

The Impact Of Social Media Applications On Psychological Disorders Among Students Of Faculties Of Arts And Education In Saudi And Jordanian Universities

Dr. Asma Abdu ALazez ALhousen*

Dr. Asma Badre ALEbrahim**

(Received 7 / 2 / 2019. Accepted 2 / 4 / 2019)

□ ABSTRACT □

The study aimed to identify the impact of social media applications on psychological disorders among students of faculties of arts and education in Saudi and Jordanian universities. The research based on the descriptive approach. The study sample consisted of (2776) students from the Faculty of Arts and Education in the second, third and fourth years in Saudi Arabia and Jordan. The study used a questionnaire to collect the research data while the statistical package for social sciences (SPSS) was applied in order to analyze the data and come up with the result. The results showed that students in the arts and education colleges in Saudi Arabia use social media applications around 76% while using percentage among Jordanian students reached 71%. The results of the differences also showed that there are significant differences between students of the faculties of arts and education in Saudi Arabia and Jordan in the incidence of some mental disorders. The results also showed a statistically significant relationship between the use of social media applications and disorders among students of faculties of arts and education in Saudi Arabia and Jordan according to gender. The study has recommended that it is necessary to activate the unit of psychological counseling and academic universities to guide students and guide them to use social media applications in the right way. In addition to that, the researchers recommends that universities should directing students and addressing Psychological and academic issues for university students, and provide continuous assistance to them by reducing the level of feelings of psychological and social disorders and communication skills.

Keywords: Social media, psychological disorder, social disorder.

* University Princess Noura-AL Saudi.

** University ALBaet, Jordan

أثر وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية في حدوث الاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعات السعودية والأردنية

د. أسماء عبد العزيز الحسين*

د. أسماء بدري الابراهيم**

(تاريخ الإيداع 7 / 2 / 2019. قبل للنشر في 2 / 4 / 2019)

□ ملخص □

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى أثر وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية في حدوث الاضطرابات النفسية لدى طلبة كليات الآداب والتربية في الجامعات السعودية والأردنية، حيث اعتمد البحث على المنهج الوصفي في حين تكونت عينة الدراسة من (2776) طالب وطالبة من كلية الآداب والتربية بالسنة الثانية والثالثة والرابعة بكل من السعودية والأردن، كما اعتمدت الدراسة على الاستبانة لجميع بيانات الدراسة في حين تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لغايات تحليل بيانات الدراسة واستخراج نتائجها، وقد أظهرت نتائج الدراسة أنّ أن الطلاب في كليتي الآداب والتربية في السعودية يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي دائماً بنسبة 76% بينما نسبة الاستخدام بين طلبة كليتي الآداب والتربية في الأردن بلغت 71% وهي نسبة مرتفعة، كما بينت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية والاضطرابات النفسية لدى طلبة كليات الآداب والتربية بالسعودية والأردن، كما أظهرت نتائج الفروق وجود فروق ذات دلالة بين طلبة كليات الآداب والتربية بالسعودية والأردن في إصابتهم ببعض الاضطرابات النفسية في ضوء استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية تعزى لمتغير الجنس،

وقد أوصت الدراسة بضرورة العمل على تفعيل وحدة الإرشاد النفسي والأكاديمي في الجامعات لإرشاد الطلبة وتوجيههم للاستخدام الأمثل لوسائل التواصل الاجتماعي، بالإضافة إلى ضرورة واجهة الأزمات النفسية والأكاديمية لطلاب الجامعات، وتقديم مساعدة مستمرة لهم من خلال خفض مستوى الشعور بالاضطرابات النفسية والاجتماعية لديهم ومهارات التواصل.

الكلمات المفتاحية: وسائل التواصل الاجتماعي - الاضطراب النفسي - الاضطراب الاجتماعي.

* جامعة الاميرة نورا - السعودية

** جامعة ال البيت - الأردن.

مقدمة

أضفى التطور المتسارع لشبكة الانترنت وتكنولوجيا المعلومات وتطبيقات التواصل الحديثة تغيرات جذرية على حياة الأفراد وسلوكياتهم اليومية والاجتماعية، حيث أصبح الكثير من الشباب اليوم مشغولون باستخدام تطبيقات الهواتف الذكية والأجهزة المختلفة للتواصل مع أقرانهم كما أصبحت هذه الوسائل بديلاً عن التواصل الاجتماعي المباشر بين أفراد المجتمع.

وبالرغم من الفوائد والمنافع التي أحدثتها هذه الثورة التقنية ووسائل التواصل الاجتماعي على مكتسبات الأفراد المعرفية والثقافية إلا أنها ساهمت بشكل كبير كما يرى .(عبد الرؤوف: 2000م، ص35) بانتشار العديد من السلوكيات السلبية والاضطرابات النفسية للعديد من مستخدميها ولا سيما الشباب منهم، وقد أكدت ذلك دراسة (خليوي، 2017) حيث أثبتت أنّ وسائل التواصل الاجتماعية الالكترونية وتطبيقاتها المختلفة أثّرت على الأفراد سلباً وذلك من خلال ازدياد حالات الاكتئاب أو الشعور بالتوتر العصبي الشديد والمتواصل وميول الأفراد إلى العزلة والوحدة.

فوسائل التواصل الاجتماعية أصبحت اليوم تسيطر على حياة الأفراد وتلعب دوراً هاماً في التأثير السلبي على سلوكياتهم المختلفة، حيث أكدت العديد من الدراسات السابقة كدراسة (سالم وخضر، 2004م، ص196) ودراسة (نجادات: 2012، 1) أنّ هذه الوسائل أصبحت تتحكم وتسيطر على عقول الأفراد وتؤثر قراراتهم المختلفة ونظرتهم للحياة بشكل سلبي مما زاد من الاضطرابات النفسية والاجتماعية وغيرها من الأمور لدى الشباب بشكل ملحوظ.

فقد ظهر لدى الشباب في الآونة الأخيرة العديد من تداعيات الاضطرابات النفسية المختلفة والتي منها القلق والرغبة في الانعزال والاكتئاب ونبت العديد من العادات الاجتماعية والتي تلعب دوراً مهماً في التأثير الإيجابي على حياة الأفراد في مجتمعاتهم وتكوين شخصياتهم (الطهراوي: 2015)، لذا تأتي هذه الدراسة لتسليط الضوء على أثر وسائل التواصل الاجتماعي الالكترونية في حدوث الاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعات السعودية والأردنية.

مشكلة الدراسة

مع الانتشار الكبير والهائل لوسائل التواصل الاجتماعي في المجتمعات بشكل عام ومجتمعات الشباب بشكل خاص، ومع ازدياد ساعات الاستخدام لهذه التواصل لا بدّ من التعرف على الآثار السلبية لها على الأفراد وسلوكياتهم وشخصياتهم لما في ذلك من فائدة في الحدّ من الآثار السلبية لهذه الوسائل والعمل على إيجاد حلول بديلة للشباب ولا سيما في الجامعات.

وقد استعرضت العديد من الدراسات السابقة الآثار السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي على الأفراد وزيادة مستوى الاضطرابات النفسية لديهم وفقدان المهارات الاجتماعية وزيادة مستوى الوحدة وتراجع مهارات التواصل الشخصية لديهم، والهروب من الواقع الحقيقي إلى واقع افتراضي عبر هذه الوسائل (McGlinchey, 2003; Mahmood et al, 2010; Nilson, 2010).

وبالنظر إلى ما تمّ استعراضه من آثار سلبية مختلفة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعية المختلفة على الأفراد وسلوكهم وصحتهم وما لها من تبعات سلبية على الفرد والأسرة والمجتمع والدولة ككل، فلا بدّ من الاستمرار في التعرف على الآثار السلبية لهذه الوسائل والعمل على إيجاد حلول متكاملة للحدّ من هذه الآثار ولا سيما على الشباب في الجامعات المختلفة.

وبناء على ذلك، تكمن مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ✓ ما هو مستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية لدى طلاب كليتي الآداب والتربية بالسعودية والأردن؟
- ✓ هل هناك علاقة ارتباطية بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية، وبين الاضطرابات النفسية لدى طلاب وطالبات كليتي الآداب والتربية بالسعودية والأردن؟
- ✓ هل يوجد فروق دالة بين طلاب كلية الآداب والتربية والعلوم بالسعودية والأردن (إناث، وذكر) في إصابتهم ببعض الاضطرابات النفسية والاجتماعية في ضوء استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية.
- ✓ هل يوجد فروق دالة احصائياً بين طلاب كليتي الآداب والتربية بالسعودية والأردن (إناث، وذكر) في استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية.

أهمية البحث وأهدافه:

أهمية البحث

تكمن الأهمية النظرية للدراسة من تناولها وسائل التواصل الاجتماعي كأحد الوسائل الأكثر انتشاراً بين أفراد المجتمع ولا سيما الشباب منهم وما لذلك من آثار سلبية على الأفراد والأسر والمجتمع، كما تأتي أهمية الدراسة من تناولها الاضطرابات النفسية التي قد تحدثها هذه الوسائل على حياة الشباب وآثارها السلبية على سلوكياتهم. كما تتبع الأهمية العملية للدراسة من دراستها لموضوع حديث يمس غالبية فئات المجتمع وتقديم توصيات يؤمل بأن تكون مفيدة لمتخذي القرار والمختصين في مجال علم النفس ومعالجة السلوكيات السلبية والآثار التي قد تحدثها على حياة الأفراد والعمل على إيجاد وسائل فعالة للتقليل من هذه الآثار، كما تفتح هذه الدراسة المجال لعمل مزيد من الدراسات حول هذا الموضوع.

أهداف البحث:

تهدف الدراسة الحالية إلى محاولة تحقيق ما يلي:

- التعرف إلى كيفية استخدام طلاب الجامعة لوسائل التواصل الاجتماعي.
- التعرف على طبيعة العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والاضطرابات النفسية لدى طلاب كلية الآداب والتربية بالسعودية والأردن.
- التعرف على إمكانية التنبؤ بإصابة طلاب كلية الآداب والتربية بالسعودية والأردن ببعض الاضطرابات النفسية في ضوء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.
- معرفة الفروق الدالة إحصائياً بين طلاب كلية الآداب والتربية بالسعودية والأردن (الإناث - الذكور) في الاضطرابات النفسية، وفي ضوء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

مصطلحات الدراسة:

1- وسائل التواصل الاجتماعي:

- " الوسيلة ": ورد في معجم مقاييس اللغة: (وسل) الواو والسين واللام: أصل واحد، يدل على الطلب والرغبة، يقال: وسل؛ إذا رغب، والواصل: الراغب إلى الله عز وجل، ومن ذلك القياس: الوسيلة (بن زكريا، 1319هـ، 6/110).

- "التواصل" في اللغة: التواصل من مادة (وصل) : تدل على الضم (الرازي، 1415هـ، 4/1842)، و"التواصل" اصطلاحاً: يعنى بناء علاقة بين فردين، أو دولتين، أو مجتمعين، مما يحقق المنفعة المتبادلة بين الطرفين (سكر، 1432هـ، ص22).
- الاجتماعي عبارة: عن نسج مكون من صلات اجتماعية؛ تلك الصلات التي يحددها الإدراك المتبادل بين الجانبين. (المصري، 1400هـ، ص12).
- وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية: هي عبارة عن تطبيقات أو مواقع حديثة تعتمد على الويب من أجل التواصل والتفاعل بين البشر عن طريق الرسائل الصوتية المسموعة، والرسائل المكتوبة، والرسائل المرئية، ومنصة لتسهيل تبادل المعلومات تتيح التواصل بين كافة افراد المجتمع في أي وقت وأي مكان، وتعمل هذه الوسائل على بناء وتفعيل المجتمعات في بقاع العالم، إذ يقوم البشر بمشاركة اهتماماتهم وأنشطتهم بواسطة هذه التطبيقات. (Lucas Braun، 2012)، وهي تستخدم من خلال شبكة الإنترنت، ومن خلال الهواتف النقالة.
- التعريف الإجرائي "وسائل التواصل الاجتماعي" هي: البرامج والتطبيقات التي يمكن بواسطتها تبادل المعلومات والمعارف عالمياً وإيجاد علاقة إنسانية تفاعلية، من خلال الشبكة العنكبوتية، وهي تتضمن الوسائل الإلكترونية الحديثة الآتية التي تكشفها استجابات الطلبة: . (الواتس أب، التويتر، الفيس بوك، الانستقرام، التيلجرام، السناپ شات، الكيك، التدوين والمدونات، الصحف الإلكترونية)
- 2- الاضطرابات النفسية:

هي نمط سلوكي، وهي: ما يعرض للنفس من أمور كالقلق والحزن والهم والوسواس والخوف وغير ذلك من الأمور التي تعرض للنفس الإنسانية، وهي متكررة ذات أثر سيئ وقد تخرج الإنسان عن حد الاعتدال في سلوكه النفسي أو الظاهري. (منظمة الصحة النفسية - الوقاية من الاضطرابات النفسية: 2005، 15)، وهذا هو التعريف الذي تتبناه الباحثتان في الدراسة.

حدود الدراسة

- 1- الحد الزمني: الفصل الدارسين الأول من العام 1440 - 2018.
- 2- الحد المكاني: كليتي الآداب والتربية بالجامعات السعودية والأردنية.
- 3- الحد البشري: طلاب وطالبات كليتي الآداب والتربية بالسنة الثانية والثالثة والرابعة.
- 4 المجال المنهجي: تتحدد نتائج البحث في ضوء المنهج المستخدم، وهو المنهج الوصفي الارتباطي المقارن.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري:

1- وسائل التواصل الاجتماعي:

مفهوم وسائل التواصل الاجتماعي

هي البرامج والتطبيقات التي يمكن بواسطتها تبادل المعلومات والمعارف عالمياً وإيجاد علاقة إنسانية تفاعلية، من خلال الشبكة العنكبوتية، وهي تتضمن الوسائل الإلكترونية التقليدية والحديثة، حيث يُعرفها "(راضي: 2003، 23) بأنها "منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمشاركة فيها بإنشاء موقع خاص به، ومن ثم ربطه عن طريق نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها".

وتتنوع وسائل التواصل الاجتماعي التي انتشرت مؤخراً في المجتمع وخاصة بين الشباب ومن أبرز هذه الوسائل الشائعة:

- **الفيسبوك، Facebook وهو:** موقع من مواقع التواصل الاجتماعي، يسمح للمستخدمين به بالتواصل مع بعضهم البعض عن طريق استخدام أدوات الموقع وتكوين روابط وصداقات جيدة من خلاله، كما يسمح للأشخاص الطبيعيين بصفتهم الحقيقية أو الأشخاص الاعتباريين كالشركات والهيئات والمنظمات بالمرور من خلاله وفتح آفاق جديدة للتعريف بالمجتمع بهويتهم. (خليفة، 2016، ص114).

- **التويتر: Twitter** إحدى شبكات التواصل الاجتماعي التي انتشرت في السنوات الأخيرة، ولعبت دوراً كبيراً في الأحداث السياسية في العديد من البلدان وخاصة الشرق الأوسط، واخذ تويتر اسمه من مصطلح "تويت" الذي يعني "التغريد" واتخذ من العصفورة رمزاً له، وهو خدمة مصغرة تسمح للمغردين إرسال رسائل نصية قصيرة لا تتعدى 140 حرفاً للرسالة الواحدة. (ريان، 2012م، ص50).

- **إنستغرام Instagram،** الإنستغرام هو: تطبيق تواصل اجتماعي للهواتف الذكية، يستطيع المستخدم من خلاله نشر الصور ومقاطع الفيديو، كما أن لكل مستخدم صفحة شخصية وصفحة لعرض آخر الأخبار تماماً كموقعي فيسبوك وتويتر. ويُعدّ تطبيق الإنستغرام متاحاً لمستخدمي الهواتف الذكية التي تحمل نظام تشغيلاً لأندرويد (بالإنجليزية: Android) ونظام تشغيل الآي أو إس. (الدخيل: 2012).

- **جوجل بلس Google plus:**

- أطلقت شركة جوجل عام 2011. ويمكن إنشاء حساب عليه، مع قبول عدد غير محدود من الأصدقاء، علاوة على سعة غير محدودة للتخزين.

ومن أهم مميزاته خدمة "sparks الاهتمامات" التي تزودك بكافة اهتماماتك التي قمت بخيار كلها، ومكالمات الـ "hangouts الصوتية والدرشة الاجتماعية".

لا يعتبر جوجل+ الخدمة الأولى التي تطلقها شركة جوجل في مجال التواصل الاجتماعي، ولك سبقها خدمة google buzz التي فشلت بعد فترة قصيرة من إطلاقها، فيما أعادت خدمة جوجل بلس لشركة جوجل التنافس مرة أخرى مع فيسبوك وتويتر.

- **اليوتيوب: YouTube** على الرغم من اختلاف بعض الآراء حول كون اليوتيوب موقع للتواصل الاجتماعي أم موقع لرفع ملفات الفيديو، إلا أن هناك رأي يقول بأنه موقع يجمع بين النشاطين وهو ما يميزه عن غيره وذلك نتيجة للضغط الهائل على مشاهدة الفيديوهات التي تنتشر من خلاله وهو ما يدفع بعض المستخدمين للمشاركة بإدلاء آراءهم ووضع تعليقات على الفيديو المنشور وهو ما يفتح مجالاً للتواصل الاجتماعي مع غيرهم من متابعي نفس الفيديو. (خليفة، 2016م، ص70).

- **التليجرام: Telegram** برنامج رسائل قصيرة وريد إلكتروني مدمج وفيه بجميع متطلبات المراسلات الشخصية والتجارية كذلك. بسرعة وخصوصية، بالإضافة إلى كل ذلك، المكالمات المشفرة متوفرة. ويمكن للمستخدم إرسال الرسائل، الصور، المقاطع المرئية، والملفات من أي نوع (doc، zip، mp3... الخ) مع إمكانية إنشاء مجموعات تصل إلى 100,000 شخص. إضافةً إلى القنوات حيث يمكنك نشر المحتوى إلى جمهور غير محدود.

ومع الانتشار الكبير لهذه الوسائل، فإنّ هناك مجموعة من الدوافع التي تقود إلى استخدام هذه الوسائل ومنها الهروب من التفاعل الأسري والمشكلات الأسرية (مرسى، 2012، ص157)، كما أنّ الفضول للطلاع على الأفكار والتعرّف

الافتراضي على الآخرين هو أحد هذه الدوافع (الطيب، 2013م، ص75)، كما أنّ الاتصال الافتراضي وكسب أصدقاء آخرين والتسلية هي من هذه الدوافع (صادق، 2011، ص9).

التأثيرات الإيجابية والسلبية لوسائل التواصل الاجتماعي

يتضمن استخدام التواصل الاجتماعي المختلفة تأثيرات إيجابية وأخرى سلبية على المستخدمين بشكل عام، وتكمن التأثيرات الإيجابية كما يذكرها . (معتوق، وكريم، 2012م، ص145) بأنّ هذه الوسائل لا تتطلب تكاليف مادية كبيرة، كما أنّها نافذة ممتلئة على العالم حيث تحتوي ملايين المستخدمين كما أنّها تعتبر أكثر انفتاحاً على الآخر، كما تؤثر هذه الوسائل على الأفراد في الحصول على المعلومات والمساهمة في التسويق والتجارة الإلكترونية، كما تعتبر أحد الوسائل تنمية وتطوير الذات وصقل شخصية الفرد، من خلال سعة ثقافته واندماجه مع المحيط الثقافي إلكترونياً.

في حين تتلخّص التأثيرات السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي كما يراها (عجم، 2011م، ص12) بأنها تعمل على إضاعة الوقت، وتؤدي إلى الإدمان والعزلة عن المجتمع، كما تعتبر مصدراً للتحرش والمضايقة ونشر المواد الإباحية والمشاهد غير الأخلاقية، ونشر الأفكار الهدامة، والترويج للشائعات والمعلومات الكاذبة (الدينية والطبية)، كما تقود إلى التفكك الأسري والتأثير في الأخلاق والسلوك، وزيادة مستوى القلق والاكتئاب النفسي وزرع المخاوف النفسية.

2- الاضطرابات النفسية

تعرف الاضطرابات النفسية بأنها اضطراب الوظيفية في الشخصية، نفسية المنشأ تبدو في صورة اضطرابات نفسية وجسمية مختلفة وتؤثر في سلوك الشخص فتعوق توافقه النفسي وتعوقه عن ممارسة حياته السوية في المجتمع الذي يعيش فيه. (زهران، 2004م، ص480).

(أ) أنواع الاضطرابات النفسية:

تختلف أنواع الاضطرابات النفسية باختلاف منشأها وأسبابها، وعادة هذه الاضطرابات نفسية المنشأ مثل حالات العصاب الذي يشمل القلق المرضي، وتوهم المرض، والاكتئاب، والهستيريا، والخوف، والوسواس القهري.

القلق النفسي:

القلق هو سلوك طبيعي يظهر عند الفرد في حال تعرضه إلى أي ضغوط حياتية، ويُعتبر هذا السلوك مؤثراً ومُحفزاً يدفعه إلى الإنجاز والعطاء بكل ما يملك، فهو لا يُعيق سير حياته، بل يقوده إلى النجاح وبالتالي الشعور بالراحة، أما القلق المرضي فهو حالة مزعجة غير مرغوبة غامضة غير مفهومة لصاحبها، وتُعيق استمراريّة حياته بشكل طبيعي، فهي الشعور بالضيق وعدم الارتياح، وهي في الأصل الخوف المستمر والخوف من المجهول، أو توقّع حدوث مصيبة أو كارثة، وانتظار حدوثها، والعيش في إطار الذعر والرعب من وقوعها، إذ أنّها مُؤثر داخلي يستمر مع الفرد في أغلب أحيانه، ويحرمه من التركيز والاسترخاء والراحة والاستمتاع بحياته، وتُصاحب حالات مرض القلق النفسي الكثير من الأعراض الجسميّة التي يُسببها الاضطراب في الجهاز العصبي اللاإرادي، وزيادة إفراز الأدرينالين في الدم، ممّا يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم، وزيادة التعرّق، وارتعاد الأطراف، وشحوب الجلد، كما يؤثر هذا القلق في كافة أعضاء الجسم، كالقلب فتزيد نبضاته، وقد يشعر الفرد بالألم بالجانب الأيسر من منطقة الصدر، بالإضافة إلى اضطرابات الجهاز الهضمي والشعور بالقيء، والغثيان، وحالات الإسهال، والإمساك، والتشنجات العضليّة، والشد العضلي نتيجة للشعور المُبالغ فيه بالتوتر والخوف، وغيرها الكثير من الأعراض الجسميّة التي قد تُصبح خطيرة على حياة الفرد إذا تُركت دون علاج. (صادق: د.ت، 31-44)

الوسواس القهري: يُصيب الوسواس القهري في أغلب الأحيان الشخصيات التي تمتاز بالدقة الشديدة، وحب النظام، واتباع القوانين بشكل حذر، وغالباً ما تكون هذه الشخصية تتسم بالعناد، والتصلب، والابتعاد عن المرونة في التعامل، فهذه السمات الشخصية قد تكون سمات مهيئة لتعرض الفرد لهذا المرض، ومن أهم أعراضه أن تُلازم الفرد أفكار سيئة قد تتعلّق بالدين أو الجنس، ومن المستحيل وقوعها أو ملاحظتها، وفي أغلب الأحيان يعي الفرد مدى خطأ هذه الأفكار أو استحالتها، إلا أنها تُلازمه وتُسيطر على تفكيره وانفعالاته، وتُنشئ الكثير من النقاشات الداخلية والتساؤلات اللانهائية التي تجرّه إلى دائرة مُغلقة من الأفكار والتساؤلات، وقد تكون هذه الأعراض على هيئة أفعال كالخوف من تراكم الأوساخ، والرغبة المستمرة في غسل اليدين لأكثر من خمسين مرة متتالية، أو الاستحمام عشر مرات يومياً، أو التأكد المستمر من إغلاق الباب أو إحكام إغلاق أنبوبة الغاز، بالإضافة إلى الكثير من الأعراض التي تقود صاحبها إلى الإحساس بالجنون. (صادق: المرجع السابق، 45-57)

الهستيريا:

غالباً ما يُصاب هذا المرض الشخصيات الهستيرية القابلة للانفصال التام عن الواقع، وعيش دور معيّن يفصلها عن واقعها، بالإضافة إلى الشخصيات التي تعاني من قلة النضج الوجداني، والشخصيات المُحبة للمبالغة والتحويل في وصف الوقائع، فالهستيريا هي عبارة رفض العقل اللاواعي التغاضي عن بعض الأفكار التي يتجاهلها العقل الواعي وينبذها، وهي في الأصل تكون أفكاراً وغرائز وشهوات مذمومة وفي بعض الأحيان محرمة يتلقاها العقل اللاواعي بعد رفض العقل الواعي لها ومقاومة هذا الرفض، فيكون هذا المرض نتيجة للصراع الداخلي بين الواعي واللاواعي، وتظهر أعراضه على هيئة اختلال حركة الأطراف، أو فقدان مؤقت للذاكرة والغياب عن الوعي وغيرها من الأعراض الجسدية، ومثال ذلك شعور المريض بالكراهية تجاه شخص معين ولكن عقله الواعي يضبط هذا الشعور ويتحكم به ليُقبل هذا الشخص ويتقبل التعامل معه ولو بشكل مؤقت، فيتلقى اللاواعي هذا السلوك ويحتفظ به بصورته الأصلية الممتلئة بالكراهية ويُخرجه على هيئة انفعال جسدي، مثل أن يُصاب المريض بالقيء حالما صادفته لهذا الشخص. (المرجع السابق، 71-92)

الاكتئاب:

يظهر الاكتئاب عادة عند الأشخاص الذين يُظهرون استجابات نفسية غير تكيفية، وميالة للاكتئاب في حال تعرضها للخبرات غير المرغوب فيها، وهي تعاني أيضاً من القصور في النضج الانفعالي، وتغيّر المزاج بشكل سريع يتبع الظروف البيئية المحيطة، إذاً فالإكتئاب هو الإحساس الدائم بالحزن والتعاسة وعدم القدرة على الاستمتاع بالحياة، والشعور المستمر بالإحباط وفقدان الأمل، بالإضافة إلى المحاولة للوصول للسعادة والفضل في ذلك، وبالتالي ارتفاع شدة الإحباط والجزع لديه، كما أنّ الفرد الذي يعاني من هذا المرض تظهر عليه حالات من اختلال النوم والطعام، والخمول والثقل في حركة الجسم، والخوف والرعب الداخلي، بالإضافة إلى عدم القدرة على التركيز والتدرد المستمر وعدم الإقدام على اتخاذ القرارات، وأحياناً يصل إلى تمني الموت، وانتهاء حياته التي يعتقد أن لا جدوى منها، إذاً فالإكتئاب يحدث نتيجة للضغوط التي يتعرض لها الفرد ويتفاعل معها بشكل سلبي، والوصول به إلى حاله من الاكتئاب.

(صادق: المرجع السابق، 93-115)

ثانياً: الدراسات السابقة:

- دراسة طابع (2000م): " استخدامات الإنترنت في العالم العربي "، وهي دراسة استكشافية لعينة بلغت (5000) مفردة من طلبة الجامعات لخمس بلدان عربية، هي: مصر، والسعودية، والإمارات، والكويت، والبحرين. وقد بينت نتائج الدراسة أن نسبة المستخدمين لهذه الشبكة قد بلغ (72,6%) من إجمالي المبحوثين، كما بينت الدراسة أن الإنترنت يُعدُّ مصدراً مهماً للأخبار والمعلومات للغالبية العظمى من المبحوثين، تليها التسلية وقضاء وقت الفراغ، واستخدام البريد الإلكتروني في المرتبة الثالثة.
- دراسة الكندري والقشعان (2001م): "علاقة استخدام شبكة الإنترنت بالعزلة الاجتماعية لدى طلاب جامعة الكويت". أجريت على عينة من (597) طالباً وطالبة، أشارت نتائج الدراسة إلى ارتفاع متوسط عدد ساعات استخدام الإنترنت في الأيام العادية بالنسبة للذكور 3.26 ساعة، والإناث 2.98، بينما تجاوزت ذلك في أيام العطل والإجازات لتصل إلى 5.43 ساعة للذكور، و4.43 بالنسبة للإناث، مما أوجد سلوكاً سلبياً على الفرد في مجمل علاقاته الاجتماعية.
- دراسة الخليفي (2002م): "تأثير الإنترنت في المجتمع". سعت هذه الدراسة إلى تقصي فوائد شبكة الإنترنت وسلبياتها، وتوصلت إلى أن معظم أفراد مجتمع الدراسة (91.7%) لديهم رغبة في استخدام الإنترنت، وتركزت أهم استخداماتهم في الاستفادة من هذه الشبكة في أغراض الاتصال، وتبادل المعلومات مع الآخرين، وبهدف البحث عن المعلومات، والترفيه والتسلية. ورأى المبحوثون أن سلبيات شبكة الإنترنت تمثلت في أنها تساعد على الغزو الثقافي، وتسبب مشاكل اجتماعية وأخلاقية، وصحية بكثرة استخدامها.
- دراسة العتيبي (2008 م): "استخدام طلاب وطالبات الجامعات السعودية شبكة الفيس بوك ". وقد شملت طلاب وطالبات السنة التحضيرية في ثلاث جامعات سعودية، هي: (جامعة الملك سعود وجامعة الملك فيصل، وجامعة الملك عبد العزيز)، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف إلى دوافع استخدام الفيسبوك والإشباع المتحققة من استخدامه، واعتمد الباحث على منهج المسح الاجتماعي والاستبيان كأداة لجمع البيانات وتوصلت الدراسة إلى انتشار استخدام الفيس بوك بين طلاب وطالبات الجامعات السعودية بنسبة ٧٧ %، ويظهر تأثير الأهل والأصدقاء في التعرف عليه. كان دافع الفضول والمشاركة الأول في دفعهم لاستخدام الفيس بوك، وكذلك الأول في الإشباع المتحققة من استخدامه. أكدت العينة تحقيق الفيس بوك في تأثيره على الشخصية ما لا تحققه الوسائل الإعلامية الأخرى. وكذلك تأثير استخدام الفيس بوك على استخدامهم للوسائل الإعلامية الأخرى.
- دراسة خضر (2009): " الآثار النفسية والاجتماعية لاستخدام الشباب المصري لمواقع الشبكات الاجتماعية: دراسة على موقع الفيسبوك ". وقد توصلت الدراسة إلى أن دافع التسلية والترفيه يأتي على رأس دوافع استخدام طلاب الجامعة لموقع الفيسبوك، وبنسبة مقدارها (69.9%) من إجمالي عينة المبحوثين، بينما جاء دافع خلق صداقات جديدة، ودافع التواصل مع الآخرين وتطوير علاقات اجتماعية معهم في المرتبتين الثانية والثالثة، وبنسبة (41.2%) و(37.5%) لكل منهما على التوالي، كما أوضحت الدراسة أن تقديم المبحوثين لأنفسهم كما هم بصدق وبدون أي تلوين أو خداع للآخرين، كان لها النصيب الأكبر وبنسبة (82.4%)، مقابل (19.9%) لتقديم المبحوثين أنفسهم للآخرين باستخدام اسم مستعار.
- دراسة الضبع (2009): " استخدام المراهقين بالعالم العربي للفيسبوك والإشباع المتحققة لهم ". هدفت الدراسة لمعرفة حجم المراهقين المستخدمين للفيس بوك والدخول عليه بالعلم العربي والإشباع المتحققة منه، وأظهرت

النتائج أن (80 %) تستخدم الفيس بوك من العينة وأن (66 %) منهم تستخدمه أكثر من 5 ساعات باليوم وجاءت موضوعات التسلية بنسبة (55 %) ثم الاستخدامات العلمية.

- دراسة عثمان (2009): " العوامل المؤثرة على استخدامات الفتيات في السعودية ومصر للإنترنت ".

طبقت هذه الدراسة على ٢٠٠ مبحوثة من المملكة العربية السعودية (جامعة الملك سعود) و ٢٠ مبحوثة من مصر جامعة القاهرة من الكليات النظرية والعلمية، و سعت هذه الدراسة إلى الوصول إلى هدف رئيس وهو تحديد العوامل المؤثرة على تعرض الفتاة السعودية والمصرية للإنترنت والإشباع التي تحققها من استخدامها للإنترنت وذلك في سياق اجتماعي يعكس أهم العوامل المؤثرة على نوعية هذا الاستخدام ، وقد اعتمدت الدراسة على منهج المسح الاجتماعي وعلى أداة الاستبيان وتوصلت إلى ما يلي : اتفقت الفتيات المصريات والسعوديات في أسباب تفضيلهن لمواقع الإنترنت، حيث احتل التفضيل الشخصي الترتيب الأول لدى الطرفين بنسبة ٢٦ % عند المصريات، ٢٦ % عند السعوديات، تلاه السبب الخاص بالتواصل مع الآخرين بنسبة ٧ ، ١٨ % للمصريات ٧، ١٧ % للسعوديات. واتفقت الفتيات المصريات والسعوديات في ترتيباتهن الأولى للعوامل النفسية المؤثرة عليهن في استخدامهن للإنترنت وهي إزالة الشعور بالقلق والتوتر بنسبة: 12,6 % للمصريات، 5 ، 12 % للسعوديات، ثم السعادة التي أجدها عندما أقرأ بريدي الإلكتروني بنسبة 4، ١١ % للمصريات، 3 ، 12 % للسعوديات. تتعدد الآثار التي يتركها الإنترنت من وجهة نظر عينة الدراسة منها آثار قيمية وأخرى فكرية وأخرى شكلية ثم اجتماعية وسلوكية.

- دراسة جرار (2011): " المشاركة بموقع الفيسبوك وعلاقته باتجاهات طلبة الجامعات الأردنية نحو العلاقات الأسرية " . واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتكون مجتمع الدراسة من جميع الشباب الذين تتراوح أعمارهم ما بين (15-24 سنة) وقد أظهرت نتائج الدراسة، أن ما يقرب من ثلاثة أرباع المشتركين يقومون بتفقد الموقع يومياً (73.8 %) من مجمل الشباب الأردني، وأن أكثر من نصف الشباب المشترك في الموقع (57.4 %) يعتقدون أن اشتراكهم قلل من الوقت الذي يقضونه مع أسرهم، ورأى (45.6 %) من المشتركين أن اشتراكهم في الموقع أثر على حياتهم إيجابياً، و (14.2 %) لم يستطيعوا أن يحددوا فيما إذا كان اشتراكهم في الموقع أثر أو لم يؤثر على حياتهم.

وقد أظهرت نتائج الدراسة، أن نسبة الشباب الأردني الذي لديه اشتراك في الفيسبوك تبلغ (74.4 %) من مجمل الشباب الأردني، وأن نسبة الذكور المشتركين في الموقع (56 %) وهي أكبر من نسبة مشاركة الإناث (44 %).

- دراسة الشواشره والدقس (2013م): هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن أنماط الشخصية ومستوى الاضطرابات السيكوسوماتية المنتشرة لدى المجتمع السعودي، وبيان العلاقة بين أنماط الشخصية وبين مستوى هذه الاضطرابات. وهدفت الدراسة كذلك إلى الكشف عن أثر بعض المتغيرات الديموغرافية: (الجنس، والعمر، والحالة الاجتماعية، ومستوى التعليم (في مستوى الاضطرابات السيكوسوماتية، وتكونت عينة الدراسة من (524) راشداً من المجتمع السعودي في مدينة جدة، حيث أعد مقياس الشخصية بالاعتماد على مقياس مايرز برجز (MBTI))، ومقياس أنماط (PTI)، بالإضافة إلى استخدام قائمة الاضطرابات السيكوسوماتية الذي أعدته بني مصطفى (2003م)، وبينت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة دالة إحصائية لأنماط الشخصية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الدراسة. (حالة الاضطراب).

- دراسة: الجمال (2013): أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على تشكيل النسق القيمي الأخلاقي للشباب السعودي - هدفت الدراسة إلى التعرف إلى تأثير وسائل الإعلام الجديد (شبكات التواصل الاجتماعي عبر

شبكة الانترنت) على النسق القيمي والأخلاقي لدى الشباب بهدف الوصول لوضع آلية لتعزيز القيم الأخلاقية. تكونت العينة من 600 مفردة من الشباب السعودي من مدينة جدة. ارتفع معدل استخدام الشباب لشبكة الانترنت وأكدت العينة بأكملها بنسبة 100% أنهم يستخدمون الانترنت.

وحول شبكات التواصل الاجتماعي أكد معظم العينة بنسبة 86.33% أنهم يستخدمون شبكات التواصل الاجتماعي عبر الانترنت بانتظام، ولا شك انها بذلك استطاعت ان تخلق مجالاً عاماً أحدث تأثيراً على النسق القيمي الأخلاقي، وتبين أن معدل الثقة في مواقع التواصل الاجتماعي منخفض للغاية.

- **دراسة عبد المجيد (2013): "الإنترنت وعلاقته بإدراك المراهقين للمخاطر الصحية في إطار نظرية: تأثير الشخص الثالث".** هدفت الدراسة إلى: رصد معدل تعرض المراهقين لشبكة الإنترنت، وتأثير هذا التعرض على التحيز التفاضلي الذي يمثل الفرض الإدراكي لنظرية تأثير الشخص الثالث، والتعرف على العلاقة بين التحيز التفاضلي ودرجة تفضيل وثقة المراهقين في المواد الإباحية التي تعرض من خلال شبكة الإنترنت. والكشف عن العلاقة بين التحيز التفاضلي ومستوى معرفة المراهقين بمضمون المخاطر الصحية. كذلك رصد العلاقة بين التحيز التفاضلي وسلوك المخاطر الصحية لدى المراهقين. وقد بلغت العينة الإجمالية (239) مفردة من المراهقين (179) ذكور، (60) إناث. وأشارت النتائج إلى دعم نظرية تأثير الشخص الثالث بافتراض أن الآخرين يتأثرون بدرجة أكبر وبسهولة عن الذات، وأن الرسائل الإعلامية لها تأثير أكبر على الآخرين مما هو عليهم إذا كانت الرسائل الإعلامية ذات نتائج غير مرغوبة، كما أن التحيز التفاضلي عنصر أساسي لتأثير الشخص الثالث، حيث يعتقد الأفراد أنهم أقل تأثراً بالأحداث السلبية مقارنة بالآخرين، كما يعتقدون بأنهم أقل قابلية للاختراق أو التعرض للمخاطر مقارنة بالآخرين، كما أن المعرفة بمضمون الرسائل الإعلامية يرتبط بتأثير الشخص الثالث حيث يعتقد الأفراد أن المعرفة بموضوع معين يجعلهم أكثر قدرة على حماية أنفسهم من التأثيرات السلبية لهذا المضمون.

- **دراسة كيرشنيكوف (2014م): " تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية والقلق لدى طلبة الجامعة".** وقد أجريت الدراسة على عينة من طلبة الجامعة قوامها (200) طبق عليهم مقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والقلق والصحة النفسية، وأسفرت النتائج عن وجود تأثير سلبي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة وزيادة القلق لديهم، ولكن القلق في بعض الأحيان كان دافعاً لحب الاستطلاع لدى الطلبة.

- **دراسة الطهراوي (2015م):** هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى مستخدمي شبكة الفيس بوك من طلبة الجامعات والكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات إشباع الحاجات النفسية تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، الكلية، ساعات الاستخدام) واستخدمت الباحثة استبانة لقياس الحاجات النفسية، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (546) طالبا وطالبة من الجامعات تم اختيارها بالطريقة العشوائية، وتوصلت الدراسة إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الحاجات النفسية المشبعة لدى مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك من طلبة الجامعات تعزى للمتغيرات (الجنس، عدد ساعات تصفح شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك).

دراسة الخالد (2016): تأثير الانترنت على الطالبات الجامعيات، تهدف الدراسة إلى التعرف على ظاهرة انتشار استخدام الانترنت وتأثيراتها على المجتمع العربي السعودي وبخاصة على شريحة طالبات كلية الآداب بجامعة الملك سعود ومعرفة مدى تأثير هذه الشبكة المعلوماتية العملاقة عليهن وعلى اتجاهاتهن وسلوكهن وقيمتهم الاجتماعية

والمعرفية ومعرفة ايضا موقفهم ونوعية استخدامهم سواء بالسلب او الايجاب في تحصيلهم الدراسي وفي زيادة محصولهم الثقافي والعلمي والاجتماعي، وأظهرت النتائج أن 42% أكد على أن للإنترنت تأثيراً سلبياً على تحصيلهم الدراسي وأن 93% يصدقون ما يقرأه أو يشاهده على الإنترنت وهي نسبة عالية تشير الى وجود بيئة خصبة لدى الفتيات للتأثر بما هو موجود في الإنترنت بالرغم من خوفهن من التعرف او الارتباط بعلاقات عبر الإنترنت .

- **دراسة بن جديدي (2016م):** تهدف الدراسة إلى التعرف إلى طبيعة العلاقة بين مستوى النرجسية والإدمان على شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك لدى المراهق الجزائري ومعرفة الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وأظهرت الدراسة العديد من النتائج ومنها أن نسبة التلاميذ المدمنين على الموقع قدرت 73% ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى النرجسية والإدمان على موقع الفيس بوك، وأن هناك فروق بين الجنسين في إدمان الفيس بوك لصالح الإناث.

- **دراسة Ali Aljabry, Ali Mohammad and others (2017):** هدفت هذه الدراسة إلى تحديد تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الأداء الأكاديمي للطلاب وعلاقاتهم الاجتماعية، وكذلك العوامل المرتبطة باستخدام هذه الوسائل وكيفية ونمط استخدامها، وأظهرت النتائج أن أكثر المواقع استخداماً شيوعاً كانت فيس بوك، أثر كل من عدد الساعات واستخدام الوسائط الاجتماعية أثناء المحاضرات على مستوى الدراسة وعلى الأداء الأكاديمي للطلاب بشكل سلبي، أيضاً أدت إلى إدمان هذه المواقع كما أظهرت الدراسة أن للوسائط الاجتماعية تأثير إيجابي على العلاقات الاجتماعية.

تعقيب عام على الدراسات السابقة: اتضح مما سبق أن وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية لها العديد من الإيجابيات والفوائد التي تعود على الفرد والمجتمع في عدة جوانب وفي كافة المجالات الثقافية والتعليمية والترفيهية بشرط أن يتم استخدامها بشكل عقلائي، أما إن كان استخدامها بشكل سلبي وغير منظم، فإن آثارها عكسية على الفرد والمجتمع، وقد تناولت الدراسات السابقة التأثيرات الاجتماعية والثقافية والأكاديمية بصورة أوسع وأشمل في الوطن العربي وبعض الدول الأجنبية (الجزائر- مصر- البحرين -السعودية - الإمارات... الخ) بينما تناولت الدراسة الحالية موضوع التأثيرات النفسية في كل من السعودية والأردن، كما تتميز هذه الدراسة بتناولها هذا الموضوع من خلال عينة مختلفة تشمل على طلبة الجامعات في السعودية والأردن.

فروض الدراسة:

- 1- إنَّ مستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية لدى طلاب وطالبات كلية الآداب والتربية بالسعودية والأردن هو مستوى مرتفع.
- 2- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية، وبين الاضطرابات النفسية لدى طلاب وطالبات كلية الآداب والتربية بالسعودية والأردن.
- 3- توجد فروق دالة إحصائية بين طلاب كليتي الآداب والتربية بالسعودية والأردن (إناث، وذكور) في استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية.
- 4- توجد فروق دالة إحصائية بين طلاب كليتي الآداب والتربية بالسعودية والأردن (إناث، وذكور) في إصابتهم ببعض الاضطرابات النفسية في ضوء استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية.

إجراءات الدراسة:

المنهج المستخدم: هو الوصفي الارتباطي المقارن. حيث أن هذه الدراسة تهتم بفحص العلاقة بين المتغيرات، ومن ثم التعرف على الفروق بين الجنسين لدى طلبة الجامعة وتشمل الإجراءات، الآتي: -

مجتمع الدراسة

يتكون المجتمع الأصلي من جميع طلاب وطالبات كليتي الآداب والتربية بكل من جامعات عاصمتي السعودية والأردن.

عينة الدراسة

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (2776) طالب وطالبة من كلية الآداب والتربية بكل من جامعات الأردن والسعودية (إناث - ذكور) من السنة الثانية والثالثة والرابعة، تم اختيارهم عشوائياً.

جدول (1): عينة الدراسة بكليتي الآداب والتربية بكل من السعودية والأردن

الجنس	كلية الآداب والتربية بالسعودية	كلية الآداب والتربية بالأردن	المجموع
الإناث	674	674	1348
الذكور	714	714	1428
			2,776

أدوات الدراسة:

اعتمدت الدراسة على مقياسين للتحقق من فرضياتها، وأهدافها، هما:

1- استبانة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي - إعداد الباحثة الحسين، 1440هـ - 2019م.

2- مقياس الصحة النفسية المعدل -90 R SCL.

1- استبانة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي: بعد الاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة، والنتائج التي توصلت إليها، والمقاييس التي استخدمتها، مثل: دراسة (ساري، 2005م، والشامي، 2004م، والكندري والقشعان، 2001م) تم بناء استبانة تكونت من ثلاثة أجزاء:

الجزء الأول: يتضمن المعلومات الأساسية عن أفراد عينة الدراسة، كالجنس، والكلية، والمستوى الدراسي.

الجزء الثاني: تضمن (8) أسئلة رئيسة ذات علاقة باستخدام برامج التواصل الاجتماعي من قبل أفراد عينة الدراسة، وهي تتناول أنواع برامج التواصل الاجتماعي الإلكتروني المفضلة، وعدد ساعات الاستخدام اليومي، ومدى الاستفادة من استخدامها، ومدى متابعة الوالدين، ودوافع الاستخدام.

الجزء الثالث: يتناول آثار الاستخدام الإيجابية والسلبية، ويتضمن (12) فقرة، حيث تم قياسها من خلال مقياس ثلاثي الأبعاد (دائماً - أحياناً - أبداً)، ويطلب من أفراد العينة اختيار إجابة واحدة من الثلاثة أبعاد، وللتحقق من صدق وثبات الاستبانة قامت الباحثة الحسين بما يلي:

أ- الصدق الظاهري: وللتحقق من الخصائص السيكمترية لاستبانة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي للطلاب تم استخدام الصدق الظاهري بعرض المقياس على (12) محكماً من أعضاء هيئة التدريس، وقد أجرى المحكمون تعديلات على فقرات الاستبانة، كما تم إجراء صدق البناء الداخلي من خلال اختيار عينة من الطلاب من خارج عينة الدراسة

بلغت (50) طالباً من طلبة الجامعة، وتم التحقق من معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية وبين الفقرة وكل جزء وبين الأجزاء معاً، وبين الجزء والدرجة الكلية، وكانت جميع الفقرات دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$)

ب- ثبات الاستبانة:

تم التحقق من الثبات من خلال طريقتي الاعادة (T-Retest) والاتساق الداخلي وذلك من خلال تطبيق وإعادة تطبيق المقياس مرة أخرى على العينة الاستطلاعية وبفارق زمني مقداره اسبوعين، وقد بلغ معامل الارتباط بطريقة الاعادة (0.92)، كما تم إجراء اختبار ثبات الاستبانة من خلال تطبيق (معادلة ألفا كرونباخ) (Cronbach's Alpha (α))، والجدول (2) يوضح معامل ثبات استبانة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

جدول (2): معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات أداة الدراسة

محاور الاستبانة	عدد العبارات	ثبات المحور
برامج التواصل الاجتماعي الإلكترونية المفضلة	7	0.763
المعرفة والاطلاع	11	0.754
التفاعل والتواصل الاجتماعي	7	0.7576
الدعم النفسي والتفيس الانفعالي	10	0.8378
التسلية والترفيه	6	0.7734
الثبات العام	41	0.8770

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل الثبات العام لمحاور الدراسة بلغ (0.8770) وهذا يدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

2- مقياس الصحة النفسية المعدل -90 R SCL

اعتمدت الباحثتان على مقياس الصحة النفسية المعدل -90 R SCL ترجمة وتقنين أ. د عبد العزيز موسى محمد ثابت: قام بوضع المقياس ليونارد، ر. ديروجيتس، س. ليمان، لينو كوفي. Leonard, R. Derogatis, Ronald, S.Lipman and Linocovi. تحت عنوان: R-SCL- 90 Symptoms Check List. وذلك للكشف عن وجود الاضطرابات النفسية لدى عينة الدراسة، حيث يتكون المقياس من 90 عبارة تدرج تحت تسعة أبعاد رئيسة وهي: (الأعراض الجسمية، الوسواس القهري، الحساسية التفاعلية، الاكتئاب، القلق، العداء، قلق الخوف، بارانويا، الذهانية) جاء صدق المحكمين في هذه الدراسة عالياً، وللتحقق من ثبات المقياس فقد تم استخدام الحاسوب. واستخرج معامل الارتباط للنتائج حسب معادلة (بيرسون)، وكانت قيمة معامل الثبات (ر=0.87) وهي مناسبة لأغراض هذه الدراسة، وقد قامت الباحثتين في الدراسة الحالية بحساب معاملات الثبات ألفا كرونباخ في: الذكور = 0.880، الإناث = 0.853 الكلية = 0.865 ومعامل ثبات الإتساق الداخلي (0.432 - 652) ومعاملات الارتباط دالة إحصائياً. وهذا يؤكد معامل ثبات عال. ويصلح في استخدامه في الدراسة الحالية.

النتائج والمناقشة:

النتائج المتعلقة بالفرض الأول: إن مستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية لدى طلاب كليتي الآداب والتربية بالسعودية والأردن هو مستوى مرتفع. ولمعرفة مدى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية تم حساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات الطلاب على عبارات المقياس،

وبيّنت نتائج التحليل أن الطلاب والطالبات في كليتي الآداب والتربية في السعودية يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي دائماً بنسبة 76% وهي نسبة عالية، تدل على إفراطهم في الاستخدام، وهذا يعكس بدوره المستوى المرتفع للاستخدام لوسائل التواصل الاجتماعي، أما الطلاب والطالبات في كليتي الآداب والتربية في الأردن فقد أظهرت نتائج التحليل أنهم يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي دائماً بنسبة 71% وهي نسبة عالية، تدل على إفراطهم في الاستخدام أيضاً كزملائهم في كليتي الآداب والتربية في السعودية، وبالنظر إلى المتوسط العام للطلبة في كليتي الآداب والتربية في السعودية نجد أنه بلغ (3.82)، في حين بلغ المتوسط للطلبة في كليتي الآداب والتربية في الأردن (3.52)، حيث نجد أنّ هناك استخدام مرتفع بشكل عام للطلبة (من الجنسين) من الدولتين، إلا أن المتوسط للطلبة والطالبات من السعودية هو أكبر. وهذا يعكس بدوره حقيقة الاستخدام العالي لوسائل التواصل الاجتماعي، وهذه النتائج، والخاصة بالأساليب المتعددة لاستخدام الإنترنت بالنسبة لأفراد عينة الدراسة، تتفق مع نتائج العديد من الدراسات السابقة كدراسة (طايح، 2000م، الكندري والقشعان، 2001م، ساري، 2005م، الخالد: 2016، وغيرها).

وقد توصلت الدراسة إلى أنّ المبحوثين من طلاب وطالبات الجامعة بالسعودية لديهم حساب شخصي على برامج التواصل الاجتماعي الإلكترونية، وهم موافقين بدرجة كبيرة على أربعة من برامج التواصل الاجتماعي الإلكترونية المفضلة تتمثل بالترتيب في (سناپ شات، (3.63 من 4)، اليوتيوب بمتوسط (3.40 من 4)، الإنستغرام، بمتوسط (3.37 من 4). الواتس أب بمتوسط (3.29 من 4)، تويتر بمتوسط (3.21 من 4)، أما الفيس بوك فيتضح من النتائج أن مفردات عينة الدراسة غير موافقات على تفضيله بمتوسط (2.20 من 4). بينما بلغ المتوسط العام (3.89). وهذه النتائج تظهر بالجدول الآتي:

جدول (3): نتائج الفرض الأول للطلبة في السعودية

م	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	سناپ شات	3.63	0.794
2	اليوتيوب	3.40	0.894
3	الانستغرام	3.37	0.755
4	برنامج الواتس أب	3.29	0.784
5	تويتر	3.21	1.044
6	الكيك	3.17	0.834
7	التدوين والمدونات	3.14	0.724
8	الفيسبوك	2.20	0.814
9	الصحف الإلكترونية	2.17	0.925
	المتوسط العام	3.82	0.884

وأظهرت النتائج أن المبحوثين في عينة طلاب وطالبات الجامعة بالأردن لديهم حساب شخصي على برامج التواصل الاجتماعي الإلكترونية، وهم موافقين بدرجة كبيرة على أربعة من برامج التواصل الاجتماعي الإلكترونية المفضلة تتمثل بالترتيب في فيس بوك (3.92 من 4)، الواتس اب بمتوسط (3.81 من 4)، اليوتيوب، بمتوسط (3.71 من 4). سناپ شات بمتوسط (3.39 من 4)، في حين كانت النسبة الأقل هي للصحف الإلكترونية بمتوسط (1.87 من 4)، بينما بلغ المتوسط العام (3.52). والجدول التالي يُبين استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي، كما يلي:

جدول (3): نتائج الفرض الأول للطلبة في الأردن

م	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	الفيسبوك	3.92	0.844
2	برنامج الواتس أب	3.81	0.821
3	اليوتيوب	3.71	0.787
4	سناپ شات	3.39	0.912
5	التويتتر	3.16	0.879
6	الانستقرام	3.05	0.811
7	الكيك	2.14	0.798
8	التدوين والمدونات	2.00	0.832
9	الصحف الإلكترونية	1.87	0.821
	المتوسط العام	3.52	0.861

النتائج المتعلقة بالفرض الثاني: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية، وبين الاضطرابات النفسية لدى طلاب وطالبات كليتي الآداب والتربية بالسعودية والأردن. للتعرف على تلك العلاقة تم استخدام معامل الارتباط لبيرسون والجدول التالي يُبين هذه النتائج.

جدول (4): اختبار الارتباط للفرضية الثانية للدراسة

م			
1	استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية	Pearson Correlation	1
		Sig.	.779
2	الاضطرابات النفسية والاجتماعية	Pearson Correlation	.779
		Sig.	.000

يشير الجدول أعلاه إلى نتائج اختبار العلاقة بيرسون بين متغير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية ومتغير الاضطرابات النفسية، حيث أظهرت النتائج أنَّ هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين لدى طلاب وطالبات كليتي الآداب والتربية بالسعودية والأردن، حيث بلغت قوة العلاقة (77%) وهي علاقة قوية تشير إلى أنَّ زيادة الاستخدام في وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية تؤدي إلى مستوى أكبر من الاضطرابات النفسية. وتدل نتائج هذا الفرض أنه يوجد تأثير واضح وجلي في زيادة الاضطرابات النفسية لدى الطلاب بسبب استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من: (كروات وآخرين، 2004)، و(Serhat Bahadir: 2011، و، كيرشنكيف، 2014، وبن جديدي، 2016، وغيرها)، حيث بينت كل منها أن سلبية الاستخدام السيء لبرامج الإنترنت، وأن نقص المهارات الاجتماعية وسوء التوافق، والشعور بالترجسية كلها متغيرات ترتبط ارتباطاً وثيقاً باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، مما ينعكس كل هذا على باقي المتغيرات النفسية ذات التأثير المباشر على العلاقات الاجتماعية كالانطواء، والقلق.

النتائج المتعلقة بالفرض الثالث: والذي نص على ما يلي: توجد فروق دالة بين طلاب كلية الآداب والتربية والعلوم بالسعودية والأردن (إناث، وذكر) في إصابتهم ببعض الاضطرابات النفسية والاجتماعية في ضوء استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية.

للتعرف على وجود فروق واختبار فرضية الدراسة تم استخدام اختبار (Independent T test) وكانت نتيجة الاختبار كما يلي:

الجدول (5): نتائج اختبار الفرضية الثالثة للدراسة

المتغير	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة	القرار
عينة كلية التربية السعودية	ذكر	3.40	1.10	3.29	0.04	دالة احصائياً
	أنثى	3.65	0.85	3.89		
عينة كلية التربية الأردن	ذكر	3.04	1.17	2.14	0.03	دالة احصائياً
	أنثى	3.24	0.89	2.93		

يُظهر الجدول اعلاه نتائج اختبار الفرضية الثالثة للدراسة، حيث بينت نتائج التحليل وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب وطالبات كلية الآداب والتربية بالسعودية في إصابتهم ببعض الاضطرابات النفسية في ضوء استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية تُعزى لمتغير الجنس، حيث أن مستوى الاضطرابات النفسية والاجتماعية لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور حيث بل للإناث (3.65)، في حين بلغ للذكور (3.40) وهي دالة إحصائياً.

كما أظهرت النتائج أنّ هناك فروق بين طلاب وطالبات كليتي الآداب والتربية بالأردن في إصابتهم ببعض الاضطرابات النفسية في ضوء استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية تعزى لمتغير الجنس، حيث أن مستوى الاضطرابات النفسية والاجتماعية لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور حيث بلغ للإناث (3.24)، في حين بلغ للذكور (3.04) وهي دالة إحصائياً.

النتائج المتعلقة بالفرض الرابع: توجد فروق دالة احصائياً بين طلاب كليتي الآداب والتربية بالسعودية والأردن (إناث، وذكر) في استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية.

لاختبار هذه الفرضية، تم استخدام اختبار (Independent T test) وكانت نتيجة الاختبار كما يلي:

الجدول (6): نتائج اختبار الفرضية الرابعة للدراسة

المتغير	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة	القرار
عينة كلية التربية السعودية	ذكر	3.57	1.10	3.29	0.03	دالة احصائياً
	أنثى	3.88	0.85	3.89		
عينة كلية التربية الأردن	ذكر	3.33	1.23	3.14	0.02	دالة احصائياً
	أنثى	3.76	0.92	4.22		

يُظهر الجدول اعلاه نتائج اختبار فرضية الدراسة الرابعة، حيث بينت نتائج التحليل وجود فروق ذات دلالة بين طلاب وطالبات كليتي الآداب والتربية بالسعودية في استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية تعزى لمتغير الجنس، حيث أن مستوى الاستخدام لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور؛ حيث بلغ للإناث (3.88)، في حين بلغ للذكور

(3.57) وهي دالة إحصائياً، كما أظهرت النتائج أنّ هناك فروق بين طلاب وطالبات كليتي الآداب والتربية بالأردن في استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية تعزى لمتغير الجنس، حيث أن مستوى الاستخدام لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور حيث بل للإناث (3.76)، في حين بلغ للذكور (3.33) وهي دالة إحصائياً.

الاستنتاجات والتوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة توصي الباحثين بالآتي:

- العمل على تفعيل وحدة الإرشاد النفسي والأكاديمي في الجامعات لإرشاد الطلبة وتوجيههم للاستخدام الأمثل لوسائل التواصل الاجتماعي.
- مواجهة الأزمات النفسية والأكاديمية لطلاب الجامعات، وتقديم مساعدة مستمرة لهم من خلال خفض مستوي الشعور بالاضطرابات النفسية والاجتماعية لديهم ومهارات التواصل.
- ضرورة متابعة ومناصرة الآباء للأبناء حول برامج الإنترنت. وعلى الأسرة السعودية والعربية، لاسيما الأم في المقام الأول، أن تساهم في تنمية الشخصية الواعية لأبنائها، وتحرص على ترشيد استخدام أي من هذه المواقع في المنزل، وانتقاء ما يتفق مع معايير وقيم المجتمعات العربية المحافظة.
- ضرورة اهتمام المرشدين الأكاديميين بالتنوعية بالآثار الإيجابية والسلبية لوسائل ومواقع التواصل الاجتماعي والاستخدام الأمثل له.
- إجراء المزيد من الدراسات التي تلقي الضوء على آثار وسائل التواصل الاجتماعي من حيث إدمان الإنترنت أعراضه وأسبابه وطرق علاجه، وتأثيره على بناء الشخصية.
- مساهمة المؤسسات التعليمية والإعلامية في عملية التوعية وترشيد استخدام الإنترنت وادخال ذلك ضمن المناهج التعليمية، بالمراحل ما قبل الجامعية.
- انشاء مجموعات شبابية هادفة على برامج الإنترنت والهواتف المحمولة كالتس، والسنا، والتيلجرام، ومواقع الفيسبوك، وتوثر بالدرجة الأهم تتبنى قضايا اجتماعية وثقافية لتبادل المعرفة وتأسيس القيم والمبادئ الأصيلة.
- إدخال مفهوم جودة الحياة في بعض مقررات علم النفس.
- ضرورة توجيه وإرشاد التلاميذ، وخاصة مدمني شبكات التواصل الاجتماعي، بتعليمهم كيفية استبدال تصفح الإنترنت بالتمارين الرياضية وغيرها من الهوايات والأنشطة المتنوعة؛ للاعتدال في استخدام الإنترنت.

المراجع

بن جديدي، سعاد. علاقة مستوى النرجسية بالإدمان على شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك لدى المراهق الجزائري، رسالة دكتوراه، جامعة محمد خضير، بسكرة، الجزائر. (2016م)

بن خليوي، أسماء بنت فراج . الاضطرابات النفسية المرتبطة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية. 25(4). (2017).

بن زكريا، أبو الحسين أحمد. معجم مقاييس اللغة، تحقيق عبد السلام محمد هارون، دار الفكر، ج6/110. (1319هـ)

جراح العتيبي، استخدام طالب وطالبات الجامعات السعودية شبكة الفيسبوك دراسة تطبيقية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، الرياض، (2011).

جرار، ليلي أحمد. المشاركة بموقع الفيس بوك وعلاقته باتجاهات طلبة الجامعات الأردنية نحو العلاقات الأسرية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الإعلام، جامعة الشرق الأوسط، عمان. (2001م)

الجمال، رباب رأفت محمد (2013). أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على تشكيل النسق القيمي الأخلاقي للشباب السعودي- دراسة ميدانية، المدونة الالكترونية، 2014.

الخالد، خلود: تأثير الإنترنت على الطالبات الجامعيات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، كلية الآداب، قسم الدراسات الاجتماعية. (2016)

الخليفي، محمد بن صالح. "تأثير الإنترنت في المجتمع: دراسة ميدانية"، عالم الكتب، المجلد 22، العددان 5 و 6، (2002م)، 469-502.

خليفة، إيهاب. مواقع التواصل الاجتماعي، أدوات التغيير العصرية عبر الإنترنت، المجموعة العربية للتدريب والنشر، ط1. (2016م)

الدخيل، عزام: دليلك الكامل لاستخدام موقع /azzam.azamaldakhil.com/، (6/6). (2012)

الرازي، محمد بن أبي بكر. الصحاح، مكتبة لبنان، بيروت، تحقيق محمود خاطر (1415هـ)، 302.

الشامي، عبد الرحمن.. استخدام الشباب الجامعي اليمني للإنترنت: دراسة مسحية". المجلة العربية للعلوم الإنسانية، جامعة الكويت، العدد 22/88، ص 155-208. (2004م)

رفعت عارف الضبع، استخدام المراهقين بالعالم العربي للفيس بوك والإشباع المتحققة لديهم: دراسة ميدانية على طلاب (2) المرحلة الثانوية بالعالم العربي"، المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، كلية الإعلام، جامعة القاهرة، المجلد التاسع، العدد الثالث، يناير/يونيو 2009م، (2009)، 457-499.

ريان، محمد سيد. الإعلام الجديد، ط1، مركز الأهرام للنشر والترجمة والتوزيع، القاهرة. (2012م)

زهران، حامد. الصحة النفسية والعلاج النفسي، الطبعة الثالثة، عالم الكتاب، القاهرة. (2004م)
ساري، سالم، وزكريا، خضر. مشكلات اجتماعية راهنة، العولمة وإنتاج مشكلات جديدة، الأهالي للطبع والنشر والتوزيع، دمشق، ط1. (2004م)

سكر، ماجد رجب العبد. *التواصل الاجتماعي، أنواعه، ضوابطه، آثاره، معوقاته، ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين. (1432هـ)*

الشواشره، عمر مصطفى، والدقس، ميكامل. *أنماط الشخصية وعلاقتها بالاضطرابات السيكوسوماتية المنتشرة لدى عينة من المجتمع/السعودي، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، ع34. (2013م)*

صادق، عباس. *الإعلام الجديد المفاهيم والوسائل والتطبيقات، دار الشروق للنشر والطباعة. (2008م)*

طايح، سامي عبد الرؤوف.. *الإنترنت في العالم العربي: دراسة ميدانية على عينة من الشباب العربي،" المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، عدد4، (2000م) 35.*

عبد الرؤوف، سامي. *الإنترنت في العالم العربي: دراسة ميدانية على عينة من الشباب العربي، المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، عدد 4. (2000م)*

عبد المجيد، محمد سعيد وعبد اللطيف، وجدي شفيق: *الآثار الاجتماعية للإنترنت على الشباب"، دراسة ميدانية على عينة من المترددين على مقاهي الإنترنت، جامعة طنطا: كلية الآداب، (2003) 26-27.*

عبد المجيد، همت حسن، ، *الانترنت وعلاقته بإدراك المراهقين. للمخاطر الصحية في إطار نظرية تأثير الشخص الثالث"، المجلة المصرية لبحوث. الإعلام، كلية الإعلام. (2007)*

عثمان، عزة عبدالعزيز ، *العوامل المؤثرة على استخدامات الفتيات في السعودية ومصر للإنترنت، دراسة مقارنة. مؤتمر تقنيات الاتصال والتغير الاجتماعي. الرياض: جامعة الملك سعود. (2009)*

عجم، محمد. *الإنترنت والتكنولوجيا الحديثة تكشفان انعزال الشباب، عالم افتراضي يتصل بالواقع ويفصل عنه، جريدة الشرق الأوسط، العدد11704. (2011م)*

الطهراوى، إسلام جميل. *الحاجات النفسية المشبعة لدى مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي الفيس بوك من طلبة الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين. (2015م)*

الطيب، محمد عبد الظاهر. *مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر. (2013م)*
فضل الله، وائل مبارك خضر. *أثر الفيس بوك على المجتمع، المكتبة الوطنية للنشر، ط1، الخرطوم. (2010)*

الكندري، يعقوب وحمود القشعان.. *"علاقة استخدام شبكة الإنترنت بالعزلة الاجتماعية لدى طلاب جامعة الكويت". مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، مجلد17، عدد1، ابريل. (2001م) 1-45.*

مرسى، كمال، ومحمد، محمد. *الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام*، دار القلم، الكويت. (1992م)

مرسى، مشرى. *شبكات التواصل الاجتماعي الرقمية نظرة في الوظائف*، مجلة المستقبل العربي، ع395، لبنان. (2012م)

المصري، محمد أمين. *المجتمع الإسلامي*، دار الأرقم، الكويت، ط1. (1400هـ)

معتوق، جمال، وكريم، شريهان. *دور شبكات التواصل الاجتماعي في صقل سلوكيات وممارسات الأفراد في المجتمع*، ملتقى دولي حول شبكات التواصل الاجتماعي، بسكرة. (2012م)

منظمة الصحة العالمية، *الوقاية من الاضطرابات النفسية (الطبعة الأولى)*، القاهرة: قسم الصحة النفسية، صفحة 15، جزء 1. (2005)

نجدات، علي عقله. (2014). استخدام المتزوجات العاملات في الجامعات الأردنية للفيس بوك و الإشباع المتحققة منه: دراسة مسحية على عينة من جامعة اليرموك = The Use of Facebook by Married Working Women in Jordanian Universities and It's Role in Achieving Satisfaction: A Survey Study. Jordan Journal of Social Sciences, 166(2692), 1-39.

ALJABRY, A., MOHAMMAD, A., JAAFARI, A., ALI, A., SALAWI, M., ABDULLAH, M., ... & KHORMI, A. H. A. *Effect of Social Media Network on Social Relations and Academic Achievement Among Medical Students*. Egyptian Journal of Hospital Medicine, 69(7). (2017).

KIRSCHNECF, *Impact of social networks on mental health: A case report and literature review*. Clinical Services Department National Institute of Psychiatry' Ramon de la Fuente Muniz', Mexico City, Mexico. th European Congress of Psychiatry. 27. Supplement (1)P.1. (2014).

LUCAS BRAUN, "Social Media and Public Opinion", Master Thesis, Vniversitat, Valencia. (2012), 76.

MAHMOOD, SHANAYYARA & FAROOQ, UMER. *Facebook Addiction. A Study of Big-Five Factors and Academic Performance amongst Students of IUB*. Global Journal of Management and Business Research: E Marketing V. (14) Issue 5 Version (1). Online ISSN. (2016), 2249-4588

NILSON. *Handbook on stress and anxiety*. San- Francisco. Jossey- Bass Orgucfe. . Social networking sites- A critical analysis of its impact on personal and social life. International Journal of Business and Social Science, 2. (14). (2010) 222- 228.