التواصل الاجتماعي الإلكتروني وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات جامعة الجوف

د/ سهاد محمود عبد الرحمن بني فواز

• **المستخلص** :

تهدف هذه الدراسة إلى التعريف بعلاقة مواقع التواصل الاجتماعي الإلكترونية بتقدير الذات لدى طالبات جامعة الجوف في المملكة العربية السعودية، وقد اعتمدت الدراسة لتحقيق هذه الأهداف على منهج المسح الاجتماعي، واستخدمت أداة الاستبانة لجمع البيانات، إذ تم تطبيق البحث في جامعة الجوف في محافظة القريات على عينة مكونة من مئة طالبة في تخصصات مختلفة؛ من مثل الحاسب الآلي، واللغة الانجليزية، وقد تم اختيار العينة بشكل مقصود. وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: وتشير النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه طردية بين متغيري التواصل الاجتماعي الإلكتروني، وتقدير الذات لدى الطالبات فقد بينت النتائج أن تقدير الذات قد ازداد لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية: التواصل الاجتماعي الإلكتروني، تقدير الذات.

The Relationship Between The Electronic Social Communication And Self – esteem In a Sample Of Female Students At Jouf University

Dr. Sohaad Fawaz

Abstract:

The current study aims to identify and recognize the relationship between the social media websites on the internet and self – esteem in a sample of female students at Jouf University in Saudi Arabia . The sample of the current study was purposive and consisted of 100 female students from various departments such as " English , Kindergarten and IT" in Jouf University in Gurayyat governorate . The Social Survey (SS) , and Data Collection Questionnaire (DCQ) were designed, used and conducted by the researcher . The study results, The results of this study revealed that there was a perfect correlational relationship between the social media websites on the internet and self – esteem and it was clear that self - esteem increased with the female students who use the social media websites on the internet .

Key Words: Electronic Social Communication, Self-Esteem.

• **مقدمة** :

يعيش العالم في هذه الأيام ثورة تكنولوجية عارمة ولعل أبرزها ثورة الاتصالات سواء كانت من خلال الهواتف المحمولة أو من خلال شبكة (الإنترنت) وما تحتويه من مواقع التواصل الاجتماعية المتعددة، وأكثرها شهرة (الفيس بوك وتويتر والماسينجر واتس اب) وغيرها كثير، إذ يقدر عدد المشتركين في (الفيس بوك) وحده في العالم بأكثر من سبعمائة وخمسون مليون، وفي العالم العربي أكثر من خمسون مليون مشترك.

ولقد باتت مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني في الفترة الأخيرة الشغل الشاغل للشباب. تسيطر على أوقاتهم وأفكارهم، فأصبحوا يقضون أغلب أوقاتهم وراء شاشات الحاسوب والهاتف التي أصبحت متوفرة في كل بيت وفي كل مكان الأمر الذي ساهم في غياب العادات والتقاليد المتمثلة بالعلاقات الاجتماعية المختلفة لدى بعض الشباب بخاصة، مثل العلاقات داخل نطاق الأسرة نفسها وزيارة الأقارب، وصلة الأرحام، ومشاركة الآخرين في أفراحهم وأحزانهم وغير ذلك، مما قد يقود إلى عزلهم عن الأشخاص الآخرين المحيطين بهم.

وفي هذا الصدد تشكل شبكات التواصل الإلكترونية موضوع تنصدم فيه أطروحتان مختلفتان، الأطروحة الأولى ترى في هذه المواقع فرصة للبشرية لتبادل الاتصال والمعرفة والقضاء على عوائق الزمان والمكان فتزيد في تقارب الناس وترفع من درجة تفاعلهم وتنشئ علاقات اجتماعية جديدة، كما انه تختزل قدرا هائلا من الإجراءات في التعاملات والمبادلات التجارية والاقتصادية فيما تنظر الأطروحة الثانية لهذه الشبكات نظرة كارثية إذ ترى أنها تشكل مصدر الخطر الحقيقي على العلاقات الاجتماعية، وتؤدي إلى ميلاد مجتمع يحمل عوامل القطيعة مع التقاليد الثقافية، كما تؤدي إلى العزلة وتفكك نسيج الحياة الاجتماعية ويرى هؤلاء أن وسائل التواصل الاجتماعي قد اقتحمت الحياة العائلية بحيث قللت من فرص التفاعل والتواصل داخل الأسرة (ابو عرقوب، ١٩٩٣).

ويرى محمد مكاي وباتريك (٢٠٠٥) أن شغل أوقات الفراغ بصورة إيجابية وبطريقة مخططة يساعد كثيرًا في تعديل السلوك لدى المستخدمين، ويساعد على تربية الناشئ من جميع جوانبه النفسية والاجتماعية والروحية والسلوكية والعقلية، واستغلال أوقات الفراغ لديهم في الأنشطة المختلفة يحقق ميولهم وذواتهم، وتشبع بعض حاجاتهم النفسية كالحاجة إلى تقدير الذات والحاجة إلى الحب، والحاجة إلى الانتماء واللعب والمرح وتنمية المهارات والهوايات المختلفة، وصقل المواهب، وتحقيق القدرات وتنميتها وإكساب كثير من الخبرات المفيدة.

إن عملية التواصل بين البشر عملية أساسية نحس ونفهم من خلالها بيئتنا بما فيها من أناس، ونضفي عليها معان معينة، ويتأتى تبعا لذلك أن نكون قادرين على التعامل معهم، أي نؤثر فيهم و نتأثر بهم، وهذا كله عن طريق عملية الاتصال والتواصل. ويبقى الفرد المحور الأساسي الذي يدور من حوله وبواسطته كل ما يتم من عمليات اتصالية التي تتطلب عمليات نفسية مختلفة حتى تتفق مع مكونات شخصية الفرد وتتفق مع طابع الشخصية والمجال النفسي الذي يوجد فيه الفرد والجماعة .ولإنجاح عملية التواصل بين أفراد المجتمع لابد من توفر مهارات اتصالية مثل التفكير والكلام، والاستماع والمشاهدة، والكتابة والقراءة والفهم والتحليل لتساعد على إنتاج رسالة اتصالية

مناسبة، فقوة عناصر الاتصال من مرسل ورسالة ومستقبل واستجابة وتأثير والتحامها مع بعضها يعطينا اتصالا مؤثرا وناجحا.

ويزخر التواصل الاجتماعي الالكتروني بعدة جوانب، أظهرت مختلف الدراسات النفسية مدى تأثيرها على الفرد والمجتمع من حيث تفسيره لها واستجابته لها، ومن ثمّ إحداث تغيير في مجموع سلوكياته تبعا لمحتوى التواصل. ونتحدث هنا عن اثر التواصل على الاغتراب الاجتماعي ومفهوم الذات وهي المتغيرات التي نتناولها في البحث الحالي بالشرح والتفسير بالنظر إلى تأثير التواصل على شخصية الفرد من حيث تأثيرها على نفسيته من جهة، وإمكانية التغيير من سلوكا ته من جهة أخرى، وتحقيق تكيف الفرد مع البيئة الخارجية مع المجتمع، ومع مختلف التطورات التي تشهدها مختلف المجتمعات الحديثة.

وفيما يتعلق بتقدير الذات، فقد أكرم الله الإنسان بالعقلٍ وميزه عن بقية المخلوقات به، وبوساطة هذا العقل أصبح الإنسان واعيًا وملاحظا لما حوله، ومن ثم أصبح ملاحظا لنفسه، يتحسس ما يدور داخله من أفكار ومشاعر وأحاسيس ومن هذا كله أخذ الإنسان ينظر لذاته من منظور نفسه ومن منظور الآخرين. يحتاج الفرد إلى الشعور بأهميته (تقدير الذات واحترام الذات).

كما أنه يحتاج إلى الشعور باحترام الآخرين وتقديرهم له؛ ولذلك فإن الفرد الذي يشعر بفقدان ذاته وعدم احترامها منه، ومن الآخرين في العالم الواقعي فإنه يحاول أن يبحث جاهدًا عن بديل يجد من خلاله نفسه، لذلك قد يلجأ إلى التواصل الاجتماعي الإلكتروني والعيش في عالمه الافتراضي معتقدا أنه سيشبع رغباته ويحقق الاحترام لذاته من خلال نفسه ومن خلال الآخرين الذين يتعامل معهم إلكترونيا فيتمسك بذلك العالم الافتراضي كونه المنقذ لذاته من الضياع والاندثار تاركا وراء ظهره عالمه الواقعي. فما هو تأثير مثل هذا النوع من التواصل الاجتماعي الالكتروني على تقدير الذات لدى الأفراد؟

يعرف التواصل بأنها عملية تفاعل اجتماعي يهدف إلى تقوية العلاقات الاجتماعية في المجتمع عن طريق تبادل المعلومات والأفكار والمشاعر التي تؤدي إلى التفاهم والتعاطف أو التباغض (إبراهيم أبو عرقوب ١٩٩٣: ١٧).

ويرى وارن H.C Warren أن مفهوم التواصل يشير إلى نقل انطباع أو تأثير من منطقة إلى أخرى دون نقل فعلي لمادة ما .أو إلى نقل انطباعات من البيئة إلى الكائن أو العكس أو من فرد إلى أخر، وفي سياق آخر يرى الباحثين أن الاتصال أوالتواصل بمعناه العام و البسيط يقوم على نقل أو تبادل المعلومات بين أطراف مؤثرة ومتأثرة على نحو يقصد به ويترتب عليه تغيير في المواقف أو السلوك (مجدي احمد، ٢٠٠٨ : ٢٢).

إذن فالتواصل هو العملية التي يمكن بواسطتها نقل أثار الغير الذي يحدث في إحدى مناطق المجال السلوكي إلى منطقة أخرى. وهي عملية اجتماعية

بالدرجة الأولى فهي تتصل بعلاقة الفرد بالآخرين لتبادل المصالح المشتركة ومنها تحقيق مستوى من التواصل داخل المجتمع.

اما التواصل الاجتماعي يعرف بأنه: " انسجام الفرد في علاقته مع محيطه الاجتماعي وتكوين العلاقات الاجتماعية " (English & English, 1985: 4). ويعرف التواصل الاجتماعي بانها نموذج التفاعل المتبادل الذي يستمر فترة معينة من الزمن تؤدي إلى ظهور مجموعة توقعات اجتماعية ثابتة وتعتبر علاقة الدور المتبادل بين الزوج والزوجة والعلاقة بين المحلل النفسي والمريض أمثلة على العلاقات الاجتماعية(غيث، ٢٠٠٢: ٤٣٧) ويعرف (جونسون) التواصل الاجتماعي بأنه: " سلوك ظاهر يمارسه الأفراد في موقف اجتماعي معين من خلال الاتصال الوجاهي المباشر" (Johnson, 1996: 22)

ويشير المحاميد إلى التواصل الاجتماعي باعتباره: " العمليات المتبادلة بين طرفين اجتماعيين (فردين أو جماعتين أو فرد وجماعة صغيرة أو كبيرة) في موقف أو وسط اجتماعي معين، بحيث يكون سلوك أي منهما منبهًا أو مثيرًا لسلوك الطرف الآخر، ويجري هذا التفاعل عادة عبر وسيط معين (لغة، أعمال أشياء)، ويتم خلال ذلك تبادل رسائل معينة ترتبط بهدف أو غاية محددة وتتخذ عمليات التفاعل أشكالا ومظاهر مختلفة تؤدي إلى علاقات اجتماعية معينة " (المحاميد، ٢٠٠٤: ١٤٢).

وبذلك يحتل التواصل الاجتماعي بوصفه سلوكا ظاهرا يمارسه الأفراد في المواقف الاجتماعية مكانة بارزة في الاتصال الوجاهي المباشر؛ فهو لب العملية الاتصالية وجها لوجه وجوهرها، به يستقيم الاتصال الوجاهي، وبدونه ينعدم وهو الذي يحيل عملية الاتصال إلى عملية تواصل اجتماعي تتسم بالحيوية والديناميكية والانفتاح على الآخر والديمومة والاستمرارية، إلى الحد الذي يجعل التواصل الاجتماعي أساس العلاقات الاجتماعية بين الأفراد وعصب العملية الاتصالية وجوهرها (Johnson, 1996).

إذن لا يمكن إغفال الدور الذي يؤديه التواصل الاجتماعي المباشر في بناء الشخصية، والسؤال هنا هل يمكن أن يقوم التواصل الاجتماعي الإلكتروني بالدور ذاته الذي يقوم به التواصل الاجتماعي المباشر في بناء الشخصية؟

أما التواصل الاجتماعي الإلكتروني فقد عرف بأنه: " الوسيلة المستخدمة في نقل المعنى المراد توصيله بين طرفين لا يرى أحدهما الآخر، ويستخدمان جميع الإمكانات والعناصر المتاحة من أجل نقل وتفسير الرسالة بالمعنى المقصود ". (David, 2002). ويعرف أيضا بأنه: " الأداة التي تؤدي إلى تطوير مجتمعات وثقافات جديدة لم تكن موجودة من قبل " (Andrew, 2000: 515). ويرى ديفيد (David, 2002: 201) أن التواصل الاجتماعي الإلكتروني هو: " الوسيلة التي من

خلالها يتشارك الأفراد الآراء والمعارف والتوقعات ويتبادلون وجهات النظر المختلفة، ويعبرون عن أنفسهم دون خوف ".

أما جيلان (Jeylan, 2002: 208) فينظر إلى التواصل الاجتماعي الإلكتروني باعتباره: "الفضاء الاجتماعي، وهو المكان الذي يتواصل فيه الأفراد معا بعقولهم دون تواجد مادي".

وعرف التواصل الاجتماعي الإلكتروني بأنه: " وسيلة أو أداة للاتصال بالآخرين، وتكنولوجيا هدفها التواصل وتحسين العلاقات الاجتماعية للفرد وهي المكان الذي تنشأ فيه علاقات اجتماعية جديدة، وأنها أوجدت شكلا جديدا من العلاقات تنشأ بين الأفراد تتخطى الحدود المكانية والزمانية وتسمح بتحقيق تفاعل وتواصل اجتماعي من خلال استخدام الرسالة المكتوبة بين شخصين أوأكثر، حيث تصبح الكلمة المكتوبة هي أساس التواصل بينهم" (عبد الفتاح ٢٠٠٩: ٢١).

ويمكن تعريف التواصل الاجتماعي الإلكتروني بأنه العملية التي يتم من خلالها تبادل الأفكار والثقافات ووجهات النظر من خلال وسيط إلكتروني (الإنترنت) بين طرفين أو أكثر دون أن يكون هناك مواجهة مباشرة وجها لوجه.

أما فيما يتعلق بأهمية التواصل الاجتماعي الإلكتروني فإنها تنبع من خلال التزايد في عمليات الاستخدام للمواقع الخاصة بهذا النوع من التواصل من قبل الأفراد وما له من تأثيرات على العلاقات الاجتماعية وإحداث التغييرات في هذه العلاقات وأشكال التفاعل وأساليب التواصل. إذ تعتبر هذه الوسائل الإلكترونية من أكثر الوسائل في إحداث تغييرات جذرية في بنية العلاقات الاجتماعية بين الناس.

وهناك فريق من الباحثين يرى أن هذه الوسيلة الاتصالية عملت على تغيير حياة المجتمعات والعلاقات الاجتماعية إلى الأفضل وذلك من خلال اختزالها المسافات الجغرافية والثقافية والمعرفية والعرقية والطبقية والسياسية بين المجتمعات، حتى في داخل المجتمع الواحد نفسه (Dimaggio, 2001).

ومنهم من يرى عكس ذلك تماما، إذ أسهمت هذه الوسيلة برأيهم في تفتيت العلاقات الاجتماعية بين الأفراد، محولة قوتها وحميميتها إلى فتور وبرود ومرسخة في الوقت نفسه التباين الثقافي والطبقي والعرقي بين أفراد المجتمع (Putnam, 2000).

كما وتنبع أهمية التواصل الاجتماعي الإلكتروني بسبب تمتعه بعدد من الخصائص، أهمها:

- إتاحة الفرصة أمام الفرد في التعامل الإلكتروني في أي وقت وفي أي مكان يشاء.

- مرونة استخدامه وسهولة الدخول إلى أي موقع من المواقع المتنوعة التي يريدها الفرد أنى شاء ومتى شاء ليلا ونهارًا.
- يعمل التواصل الاجتماعي الإلكتروني على توسيع شبكة علاقات الفرد الاجتماعية مع الآخرين على المستوى المحلي والإقليمي والدولي بصرف النظر عن خلفياتهم السياسية والاقتصادية والاجتماعية والعرقية والجنسية.
- يتيح التواصل الاجتماعي الإلكتروني للأفراد فرصة تقديم أنفسهم للآخرين بحرية كبيرة ودون قيود وبطريقتهم الخاصة، وهذه الحرية تعطيهم مجالا رحبا لتقديم أنفسهم للآخرين بأكثر من طريقة، وليلعبوا أكثر من دور وليقوموا بعرض أكثر من جانب من جوانب ذواتهم التي يصعب عليهم عرضها أو تقديمها في حالة الاتصال المباشر وجها لوجه. وعليه فإن الاتصال الإلكتروني يحسن ويجمل بشكل كبير بعض الخصائص والصفات غير المرغوبة لدى بعض الأفراد والتي لا يرغبون أن يعرفها الآخرون عنهم (كالعمر، والطبقة الاجتماعية، والشكل، والخجل، وغيرها)
- يسمح التواصل الاجتماعي للأفراد بالقفز فوق الحدود الجغرافية والتعرف إلى أفراد من ثقافات وأديان أخرى (Bellamy & Hanewicz, 2001).
- تزويد الأخر(المستقبل) بمعلومات صحيحة وصادقة، جديدة إضافية لم يطلع عليها أو يعرفها من قبل عن الفكرة أو الموضوع أو الشخص مدار البحث وتمكنه من إثراء معلوماته وتجديدها وتوسيع أفاقه و اتخاذ القرارات الصائبة. والسلوك السوي يساعده على التكيف مع نفسه ومجتمعه وبيئته .
- تصحيح معلومات أو مفاهيم أو أفكار خاطئة لتجنب إرباك المستقبل وتوليد الشك لديه، الأمر الذي قد يؤدي إلى سوء الفهم للأفكار والأشخاص والأمور وبالتالي تؤدي إلى قرارات خاطئة وسلوك خاطئ.
- تغيير الاتجاهات يغير الناس اتجاهاتهم للتكيف مع بيئتهم بشكل أفضل ولإشباع حاجاتهم الداخلية، فالاتجاهات الجديدة تعطي معنى للحياة وللعالم الذي يعيش فيه الإنسان.
- تعديل السلوكيات : تعديل أو تغيير السلوك العلني للمستقبل، فالهدف هنا هو إقناع الشخص بالتخلي عن السلوك السلبي أو الخاطئ، وتبني السلوك الايجابي أو الصحيح الذي قصده المصدر(أبو عرقوب، ١٩٩٣: ٤٤ ـ ٤٨).

ومن هنا يستنتج أن هذه الخصائص جميعها تجعل من التواصل الاجتماعي الإلكتروني وسيلة فريدة، فهو من جهة يشترك مع الوسائل الاجتماعية المباشرة في بعض الخصائص ويتميز عنها في خصائص أخرى تجعل الكثير من الأفراد يفضلونه على أي نوع آخر من أنواع التواصل (ساري، ٢٠٠٥).

- **تأثير التواصل الالكتروني من وجهة نظر علم النفس**:

ويبقى فهمنا لتأثيرات وسائل التواصل المختلفة من وجهة نظر علم النفس يرتبط أساسا بإدراكنا لأنواع الحاجات لدى الفرد، والتي يسعى إلى تلبيتها عن

طريق استخدامه لمختلف هذه الوسائل، وما يمكن أن تحققه له هذه الوسائل من حاجة نفسية، اجتماعية تصل بدورها إلى تحقيق عملية التوافق لدى الفرد، وهي العملية التي تبدأ عندما يشعر الفرد بحاجة أو دافع ما، وتنتهي عندما يشبع هذه الحاجة أو يرضي هذا الدافع.

وقد صنف أبراهام ماسلو Abraham Maslow هذه الحاجات إلى أربع مستويات ترتبط بالجانب النفسي وتكيف الفرد مع بيئته وحفاظا على صحته النفسية :

- **الحاجة إلى الأمن:** الأمن هو تحرر الفرد من الخوف، وهو من شروط الصحة النفسية. ويتوفر الأمن النفسي للفرد مع شعوره بأنه قادر على الإبقاء على علاقات مشبعة ومتزنة مع الناس .
- **الحاجة إلى التقدير الاجتماعي:** إن التقدير الاجتماعي الذي يتمتع به الفرد ذا صلة وثيقة بتأكيد الأمن النفسي لديه، ويتحقق التقدير الاجتماعي بشعور الفرد بالقبول من طرف الآخرين، وبان ما يقوم به له وزن وقيمة عند الناس. فإذا نجح في ذلك تزداد ثقته بنفسه وبعمله، ويشعر بتقدير الآخرين له وهذا يؤدي به إلى أن تكون له مكانة اجتماعية، والشعور بالانتماء والحب.
- **الحاجة إلى الانتماء:** الإنسان دائما في حاجة إلى جماعة قوية ينتمي إليها ويتوحد معها حتى يتخلص من التوتر النفسي والقلق ويحقق التوافق النفسي. ومن شروط إشباع الحاجة إلى الانتماء أن يتقبل الفرد جماعته التي ينتمي إليها، وأن تتقبله هذه الجماعة، والدافع إلى الانتماء قد يدفع إلى المسايرة والتوافق معها أو قبول ما اتفقت عليه من معايير وأنماط سلوكية.
- **الحاجة إلى التعبير عن الذات وتوكيدها:** هي الحاجة التي تدفع الفرد إلى الإفصاح عن ذاته، سواء كان هذا في عمل أو في موقف، والتعبير عن شخصيته وتوكيدها وإظهار ما لديه من إمكانيات (عباس محمود عوض، ١٩٨٧: ٧٨ ـ٨١).

إذن نستنتج أن للإنسان مجموعة من الحاجات التي لابد من تحقيقها من خلال تفاعله مع الآخرين، وضمن أنماط اتصالية معينة، وعليه فان استخدامات وسائل الإعلام على مستوى جماهيري يرتبط تحقيقها بمجموعة هذه الحاجات لدى المتلقين والمتمثلة بحاجات الفرد المعرفية، وحاجاته للاندماج الاجتماعي.

وقد حدد كاتز وجوريفتش وهاس Katz, Gurevitch § Haas بالتفصيل حاجات الأفراد والتي تحتاج إلى إشباع، وذلك عن طريق استعمال التواصل الاجتماعي الالكتروني بما يلي:

- **الحاجات المعرفية:** وهي الحاجات المرتبطة بتقوية المعلومات والمعرفة وفهم بيئتنا وهي تستند إلى الرغبة في فهم البيئة والسيطرة عليها، وهي تشبع لدينا حب الاستطلاع والاكتشاف.

- **الحاجات العاطفية:** وهي الحاجات المرتبطة بتقوية الخبرات الجمالية والبهجة والعاطفة لدى الأفراد. ويعتبر السعي للحصول على البهجة والترفيه من الدوافع العامة التي يتم إشباعها عن طريق التواصل الاجتماعي.
- **حاجات الاندماج الشخصي:** وهي الحاجات المرتبطة بتقوية شخصية الأفراد من حيث المصداقية، والثقة والاستقرار ومركز الفرد الاجتماعي وتنبع هذه الحاجات من رغبة الفرد في تحقيق الذات.
- **حاجات الاندماج الاجتماعي:** وهي الحاجات المرتبطة بتقوية التواصل بالعائلة والأصدقاء والعالم، وهي حاجات تنبع من رغبة الفرد للانتماء.
- **الحاجات الهروبية:** وهي الحاجات المرتبطة برغبة الفرد في الهروب، وإزالة التوتر، والرغبة في تغيير المسار(أبو إصبع، ١٩٩٩: ١١١).

ومن منطلق الحاجات المختلفة التي يحتاج الإنسان إشباعها تظهراهم حاجات التواصل والخصائص التي يتمتع بها، والتي يجب أخذها بعين الاعتبار لتحقيق تواصل ايجابي، يخدم ثقافة المجتمع ويتماشى مع أبعاد شخصية الفرد في هذا المجتمع . فهناك مجموعة حاجات لابد من إشباعها لدى الفرد .

أما تقدير الذات، فإنه يعد من أهم عوامل نمو الشخصية وتطورها والصحة النفسية لها، فهو أمر ضروري من أجل الحفاظ على الفرد من مختلف جوانب حياته النفسية والاجتماعية، إضافة إلى كونه ضرورة عاطفية، فبدون وجود قدر معين من تقدير الذات لدى الفرد تكون الحياة شاقة ومؤلمة وتؤدي إلى الكثير من المشاكل والمتاعب مع عدم إشباع كثير من الحاجات الأساسية.

إذن يعد مفهوم تقدير الذات موضوعا أساسيا وضرورة ملحة للإنسان حتى يتمكن من السير بصورة صحيحة وفعالة ويتمكن من التفاعل الاجتماعي السليم مع البيئة التي يعيش فيها.

وهناك تعريفات عدة لتقدير الذات منها: يعرفه (روزينبرغ) بأنه: " اتجاه الفرد نحو نفسه بشكل إيجابي أو سلبي، وتقييم كلي لأهميته وقيمته" (Rosenberg, 1989: 114)

ويرى ماكلفن (Mcilveen, 1998: 287) بأنه: " القدرة على أن يحب الفرد نفسه ويحترمها عندما يفشل تماما، كما يحبها ويحترمها عندما ينجح، وهو أكثر من مجرد شعور طيب تجاه الذات وإنجازاتها. حيث يتعلق بالطريقة التي نحكم بها على أنفسنا وعلى قدراتنا على رؤية أنفسنا من منظور قيمتها ".

في حين يرى المعايطة (٢٠٠٧: ٤٤) أن تقدير الذات هو: " التقييم العام لدى الفرد ولذاته في كليتها وخصائصها العقلية والاجتماعية والانفعالية والأخلاقية والجسدية، وينعكس هذا التقييم على ثقته بذاته، وشعوره نحوها وفكرته عن مدى أهميتها وتوقعاته منها كما يبدو في مختلف مواقف الحياة ".

وعرفه العتوم (٢٠١١: ١٨٠) بأنه: " حاجة الفرد إلى الشعور بأهميته (تقدير الذات واحترام الذات) وحاجته إلى الشعور باحترام الآخرين له (التقدير من الآخرين) ". أن تقدير الذات هو الصورة التي يكونها الفرد عن ذاته من خلال علاقته التي يرتبط بها بمجتمعه الذي يعيش فيه من خلال الدور الذي يمارسه ونمط التفاعل.

وفي ضوء ما تم التطرق اليه آنفا، تأتي هذه الدراسة لرصد العلاقة بين التواصل الاجتماعي الإلكتروني على تقدير الذات لعينة من طالبات جامعة الجوف بالقريات، ويرجع سبب اختيار هذا الموضوع لظهور وضوح عدة تأثيرات ناتجة عن انتشار استخدام هذه الشبكات ما جعل هذا النوع من التواصل محل دراسة وبحث خاصة مع توافر السلبيات والإيجابيات التي ترد يوما بعد يوم في التراث العلمي الميداني لبحوث الاتصال.

- **مشكلة الدراسة وأسئلتها** :

تكمن مشكلة الدراسة في الوقوف على علاقة التواصل الاجتماعي الإلكتروني بتقدير الذات لدى طالبات جامعة الجوف بالقريات. إذ باتت مواقع التواصل الاجتماعي الالكتروني في أيامنا هذه تشغل بال الأفراد وأوقاتهم وباتوا يعتمدونها في تواصلهم الاجتماعي في مختلف جوانب الحياة، الأمر الذي انعكس على علاقاتهم وتواصلهم الاجتماعي المباشر مما أدى إلى فقدان كثير من القيم والعادات والتقاليد التي يتميز بها المجتمع الإسلامي العربي. وربما أصبح الفرد يشعر بذاته ويقدرها ويحترمها من خلال التواصل الاجتماعي الإلكتروني بصورة أفضل من التواصل الاجتماعي المباشر.

وهنا تتمحور مشكلة البحث حول تلمس الباحثة من خلال متابعتها الميدانية وتعاملها الشخصي مع مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني زيادة انتشار هذه المواقع وقوة تأثيرها على فئة تعتبر من أكثر مستخدميها وهن طالبات الجامعة مما دعا للقيام بهذا البحث لإلقاء الضوء على هذه الظاهرة في مجتمعنا.

وستحاول الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية: **هل هناك علاقة بين التواصل الاجتماعي الإلكتروني واحترام الذات وتقديرها لدى طالبات جامعة الجوف بالسعودية؟**

- **أهمية الدراسة** :

تنبع أهمية الدراسة من خلال التطور التكنولوجي السريع الذي يشهده العالم في هذه الأيام وبخاصة فيما يتعلق بالتواصل الاجتماعي الإلكتروني في مختلف جوانب الحياة الاجتماعية والسياسية والاقتصادية، والتزايد الهائل من قبل الشباب في التعامل مع عمليات الاتصال الإلكتروني في المجتمع العربي، وما يمكن أن يترتب على ذلك من نتائج قد تؤثر في العلاقات الاجتماعية داخل المجتمع الواحد، وتؤثر في تقدير الفرد لنفسه من خلال شعوره بهذا التقدير من

خلال التواصل الإلكتروني، والعالم الافتراضي الذي يبنيه من خلال هذا التواصل، الأمر الذي يبعده عن عالمه الواقعي ويجعله ينشد عالمه الافتراضي باحثًا عن تقدير ذاته الذي أضاعه في الواقع.

فأهمية المشكلة هنا تكمن في مدى تأثير التواصل الاجتماعي الإلكتروني على تقدير الذات لدى الشباب. كما تنبع أهمية الدراسة أيضا من خلال ندرة الدراسات العربية التي تناولت تأثير التواصل الاجتماعي الإلكتروني في تقدير الذات.

- **مفاهيم البحث** :

- **التواصل الاجتماعي الإلكتروني**:

هو عمليات الاتصال الاجتماعي التي تتم بين الأفراد والجماعات من خلال وسيط إلكتروني، يتمثل في تبادل الأفكار والاتجاهات والثقافات والعادات والتقاليد والقيم السائدة في المجتمعات المختلفة دون أن يرى الأفراد بعضهم بعضًا.

- **تقدير الذات** :

شعور الفرد باحترامه لذاته، واحترام الآخرين له، ويتمثل في الدرجة المتحصلة على مقياس تقدير الذات.

- **طالبات جامعة الجوف** :

هم طالبات جامعة الجوف فرع القريات في تخصص رياض الاطفال والحاسب واللغة الانجليزية الموجودين على مقاعد الدراسة في عام ١٤٣٦/١٤٣٧ .

- **محددات الدراسة** :

- **الحدود البشرية:** طالبات جامعة الجوف بالقريات من التخصصات التالية: (رياض الاطفال، الحاسب، اللغة الانجليزية)
- **الحدود المكانية:** تم تطبيق الدراسة الميدانية في مقر جامعة الجوف بالقريات لأن ذلك يتيح فرصة التواجد في مجتمع البحث والالتقاء بالمبحوثات طوال فترة اجراء الدراسة.
- **الحدود الزمنية:** وتتمثل في العام الدراسي١٤٣٦ /١٤٣٧ .

- **الدراسات السابقة** :

تعد الدراسات التي تطرقت إلى لعلاقة بين التواصل الاجتماعي الإلكتروني والاغتراب الاجتماعي وتقدير الذات نادرة على المستوى المحلي وحتى على المستوى العالمي، وقد تمكنت الباحثة من الاطلاع على عدد من الدراسات العربية والأجنبية وكانت على النحو الآتي:

وقام كراوت وزملائه (Kraut et al, 1998) بدراسة زمنية تتبعية تناولت تأثير التواصل عبر الإنترنت على مفهوم المشاركة الاجتماعية والعزلة الاجتماعية

والصحة النفسية للفرد. وكانت عينته تشمل (١٦٩) فرد من (٧٣) أسرة في مدينة بيتسبرج الأمريكية، وضح من خلالها الباحثون بعض التأثيرات الاجتماعية والنفسية لمستخدمي هذه التقنية خلال السنة الأولى والثانية من الاستخدام. ولقد خلصت الدراسة إلى أن الاستخدام المطرد للتواصل عبر الإنترنت يرتبط مع انخفاض الاتصال بالمشاركة مع أفراد الأسرة داخل المنزل وكذلك يساهم في التقليل من حجم الدائرة الاجتماعية التي ينتمون لها. فلقد أوضحت الدراسة العلاقة بين كثرة استخدام التواصل الإلكتروني وقضاء ساعات طويلة في استخدام الحاسوب من جهة وبين زيادة معدل الاكتئاب ومعدل الوحدة لدى الشخص من جهة أخرى. فكثرة استخدام الإنترنت وقضاء ساعات طويلة أمام الجهاز ارتبطت بالاكتئاب والوحدة الاجتماعية، واللذان يعتبران جانبين اجتماعيين نفسيين مهمين يؤثران على الصحة الخاصة بالفرد.

وفي دراسة هيوز (Hughes, 1999) قام من خلالها تحديد العلاقة بين استخدام الإنترنت والوحدة بين طلبة الجامعة الكاثوليكية في الولايات المتحدة وقد وجد بأن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين استخدام الإنترنت والوحدة وفيما يتعلق بالفروق الإحصائية بين الجنسين في درجة الوحدة وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث، إذ إن الذكور هم أكثر استخدامًا، وبالتالي فهم يعانون ويشعرون بالوحدة بشكل أكبر من الإناث.

وفي دراسة (ساندرز وزملائه 2000) علاقة استخدام الإنترنت بالاكتئاب والعزلة الاجتماعية، وإلى أن مستخدمي الإنترنت المتزايد سجلوا انخفاضا في التفاعل مع الوالدين. وهذا يعكس نوعا من أنواع الاعتلال في العلاقات الفردية داخل نطاق الأسرة الواحدة.

وطبق بيلامي وهانوفيتز (Bellamy & hanewwicz,2001) دراسة على (١١٤) طالبًا وطالبة في مرحلة البكالوريوس في جامعة كبرى في جنوب شرق ولاية ميتشيغان في الولايات المتحدة بهدف معرفة تأثير الإنترنت في خلق حالة من الإدمان لدى مستخدميه. وقد توصلت الدراسة إلى أن توجه الشباب نحو الإنترنت وإدمانهم عليه يرتبط بالنوع الاجتماعي وببعض المتغيرات الشخصية كالسيطرة والتقبل الاجتماعي والعلاقات الشخصية للمفحوصين.

كما قام (ديماغيو وزملائه 2001) بدراسة عن الدلالات الاجتماعية للإنترنت، إذ قام هؤلاء الباحثون بمراجعة مستفيضة للدراسات التي تناولت الإنترنت من منظور اجتماعي، وقد تبين لهم أن عدد الدراسات التي توصل أصحابها إلى وجود تأثيرات اجتماعية سلبية للإنترنت في حياة الأفراد الاجتماعية أكثر من تلك التي تؤكد على التأثير الإيجابي له في حياته.

وفي دراسة أخرى قام بها شو وجانت (Shaw & gant, 2002) حول احترام الذات والدعم الاجتماعي لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي

الإلكتروني بينت النتائج من خلال عمل مقياس لتقدير الذات والدعم الاجتماعي بأن احترام الذات قد زاد لدى مستخدمي التواصل الإلكتروني بعد مرور مدة من الاستخدام.

وأجرى أبو إصبع (٢٠٠٤) دراسة استكشافية على عينة من طلبة جامعة فيلادلفيا في الأردن لم يحدد عددها، بهدف معرفة دوافع الشباب لاستخدام شبكة التواصل الاجتماعي الإلكتروني، ومدى إشباعها لحاجاتهم النفسية والمعرفية والاجتماعية، فضلا عن معرفة تأثيرات التواصل الإلكتروني الإيجابية والسلبية في الشباب في جوانب المعرفة والسلوك والاتجاهات وأسلوب الحياة. وقد توصلت الدراسة إلى وجود تأثير واضح ومتباين للتواصل الاجتماعي الإلكتروني في الشباب، كتأثيره في نظرتهم إلى أنفسهم، وإلى الحياة، وكذلك تأثيره في قيمهم واتجاهاتهم نحو البيئة الاجتماعية، وتقديمه لهم نماذج سلوكية يحتذون بها في حياتهم.

وقام خضر (٢٠٠٩) بدراسة على عينة عمدية من مستخدمي الفيس بوك من الشباب الجامعي فى جامعة القاهرة والجامعة البريطانية، وكان الهدف الرئيسي للبحث هو التعرف على دوافع استخدام الشباب لموقع الفيسبوك والأنشطة التي يمارسوا في هذا الموقع، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج المقارن ومنهج المسح الاجتماعي وأداة الاستبيان لجمع البيانات، وتوصلت الباحثة إلى ما يلي: أن دافع التسلية والترفيه يأتي على رأس قائمة دوافع استخدام طلاب الجامعة لموقع الفيسبوك. أن مشاهدة ألبومات الصور الخاصة بالأصدقاء تأتي على رأس قائمة الأنشطة التى يمارسها المبحوثون على موقع الفيسبوك بنسبة ٥, ٧٦ %. اتفقت مجموعة طلاب جامعة القاهرة والجامعة البريطانية (ذكور وإناث) على أن التفاعل الاجتماعي بين الأشخاص عبر موقع الفيسبوك يؤدي إلى تنمية المهارات الشخصية والخبرات الحياتية والتعامل مع الآخرين، ومن أهم مزايا الفيسبوك التواصل مع الأصدقاء ومواكبة ما يجرى والتعرف على مزاج الأصدقاء وتجديد العلاقات بأصدقاء الماضي وإبداء الرأى الحر.

وتوصلت دراسة أجرتها جامعة تكساس الأميركية (2009)، إلى أن الناس يقبلون على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلى رأسها موقع "فيس بوك " بهدف التعبير عن حقيقة شخصياتهم، بدلا من رسم صور مثالية عنها، حيث إنها تشبع لدى معظم المستخدمين حاجتهم الأساسية لتعريف الآخرين بأنفسهم

واجرى عوض (٢٠١٢) دراسة هدفت الكشف عن أثر مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك على درجة تقدير الذات لدى فئة الشباب في محافظة طولكرم بفلسطين، وقد تم استخدام الاستبانة كأداة لجمع البيانات تكونت من

٢١ فقرة تقيس أثر استخدام الفيسبوك على تقدير الذات، وطبقت على عينة مكونة من (١٠٠) مستخدم ومستخدمة للفيس بوك في المحافظة. وقد أسفرت النتائج عن درجة مرتفعة لتقدير الذات لمستخدمي الفيسبوك، وأن هناك فروق إحصائية لدرجة تقدير الذات لدى مستخدمي الفيسبوك تعزى للجنس ولصالح الإناث، وللعمر بين الفئة (١٥ ـ ٢٠) سنة، (٣٥ ـ ٣٠) سنه وكانت لصالح الفئة الأصغر وهي (١٥: ٢٠) سنة.

كما قام عباس والشناوي (٢٠١٤) دراسة هدفت الى التعرف على مستويات استخدام شبكة التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) وعلاقتها مع التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين، وقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، إذ تم تطوير مقياس للكشف عن علاقة استخدام الفيسبوك في التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين، وتم تطبيق المقياس على عينة عشوائية من (٤٦٦) طالبًا وطالبة ونسبتهم (١٨٪) من مجتمع الدراسة من صفوف العاشر والحادي عشر والثاني عشر في القرى التابعة لسهل البطوف في الجليل، ممن يستخدمون موقع التواصل الاجتماعي (الفيس بوك). وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك، والتي حصلت على أعلى تكرار هي الفترة أقل من ساعتين يوميًا، وأن مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين الذين يستخدمون الفيس بوك جاءت بدرجة مرتفعة، ووجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين الفترة الزمنية التي يقضيها الطلبة المراهقون في استخدام الفيس بوك ومستوى التوافق النفسي.

- **تعقيب على الدراسات السابقة** :

نلاحظ من خلال الدراسات السابقة التي تم التطرق لها سواء كانت على الصعيد العربي أو على الصعيد الأجنبي أن هناك علاقة بين التواصل الاجتماعي الإلكتروني على تقدير الذات، يتمثل ذلك من خلال التأثير في العلاقات الاجتماعية المختلفة مع الأصدقاء والأقارب والأسرة نفسها، لا بل ويمتد هذا التأثير ليصل الفرد في علاقته مع نفسه وتقديره واحترامه لذاته من خلال انغماسه في العالم الافتراضي الذي بناه وبنا شخصيته وفقا له. على الرغم من وجود بعض الدراسات التي قد تطرقت بصورة مباشرة أو غير مباشرة إلى متغير أو أكثر من متغيرات هذه الدراسة، إلا أن أيا منها لم يدرس بصورة مباشرة العلاقة بين متغيرات هذه الدراسة ككل وفيما يلي توضيح لما تميزت بها الدراسة الحالية:

- تناولها موضوع مهم وهو التواصل الاجتماعي الالكتروني وعلاقته على تقدير الذات الذي لم تتناوله الدراسات السابقة .
- حاولت الدراسة الحالية الخروج بعلاقات واضحة وصريحة ذات طابع علمي يمكن تعميمها في مجالات الاتصال الجماهيري إذا ما تم استخدام هذه

العلاقات وتعديلها وتكمن هذه العلاقة بقوة وسائل الإعلام والدور الذي يمكن أن تلعبه إذا ما استخدمت الاستخدام الأمثل.

- تتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في محاولتها دراسة العلاقة بين التواصل الاجتماعي الالكتروني وتقدير الذات وسط طالبات الجامعة التي تعتبر شريحة اجتماعية مهمة على مستوى التعليم العالي وانهن على اطلاع وانفتاح ورغبة في اقتناء الجديد ويتأثرن سواء بشكل إيجابي أو سلبي وهذا ما سعت إليه الدراسة حيث لم يتطرق إليه أي من الباحثين السابقين بشكل مركز.

وأخيرا فقد تم الاستفادة من الدراسات السابقة في بلورة الفكرة البحثية بكافة جوانبها ومحاولة التطرق لبعض المتغيرات التي لم تبحثها تلك الدراسات.

- **الطريقة والإجراءات** :
- **عينة الدراسة** :

قامت الباحثة بتوزيع (١٠٠) استبانة على طالبات جامعة الجوف بالسعودية الجدول رقم (١) يوضح توزيع أفراد العينة تبعاً للمتغيرات الشخصية .

جدول (١) توزيع أفراد العينة تبعاً للمتغيرات الشخصية (ن=١٥٠)

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية
التخصص	الحاسب	٥٠	٥٠٪
	اللغة الانجليزية	٥٠	٥٠٪
	المجموع	١٠٠	١٠٠٪

- **الأدوات** :

ستقتصر أدوات الدراسة على (مقياس وتقدير الذات) اعدتها الباحثة وفق المعايير الدالة على متغيرات الدراسة، ومن ثم تم عرضهما على المحكمين المختصين للتأكد من صدقهما وثباتهما.

المقياس تكون من جزئيين الجزء الاول يتعلق بالبيانات الاولية للدراسة والتي تتضمن البيانات المتعلقة بالخصائص الشخصية لمفردات الدراسة من حيث العمر، التخصص، هل تستخدم وسائل التواصل الالكتروني، عدد ساعات استخدام وسائل التواصل الالكتروني في اليوم تقريباً. اما الجزء الثاني من المقياس تضمن محور تقديرها لذاته ويشتمل على عشر فقرات.

- **ثبات أداة الدراسة** :

يقصد بثبات أداة الدراسة استقرار النتائج واعتماديتها وقدرتها على التبوء أي مدى التوافق أو الاتساق في نتائج الاستبيان إذ طبق أكثر من مرة في ظروف مماثلة، وقد تم استخدام اختبار الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، إذ يقيس مدى التناسق في إجابات المبحوثين عن كل الأسئلة الموجودة

في المقياس، كما يمكن تفسير (ألفا) بأنها معامل الثبات الداخلي بين الإجابات ويدل على ارتفاع قيمته على درجة ارتفاع الثبات ويتراوح ما بين (٠ ـ ١) وتكن قيمته مقبولة عند (٦٠٪) وما فوق، وفي دراسات أخرى تكون مقبولة عند (٧٠٪) وما فوق وبحسب والجدول التالي يبين ذلك.

للتحقق من ثبات أداة الدراسة قامت الباحثة بتطبيق اداة الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (٥٠) طالبة من خارج عينة الدراسة الاصلية، ثم قامت الباحثة بتطبيق معادلة كرونباخ الفا على جميع فقرات مجالات الدراسة إذ بلغت قيمة معامل الثبات (٠.٨٦)، إذ أن النسبة المقبولة لتعميم نتائج مثل هذه الدراسات هي (٠.٦٠)، والجدول (٢) يوضح معاملات الثبات لمتغيرات الدراسة.

جدول (٢) معاملات الثبات (كرونباخ ألفا) لجميع فقرات أبعاد الدراسة والأداة ككل

البعد	معامل (كرونباخ ألفا)
العلاقة بين التواصل الاجتماعي الإلكتروني على تقدير الذات لدى طالبات جامعة الجوف بالسعودية	٠.٨٦

- **عرض النتائج** :

يتضمن هذا الجزء عرض نتائج الدراسة التي تهدف إلى التعرف على علاقة بين التواصل الاجتماعي الإلكتروني على تقدير الذات، وسيتم ذلك من خلال الاجابة عن اسئلة الدراسة، وفيما يلي عرض النتائج:

- **النتائج الاجابة عن السؤال الاول**:

هل هناك علاقة بين التواصل الاجتماعي الإلكتروني واحترام الذات وتقديرها لدى طالبات جامعة الجوف بالسعودية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج معاملات الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين مجال التواصل الاجتماعي الالكتروني، ومجال تقدير الذات كما هو مبين في الجدول (٣)، يوضح ذلك:

جدول (٣) معاملات الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين مجال التواصل الاجتماعي الالكتروني ومجال تقدير الذات

المجال	تقدير الذات	
التواصل الاجتماعي الالكتروني	معامل الارتباط	٠.٧٣٥❖❖
	الدلالة الإحصائية	٠.٠٠٠

❖❖ دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq$ ٠.٠٥).

يظهر من الجدول رقم (٣) وجود علاقة طردية بين مجال التواصل الاجتماعي الالكتروني وتقدير الذات، حيث بلغت كانت قيمة معامل الارتباط بين مجال التواصل الاجتماعي الالكتروني وتقدير الذات ككل موجبة ودالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq$ ٠.٠٥).

- **تفسير النتائج** :

مما لاشك فيه أن مواقع التواصل الاجتماعي تعد من أهم وسائل الاتصال الحديثة التي استحوذت على حيز كبير من اهتمام الفتيات في المجتمع

السعودي حيث يعتمدن عليها في حياتهن اليومية بطريقة واضحة . ومن هذا المنطلق سعت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي الإلكتروني وتقدير الذات لدى طالبات جامعة الجوف، وقد توصلت الدراسة من خلال الإجابة على تساؤلاتها إلى مجموعة من النتائج نحاول مناقشتها في ضوء هذه التساؤلات وفي ضوء الإطار النظري للدراسة كما يلي: السؤال: **هل هناك علاقة بين التواصل الاجتماعي الالكتروني واحترام الذات وتقديرها لدى طالبات جامعة الجوف ؟**

فقد اوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة طردية بين التواصل الاجتماعي الالكتروني وتقدير الذات وقد تعود هذه النتيجة الى ان تقدير الذات هو مفهوم ذو بعدين البعد الاول نظرة الفرد لنفسه والبعد الثاني نظرة الاخرين للفرد ويتحقق البعد الثاني من خلال التقدير الاجتماعي للفرد من قبل الاخرين والذي يحقق الأمن النفسي لديه، ويتحقق التقدير الاجتماعي بشعور الفرد بالقبول من طرف الآخرين، وبأن ما يقوم به له وزن وقيمة عند الاخرين. فإذا نجح في ذلك تزداد ثقته بنفسه وبعمله، ويشعر بتقدير الآخرين له وهذا يؤدي به إلى أن تكون له مكانة اجتماعية، والشعور بالانتماء والحب والتقدير الذاتي لنفسه.

فالإنسان ينظر لذاته من منظور نفسه ومن منظور الآخرين. ويحتاج الفرد إلى الشعور بأهميته (تقدير الذات واحترام الذات)، كما أنه يحتاج إلى الشعور باحترام الآخرين وتقديرهم له؛ ولذلك فإن الفرد الذي يشعر بفقدان ذاته وعدم احترامها منه، ومن الآخرين في العالم الواقعي فإنه يحاول أن يبحث جاهدًا عن بديل يجد من خلاله نفسه، لذلك قد يلجأ إلى التواصل الاجتماعي الإلكتروني والعيش في عالمه الافتراضي معتقدا أنه سيشبع رغباته ويحقق الاحترام لذاته من خلال نفسه ومن خلال الآخرين الذين يتعامل معهم إلكترونيا فيتمسك بذلك العالم الافتراضي كونه المنقذ لذاته من الضياع والاندثار تاركا وراء ظهره عالمه الواقعي.

ويعد تقدير الذات من أهم عوامل نمو الشخصية وتطورها والصحة النفسية لها، فهو أمر ضروري من أجل الحفاظ على الفرد من مختلف جوانب حياته النفسية والاجتماعية، إضافة إلى كونه ضرورة عاطفية، فبدون وجود قدر معين من تقدير الذات لدى الفرد تكون الحياة شاقة ومؤلمة وتؤدي إلى الكثير من المشاكل والمتاعب وبالتالي فإن مفهوم تقدير الذات موضوعا أساسيا وضرورة ملحة للإنسان حتى يتمكن من السير بصورة صحيحة وفعالة ويتمكن من التفاعل الاجتماعي السليم مع البيئة التي يعيش. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة أجرتها جامعة تكساس الأميركية (2009)، إلى أن الناس يقبلون على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلى رأسها موقع "فيس بوك " بهدف

التعبير عن حقيقة شخصياتهم، بدلا من رسم صور مثالية عنها، حيث إنها تشبع لدى معظم المستخدمين حاجتهم الأساسية لتعريف الآخرين بأنفسهم. وتتفق ايضا مع نتيجة دراسة عوض (٢٠١٢) التي هدفت الكشف عن أثر مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك على درجة تقدير الذات لدى فئة الشباب في محافظة طولكرم بفلسطين وقد أسفرت النتائج عن درجة مرتفعة لتقدير الذات لمستخدمي الفيسبوك، وأن هناك فروق إحصائية لدرجة تقدير الذات لدى مستخدمي الفيسبوك تعزيا للجنس ولصالح الإناث، وللعمر بين الفئة (١٥ ـ ٢٠) سنة، (٣٥ ـ ٣٠) سنه وكانت لصالح الفئة الأصغر وهي (٢٠ ـ ١٥) سنة. وتتفق مع نتيجة دراسة شو وجانت (Shaw & gant, 2002) التي هدفت الى الكشف عن احترام الذات والدعم الاجتماعي لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني بينت النتائج بأن احترام الذات قد زاد لدى مستخدمي التواصل الإلكتروني بعد مرور مدة من الاستخدام. وهذه النتائج السابقة تؤكد لنا الآثار الإيجابية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الطالبات من حيث الانفتاح الفكري والثقافي فالطالبات استثمرن هذه المواقع في تعلم عادات الشعوب الأخرى والتعرف على أشخاص من خلفيات اجتماعية وثقافية مختلفة مما أغنى تجربتهن الثقافية والفكرية وهذا يدل على أن هذه المواقع باتت متنفسا للطالبات كي يعبروا عن اهتماماتهن، فهي نافذة يطل منها الشباب على العالم من حوله يعلن فيها عن نفسه ويعبر فيها عن ذاته ، ويجد في المقابل من يعبرون عن ذواتهم ويتشاركوا معه، هذا الانفتاح على الآخر والقبول بالآخر في تنوعه واختلافه وتباينه الأمر الذي ساهم في تشكيل واقع شخصيات جديدة لدى طالباتنا.

وفي ضوء النتائج السابقة نجد أن الدراسة كشفت لنا عن الاغتراب الاجتماعي التي تعاني منها بعض الفتيات عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من العزلة الاجتماعية وندرة التواصل المباشر مع أفراد الأسرة النووية والاقارب، ورغم أن الفتيات لا يستخدمن هذه المواقع لفترات طويلة ولكن هذا يعتبر مؤشر يهدد قيمهم وثقافتهم الأصلية الحميدة. وبينت لنا العلاقة الطردية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطالبات وتقدير الذات المرتفع لدى الطالبات التي يستخدمن مواقع التواصل .

ختاما، أستطيع القول بأن شبكات التواصل الاجتماعي قد أثبتت وجودها الفاعل وسط المجتمعات الحديثة من الشباب على مستوى جميع الأعمار والطبقات والثقافات، وأصبح تأثيرها على الفعل الاجتماعي كبير وواسع النطاق مما أفرز بعض السلبيات التي يجب الانتباه إليها خاصة وسط الأجيال الحديثة من الشباب في الوطن العربي والإسلامي، وهذا لا يعني تقييد حرية الأفراد من التفاعل الاجتماعي عبر هذه الشبكات ولكن ما أقصده هو ترشيد

استخدامها ومحاولة الاستفادة منها في سقل ثقافتنا العربية والإسلامية ونشرها حول العالم.

- **التوصيات**:

استنادا إلى النتائج التي توصلت إليها الدراسة توصي الباحثة بما يلي:

- اجراء المزيد من الدراسات عن مواقع التواصل الاجتماعي وأبعادها الاجتماعية المختلفة حتى تكون النتائج قابلة للتعميم بشكل أمثل حيث تبقى نتائج هذه الدراسة محدودة ضمن عينة البحث وهن طالبات الجامعة.
- تنظيم دورات لتوعية الفتيات على حسن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي واستثمار الفوائد العلمية والثقافية والاجتماعية.
- انشاء مجموعات شبابية هادفة على مواقع التواصل الاجتماعي تتبنى قضايا اجتماعية وثقافية لتبادل المعرفة وتأصيل القيم والمبادئ الأصيلة.

- **المراجع** :

- أبو إصبع، صالح. (٢٠٠٤). تأثير الإنترنت في الشباب. ورقة عمل قدمت في ندوة تأثير الإنترنت في الشباب، جامعة الشارقة، الشارقة، ١٠ -١٢/٢/٢٠٠٤.
- الدسوقي، مجدي محمد. (٢٠٠٤). دليل تقدير الذات. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ساري، حلمي خضر. (٢٠٠٥). ثقافة الإنترنت ـ دراسة في التواصل الاجتماعي. عمان: دار مجدلاوي للنشر والتوزيع.
- ساري، حلمي خضر. (٢٠٠٩). تأثير الاتصال عبر الإنترنت في العلاقات الاجتماعية (دراسة ميدانية في المجتمع القطري). مجلة جامعة دمشق، ٢٤، ١ -٢، ٢٩٠: ٢٩٦.
- عبد الفتاح، علياء سامي. (٢٠٠٩). الإنترنت والشباب ـــ دراسة في آليات التفاعل الاجتماعي. القاهرة: دار العالم العربي.
- العتوم، عدنان وعلاونة، شفيق وجراح، عبد الناصر وأبو غزال، معاوية. (٢٠١١). علم النفس التربوي - النظرية والتطبيق، ط٣. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- ماثيو وفانينج، باتريك. (٢٠٠٥). تقدير الذات، ط٣. (ترجمة: محمد خالد ذيب) الرياض: مكتبة جرير.
- المحاميد، شاكر. (٢٠٠٣). علم النفس الاجتماعي. عمان: مركز يزيد للخدمات الطلابية.
- صالح أبو إصبع (١٩٩٩). الاتصال والإعلام في المجتمعات المعاصرة. عمان. الأردن: دار أرام للدراسات والنشر والتوزيع. الطبعة الثالثة.
- إبراهيم أبو عرقوب (١٩٩٣). الاتصال الإنساني ودوره في التفاعل الاجتماعي. الأردن: دار مجدلاوي للنشر والتوزيع.
- عباس محمود عوض. (١٩٨٧). علم النفس العام. الإسكندرية: المعرفة الجامعية.
- عباس، الشناوي. (٢٠١٤). شبكة التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) وعلاقتها مع التوافق النفسي لدى الطلبة المراهقين. المجلة التربوية والاجتماعية، ١٨(٢)، ٧٥: ١١٨.

- عـوض، ح. (٢٠١٢) . أثـر اسـتخدام الفيسـبوك علـى تقـدير الـذات لـدى فئـة الشـباب في محافظة طولكرم. جريدة القدس العربي، ٢٦، العدد ٣ مايو.
- مجـدي احمـد محمـد عبـد الله (٢٠٠٨). مقدمـة في سـيكولوجية الاتصـال والإعـلام. الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.
- المعايطة، خليل عبد الرحمن. (٢٠٠٧). علم النفس الاجتماعي. عمان: دار الفكر.
- Andrews J. Flanagin., Miriam J. Metzger. (2000). Perception of Internet Information Credibility. Journalism and Mass Communication Quarterly. 77, (3): 515.
- Bellamy, A, and HAnewicz, C. (2001). "An Exploratory Analysis of the Social Nature of Internet Addiction", Electronic Journal of Sociology. 5, (3) March.
- David W, Scott, Matchmaker. (2002). Find Me a Mate. A- Cultural Examination of Media and Religion.1, (4), p.201.
- Dimaggio P., Hargittai, E, Neuman, W., and Robinson J. (2001 " Social Implications of the Internet" Annual Review of Sociology, Annual: 305-348.
- English, H., B. & English, A.C. (1985). Avachampeney, Acomprehensive, Dictionary (of Psychological and Psychoanalytical, Terms, Longman Green Company, N.Y.
- -Hughes, Carol. (1999). the Relationship of Use of the Internet and Loneliness among College Students. Dissertation Abstract. 60(3-A).
- Jeylan T. Mortimer, Read W. Lason. (2002).The Changing Adolescent Experience: Social Trends and Transitions to Adulthood (New York: NY, us: Cambridge University Press): 208.
- Johnson, A. (1996). Human Arrangements: An Introduction to Sociology. London: Brown and Benchmark Publishers. Fourth Edition.
- Kraut, Robert et al. (1998). Internet Paradox: A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being. American Psychologist. 53, (9): 1017-103.
- -Shaw, L & Gant, M. (2002). Cyber Psychology & Behavior. 5(2): 157-171. Doi: 10.1089/109493102753770552.
- Putnam, R. (2000). Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. New York: Simon and Schuster.
- -Roseberg, Morris. 1989. Society and Adolescent Self-Image Revised Edition, Middletown. CT: Wesleyan University Press.

- Sanders, CE; & Field, TM; & Diego, M; & Kaplan (2000). The Relationship of Internet Use to Depression and Social Isolation among Adolescents. Adolescence. 35(138): 237-42.
- Webee Sters (1977): Third New International Dictionary. Chicago, G.O.G. Merriam. (Http: //almokafa.ahlamontada.com/t135-topic.

****