الحاجة إلى المساندة الاجتماعيّة وعلاقتها بكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعيّ لدى عينة من طلبة جامعة دمشق

د. مجدي الفارس*

الملخص

هدف البحث الحالي إلى التَّعرف على الحاجة إلى المساندة الاجتماعية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق وعلاقتها بكثافة التعرض لمواقع التواصل الاجتماعي للحصول على إشباع هذه الحاجة، وقد أُجري البحث على عينة شملت (260) طالباً وطالبة في بعض الكليات التَّطبيقية والنَّظرية؛ إذ اختيرت العينة بالطريقة العشوائية العرضية، وقد تمَّ استخدام مقياس الحاجة إلى المساندة الاجتماعية من إعداد الباحث (بعد التحقق من خصائصه السّيكومترية)، واستخدمت، أيضاً، استمارة معلومات لقياس كثافة التَّعرض لمواقع التواصل الاجتماعي/إعداد الباحث/ وقَد شَملت متغيّرات البحث التَّصنيفية: نوع الدراسة (تطبيقية/نظرية)، وسنة الدراسة (أولى/أخيرة)، والنوع (ذكر/أنثى). **وقد خلص البحث إلى النتائج الآتية:**

1. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الحاجة إلى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة (عينة البحث) وكثافة تعرّضهم لمواقع التَّواصل الاجتماعي.

2. توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة الجامعة في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التعرض (منخفض، متوسط، مرتفع) لمواقع التواصل الاجتماعي؛ وذلك لصالح الطلبة الأكثر تعرضاً.

3. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلبة (الذكور والإناث) في إشباع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة تعرضهم لمواقع التواصل الاجتماعي.

* كلية التربية – جامعة دمشق.

4. توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة الكليات النظرية وطلبة الكليات التطبيقية في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة تعرضهم لمواقع التواصل الاجتماعي؛ وذلك لصالح طلبة الكليات النظرية.

5. توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الأخيرة في البحث عن إشباع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة تعرضهم لمواقع التواصل الاجتماعي؛ وذلك لصالح طلبة السنة الأخيرة.

مقترحات البحث:

1- إعادة النظر باستثمار مواقع التواصل الاجتماعي من قبل إدارة الجامعة والاهتمام بمضامين هذه المواقع؛ نظراً لارتفاع كثافة تعرض طلبة الجامعة لها.

2- في ضوء النتائج التي بينت ارتفاع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية لدى الطلبة، العمل على افتتاح مكتب يعنى بتقديم الخدمة الاجتماعية والإرشادية للطلبة في مختلف الكليات.

3- التعرف أكثر على حاجات الطلبة ودوافعهم وطرق إشباعها، ولا سيما في السنوات الدراسية الأخيرة ما ينعكس على سلامة تكيفهم وإشباع حاجاتهم المختلفة.

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعيّة، مواقع التواصل الاجتماعيّ، طلبة الجامعة.

The need for social support and its relation to the intensity of exposure to social communication media among a sample of Damascus university

Dr. Majdi Al_Fares*

Abstract

The aim of the current research is to identify the need for social support among a sample of Damascus University students and its relationship to the intensity of exposure to social communication sites to obtain satisfaction of this need. The research was conducted on a sample that included (260) male and female students in some of the applied and theoretical colleges. The sample was chosen randomly, The measure of the needs was used by the researcher, and an information form was also used to measure the intensity of exposure to social communication sites /the researcher's preparation/ and the classification search variables included the study type (Applied / Theory) and the year of the study (first / last) and gender (male / female). The research concluded the following results:

1. There was a statistically significant relationship between the need for social support among university students (the research sample) and the intensity of their exposure to social communication sites.
2. There were statistically significant differences between university students in the need for social support and the intensity of their exposure (low, medium, and high) to social communication sites in favour of the most exposed students.
3. There were no statistically significant differences between university students (male and female) in the need for social support and the intensity of their exposure to social communication sites.
4. There were statistically significant differences between students of theoretical colleges and applied colleges in the need for social support

* Faculty of Education, Damascus University.

and the intensity of their exposure to social communication sites in favor of theoretical colleges.

5. There were statistically significant differences between first year students and last year students in the need for social support and the intensity of their exposure to social communication in favor of students of the last year.

In light of the results the research offered the following suggestions:

1. Reconsideration of the investment of social communication sites by the university administration and attention to the contents of these sites due to the high intensity of exposure of university students to them.
2. Working to open an office to provide social and counseling service in various colleges.
3. Knowing the needs and motives of students and ways to satisfy them, especially in recent school years, which is reflected in the safety of their adaptation and the satisfaction of their different needs.

Key words: Social support, Social communication sites, University students.

المقدمة:

يعدّ مفهوم المساندة الاجتماعية مفهوماً حديثاً نسبياً، إذ تناولته العلوم الإنسانية في إطار البحث في العلاقات الاجتماعية، ويعد إدراك الفرد وتقييمه لدرجة المساندة الاجتماعية المحيطة به مصدراً للدعم والثقة لديه (أحمد،2002، ص51). فالحاجة إلى المساندة الاجتماعية تعدّ من الحاجات الاجتماعيّة الأساسية لدى الإنسان ومصدراً هاماً من مصادر أمنه النَّفسي والاجتماعي، وقد أثار مفهوم المساندة الاجتماعية انتباه العديد من الباحثين في الآونة الأخيرة نظراً لانتشار كثيرٍ من الأحداث الضاغطة والمشكلات النفسية التي يتعرّض لها الأفراد عامةً والشباب خاصةً ما يسهم في الاهتمام بالحاجة إلى المساندة ومحاولة التعرف إلى كيفية الحصول عليها والآثار السلبية لعدم توافرها. ومن خلال ما سعى إليه كابلان Caplan في نظريته عن أنظمة المساندة الاجتماعية ودورها في الصَّحة النَّفسية للمجتمع، فإنها تتضمنُ نمطاً مستديماً من العلاقات المتصلة أو المتقطّعة التي تلعبُ دوراً هاماً في المحافظة على وحدة النَّفس والجسم للفرد عبر حياته؛ إذ أوضحَ من وجهة نظره أن الشَّبكة الاجتماعية للفرد تزوده بالإمدادات الاجتماعية النفسية ، ولا سيما في ظل الأحداث الضاغطة، وذلك للمحافظة على صحته العقلية والنفسية (Caplan,1981,p417) ويؤثر حجم المساندة ومستوى الرضا عنها في أساليب المواجهة والتعامل مع ضغوط الحياة؛ إذ تلعب دوراً هاماً في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسيّ وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن الدراسة لدى الطلبة وتساعدهم في التحصيل الجيد (عبد الله،1995،ص473). قد يلجأُ الفرد في كثير من الأحيان عند تعرضه لمواقف ضاغطة إلى وسائل مختلفة للحصول على المساندة الاجتماعية، ومن هذه الوسائل مواقع التواصل الاجتماعي عبر شبكة الإنترنت التي أصبحَ أعداد المستخدمين لها في تزايد مستمر وسريع لاسيما في قطاع الشباب الجامعي، فضلاً عن المراهقين (غنايم وآخرون،2005، ص3). والجديرُ بالذكر أن طلبة الجامعة هم أكثر فئات المجتمع استخداماً لشبكة الإنترنت ومختلف التطبيقات المختلفة للتكنولوجيات الجديدة

لوسائل الإعلام؛ لما توفره من إمكانات وخدمات تشبع حاجاتهم النفسية والاجتماعية، وتمكنهم من بناء علاقات اتصالية مع من يرغبون، وتجعلهم يعيشون في جماعات افتراضية يُثبتون فيها ذواتهم وتمنحهم الإحساس بالإثارة والمتعة (Levinson,2009,p183)؛ إذ توفر هذه المواقع إشباع العديد من الحاجات عند استخدامها من قبل الطلبة، فهناك إشباعات اجتماعية تتمثل في الربط بين المعلومات التي يحصلُ عليها الفرد وشبكة علاقاته الشخصية مثل التحدث مع الآخرين، والتخلص من الشعور بالوحدة والملل، والبحث عن المشاركة والدعم الاجتماعي.

مشكلة البحث:

توفر البيئة المحيطة بالفرد مجموعة من العوامل التي تساعده في الحصول على الدعم الاجتماعي والمساندة الاجتماعية، ومن هذه العوامل الأسرة والأصدقاء، ووسائل الإعلام التي أصبحت شريكاً أساسياً في عملية التنشئة الاجتماعية، فعلى سبيل المثال أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي مصدراً مهماً لجذب الملايين من المستخدمين لها؛ لأنها تقدم نوعاً جديداً من التفاعل يوفر الدعم النفسي والاجتماعي ، فيسعى الفرد بواسطتها لإشباع حاجاته المختلفة، فالشبكات الاجتماعية التي يتعرض لها الفرد اليوم تيسرُ له بناء علاقات اجتماعية؛ كتكوين الصداقات، والانتماء، والتقبل، وتلقي المساندة (محمد،2014،ص67). وقد أصبحَ واضحاً تنامي أهمية مواقع التواصل الاجتماعي مع ازدياد استعمالها وتنوع استخداماتها، وهذه الأهمية لا تنحصر في تبادل المعلومات فقط، فهي تؤدي أدواراً سياسية واجتماعية ومعرفية وثقافية هامة جداً، وتُشبعُ العديدَ من الحاجاتِ النفسية. فقد أشارت العديد من الدراسات إلى العلاقة بين الحاجة إلى المساندة الاجتماعية والظروف غير الطبيعية المُعاشة (الشناوي وعبد الرحمن،1994، ص4)؛ ففي مشوار البحث عن المساندة الاجتماعية لمواجهة الظروف المحيطة سجَّلَ مستخدمو تكنولوجيا المعلومات تَعلقاً مَلحوظاً بها، وانخفاضاً في معدلات التفاعل الأسري والدائرة الاجتماعية المحيطة بهم (Aitkenhead,2002,p37). ومن خلال ملاحظة الواقع

الحالي الذي نعيشهُ اليوم والمشبع بأحداث ضاغطة، يمكن القول إنّ طلبة الجامعة أصبحوا يقضون وقتاً طويلاً على هذه المواقع بحثاً عن إشباع لحاجتهم إلى المساندة الاجتماعية بطريقة تستدعي البحث والدراسة؛ إذ أصبحت هذه المواقع الملاذ الآمن من المشكلات التي قد تحول دون التوافق والاندماج في الحياة، فيصبح العالم الافتراضي السَّند والتعويض عما يُفتَقَد في المحيط الواقعي (الحديدي،2001، ص34). وفي السِّياق نفسه، أشارت دراسة البلعاوي 2014 إلى أنَّه من أكثر الدوافع المؤدية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قبل الشَّباب هو البحثُ عن المساندة الاجتماعية لدعمِ قضاياهم، فيلجأ الشباب إلى هذه المواقع لعدم حصولهم على الدعم الكافي والمساندة الاجتماعية في الواقع الفعلي، ما يزيد من كثافة تعرّضهم لمواقع التواصل بحثاً عن إشباع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية. وفي ضوء ما تقدم تتحدد مشكلة البحث في التساؤل الآتي: "**ما هي العلاقة بين إشباع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة وكثافة تعرّضهم لمواقع التواصل الاجتماعي**"

أهمية البحث : تتمثلُ أهمية البحث فيما يأتي:

- أهمية المجال الذي يهتم به، وهو مواقع التواصل الاجتماعي الذي أصبحَ من أهم وسائل الاتصال المعاصرة وشريكاً فاعلاً في عملية التنشئة الاجتماعية.
- أهمية عملية المساندة الاجتماعية في دعم الحياة النفسية والاجتماعية للفرد وتحصينها عامةً، ولجيل الشباب خاصةً، وذلك في ضوء المتغيرات غير الطبيعية التي تحيط بنا كالاضطرابات والأزمات والحروب...إلخ، لذلك يمثلُ الاهتمام بالشباب ودعمهم وتحقيق المساندة لهم حاجة ملحة لتحصين المجتمع وتطويره.
- قد تفيد نتائج البحث الحالي في التعرف على طبيعة العلاقة بين كثافة التعرض والمساندة الاجتماعية ما قد ينعكس إيجابياً على إعداد برامج توعية وإرشاد لطلبة الجامعة للحد من الآثار السلبية النفسيّة والاجتماعيّة لديهم.

أهداف البحث: يهدف البحث إلى تحقيق الأهداف الآتية:

أ. تعرف العلاقة بين إشباع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التَّعرض لمواقع التواصل الاجتماعي.

ب. الكشف عن الفروق في إشباع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية تبعاً لمستوى كثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي (منخفض/متوسط/ مرتفع) لدى أفراد عينة البحث.

ج. الكشف عن الفروق في إشباع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي لدى أفراد عينة البحث تبعاً لمتغيرات البحث التصنيفية (النوع/ التخصص الأكاديمي/ السنة الدراسية).

فرضيات البحث:

الفرضية الرئيسية: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الحاجة إلى المساندة الاجتماعية ودرجاتهم على استمارة كثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعيّ. ويتفرع عن هذه الفرضية الفرضيات الآتية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الحاجة إلى المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير كثافة التعرّض لديهم (منخفض– متوسط– مرتفع).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغيّر النوع (ذكر/أنثى).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغيّر السنة الدراسية (أولى/أخيرة).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغيّر نوع الدراسة (تطبيقية– نظرية).

حدود البحث:

- الحدود المكانية: شملت الحدود المكانية في هذا البحث جامعة دمشق ممثلة بالكليات التالية كلية التربية / كلية الآداب والعلوم الإنسانية / كلية العلوم / كلية الهندسة المعمارية.
- الحدود الزمانية: الفصل الثاني من العام الدراسي 2019/2018 م.
- الحدود العلمية: شملت حدود البحث العلمية على المتغيرات الآتية: الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي.

تعريف مصطلحات البحث:

1– **المساندة الاجتماعية:** تعني إدراك الفرد أنه يوجد عدد كافٍ من الأشخاص في حياته يمكنه أن يرجع إليهم عند الحاجة، وأن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له (الشناوي وعبد الرحمن، 1994، ص4). ويعرّفها كلٌّ من "كوهن" Cohen و"سكتر" Schctter بأنها تفاعل الفرد في علاقاته مع الآخرين، وهي النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط الاجتماعيّة مع الآخرين، تتسم بأنها طويلة المدى ويمكن الاعتماد عليها والثقة بها وقت إحساس الفرد بالحاجة إليها لتمده بالسند العاطفي (Caplan, 1981, p44). وتُعَرَّف المساندة الاجتماعية في البحث الحالي بأنها: حاجة الفرد لعلاقات وروابط اجتماعية مع المحيطين به (الأسرة والأصدقاء) والحاجة إلى التفاعل معهم والتماس المساعدة منهم واللجوء إليهم عند الحاجة، وهي الدرجة التي يحصل عليها بواسطة الأداء على مقياس الحاجة إلى المساندة الاجتماعيّة المستخدم في البحث الحالي.

2- **كثافة التعرّض:** ويقصد بها، في هذا البحث، عدد الساعات الذي يقضيها الطالب متصفحاً لمواقع التواصل الاجتماعي على شبكة الإنترنت (بحثاً عن إشباع حاجته للمساندة الاجتماعية) والتفاعل مع الآخرين، وتُقاس درجة الكثافة من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال نتائج أدائه على الاستمارة المستخدمة لذلك في البحث الحالي.

3-**مواقع التواصل الاجتماعي:** هي مجتمعات افتراضية عبر شبكات الإنترنت تَجمعُ مجموعة من الأفراد يَحملونَ ذات الاهتمامات ويتبادلون الخبرات والمعلومات فيما بينهم بواسطة برنامج أو تطبيق محدد يشتركون جميعاً في استعمالهِ (حداد،2002، ص15)، وهي مواقع إلكترونية فعالة جداً في تسهيل الحياة الاجتماعية بين مجموعة من المعارف والأصدقاء تمكنهم من التواصل المرئي والصوتي وتبادل الصور وغيرها من الإمكانات التي توطدُ العلاقات الاجتماعية بينهم (خليفة ومحمود ،2005، ص62). ويُقصَدُ بمواقع التواصل الاجتماعي في هذا البحث: صفحات إلكترونية اجتماعية تفاعلية يتم إنشاؤها على مواقع التواصل الاجتماعيّ تتيح التواصل لمستخدميها في أي وقت وهي (الفيس بوك Face Book، تويتر Tweter...الخ)

4- **طلبة الجامعة:** ويُقصَدُ بهم في هذا البحث الطُّلبة المسجلون في جامعة دمشق بمختلف كلياتها التطبيقية والنظرية للعام الدراسي 2019/2018.

الدراسات السابقة:

بعدَ الاطلاع على العديدِ من الدِّراسات التي تناولت المُساندة الاجتماعية والدراسات التي تناولت مواقع التواصل الاجتماعي، اختيرت الدِّراسات الأقرب إلى متغيرات البحث الحالي، وقَد صنّفت هذه الدِّراسات إلى دراسات عربية وأخرى أجنبية وفق الآتي:

1. **دراسة فايز المجالي (2005) الأردن:** هدفت الدراسة إلى معرفة استخدام الإنترنت وتأثيره في العلاقات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي تبعاً لمجموعة من المتغيرات أهمها: السنة الدراسية، والنوع، ومستوى الدخل. وتكوّنت عينة الدراسة من (325) طالباً وطالبة من جامعة مؤتة، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: أنّ لاستخدام الإنترنت

أثراً أكبر في العلاقات الاجتماعيّة لدى الذكور منه على الإناث، وتبعاً لنوع الكلية؛ فقد تبيّن أن هذا الأثر أكبر لدى طلبة الكليات العلمية منه لدى طلبة الكليات الإنسانية، وكلما ارتفع المستوى الدراسي لدى الطلبة انخفض أثر استخدام الإنترنت في العلاقات الاجتماعية، وكلما ازداد العمر انخفض أثر استخدام الإنترنت على العلاقات الاجتماعية.

2. **دراسة عادل صلاح غنايم وآخرون (2005) مصر**: هدفت الدراسة التعرّف على إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلبة الجامعة، وتكوّنت عينة الدراسة من (300) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة بكليتي الآداب والتربية/ جامعة المنصورة. استخدم الباحثون مقياس إدمان التعرض لشبكة الإنترنت ومقياس المساندة الاجتماعية، وقد بينت النتائج أن طلبة الجامعة من الذكور أكثر إدماناً للإنترنت من طلبة الجامعة من الإناث، وأنّ إدمان طلبة الجامعة ذكوراً وإناثاً للإنترنت يرتبط ارتباطاً سلبياً بضعف المساندة الاجتماعية سواء من قبل الأصدقاء أو الأسرة، وإلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعد المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء والتنبؤ بارتفاع مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة من الذكور.

3. **دراسة كريمة مهدي (2004) مصر**: هدفت الدراسة إلى التعرف على الآثار النفسيّة والاجتماعيّة التي يسببها الإنترنت لطلبة الجامعة وتكونت العينة من (240) طالباً وطالبة من جامعة الأزهر بالقاهرة والأقاليم، وقد طبّق على أفراد العينة مقياس علاقة طلبة الجامعة بالإنترنت من إعداد الباحثة، ومقياس الآثار النفسية والاجتماعية من إعداد الباحثة، وقد توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في استخدام شبكة الإنترنت لصالح الذكور كما أوضحت النتائج، أيضاً، أن طلبة جامعة الأزهر بالقاهرة أكثر استخداماً لشبكة الإنترنت من طلبة الأقاليم، كذلك أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الآثار النفسية والاجتماعية؛ كالعلاقة مع الأسرة ومع الأصدقاء ومع المجتمع، واغتراب الذات، والمشكلات الجنسية، والتدخين. كما

كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيّة موجبة بين متغيّرات الإقامة بالقاهرة والأقاليم، والجنس (ذكور وإناث)، والآثار النفسية والاجتماعية المرتبطة بالإنترنت.

4. **دراسة "لاروز" وآخرين (Larose *et al.* ,2001):** هدفت الدراسة التعرّف على العلاقة بين استخدام الإنترنت والاكتئاب لدى طلبة الجامعة، فضلاً عن علاقة استخدام الإنترنت بفعالية الذات والمساندة الاجتماعية، وتكونت العينة من (171) طالباً من طلبة الجامعة منهم 60% من الذكور و40% من الإناث، وكان متوسط أعمارهم 21 عاماً، وطبّق عليهم مقياس (بيك) للاكتئاب ومقياس فعالية الذات ومقياس الضغط النفسي العام (كالمشاحنات) ومقياس المساندة الاجتماعية، وقد أشارت النتائج إلى أن مدة الخبرة السابقة بالإنترنت تزيد من فعالية الذات، فضلاً عن أنها خفضت بدورها من الضغط النفسي الذي نواجهه عند استخدام الإنترنت. كما أشارت النتائج إلى أن استخدام الإنترنت يخفض من الاكتئاب من خلال استخدام البريد الإلكتروني للحصول على المساندة الاجتماعيّة، كذلك تخفض المساندة الاجتماعية من الاكتئاب والضغط النفسي للحياة (المشاحنات)، في حين يزيد الضغط النفسي العام من الاكتئاب. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في فعالية الذات بين ذوي الخبرة السابقة لاستخدام الإنترنت من أقل من عامين وأكثر من عامين لصالح ذوي الخبرة الأقل من عامين؛ وبذلك يشعرون أكثر بالضغط النفسي للإنترنت.

5. **دراسة "إياستين" و"لاروز" (Eastin and Larose, 2000):** هدفت الدراسة إلى التعرّف على مدى استخدام شبكة الإنترنت لدرجة الإدمان للإنترنت وعلاقته بفعالية الذات لدى طلبة الجامعة، وتكونت العينة من (180) طالباً وطالبة بمتوسط عمري قدره 21 سنة، وطبّق مقياس فعالية الذات، وحدّدت مدة الخبرة لاستخدام شبكة الإنترنت، ومقياس الضغوط النفسية لشبكة الإنترنت ومقياس الضغوط النفسية للحياة، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية قوية ودالة إحصائياً بين فعالية الذات ومدة الخبرة السابقة لشبكة الإنترنت والتوقعات الاجتماعية الناتجة عن الإنترنت وتوقعات المعلومات

الشخصية وتوقعات سلبية كالترفيه الشخصي، كما أوضحت وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين فعالية الذات وكل من الضغوط النفسية للحياة، والاكتئاب، والشعور بالوحدة، وانخفاض الشعور بالمساندة الاجتماعية المدركة لدى مدمني استخدام شبكة الإنترنت. كما أشارت النتائج إلى أنه يمكن التنبؤ بفعالية الذات من خلال مدة الخبرة السابقة بالإنترنت بشرط وجود عامين من الخبرة لتحقيق الفعالية الذاتية فيه على العكس من المستخدمين الجدد للإنترنت (الأقل من عامين لاستخدام الإنترنت).

6. **دراسة "تشو" و"تايان" (Chou and Tyan, 1998) تايوان:** هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين إدمان استخدام الإنترنت والحصول على السرور والسعادة وإقامة الصداقات وبلغ قوام العينة (99) طالباً من طلبة جامعة "شياو تونج" Chiao Tung بتايوان، وتم تطبيق قائمة سلوك إدمان الإنترنت (IRABC) The Internet Related Addictive Behavior Checklist واستبيان استخدام الإنترنت بوصفه مصدراً للسرور والسعادة وإقامة الصداقات، واستمارة بيانات استخدام شبكة الإنترنت، وقد توصلت النتائج إلى وجود إدمان على استخدام شبكة الإنترنت لدى طلبة الجامعة بتايوان، وأن إدمان الإنترنت يرتبطُ ارتباطاً موجباً بإظهار السِّرور والسَّعادة والعلاقات الشخصية لدى طلبة الجامعة، ولا سيما إذا ما استخدمت شبكة الإنترنت في المنزل، كذلك أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً للطلبة المدمنين لاستخدام شبكة الإنترنت بمصادرها المختلفة والطلبة غير المدمنين لاستخدام الإنترنت وذلك لصالح مجموعة المدمنين الذين يستخدمون الإنترنت بمنازلهم فى متغيرات الدراسة، وتراوحت مدة استخدام الإنترنت بين6–12 شهراً بنسبة مئوية 9.6% لدى الطلبة المدمنين لاستخدام الإنترنت، بينما كانت النسبة المئوية 20.2% للطلبة المدمنين الذين استخدموا الإنترنت لمدة أكثر من ثلاث سنوات.

تعقيب على الدراسات السابقة:

المُلاحَظ من عرض الدراسات السابقة أنّها اتجهت إلى بحث العلاقة بين إدمان الإنترنت وبعض الخصائص النفسية اتجاهاً عاماً، وأن بعضها ذهب إلى بحث العلاقة بين التعرّض للإنترنت والمساندة الاجتماعية (موضع اهتمام البحث الحالي)؛ إلا أن هذه الدراسات ربطت المساندة الاجتماعية باضطراب الاكتئاب، ومنها دراسة "لاروز" وآخرين، ودراسة غنايم وآخرين ، وهذا ما اختلف فيه البحث الحالي عن الدراسات السَّابقة؛ إذ أُستبعدَ عاملَ الاضطراب فيما ذهبت إليه أهدافه وفرضياته، إلا أنه يمكن الإشارة إلى أن هناك اتفاقاً بين معظم الدراسات السابقة والبحث الحالي في الاهتمام بالشريحة العمرية/فئة الشباب الجامعي/ والمتغيرات التصنيفية لهذه الفئة، وقد استفاد البحث الحالي من مراجعة الدراسات السابقة في بناء أدوات البحث من جهة، وتوجيه فرضيات البحث والاستفادة مما عرضته من إطار نظري من جهة أخرى.

الجانب النظري للبحث:

1- **المساندة الاجتماعية وماهيتها:** يُقصدُ بالمساندة الاجتماعية الدَّعم الانفعالي والمادي والأدائي الذي يتلقاهُ الفرد من قبل الآخرين المحيطين به كالأسرة والأصدقاء والجيران وزملاء العمل، ومدى قدرة الفرد على تقبل هذا الدعم وإدراكه (السرسي وعبد المقصود، 2001، ص،11). ويعرف Sarason المساندة الاجتماعيّة بأنها تعبير عن مدى وجود أو توافر أشخاص يمكن للفرد أن يثق بهم الفرد ويعتقد أنه في وسعهم أن يعتنوا به ويحبوه ويقفوا بجانبه عند الحاجة (حسين، 1996، ص45). ويمكنُ القول إنّ للمساندةِ الاجتماعية تأثيراً غيرَ مباشر على الفرد وذلك بواسطة زيادة الشعور بالثقة بالنفس والضبط الداخلي وتقويته، إذ إنّ اعتقاد الفرد بأن الآخرين يحبونه ويقدرونه ويحترمونه ويتفهمونه ويشبعون حاجاته يَزيدُ من شعورهِ بالأمن النَّفسي والسعادة والثقة بالنفس، ويجعلهُ أكثرَ قوةً على مواجهةِ الضغوط والمشكلات والأزمات. ويتضحُ أنَّ الإنسانَ يَحصلُ على المساندة الاجتماعية إما بشكل رسميّ أو غير رسمي، أما الشكل الرسمي فيكون عن طريق

المؤسسات الحكومية المتخصصة أو الجمعيات الأهلية المتطوعة؛ إذ يقومُ بتقديمها الاختصاصيون النفسيون والاجتماعيون ذوو المؤهلات في مساعدةِ النَّاس في الأزماتِ والنكباتِ والمشكلاتِ، فيهرعُ هؤلاء إلى تقديم المساندة الاجتماعية للمتضررين لتخفيف آلامهم ومعاناتهم ومشكلاتهم في مواقف الأزمات. وتحرصُ جميع المجتمعات على توفيرِ المساندةِ الاجتماعيةِ الرَّسميةِ عن طريق مراكز التدخل المبكر أو السريع، ومؤسسات المساعدات المالية والعينية، ومراكز الإرشاد النفسي والاجتماعي، ومراكز الإسعافات الأولية، والخطوط التلفونية الساخنة، ومجالس إدارة الأزمات وغيرها. أما الشكل غير الرسمي للمساندة الاجتماعية فيحصل عليه الإنسان من الأهلِ والأصدقاءِ والزملاء والجيران بدافع المحبة والمصالح المشتركة والالتزامات الأسرية والاجتماعية والأخلاقية والإنسانية والدينية (مرسي، 2000، ص 198).

2– **أشكال المساندة الاجتماعية:** يمكنُ الإشارة إلى أن المساندة الاجتماعية يمكنُ أن تتجلّى في صور عدّة منها:

أ– مُساندة التقدير (Esteem Support): وهذا النوع من المساندة يتجلّى في معلومات بأن الشخص مقدَّر ومقبول، ويتحسنُ تقدير الذات عندما يُنقلُ للأشخاصِ أنَّهم مُقدَّرون لقيمَتهم الذاتية وخبراتِهم وأنهم مقبولون بالرغم من أي صعوبات أو أخطاء شخصية وهذا النوع من المُساندة يشارُ إليهِ بمسمياتٍ مختلفةٍ مثل المساندة النفسية، والتعبيرية، ومساندة تقدير الذات ومساندة التنفيس، والمساندة الوثيقة.

ب– المساندة بالمعلومات (Information Support): هذا النوع من المساندة يساعدُ في تحديد التعامل مع الأحداث الضَّاغطة وتفهمه، ويطلقُ عليهِ، أحياناً، مُساندة التقدير والتوجيه المعرفي.

ت– الصُّحبة الاجتماعية (Social Companionship): وتشملُ قضاءِ بعض الوقت مع الآخرين في أنشطة الفراغ والترويح، وهذه المساندة تخففُ الضغوطَ؛ لأنها تُشبعُ الحاجةَ

للانتماء والاتصال مع الآخرين، وكذلك تساعد على إبعاد الفرد عن الانشغال بالمشكلات أو عن طريق تيسير الجوانب الوجدانية الموجبة، ويشارُ إلى هذا النوع من المساندة أحياناً بأنه مساندة الانتشار والانتماء.

ث- المساندة الإجرائية (Instrumental Support): وتشتمل على تقديم العون المالي والإمكانات المادية والخدمات اللازمة، وقد يُساعدُ العون الإجرائي على تخفيفِ الضغط عن طريق الحلِّ المباشر للمشكلات الإجرائية، أو عن طريق إتاحة بعض الوقت للفرد المتلقي للخدمة، أو العون للأنشطة مثل الاسترخاء، أو الرَّاحة. ويطلقُ على المساندة الإجرائية، أيضاً، مسميات مثل العون المساندة المادية، والمساندة الملموسة. وعلى الرغم من أن أشكال المساندة يمكنُ تمييزها نظرياً، إلا أنهُ في المواقفِ الطَّبيعيةِ لا نجدُها مُنفصلةٍ عن بعضها بعضاً؛ فعلى سبيل المثال: من الممكن لأولئك الذين لديهم صحبة اجتماعية أكبر أن يكون لديهم أيضًا فرصة للحصول على المساندة الإجرائية ومساندة التقدير (دياب، 2006، ص63).

3- وظائف المساندة الاجتماعية:

أ- الوظيفة الوقائية: تعدّ المساندة الاجتماعية مصدراً مهمّاً من مصادر الدعم النفسي الاجتماعي الفعال الذي يحتاجهُ الفرد في مواجهةِ الضغوط؛ إذ يؤثرُ نمط ما يتلقاه الفرد من دعم، سواء أكان عاطفياً أو معلوماتياً أو ذاتياً، في إثراءِ خبرتهِ، وجعلهِ أكثرَ إدراكاً وتقديراً، وواقعياً في تقييمهِ للحدثِ، ما يُسهِمُ، بالتالي، في زيادة قدرته ومهارته في مواجهة الضغوط والتعامل معها، وبذلك نجدُ أنَّهُ بمقدارِ تَلقي المساعدة والدَّعمَ الاجتماعي يكونُ التباين في حدوث الضغوط وخطورة تأثيراتها.

ب- الوظيفة العلاجيّة: إن المساندة الاجتماعية، بما تتيحهُ من علاقات اجتماعية تتسمُ بالدفءِ والثقة، تعملُ بوصفها حواجزَ ضد التأثيرات السلبية لضغوط الحياة، ومثل هذه العلاقة، فضلاً عن أنها تمثلُ مصدراً للتخفيفِ من الآثار السلبية الناتجة عن تعرض الفرد للأحداثِ الضاغطة بما تتيحهُ من إشباع لحاجاتِ الفرد، فإنَّها تزيدُ من شعورهِ بهويته وتقديره لذاته، وتعملُ على شحن معنوياته، وترفع من مستوى مواجهته للضغوط واعتقاده

في فاعليته وكفاءته، وتعزّز ثقته بنفسه، وهي كلها عواملُ تساعد في الوقاية من هذه الضغوط؛ إذ تسهم كذلك في الشفاء مما يترتب عليها من آثار سلبية على الصحة والنفس.

4– **مواقع التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية للشباب:** شهدت مواقع التواصل الاجتماعي انتشاراً واسعاً خلالَ السَّنوات الأخيرة، وتعددت، وتنوعت محاولةً تقديم العديد من الخدمات وتحقيق مختلف الإشباعات لمستخدميها، ويأتي في مقدمتها موقع "فيسبوك"، و"تويتر"، و"يوتيوب"، و"واتس أب". وقد تعدّدت تعريفات مواقع التواصل الاجتماعي واختلفت من باحث إلى آخر؛ إذ يعرّفها "بالاس" (BALAS) على أنها مواقع تستخدم لبناء مجتمعات افتراضية على شبكة الإنترنت تمكن الأفراد أن يتواصلوا مع بعضهم بعضاً للعديد من الأسباب (Anderson, 2010,p2). وبطبيعة الحال يميلُ الشباب أكثرَ من غيرهم إلى استخدام هذه المواقع، فالشباب يمتازون بسماتٍ نفسية تُميزهم من سائر فئات المجتمع الأخرى؛ إذ تعدّ فترة الشباب مرحلة عمرية يحتاجُ فيها الفرد إلى الاستقلاليةِ والمساندةِ في بناءِ ذاتهِ وشخصيته، ويلجأ كثير من الشبابِ إلى مواقع التواصل الاجتماعي نتيجةً للبطالةِ وعدم توافر فرص عمل يفرِّغُون فيها طاقتهم وقدرتهم على العطاء والإنجاز، فيتجون إلى هذه المواقع للهروبِ من واقعٍ مرير؛ فالشابُ بطبعهِ يبحثُ عن عنصر التجديد والتغيير، وعادة ما يكون هو أول من يتبنى التكنولوجية الجديدة لاستخدامها في ذلك، وقَد أشارت كثيرٌ من دراسات التأثير في علومِ الإعلامِ والاتصال إلى أنَّ الشباب هم أسرع الفئاتِ تَقبُلاً للجديدِ وأكثرها تأثراً وتأثيرا (Levinson, 2009,p183). وقد ازدادت الأدلة حول إيجابيات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وسلبياتها؛ إذ أشارت نتائج بحث أجري عام 2012 في جامعة "جورجيا" أنّ ملايين الأشخاص الذين يسجّلون دخولهم إلى مواقع التواصل الاجتماعي يومياً يعززون تقديرهم لذواتهم، فالتواصل مع الآخرين والسيطرة على نظرتهم تؤثرُ إيجاباً في نظرِ الفردِ إلى نفسهِ. وبالمقابل أثبتت الدراسة التي أجريت في عام 2013 في جامعة "ميشيجان" أن الطلبة الذين يعانونَ نزعةٍ نرجسيةٍ هم أصحاب أعلى نسبة من المنشورات على مواقع

التواصل الاجتماعي لتغذية غرورهم والسيطرة على نظرة الآخرين إليهم (https://www.dove.com/arabia/ar/) ومن تأثيرات مواقع التواصل الاجتماعي أنها أضفَت بُعداً جَديداً على حياةِ الملايين من البشرِ من إحداثها لتغييراتٍ ثقافيةٍ واجتماعيةٍ وسياسيةٍ واقتصاديةٍ في حياةِ مجتمعاتٍ بأكملها ومن أهم التغيرات:

- تعزيزُ العلاقات الاجتماعية: فاليوم ومعَ تطور تكنولوجيا التَّواصل أصبحَ من السَّهلِ متابعة الأخبار عبر مواقع التواصل الاجتماعي وإتاحة الفرصة لإعادة روابط الصَّداقة القديمة؛ إذ أصبح بالإمكان بواسطة هذه المواقع البحث عن أصدقاءِ الدراسةِ أو العمل ممن اختفت أخبارهم بسبب تباعد المسافات أو مشاغل الحياة.
- تعزيز الذات: فمن لا يملكُ فرصةً لخلقِ كيانٍ مستقلٍ في المجتمع يعبرُ به عن ذاته، فإنه عند التسجيل والتفاعل على مواقع التواصل الاجتماعي يشعرُ بأنَّه أصبحَ له كيان مستقل.
- الانفتاح على الآخر: فالتواصل مع الآخرِ سواء أكان مختلفاً في الدين والعقيدة والثقافة والعادات والتقاليد واللون والمظهر والميول سيسهلُ اكتساب صَديقٍ ذي هوية مختلفة بغض النظر عن قرب المسافة أو بعدها.
- التقليل من مهارات التفاعل الشخصي: إنّ سهولة التواصل عبر هذه المواقع تقلل من زمن التفاعل على الصعيد الشخصي للأفراد والجماعات المستخدمة لهذه المواقع، وكما هو معروف، فإنّ مهارات التواصل الشخصي تختلف عن مهارات التواصل الإلكتروني؛ ففي الحياة الطبيعية لا يمكنُ أن نَخلق فوراً محادثة مع شخص ما، وأن نُلغِيه من دائرة التواصل بكبسة زر.
- انعدام الخصوصية: تواجه أغلبية المواقع الاجتماعية مشكلة انعدام الخصوصية مما يتسبب بكثيرٍ من الأضرار المعنوية والنفسية للشباب، وقد تصلُ في بعضِ الأحيان لأضرار مادية، فملف المستخدم على هذهِ الشبكةِ يحتوي على معلوماته الشخصية جميعها، فضلاً عمّا يبثهُ من هموم ومشكلات تصلُ بسهولةٍ إلى يد أشخاص قد يستغلونها بغرض الإساءة والتشهير (أمين، 2009، ص56).

وفي سياق ما تقدم يمكن القول: إنّ البحث الحالي اعتمد على مدخل الاستخدامات والإشباعات الذي يعدُّ محاولةً لتفسيرِ طريقة استخدام الأفراد وسائل الإعلام بوصفِها مَصدراً مُهماً لإشباع حاجاتهم ومتطلباتهم، ووفقاً لهذا المدخل الذي ينظر إلى الجمهور على أساس أنه نشطٌ وليسَ سلبياً أي أن الأفراد هم الذين يتحكمونَ في تعرّضِهم لوسائل الإعلام، وهنا تتنافس وسائل الإعلام مع المصادر الأخرى التي تَسعى لإشباع حاجات الأفراد وأهدافهم بواسطة التعرّض لمضامينها لحل مشكلاتهم ولإشباع دوافعهم مثل؛ البحث عن المعلومات، والاتصال الاجتماعي، والترفيه والتعليم. وقد شهدَ مدخل الاستخدامات والإشباعات العديد من التطورات والتغيرات، ولم يعد يركز على الأمور النفسية فقط لأفراد الجمهور في تحديد ما يحصل عليه الأفراد من وسائل الإعلام بل أعطى أهمية خاصة للجوانب الاجتماعية الجمهور (الموسى، 2009، ص48). ومن هنا يختار الأفراد من مضامين وسائل الإعلام ما يتناسب مع رغباتهم وما يشبع حاجاتهم إلى الإعلام والتسلية والتعليم الاجتماعي (Rayburn and Palmgreen, 2004,p.237) ويسعى مدخل الاستخدامات والإشباعات إلى قياس مجموعة من الفروض منها: أن الجمهور إيجابي نشط في استخدامهِ لوسائل الإعلام ويستخدمُ هذه الوسائلَ لتحقيقِ أهداف مقصودة تلبي توقعاته، ويملك أفراد الجمهور المبادرة في تحديد العلاقة بين إشباع الحاجات واختيار وسائل معينة يرى أنها تشبعُ حاجاتهِ، وبما أن الجمهور وحده القادر على تقدير وتحديد حاجاته واهتماماته، فمن ثمّ يختار الوسائل والمضامين التي تشبع هذه الاحتياجات (Werner and James, 1999,p127) وفي السياق نفسه يمكنُ القولَ: إنّ الشباب، الذي يُعدّ من أكثر الفئات العمرية استخداماً لمواقع التواصل الاجتماعي، يحاولُ تلبيةَ العديدَ من حاجاتهِ، ومنها البحثُ عن المساندة الاجتماعية ضمن عمليات الإشباع التي يحصلُ عليها من هذه المواقع.

الجانب الميداني للبحث:

1- **منهج البحث:** اتُبِع المنهج الوصفيّ التحليليّ في هذا البحث نظراً لمناسبةِ هذا النوع من المناهج لإجراءات التطبيق. ويُعرَّف المنهج الوصفي بأنهُ مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات، وتصنيفها، ومعالجتها، وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث (الرشيدي، 2000 م، ص59). وفي ضوء هذا المنهج المتبع جمعت البيانات من طلبة جامعة دمشق (عينة البحث) وعُمل على تبويبها ومعالجتها تبعاً لأهداف البحث ومتغيراته.

2-**عينة البحث:** اختيرت عينة البحث من أربع كليات في جامعة دمشق؛ اثنتان منها من الكليات ذات الدراسة النظرية، وهي كلية التربية وكلية الآداب والعلوم الإنسانية، واثنتان من الكليات التطبيقية، وهي كلية العلوم وكلية الهندسة المعمارية. وقد بلغ عدد العينة (260) طالباً وطالبةً، واختيرت العينة تبعاً لطريقة (العينة العشوائية العرضية) لتوافق هذا الإجراء مع أهداف البحث، وأُخذ بعين الاعتبار مراعاة متغيرات البحث التصنيفية عند سحب العينة في كل كلية؛ فتمت مراعاة السَّنة الدراسية للطالب (سنة أولى وسنة أخيرة)، ومتغير النوع (ذكر وإنثى)، ومتغير نوع الدراسة (نظرية وتطبيقية) بما يتناسب مع أهداف البحث وفرضياته والجدول رقم (1) يبينُ توزّع أفراد عينة البحث حسبَ متغيراته.

الجدول رقم (1) توزع أفراد العينة حسب متغيرات البحث التصنيفية

المتغير	العدد	المجموع
النوع:		260
ذكور	100	
إناث	160	
السنة الدراسية:		260
السنة الأولى	150	
السنة الأخيرة	110	
تخصص الدراسة:		260
كلية نظرية	130	
كلية تطبيقية	130	

3– أدوات البحث: للحصول على المعلومات والبيانات المطلوبة من عينة البحث قام الباحث بإعدادِ أدوات البحث واتبعَ في ذلك خطوات المنهج العلمي، وكانت هذه الأدوات:

أ– مقياس الحاجة إلى المساندة الاجتماعية: بعد الاطلاع على الدراسات السابقة وأدبيات البحث المتعلقة بموضع البحث الحالي من جهة، والاطلاع على مجموعة من المقاييس المتعلقة بقياس المساندة الاجتماعية، مثل المقياس الذي أعدهُ عادل غُنيم وآخرون ومقياس أسماء السَّرسي، قامَ الباحث بإعداد مقياس المساندة الاجتماعية، وقد تألَّفَ المقياس بصورته النهائية من (24) أربع وعشرين عبارة تقيس تقدير المُساندة كَما يُدركها طلبة الجامعة والرضا الذاتي عن تقديم المساندة لهم، وقد اختار الباحث أن تكون الإجابة متدرجة ضمن ثلاثة خيارات هي (دائماً، أحياناً، نادراً)؛ إذ يوضح بدقة مجال الاختلاف بين تقييم المساندة من قبل عينة البحث. وفيما يلي شرح لما قام به الباحث للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس.

صدق المقياس: للتأكد من صدق المقياس اتبع الباحث عدة طرق، وهي:

- صدق المحكمين حيث تم عرض المقياس على مجموعة من المحكّمين الاختصاصيين في التربية وعلم النفس لإبداء الرأي على مدى تغطية عبارات المقياس للأبعاد التي يشملها وسلامة الصِّياغة اللغوية والمنهجية للبنود، وقد بلغَ عددهم (6) ستة محكمين، وبعد الاطلاع على رأيهم أجريت بعض التعديلات على المقياس وتضمنت هذه التعديلات ما يأتي:
  - إعادة صياغة معظم العبارات لتصبح ذات دلالة أقوى مما كانت عليه.
  - توزيع العبارات على أبعاد المقياس لضمان التوازن في العدد.
  - اختصار بعض العبارات لتكون أكثر تحديداً للمعنى المقصود بها.
- طريقة المقارنة الطَّرفية: استخدمت هذه الطريقة على عينة من الطلبة بلغت (35) طالباً وطالبة؛ إذ قسّمت درجاتهم، وحُسبت دلالة الفروق بين المتوسطات ما بين الرُبع الأعلى والرُبع الأدنى، وكانت الفروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، ما

يشير إلى أن الحكم على المقياس بالقدرة على التمييز بين متوسطي درجات الطلبة مرتفعي مستوى المساندة الاجتماعية ومنخفضي مستوى المساندة الاجتماعية. والجدول رقم (2) يوضح ما ذهبت إليه النتائج.

الجدول رقم (2) يبين الصدق التمييزي للمقياس

المقياس	اختبار ليفني للتباين المتساوي		اختبارT "ستودنت" للمتوسطات المتساوية				
	ف	مستوى الدلالة	قيمة T	درجة الحرية	مستوى الدلالة	متوسط الفرق	الخطأ المعياري لفرق المتوسطات
تجانس التباين المفسر	17.120	0,001	-33,125	34	0,000	-16,43	0,1297
تجانس التباين غير المفسر			-33,125	16,19	0,000	-15,862	0,1421

والمُلاحَظ من الجدولِ السَّابق أنَّ مُستوى الدَّلالة لاختبار "ليفني" و"ستودنت" للمقياس هو (0,001) ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الرُّبع الأعلى والرُّبع الأدنى لعينة الصدق، وذلك يؤكد أن للمقياس قدرة على التَّمييز بين ذوي الدرجات المُرتَفعة وذوي الدرجات المنخفضة على مقياس المساندة الاجتماعية.

ثبات المقياس: بعد أن تم التأكد من صدق المقياس والانتهاء من صياغة عباراته في شكلها النهائي، حسب ثبات المقياس بطرق متعددة، وهي:

- طريقة إعادة التطبيق Test - Retest: لاختبار ثبات المقياس بهذه الطريقة اختيرت مجموعة من الطلبة بلغ عددهم (35) طالباً وطالبة من طلبة جامعة دمشق مشابهين في خصائصهم لعينة البحث الأساسية المستهدفة، وقد قَامَ الباحثُ بتطبيق المقياس على هذه العينة، وبعد انقضاء أسبوعين على زمن إجراء التطبيق لمقياس المساندة الاجتماعية تمت إعادة التطبيق على أفراد عينة البحث أنفسهم (الخاصة بالثبات)، وبعدها تمت

عملية حساب الارتباط بين نتائج التطبيق الأول والتطبيق الثاني تبعاً لمعامل "بيرسون" للارتباط (Pearson Correlation) حيث بلغ (0.83).

- طريقة التجزئة النِّصفية (Split-Half Method): تمت إجراءات التحقق من الثبات بهذه الطريقة عن طريق تقسيم عبارات المقياس إلى نصفين؛ شمل النِّصف الأول العبارات ذات الأرقام الفردية، وشمل النصف الثاني العبارات ذات الأرقام الزوجية، وذلك بعد تطبيقه على العينة الخاصة بالثبات، وقد استخرج معامل الارتباط بين الدرجات الفردية والدرجات الزوجية بعد حساب الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة البحث؛ إذ تراوحت معاملات ارتباط التجزئة النصفية على فقرات المقياس ما بين (0،75 و 0،79).
- طريقة التجانس الداخلي: وللتأكد أكثر من ثبات المقياس قام الباحث باستخدام معادلة (ألفا كرونباخ) (Cronbach Alpha)،إذ بلغ معامل الثَّبات الكُلي للمقياس (0،91) ما يعني بأن معدل الثَّبات عالٍ، والجدول رقم (3) يبين معاملات الثبات للمقياس.

الجدول رقم (3) معاملات ثبات المقياس

معامل الثبات	قيمته
إعادة التطبيق	0،83
التجزئة النصفية	0،79 – 0،75
التجانس الداخلي	0،91

والمُلاحَظ من خلال النتائج المعروضة في الجدول السَّابق أن القيم التي تم التوصل إليها بواسطة العمليات الإحصائية لاختبار معامل الثبات تشيرُ إلى أن المقياس يتمتع بقيم ثبات عالية، ما يَدلُّ على صلاحيتهِ لتحقيق أهداف البحث.

ب- **استمارة كثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي:** قام الباحث بإعداد استمارة معلومات تقيس كثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي/الملحق رقم 2/ شملت معلومات حول عدد الساعات (الكثافة) التي يقضيها الطالب على مواقع التواصل الاجتماعي، وقد حدّدت ثلاثة مستويات لقياس الكثافة فكانت على النحو الآتي:

- ساعة واحدة: كثافة تعرّض منخفضة.
- من 2–3 ساعات: كثافة تعرّض متوسطة.
- أربع ساعات وأكثر: كثافة تعرّض مرتفعة.

ومن جانب آخر شملت الاستمارة، أيضاً، مجموعة من العبارات بلغ عددها (10) عشرة عبارات تقيس كثافة التفاعل بهدف تلقي المساندة الاجتماعية، وقد حددت الإجابة على هذه العبارات بثلاثة خيارات هي:/دائماً وتأخذ الإجابة عليها 3 درجات/أحياناً وتأخذ الإجابة عليها درجتان/ نادراً وتأخذ الإجابة عليها درجة واحدة/، وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها الطالب هي 30 درجة وتعبر عن كثافة في التفاعل، وأدنى درجة يحصل عليها هي 10 درجات وتعبر عن تفاعل منخفض، وعند القيام بالجانب الميداني وتطبيق أدوات البحث كان كل طالب يحصل على استمارة كثافة التعرض مرافقة لمقياس الحاجة إلى المساندة الاجتماعية.

الأساليب الإحصائية المستخدمــة: بعدَ الحصول على كافة البيانات الأولية من عينة البحث استُخدم برنامج (SPSS)، الخاص بالعلوم التربوية والنفسية، وحزمة الأساليب الإحصائية التي تتناسب مع فرضيات البحث الحالي للوصول إلى النتائج النهائية.

نتائج البحث وتفسيرها:

- **الفرضية الرئيسية:** توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الحاجة إلى المساندة الاجتماعية ودرجاتهم على استمارة كثافة التعرض لمواقع التواصل الاجتماعي. وللتحقق من صحة الفرضية حلّلت بيانات عينة البحث باستخدام معامل ارتباط "بيرسون" لكل من المساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعيّ، وجاءت النتائج كما هو مبين في جدول الوصف الإحصائي رقم (5).

الجدول رقم (5) نتائج معامل ارتباط "بيرسون" بين الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي

	منخفضي التعرض			متوسطي التعرض			مرتفعي التعرض				
	العدد	المتوسط	الانحراف	العدد	المتوسط	الانحراف	العدد	المتوسط	الانحراف	معامل الارتباط العام	مستوى الدلالة
الحاجة إلى المساندة الاجتماعية	58	117	15.4	131	33.5	3.65	71	47.5	4.75	.145*	0.038

وتشير نتائج معامل الارتباط إلى صحة الفرضية الرئيسية بوجود علاقة دالة إحصائياً بين البحث عن إشباع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث وتعرّضهم لمواقع التواصل الاجتماعي بحثاً عن إشباع هذه الحاجة؛ إذ بلغت قيمة معامل ارتباط "بيرسون" (*145.) ما يشير إلى وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (038.). ويمكنُ تفسيرُ هذه العلاقة التي أشارت إليها النتائج بأن العلاقات الاجتماعية قد تأثرت بالتطورات المتسارعة التي حدثت في المجتمعات كافة في ظلِّ العولمة، لاسيما فيما يتعلقُ بظهورِ شبكات التَّواصل الاجتماعي وعلى رأسها الفيسبوك وتويتر التي فرضت واقعاً اجتماعياً مُغرياً في كثيرٍ منَ الأحيان للجوء إليها لإشباع بعض الحاجات الاجتماعية المنشودة في ظلِّ الظروف الضَّاغطة، وما المساندة الاجتماعية إلا إحدى الحاجات النَّفسية الاجتماعية المعدِّلة أو الملطِّفة أو الواقية من أحداث الحياة الضَّاغِطة يَتلقاها الفردُ من أعضاءِ أسرتهِ وأصدقائهِ (دياب،206،ص67) أو بواسطة وسائل الاتصال المختلفة ومنها وسائل التواصل الاجتماعي، وهذا يتوافق مع ما ذهبَ إليهِ كل من (Nie and Erbing) في مجال تكنولوجيا المعلومات التي أثَّرت تأثيراً كبيراً في عملية التفاعل الفردي والجماعي داخلَ المحيط الأسري وداخلَ المحيط الاجتماعي للمجتمع الأكبر (الشهري، 2013،ص88). فقد أكَّدت العديد من الدراسات السَّابقة أهمية

المساندة الاجتماعية من قبل النظراء في مرحلة الشباب، وفَسَّرت ذلك بأنَّ المراهق الشَّاب يتأثرُ برفاقهِ أكثر من تأثرهِ بأسرته لرغبتهِ في الانفلات من سُلطة الوالدين واهتمامه بالاندماج مع زملائه وأصدقائه (العيسوى،1987، ص65)، والأداة الأكثر تلبية لهذا النوع من السلوك في هذا العصر هي مَواقع التَّواصل الاجتماعي التي يتفاعل طلبة الجامعة بواسطتها مع بعضهم بعضاً، ويبحثون عن إشباع العديد من الحاجات ومنها للمساندة الاجتماعية.

- **الفرضية الفرعية الأولى:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الحاجة إلى المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير كثافة التعرّض (منخفض- متوسط- مرتفع) وللتحقق من صحة الفرضية حُسب تحليل التباين الأحادي الاتجاه (Anova) لقياس دلالة الفروق، وجدول الوصف الإحصائي رقم (6) يبين النتائج.

الجدول رقم (6) تحليل التباين للفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة للحاجة للمساندة الاجتماعية تبعاً متغير كثافة التعرض

المتغيرات		مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجة الحرية	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الحاجة للمساندة الاجتماعية	كثافة التعرّض						
	منخفض	بين المجموعات	949,05	473,52	2	7,66	0,001
	متوسط	داخل المجموعات	1837,19	62,08	257		
	مرتفع	الإجمالي	19,328	-	259		

الملاحظ من الجدول السابق وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الحاجة إلى المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير كثافة التعرّض (منخفض، متوسط، مرتفع) حيث بلغت قيمة (ف) (7,66) عند مستوى الدلالة (0,001) ما يعني قبول الفرضية والإقرار بوجود فروق دالة إحصائياً في البحث عن إشباع الحاجة إلى المساندة وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعيّ لدى طلبة الجامعة أفراد عينة البحث؛ أي أنه كلما زادت الحاجة إلى المساندة الاجتماعية عند طلبة الجامعة زاد عدد الساعات

التي يقضونها على مواقع التواصل الاجتماعي، وقَد توافقت هذهِ النتيجة مع ما انتهت إليهِ دراسة (لاروز وآخرين،2001) التي أكَّدت وجودَ علاقة بينَ استخدام طلبة الجامعة لشبكةِ الإنترنت والبحث عن المساندة الاجتماعية، وهذا ينسجم مع ما ذهبت إليه نظرية الاستخدامات والإشباعات في وسائل الإعلام حيث الجمهور هو جمهور نشيط يتميز بالمشاركة الإيجابية مع وسائل الإعلام ويربط بين احتياجاته وبين اختياره لوسائل الاتصال المناسبة لإشباع هذه الحاجات بحيث يستخدم الوسائل التي تحقق أهدافاً مقصودة تلبي حاجاته وتشبعها، فيزيد من مقدار التعرض والتفاعل مع هذه الوسيلة أو تلك(كريس،2006،ص179) وبذلك يمكن القول: إنّ كثافة تعرض طلبة الجامعة لمواقع التواصل الاجتماعي تزداد مع ازدياد تعرضهم للعوامل الاجتماعية والنفسية التي تخلق لديهم حاجات معينة ومنها الحاجة إلى المساندة الاجتماعية، فتبدأ عملية رسم توقعات عن المصادر التي يمكن أن تلبي هذه الحاجات وتشبعها من خلال مجموعة من المصادر يكون على رأسها وسائل التواصل الاجتماعي.

- **الفرضية الفرعية الثانية:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغير النوع (ذكر/أنثى). وللتحقق من صحةِ هذهِ الفرضية تمَّ استخدام اختبار (ت . ستودنت) للفروق بين المتوسطات، وجدول الوصف الإحصائي رقم (7) يبين النتائج.

الجدول رقم (7) اختبار (ت–ستودنت) للحاجة للمساندة الاجتماعية وكثافة التعرض لمواقع التواصل تبعاً لمتغير النوع

الحاجة للمساندة / كثافة التعرض	الذكور ن =100		الإناث ن =160		T	مستوى الدلالة
	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف		
تعرض منخفض	34.5	2.95	34	2.95	.89	0,20
تعرض متوسط	42	3.4	41.5	3.67	.99	0,40
تعرض مرتفع	44.5	3.8	43.5	3.72	1.2	1,06

الملاحظ من خلال الجدول السابق أن نتائج اختبار الفروق تشير إلى عدم وجود فروق بين متوسطات درجات الحاجة إلى المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة وكثافة تعرضهم لمواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغير النوع؛ إذ بلغت قيمة (ت) في اختبارالفروق وعلى المستويات الثلاثة لكثافة التعرض أكثر من (005,.)، ما يعني رفض الفرضية الفرعية الأولى، ويمكن تفسير ذلك بأن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قبل أفراد عينة البحث طلباً للمساندة الاجتماعية يتقارب بدرجة كبيرة عند كل من الذكور والإناث وهذا ما بينتهُ طبيعة الإجابات على مقياس المساندة الاجتماعية سواء بالعبارات التي تشيرُ إلى المساندة الاجتماعية المقدمة من قبلِ الأسرة أم المقدمة من قبل الأصدقاء أم تلك التي يتلقونها من خلال تعرضهم لمواقع التواصل، ويمكنُ القَول: إنّه في ضوءِ الظُّروف المُعاشة حالياً والأزمة التي تَفرِضُ أبعادَها على الواقع فإنَّ جميع شرائح المجتمع، ومنهم طلبة الجامعةتن ترتفع لديها الحاجة إلى المساندة الاجتماعية والبحث عن الدعم والمساندة الاجتماعية، وهذا ما قَلل الفروق بين الجنسين، فضلاً عن المرحلة العمرية لعينة البحث والتشابه في الخصائص والحاجات النمائية كالحاجة إلى الانتماء، والحاجة إلى إقامة علاقات اجتماعية، والحاجة إلى التعبير عن الرأي والحاجات العاطفية. وقد اختلفت هذه النتائج مع ما انتهت إليه دراسة (كريمة مهدي، 2004) التي أشارت إلى وجود فروق بين طلبة الجامعة الذكور والإناث في استخدام شبكة الإنترنت لصالح الذكور، ويمكنُ تَفسيرُ هذا الاختلاف بأن الدراسة السَّابقة هدفت التَّعرف على الآثار النفسية والاجتماعية (بشكل عام)، تلك التي يُسَببها التَّعرض لشبكة الإنترنت في حين ذهب البحث الحالي إلى متغير أكثر دقة وتحديداً وهو المساندة الاجتماعية مع الأخذ بعين الاعتبار، أيضاً، اختلاف المكان واختلاف الظُّروف السَّائدة /الضاغطة/ في زمن تطبيق كلا البحثين.

- **الفرضية الفرعية الثانية:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة البحث في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي تبعاً

لمتغير السنة الدراسية (أولى/أخيرة). وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت– ستودنت) للفروق بين المتوسطات، وجدول الوصف الإحصائي رقم (8) يبين النتائج.

الجدول رقم (8) اختبار (ت–ستودنت) للحاجة للمساندة الاجتماعية وكثافة التعرّض لمواقع التواصل تبعاً لمتغير السنة الدراسية

الحاجة للمساندة / كثافة التعرض	سنة أولى ن =150		سنة أخيرة ن= 110		T	مستوى الدلالة
	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف		
تعرض منخفض	31.5	2.35	26.5	2.39	2.88	.,001
تعرض متوسط	33.5	2.95	39.5	2.95	2.76	.,001
تعرض مرتفع	40.5	3.85	45.5	3.72	2.48	.,005

والملاحظ من خلال النتائج المبينة في الجدول السابق أن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين متوسطات درجات عينة البحث في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية ومتوسطات درجات كثافة التعرض لمواقع التواصل لصالح طلبة السنة الجامعية الأخيرة؛ إذ أشارت النتائج لوجود فروق في مستويات التعرض الثلاثة (المنخفض، والمتوسط، والمرتفع)، ما يعني أن طلبة السنة الجامعية الأخيرة هم أكثر بحثاً عن المساندة الاجتماعية من خلال تعرّضهم لمواقع التواصل الاجتماعي في حين أن طلبة السنة الأولى هم الأقل بحثاً عن إشباع حاجتهم للمساندة الاجتماعية من خلال تعرضهم لمواقع التواصل الاجتماعي مقارنة بطلبة السنة الجامعية الأخيرة، ويمكن تفسير هذه الفروق من خلال أداء عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية وذلك بتعبيرهم عن الشعور بالقوة عند تواجدهم بين أصدقائهم والمشاركة في الأنشطة بينهم، وهذا منطقي في سياق علاقات الصَّداقة الأكثر ثباتاً واستمراريّة في السنوات الجامعية الأخيرة قياساً بتلك العلاقات التي قد تكون حديثة نوعاً ما وغير مستقرة عند طلبة السنة الأولى، فطلبة السنة الأخيرة يتشاركون الأنشطة والمعلومات ويتفاعلون فيما بينهم باستخدام مواقع التواصل أكثر من طلبة السنة الأولى الذين ما زالوا في عباءة أسرهم ومساندتها الاجتماعية، وهذا يتماشى مع ما ذهب إليه كلٌّ من السِّرسي

وعبد المقصود من أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها أفراد العينة من الأصدقاء كانت أقوى من المساندة التي يتلقاها من أفراد العائلة (السرسي وعبد المقصود،2001، ص14)، ومن جانب آخر ترجع ارتفاع كثافة تعرّض طلبة السنة الجامعية الأخيرة لمواقع التواصل الاجتماعي بحثاً عن المساندة مقارنة بطلبة السنة الأولى لإدراكهم ارتفاع حجم الضغوط التي سيواجهونها قريباً بعد تخرجهم من الجامعة كالحصول على فرصة مناسبة للعمل وتأمين دخل مادي لمواجهة متطلبات الحياة والعمل على إقامة أسرة وانخراطهم في الحياة العملية، وهذا يتوافق مع نتائج دراسة (Eastin and Larose, 2000) التي أشارت إلى وجود علاقة بين مدة الخبرة السابقة لمدمني استخدام شبكة الإنترنت وبعض المتغيرات ومنها المساندة الاجتماعية، وهذا ما ينطبق على أفراد عينة البحث الحالي من طلبة السنة الجامعية الأخيرة بكم الخبرة المكتسبة لديهم ونوعها مقارنة بالخبرات السابقة لدى طلبة السنة الأولى.

●**الفرضية الفرعية الثالثة:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة البحث في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية ومتوسطات درجات كثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغير نوع الدراسة (تطبيقية– نظرية). وللتحقق من صحة الفرضية استخدم اختبار (ت– ستودنت) للفروق بين المتوسطات، وجدول الوصف الإحصائي رقم (9) يبين النتائج.

الجدول رقم (9) اختبار (ت– ستودنت) للحاجة للمساندة الاجتماعية وكثافة التعرض لمواقع التواصل تبعاً لمتغير نوع الدراسة

الحاجة للمساندة / كثافة التعرض	كلية تطبيقية ن =130		كلية نظرية ن=130		T	مستوى الدلالة
	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف		
تعرض منخفض	25,51	3,409	27,50	1,772	5,150	.001
تعرض متوسط	33,09	4,134	36,29	2,792	6,38	.001
تعرض مرتفع	34,10	3,625	35,91	2,565	4,62	.001

في ضوء النتائج المبينة في جدول الوصف الإحصائي السابق يلاحظ أن مستوى دلالة الفروق بلغ في المستويات الثلاثة للتعرض (المنخفض، والمتوسط، والمرتفع) بلغ (,.001)، وهذا يعني قبول الفرضية الثالثة التي تشير إلى وجدود فروق بين متوسطات درجات عينة البحث في الحاجة إلى المساندة الاجتماعية ومتوسطات درجة كثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي، وذلك لصالح الطلبة المنتسبين للكليات النظرية، وقد اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج دراسة المجالي (2005) التي أشارت إلى وجود أثر على العلاقات الاجتماعية لدى طلبة الكليات العلمية أكثر منه لدى طلبة الكليات الإنسانية. ويمكنُ تفسير هذا الاختلاف بأن دراسة المجالي اهتمت بدراسة الأثر في العلاقات الاجتماعية دون تحديد متغير مُحدد في حين انطلق البحث الحالي من متغير الحاجة إلى المساندة الاجتماعية في علاقته مع كثافة التعرّض لمواقع التواصل الاجتماعي لإشباع هذه الحاجة.

من جانب آخر يمكنُ القول: إن طبيعة الدراسة في الكليات النظرية ومحتوى المواد الدراسية المقررة (ولا سيما في كليتي التربية والآداب) أقرب في مضامينها إلى البعد الاجتماعي ومفهوم المساندة الاجتماعية وعمليات التواصل والتفاعل...إلخ، وهذه المضامين هي الأكثر تداولاً وانتشاراً على صفحات التواصل الاجتماعي، وعليه فمن الممكن أن يكون طلبة هذه الكليات أكثر اهتماماً وإدراكاً لأهمية الحاجة إلى المساندة الاجتماعية والطرق التي يتم من خلالها إشباع هذه الحاجة؛ ومنها اللجوء والتفاعل من خلال مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا ما أشارت إليه إجاباتهم؛ ومنها على سبيل المثال: أشعرُ بالطمأنينة عند دخولي إلى مواقع التواصل الاجتماعي، وتعبيرهم بالانزعاج عند انقطاع النت لمدة طويلة مقارنة مع نظرائهم من الكليات التطبيقية.

المقترحات:

بعد الانتهاء من اختبار فرضيات البحث وعرض النتائج قام الباحث بعرض مجموعة من المقترحات في ضوء ما توصلت إليه النتائج وهي:

1. إعادة النظر باستثمار مواقع التواصل الاجتماعي من قبل إدارة الجامعة والاهتمام بمضامين هذه المواقع نظراً لارتفاع كثافة تعرض طلبة الجامعة لها.
2. في ضوء النتائج التي بيّنت ارتفاع الحاجة إلى المساندة الاجتماعية لدى الطلبة، العمل على افتتاح مكتب يعنى بتقديم الخدمة الاجتماعية والإرشادية في مختلف الكليات.
3. التعرّف أكثر على حاجات الطلبة ودوافعهم وطرق إشباعها ولا سيما في السنوات الدراسية الأخيرة، ما ينعكس على سلامة تكيّفهم وإشباع حاجاتهم المختلفة.

المراجع العربية:

1. الحديدي، منى (2001): الفضائيات والعالم العربي في ظل العولمة، سلسلة محاضرات، كلية الاقتصاد والعلوم السياسية، جامعة القاهرة.
2. الرشيدي، بشير (2000): مناهج البحث التربوي: رؤية تطبيقية مبسطة، دار الكتاب الحديث الكويت.
3. السرسي، أسماء وأمانى عبد المقصود (2001): المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقين وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية، بحث علمي، معهد الطفولة، جامعة عين شمس.
4. الشناوي، محمد محروس وعبد الرحمن، محمد السيد (1994): المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، الطبعة الأولى، مكتبة الأنجلو المصرية.
5. الشهري، حنان (2013): أثر استخدام شبكات التواصل الإلكترونية على العلاقات الاجتماعية رسالة ماجستير، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبد العزيز، الرياض.
6. العيسيوي، عبد الرحمن (1987): سيكولوجية المراهق المسلم المعاصر، دار الوثائق الكويت.
7. الموسى، عصام (2009): المدخل في الاتصال الجماهيري، الطبعة السادسة، عمان، دار إثراء للنشر والتوزيع.
8. أمين، رضا عبد الواحد (٢٠٠٩): استخدامات الشباب الجامعي لموقع "يوتيوب" على شبكة الإنترنت، ورقة بحثية قدمت إلى المؤتمر الأول الإعلام الجديد، جامعة البحرين.
9. حداد، جيهان (2002): المقاهي الالكترونية ودورها في التحول الثقافي، دراسة إنثروبولوجية رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك.

10. حسين، راوية محمود (1996): النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات، مجلة علم النفس، العدد التاسع والثلاثون الهيئة المصرية العامة للكتاب.
11. خليفة، عبد اللطيف محمد وعبد المنعم شحاتة محمود (2005): سيكولوجية الاتجاهات الطبعة الرابعة، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
12. دياب، مروان (2006): دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين، رسالة ماجستير، كليّة التربيّة، قسم علم النفس الجامعة الإسلاميّة، غزة.
13. عبد الله، هشام (1995): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكتئاب واليأس لدى عينة الطلاب والعاملين، المؤتمر الدولي للإرشاد النفسي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بمركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس.
14. غنايم، عادل صلاح محمد وآخرون (2005): إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من الاكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، كلية التربية، جامعة الأزهر.
15. كريس باركر (2006): العولمة والهويات الثقافية، ترجمة: علا أحمد صلاح، الطبعة الأولى، مجموعة النيل العربية، القاهرة.
16. محمد، جيهان (2002): دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
17. محمد، ياسمين (2014): الاتصال التفاعلي من خلال مواقع الشبكات الاجتماعية وعلاقتها برأس المال الاجتماعي، رسالة ماجستير، كلية الإعلام، جامعة القاهرة.

المراجع الأجنبية:

1. Altkenhead, Decca (2002). **Sad, Lonely? Long off and get out**! New Statesman. 4 Sept.
2. Anderson, K. J. (2010). Internet use among college students, An exploratory study**, Journal of American College Health**.
3. Caplan, G. (1981) Mastery of stress: psychological aspects. **American Journal of Psychiatry**, 138, 413-420.
4. Levinson, Paul. (2009). **New Media**, USA: Allyn and Bacon; 1 edition
5. Rayburn, J. and Palmgreen, P. (2004). Merging Uses and Gratifications, Sage Publication.
6. Werner, S. and James, W. (1999). **Communication Theories Origins Methods and Uses in the Mass Media,** New York. Hastings House publishers.
7. https://www.dove.com/arabia/ar/dove-self-esteem-project/help-for-parents/talking-about-appearance/why-is-social-media-important-to-young-people.html.