتفاع مستوى الدعم الاجتماعي المدرك لدى أفراد العينة.

صدق وثبات مقياس الدعم الاجتماعي:

لقد اتبع الباحثان صدق الاتساق الداخلي: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية عشوائية بلغت (٦٣) فرداً من الجنسين من مجتمع الدراسة الأصلي بهدف حساب صدق وثبات الأداة حققت معظم فقرات المقياس (٤٣ فقرة) ارتباطات دالة مع درجة البعد الذي تنتمي إليه في المصادر الثلاثة عند مستوى دلالة ٠.٠٠١.

في حين لم تحقق الفقرة ٢١ من البعد الأول الاجتماعي الاقتصادي ارتباطاً دالاً مع الدرجة الكلية للبعد في المصادر الثلاثة لمقياس الدعم الاجتماعي، ولذلك قام الباحثان بحذف هذه الفقرة، ويبقى المقياس في صورته النهائية يتكون من ٤٣ فقرة لكل مصدر ومن ١٢٩ فقرة للمصادر الثلاثة معاً (المقياس ككل ١٢٩ فقرة).

ثبات المقياس:

اتبع الباحثان طريقة التجزئة النصفية: حيث قام بحساب معامل الارتباط بين درجات الفقرات الفردية، ودرجات الفقرات الزوجية لمقياس الدعم الاجتماعي، ثم استخدم معادلة جتمان التنبؤية لتعديل طول المقياس (التصنيفين غير متساويين) معاملات الثبات باستخدام التجزئة النصفية لمقياس الدعم الاجتماعي بمصادره ودرجته الكلية تراوحت بين (٠.٨١ - ٠.٩٢) وهي قيم تدل على أن المقياس يتسم بدرجة جيدة من الثبات.

استخدم معامل ألفا كرونباخ: معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ لمقياس الدعم الاجتماعي بمصادره ودرجته الكلية تتراوح بين (٠.٩٨١ - ٠.٩٥٩) وهي قيم مرتفعة تدل على أن المقياس يتسم بدرجة جيدة من الثبات.

ولأغراض الدراسة الحالية أجرى الباحثان بحساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس بواسطة معادلة كرونباخ الفا، وكانت نتيجة معامل ألفا لمقياس الدعم الانفعالي للأصدقاء يساوي (٠.٩٧). أما معامل ألفا لمقياس الدعم الانفعالي للعائلة فكان (٠.٩٦)، فيما كانت نتيجة معامل ألفا لمقياس الدعم الانفعالي للمؤسسات (٠.٩٧)، وبهذا يمكن اعتبار بأن المقياس يتمتع باتساق داخلي مرتفع. وقد قام الباحثان بحساب معامل الثبات للأبعاد الفرعية لمقياس الدعم الاجتماعي بمستوياته الثلاثة: العائلة، والأصدقاء، والمؤسسات، فجاءت النتائج كما هي مبينة بالجدول (٧).

جدول (٧)

قيم معامل الثبات للأبعاد الفرعية لمقياس الدعم الاجتماعي بمستوياته الثلاثة

نوع الدعم الأبعاد الفرعية	الدعم الاجتماعي للعائلة	الدعم الاجتماعي للأصدقاء	الدعم الاجتماعي للمؤسسات
الاجتماعي الاقتصادي	٠.٨٧	٠.٩٠	٠.٩١
النفسي الانفعالي	٠.٩٦	٠.٩٦	٠.٩٦

ثالثاً- مقياس أندريسين لقياس الإدمان على الفيسبوك (Andreassen) (٢٠١٢):

لغرض قياس وتشخيص الإدمان على الفيسبوك تم استخدام مقياس اندرياسن (Andreassen ٢٠١٢) لإدمان الفيسبوك، ويتكون هذا المقياس من (١٨) فقرة ضمن (٦) مجالات. فاخذ الباحثان (١٦) من مجالي العجز الاجتماعي والاستخدام المجازف وكذلك (٦) فقرات أخرى من الدليل الإحصائي للأمراض النفسية /النسخة الخامسة DSM V. كما تم الاستفادة من دراستي تكة (Teke ٢٠١١) وارنوط (٢٠٠٧) واخذ منهما (٤) فقرات وبذلك أصبح العدد الكلي لفقرات المقياس (٣٠) فقرة ضمن (٨) مجالات والموضحة في الجدول (٥) الجدول (٨) مجالات وفقرات مقياس أندريسون للإدمان على الفيسبوك

عدد الفقرات	المجالات
٥	الأهمية
٣	التحمل
٣	تعدد المزاج
٣	المعاودة
٣	الأعراض الانسحابية
٥	الصراع
٥	العجز الاجتماعي
٣	الاستخدام الخطير
٣٠	المجموع

صدق الأداة:

الصدق الظاهري:

إن أداة البحث تعد صادقة عندما تقيس ما أردنا قياسه بواسطته، أي أنه يحدد معنى درجاته، ولغرض التأكد من صدق المقياس أجرى الباحثان بعرض فقرات المقياس بصيغتها الأولية والمكونة من (٣٠) فقرة على مجموعة من المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية وذلك للتأكد من صلاحية ومضمون الفقرات ومدى ملاءمتها للمجال الذي وضعت من أجله. وفي ضوء ملاحظات الخبراء أجرى الباحثان:

- حذف الفقرات (٤، ٢١، ٢٧).
- تعديل فقرة ١٠ بحذف العبارتين (الذم والعجز).

• نقل فقرة ٢٢ من مجال الصراع إلى مجال تعديل المزاج وكذلك تم حذف عبارة (للدردشة مع الآخرين).

• إعادة صياغة فقرة (١٢) و(٢٨).

صدق المفهوم (البناء): وتحقق ذلك من خلال الآتي

القدرة التمييزية: لغرض التعرف على كل قدرة في التمييز بين الأفراد الذين يحصلون على أعلى الدرجات والذين يحصلون على أقل الدرجات تم الاعتماد على العينة التي تبلغ عددها (١٥٠) وتم تحديد الدرجة الكلية التي حصل عليها من المقياس ثم قام بترتيب الدرجات بشكل تنازلي، وبعد ذلك تم اختيار نسبة ٢٧% من الدرجات العليا و(٢٧%) من الدرجات الدنيا، وتبعاً لذلك أصبح عدد أفراد كل مجموعة (٤٠) طالباً وطالبة، وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين في معرفة دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا في درجات كل فقرة من فقرات المقياس حيث عدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية وذلك باستخدام برنامج (SPSS)، حيث أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة تراوحت بين (٩.٢٥ - ٤٦.٧٦) وقد بينت النتائج أن كل فقرات المقياس دالة إحصائياً لأن القيمة التائية المحسوبة اكبر من الجدولية على مستوى الدلالة (٠.٠٥).

معايير التصحيح لمقياس أندريسين:

يتم حساب الدرجات في المقياس بطريقة التجميع، حيث يعطى لكل إجابة قيمة عددية كما هو موضح في الآتي:

- الإجابة بعبارة أبدا تعطي المفحوص الدرجة صفر.
- الإجابة نادراً تعطي المفحوص درجة واحد.
- الإجابة أحياناً تعطي المفحوص درجتين.
- الإجابة غالباً تعطي المفحوص ثلاث درجات.
- الإجابة دائماً تعطي المفحوص أربع درجات.

بعد حساب الدرجات الكلية للمقياس يتم الحصول على المستويات الثلاث الموضحة في الجدول (٦) الآتي:

الجدول (٩)

مستويات الإدمان على الفيسبوك حسب الدرجات من مقياس أندريسون

مرحلة الإدمان	الدرجات	المستوى
عادي	٣٩-٢٠	المستوى الأول
يعانى من مشكلات بسبب الفيسبوك	٦٩-٤٠	المستوى الثاني
مشكلة وجود الإدمان	١٠٠-٧٠	المستوى الثالث

الاتساق الداخلي:

١. تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة الارتباطين بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس وبين الدرجة الكلية لأفراد العينة البالغ عددها (٢٠٠) طالبًا وطالبة، حيث أظهرت النتائج أن معاملات الارتباط تتراوح بين (٠.٧٦ - ٠.٤٥) وقد بينت النتائج أن كل الفقرات دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥).

٢. علاقة درجة الفقرات في الدرجة الكلية للمجال: لهذا الغرض تم حساب الدرجة الكلية لكل مجال التي تتضمن ثمانية مجالات، وبعد ذلك تم احتساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأفراد على كل فقرة من فقرات مجال (الأهمية) ودرجتها الكلية في هذا المجال وهكذا بالنسبة للمجالات الأخرى في المقياس، وأظهرت النتائج أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة (٠.٠٥).

٣. علاقة المجال بالمجال وعلاقة المجال بالدرجة الكلية للمقياس: تم استخراجها من خلال إيجاد معامل الارتباط بين مجالات المقياس السبعة والدرجة الكلية للمقياس كانت تتراوح بين (٠.٤٢ - ٠.٨٦) وهي دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥).

ثبات المقياس:

١- إعادة الاختبار: تم توزيع المقياس على عينة من الطلاب يبلغ عددها (٤٠) طالبًا وطالبة وبعد مرور ١٨ يومًا على التطبيق الأول للاختبار أعاد التطبيق على المجموعة نفسها، وحصل على ٣٨ استمارة من التطبيق الثاني. وتم احتساب معامل الارتباط بيرسون لدرجات الطلبة في التطبيقين لكل مجال والمقياس ككل، وقد كانت قيمة معامل الارتباط لمقياس الإدمان على الفيسبوك (٠.٩١)، وبلغت معامل الارتباط للمجالات كالاتي: الأهمية

(٠.٧٢)، التحمل (٠.٧٣)، تعديل المزاج (٠.٨٠)، ولمجال المعاودة (٠.٧٧) ولمجال الأعراض الانسحابية (٠.٨٢) ومجال الصراع (٠.٧١) ولمجال العجز الاجتماعي (٠.٧٧) ومجال الاستخدام الخطير (٠.٧٤) ويتمتع قيم معاملات الارتباط للمجالات والمقياس ككل بدرجة ثبات جيدة.

٢- **طريقة ألفا كرونباخ:** تم حساب معامل الارتباط بهذه الطريقة من خلال استخدام برنامج SPSS على عينة بلغ عددها (٤٠) طالبًا وطالبة، وقد بلغ معامل الثبات (٠.٨٩)، وهذا مؤشر على ثبات جيد.

أما لأغراض الدراسة الحالية فقد تم حساب معادلة كرونباخ ألفا وذلك للتحقق من الاتساق الداخلي لفقرات المقياس، وقد بلغت قيمة كرونباخ ألفا ما مقداره (٠.٩٧)، وبهذا يمكن اعتبار بأن المقياس يتمتع باتساق داخلي مرتفع.

تتضمن إجراءات الدراسة عددًا من الخطوات، أهمها:

- تم التحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة والتأكد من معاملات ثبات الاتساق الداخلي المحوسبة حسب معادلة كرونباخ ألفا لكل من الاختبارات المستخدمة في هذه الدراسة.
- تم اختيار أفراد العينة بشكل عشوائي من طلاب جامعة عمان الأهلية بالإضافة إلى ذلك، تم اختيار مجموعة وعددها (١٠١) طالبًا من الذكور، حيث تم اختيارهم بشكل عشوائي ومجموعة أخرى من الإناث وعددها (٩٩) للمقارنة بين الذكور والإناث في الإدمان على الفيسبوك.
- تم دمج استبانة المعلومات الشخصية والديموغرافية والمقاييس الرئيسية الثلاثة في استمارة واحدة، من ثم قام الباحثان بعملية توزيع الاستبيانات بشكل شخصي ومن ثم تم إكمال توزيع الاستبيان بشكل محوسب عبر مواقع التواصل الاجتماعي..
- تم توزيع (٢٥٠) استبانة على أفراد العينة، استغرقت عملية توزيعها شهرًا واحدًا، تم بعدها استرجاع (٢١٥) استبانة، تم إلغاء (١٥) استبانة منها لعدم اكتمال الإجابة على فقراتها.
- تم إجراء التحليل الإحصائي على (٢٠٠) استبانة، وذلك للإجابة على أسئلة الدراسة.

متغيرات الدراسة:

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وقد تضمنت الدراسة المتغيرات المستقلة التالية:

- التعبير الانفعالي.
- الدعم الاجتماعي.
- المتغيرات الديموغرافية (العمر، النوع، الحالة الاجتماعية، ساعات الاستخدام للفيسبوك، سنوات الدراسة).

المتغيرات التابعة:

الإدمان على الفيسبوك.

التحليل الإحصائي:

- تم استخدام الأساليب الإحصائية في ضوء أهداف الدراسة وأسئلتها، وهي:
- تم استخدام الإحصاء لفحص التباين في الإدمان على الفيسبوك بين الطلاب والطالبات في جامعة عمان الأهلية.
- تحليل الانحدار المتعدد (Multiple Regression Analysis) للإجابة على أسئلة الدراسة.

النتائج:

هدفت الدراسة الحالية تعرف العلاقة بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك وبين الإدمان على الفيسبوك، إضافة إلى ذلك، سعت الدراسة إلى فحص العلاقة بين بعض المتغيرات الديموغرافية مثل (الجنس، سنوات الدراسة الجامعية، العمر، الحالة الاجتماعية، وساعات استخدام الفيسبوك) وبين الإدمان على الفيسبوك، لدى طلاب جامعة عمان الأهلية.

يتضمن هذا الجزء عرضاً للنتائج التي أسفرت عنها هذه الدراسة، في ضوء المفاهيم النظرية ذات الصلة بالعلاقة بين حالة التعبير الانفعالي وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك وبين الإدمان على الفيسبوك وبعض المتغيرات الديموغرافية. يستعرض هذا الفصل النتائج التي خلصت إليها الدراسة بعد تطبيق مقياس الإدمان على الفيسبوك، ومقياس التعبير الانفعالي ومقياس الدعم الاجتماعي، وذلك وفقاً لأسئلة الدراسة على النحو التالي:

١. هل هناك علاقة بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم المدرك من جهة والإدمان على الفيسبوك من جهة أخرى؟

وللإجابة على هذا السؤال تم حساب الدرجة الكلية لمقاييس الدراسة الثلاث (مقياس الإدمان على الفيسبوك، مقياس الدعم الاجتماعي، ومقياس التعبير الانفعالي) لكل فرد من أفراد العينة من أجل تصنيفهم بناءً على درجاتهم الكلية للإدمان على الفيسبوك حيث اعتبرت الدرجات من ٢٠-٣٩ عادي ولا يعاني من الإدمان، فيما اعتبرت الدرجات من ٤٠-٦٩ يعاني من مشكلات بسبب الفيسبوك، أما الدرجات من ٧٠-١٠٠ عبرت عن مشكلة وجود الإدمان على الفيسبوك.

وللتحقق من وجود علاقة بين المتغيرات المستقلة (التعبير الانفعالي، والدعم الاجتماعي) وقدرتها التنبؤية في المتغير التابع (الإدمان على الفيسبوك)، تم استخدام معامل الانحدار المتعدد. الجدول (١٠) يُبين مصفوفة الارتباط بين متغيرات الدراسة، فيما يبين جدول (١١) نتائج تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ في الإدمان على الفيسبوك:

الجدول (١٠) مصفوفة الارتباط بين متغيرات الدراسة

الدعم الاجتماعي لمؤسسات المجتمع	الدعم الاجتماعي للأصدقاء	الدعم الاجتماعي للعائلة	التعبير الانفعالي	الإدمان على الفيسبوك	
٠.٠١	٠.١٤*	٠.١١	** ٠.٣٨	١.٠٠	الإدمان على الفيسبوك
٠.٠٤	٠.٠٣	٠.٠٩	١.٠٠	٠.٣٨**	التعبير الانفعالي
٠.١٦*	٠.٢٨**	١.٠٠	٠.٠٩	٠.١١	الدعم الاجتماعي للعائلة
٠.١٨**	١.٠٠	٠.٢٨**	٠.٠٣	٠.١٤*	الدعم الاجتماعي للأصدقاء
١.٠٠	٠.١٨**	٠.١٦*	٠.٠٤	٠.٠١	الدعم الاجتماعي لمؤسسات المجتمع

يتضح من الجدول (١٠) وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١ بين التعبير الانفعالي وبين الإدمان على الفيسبوك حيث كانت قيمة معامل الارتباط ٠.٣٨. بالإضافة إلى ذلك بينت النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ بين الدعم الاجتماعي الذي يقدمه للأصدقاء وبين الإدمان على الفيسبوك، أي أنه كلما كان دعم الأصدقاء للفرد في حياته اليومية أعلى يكون إدمانه على الفيسبوك أقل.

الجدول (١١) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لمتغيرات (الدعم الاجتماعي، التعبير الانفعالي) وقدرتها التنبؤية في الإدمان على الفيسبوك

F	R ²	T	β	B	
١٠.٦٥**	٠.١٨				
		٥.٥٦**	٠.٣٦	٠.٣١	التعبير الانفعالي
		١.٨٤	٠.١٢	٠.١٨	الدعم الاجتماعي للعائلة
		-٢.٤٦**	-٠.١٧	-٠.١٩	الدعم الاجتماعي للأصدقاء
		٠.٣٥	٠.٠٢	٠.٠٢	الدعم الاجتماعي لمؤسسات المجتمع

** $P \leq 0.01$, * $P \leq 0.05$

يتضح من الجدول (١١) بأن القيمة الإحصائية (ف) للمتغير التابع (للإدمان على الفيسبوك) لدى طلاب الجامعة، تبعاً للمتغيرين المستقلين (التعبير الانفعالي، الدعم الاجتماعي) بلغت مستوى الدلالة الإحصائية ٠.٠٠١، في ما قد بلغت نسبة التنبؤ للمتغيرات المستقلة مجتمعةً في الإدمان على الفيسبوك (١٨%).

لفحص الأسئلة الفرعية التي انبثقت من السؤال الرئيسي للدراسة، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد لفحص علاقة المتغيرات الديموغرافية كالنوع، والعمر، والحالة الاجتماعية، وعدد سنوات الدراسة الجامعية وقدرتها التنبؤية مع المتغيرات المستقلة في الإدمان على الفيسبوك. الجدول (١٢) يبين قيم معاملات الارتباط للمتغيرات المستقلة في الإدمان على الفيسبوك، فيما يبين الجدول (١٣) القدرة التنبؤية للمتغيرات الديموغرافية والمتغيرات المستقلة (التعبير الانفعالي، والدعم الاجتماعي بمجالاته الثلاثة) معاً في الإدمان على الفيسبوك.

الجدول (١٢)

قيم معاملات الارتباط للمتغيرات المستقلة في الإدمان على الفيسبوك

المتغيرات المستقلة	الإدمان على الفيسبوك
التعبير الانفعالي	٠.٣٨**
الدعم الاجتماعي للعائلة	٠.١١
الدعم الاجتماعي للأصدقاء	٠.١٤*
الدعم الاجتماعي لمؤسسات المجتمع	-٠.٠١
النوع	٠.١٠
العمر	-٠.٠٦
الحالة الاجتماعية	٠.٠٢
عدد سنوات الدراسة الجامعية	-٠.١٥*

تبين النتائج في جدول (١٢) بأنه لا توجد علاقة للمتغيرات الديموغرافية الأربعة (النوع، العمر، الحالة الاجتماعية، وعدد سنوات الدراسة) بينها وبين الإدمان على الفيسبوك، حيث كانت قيم معامل الارتباط غير دالة إحصائياً. الجدول (١٣) القدرة التنبؤية للمتغيرات الديموغرافية والمتغيرات المستقلة (التعبير الانفعالي، والدعم الاجتماعي بمجالاته الثلاثة) في الإدمان على الفيسبوك

F	R ²	T	β	B	
٥.٨٢**	٠.١٩				
		٥.٣١**	٠.٣٥	٠.٣٠	التعبير الانفعالي
		١.٤١	٠.١٠	٠.١٤	الدعم الاجتماعي للعائلة
		-٢.٢١*	-٠.١٥	-٠.١٧	الدعم الاجتماعي للأصدقاء
		-٠.٠٠٨	-٠.٠٠٠	-٠.٠٠٠	الدعم الاجتماعي لمؤسسات المجتمع
		١.١١	٠.٠٧	٤.٣٦	الجنس
		٠.٢٣	٠.٠٢	٠.٢٠	العمر
		٠.٢٨	٠.٠٢	١.٧٦	الحالة الاجتماعية
		-١.٤٢	-٠.١٢	-٢.٥٠	عدد سنوات الدراسة الجامعية

** $P \leq 0.01$, * $P \leq 0.05$

يتضح من الجدول (١٣) بأن قيمة الإحصائي (ف) للمتغير التابع (للإدمان على الفيسبوك) لدى طلاب الجامعة، تبعاً للمتغيرات المستقلة (التعبير الانفعالي، الدعم الاجتماعي، الجنس، العمر، والحالة الاجتماعية، عدد سنوات الدراسة الجامعية) بلغت مستوى الدلالة الإحصائية ٠.٠٠١، في ما قد بلغت نسبة التنبؤ للمتغيرات المستقلة مجتمعاً في الإدمان على الفيسبوك (١٩%). ومن جهة أخرى بينت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أنه لا توجد علاقة للمتغيرات الديموغرافية (التعبير الانفعالي، الدعم الاجتماعي، النوع، العمر، والحالة الاجتماعية، عدد سنوات الدراسة الجامعية) في الإدمان على الفيسبوك.

مناقشة النتائج والتوصيات:

هدفت هذه الدراسة تعرّف العلاقة بين التعبير الانفعالي، والدعم الاجتماعي، وبعض العوامل الديموغرافية في الإدمان على الفيسبوك، كما حاولت الدراسة التعرف على القدرة التنبؤية للتعبير الانفعالي، والدعم الاجتماعي، في الإدمان على الفيسبوك لدى طلاب وطالبات جامعة عمان الأهلية. وقد تم إتباع المنهج الوصفي الارتباطي للإجابة عن أسئلة الدراسة.

مناقشة نتائج السؤال الأول: هل هنالك علاقة بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك في تطوير الإدمان على الفيسبوك؟

للتحقق من وجود علاقة بين المتغيرات المستقلة (التعبير الانفعالي، والدعم الاجتماعي) وقدرتها التنبؤية في المتغير التابع (الإدمان على الفيسبوك)، تم استخدام معامل الانحدار المتعدد. وقد تبين من خلال النتائج أن القيمة الإحصائية (ف) للمتغير التابع (الإدمان على الفيسبوك) لدى طلاب الجامعة، تبعاً للمتغيرين المستقلين (التعبير الانفعالي، الدعم الاجتماعي) بلغت مستوى الدلالة الإحصائية ٠.٠٠١، في ما قد بلغت نسبة التنبؤ للمتغيرات المستقلة مجتمعةً في الإدمان على الفيسبوك (١٨%).

وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة سيسيلي أندرسون (Andersson Schou Cecilie)، والمذكورة في السعودي (٢٠١٤)، على أن الأشخاص الذين يعانون من القلق، والرهاب، وقلة الامان الاجتماعي، هم بطبيعة الحال أكثر استخداماً للفيسبوك من أولئك الذين ينخفض لديهم معدل تلك الصفات.

كما اتفقت الدراسة الحالية مع نتائج دراسة سعودي (٢٠١٤) حيث حاول فحص العلاقة بين إدمان الإنترنت والأعراض الاكتئابية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعات، إذ بينت نتائجها أن هناك علاقة بين نقص الدعم والمساندة الاجتماعية وأعراض الاكتئاب والإدمان.

وفي السياق ذاته، اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة لديفيس (Davis, 2011)، في أن المشاكل النفسية كتدني الثقة بالذات، والوحدة، قد تؤدي إلى ظهور أفكار وسلوكيات لا تكيفية عند بعض مستخدمي الإنترنت مما ينعكس سلباً عليهم. فيما بين شين في دراسته (Chen, ٢٠٠٦)، أن برامج الدعم الاجتماعي من شأنها أن تؤدي إلى تغيرات شخصية وعاطفية بشكل كبير، وتقود إلى التخلص من الإدمان بشكل أكثر فعالية.

ولتفسير هذه النتائج أكد الزراد (٢٠٠٩)، انه لا يمكن الفصل بين الجوانب الانفعالية التي يتعرض لها المدمن وبين السلوك الذي يقوم به، سواء كان سلوكاً سويًا أو غير سوي مثل السلوك الإدمان ي، وأن هذه الجوانب متفاعلة ومكملة مع بعضها البعض.

إن الفرد الذي يعاني من السلوك الإدمان ي قد يكون في الأساس في حالة إهمال اجتماعي، أو قد يتميز بنمط شخصية انطوائية، حيث تكون قدرته على بناء علاقات اجتماعية اقل من غيره، فيما قد توصله النظرة الدونية والرفض الاجتماعي إلى البحث عن هذا الدعم والتقبل غير المتحققين في الواقع، من خلال استخدامه العالم الافتراضي كمواقع التواصل الاجتماعي والفيسبوك، ليجد فيه المكان الآمن للتعبير عن انفعالاته ومشاعره.

من خلال الفيسبوك يستطيع المدمن أن يحصل على الأصدقاء والمجتمع الحاضنين، الذي يسعى للوصول إليهما. وعندما يبدأ بالمشاركة - بوضع الأمن- فإنه يتلقى الدعم والتعزيز من قبل الأصدقاء الافتراضيين فتزداد ساعات استخدامه للفيسبوك.

أما التعبير الانفعالي، فقد تكون سهولة التعبير مرتبطة بالإدمان على الفيسبوك، وذلك لأن الفيسبوك يشكل مكاناً آمناً لا يعرض الفرد إلى المحاسبة أو العقاب، فتكون قدرته على التعبير أكبر مما هي في الواقع، وحين يحصل المستخدم على الدعم الفوري والمشاركة الانفعالية فإن نسبة استخدامه تزداد نتيجة حصوله على التعزيزات.

مناقشة الأسئلة الفرعية:

تبين من خلال نتائج الدراسة أنه لا توجد علاقة للمتغيرات الديموغرافية الأربعة (النوع، العمر، الحالة الاجتماعية، وعدد سنوات الدراسة) بينها وبين الإدمان على الفيسبوك، حيث كانت قيم معامل الارتباط غير دالة إحصائياً. مناقشة السؤال الثاني: هل هناك علاقة ذات دلالة بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك في تطوير الإدمان على الفيسبوك يعزى إلى متغير النوع؟

لم تبين نتائج الدراسة الحالية وجود علاقة بين الجنس والإدمان على الفيسبوك، وهذا ما يتعارض مع دراسة سيسيلي أندرسون (Schou Cecilie Andersson)، المذكورة في سعودي (٢٠١٤)، التي قد بيّنت أنّ نسبة الإدمان عند النساء هي أعلى من النسبة عند الرجال من نفس العمر والمستوى التعليمي. كما تعارضت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة لربيع (٢٠٠٣) حيث أشارت نتائج

دراسته إلى وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في استخدام الإنترنت لصالح الذكور، حيث اعتبرت الذكور أكثر إقبالاً على استخدام التقنيات الحديثة. ومن منظور آخر، اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة معيجل (٢٠١١)، حيث بينت نتائج دراسته إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغير الجنس.

ويعود سبب هذه النتائج إلى الإمكانية المتساوية والمتاحة للذكور والإناث لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك، حسب عينة الدراسة الحالية فإن أغراض استخدام الفيسبوك بين أفراد العينة متساوية. إضافة إلى أن الخصائص الديموغرافية لأفراد العينة من - ذكور وإناث- متكافئة.

مناقشة السؤال الثالث والرابع: هل هناك علاقة ذات دلالة بين التعبير الانفعالي وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك في تطوير الإدمان على الفيسبوك يعزى إلى متغير العمر وسنوات الدراسة؟

لم تشر الدراسة الحالية إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية لمتغير العمر، حيث كان أفراد العينة من نفس الفئات العمرية. أما بالنسبة لعدد سنوات الدراسة، فلم تشر النتائج لوجود أي علاقة ذات دلالة إحصائية في الإدمان على الفيسبوك، السبب وراء نتيجة الدراسة هو أن الفيسبوك أصبح من المواقع الأكثر انتشاراً بين فئات المجتمع المختلفة لسهولة الاستخدام وتوفره بشكل واسع، حيث لم يعد الفيسبوك حكراً على شريحة المتعلمين أو أصحاب سنوات الدراسة المتقدمة.

مناقشة السؤال الخامس: هل هناك علاقة ذات دلالة بين التعبير الانفعالي، وتلقي الدعم الاجتماعي المدرك وتطوير الإدمان على الفيسبوك يعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية؟

لم تشير نتائج الدراسة الحالية إلى علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الفيسبوك ومتغير الحالة الاجتماعية، وذلك لعدم وجود تباين كبير لأفراد العينة حسب متغير الحالة الاجتماعية، إذ كان أفراد العينة من نفس المستوى الاجتماعي تقريباً، وبالتالي فإن تأثير هذا المتغير ضئيل. في دراسات مستقبلية يكون أمر مهم اخذ بعين الاعتبار هذا المتغير وفحص علاقته في الإدمان على الفيسبوك.

التوصيات:

- في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة يمكن التوصية ما يلي:
- تشجيع المؤسسات، والمراكز العلاجية، والباحثين في مجال علم النفس الإكلينيكي خصوصًا والعلوم الإنسانية عمومًا، على الاهتمام والسعي نحو الوصول إلى فهم الأساس السيكولوجي لظاهرة الإدمان على الفيسبوك في المجتمع والحد منها.
- نشر الوعي بخطورة الإدمان الإلكتروني والآثار السلبية المترتبة عليه من خلال عقد الندوات والمؤتمرات التي تسهم في ذلك.
- إنشاء مراكز متخصصة لعلاج الإدمان الإلكتروني.
- نشر الوعي بأهمية الدعم الاجتماعي والآثار الإيجابية المترتبة عليه.

المقترحات:

- إجراء دراسة عن العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وبعض المتغيرات الأخرى.
- إجراء دراسة عن مسببات الإدمان الإلكتروني وكيفية الوقاية منه.
- إجراء دراسة تقدم تصورًا مقترحًا للحد من الإدمان الإلكتروني لدى الشباب.
- إجراء دراسة تستخدم فيها عينة يكون فيها اختلاف أكبر من حيث متغير الحالة الاجتماعية، كما توصي الدراسة باستخدام عينة من فئات عمرية مختلفة مثل (الطفولة، الشباب) لفحص التباين بينها في الإدمان على الفيسبوك.
- بناء برامج علاجية اجتماعية تسلط الضوء على أهمية التعبير الانفعالي، الدعم الاجتماعي في علاج الإدمان على الفيسبوك.

المراجع

أولاً- المراجع العربية:

- أرجايل، مايكل (١٩٩٣): سيكولوجية السعادة، علم المعرفة، العدد ١٧٥، الكويت.
- بارزان صابر خالد، وعمر ياسين إبراهيم. (٢٠١٤). اثر برنامج إرشادي لعلاج الإدمان على الفيسبوك لدى طلبة المرحلة الإعدادية بمركز مدينة اربيل. *Journal of Humanity Sciences*, 18(5), 69-96
- برضا المعلم عن العمل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود.
- بطرس، حافظ بطرس (٢٠٠٥): المساندة الاجتماعية وأثرها في خفض حدة الضغوط النفسية للأطفال المتفوقين عقلياً ذوي صعوبات القراءة. - المؤتمر السنوي الثاني عشر للإرشاد النفسي، الإرشاد النفسي من اجل التنمية في عصر المعلومات، المجلد الأول (جامعة عين شمس).
- حنفي، هويدا (٢٠٠٧): المساندة الاجتماعية كما يدركها المكفوفون والمبصرون من طلاب جامعة الإسكندرية وتأثيرها على الوعي بالذات لديهم، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد(٥٥)، المجلد السابع عشر، ابريل، الخلفي، محمد صالح (2002) تأثير الإنترنت في المجتمع، مجله عالم الكتب، المجلد22 ، العدد5 ، 6.
- ربيع، هبه بهي الدين. (٢٠٠٣) إدمان شبكة المعلومات والاتصالات الدولية (الإنترنت) في ضوء بعض المتغيرات. دراسات نفسية، مصر، مج ١٣ (٤)، ص ٥٥٥-٥٨٠.
- رمضان، السيد (٢٠٠٢): إسهامات الخدمة الاجتماعية في مجال الأسرة والسكان، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- الزراد، فيصل محمد خير (٢٠٠٩) الإدمان على الكحول والمخدرات، دار العلم للملايين طبع في لبنان الطبعة الأولى.
- ساري، حلمي خضر (٢٠٠٣) تأثير الاتصال بالإنترنت على العلاقات الاجتماعية، مجلة جامعة دمشق، مجلد ٢٤ العدد١.
- سعودي عبد الكريم. (٢٠١٤). إدمان الفيسبوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي. الجزائر: جامعة بشار.

الشناوي، محمد محروس، ومحمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٤): المساندة الاجتماعية والصحة النفسية، مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

صقر، إيمان محمد (٢٠٠١): النموذج السببي للعلاقة بين ضغوط أحداث الحياة والمساندة الاجتماعية وأساليب مواجهة الضغوط والاكنتاب لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه، كلية، التربية جامعة الزقازيق.

عاقل، فاخر (٢٠٠٣): معجم العلوم النفسية، شعاع النشر والعلوم، حلب، سوريا. عبد الحميد، عزت (١٩٩٦): المساندة الاجتماعية وضغط العمل وعلاقة كل منهما

عبد الرحمن، محمد السيد (٢٠٠٠): موسوعة الصحة النفسية، علم الأمراض النفسية العقلية، الأسباب والأعراض والتشخيص والعلاج، دار قباء، القاهرة. عبد اللطيف محمد خليفة، معتز سيد عبد الله. (١٩٩٧). الدوافع والانفعالات، قسم علم النفس - كلية الآداب، جامعة القاهرة والكويت.

عبد الله، معتز سيد (٢٠٠١): الإيثار والثقة والمساندة الاجتماعية كعوامل أساسية في دافعية الأفراد للجماعة، مجلة علم النفس العدد (٥٧)، السنة ١٥٩، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

عبد الله، معتز سيد (٢٠٠١): الإيثار والثقة والمساندة الاجتماعية كعوامل أساسية في دافعية الأفراد للجماعة، مجلة علم النفس العدد (٥٧)، السنة ١٥٩، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

عبد الله، هشام إبراهيم (١٩٩٥): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكنتاب واليأس لدى عينة من الطلاب والعاملين، المؤتمر الدولي الثاني لمركز الإرشاد النفسي، الإرشاد النفسي للأطفال ذوي الحاجات الخاصة، الموهوبون المعاقون: المجلد الثاني، (٢٥-٢٧) جامعة عين شمس القاهرة. - ديسمبر.

عجاجة، صفاء أحمد (٢٠٠٧): النموذج السببي للعلاقة بين الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق.

كاشف، إيمان (٢٠٠١): إعداد الأسرة والطفل لمواجهة الإعاقة، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.

مجدي، حنان (٢٠٠٩): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مرضى السكر، رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق.

محمد إبراهيم عيد (١٩٩٢): " فقدان الأمن النفسي وعلاقته بقوة الأنا لدى المراهقين".مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس، العدد (١٦)

محمد جودة (١٩٩٩): "دراسة لبعض مكونات الذكاء الوجداني في علاقتها بمركز التحكم. لدى طلاب الجامعة"، مجلة كلية التربية ببنها،المجلد العاشر.

محمد فراج (٢٠٠٥): " الذكاء الوجداني وعلاقته بمشاعر الغضب والعدوان لدى طلاب الجامعة". مجلة دراسات عربية في علم النفس، المجلد ٤.

معيجل سهان مطشر. (٢٠١١). الإدمان على الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة الأنبار للعلوم الإنسانية.

ملكوش، رياض، وخولة يحيى (١٩٩٥): الضغوط النفسية والدعم الاجتماعي لدى آباء وأمهات الأطفال المعاقين في مدينة عمان، مجلة دراسات تربوية، المجلد الثاني والعشرون، العدد الخامس.

منصور، تحسين منصور رشيد (٢٠١٢) دور شبكات التواصل الاجتماعي في تحقيق احتياجات الشباب الأردني، دراسة مقارنة في النوع الاجتماعي. ورقة مقدمة إلى المنتدى السنوي السادس للجمعية السعودية للأعلام والاتصال. جامعة الملك سعود- الرياض.

الهلول، إسماعيل والمحيسن، عون(٢٠١٣) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة والصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية فاقدة الزوج، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد ٢٧ (١١)

الهنداوي محمد حامد إبراهيم. (٢٠١١). الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركياً بمحافظات غزة. غزة: جامعة الأزهر.

وجيه محمود، إبراهيم (٢٠١٠). التعلم أسسه ونظرياته وتطبيقاته. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

ثانياً - المراجع الأجنبية:

Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale 1, 2. Psychological reports, 110(2), 501-517.

- Barrera, M. (1981): Social support in the adjustment of pregnant adolescents. assessment Issues,in B.H gottliab (EDS)social networks and social support ,Beverly,(A:sage,pp.69-96).
- BALCI, Facebook Addiction .(٢٠١٣)Ş., & GÖLCÜ, A. Among University Students in Turkey:“Selcuk Journal of Studies in University Example”. .٢٧٨-٢٥٥ ،٣٤ Turkology,
- Bjerregaard, Malynda (2010). Facebook’s Effects On Subtle Emotion Decoding, Academic Performance, And Identity Protection. Unpublished Masters Dissertation. Southern Utah University, USA.
- Boyd, Danah M. Ellison, Nicole B. (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. Computer Mediated Communication, 3-20.
- Bognar.G.(2005): the concept of Quality of life; Journal social theory and practice,vol.(3).issue(4).p.561.
- Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. Cyber Psychology & Behavior, 4(3), 377-383.
- Bermúdez, M. P., Álvarez, I. T., & Sánchez, A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. Universitas Psychologica, 2(1), 27-32.
- Brownwell, A. & S. Shumaker. (1984): social support An Introduction to acomplex phenomenon. Journal of social , Issues, vol. (40). NO. (4). pp.1-9.
- Breham, S.(1984): social support processes, boundry,areasing social and developmental psychology. new York: academic press,107-129.
- Bianchi, S. M., Milkie, M. A., Sayer, L. C., & Robinson, J. P. (2000). Is anyone doing the housework? Trends in the

- gender division of household labor. *Social forces*, 79(1), 191-228.ISO 690
- Buunk, B. P., & Hoorens, V. (1992). Social Support And Stress: The Role of Social Comparison And Social Exchange Processes. *British Journal of Clinical Psychology*, 31(4), 445-457.
- Brownwell, A. & S. Shumaker. (1984): social support An Introduction to acomplex phenomenon. *Journal of social , Issues*, vol. (40). NO. (4). pp.1-9.
- BalçıThe Role and .(٢٠١٣)Şükrü & Gölcü, Abdulkadir ، Impacts of Social Media in Social Movements: Example of the Arab Spring", *The Fourth Asian " ،٢٠١٣ ٩-٦Conference on the Social Sciences*, June .(Konferans)٢٨١-٢٦٩Osaka Japan, pp.
- Cardak, M. (2013). Psychological well-being and Internet addiction among university students. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 12, 134-141.
- Cohen, S.&wills. T.(1985): stress social support and the buffering hypothesis *psychological bulletin*, vol.(98) no.(2) pp.336-375.
- Corey, G. (2011). *Theory And Practice of Group Counseling*. Cengage Learning, P. 4.
- Coyne, j. & Downey, G. (1991): Social factors and psychology: stress, social support and coping processes. *Annual review of psychology*, vol. (35), 139-212.
- Chen, G. (2006). Social Support, Spiritual Program, And Addiction Recovery.*International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 50(3), 306-323.
- Cheung, Christy M.K. Chiu, Pui-Lee & Lee, Matthew K.O (2011). Online Social Networks: Why do students use facebook? *Computers in Human Behavior*, 27 (2011), 1337-1343.

- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1990). Type of Social Support And Specific Stress: Toward a Theory of Optimal Matching.
- Davis, R. A. (2001). A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet use. *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195.
- Fawkner-Corbett, D., Jawaid, W. B., McPartland, J., & Losty, P. D. (2014). Interval appendectomy in children clinical outcomes, financial costs and patient benefits. *Pediatric surgery international*, 30(7), 743-746.
- Glies, David (2003). *Media psychology*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers. Mahwah, New Jersey.
- Griffiths, M. D. (2012). Facebook Addiction: Concerns, Criticism, and Recommendations—a Response To Andreassen and Colleagues 1. *Psychological Reports*, 110(2), 518-520.
- Julie, chronister, Chih.C, Michael. f, Elizabeth. C. (2008): the relationship between social support and rehabilitation related outcomes: A meta-analysis. *Journal of rehabilitation* ,vol. (74).issue(2)p.16+.
- Karen, O., Lambour, G., & Greenspan, S. (1990). Persons in Transition. En R. Schalock y MJ Bogale. *Quality of life: Perspectives and issues*, 85-92.
- Kennedy, S., Kiecolt. Glaser, J. K, & Glaser, R. (1990): social support, stress, and immune system, in B. R. sarson, I.G. sarson & G.R. pierce (EDS), *social support: an Intractional view*. New York: john Wiley.
- Kring, A. M., Smith, D. A., & Neale, J. M. (1994). Individual Differences In Dispositional Expressiveness: Development And Validation of The Emotional Expressivity Scale. *Journal of personality and social psychology*, 66(5), 934.

- Kring, Ann M. & Johnson, Sheri L. (2012). *Abnormal Psychology*. 12th ed. John Wiley & Sons, Inc. Hoboken, New Jersey.
- Lepore, S. (1994): social support. *Encyclopedia of human behavior*, vol. (4), p.p. 247-251.
- Lewis. (1993): *Decision-Making and marital satisfaction in African and American families*, Michigan state university. vol. (15), NO. (2) p.p. 110-119.
- McCann, S. et al. (1997): " Hostility, Social Support and perception of work". *Journal of occupational health psychology*, vol. (2). No (2) ,p.p. 175-185.
- Mecheel, V. (2010). *Facebook And The Invasion of Technological Communities*. NY, Newyurk.
- Newswire, P. R. (2014). *Facebook Reports Fourth Quarter and Full Year 2013 Results*. MENLO PARK, Calif., Jan, 29, 2014.
- Oxford, J. (1994): *community psychology: theory and practice*. Journal wiley&sons ltd.p, new York.
- palo. (2016). <http://www.alex.com/siteinfo/facebook.com>. Retrieved 7 27, 2016, from [www.alex.com: http://www.alex.com/siteinfo/facebook.com](http://www.alex.com/siteinfo/facebook.com)
- Rouis, S., Limayem, M., & Salehi-Sangari, E. (2011). Impact of Facebook Usage on Students' Academic Achievement: Role of self-regulation and trust. *Electronic journal of research in educational psychology*, 9(3), 961-994.
- SZ, S. S., Omar, S. Z., Bolong, J., & Osman, M. N. (2011). Facebook Addiction Among Female University Students. *Revista De Administratie Publica Si Politici Sociale*, 2(7), 95-109.
- Teke, Riza (2011). *A Comparison of Facebook Addiction Between Social and Hard Sciences' Students*. An Unpublished Masters Dissertation. Institute of Graduate

- Studies and Research. Eastern Mediterranean University, Gazimagusa, North Cyprus.
- Tetteroo, D. (2008). Communicating Emotions In Instant Messaging, an overview. In proceedings of the 9thTwente Student Conference on IT, 2008, Enschede.
- Sarason, I., G. & Sarason, B. R. (1986): Assessing social support: the social support questionnaire. Journal of personality and social psychology. vol. (45) N. (1) u.s.a.
- Wolniczak, I., Cáceres-DelAguila, J. A., Palma-Ardiles, G., Arroyo, K. J., Solís-Visscher, R., Paredes-Yauri, S,... . & Bernabe-Ortiz, A. (2013). Association between Facebook Dependence And Poor Sleep Quality: A Study In A Sample of Undergraduate Students In Peru. PloS one, 8(3), e59087.
- Young, K.S (1998). Caught in the net. How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery. New York: John Wiley & Sons.
- Zuckerberg, M. (2012). <https://www.facebook.com/zuck>. Retrieved 7 27, 2016, from <https://www.facebook.com:https://www.facebook.com>
- Zhou, Y., Lin, F. C., Du, Y. S., Zhao, Z. M., Xu, J. R., & Lei, H. (2011). Gray matter abnormalities in Internet addiction: a voxel-based morphometry study. European journal of radiology, 79(1), 92-95.

Emotional Expressing and Perceived Social Support and its Relationship to Facebook Addiction

Abstract:

Objective : The current study aimed to explore the phenomenon of Facebook addiction among Amman Ahliyya University students, and its relationship with immediate emotional expressions and perceived social support. 200 students from Amman Ahlyia University (101 males, 99 females) were randomly selected to participate in the current study .

Method: In purpose to achieve the goals of the study three scales were used: Demographic data list, Anderson's facebook addiction scale, social support scale and emotional expressivity scale. The data collected were analyzed using multiple regression analyses to examine the relationship between the immediate emotional expressivity, perceived social support and facebook addiction.

Results: The results of the study approved the relationship between immediate emotional expressivity, social support and Facebook addiction. And that immediate emotional expressivity and social support predict 18% of the variance in facebook addiction. In the same time, there were no difference between different demographic groups and facebook addiction.