

المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي

**Issues Arising from Spouses' Use of Social Media**

إعداد الباحث

عدي ماهر صالح الخصاونه

إشراف

أ.م شيماء حسين ربيع

أ.د زينب معوض الباهي

أستاذ مساعد بقسم مجالات الخدمة

أستاذ بقسم مجالات الخدمة الاجتماعية

الاجتماعية



## ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (٤١٦) زوج وزوجة بمحافظة إربد في لواء بني عبيد في الأردن، واستخدمت استمارة الاستبيان كأداة لجمع البيانات، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك مشكلات اجتماعية مترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي بدرجة متوسطة، وأن هناك مشكلات اقتصادية مترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي بدرجة متوسطة، وأن هناك مشكلات نفسية مترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي بدرجة متوسطة.

**الكلمات المفتاحية:** مشكلات، زوجين، مواقع التواصل الاجتماعي.

## Abstract

The study aimed to identify the issues arising from spouses' use of social media. The descriptive-analytical method was employed, and the study sample consisted of 416 husbands and wives from Irbid Governorate, in Bani Obaid District, Jordan. A questionnaire was used as a tool for data collection. The study results revealed that there are moderate social issues resulting from spouses' use of social media. Additionally, there are moderate economic issues and moderate psychological issues arising from spouses' use of social media.

**Keywords:** Issues, Spouses, Social Media.

## أولاً: مدخل إلى مشكلة الدراسة

تعتبر مواقع التواصل الاجتماعي من أهم وسائل الاتصال الحديثة التي أوجدت في الآونة الأخيرة وتتميز بخصائص ومميزات اتصالية قليلة الوجود في الوسائل الأخرى، وقد لاقى اهتماماً كبيراً من قبل المجتمع، حيث بات استخدامها يتم بشكل متزايد واعتمدوا عليه بطريقة لافتة للنظر (حسن، ٢٠٢١).

وعلى الرغم من أهمية مواقع التواصل الاجتماعي، إلا أنها أثرت على الأسرة والمجتمع بشكل كبير، ومن هذه السلبيات: كثرة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يؤثر على صحة المستخدمين، حيث تجعلهم أكثر عرضة للإصابة بالاكنتاب، والتوتر، والاضطرابات النفسية، والإساءة للآخرين، ونشر الشائعات والأكاذيب، كما أنها تؤدي إلى التفكك الأسري، وفساد العلاقات، وإمضاء الوقت دون فائدة، وانعدام الخصوصية، مما يسبب الكثير من الأضرار المعنوية والنفسية، وقد تصل أحياناً إلى أضرار اقتصادية ومادية، فملف المستخدم على مواقع التواصل الاجتماعي يتضمن كافة المعلومات الشخصية، بالإضافة إلى نشر المشكلات ولهموم التي تصل بسهولة إلى الآخرين ليستغلوها بغرض التشهير والإساءة، وأيضاً ضعف العلاقات الاجتماعية بين أفراد الأسرة، والإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي واستخدامها بطريقة مفرطة تؤدي إلى الوقوع بمشكلات، وتقليد موضات جديدة تنحو منحى الغرابة بالكلام، واللباس، واصطناع الشخصية (جوابرة وآخرون، ٢٠٢٤).

وتعتبر الأسرة من المؤسسات الإنسانية لبناء المجتمعات وتطورها، وذلك من خلال تشريع الزواج كسنة كونية إلهية في كافة الشرائع والأديان، ومنحه الله الاحترام والقداسة كنظام اجتماعي ظهر مع الإنسان في اقتران الذكر والانثى، وعدم استغناء أحدهما عن الآخر، وفق أحكام، ونصوص، وقيم، وقوانين نختلف من مجتمع إلى آخر، وقد أكد عالم الاجتماع البريطاني أنتوني جينز أهمية معرفة ودراسة وضع الأسرة في مرحلة ما بعد الحداثة لمعرفة الصراعات والتغيرات والمشكلات الحادثة بين الزوجين التي أحدثتها تكنولوجيات الاتصال والتواصل، وظهور قيم وعادات جديدة، وخلفية ثقافية دخيلة وغريبة، الأمر الذي أدى إلى اختلافات توقعات الذكور والإناث قبل الزواج وبعده، ونشوء نزاعات وصراعات مؤلمة وقاسية ومدمرة (عثمان وآخرون،

(٢٠٢٠)، لذا أصبح الاهتمام بدراسة المشكلات المرتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي مطلباً ضرورياً وحديثاً.

وأجرت بركات (٢٠١١) دراسة هدفت إلى معرفة المشكلات الأسرية المترتبة على إدمان الإنترنت لدى الذكور المتزوجين، وأظهرت نتائج الدراسة أن إدمان الإنترنت يؤدي إلى مشكلات نفسية واجتماعية بدرجة مرتفعة، وأن إدمان الإنترنت يؤدي إلى مشكلات أسرية بدرجة متوسطة.

ودراسة حسين (٢٠١٥) التي هدفت إلى معرفة الآثار المترتبة للإنترنت على طبيعة العلاقات الأسرية، وبينت نتائج الدراسة أن الانترنت يؤثر سلباً على مشاركة العائلة في المناسبات والشعور بالعزلة الاجتماعية بين أفراد الأسرة، وأنها زادت من النزعة الاستهلاكية للأسرة.

وقد أوضحت دراسة عبد القادر (٢٠٢٠) التي هدفت إلى معرفة أثر وسائل التواصل الاجتماعي على طبيعة العلاقات الزوجية، وتوصلت نتائج الدراسة أن لوسائل التواصل الاجتماعي أثر مرتفع في حدوث المشكلات بين الزوجين.

وأوضحت دراسة حسن (٢٠٢١) التي هدفت إلى معرفة مشكلات الأسرة المصرية في ضوء التغييرات العالمية المعاصرة، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك مشكلات اقتصادية للأسرة المصرية في ضوء التغييرات العالمية المعاصرة بدرجة مرتفعة، وأن هناك مشكلات اجتماعية للأسرة المصرية في ضوء التغييرات العالمية المعاصرة بدرجة مرتفعة.

كما كشفت دراسة أبو النور (٢٠٢٢) التي هدفت إلى معرفة الآثار السلبية لاستخدام الهاتف المحمول الذكية على العلاقات الاجتماعية والدينية، وكشفت نتائج الدراسة أن هناك آثار صحية سلبية على استخدام الهاتف المحمول بدرجة مرتفعة، وأن هناك آثار اقتصادية سلبية على استخدام الهاتف المحمول بدرجة مرتفعة، وأن هناك آثار فكرية وقيمية سلبية على استخدام الهاتف المحمول بدرجة مرتفعة.

وأشارت دراسة سويلم (٢٠٢٣) التي هدفت إلى معرفة المخاطر الاجتماعية لمواقع التواصل الاجتماعي على الناشئين لكرة السلة، وأظهرت نتائج الدراسة أن المخاطر الاجتماعية لمواقع التواصل الاجتماعي جاءت بدرجة مرتفعة، وأن مستوى المخاطر الاقتصادية لمواقع التواصل الاجتماعي جاءت بدرجة مرتفعة.

وتأسيساً على ما سبق تكمن مشكلة الدراسة في محاولة الكشف عن المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي.

### ثانياً: أهمية الدراسة

١. تكمن أهمية الدراسة بأنها من البحوث التي تعنى بموضوعات العصر، والوقوف على إيجابياتها وسلبياتها.

٢. إثراء المكتبة الأردنية والعربية بدراسة جديدة حول المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي.

٣. تناولها لشريحة مهمة يستند عليها آمال الشعوب والمجتمعات والتي تعد روح المجتمع وهي فئة المتزوجين.

٤. قد تساهم الدراسة في إعادة النظر في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لساعات طويلة وتأثيره على أفراد الأسرة.

٥. تمهد هذه الدراسة الطريق أمام المهتمين والباحثين لإجراء المزيد من الدراسات المشابهة، وهذا بدوره يساهم في تحقيق التراكم المعرفي والبحثي، خاصة في الأبحاث التي تتناول موضوع مواقع التواصل الاجتماعي.

٦. قد تفيد نتائج الدراسة في وضع برامج إرشادية تحد من المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي.

### ثالثاً: أهداف الدراسة

يتمثل هدف الدراسة الرئيس في معرفة المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، وينبثق من الهدف الرئيس الأهداف الفرعية الآتية:

١. معرفة المشكلات الاجتماعية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي.
٢. معرفة المشكلات الاقتصادية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي.
٣. معرفة المشكلات النفسية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي.

## رابعاً: تساؤلات الدراسة

تتعلق الدراسة من التساؤل الرئيس ما المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، وينبثق من التساؤل الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

٤. ما المشكلات الاجتماعية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي؟

٥. ما المشكلات الاقتصادية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي؟

٦. ما المشكلات النفسية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي؟

## خامساً: مفاهيم الدراسة

## ١. المشكلات

عرفت المشكلات بأنها "عدم الاستقرار والثبات كما يتضمن معناه الحاجة الملحة إلى إعادة التوافق في النسق الاجتماعي أو في شخصية الإنسان من أجل الوصول إلى حالة التوازن باعتبارها الهدف من وراء ذلك". (السلوم، ٢٠٢٠، ص. ٣٢٢).

وعرفت بأنها "سلوك أو موقف أو وضع غير مرغوب فيه ومتكرر الحدوث أو وجود عائق أمام الطريقة المألوفة والمقبولة والمرغوبة للوصول إلى الأشياء والأهداف الاجتماعية" (أحمد، ٢٠٢٣، ص. ٢٤٦).

ويمكن تعريف المشكلات إجرائياً في هذه الدراسة بأنها:

أ. موقف أو وضع غير مرغوب فيه أو حالة من عدم الرضا.

ب. تنشأ من عدة أسباب معروفة وغير معروفة.

ج. تحتاج إلى حلول للوصول إلى الأهداف الاجتماعية لتحقيق التوازن.

## ٢. مواقع التواصل الاجتماعي

عرفت مواقع التواصل الاجتماعي بأنها: مواقع تم تصميمها لربط الناس بعضهم البعض في بيئة افتراضية، أو خدمة تتركز في بناء وتعزيز الشبكات الاجتماعية لتبادل الاتصال بين الناس الذين تجمعهم الاهتمامات والأنشطة نفسها أو لمن يهتمون باكتشاف ميول أنشطة الآخرين، وغاية هذه

الخدمات في المقام الأول تعتمد على توفير مجموعة متنوعة من طرق التواصل مثل المحادثة، والرسائل، والبريد، والمحادثة الصوتية، وتبادل الملفات (عرفان والقرنفيلي، ٢٠٢٣، ص. ٣٧٧).

وعرفت بأنها "مواقع فعالة جداً في تسهيل الحياة الاجتماعية بين مجموعة من المعارف والأصدقاء، كما تمكن الأصدقاء القدامى من الاتصال بعضهم البعض وبعد طول سنوات، وتمكنهم أيضاً من التواصل المرئي والصوتي وتبادل الصور وغيرها من الإمكانيات التي توطد العلاقة الاجتماعية بينهم" (سالم، ٢٠٢٣، ص. ١٧٤)

وعرف (Aksoy, 2018) مواقع التواصل الاجتماعي بأنها: بيئة اجتمعت فيها مجموعة من الأشخاص لمشاركة العلاقات والبيانات والمحتوى باستخدام قنوات الاتصال عبر الإنترنت حيث يظهر تطبيقات الوسائط الاجتماعية كمنشآت ومدونات صغيرة وشبكات اجتماعية.

**ويمكن تعريف مواقع التواصل الاجتماعي إجرائياً في هذه الدراسة بأنها:**

- أ. تعد مواقع التواصل الاجتماعي مجتمع افتراضي متاح على شبكة الانترنت.
- ب. تمكن الأفراد من التواصل فيما بينهم عبر بيئة افتراضية بطريقة سريعة وسهلة دون حواجز، بناءً على أفكارهم المشتركة.
- ج. يمكن للزوجين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي للتواصل مع الآخرين وتبادل الآراء والأفكار وتكوين علاقات في بيئة افتراضية إلكترونية.
- د. مثال لتلك المواقع (انستجرام، موقع أكس "توتير سابقاً"، سناب شات، الفيس بوك، تيك توك، يوتيوب) وغيرها.

**سادساً: الجانب النظري للدراسة**

مواقع التواصل الاجتماعي هي منصات افتراضية تمكن مجموعة من الأفراد من إنشاء ومشاركة المعلومات مع بعضهم، عن طريق مجموعات مختلفة ومتنوعة من الأجهزة الذكية، ويزداد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل سريع في كافة أنحاء العالم، وتختلف نوع وشعبية الموقع من دولة إلى أخرى، وتوجد خمسة أنواع من منصات التواصل الاجتماعي وهي: وسائل الإعلام والشبكات الاجتماعية ومواقع تحديد الموقع والمنصات المختلطة والحشد الجماعي، وتستخدم ستة فئات رئيسية من الأجهزة للوصول إلى منصات التواصل الاجتماعي: أجهزة

الحاسوب المكتبية والمحمولة وأجهزة الألعاب وأجهزة التلفاز الذكية والأجهزة اللوحية والهواتف الذكية وغيرها (العصيمي، ٢٠٢٤).

### أنواع مواقع التواصل الاجتماعي

تتنوع مواقع التواصل الاجتماعي بحيث يمكن استخدامها على نطاق واسع وفق الرغبات والميول، وهي كما أوردها (الحنيطي، ٢٠٢٢) كما يلي:

١. مواقع التواصل الاجتماعي الكبرى مثل فيس بوك وماي سبيس، والتي تتيح للأشخاص إنشاء صفحات ويب خاصة بهم للتواصل مع الأصدقاء وتبادل المحتوى بينهم.

٢. الموسوعة: وهي التي تتيح للأشخاص بالاشتراك لتكوين معلومات مترابطة بطريقة منطقية من خلال روابط إلكترونية كموقع ويكيبيديا والموسوعة العلمية.

٣. المدونات: وهي مجلات متاحة على الانترنت مع بعض المداخلات والتي تظهر وفقاً للأحداث.

٤. ملفات الصوت والفيديو المتاحة عن طريق الاشتراك بموقع Apple Itunes.

٥. المنتديات: هي مواقع تتيح مساحة للردشة الإلكترونية حول قضية ما أو موضوع معين.

٦. التدوين المصغر: يجتمع مع مواقع التواصل الاجتماعي بخصوص كمية المحتوى والمعلومات المحدثة بشكل قليل من خلال الهاتف المحمول.

### خصائص مواقع التواصل الاجتماعي

أوردت ليو وتساي (Liu and Tsay, 2012) خصائص مواقع التواصل الاجتماعي التي تميزها عن غيرها من التطبيقات كما يلي:

١. التعريف بالذات: وهي بمثابة الخطوة الأولى للدخول إلى مواقع التواصل الاجتماعي من خلال إنشاء صفحة معلومات شخصية يضعها المستخدم، ويقوم بتطويرها من خلال التعريف بنفسه، وينظمها بالطريقة التي يرغب بها من خلال النصوص، والفيديوهات، والصور وغيرها.

٢. سهولة الاستخدام: يمكن لأي شخص أن يمتلك المهارات الأساسية لاستخدام الانترنت والدخول إلى مواقع التواصل الاجتماعي بكافة أشكالها وأنواعها، فهي سهلة غير معقدة، وليست بحاجة إلى مهارات عليا لاستخدامها.

٣. تكون بيئة جديدة للمجتمع على نطاق واسع، وذلك من خلال السماح للأشخاص بتكوين وإيجاد الصداقات مع أشخاص يبادلونهم الاهتمامات والمحتوى.

٤. الاهتمام: تبنى مواقع التواصل الاجتماعي على المصالح المشتركة كالسياسة والألعاب والاقتصاد والصحة وغيرها.

٥. التفاعلية لضمان التطور والاستمرار.

### المشكلات الاجتماعية المترتبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

يؤدي استخدام مواقع التواصل الاجتماعي إلى حدوث خلافات مع الآخرين، وذلك لأن الأسلوب الكتابي أقل تعبيراً من الأسلوب الكلامي، حيث تساعد نبرة الصوت والابتسامة والنظرة في إيصال ما يريده الشخص بالطريقة المطلوبة، كما أنها تؤدي إلى ضعف الترابط العائلي وتقليل العلاقات الاجتماعية الواقعية، حيث لم يعد هناك حاجة إلى زيارة أو النادي والسينما فهذه المواقع قللت من أوقات الفراغ لفعل ذلك (علي وآخرون، ٢٠١٩).

### المشكلات الاقتصادية المترتبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

أدى ظهور مواقع التواصل الاجتماعي إلى حدوث مشكلات اقتصادية تتمثل في تكاليف أجهزة الحاسوب والاشتراكات والبرمجيات في الشبكة العنكبوتية بعيدة عن متناول فئة كبيرة من المجتمع، وذلك لارتفاع الأسعار التي لا يمكن أن يغطيها سوى الطبقة الغنية في المجتمع، بالإضافة إلى زيادة حجم البطالة بين فئات المجتمع المختلفة بسبب الازدحام على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث يقل الاهتمام للبحث عن كل ما هو جديد واكتشاف بعض الأشياء التي تشجع على زيادة البحث والاستمرار، بالإضافة إلى أن الجلوس أمام أجهزة الحاسوب واستخدامه في المنزل أو المقاهي يتطلب الكثير من المال.

وهناك جملة من الآثار الاقتصادية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي:

١. ارتفاع فاتورة الهاتف بسبب الاعتماد على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عبر خطوط الهاتف.

٢. ضياع وقت العمل: إن استخدام الشبكة العنكبوتية أثناء العمل، من الآثار السلبية التي تعتبر من أخطر العيوب الناتجة عن استخدام هذه المواقع، حيث ينتج عنها الإهمال وفصل الموظف وطرده من مكان عمله، الأمر الذي يحدث مشكلات اقتصادية داخل الأسرة.

٣. السهر لساعات متأخرة، مما يؤدي إلى تأخير ساعات العمل، هذا قد يؤدي إلى اضطراب المؤسسة للاستغناء عن الموظف (السطالي، ٢٠١٩).

### المشكلات النفسية المترتبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

تؤثر مواقع التواصل الاجتماعي على الجهاز العصبي للمستخدمين، حيث يؤدي إلى عدم الاتزان الانفعالي، الأمر الذي يسبب ضعف في ردود الأفعال، ومن المحتمل أن تحدث توترات عصبية بالإفراز المتزايد والمفرط لهرمون التعب والإجهاد، وهرمون الأدرينالين و النورادرينالين ، فينتج عن ذلك سرعة العدوانية والغضب وظهور اضطرابات عقلية ونفسية، وقد أطلق عليها العلماء اسم "الهوس النفسي"، كما يؤدي استخدام مواقع التواصل الاجتماعي إلى الإصابة بالتعب المتكرر والتي تعرف بأنها الإصابة التي تلحق الأيدي والرسغ والرقبة عندما يتم الضغط على المجموعة العضلية من خلال الحركات السريعة، حيث أن الأشخاص الذي يستخدمون لوحة المفاتيح المدرجة بجهاز الحاسوب أو الأجهزة الذكية المختلفة والتي قد يضربون عليها بمعدل قد يصل إلى (٣١٢٠٠) ضربة في الساعة يعدون حوالي (١٣٪) من إجمالي نسبة المصابين بالتعب المتكرر (حمودة، ٢٠١٥).

### سابعاً: منهجية الدراسة

#### ١. نوع الدراسة

تنتمي هذا الدراسة إلى الدراسات الوصفية التحليلية لمعرفة المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي.

#### ٢. المنهج المستخدم

اعتمدت الدراسة على منهج المسح الاجتماعي عن طريق العينة لتحقيق أهدافه.

## ٣. أدوات الدراسة

لمعرفة المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي من وجهة نظر الآباء والأمهات بمحافظة إربد في لواء بني عبيد بالمملكة الأردنية الهاشمية، تم تصميم استمارة استبيان لقياس المشكلات المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، وقد اشتملت استمارة الاستبيان على المحاور الآتية:

المحور الأول: البيانات الأولية للدراسة.

المحور الثاني: ما المشكلات الاجتماعية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، وتضمن (١٠) عبارات.

المحور الثالث: ما المشكلات الاقتصادية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، وتضمن (٧) عبارات.

المحور الرابع: ما المشكلات النفسية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، وتضمن (١٢) عبارات.

## جدول رقم (١) المحك المعتمد في الدراسة

المقياس	مدى المتوسط الحسابي	مدى الوزن النسبي
لا أوافق	١-١.٦٦	من ٣٣.٣% إلى ٥٥.٣%
إلى حد ما	١.٦٧-٢.٣٣	أكثر من ٥٥.٣% إلى ٧٧.٧%
أوافق	٢.٣٤-٣	أكثر من ٧٧.٧% إلى ١٠٠%

## ٤. مجالات الدراسة

أ. الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة الحالية على عينة مكونة من (٤١٦) زوج وزوجة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، ومن خلال المسح الاجتماعي بالعينة بمحافظة إربد في لواء بني عبيد، وتم ارسال رابط استمارة الاستبيان بطريقة إلكترونية للإجابة عليها وجمع البيانات من عينة الدراسة، وخضعت عينة الدراسة لمجموعة من الشروط لاختيارها ضمن عينة الدراسة وتتمثل الشروط بالآتي:

- أن يكون الزوجين غير منفصلين ويعيشون معاً.

- أن يكون لدى الزوجين طفلين على الأقل.
- أن يكون الزوج والزوجة مستخدمين لمواقع التواصل الاجتماعي.
- خلو الزوج والزوجة من الأمراض الجسمية والعقلية والحسية.

وفيما يلي وصف عينة الدراسة:

### جدول رقم (٢) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة

(ن=٤١٦)

المتغير	الفئة	ك	%
النوع الاجتماعي	ذكر	162	38.9
	أنثى	254	61.1
العمر	أقل من ٣٠ سنة	83	20.0
	من ٣٠ إلى أقل من ٤٠ سنة	117	28.1
	من ٤٠ إلى أقل من ٥٠ سنة	153	36.8
	50 سنة فأكثر	63	15.1
عدد أفراد الأسرة	4 فأقل	162	38.9
	من ٥ إلى ٧ أفراد	211	50.7
	8 أفراد فأكثر	43	10.3
مستوى التعليم	ثانوي فأقل	58	13.9
	دبلوم	122	29.3
	بكالوريوس	167	40.1
	دراسات عليا	69	16.6
الدخل الشهري	أقل من ٤٠٠ دينار	80	19.2
	من ٤٠٠ إلى أقل من ٦٠٠ دينار	183	44.0
	من ٦٠٠ إلى أقل من ٨٠٠ دينار	115	27.6
	800 دينار فأكثر	38	9.1
معدل استخدامك لمواقع التواصل الاجتماعي	3 ساعات فأقل	153	36.8
	من ٤ إلى ٦ ساعات	185	44.5
	7 ساعات فأكثر	78	18.8

باستقراء الجدول السابق، يتضح أن (٦١.١%) وبعدد (٢٥٤) من عينة الدراسة تتكون من الإناث، بينما شكل الذكور (٣٨.٩%) وبعدد (١٦٢)، وهذا يشير إلى أن الإناث لديهن الوقت والرغبة في الإجابة على الأسئلة المطروحة، على الرغم من انتظار وحرص الباحث للحصول على ردود من الذكور لأكثر من شهر، ولكن لم يبدوا أي تعاون مع الباحث والإجابة على أسئلة الاستبيان.

أما متغير العمر فقد جاء الذين أعمارهم تتراوح بين (٤٠ إلى أقل من ٥٠ سنة) بنسبة (٣٦.٨%) وبعدد (١٥٣)، ثم الذين أعمارهم تتراوح بين (٣٠ إلى أقل من ٤٠ سنة) بنسبة (٢٨.١%)، تلاها الذين أعمارهم (أقل من ٣٠ سنة) بنسبة (٢٠%) وبعدد (٨٣)، وأخيراً الفئة العمرية (٥٠ سنة فأكثر) بنسبة (١٥.١%) وبعدد (٦٣). ويمكن تفسير ذلك بأن المراحل المختلفة التي يمر بها الفرد خلال حياته تعكس ثقافته وسلوكه واتجاهاته وأذواقه وتطلعاته ودرجة انفاقه وتأثره ونضجه العقلي والنفسي والاجتماعي وعلاقته مع الآخرين وطريقة حياته.

أما متغير عدد أفراد الأسرة فقد جاء الذين عدد أفراد أسرتهم (من ٥ إلى ٧) أفراد بنسبة (٥٠.٧%) وبعدد (٢١١)، ثم الذين عدد أفراد أسرتهم (٤ أفراد) بنسبة (٣٨.٩%) وبعدد (١٦٢)، ثم الذين عدد أفراد أسرتهم (٨ أفراد فأكثر) بنسبة (١٠.٣%) وبعدد (٤٣)، ويمكن تفسير ذلك بأن حجم الأسر تتجه نحو الأسرة المتوسطة وصغيرة الحجم، وهذا يعود إلى عملية التغير الاجتماعي التي طرأت على المرأة كالعامل خارج المنزل والظروف الاقتصادية الصعبة التي تشهدها الأسر.

أما فيما يتعلق بمستوى التعليم فقد جاءت مستوى التعليم البكالوريوس بنسبة (٤٠.١%) وبعدد (١٦٧)، ثم مستوى التعليم الدبلوم بنسبة (٢٩.٣%) بعدد (١٢٢)، ثم الدراسات العليا بنسبة (١٦.٦%) وبعدد (٦٩)، ثم ثانوي فأقل بنسبة (١٣.٩%) وبعدد (٥٨)، ويمكن تفسير ذلك بأن أفراد العينة من المتعلمين وهذا يتوافق مع توجهات الأسرة الأردنية في تكوين أفرادها وتدريبهم والتحاقهم بالجامعات والكليات التي أصبحت ضرورة.

أما متغير الدخل الشهري فقد جاءت الفئة الذين دخلهم الشهري يتراوح بين (٤٠٠ إلى أقل من ٦٠٠ دينار) بنسبة (٤٤٪) وبعدها (١٨٣)، ثم الذين دخلهم يتراوح بين (٦٠٠ إلى أقل من ٨٠٠ دينار) بنسبة (٢٧.٦٪) وبعدها (١١٥)، ثم الذين دخلهم (أقل من ٤٠٠ دينار) بنسبة (١٩.٢٪) وبعدها (٨٠)، وأخيراً الذين دخلهم (٨٠٠ دينار فأكثر) بنسبة (٩.١٪) وبعدها (٣٨)، وهذا يدل على أن أغلب عينة الدراسة دخلها الشهري ضمن الحدود الدنيا للأجور المعمول بها في الأردن.

أما معدل استخدامك لمواقع التواصل الاجتماعي جاء (من ٤ إلى ٦ ساعات) بنسبة (٤٤.٥٪) وبعدها (١٨٥)، ثم (أقل من ٣ ساعات) بنسبة (٣٦.٨٪) وبعدها (١٥٣)، ثم (٧ ساعات فأكثر) بنسبة (١٨.٨٪) وبعدها (٧٨)، وهذا يشير إلى أن إمكانية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف المحمول في ظل توافر شبكة الانترنت اللاسلكية.

**ب. الحدود المكانية:** طبقت هذه الدراسة بمحافظة إربد في لواء بني عبيد في المملكة الأردنية الهاشمية.

**ج. الحدود الزمنية:** فترة إجراء الدراسة بشقيها النظري والعملي في الفترة من أكتوبر ٢٠٢٣ حتى فبراير ٢٠٢٤.

#### ثامناً: صدق أداة الدراسة

تم عرض استمارة الاستبيان على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص، من أجل التأكد من سلامة الصياغة اللغوية، وانتماء الفقرات للمحاور التي تنتمي إليها، ومدى صلاحية هذه الأداة لقياس الأهداف المرتبطة بهذه الدراسة، وكذلك مدى ملاءمتها لأغراض الدراسة، وقد تم الاستجابة لآراء السادة المحكمين، وبذلك تم التحقق من صدق استمارة الاستبيان من وجهة نظر المحكمين، وخرجت بصورتها النهائية.

#### تاسعاً: ثبات أداة الدراسة

استخدمت طريقة ألفا كرونباخ على عينة عشوائية قوامها (٢٥) أب وأم من محافظة إربد في لواء بني عبيد من مجتمع الدراسة الأصلي، وطبقت أداة الدراسة على العينة الاستطلاعية للتحقق من صلاحية الأداة للتطبيق على أفراد العينة الفعلية (الأساسية)، حيث تم الحصول على قيمة معامل

ألفا كرونباخ لكل محور من محاور استمارة الاستبيان، وكذلك لاستمارة الاستبيان ككل، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (٣) معاملات ألفا كرونباخ لكل محور من محاور أداة الدراسة وللأداة ككل

المحور	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
المشكلات الاجتماعية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي	١١	.749
المشكلات الاقتصادية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي	٧	.728
المشكلات النفسية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي	١٢	.773
الأداة ككل	٣٠	.855

#### عاشراً: المعالجات الإحصائية المستخدمة

استخدم برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وتم استخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

١. التكرارات والنسب المئوية (Frequencies & Percentages) لوصف عينة الدراسة.

٢. اختبار ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha) للتحقق من ثبات أداة الدراسة.

٣. التكرار المرجح والمتوسط المرجح والقوة النسبية.

#### الحادي عشر: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

التساؤل الأول: المشكلات الاجتماعية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي؟

تمت الإجابة على هذا التساؤل باستخدام التكرارات، والتكرار المرجح، والمتوسط الحسابي، والقوة النسبية، للتعرف على المشكلات الاجتماعية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول رقم (٤) المشكلات الاجتماعية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي

(ن=٤١٦)

م	الفقرة	موافق		إلى حد ما		غير موافق		المتوسط الحسابي	القوة النسبية	الترتيب ب
		%	ت	%	ت	%	ت			
١.	أضعفت من مهارتي في التواصل مع الآخرين	٢٨.٨	١٢٠	٣٨	١٥٨	٣٣.٢	١٣٨	2.00	٦٦.٦	٤
٢.	قللت من مشاركتي في المناسبات الاجتماعية	٢٧.٩	١١٦	٣١.٥	١٣١	٤٠.٦	١٦٩	1.90	٦٣.٣	١١
٣.	زادت من شعوري إلى الانتماء لجماعات العالم الافتراضي	٢٨.٤	١١٨	٣٩.٤	١٦٤	٣٢.٢	١٣٤	1.97	٦٥.٦	٦
٤.	أدت إلى انعدام الحوار والنقاش مع أفراد الأسرة والأصدقاء	٢٥.٢	١٠٥	٤٣.٣	١٨٠	٣١.٥	١٣١	1.96	٦٥.٣	٧
٥.	قللت من معرفتي بمشاكل الأهل والأصدقاء	٣٠	١٢٥	٣٦.٨	١٥٣	٣٣.٢	١٣٨	1.98	٦٥.٩	٥
٦.	قللت الأفراد الذين يمكنني التحدث إليهم	٢٤	١٠٠	٣٨.٩	١٦٢	٣٧	١٥٤	1.92	٦٣.٩	١٠
٧.	تسببت في إساءة فهمي من قبل الآخرين	٣٦.٥	١٥٢	٤٣	١٧٩	٢٠.٤	٨٥	2.19	٧٢.٩	٢
٨.	زادت من فتوري واللامبالاة اتجاه الآخرين	٢٦.٧	١١١	٤٠.٩	١٧٠	٣٢.٥	١٣٥	1.96	٦٥.٣	٨
٩.	اشعررتني بأنني أعيش في فراغ	٣٠.٣	١٢٦	٣٧	١٥٤	٣٢.٧	١٣٦	2.02	٦٧.٣	٣

										اجتماعي وعدم وجود أي شخص حولي
٩	٦٣.٩	1.92	٨٠.٢	٣٦.٥	١٥٢	٣٤.١	١٤٢	٢٩.٣	١٢٢	١٠. جعلتني أكثر بقاءً في المنزل وعدم الخروج منه
١	٧٣.٩	2.22	٨٠.٣	٣١.٥	١٣١	٤٤	١٨٣	٢٤.٥	١٠٢	١١. زادت من خصومتي مع اسرتي والآخرين
	٦٦.٧	٢.٠٠	٨٩٤٦	٣٢.٨	٣٦١.٣	٣٨.٨	١٧٧٦	٢٨.٣	١٢٩٧	المتوسط العام

باستقراء الجدول السابق يتضح أن المشكلات الاجتماعية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي جاءت بدرجة متوسطة، وهذا يدل على أن استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي تتسبب بمشكلات اجتماعية، حيث تتوزع استجابات عينة الدراسة حسب متوسط مرجح بلغ (٢.٠٠) وقوة نسبية (٦٦.٧٪).

وقد جاءت العبارات رقم (١١، ٧، ٩) أكثر العبارات قوة وتحققاً بناءً على الترتيب ووفق المتوسط المرجح والقوة النسبية لكل عبارة حيث:

- جاءت العبارة رقم (١١) في الترتيب الأول والتي تشير إلى "زادت من خصومتي مع اسرتي والآخرين"، بمتوسط مرجح (٢.٢٢ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٧٣.٩٪) وهي بدرجة متوسطة، وهذا يدل على أن مواقع التواصل الاجتماعي زادت من الخلاقات وسوء التفاهم داخل الاسرة.

- جاءت العبارة رقم (٧) في الترتيب الثاني والتي تشير إلى "تسببت في إساءة فهمي من قبل الآخرين"، بمتوسط مرجح (٢.١٩ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٧٢.٩٪) وهي بدرجة متوسطة، وهذا يدل على أن الطرق المستخدمة للتعبير والمشاركة في مواقع التواصل الاجتماعي غير مناسبة لإيصال الرسالة كما يرغب المستخدمون وقد يتم فهمه بطريقة خاطئة، بسبب فقدان طريقة الكتابة إلى التعبيرات والمضامين المناسبة لإيصال الشعور بشكل واضح.

- جاءت العبارة رقم (٩) في الترتيب الثالث والتي تشير إلى "جعلتني أكثر بقاءً في المنزل وعدم الخروج منه"، بمتوسط مرجح (٢.٠٢ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٦٧.٣٪) وهي بدرجة متوسطة، ويمكن تفسير ذلك إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يستوجب تركيز

المستخدم على ما يتم تداوله في هذه المواقع، وأنها أصبحت توفر للمستخدمين عالماً افتراضياً يعوضهم عن العالم الواقعي.

- جاءت العبارة رقم (٢) في الترتيب الأخير والتي تشير إلى "قللت من مشاركتي في المناسبات الاجتماعية"، بمتوسط مرجح (١.٩٠ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٦٣.٣%) وهي درجة متوسطة، وهذا يشير إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي أصبحت جزءاً مهماً لأداء الواجبات الاجتماعية وخصوصاً في ظل صعوبة الحضور بشكل شخصي أو انتشار الأمراض المعدية.

ويمكن تفسير ذلك بان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مفرط أدى إلى إهمال الزوجين لبعضهما البعض مما زاد من المشاجرات والمشاحنات فيما بينهم، كما أن استخدام طريقة الكتابة للتعبير عن الأفكار والآراء تسبب في الفهم الخاطيء، لأن فهمها وتحليلها يعتمد على المتلقي وتنفذ إلى تعابير الوجه المختلفة ونبرة الصوت التي تؤدي دوراً مهماً في إيصال الرسائل للآخرين، وأيضاً استخدام مواقع التواصل الاجتماعي أوجد للزوجين عالماً افتراضياً أبعدهم عن الآخرين وعن بعضهم وأشعرهم بالوحدة والعزلة.

**التساؤل الثاني: المشكلات الاقتصادية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي؟**

تمت الإجابة على هذا التساؤل باستخدام التكرارات، والتكرار المرجح، والمتوسط الحسابي، والقوة النسبية، للتعرف على المشكلات الاقتصادية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، والجدول الآتي يوضح ذلك:

**جدول رقم (٥) المشكلات الاقتصادية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل**

### الاجتماعي

(ن=٤١٦)

الترتيب	القوة النسبية	المتوسط الحسابي	التكرار المرجح	غير موافق		إلى حد ما		موافق		الفقرة	م
				ت	%	ت	%	ت	%		
٦	٦٧.٣	2.02	٨١١	١٤٧	٣٥.٣	١٤٣	٣٤.٤	١٢٦	٣٠.٣	زادت من اهدار الأموال	٠١

										على الاشتراك في الانترنت
٤	٧١.٦	2.15	٨٨٩	٢٦.٤	١١٠	٣٣.٤	١٣٩	٤٠.١	١٦٧	٢. زادت رغبتني في التسوق الإلكتروني للسلع والخدمات
٢	٧٣.٦	2.21	٩١٤	٢٣.٣	٩٧	٣٣.٧	١٤٠	٤٣	١٧٩	٣. أوقعتني في إعلانات تجارية كاذبة كبدتني خسائر مالية
٧	٥٦.٩	1.71	٦٨٧	٥٤.٨	٢٢٨	٢٧.٤	١١٤	١٧.٨	٧٤	٤. زادت من مصاريف العلاج بسبب الاستخدام الطويل لهذه المواقع
٣	٧٢.٦	2.18	٨٩٣	٢٥.٢	١٠٥	٣٤.٩	١٤٥	٣٩.٩	١٦٦	٥. جعلتني أكثر حرصاً على تحديث واستبدال أجهزة الاتصال بأجهزة اتصال حديثة
٥	٦٩.٦	2.09	٨٤٥	٢٢.٨	٩٥	٥١.٢	٢١٣	٢٦	١٠٨	٦. زادت من رغبتني في شراء الكماليات غير الضرورية
١	٧٩.٩	2.40	٨٩١	٢١.٦	٩٠	٤٢.٥	١٧٧	٣٥.٨	١٤٩	٧. زادت من المصاريف المالية
	٧٠.٢	٢.١٠	٥٩٣٠	٢٩.٩	٨٧٢	٣٦.٧	١٠٧١	٣٣.٢	٩٦٩	المتوسط العام

باستقراء الجدول السابق يتضح أن المشكلات الاقتصادية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي جاءت بدرجة متوسطة، وهذا يدل على أن استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي تتسبب بمشكلات اقتصادية، حيث تتوزع استجابات عينة الدراسة حسب متوسط مرجح بلغ (٢.١٠) وقوة نسبية (٧٠.٢٪).

وقد جاءت العبارات رقم (٧، ٣، ٥) أكثر العبارات قوة وتحققاً بناءً على الترتيب ووفق المتوسط المرجح والقوة النسبية لكل عبارة حيث:

- جاءت العبارة رقم (٧) في الترتيب الأول والتي تشير إلى "زادت من المصاريف المالية"، بمتوسط مرجح (٢.٤٠ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٧٩.٩٪) وهي بدرجة مرتفعة، وهذا يدل على أن مواقع التواصل الاجتماعي تعرض إعلانات تسويقية تجذب المستخدمين لشرائها.

- جاءت العبارة رقم (٣) في الترتيب الثاني والتي تشير إلى "أوقعتني في إعلانات تجارية كاذبة كبدتني خسائر مالية"، بمتوسط مرجح (٢.٢٢ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٧٢.٩٪) وهي بدرجة متوسطة، وهذا يدل على أن مواقع التواصل الاجتماعي تقوم بعرض إعلانات تجارية ممولة دون التحقق من صحة الإعلان ومصداقيته، مما يسبب وقوع المستخدمين بعمليات النصب والاحتيال.

- جاءت العبارة رقم (٥) في الترتيب الثالث والتي تشير إلى "جعلتني أكثر حرصاً على تحديث واستبدال أجهزة الاتصال بأجهزة اتصال حديثة"، بمتوسط مرجح (٢.١٨ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٧٢.٦٪) وهي بدرجة متوسطة، وهذا يشير إلى أن مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي يحرصون على اقتناء هواتف وأجهزة ذكية تمتع بالسرعة والكفاءة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لفترات طويلة.

- جاءت العبارة رقم (٤) في الترتيب الأخير والتي تشير إلى "زادت من مصاريف العلاج بسبب الاستخدام الطويل لهذه المواقع"، بمتوسط مرجح (١.٧١ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٥٦.٩٪) وهي بدرجة متوسطة، وهذا يدل على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لفترات طويلة يؤدي إلى إصابة المستخدمين بأمراض مختلفة.

ويمكن تفسير ذلك بأن مواقع التواصل الاجتماعي تفرض على المستخدمين مشاهدة إعلانات ممولة ولسلع مختلفة، فتسبب ذلك في شراء ما يعرض واهدار المال دون الحاجة إلى السلعة، كما أن الاستخدام المطول لمواقع التواصل الاجتماعي زاد من اهتمام المستخدمين لاقتناء أجهزة ذكية ذات جودة وكفاءة عالية وتمتاز بقلة استهلاك الطاقة.

**التساؤل الثالث: المشكلات النفسية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي؟**

تمت الإجابة على هذا التساؤل باستخدام التكرارات، والتكرار المرجح، والمتوسط الحسابي، والقوة النسبية، للتعرف على المشكلات النفسية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي، والجدول الآتي يوضح ذلك:

## جدول رقم (٦) المشكلات النفسية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع التواصل الاجتماعي

(ن=٤١٦)

م	الفقرة	موافق		إلى حد ما		غير موافق		الترتيب	القوة النسبية	المتوسط الحسابي	التكرار المرجح
		%	ت	%	ت	%	ت				
١.	زادت من الاضطراب الداخلي وسرعة الانفعال	٢٣.٣	٩٧	٣٤.١	١٤٢	٤٢.٥	١٧٧	٨	63.3	1.90	752
٢.	أفقدت القدرة على التركيز مما زاد خلافاتي مع أسرتي	٢٨.٨	١٢٠	٣٩.٤	١٦٤	٣١.٧	١٣٢	٤	68.3	2.05	820
٣.	جعلتني أعيش حالة من الشكوك والصراع النفسي بسبب تعرضي لأفكار متناقضة	٢٥.٥	١٠٦	٢٩.٦	١٢٣	٤٥	١٨٧	١١	61.9	1.86	751
٤.	زادت من الاغتراب النفسي بسبب تأثري بالأفكار الغربية	٣٢.٩	١٣٧	٣٩.٩	١٦٦	٢٧.٢	١١٣	٣	69.6	2.09	856
٥.	أدت إلى شعوري بالتوتر والكآبة	٣٣.٩	١٤١	٣٤.٤	١٤٣	٣١.٧	١٣٢	٢	69.9	2.10	841
٦.	أشعر بالقلق وعدم الاستقرار عند الابتعاد عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٢٨.١	١١٧	٣٦.٨	١٥٣	٣٥.١	١٤٦	٦	66.6	2.00	803
٧.	أشعر بالخوف الشديد من كثرة الحوادث والأحداث التي أراها في مواقع التواصل الاجتماعي	٢٥.٢	١٠٥	٣٦.٥	١٥٢	٣٨.٢	١٥٩	٧	64.6	1.94	778
٨.	زادت من اضطرابات النوم	٤١.١	١٧١	٣٥.٨	١٤٩	٢٣.١	٩٦	١	73.6	2.21	907
٩.	تسببت في فشلي بإقامة علاقة طبيعية مع الآخرين	٢٤.٣	١٠١	٣٨.٧	١٦١	٣٧	١٥٤	٩	64.3	1.93	779
١٠.	زادت من شعوري بالوحدة والعزلة	١٧.٨	٧٤	٤١.٦	١٧٣	٤٠.٦	١٦٩	١٠	62.3	1.87	737
١١.	زادت من شعوري بأنه لا يمكن اللجوء إلى أحد	٢٥.٧	١٠٧	٤٥	١٨٧	٢٩.٣	١٢٢	٥	67.9	2.04	817
١٢.	قللت من ثقتي في نفسي	13	54	٣٨	158	49	204	12	54.6	1.64	682
	المتوسط العام	26.6	١٣٣٠	٣٧.٤	١٨٧١	35.8	١٧٩١		65.5	1.96	٩٥٢٣

باستقراء الجدول السابق يتضح أن المشكلات النفسية المترتبة على استخدام الزوجين لمواقع

التواصل الاجتماعي جاءت بدرجة متوسطة، وهذا يدل على أن استخدام الزوجين لمواقع التواصل

الاجتماعي تتسبب بمشكلات نفسية، حيث تتوزع استجابات عينة الدراسة حسب متوسط مرجح بلغ (١.٩٦) وقوة نسبية (٦٥.٥٪).

وقد جاءت العبارات رقم (٨، ٥، ٤) أكثر العبارات قوة وتحققاً بناءً على الترتيب ووفق المتوسط المرجح والقوة النسبية لكل عبارة حيث:

- جاءت العبارة رقم (٨) في الترتيب الأول والتي تشير إلى "زادت من اضطرابات النوم"، بمتوسط مرجح (٢.٢١ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٧٣.٦٪) وهي بدرجة متوسطة، وهذا يدل على أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تعطل إمكانية الاسترخاء التي تسبق النوم بسبب انتظار الردود على التدوينات ومتابعة آخر الأحداث والمنشورات.

- جاءت العبارة رقم (٥) في الترتيب الثاني والتي تشير إلى "أدت إلى شعوري بالتوتر والكآبة"، بمتوسط مرجح (٢.١٠ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٦٩.٩٪) وهي بدرجة متوسطة، وهذا يدل على أن مواقع التواصل الاجتماعي تؤدي دوراً مهماً الاستفزاز النفسي والعاطفي لدى المستخدمين، وعدم شعورهم بالارتياح يسبب لهم الاكتئاب والتوتر.

- جاءت العبارة رقم (٤) في الترتيب الثالث والتي تشير إلى "زادت من الاغتراب النفسي بسبب تأثري بالأفكار الغريبة"، بمتوسط مرجح (٢.٠٩ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٦٩.٦٪) وهي بدرجة متوسطة، وهذا يشير إلى أن مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي يشعرون بانهم لا ينتمون إلى البيئة التي تحيط بهم بسبب تأثرهم بالبيئة الافتراضية.

- جاءت العبارة رقم (١٢) في الترتيب الأخير والتي تشير إلى "قللت من ثقتي في نفسي"، بمتوسط مرجح (١.٦٤ من ٣) وقوة نسبية مقدارها (٥٤.٦٪) وهي بدرجة ضعيفة، وهذا يشير إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يزيد من ثقة المستخدمين بأنفسهم وقدرتهم على إدارة ذاتهم وإقامة علاقات جيدة مع الآخرين، كما أنها تزيد من اعتماد المستخدمين على ذاتهم وعدم اللجوء للآخرين لحل المشاكل.

ويمكن تفسير ذلك أن نشر التدوينات على مواقع التواصل الاجتماعي قبل النوم يؤدي إلى بقاء المستخدمين مستيقظين لمتابعة التفاعلات والتعليقات على ما تم نشره، كما أن متابعة المستخدمين لحياة الآخرين ومقارنتها بحياتهم يسبب لهم التوتر والكآبة والقلق، بالإضافة إلى

تعرض المستخدمين للأفكار التي لا تتناسب مع عادات وتقاليد وقيم المجتمع تؤدي إلى شعورهم بأنهم لا ينتمون إلى هذا المجتمع وأنهم غريبين عنه ولا يعينهم.

### الثالث عشرة: التوصيات

١. ضرورة تعريف الأزواج بأهمية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بطريقة لا تؤثر على واجباتهم وعلاقاتهم المباشرة.
٢. عدم استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لفترات طويلة لتجنب المشاكل الممكن حدوثها وتعزيز العلاقات الطيبة بين الأزواج.
٣. توعية الأزواج بأهمية التفاعل والتواصل المباشر وجهاً لوجه لتقوية ودعم العلاقات فيما بينهم.
٤. توعية الأزواج بخطورة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي بهدف الحفاظ على علاقات متناغمة بينهما.

### المراجع

١. أبو النور، نسرین محمد. (٢٠٢٢). الآثار السلبية لاستخدام الهواتف المحمولة الذكية على العلاقات الاجتماعية والدينية: دراسة ميدانية. مجلة كلية الآداب-جامعة بورسعيد، (١٩)، ٧٩٤-٨٥٧.
٢. أحمد، أميرة عبده. (٢٠٢٣). المشكلات المترتبة على الديسلكسيا لدى تلاميذ المدارس الابتدائية وبرنامج مقترح من منظور الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية للتخفيف منها. المجلة العلمية للخدمة الاجتماعية لدراسات وبحوث تطبيقية، ٢١ (٣)، ٣٣٤-٣٦١.

٣. بركات، فاطمة. (٢٠١١). المشكلات الأسرية المترتبة على إدمان الإنترنت لدى الذكور المتزوجين: دراسة في الإرشاد الزواجي. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢١ (٧٢)، ٢٩١-٣١٤.
٤. جوابرة، محمد عمر، وسعادة، منال عبدالله، وشاهين، محمد أحمد. (٢٠٢٤). تصورات المرشحات التربويات لأسباب إدمان طالبات المرحلة الثانوية على مواقع التواصل الاجتماعي في تربية وسط الخليل. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، ١٥ (٤٤)، ١٤-٤٤.
٥. حسن، ثناء محمود. (٢٠٢١). مشكلات الأسرة المصرية في ضوء التغييرات العالمية المعاصرة. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، ٣٦ (١. ١)، ٢٠٩-٢٤٠.
٦. حسن، عمر جمال. (٢٠٢١). مواقع التواصل الاجتماعي: المفهوم والأهمية. *مجلة كلية الآداب بقنا-جامعة جنوب الوادي*، (٥٢. ٣)، ٧٦٨-٧٩٤.
٧. حمودة، سليمة. (٢٠١٥). الإدمان على الإنترنت: اضطراب العصر. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (١٥)، ٢١٣-٢٢٤.
٨. الحنيطي، منى احميدان. (٢٠٢٢). دور وسائل التواصل الاجتماعي في تكوين المنظومة القيمية لطلبة المرحلة الثانوية في الأردن من وجهة نظر المعلمين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الشرق الأوسط، عمان.
٩. سالم، آية أحمد. (٢٠٢٣). تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على زيادة العزلة الاجتماعية بين الأسر المصرية "دراسة ميدانية مطبقة على متطوعين لجنة التطوع بالاتحاد الإقليمي للجمعيات والمؤسسات الأهلية بالقاهرة وأسرهم". *مجلة العلوم الاجتماعية والتطبيقية*، (١. ١)، ١٥٥-٢٠٩.
١٠. السطالي، نرمين حسين. (٢٠١٩). أثر شبكات الإنترنت على اتجاهات الشباب في عصر العولمة (ط.١). ببلومانيا للنشر والتوزيع.
١١. السلوم، وليد عبد الله. (٢٠٢٠). المشكلات التي تواجه أسر التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في المرحلة المتوسطة من وجهة نظرهم. *المجلة العلمية لكلية التربية-جامعة أسيوط*، ٣٦ (١٢)، ٣١٥-٣٤٦.

١٢. سويلم، عبد الهادي محمد. (٢٠٢٣). بناء مقياس المخاطر الاجتماعي للاعبين كرة السلة بمحافظة الشرقية. *مجلة بحوث التربية الرياضية-جامعة الزقازيق*، ٧٥ (١٤٨)، ٦٥-٩١.
١٣. عبد القادر، نسرین عبد الله. (٢٠٢٠). أثر وسائل التواصل الاجتماعي على طبيعة العلاقات الزوجية. *حوليات آداب عين شمس*، ٤٨، ٤٨٧-٥٠٤.
١٤. عثمان، عبد الرحمن صوفي، وسليمان، عواطف عبد الحسين، والشربيني، محمد محمد. (٢٠٢٠). المشكلات الاجتماعية والعاطفية لدى الأسر حديثة الزواج في المجتمع العماني: دراسة ميدانية مطبقة على الأسر حديثة الزواج. *مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية*، ١٢ (٣)، ٢٠١-٢٨٨.
١٥. عرفان، ريهام عبد النبي، والقرنفلي، أيمن مصطفى. (٢٠٢٣). مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالانتحار "دراسة ميدانية على عينة من شباب محافظة القليوبية- مصر". *مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية*، (٣٨). ٤، ٣٧١-٤٢٤.
١٦. العصيمي، مالك نشاي. (٢٠٢٤). تأثير استخدام شبكات التواصل الاجتماعي في تعزيز صورة المملكة العربية السعودية كوجهة رياضية عالمية. *مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع*، (٩٩)، ٣٥١-٣٨٨.
١٧. علي، أسماء صالح، وعبد الرزاق، زينب سمير، وإبراهيم، اكنار خليل. (٢٠١٩). ادمان الانترنت وعلاقته بالتسويق الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة. *مجلة ابحاث البصرة للعلوم الإنسانية*، (B-4)، ٤٤، ١٨-٤٠.
١٨. حسين، زينة حسن. (٢٠١٥). أثر الإنترنت على العلاقات الأسرية: دراسة ميدانية في مدينة أربيل-العراق، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة، القاهرة.
19. Aksoy, M. E. (2018). A qualitative study on the reasons for social media addiction. *European Journal of Educational Research*, 7(4), 861-865.
20. Liu, Y.& Tsai, Y (2012). The impact of social networking services (SNS) on college students' social relationship and private life. *International Journal of Arts and Commerce*. 1 (4), 1-10.