جامعة، المجلد 18 العدد 2 (1436/ 2014)، 75-118

استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين

سامي أحمد شناوي* ومحمد خليل عباس**

تلخيص:

هدفت هذه الدّراسة التعرف على مستويات استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) وعلاقتها مع التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين ، وقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، إذ تم تطوير مقياس للكشف عن علاقة استخدام الفيسبوك في التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين، وقد تكون المقياس من (63) فقرة موزعًا على أربعة مجالات، هي: التوافق الشخصي، والتوافق الاجتماعي، والتوافق الأسري، والتوافق الأكاديمي، وتم التحقق من الصدق باستخدام الصدق الظاهري، أما بالنسبة للثبات، فقد تم التحقق منه بطريقة الاختبار وإعادته (76%)، و بطريقة كرونباخ ألفا (89%)، وتم تطبيق المقياس على عينة عشوائية من (466) طالبًا وطالبة ونسبتهم (18%) من مجتمع الدراسة من صفوف العاشر والحادي عشر والثاني عشر في القرى التابعة لسهل البطوف في الجليل، ممن يستخدمون موقع التواصل الاجتماعي (الفيس بوك).

وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك، والتي حصلت على أعلى تكرار هي الفترة أقل من ساعتين يوميًا، وأن مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك جاءت بدرجة مرتفعة، ووجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك ومستوى التوافق النفسي. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر الجنس على فترة استخدام الفيس بوك لدى الطلبة المراهقين، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التوافق النفسي تعزى لأثر الجنس، ولصالح الذكور في مجال التوافق الشخصي، بينما كانت لصالح الإناث في مجالات التوافق الأسري والتوافق الاجتماعي والتوافق الأكاديمي وفي الدرجة الكلية.

وفي ضوء نتائج الدّراسة، يوصي الباحث بضرورة إجراء دراسات للكشف عن الأسباب والآثار النفسية والاجتماعية، والتعليمية الأكاديمية لاستخدام الفيسبوك على المراهقين.

الكلمات المفتاحية: الفيس بوك، التوافق النفسي.

---

* طالب دكتوراه تربية خاصة، أخصائي نفسي وباحث - كفر مندا، الجليل.

** أستاذ مشارك لعلم نفس تربوي، جامعة عمان العربية - عمان، الأردن.

المقدمة:

تطورت شبكات الاتصال العالمي عبر الإنترنت، وظهر ما يسمى بمواقع التواصل الاجتماعي، التي تشير إلى أن الإنترنت أصبح وسيلة اجتماعية للتواصل والتعارف، وتبادل المعرفة والمعلومات والأخبار.

ومن أبرز مواقع التواصل الاجتماعي التي ظهرت في هذا العقد من القرن الواحد والعشرين موقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك (Face Book)، والذي يتم عن طريقه وضع صفحة شخصية تحدد هوية الشخص، ويتم التواصل والتعارف مع جميع المشتركين في هذا الموقع لنقل المعارف والأخبار، وتكوين الرؤى والتوجهات دون قيود أو حدود (الطيب، 2012).

وقد قام مارك زوكربيرج (Mark Zuckerberg) بتأسيس الفيسبوك، بالاشتراك مع رفيقيه في سكن الجامعة عندما كان طالبًا في جامعة هارفارد، وقد كانت عضوية الموقع مقتصرة في بداية الأمر على طلبة جامعة هارفارد، ولكنها امتدت بعد ذلك لتشمل الكليات الأخرى في مدينة بوسطن وجامعة آيفي ليج وجامعة ستانفورد، ثم اتسعت دائرة الموقع لتشمل أي طالب جامعي، ثم طلبة المدارس الثانوية، وأخيرًا أي شخص يبلغ من العمر (13) عامًا فأكثر (ويكيبيديا، 2012).

وقد حدث لموقع التواصل الاجتماعي "فيس بوك" نموا كبيرا ومتواصلاً حيث يعد على قمة مواقع التواصل الاجتماعي نموًا وتسارعًا في عدد المشتركين، ويضم الموقع حاليًا أكثر من (750) مليون مستخدم على مستوى العالم، أما على مستوى الوطن العربي فقد بلغ العدد ما يقارب (15) مليون مستخدم، وكانت نسبة المستخدمين دون سن (25) سنة ما يقارب (50%) من عدد المشتركين، ومعظمهم في المغرب والأردن وفلسطين ولبنان وتونس واليمن (عبد الهادي، 2010).

ويعد موقع الفيسبوك من أكثر مواقع الشبكات والتواصل الاجتماعي رواجًا وانتشارًا لما يحققه من ميزات يتمتع بها رواده، إذ إنه يمثل أداة لتسهيل التواصل الاجتماعي لأشخاص يجدون صعوبة في تكوين علاقات اجتماعية، وروابط وصلات مع الآخرين (Stienfield, Dimmico, Ellison & Lampe, 2009).

وهناك من يرى أن المجتمع الافتراضي الذي توجده مواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك تمثل مجتمعًا سلبيًا يفقد الشخص القدرة على التفاعل والتعامل مع واقع الحياة الاجتماعية ومع الناس من حوله، مما يؤدي إلى تدني مستويات التوافق الاجتماعي لدى المستخدم (الطيب، 2012).

كما قد يكون لموقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" أثرٌ إيجابي على الجوانب الاجتماعية، فالأفراد في هذه المواقع قد يوجدون مجتمعات افتراضية تحقق الترابط والتواصل الاجتماعي بناء على اهتماماتهم وأفكارهم واتجاهاتهم (Stienfield, Dimmico, Ellison & Lampe, 2009)، كما أشارت دراسة ميشيل (Mecheel, 2010) إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي غيرت أنماط حياة الشباب المراهقين، وطريقة تواصلهم الاجتماعي مع مجتمعاتهم الافتراضية والحقيقية.

ويعد مفهوم التوافق النفسي من المفاهيم النفسية التي حظيت باهتمام بالغ من قبل علماء النفس، وأجمعوا على أنه عملية تفاعل ديناميكي مستمر بين قطبين أساسيين: أحدهما الفرد، والثاني بيئته المادية والاجتماعية (الخالدي، 2009).

ويشير مفهوم التوافق إلى وجود علاقات منسجمة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الإنسان، وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية، وعلى ذلك يتضمن التوافق كل التباينات والتغيرات في السلوك، والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إطار العلاقة المنسجمة مع البيئة (بطرس، 2008).

ويحتاج الإنسان إلى التوافق في جميع مراحل حياته، وتعد المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان، فهي مرحلة التحديات المثيرة، والتي تتطلب التوافق النفسي والاجتماعي مع التغيرات التي تحدث للفرد مع الذات والأسرة والمجتمع (شريم، 2009).

وفي هذه المرحلة يزداد إقبال المراهقين على الفيسبوك أكثر من أي مرحلة عمرية أخرى، فقد أشارت بعض الدراسات بأن أغلب مستخدمي الفيسبوك هي من فئة المراهقين، كما في دراسة الرماضنة (2006)، ودراسة الغامدي (2010) ودراسة سوليفان وبرادايس (Sullivan & Paradise, 2012).

وقد أشارت نتائج بعض الدراسات إلى العلاقة بين استخدام الفيسبوك والتوافق النفسي، ومظاهر الصحة النفسية لدى الفرد، فقد دلت نتائج دراسة سوليفان وبرادايس (Sullivan & Paradise, 2012) إلى أن الإدمان على استخدام الفيسبوك يؤدي إلى العزلة الاجتماعية، واستخدامه بطريقة معتدلة يؤدي إلى مستويات جيدة من التوافق النفسي والاجتماعي، كما أشارت نتائج دراسة لي ولي وجانغ (Lee, Lee & Jang, 2011) إلى أن استخدام الإنترنت يتنبأ بالتوافق النفسي والاجتماعي للطلاب الوافدين، وخصوصًا ممن يعملون صفحات الصداقة، وكشفت نتائج دراسة كالبيدو وكوستين وموريس (Kalpidou, Costin & Morris, 2011) إلى أن استخدام الفيسبوك لوقتٍ طويلٍ يرتبط سلبًا مع التكيف النفسي والأكاديمي.

ومن خلال استعراض الباحث للدراسات السابقة في هذا الموضوع فقد تبين لديه عدم وجود دراسات تحدثت عن العلاقة بين الفيسبوك والتوافق النفسي بشكل مباشر؛ مما يعطي أهميةً للدراسة الحالية.

ونظرًا لأهمية موضوع التوافق النفسي للمراهقين، والأثر الذي يمكن أن تحدثه مواقع التواصل الاجتماعي، وبخاصة موقع الفيسبوك لدى هذه الفئة، بالإضافة إلى مكانة الفيسبوك وانتشاره في البيئة العربية والبيئة الفلسطينية، ودوره في نقل الأفكار والمعارف، وتحقيق التواصل الاجتماعي، بالإضافة إلى حداثة الموضوع وقلة الدراسات التي تناولت الفيسبوك وأثره على التوافق النفسي فقد تشكل لدى الباحث دافعًا قويًا لإجراء هذه الدراسة.

مشكلة الدراسة:

إن الغرض من هذه الدراسة هو التعرف إلى استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) وعلاقته مع التوافق النفسي لدى المراهقين.

عناصر مشكلة الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية للإجابة عن الأسئلة التالية:

1. ما الفترة الزمنية (عدد الساعات) التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيسبوك؟
2. ما مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيسبوك؟
3. ما علاقة الفترة الزمنية (عدد الساعات) التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيسبوك بمستوى التوافق النفسي؟
4. هل تختلف فترة استخدام الفيسبوك لدى الطلبة المراهقين باختلاف الجنس؟
5. هل يختلف مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين نتيجة استخدام الفيسبوك باختلاف الجنس؟

أهمية الدراسة:

تظهر أهمية هذه الدراسة في الجوانب التالية:

أولا: الأهمية النظرية

1. تناول أحد الموضوعات المتعلقة بمواقع التواصل الاجتماعي وهو موقع الفيسبوك والتي أثرت على المجتمع وأفكاره وتوجهاته بل كان له تأثيرًا كبيرًا على الساحة السياسية والاجتماعية في العالم جميعه، والوطن العربي بشكل خاص. كما ازداد اهتمام المجتمع وبخاصة فئة الشباب بمواقع التواصل الاجتماعي وموقع الفيسبوك حتى أصبح أغلب الشباب لديهم صفحة على موقع الفيسبوك، تكون نافذته على المجتمع الخارجي، وهويته التي تميزه عن غيره؛ بل أصبح هذا الموقع من أهم مصادر التأثر والتأثير الاجتماعي.
2. تفيد هذه الدراسة في إبراز دور الفيسبوك في التوافق النفسي لدى المراهقين في المجتمع العربي بشكل عام، والمجتمع الفلسطيني بشكل خاص.
3. يمكن أن تضيف هذه الدراسة بعض المعلومات عن استخدام الفيسبوك وعلاقته مع التوافق النفسي لدى المراهقين.

4. يمكن أن تفتح هذه الدراسة الباب والمدخل للباحثين، لمعرفة علاقة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وبخاصة موقع الفيسبوك على المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى فئة الشباب وعوامل أخرى.

ثانيًا: الأهمية التطبيقية

1. يمكن أن تفيد هذه الدراسة المرشدين التربويين والمديرين والمدرسين والأهل لمعرفة التأثير الذي يحدثه الفيسبوك ومواقع التواصل الاجتماعي على المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى المراهقين وخاصة ما يتعلق بالتوافق النفسي لديهم.
2. توجيه أصحاب القرار في رسم السياسات التربوية والقرارات التعليمية، لمواكبة ثورة الاتصالات ومواقع التواصل الاجتماعي، وتبيان دورها في إحداث التغيير النفسي لدى فئة الطلبة وتحديدًا المراهقين.
3. الاستفادة من نتائج الدراسة في لفت أنظار أولياء الأمور لأهمية استخدام موقع الفيسبوك، ومواقع التواصل الاجتماعي على التنشئة النفسية لأبنائهم.
4. توفير أداة عن التوافق النفسي تتوافر فيها صفات الصدق والثبات تفيد الباحثين في إجراء دراسات ذات صلة بهذا الموضوع.

تعريف مصطلحات الدراسة

موقع التواصل الاجتماعي (الفيسبوك): عبارة عن شبكة اجتماعية إلكترونية يمكن الدخول إليه مجانًا وتديره شركة "فيس بوك" محدودة المسئولية كملكية خاصة لها (ويكيبيديا، 2012). ويعرف إجرائيًا في هذه الدراسة بأنه المدة الزمنية التي يقضيها الطلبة في استخدام الفيس بوك، ويختلفون في المدة التي يقضونها في استخدامهم لهذا الموقع.

المراهقون: طلبة الصفوف العاشر والحادي عشر والثاني عشر في المرحلة الثانوية من الجنسين في مجموعه من مدارس قرى سهل البطوف في الجليل الملتحقين بالمدارس

الثانوية في الفصل الثاني من العام الدراسي 2012/ 2013م، والذين تتراوح أعمارهم ما بين (16 – 18 سنة)

التوافق النفسي: وهو "العملية التي من خلالها يعدل الفرد بناءه النفسي أو سلوكه ليستجيب لشروط المحيط الطبيعي والاجتماعي، ويحقق لنفسه الشعور بالتوازن والرضا" (الخالدي والعلمي، 2009، 19). ويعرف إجرائيًا بالدرجة الكلية التي حصل عليها المفحوص من خلال استجابته على أداة الدراسة التي تم إعدادها لهذا الغرض من قبل الباحث.

مدة الاستخدام: وهي المدة الزمنية (عدد الساعات) التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام موقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك". ولغايات هذه الدراسة سوف يتمّ تقسيم مدة الاستخدام على النحو التالي:

- أكثر من صفر ساعة وأقل من ساعتين: مستوى منخفض.
- أكثر من ساعتين وأقل من أربع ساعات: مستوى متوسط.
- أكثر من أربع ساعات: مستوى مرتفع.

حدود الدراسة ومحدداتها:

يتحدد تعميم نتائج الدراسة في ضوء ما يأتي:

- اقتصرت الدراسة الحالية على المراهقين من طلبة المرحلة الثانوية في صفوف العاشر والحادي عشر والثاني عشر في المدارس التابعة لقرى سهل البطوف في الجليل الذين يستخدمون شبكة التواصل الاجتماعي (الفيسبوك).
- تم تطبيق الدراسة الحالية خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2012/2013م.
- تتحدد نتائج هذه الدراسة بمدى الدقة باستخلاص دلالات صدق وثبات أداة القياس التي قام الباحث بإعدادها، كما تتحدد إمكانية تعميم النتائج فقط على المجتمعات المماثلة

لمجتمع الدراسة الحالية، ومدى تمثيل العينة للمجتمع، ومصداقية أفراد الدراسة بالإجابة عن الفقرات.

الدراسات السابقة ذات الصلة

أُتيح للباحث الاطلاع على عدد من الدراسات والبحوث ذات الصلة بموضوع الدراسة، وما توصلت إليه من نتائج، وتم تقسيمها إلى دراسات عربية وأجنبية، وترتيبها زمانيًا من الأحدث إلى الأقدم وهي كما يأتي:

1. **الدراسات العربية:**

أجرى عوض (2012) دراسة هدفت الكشف عن أثر مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك على درجة تقدير الذات لدى فئة الشباب في محافظة طولكرم بفلسطين، وقد تم استخدام الاستبانة كأداة لجمع البيانات تكونت من (20) فقرة تقيس أثر استخدام الفيسبوك على تقدير الذات، وطُبقت على عينة مكونة من (100) مستخدم ومستخدمة للفيس بوك في المحافظة. وقد أسفرت النتائج عن درجة مرتفعة لتقدير الذات لمستخدمي الفيسبوك، وأن هناك فروق إحصائية لدرجة تقدير الذات لدى مستخدمي الفيسبوك تعزى للجنس ولصالح الإناث، وللعمر بين الفئة (15- 20) سنة، و(30-35) سنة، وكانت لصالح الفئة الأصغر وهي (15-20) سنة.

وأجرى كل من الطراونة والفنيخ (2012) دراسة هدفت إلى تقصّي أثر استخدام الإنترنت على التحصيل الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاكتئاب ومهارات الاتصال لدى طلبة جامعة (القصيم). تكون المجتمع الإحصائي من جميع الطلاب والطالبات الذين يستخدمون شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت) في جامعة القصيم، وقد تكونت عيّنة الدراسة من (595) طالبا وطالبة من الطلبة الذين يستخدمون (الإنترنت) في جامعة القصيم، وتم استخدام مقياس التكيف الاجتماعي، ومقياس الاكتئاب، ومقياس مهارات الاتصال، كما تم الرجوع للمعدلات التراكمية للطلبة للكشف عن التحصيل الدراسي، وقد أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى التكيّف الاجتماعي ومهارات الاتصال لمن يستخدمون الإنترنت بشكل معتدل وقليل، في حين

انخفض مستوى التكيف الاجتماعي والاتصال لدى الطلبة ذوي المستوى المرتفع لاستخدام الإنترنت، كما أشارت أن مستوى الاكتئاب انخفض لدى الطلبة متوسطي الاستخدام، وارتفع لدى الطلبة مرتفعي الاستخدام، وأن هناك فروقًا ذات دلالات إحصائية لكل من: التحصيل الأكاديمي، والتكيف الاجتماعي تعزى لعدد ساعات استخدام الإنترنت، والنوع الاجتماعي، والتخصص، ولصالح المستوى المتوسط بالاستخدام.

وأجرى الغامدي (2010) دراسة هدفت إلى الكشف عن أثر تردد المراهقين على مقاهي الإنترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية، وقد تم استخدام مقياسين، أحدهما يقيس المشكلات النفسية لدى المراهقين، والثاني يقيس مستوى استخدام مقاهي الإنترنت، وتم تطبيقهما على عينة مكونة من (300) طالبا من المرحلة الثانوية الذين يترددون على مقاهي الإنترنت بمكة المكرمة بالسعودية، وقد كشفت النتائج عن تزايد أعداد الطلاب المترددين على مقاهي الإنترنت لتصل إلى (88%)، وعدم وجود فروق بين المراهقين في المشكلات السلوكية الخاصة بالمدرسة والأسرة وطريقة تعاملهم مع الإنترنت سواء أكانت خاصة أم مع أصدقائهم، وأن هناك فروق إحصائية بمشكلات الذات والانفعالية والعدوان وسوء التوافق مع الآخرين.

وأجرى العمري (2008) دراسة هدفت إلى الكشف عن إدمان الإنترنت وبعض آثاره النفسية والاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في إدارة التربية والتعليم في محافظة حايل بالسعودية، وقد تم استخدام مقياسين، الأول حول إدمان الإنترنت، والثاني حول الآثار النفسية والاجتماعية، وتم تطبيقهما على عينة من طلاب المرحلة الثانوية في مدينة حائل بالسعودية كان قوامها (211) طالبًا في فرعي الطبيعي والشرعي، وكان من نتائج الدراسة أن هناك بعض الآثار النفسية لإدمان الإنترنت من أهمها مشكلات النوم، والكآبة والحزن عند البعد عن الإنترنت، أما الآثار الاجتماعية كان من أهمها الشعور بالميل للعزلة عن مخالطة الآخرين والكذب عند الحوار والدردشة، وكان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الآثار النفسية في إدمان الإنترنت بين الشرعي والطبيعي ولصالح الشرعي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الشرعي والطبيعي في الآثار الاجتماعية.

وأجرى كل من أبو عصبة وأبو نصرة (2012) دراسة هدفت إلى وصف ميزات استخدام الإنترنت لدى الشباب العرب من كلا الجنسين، وقد استخدم في الدراسة البحث الكمي لجمع المعلومات، وقد شملت الدراسة على 320 طالبا من الصفوف التاسعة حتى الصفوف الحادية عشر من بلدات مختلفة في منطقة المثلث، وقد أشارت النتائج المركزية للدراسة بأن الطلاب يستخدمون الإنترنت لأغراض مختلفة مثل: البحث عن معلومات، الدردشة، البريد الإلكتروني والتعلم. كما وتبين المعطيات أن إقبال أبناء الشبيبة العرب يرجع إلى سببين: الأول باعتباره بيئة تحررهم نسبيا من القيود الاجتماعية ومن مراقبة الوالدين عند التصفح وأثناء الإبحار، أما السبب الثاني فهو النقص في الأنشطة الترفيهية والأطر غير الرسمية في البلدات العربية، وتضيف الدراسة أيضا أن مراقبة الأهل للبنات أكثر منها لدى البنين عند استخدام الإنترنت.

2. **الدراسات الأجنبية:**

أجرى سوليفان وبرادايس (Sullivan & Paradise, 2012) دراسة هدفت إلى فهم تقدير الشباب للآثار السلبية على أنفسهم وعلى غيرهم نتيجة لاستخدام الفيسبوك، وتكونت عيّنة الدراسة من (357) طالبًا جامعيًا من شمال شرق الولايات المتحدة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم إعداد مقابلة اشتملت على مجموعة من الأسئلة حول استخدامهم للفيسبوك، وآثاره السلبية عليهم، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن (64%) من المشاركين يستخدمون الفيسبوك سبعة أيام في الأسبوع، وأن متوسط مرات دخول المشتركين إلى الفيسبوك هو (2.76) مرة يوميًا، ولمدة (35.06) دقيقة يوميًا، وأن أفراد العيّنة تقريبا لديهم (37.44) شخصًا هم أصدقاء لهم، وأن (84 %) يعرفونهم من خلال الحياة الواقعية، و(27.05) هي عبارة عن طلبات صداقة من الغرباء، كما أشار المشاركون إلى أن الإدمان على استخدام الفيسبوك يؤدي إلى العزلة الاجتماعية، واستخدامه بطريقة معتدلة يؤدي إلى مستويات جيدة من التوافق النفسي والاجتماعي.

أجرى مكموريس ونيكرسون ويان ولو (Mcmorris, Nickerson, Yan & Lou, 2012) دراسة هدفت إلى معرفة فيما إذا كان هناك علاقة تبادلية بين استخدام الطلاب لمواقع التواصل الاجتماعي والصحة النفسية لمستخدمي هذه الشبكات، وتكونت عينة الدراسة من (340) طالبا من طلاب السنة الأولى في جامعتين من جامعات الولايات المتحدة الجنوبية، حيث تم مقارنة درجة الوحدة بين (118) طالبًا لا يستخدمون الفيسبوك مع (222) طالبًا يستخدمون الفيسبوك، وتحقيقا لأهداف الدراسة أُستخدمت الاستبانة، ومقياس شدة استخدام الفيسبوك والدوافع وراء استخدام الفيسبوك، وأظهرت نتائج الدراسة أنه لا يوجد علاقات تبادلية بين عناصر هذه الدراسة، حيث إن شدة استخدام الفيسبوك كان له اثر إيجابي على الشعور بالوحدة وأن الدوافع وراء استخدام الفيسبوك ليس له أي أثر على الشعور بالوحدة وبالتالي فان الوحدة لا تتأثر بشدة استخدام الفيسبوك والدوافع وراء استخدام الفيسبوك.

وأجرى لي ولي وجانغ (Lee, Lee & Jang, 2011) دراسة هدفت إلى معرفة دوافع استخدام الإنترنت لدى الطلاب المراهقين، ومدى تأثيرها على حياتهم الأكاديمية والاجتماعية والتوافق النفسي لديهم. وتكونت عينة الدراسة من (166) طالبًا صينيًا يدرسون في جامعة سيؤول (Seoul) في كوريا. وتحقيقًا لأهداف الدراسة تم استخدام أسلوب المقابلة، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن هناك أربعة عوامل أساسية تجعل الطلاب يستخدمون الإنترنت وهي: أن يبقى الشخص على تواصل للصفحة الرئيسة لوطنه، والمعلومات المحلية للوطن الذي يدرس فيه، وتحقيق التفاعل الاجتماعي مع السكان المحليين، كما كشفت النتائج أن استخدام الإنترنت يتنبأ بالتوافق النفسي والاجتماعي للطلاب الوافدين، وخصوصًا ممن يعملون صفحات الصداقة.

وأجرى كالبيدو وكوستين وموريس (Kalpidou, Costin & Morris, 2011) دراسة هدفت إلى معرفة أثر استخدام الفيسبوك على تقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي، وتكونت عينة الدراسة من (70) طالبًا جامعيًا، وكان ما مجموعه (35) طالبا من طلاب السنة الأولى و(35) طالبا من طلاب السنين المتقدمة في شمال شرق الولايات المتحدة الأمريكية، وتحقيقًا لأهداف الدراسة تم استخدام استبانة تكونت من (76) فقرة موزعة على أربعة مجالات:

التكيف الأكاديمي، والتكيف الاجتماعي، والتكيف الشخصي، التكيف النفسي. وأظهرت نتائج الدراسة أن طلاب السنة الأولى يمضون وقتًا طويلاً يتجاوز الخمس ساعات يوميًا على الفيسبوك أكثر من طلاب السنين المتقدمة، كما أظهرت نتائج الدراسة أن مستخدمي الفيسبوك لوقتًا طويلاً ارتبطوا سلبًا مع التكيف النفسي والأكاديمي، وهم طلاب السنة الأولى، بينما ارتبط الاستخدام الأقل للفيسبوك إيجابيًا مع التكيف النفسي والاجتماعي، وذلك لدى طلاب السنين المتقدمة.

وأجرى سانغاري ولايمايم ورويس (Sangari, Limayem & Rouis, 2011) دراسة هدفت إلى معرفة آثار استخدام الإنترنت على الطلاب الجامعيين في جامعة لولي التكنولوجية في السويد(lule) وكما هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر استخدام الإنترنت على الصفات الشخصية وتنظيم النفس والثقة وإنجازات الطلاب. وتكونت عينة الدراسة من (239) طالبًا من طلبة جامعة لولي في السويد. وتحقيقًا لأهداف الدراسة قام الباحث بتصميم نموذج مقترح لاختبار أثر استخدام الإنترنت على الصفات الشخصية والثقة وإنجازات الطلاب مستندا على نظرية التدفق؛ حيث يقترح هذا النموذج آثارًا سلبية نتيجة استخدام الفيسبوك وتمّ استخدام نموذج بي ال اس (PLS) الذكي لاختبار نموذج المعادلة الهيكلية المقترح. وأظهرت نتائج الدراسة أن استخدام الفيسبوك بشكل كبير من قبل الطلاب يقود إلى الأداء الأكاديمي السيئ إلا أن الطلاب الذين لديهم تنظيم لأنفسهم يكون أداءهم الأكاديمي أفضل، وكما أظهرت نتائج الدراسة أن الثقة في النفس لا تؤثر على أدائهم وتفاعلهم عند استخدامهم للفيسبوك، وأظهرت النتائج أن ضبط النفس وميزات الشخصية يحددان الوقت الذي يمضيه الشخص على الفيسبوك، وأظهرت الدراسة أن رضا الطلاب بالحياة هبطت بشكل ملحوظ نتيجة استخدام الفيسبوك بشكل كبير في هذه الحياة، وأن الفيسبوك لا يلعب دورًا مهمًا على أداء الطلاب الأكاديمي.

وقام لي وكيم (Lee & Kim, 2011) بإجراء دراسة هدفت إلى معرفة أسباب إقبال الطلاب الجامعيين في السنوات الأولى على استخدام الفيسبوك من خلال التركيز على عدد أصدقاء الفيسبوك والاستراتيجيات الذاتية لمستخدميه. وتكونت عينة الدراسة من (400) طالبًا

جامعيًا من الولايات الغرب أوسطية في أمريكيا، وتم استخدم استبانة تكونت من (21) فقرة. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن عدد أصدقاء الفيسبوك له علاقة إيجابية مع الشعور بالسعادة، وأن هناك علاقة سلبية بين أصدقاء الفيسبوك والدعم الاجتماعي.

وأجرى فيتاك وون ولامب ووش وأليسون (Vitak,Wohn, Lampe, Wash & Ellison, 2011) دراسة هدفت إلى الكشف عن أثر استخدام الطلبة لشبكات التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك للمشاركة في النشاطات الصفية، وتكونت عينة الدراسة من (265) من الطلبة الجامعيين في الولايات الغرب الأوسطية في الولايات المتحدة الأمريكية. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام استبانة كأداة للدراسة، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن استخدام الفيسبوك كان له أثر إيجابي على تنظيم المشاركات الصفية في الفصول الدراسية، وعلى الكفاءة الذاتية، والدافعية للتواصل مع الآخرين الذين يستخدمون الفيسبوك.

وهدفت دراسة ميشيل (Mecheel, 2010) التعرف على أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية، وقد طبقت الدراسة على عينة بلغ قوامها (1600) شاب من مستخدمي شبكات التوصل الاجتماعي في بريطانيا، وتم استخدام استبانة كأداة للدراسة، وقد أظهرت النتائج أنَّ أكثر من نصف الأشخاص البالغين الذين يستخدمون مواقع من بينها (الفيسبوك وبيبو، يوتيوب)، ذكروا أنهم يقضون على شبكة الإنترنت وقتًا أطول من الوقت الذي يقضونه مع أصدقائهم، أو مع أفراد أسرهم، كما أن مواقع التواصل الاجتماعي غير أن أنماط المستخدمين الحياتية.

وقام بارك (Park, 2009) بإجراء دراسة هدفت إلى تقصي العلاقة بين استخدام الإنترنت والأعراض الاكتئابية لدى المراهقين في كوريا الجنوبية، وتكونت عينة الدراسة من (3449) طالبا من المدارس المتوسطة في كوريا، وقد تم استخدام مقياس الاكتئاب النفسي، وكشفت نتائج الدراسة أن زيادة استخدام الإنترنت ارتبط إيجابيًا بزيادة مخاطر الإصابة بأعراض الاكتئاب، وكما أظهرت النتائج أن نسبة إصابة المراهقين بالاكتئاب كبيرة وأن نسبة الاكتئاب لدى الإناث كانت أكثر من نسبة الإصابة لدى الذكور، حيث كانت نسبة الاكتئاب لدى الفتيات تتراوح بين

34.2% إلى 34.6% بينما كانت تتراوح بين الذكور من 22.6% إلى 23.3%، وأن نسبة استخدام الإنترنت من قبل الفتيات كانت أكثر من نسبة استخدام الذكور.

وقام لي ويو (Lei & Wu, 2007) بإجراء دراسة هدفت إلى معرفة تأثير الوالد على تعلق المراهقين باستخدام الإنترنت. وتكونت عينة الدراسة من (712) مراهقًا (350 من الذكور و362 من الإناث). وتحقيقًا لأهداف الدراسة تم استخدام استبانة تكونت من (38) فقرة تهدف إلى معرفة مدى استخدام المراهقين للإنترنت نتيجة تأثير الوالد عليهم. وأظهرت نتائج الدراسة أن العزلة لدى المراهقين تتنبأ بشكل إيجابي باستخدام الإنترنت وبشكل مباشر ويتوسط بشكل غير مباشر بتفضيل خدمات الترفيه، وأن الثقة باستخدام الإنترنت كان بشكل سلبي، حيث أن هذه النتائج تساعد على تزويد الآباء والمعلمين بدليل استخدام المراهقين للإنترنت بشكل مناسب.

الطريقة والإجراءات

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي للإجابة عن أسئلة الدراسة، الذي يقوم على دراسة العلاقة بين استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) والتوافق النفسي لدى المراهقين. وتشتمل منهجية الدراسة على العمليات الإجرائية التي استخدمت، مجتمع الدراسة وعيّنتها والطرق البحثيّة وأساليب المعالجة الإحصائية.

مجتمع الدراسة وعيّنتها

تكون مجتمع الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية في ثلاث مدارس تابعه لقرى سهل البطوف في الجليل، والبالغ عددهم حسب إحصائيات وزارة التربية (2533) طالبًا وطالبة في الصفوف العاشر والحادي عشر والثاني عشر (وزارة التربية، 2012). تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من المدارس الثانوية في قرى سهل البطوف في الجليل، ونسبتهم (18%) من أفراد الدراسة، وعددهم (466) طالبًا وطالبة من صفوف العاشر والحادي عشر والثاني عشر في القرى التابعة لسهل البطوف في الجليل، ممن يستخدمون موقع التواصل الاجتماعي (الفيسبوك).

توزيع طلاب المدارس الثانوية حسب الجنس والصف

المدرسة	الصف	الجنس		المجموع
		ذكر	أنثى	
مدرسة كفر مندا الثانوية	العاشر	159	185	344
	الحادي عشر	130	184	314
	الثاني عشر	128	162	290
مدرسة عرابة الثانوية (أ)	العاشر	136	119	255
	الحادي عشر	109	114	223
	الثاني عشر	139	124	263
مدرسة عرابة الثانوية (ب)	العاشر	139	157	296
	الحادي عشر	149	166	315
	الثاني عشر	108	125	233
عدد الطلبة		1197	1336	2533

أداة الدراسة

- قام الباحث بتطوير مقياس للكشف عن علاقة استخدام الفيسبوك مع التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين، وذلك من خلال الأدب التربوي المتعلق بهذا الموضوع، والدراسات السابقة مثل دراسة أبو شمالة (2002)، ودراسة إجطيلاوي (2004)، ودراسة حميد (2006)، ودراسة الغامدي (2010)، وقد تكون مقياس التوافق النفسي بصورته الأولية من (65) فقرة موزعة على أربعة مجالات هي: التوافق الشخصي وتقيسه الفقرات (1- 17)، التوافق الأسري وتقيسه الفقرات (18- 33)، التوافق الاجتماعي وتقيسه الفقرات (34- 52)، التوافق الأكاديمي وتقيسه الفقرات (53- 65).

الصدق والثبات

للتحقق من صدق مقياس التوافق النفسي، تم استخدام طريقتين، الأولى من خلال إيجاد الصدق الظاهري (المحتوى)، والثانية من خلال الدلالة التمييزية للفقرات، وهما كما يأتي:

الصدق الظاهري (المحتوى): قام الباحث بعد إعداد أداة القياس بعرضها على (10) محكمين من الأساتذة في الجامعات الأردنية ذوي الاختصاص في علم النفس التربوي ، وذلك لإبداء رأيهم في صدق المقياس ومدى صلاحيته لقياس ما أعد لقياسه ومدى وضوح الفقرات ودقة الصياغة اللغوية، وقام الباحث على تعديل الفقرات بناء على ملاحظاتهم وتوصياتهم وقد استقر المقياس في صورته النهائية على (63) فقرة موزعًا على أربعة مجالات، هي كما يأتي: مجال التوافق الشخصي وفقراته (1- 17)، ومجال التوافق الأسري وفقراته (18- 33)، ومجال التوافق الاجتماعي وفقراته (34- 51)، ومجال التوافق الأكاديمي وفقراته (52- 63).

الدلالة التمييزية للفقرات: وذلك من خلال حساب معامل الارتباط لكل فقرة من فقرات المقياس مع الأداة ككل ومع المجال الذي تنتمي إليه، وبين المجالات مع بعضها والدرجة الكلية من جهة أخرى، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل ما بين (0.80-0.30)، ومع المجال (0.82-0.30).

مستويات المقياس وطريقة التصحيح:

لغايات تفسير النتائج، وتحديد مستوى التوافق النفسي لدى المراهقين فقد تم وضع تدريج خماسي لفقرات المقياس، وتحديد خيارات البدائل بما يأتي: (1) ويقابله التدريج لا أوافق بشدة، و(2) ويقابله التدريج لا أوافق، و(3) ويقابله التدريج محايد، و(4) ويقابله التدريج أوافق، و(5) ويقابله التدريج أوافق بشدة، مع الإشارة إلى أنه تم عكس طريقة التصحيح للفقرات السلبية لهذا التدريج، وبذلك تكون أعلى درجة (315)، وأقل درجة (63)، وتم تقسيم مستوى التوافق النفسي إلى ثلاث مستويات باستخدام المعادلة الآتية:

$$\text{المستوى} = \frac{\text{القيمة العليا للبديل} - \text{القيمة الدنيا للبديل}}{\text{عدد المستويات}}$$

$$= \frac{5-1}{3} = \frac{4}{3} = 1.33$$

وبذلك يكون مستوى التوافق النفسي على النحو الآتي:

- المستوى المتدني للتوافق النفسي: (2,33 فأقل)
- المستوى المتوسط للتوافق النفسي: (2,34 - ,673)
- المستوى المرتفع للتوافق النفسي: (,683 – 5)

ثبات مقياس التوافق النفسي

للتحقق من ثبات الأداة قام الباحث باختيار عينة عشوائية من غير عينة الدراسة ومن نفس مجتمع المدارس الثانوية في قرى سهل البطوف في الجليل، وكان عددهم (63) طالبًا وطالبة والتطبيق مرتين بفارق زمني مدته أسبوعان، ولحساب ثبات الأداة تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الثبات بين التطبيقين الأول والثاني، فكان الثبات الكلي لمقياس التوافق النفسي بهذه الطريقة (76%)، كما تم استخدام معامل كرونباخ ألفا، لحساب الثبات على التطبيق الأول، حيث بلغ (89%)، وتعد هذه المعاملات مقبولة لأغراض تطبيق المقياس الحالي على عينة الدراسة، والجدول الآتي يبين نسب الثبات لمجالات مقياس التوافق النفسي والدرجة الكلية للمقياس، وهي كما يأتي:

جدول نسب الثبات لمجالات المقياس والدرجة الكلية بواسطة إعادة الاختبار وكرونباخ ألفا

الفئات	إعادة الاختبار	كرونباخ ألفا
التوافق الشخصي	0.56	0.75
التوافق الاجتماعي	0.57	0.81
التوافق الأسري	0.66	0.75
التوافق الأكاديمي	0.53	0.82
الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي	**0.76**	**0.90**

نتائج الدراسة

نتائج السؤال الأول: ما الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج التكرارات والنسب المئوية للفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك، كما في الجدول (1).

الجدول (1)

التكرارات والنسب المئوية للفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة
مدة استخدام الفيسبوك	أقل من ساعتين يوميا	233	0.05
	من ساعتين إلى أقل من 4 ساعات يوميا	114	0.33
	أكثر من 4 ساعات	29	.719
	المجموع	**466**	**00.01**

يتبين من الجدول (1) أن مدة استخدام الفيسبوك أقل من ساعتين يوميًا، جاءت بأعلى تكرار بلغ (233) وبنسبة مئوية بلغت (50%)، تلاها مدة استخدام الفيسبوك من ساعتين إلى أقل من (4) ساعات يوميا بتكرار بلغ (141)، وبنسبة مئوية بلغت (30.3%)، بينما جاءت مدة استخدام الفيسبوك أكثر من (4) ساعات بالمرتبة الأخيرة بتكرار بلغ (92) وبنسبة مئوية بلغت (19.7%).

نتائج السؤال الثاني: ما مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك، والجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك مرتبة تنازليًا حسب المتوسطات الحسابية

رقم المجال	اسم المجال	الرتبة	المتوسط الحسابي للفقرة	الانحراف المعياري للفقرة	المستوى
2	التوافق الأسري	1	.943	0.60	مرتفع
4	التوافق الأكاديمي	2	.773	.690	مرتفع
3	التوافق الاجتماعي	3	.753	.490	مرتفع
1	التوافق الشخصي	4	.743	.540	مرتفع
	الدرجة الكلية		.803	.430	مرتفع

يبين الجدول (2) أن المتوسط الحسابي الكلي للتوافق النفسي للطلبة الذين يستخدمون الفيس بوك بلغت (3.80)، وهي تقابل المستوى المرتفع، حيث تراوحت المتوسطات الحسابية ما بين (3.74-3.94)، وقد جاء مجال التوافق الأسري في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.94)، وبمستوى مرتفع، تلاه في المرتبة الثانية مجال التوافق الأكاديمي بمتوسط حسابي بلغ (3.77)، وبمستوى مرتفع، تلاه في المرتبة الثالثة مجال التوافق الاجتماعي بمتوسط حسابي بلغ (3.75)، وبمستوى مرتفع، بينما جاء مجال التوافق الشخصي في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.74)، وبمستوى مرتفع.

وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل مجال على حدا، حيث كانت على النحو التالي:

1. مجال التوافق الشخصي

للكشف عن مستوى مجال التوافق الشخصي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال التوافق الشخصي مرتبة تنازليًا حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي للفقرة	الانحراف المعياري للفقرة	المستوى
1	12	أهتم بمظهري الخارجي.	.494	0.75	مرتفع
2	3	أثق بنفسي.	.384	.900	مرتفع
3	11	أعتني بنظافة أسناني.	.314	.970	مرتفع
4	17	أعاني من السمنة	.014	.191	مرتفع
5	16	تبدو علي مظاهر الضعف الجسمي.	.983	.061	مرتفع
6	9	أشعر بأني شخص ذو قيمة في هذه الحياة.	.883	.011	مرتفع
7	14	تؤلمني معدتي كثيرًا.	.873	.171	مرتفع
8	6	أشعر بالتعاسة.	.863	.211	مرتفع
9	4	أعاني الاكتئاب.	.823	.151	مرتفع
10	10	أشعر بالراحة النفسية في حياتي.	.613	.101	متوسط
11	15	أشكو من الصداع المستمر.	.603	.271	متوسط
12	2	أغضب لأبسط الأسباب.	.553	.281	متوسط
13	5	أبكي بسرعة.	.443	.441	متوسط
14	8	أشعر بأني شخص محظوظ.	.303	.191	متوسط
15	1	ينفذ صبري بسهولة مع الآخرين.	.263	.261	متوسط
16	13	أشعر بالتعب البدني بسرعة.	.233	.201	متوسط
17	7	أتحدث عن إنجازاتي أمام الآخرين.	.003	.151	متوسط
		الدرجة الكلية للتوافق الشخصي	**.743**	**0.54**	**مرتفع**

يبين الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال التوافق الشخصي قد تراوحت مابين (3.00- 4.49)، حيث جاءت الفقرة رقم (12) والتي تنص على "أهتم بمظهري الخارجي" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.49)، بينما جاءت الفقرة رقم (7) ونصها "أتحدث عن إنجازاتي أمام الآخرين" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.00). وبلغ المتوسط الحسابي للتوافق الشخصي ككل (3.74).

2. مجال التوافق الأسري

للكشف عن مستوى مجال التوافق الأسري لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال التوافق الأسري مرتبة تنازليًا حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي للفقرة	الانحراف المعياري للفقرة	المستوى
1	18	أحب أسرتي.	.574	.77	مرتفع
2	30	أفتخر أمام الناس بأسرتي.	.414	.93	مرتفع
3	19	أتمتع بعلاقات طيبة مع أفراد أسرتي.	.384	.91	مرتفع
4	29	أتمنى أن يكون لي أسرة غير أسرتي.	.364	.081	مرتفع
5	22	أشعر بالراحة في المنزل.	.214	.041	مرتفع
6	32	أكون سعيدًا عندما التقي مع أفراد أسرتي.	.174	.96	مرتفع
7	23	أدخل السرور إلى أفراد أسرتي.	.114	.041	مرتفع
8	21	أشعر بالتفاهم مع أسرتي داخل المنزل.	.074	.121	مرتفع
9	20	أعيش جوً أسريا هادئا.	.044	.141	مرتفع

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي للفقرة	الانحراف المعياري للفقرة	المستوى
10	28	أشعر بأن لديّ دورا فعالا في أسرتي.	.034	.011	مرتفع
11	27	تحترم أسرتي رأيي.	.983	.021	مرتفع
12	26	يثق والديّ بآرائي.	.913	.041	مرتفع
13	31	يعاملني والديّ كأنني طفل.	.883	.211	مرتفع
14	25	ينتقدني والديّ باستمرار.	.703	.221	مرتفع
15	33	أختلف مع والديّ في إدارة شؤون المنزل.	.303	.171	متوسط
16	24	أشعر برغبة شديدة في الهروب من المنزل.	.981	.281	منخفض
		الدرجة الكلية للتوافق الأسري	**.943**	**.60**	مرتفع

يبين الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال التوافق الأسري قد تراوحت ما بين (981.- 574.)، حيث جاءت الفقرة رقم (18) والتي تنص على "أحب أسرتي" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.57)، بينما جاءت الفقرة رقم (24) ونصها "أشعر برغبة شديدة في الهروب من المنزل" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (1.98). وبلغ المتوسط الحسابي للتوافق الأسري ككل (3.94).

3. مجال التوافق الاجتماعي

للكشف عن مستوى مجال التوافق الاجتماعي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية. الجدول (5) يوضح ذلك.

الجدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال التوافق الاجتماعي مرتبة تنازليًا حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي للفقرة	الانحراف المعياري للفقرة	المستوى
1	46	أشعر بالسعادة عند لقاء أصدقائي.	.274	.94	مرتفع
2	36	أجلس وحيدًا في المناسبات الاجتماعية.	.204	.011	مرتفع
3	37	أتمتع بشعبية بين أصدقائي.	.184	.84	مرتفع
4	50	أنا شخص مرح.	.174	.001	مرتفع
5	42	استمتع بالحديث مع الآخرين.	.044	.001	مرتفع
6	45	أجد صعوبة بمشاركة أصدقائي الحديث	.014	.201	مرتفع
7	41	أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة.	.993	.121	مرتفع
8	51	أشعر بالسرور لمجرد وجودي بين الناس.	.983	.011	مرتفع
9	43	أشعر بالانتماء لجماعة الرفاق.	.963	.051	مرتفع
10	48	أتغيب عن المناسبات الاجتماعية.	.903	.061	مرتفع
11	39	أعاني من الوحدة حتى لو كنت مع الآخرين.	.873	.291	مرتفع
12	44	أستمتع بزيارة الناس.	.853	.071	مرتفع
13	40	أبادر بالحديث مع الناس.	.833	.041	مرتفع
14	34	أشعر بمسؤولية اجتماعية تجاه المجتمع.	.543	.101	متوسط

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي للفقرة	الانحراف المعياري للفقرة	المستوى
15	47	غالبا ما أكون القائد بين رفاقي.	.443	.131	متوسط
16	35	أتردد بالدخول منفردًا إلى الاجتماعات العامة.	.383	.191	متوسط
17	49	أطلب مساعدة الآخرين دون حرج.	.862	.241	متوسط
18	38	ابتعد عن المناقشات الجماعية مع أصدقائي.	.052	.151	منخفض
		التوافق الاجتماعي	**.753**	**.49**	مرتفع

يبين الجدول (5) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال التوافق الاجتماعي قد تراوحت ما بين (2.05- 4.27)، حيث جاءت الفقرة رقم (46) والتي تنص على "أشعر بالسعادة عند لقاء أصدقائي" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.27)، بينما جاءت الفقرة رقم (38) ونصها "ابتعد عن المناقشات الجماعية مع أصدقائي" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.05). وبلغ المتوسط الحسابي للتوافق الاجتماعي ككل (3.75).

4. مجال التوافق الأكاديمي

للكشف عن مستوى مجال التوافق الأكاديمي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والجدول (6) يوضح ذلك.

الجدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال التوافق الأكاديمي مرتبة تنازليًا حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي للفقرة	الانحراف المعياري للفقرة	المستوى
1	62	أشتاق لزملائي بالمدرسة.	.174	.96	مرتفع
2	60	أقيم علاقات طيبة مع المعلمين.	.114	.051	مرتفع
3	54	أتغيب عن المدرسة كثيرًا.	.054	.111	مرتفع
4	59	أشارك بالنشاطات المدرسية.	.024	.051	مرتفع
5	56	أهرب من المدرسة.	.963	.291	مرتفع
6	55	أذهب إلى المدرسة متأخرًا.	.953	.181	مرتفع
7	58	أحافظ على أثاث المدرسة.	.943	.171	مرتفع
8	61	ألتزم بتعليمات الانضباط المدرسي.	.893	.061	مرتفع
9	63	أجتهد بالتحضير للدروس.	.453	.261	متوسط
10	52	أحب مدرستي.	.423	.371	متوسط
11	57	أتجنب الغياب عن الدوام المدرسي.	.343	.411	متوسط
12	53	أستمتع بعرقلة سير الحصة الدراسية.	.982	.431	متوسط
		الدرجة الكلية للتوافق الأكاديمي	**.773**	**.69**	**مرتفع**

يبين الجدول (6) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال التوافق الأكاديمي قد تراوحت ما بين (2.98- 4.17)، حيث جاءت الفقرة رقم (62) والتي تنص على "أشتاق لزملائي بالمدرسة" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.17)، بينما جاءت الفقرة رقم (53) ونصها "أستمتع بعرقلة سير الحصة الدراسية" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.98). وبلغ المتوسط الحسابي للتوافق الأكاديمي ككل (3.77).

نتائج السؤال الثالث: ما علاقة الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك بمستوى التوافق النفسي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين الفترات الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك ومستوى التوافق النفسي، والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7)

التكرارات والنسب المئوية ومعامل ارتباط بيرسون بين الفترات الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك ومستوى التوافق النفسي

			المدة			المجموع
			أقل من ساعتين يوميا	من ساعتين إلى أقل من 4 ساعات يوميا	أكثر من 4 ساعات	
مستوى التوافق النفسي	منخفض	العدد	1	0	1	2
		النسبة	2%	0%	2%	4%
	متوسط	العدد	68	45	04	216
		النسبة	14.6%	11.6%	8.6%	34.8%
	مرتفع	العدد	416	78	15	023
		النسبة	35.2%	18.7%	10.9%	64.8%
المجموع		العدد	233	114	29	466
		النسبة	50%	30.3%	19.7%	100%

معامل ارتباط بيرسون ر= (**)126.- الدلالة الإحصائية= 007.

يتبين من الجدول (7) وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) بين الفترات الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك ومستوى التوافق النفسي حيث

بلغت قيمة ر (-0.126)، وبدلالة إحصائية (0.007). ويتبين من الجدول (12) أنه كلما كان مستوى التوافق النفسي مرتفعًا كانت مدة استخدام الفيس بوك أقل.

نتائج السؤال الرابع: هل تختلف فترة استخدام الفيس بوك لدى الطلبة المراهقين باختلاف الجنس؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج التكرارات والنسب المئوية لفترة استخدام الفيس بوك لدى الطلبة المراهقين تبعا لمتغير الجنس، ولبيان الفروق الدالة إحصائيا بين هذه التكرارات تم استخدام اختبار كاي^2. والجدول (8) يبين ذلك:

جدول(8)

التكرارات والنسب المئوية واختبار كاي^2 لفترة استخدام الفيس بوك لدى الطلبة المراهقين تبعا لمتغير الجنس

المتغير		العينة	الجنس		المجموع
			ذكر	أنثى	
المدة	أقل من ساعتين يوميا	العدد	67	157	233
		النسبة	45.2%	52.7%	50%
	من ساعتين إلى أقل من 4 ساعات يوميا	العدد	15	09	114
		النسبة	30.4%	30.2%	30.3%
	أكثر من 4 ساعات	العدد	14	15	29
		النسبة	24.4%	17.1%	19.7%
المجموع		**العدد**	**العدد**	**829**	**466**
		النسبة	**النسبة**	**100%**	**100%**

قيمة كاي^2: 0854. درجات الحرية: 2 الدلالة الإحصائية: 130.

يتبين من الجدول (8) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) تعزى للجنس على فترة استخدام الفيس بوك لدى الطلبة المراهقين. حيث بلغت قيمة كاي^2 (0854.)، وبدلالة إحصائية (0.130).

نتائج السؤال الخامس: "هل يختلف مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين نتيجة استخدام الفيس بوك باختلاف الجنس؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين نتيجة استخدام الفيس بوك حسب متغير الجنس، ولبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام اختبار "ت"، والجدول (9) يوضح ذلك.

جدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت" لأثر الجنس على مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين نتيجة استخدام الفيس بوك

المجال	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي للفقرة	الانحراف المعياري للفقرة	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
التوافق الشخصي	ذكر	168	.833	.53	.5962	446	.010
	أنثى	829	.693	.54			
التوافق الأسري	ذكر	168	.833	.66	-3.243	446	.001
	أنثى	829	.014	.55			
التوافق الاجتماعي	ذكر	168	.623	.55	-4.596	446	.000
	أنثى	829	.833	.42			
التوافق الأكاديمي	ذكر	168	.583	.78	-4.612	446	.000
	أنثى	829	.883	.62			

المجال	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي للفقرة	الانحراف المعياري للفقرة	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الدرجة الكلية	ذكر	168	.723	.47	-3.137	446	.002
	أنثى	829	.853	.40			

يتبين من الجدول (9) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى للجنس في جميع المجالات وفي الدرجة الكلية، وجاءت الفروق لصالح الذكور في التوافق الشخصي، بينما كانت لصالح الإناث في التوافق الأسري والتوافق الاجتماعي والتوافق الأكاديمي وفي الدرجة الكلية.

مناقشة النتائج والتوصيات

مناقشة نتائج السؤال الأول: ما الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك؟

اتفقت نتائج الدراسة المتعلقة بالفترة الزمنية التي يقضيها المراهق على الفيسبوك مع نتائج دراسة سوليفان وبرادايس (Sullivan & Paradise, 2012)، حيث كشفت نتائجها أن متوسط استخدام المشركين للفيسبوك هو (2.76) مرة يوميًا، ولمدة (35.06) دقيقة في كل مرة.

واختلفت مع نتائج دراسة كالبيدو وكوستين وموريس (Kalpidou, Costin & Morris, 2011) التي أشارت إلى أن طلاب السنة الأولى لديهم علاقة قوية في الاتصال مع الفيسبوك وأنهم يمضون وقتا طويلا على الفيسبوك يتجاوز الخمس ساعات يوميًا.

تشير نتيجة هذا السؤال أن المشتركين بموقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك سجلوا أدني مستويات الاستخدام المحسوبة بالساعة يوميًا، حيث كان أغلب المشتركين يستخدمون الفيسبوك أقل من 2 ساعة يوميًا.

وربما يعزى السبب في هذه النتيجة إلى تنوع أشكال استخدام المراهقين للأنترنت، فقد يستخدمونه لأغراض تعليمية، وترفيهية، وشخصية، وبين تلك الاستخدامات يستخدمون موقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك، لذا قد يكون استخدامهم للإنترنت أكثر من ساعتين يوميًا، ولكن نصيب استخدامهم لهذا الموقع حصل على هذه الفترة الزمنية.

وقد تفسر هذه النتيجة إلى العوامل الأسرية، واستخدام الوالدين لعلميات الضبط والمراقبة لاستخدام أبنائهم المراهقين للإنترنت، وتحديدهم بعدد معين من ساعات الاستخدام، مما أدى إلى تدني مستوى استخدام المراهقين للفيسبوك إلى ما دون الساعتين.

كما قد يعود السبب في هذه النتيجة إلى التكلفة المادية لاستخدام الأنترنت، وهذا يؤثر على فترة الاستخدام، مما يقل فترات الاستخدام إلى ما دون ساعتين يوميًا.

وربما تعزى أيضًا لانشغالهم باهتمامات أخرى، وعلى رأسها الواجبات المدرسية، فطبيعة المرحلة الثانوية التي تضم عينة الدراسة تفرض عليهم الالتزام بالدروس والواجبات المدرسية لمدة طويلة، بالإضافة إلى الواجبات الاجتماعية الموكلة للأفراد في هذه المرحلة العمرية، والالتزامات مع الوالدين والأخوة، والأصدقاء وغيرهم، وهذا كله يقلل من المدة الزمنية لاستخدام الفيس بوك.

مناقشة نتائج السؤال الثاني: ما مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك؟

اتفقت نتيجة هذا السؤال مع نتيجة دراسة لي ولي وجانغ (Lee, Lee & Jang, 2011)، ومع نتيجة دراسة كالبيدو وكوستين وموريس (Kalpidou, Costin & Morris, 2011)، ومع نتيجة دراسة فيتاك ووون ولامب ووش واليسون (Vitak, Wohn, Lampe, Wash & Ellison, 2011) إذ كشفت نتائجها عن مستوى إيجابي من التوافق النفسي للمشتركين بموقع التواصل الاجتماعي الفيس بوك.

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن الطالب المراهق الذي يستخدم الفيسبوك ضمن حدود المعقول يجمع بين أمرين يعملان على ارتفاع مستويات التوافق النفسي لديه، وهما بقاء

تواصله مع المجتمع الافتراضي الذي يعبر عن الواقع الاجتماعي الفعلي، والذي يسمح بالتواصل مع أفراد المجتمع العالمي، بالإضافة إلى التواصل مع المجتمع المحلي، كما أن الطالب الذي يستخدم الفيسبوك بهذه الفترة المعقولة لا يهمل واجباته الدراسية، أو الأسرية، أو الاجتماعية، ويبقى على تواصل مع الجميع بحدود معقولة ومقبولة.

وقد تعزي هذه النتيجة إلى المرحلة العمرية التي يمر بها الطلبة أفرد عين الدراسة وهي مرحلة المراهقة، إذ تعد هذه المرحلة من أسرع المراحل العمرية التي تنمو فيها الجوانب النفسية والاجتماعية لدى الفرد، وهذا يساعده في التوافق النفسي وارتفاع مستواه لدى الفرد.

لذا يتضح من تفسير هذه النتيجة أن استخدام الفيسبوك لفترة محدودة، بحيث لا تؤدي بالفرد إلى إهمال أدواره وواجباته الاجتماعية والأسرية والأكاديمية، ولا تصل إلى حد الإدمان، تؤدي إلى تحسين مستويات صحته النفسية، وتسهم بتحقيق توافقه النفسي والاجتماعي، والشخصي، والأسري والأكاديمي.

مناقشة نتائج السؤال الثالث: ما علاقة الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك بمستوى التوافق النفسي؟

اتفقت نتيجة هذا السؤال التي أشارت إلى وجود علاقة سلبية بين ارتفاع مدة استخدام الفيسبوك وتدني مستوى التوافق النفسي مع نتيجة دراسة كالبيدو وكوستين وموريس (Kalpidou, Costin & Morris, 2011) التي كشفت نتائجها أن قضاء وقتًا طويلاً على الفيسبوك يؤثر على التكيف النفسي والاجتماعي، وأن أصدقاء الفيسبوك ارتبطوا سلبًا مع التكيف العاطفي والأكاديمي بين طلاب السنة الأولى بينما ارتبطوا ايجابا مع التكيف الاجتماعي والتوجه نحو الكلية بين طلاب السنين المتقدمة وكما أظهرت النتائج أن العلاقة أصبحت ايجابية لاحقا عندما أصبح الطلاب يستخدمون الفيسبوك بفاعلية للاتصال اجتماعيا مع أقرانهم.

واتفقت نتائج هذا السؤال مع نتائج دراسة سانغاري ولايمايم ورويس (,Sangari

Limayem & Rouis, 2011) إذ كشفت نتائجها أن استخدام الفيسبوك بشكل كبير من قبل الطلاب يقود إلى الأداء الأكاديمي السيئ، وأن رضا الطلاب بالحياة هبطت بشكل ملحوظ نتيجة استخدام الفيسبوك بشكل كبير في هذه الحياة وأن الفيسبوك لا يلعب دورًا مهمًا على أداء الطلاب الأكاديمي. كما اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة لي ويو (Lei & Wu, 2007)، إذ أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين العزلة النفسية وارتفاع عدد ساعات استخدام الإنترنت، واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة العمري (2008) التي أشارت إلى أن هناك بعض الآثار النفسية لإدمان الإنترنت من أهمها مشكلات النوم، والكآبة والحزن عند البعد عن الإنترنت، أما الآثار الاجتماعية كان من أهمها الشعور بالميل والعزلة عن مخالطة الآخرين والكذب عن الحوار والدردشة.

وتشير نتيجة هذا السؤال إلى أن كثرة استخدام الفيسبوك، وطول المدة الزمنية التي يقضيها الفرد على هذا الموقع الإلكتروني قد تؤثر على توافقه النفسي سلبيًا، حيث أنه كلما زادت المدة الزمنية التي يستخدم الفرد فيها الفيسبوك تقل مستويات التوافق النفسي لديه، فهي عملية عكسية سلبية.

ومما يدل على هذه النتيجة ما أشار إليه الطيب (2012) في أن المجتمع الافتراضي الذي توجده مواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك تمثل مجتمعًا سلبيًا يفقد الشخص القدرة على التفاعل والتعامل مع واقع الحياة الاجتماعية ومع الناس من حوله، مما يؤدي إلى تدني مستويات التوافق الاجتماعي لدى المستخدم.

ولا يعني من هذه النتيجة أن استخدام الفيسبوك يؤدي إلى تدني مستوى التكيف النفسي بشكل عام، إنما قد تشير هذه النتيجة إلى إيجابيات استخدام الفيسبوك وفق ضوابط وشروط تتعلق بالوقت والفترة الزمنية المستخدمة، وأن الحد المعقول والمقبول اجتماعيًا وأسريًا كالفترة الزمنية المحددة في هذه الدراسة بأقل من ساعتين، قد تعود على الفرد بالعديد من الإيجابيات، وقد تساعد الفرد في تكيفه النفسي والاجتماعي والأسري، والشخصي، ولكن إذا زادت هذه الفترة باستخدام الفيسبوك فقد يؤثر على تكيف الفرد النفسي سلبيًا.

وقد ساند الباحث في هذه النتيجة ما توصلت إليه بعض الدراسات مثل دراسة كالبيدو وكوستين وموريس (Kalpidou, Costin & Morris, 2011) التي كشفت نتائجها أن قضاء وقتًا طويلاً على الفيسبوك يؤثر على التكيف النفسي والاجتماعي، في حين أصبحت العلاقة إيجابية عندما أصبح الطلاب يستخدمون الفيسبوك بفاعلية للاتصال اجتماعيا مع أقرانهم.

ومما يدل على الاستنتاج الذي توصل إليها الباحث في أهمية الفيسبوك، الأثر الإيجابي الذي يحدثه على مستخدميه، ممن يقضون فترة معقولة ومقبولة، كما أشار إليها ستينفلد وديميكو وإلسون ولامب (Stienfield, Dimmico, Ellison & Lampe, 2009)، في أن موقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" يؤثر إيجابيًا على الجوانب الاجتماعية، فالأفراد في هذه المواقع قد يوجدون مجتمعات افتراضية تحقق الترابط والتواصل الاجتماعي بناء على اهتماماتهم وأفكارهم واتجاهاتهم، كما أشارت دراسة ميتشيل (Mecheel, 2010) إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي غيرت أنماط حياتهم وتواصلهم الاجتماعي مع مجتمعاتهم الافتراضية والحقيقية.

مناقشة نتائج السؤال الرابع: هل تختلف فترة استخدام الفيس بوك لدى الطلبة المراهقين باختلاف الجنس؟

لم يجد الباحث دراسة اتفقت مع نتيجة هذا السؤال، واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة عوض (2012) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدرجة التوافق النفسي لدى مستخدمي الفيسبوك تعزى للجنس ولصالح الإناث.

وهذه النتيجة تدل على أن استخدام الفيسبوك لا يتعلق بالجنس، فقد يكون لكل فرد حساب على موقع الفيسبوك سواء ذكر أم أنثى، دون قيود أو ضوابط، ويترتب على التسجيل في موقع الفيسبوك السماح لكل فرد مسجل سواء أكان ذكرا أم أنثى باستخدام ميزات هذا الموقع بالتواصل، والتعارف، والدردشة، والتعليق، والإضافة المعرفية والإعلامية على الصفحة الخاصة بموقعك، بغض النظر عن جنسك.

وقد تعزى هذه النتيجة إلى نمط التنشئة الأسرية لدى أولياء أمور الطلبة أفرد عينة الدراسة، حيث أنهم لا يفرقون في المعاملة الوالدية بين الذكور والإناث، وهذا يؤدي إلى إعطاء الإناث الحرية بالاشتراك بمواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك مما يؤدي إلى عدم وجود اختلاف بين الذكور والإناث في مدة استخدام الفيسبوك.

وتعزى هذه النتيجة أيضًا إلى طبيعة المجتمع الفلسطيني الذي يعيش في منطقة الـ (48) بفلسطين، والانفتاح الاجتماعي والحضاري والثقافي لهذا المجتمع، وعدم التفريق بين الذكور والإناث في الحياة الاجتماعية، وهذا أدى إلى عدم وجود اختلاف بين الذكور والإناث باستخدام الفيسبوك.

وربما يعزى السبب في هذه النتيجة إلى توفر وسائل الاتصالات والإنترنت على نطاق واسع في مختلف المجتمعات، حيث إن الإنترنت دخل كل بيت، وأصبح حاجة ملحة لجميع أفراد الأسرة، وكون موقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك من المواقع المجانية، والمتوفرة على صفحات الإنترنت، بالإضافة إلى سهولة استخدامها أصبح معظم المراهقين والطلبة سواء أكان ذكورا أم إناثا لديهم حسابات على مواقع التواصل الاجتماعي، وبخاصة الفيسبوك.

مناقشة نتائج السؤال الخامس: "هل يختلف مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين نتيجة استخدام الفيسبوك باختلاف الجنس؟"

لم يجد الباحث دراسة اتفقت نتائجها مع نتيجة هذا السؤال، واختلفت نتيجة هذا السؤال مع نتيجة دراسة إجطيلاوي (2004)، ومع نتيجة دراسة حميد (2006) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في التوافق النفسي.

أشارت النتائج إلى أن مستوى التوافق الأسري والاجتماعي والأكاديمي لدى الإناث أكثر منه لدى الذكور، وقد يعود السبب في ذلك إلى طبيعة الأنثى في هذه المرحلة، واختلاف ميولها عن ميول المراهق، فالأنثى في هذه المرحلة تميل إلى أسرتها وبخاصة أمها وأخواتها، حيث تحتاج المراهقة بهذه المرحلة إلى أمها لمعرفة الكثير عن عالم المراهقات، والتغيرات الفسيولوجية والنفسية في شخصية المراهقة؛ لذا فإن ميل الفتاة المراهقة نحو أمها وأخواتها، وشعورها

بالعطف والحنان والمحبة تجاه والدها يؤدي بها إلى ارتفاع مستوى التوافق النفسي في المجال الأسري أكثر منه لدى المراهقين.

كما قد تعزى نتيجة هذا السؤال في تفوق الإناث على الذكور بمجال التوافق الأكاديمي إلى أنّ المراهقين الذكور في هذه المرحلة يميلون إلى المجتمع الخارجي، وبخاصة مجتمع الرفاق، ويبتعدون عن أجواء الأسرة، ويفضلون الجلوس والذهاب مع أصدقائهم على البقاء بالبيت مع أفراد أسرتهم، وعلى المشاركة بالمناسبات الاجتماعية، وبالتأكيد هذا يؤثر على التوافق الأكاديمي لديهم، لذا فإن التوافق الأكاديمي لدى الإناث أكثر منه لدى الذكور.

توصيات الدراسة:

- إجراء دراسات تحاول الكشف عن الأسباب والآثار النفسية والاجتماعية، والتعليمية والأكاديمية لاستخدام الفيسبوك على المراهقين.
- إجراء دراسات تربوية حول مضار وفوائد استخدام الفيسبوك على المراهقين والطلبة بمختلف المراحل العمرية.

المراجع

المراجع العربية:

أبو عصبة، خ. وأبو نصرة، م. (2012). استخدام أبناء الشبيبة العرب الإنترنت في منطقة المثلث. **مجلة الحصاد للدراسات التربوية والاجتماعية**، العدد الثاني، ص 107-134.

إجطيلاوي، ع. ض. م. (2004). **مفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي للطالب الجامعي وتحصيله الدراسي.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب قسم التربية وعلم النفس، جامعة سبها، اليمن.

بطرس، ح. ب. (2008). **التكيف والصحة النفسية للطفل**. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

حميد، ف. م. (2006). **القيم السائدة وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة جامعة 7 أكتوبر بمصراتة**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب والعلوم، قسم التربية وعلم النفس، جامعة المرقب، ليبيا.

الخالدي، أ. م. (2009). **المرجع في الصحة النفسية**. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

الخالدي، ع. والعلمي، د. (2009). **الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق**. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

الرماضنة، م. خ. (2006). **درجة استخدام الإنترنت في الأنشطة المدرسية في مدارس مديرية تربية إربد الأولى**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، أربد، الأردن.

شريم، ر. (2009). **سيكولوجية المراهقة**. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

الطراونة، ن. س. والفنيخ، ل. س. (2012). استخدام (الإنترنت) وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي والتكيّف الاجتماعي والاكتئاب ومهارات الاتصال لدى طلبة (جامعة القصيم). **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**، 20، (1)، ص283– ص331.

الطيب، أ. ص. (2012). **المعرفة وشبكات التواصل الاجتماعي الإلكتروني. نحو مجتمع المعرفة**، سلسلة يصدرها مركز الدراسات الاستراتيجية، جامعة الملك عبدالعزيز، الرياض، السعودية، العدد (39)، 1- 246.

عبد الهادي، م. (2010). **فيسبوك يتغلب على الصحف العربية**. الموقع الإخباري بي بي سي "BBC"، تم استرجاعه في 9/ تشرين الثاني/ 2012م، الموقع الإلكتروني .WWW BBC. Com.

العمري، ع. ح. (2008). **إدمان الإنترنت وبعض آثاره النفسية والاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في إدارة التربية والتعليم في محافظة حايل التعليمية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك خالد، أبها، السعودية.

عوض، ح. (2012). أثر استخدام الفيسبوك على تقدير الذات لدى فئة الشباب في محافظة طولكرم. **جريدة القدس العربي**، 47، الأحد 6 مايو، 2012م.

الغامدي، ع. أ. (2010). **تردد المراهقين على مقاهي الإنترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمكة المكرمة**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

ويكيبيديا، الموسوعة الحرة. (2012). **الفيسبوك "Face Book"**. تم استرجاع هذه المقالة من موقع الموسوعة الحرة "ويكيبيديا" بتاريخ 8/ تشرين الثاني/2012م، الموقع الإلكتروني WWW. Wikipedia. Com.

المراجع الأجنبية:

Kalpidou, M., Costin, D. & Morris, J. (2011). The Relationship between Facebook and the Well-Being of Undergraduate College Students, *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14(4). pp. 183-189.

Lee, E., Lee, L & Jang, J. (2011). Internet for the Internationals: Effects of Internet Use Motivations on International Students College

Adjustment, *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14, (7-8): 433- 437.

Lee, J. & Kim, J. (2011). The Face book Paths to Happiness: Effects of the Number of Face book Friends and Self-Presentation on Subjective Well-Being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 14(6). pp. 359-365.

Lei, L. & Wu, Y. (2007). Adolescents paternal attachment and internet use, *Cyberpsychology & behavior,* 10(5): 633-640.

Mcmorris, R., Nickerson, A., Yan, Z & Lou, L. (2012). An Examination of the Reciprocal Relationship of Lonliness and Facebook among First –Year College Students. J. *Educational Computing Research*, 46 (1). pp. 105-117.

Mecheel. V. (2010). *Face book and invasion of technological communities*, N.Y. New York.

Park, S. (2009). The association between internet use and depressive symptoms among South Korean adolescents. *JSPN*. (14), 4: 230-239.

Sangari, E., Limayem, M & Rouis, S. (2011). Impact of Face book Usage on Students' Academic Achievement: Role of self-regulation and trust. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* 9, (3). pp. 961-994.

Stienfield, C., Dimmico, J., Ellison, N & Lampe, C (2009). *Bowling Online: Social Network and Social Capital within Organization*. Proc 4th Communities and Technology Conference.

Sullivan, S. & Paradise, A. (2012). (In)Visible Threats? The Third-Person Effect in Perceptions of the Influence of Facebook, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 15(1). pp. 55-61.

Vitak, J., Whon, D., Lampe, C., Wash, R., Ellison, N. (2011). Student use of Facebook for organizing collaborative Student use of Facebook for organizing collaborative. *Computer-Supported Collaborative Learning*, 6: 329–347.

الملاحق

مقياس التوافق النفسي في صورته النهائية

جامعة عمان العربية -كلية العلوم التربوية والنفسية -قسم علم النفس التربوي والإرشاد والتربية الخاصة.

الطلبة الأعزاء

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

يقوم الباحث سامي أحمد سليمان شناوي بإجراء دراسة بعنوان "استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيس بوك) وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين".

آمل التكرم بالإجابة عن جميع فقرات الاستبانة وذلك بوضع إشارة صح في الخانة المناسبة مقابل كل فقرة من فقرات هذه الاستبانة، علما بأن لكل فقره خمس مستويات للإجابة مقسمه كالآتي:

- لا أوافق بشدة.
- لا أوافق.
- محايد.
- أوافق.
- أوافق بشده.

علما بأن الاستجابات التي سوف تقدمها ستعامل بسرية تامة وهي لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكرا لكم حسن تعاونكم

أولاً: المعلومات الأولية:

- الجنس: ( ) ذكر ( ) أنثى
- الصف: ( ) عاشر ( ) حادي عشر ( ) ثاني عشر
- مدة استخدام الفيس بوك:
  - ( ) أقل من ساعتين يوميًا
  - ( ) من ساعتين إلى أقل من أربع ساعات يوميًا
  - ( ) أكثر من أربع ساعات يوميًا

ثانيًا: مقياس التوافق النفسي

الرقم	الفقرة	لا أوافق بشدة	لا أوافق	محايد	أوافق	أوافق بشده
المجال الأول: التوافق الشخصي						
.1	ينفذ صبري بسهولة مع الآخرين.					
.2	أغضب لأبسط الأسباب.					
.3	أثق بنفسي.					
.4	أعاني الاكتئاب.					
.5	أبكي بسرعة.					
.6	أشعر بالتعاسة.					
.7	أتحدث عن إنجازاتي أمام الآخرين.					
.8	أشعر بأني شخص محظوظ.					
.9	أشعر بأني شخص ذو قيمة في هذه الحياة.					
.10	أشعر بالراحة النفسية في حياتي.					
.11	أعتني بنظافة أسناني.					
.12	أهتم بمظهري الخارجي.					
.13	أشعر بالتعب البدني بسرعة.					
.14	تؤلمني معدتي كثيرًا.					
.15	أشكو من الصداع المستمر.					
.16	تبدو عليّ مظاهر الضعف الجسمي.					
.17	أعاني من السمنة					
المجال الثاني: التوافق الأسري						
.18	أحب أسرتي.					

الرقم	الفقرة	لا أوافق بشدة	لا أوافق	محايد	أوافق	أوافق بشده
.19	أتمتع بعلاقات طيبة مع أفراد أسرتي.					
.20	أعيش جوا أسريا هادئا.					
.21	أشعر بالتفاهم مع أسرتي داخل المنزل.					
.22	أشعر بالراحة في المنزل.					
.23	أدخل السرور إلى أفراد أسرتي.					
.24	أشعر برغبة شديدة في الهروب من المنزل.					
.25	ينتقدني والديّ باستمرار.					
.26	يثق والديّ بآرائي.					
.27	تحترم أسرتي رأيي.					
.28	أشعر بأن لدي دورا فعالا في أسرتي.					
.29	أتمنى أن يكون لي أسرة غير أسرتي.					
.30	أفتخر أمام الناس بأسرتي.					
.31	يعاملني والديّ كأنني طفل.					
.32	أكون سعيدًا عندما التقي مع أفراد أسرتي.					
.33	أختلف مع والديّ بإدارة شؤون المنزل.					
المجال الثالث: التوافق الاجتماعي						
.34	أشعر بمسؤولية اجتماعية تجاه المجتمع.					
.35	أتردد بالدخول منفردًا إلى الاجتماعات العامة.					

الرقم	الفقرة	لا أوافق بشدة	لا أوافق	محايد	أوافق	أوافق بشده
.36	أجلس وحيدًا في المناسبات الاجتماعية.					
.37	أتمتع بشعبية بين أصدقائي.					
.38	ابتعد عن المناقشات الجماعية مع أصدقائي.					
.39	أعاني من الوحدة حتى لو كنت مع الآخرين.					
.40	أبادر بالحديث مع الناس.					
.41	أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة.					
.42	استمتع بالحديث مع الآخرين.					
.43	أشعر بالانتماء لجماعة الرفاق.					
.44	أستمتع بزيارة الناس.					
.45	أجد صعوبة بمشاركة أصدقائي الحديث					
.46	أشعر بالسعادة عند لقاء أصدقائي.					
.47	غالبا ما أكون القائد بين رفاقي.					
.48	أتغيب عن المناسبات الاجتماعية.					
.49	أطلب مساعدة الآخرين دون حرج.					
.50	أنا شخص مرح.					
.51	أشعر بالسرور لمجرد وجودي بين الناس.					
المجال الرابع: التوافق الأكاديمي						
.52	أحب مدرستي.					
.53	أستمتع بعرقلة سير الحصة الدراسية.					

الرقم	الفقرة	لا أوافق بشدة	لا أوافق	محايد	أوافق	أوافق بشده
.54	أتغيب عن المدرسة كثيرًا.					
.55	أذهب إلى المدرسة متأخرًا.					
.56	أهرب من المدرسة.					
.57	أتجنب الغياب عن الدوام المدرسي.					
.58	أحافظ على أثاث المدرسة.					
.59	أشارك بالنشاطات المدرسية.					
.60	أقيم علاقات طيبة مع المعلمين.					
.61	ألتزم بتعليمات الانضباط المدرسي.					
.62	أشتاق لزملائي بالمدرسة.					
.63	أجتهد بالتحضير للدروس.					

The Use of Facebook and its Relationship with Adolescents' Psychological Adjustment

Sami Ahmad Shannawi

Mohammed Khalil Abbas

The study aims to identify the relationship between adolescents' use of the social network (Facebook) and their psychological adjustment. To achieve this aim, the researcher used the descriptive correlation design as a (63)- item questionnaire was developed to identify the relationship between adolescents' use of the social network (Facebook) and their psychological adjustment. The questionnaire consists of (4) domains (personal, social, family and academic). Content validity was used. As for reliability, test-retest coefficients were calculated (76%), and Cronbach alpha coefficient was calculated also (89%). The questionnaire was administrated to a sample consisting of (466) male and female students representing (18%) of the total study population consisting of 10^{th}, 11^{th} and 12^{th} grades at the villages of Al Batouf Plain- Galilee. The sample students were all Facebook users.

Study findings indicate that the period having the highest average with respect to adolescents use of Facebook was (2) hours per day. They also show that psychological adjustments of Facebook adolescents' users were high. A significant negative correlation was found between the adolescent average period using Facebook and his/her means score on the psychological adjustment domains. There was no gender significant differences in the sampled students in the period using the Facebook, while a significant difference was found on the individual domains of the psychological adjustment and the total instrument, in favor of male users in the personal adjustment and in favor of females on the family, social, academic adjustment and total score.

In light of the results reported in the current study, the researcher recommends the need for future research investigating the reasons for using Facebook and the psychological, social, educational and academic effects of adolescents' use of Facebook.

Keywords : Facebook, Psychological Adjustment.