المجلة العربية للقياس والتقويم

دور مواقع التواصل الاجتماعى فى تكوين رأس المال النفسى والاجتماعى والتشوه المعرفى لدى فئة الشباب دراسة ميدانية

إعـــــــــــداد

د. إيمان سعد محمد بدر

دكتوراه الفلسفة فى التربية تخصص علم النفس التربوى

جامعة الاسكندرية

دور مواقع التواصل الاجتماعى فى تكوين رأس المال النفسى والاجتماعى والتشوه المعرفى لدى فئة الشباب دراسة ميدانية

ملخص الدراسة:

امتدت فاعلية وتأثير وسائل الاتصال الحديثة وخطورتها ودورها الحيوى فى حياة الفرد والمجتمع ليس فقط بصنع الرأى العام وتوجيهه، بل إنها باتت تشترك فى بناء شخصية الفرد وتحديد قيمه والتحكم فى مواقفه وسلوكياته، لقد باتت تفرض نفسها كلاعب أساسي وشريك فاعل فى عملية التنشئة الاجتماعية والتربوية، وهنا مكمن الخطر لاسيما إذا كان الفرد صغيرًا لم يكتسب المعرفة الكافية التى تحصنه إزاء ما يواجهه من أفكار؛ حتى تحولت إلى ملاذات يحتمى بها الشباب، وتشير معظم الدراسات التى بحثت بهذا الموضوع إلى أن أبرز ما يفتقر إليه كثير من البشر حاضرًا هو(رأس المال النفسي والاجتماعى) فقد وصف داء العصر بأنه عصر العزلة الاجتماعية التى صارت وباء متناميا بعد ما أظهرت وسائل التواصل الاجتماعى تواصل افتراضى وعلاقات هشة، كما إن السباق فى مواقع التواصل الاجتماعى لا يخضع لقيم الجودة والرصانة والاستحقاق بل تكون الغلبة للأكثر تأثيرًا وانتشارا بغض النظر عن المحتوى وهو ما يؤدى إلى التشوه المعرفى لدى فئة الشباب.

يهدف هذا البحث إلى «دراسة علاقة الافراط فى استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بإهدار كل من رأس المال النفسى والاجتماعى والتشوه المعرفى لدى فئة الشباب فى الجامعات المصرية، تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة التطبيق من٢٢٠ طالب وطالبة من فئة الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين ١٧و ٢٥سنة ، ولتحقيق غاية الدراسة تم بناء المقاييس النفسية المتعلقة بمتغيرات البحث. وتشير نتائج الدراسة الاستطلاعية إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين الافراط فى استخدام شبكات التواصل الاجتماعى وإهدار رأس المال النفسى والاجتماعى، كما يمكن التنبؤ فى ضوء الدراسة الاستطلاعية بوجود علاقة طردية بين الافراط بإستخدام مواقع التواصل الاجتماعى والتشوه المعرفى كما باتت تهدد تلك المواقع بتلاشى ملامح الهوية وسقوط الثوابت الثقافية لدى فئة الشباب وهو ما يعد نذير خطر يدعو لإستنهاض القوى والتوصل لحلول.

الكلمات المفتاحية: شبكات التواصل الاجتماعى_رأس المال النفسى_ رأس المال الاجتماعى_ التشوه المعرفى.

The role of social networking sites in psychological and social capital and cognitive distortion among young people A field study

Abstract:

The effectiveness and impact of modern means of communication, their seriousness, and their vital role in the life of the individual and society have extended not only to creating and directing public opinion, but rather they have become involved in building the individual's personality, determining his values, and controlling his attitudes and behaviors. They have begun to impose themselves as a primary player and an active partner in the process of social and educational upbringing, and here lies the point. The danger, especially if the individual is young and has not acquired sufficient knowledge to protect him from the thoughts he faces; Until they turned into havens for young people to seek refuge, and most studies that examined this topic indicate that the most prominent thing that many people currently lack is (psychological and social capital). The disease of the era has been described as the era of social isolation, which has become a growing epidemic after what social media showed. Virtual communication and fragile relationships, Also, the race on social media sites is not subject to the values of quality, sobriety, and entitlement, but rather the most influential and widespread prevail, regardless of the content, which leads to cognitive distortion among the youth group.

This research aims to "study the relationship of excessive use of social networking to the wastage of both psychological and social capital and cognitive distortion among young people in Egyptian universities. The descriptive analytical approach was used, and the application sample consisted of 220 male and female students from the youth category between the ages of 17 and 25 years." To achieve the aim of the study, psychological measures related to the research variables were built. The results of the survey indicate There is a positive correlation between the excessive use of social networking sites and the waste of psychological and social capital. It can also be predicted, in light of the exploratory study, that there is a direct relationship between the excessive use of social networking sites and cognitive distortion. These sites also threaten the disappearance of identity features and the fall of cultural constants among the youth group. This is a dangerous harbinger that calls for mobilizing forces and finding solutions.

Keywords: social networking_ psychological capital _social capital _cognitive distortion.

مقدمة الدراسة:

فى عالم افتراضى للعلاقات الاجتماعية عبر مواقع التواصل الاجتماعى يتواصل الناس... نعيش تحت سقف واحد ولكن بفضاءات افتراضية شاسعة ...مما كرس للعزلة والتقوقع حول الذات فزادت المسافات بين الناس وجفت منابع العلاقات التى كانت تصب فى بحر الحياة الاجتماعية لتخفف أجاج ملحها وتبنى جسورًا من المحبة والتلاقى، انه التقارب الافتراضى الخادع والخالى فى معظمه من الصدق والديمومة الأمر إذن يحتاج إلى الاعتراف بوجود مشكلة، وقد امتدت فاعلية وتأثير وسائل الاتصال الحديثة وخطورتها ودورها الحيوى فى حياة الفرد والمجتمع ليس فقط بصنع الرأى العام وتوجيهُ، بل إنها باتت تشترك فى بناء شخصية الفرد وتحديد قيمه والتحكم فى مواقفه وسلوكياته لقد باتت تفرض نفسها كلاعب أساسي وشريك فاعل فى عملية التنشئة الاجتماعية والتربوية، وهنا مكمن الخطر لاسيما إذا كان الفرد صغيرًا لم يكتسب المعرفة الكافية التى تحصنه إزاء ما يواجهه من أفكار؛ حتى تحولت إلى ملاذات يحتمى بها الشباب.

لقد أصبحت تطبيقات التواصل الاجتماعى بما تمتلكه من خواص تنافس وبشدة مؤسسات التنشئة الاجتماعية فى تشكيل هوية المستخدمين وصورتهم الذاتية المدركة داخل هذا المجتمع الافتراضى؛ فهذه التطبيقات بما تتيحه من تيسيرات الاشتراك به إمكانات لمستخدميها، تزداد تحكمًا فى الحياة الانسانية والاجتماعية والسياسية شيئا فشيئا؛ حتى أنها بدت كمؤسسة جديد تتخذ نفس قوة المؤسسات الواقعية بما تنتجه من قيم وعادات واتجاهات تصبغ شخصية مستخدميها؛ بل امتد ليؤثر فى أهدافهم وحتى قيمهم، أيضا ساهمت فى تغيير شكل التفاعلات الاجتماعية، وتحولات الادوار الاجتماعية وأصبحت مجالاً للنشاط الاجتماعى والثقافى، كما أنها أصبحت مواقع التواصل الاجتماعى قوة اجتماعية لها دور هام فى التأثير فى الرأى العام وفى السلوك الاجتماعى. (الشيماء محمود سالمان، ٢٠٢٣)

إن التعرض لساعات طويلة لمجموعة العوالم الافتراضية بما تزخر به من متناقضات فكرية وقيمية ومضامين بعيدة عن بيئة الفرد الثقافية وأطره القيمية بما لها من خصوصية مجتمعية وانغلاقه عليها لساعات طويلة خلقت لدى الانسان ازدواجية واضحة؛ حيث العيش بين عالمين مختلفين أحدهما فاتراضى والأخر واقعى أدى ذلك إلى سقوط الانسان فى الفجوة الراهنة بين

هذين العالمين، وبالتالى إنفصاله عن عالمه وتشتته الذهنى. (مروة محمد تهامى،٢٠٢٢)
ويحاول المستخدم جاهدًا فى هذا العالم الافتراضى إظهار ذاته بالصورة التى يريدها بحثًا عن اعتراف الأخرين بها وتأكيدهم لهذه الصورة الذاتية التى يعرضها. (نزيهة السعدى، ٢٠٢٠)
إن الاستخدام المتزايد لهذه التطبيقات جعل البعض يطلق على الجيل الحالى "الجيل الالكترونى أو الشبكى ، أو الافتراضى" وما يواجهه من سيل من المعلومات والمعارف والأفكار، يصعب عليه اختيارما يناسبه منها، بل يصعب عليه التمييز بين الغث منها والثمين، مما يؤدى إلى اضطرابه واغترابه وفقدانه لصوابه.
فالبشر كائنات اجتماعية فى النهاية تربكها العزلة وترغب فى القضاء عليها، وقد فرض الواقع الافتراضى الذى لم يعد موزايًا ومكملًا للعالم الواقعي بل بات منافسًا له بما فرضه من سلوكياته وسماته .

مشكلة الدراسة

اصبحت مواقع التواصل الاجتماعي جزءا من واقع الشباب؛ وساهم الانتشار الواسع للمعلومات و سهولة الوصول اليها في مواقع التواصل الاجتماعي الى تشكيل هوية الشباب الفكرية و الثقافية و هو ما يعد نذير خطر خاصة مع ما يصاحب هذا الانتشار الواسع لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي تأثير كبيرا على طريقة تعاطي الشباب مع الثقافة و الاخبار العامة و المعلومات، ومما يزيد الأمر خطورة عدم وجود رقابة على ما ينشر و انعدام التأكد من مصداقية الاخبار والمعلومات مما يسهل الكذب و تزييف الواقع و التلاعب بالتاريخ و نشر الأفكار السامة في عقول الشباب، و جاءت الدراسة الحالية للبحث عن دور مواقع التواصل الاجتماعي في تكوين رأس المال النفسى والاجتماعى والتشوه المعرفى لدى شباب الجامعة بالاسكندرية- مصر. لذا فإن التساؤل الرئيس في هذه الدراسة:

١- ما هو دور مواقع التواصل الاجتماعي في تكوين رأس المال النفسى والاجتماعى والتشوه المعرفى لدى فئة الشباب بمحافظة الاسكندرية- جمهورية مصر العربية؟
٢- هل توجد علاقة بين التشوهات المعرفية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعى؟

أهداف الدراسة:

١. التعرف إلى مستوى التشوهات المعرفية لدى أفراد عينة الدراسة

٢. الكشف عن دور مواقع التواصل الاجتماعى فى تكوين رأس المال النفسى والاجتماعى
٣. الكشف عن مستوى التشوه المعرفى لدى مستخدمى مواقع التواصل الاجتماعى
٤. استقصاء طبيعة العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ودورها فى تكوين رأس المال النفسي والاجتماعى والتشوهات المعرفية لدى أفراد عينة الدراسة.
٥. الكشف عن الفروق بين الجنسين فى مستوى التشوه المعرفى.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

تنبع أهمية الدراسة من أهمية موضوعها الذى تتصدى له وهو إدمان استخدام الانترنت وبخاصة مواقع التواصل الاجتماعى وما يمكن أن تحدثه من تشوه معرفى خاصة لدى فئة الشباب كم قد تؤثر تلك المواقع على تكوين رأس المال النفسي والاجتماعى واللذان يمثلان الاداة الحقيقية التى تمنح الشاب الطاقة للتغلب على مواجهة مصاعب الحياة، وبربط هذه المتغيرات يحدث ربط بين الأفكار والوجدان والسلوك والاداء الانسانى بشكل عام.

الأهمية التطبيقية:

قد تسهم نتائج الدراسة فى لفت انتباه المسئولين عن التربية والتعليم بضرورة عمل برامج تدريبية تستهدف الأطفال والشباب لتنمية مهارات التفكير الايجابى مما يقلل من التشوه المعرفى ويدعم رأس المال النفسي والاجتماعى ويعزز الصحة النفسية لديهم.

تقديم مزيد من الدعم والارشاد النفسي خاصة فى ظل ما يواجهه المجتمع عامة والشباب خاصة من مشكلات نفسية واجتماعية تستوجب التصدى لها والبحث لها عن حلول.

يمكن أن يستفيد من نتائج هذه الدراسة العاملين فى مجال الارشاد النفسي والتربوى فى عمل برامج تدريبية تستهدف معالجة التشوه المعرفى ودعم رأس المال النفسي والاجتماعى.

المفاهيم الاجرائية:

شبكات التواصل الاجتماعيSocial Network : منصات إلكترونية تسمح للمشترك بإنشاء موقع خاص به وبنشر و تبادل و انشاء المحتوى كما انها وهى إحدى وسائل الاتصال الجديدة التي تتيح التواصل بين الأفراد في بيئة مجتمع افتر اضي من خلال الانترنت يتم تجميعهم بعدة طرق اهتمام أو شبكات انتماء ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي

إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها, كل هذا يتم عن طريق خدمات التواصل المباشر مثل إرسال الرسائل أو الاطلاع على الملفات الشخصية للآخرين ومعرفة أخبارهم ومعلوماتهم التي يتيحونها للعرض.

رأس المال النفسي Psychological Capital: يُقصد برأس المال النفسي تلك الحالة النفسية الإيجابية التي تتأسس لدي الأفراد داخل بيئة العمل من واقع أربعة أبعاد رئيسية تتعلق بالكفاءة الذاتية، والأمل، والطموح، والمرونة، وهي حالة قابلة للتطوير والقياس ولها تأثيرات مباشرة علي مستوي الأداء الوظيفي، ويشير التعريف الإجرائى لرأس المال النفسى إلى الدرجة التى يحصل عليها الشاب على مقياس رأس المال النفسى المعد لذلك.

رأس المال الاجتماعىSocial Capital: هوذلك البناء الاجتماعى الذى يكوّنه الشخص خلال مسيرة حياته من علاقات وثيقة بأشخاص ارتضوا طواعية الانضام لهذا البناء؛ مكونًا بذلك شبكة من العلاقات الاجتماعية على استعداد لمساعدة بعضهم البعض عند الحاجة، تقوم علاقاتهم على مجموعة من المبادئ العامة كالثقة التبادلية والالتزام بما تفرضه هذا الجماعة من واجبات.

ويشير التعريف الاجرائى لرأس المال الاجتماعى للدرجة التى يحصل عليها الفرد على مقياس رأس المال الاجتماعى المعد للحصول على البيانات بالدراسة الحالية.

التشوه المعرفي Cognitive Distortion: تعرفه الباحثة بـأنه منظومة من الأفكار الخاطئة التى تؤثر سالبًا على قدرة الفرد على مواجهة الحياة والقدرة على التكيف النفسي والاجتماعي مع البيئة المحيطة، ويتحدد بالدردجة التى يحصل عليها الشاب على مقياس التشوه المعرفى المعد لذلك.

وللتشوه المعرفى أبعاد هى(التفكير الكارثي-التعميم الزائد-التفسيرات الشخصية- التهويل والتهوين- التفكير الثنائى)

التفكير الكارثى: توقع الأسوأ وإساءة تفسيرنتائج أى حدث بأنها كارثة

التعميم الزائد: افتراض أن نتائج أى خبرة أو موقف يمكن تعميمها على التجارب

المشابهة فى المستقبل.

التفسيرات الشخصية: إضافة تفسيرات شخصية غير موضوعية لأى حدث بدلاً من إدراك العوامل الحقيقية المسئولة.

التهويل والتهوين: تعامل الفرد مع سماته وخبراته وتفضيلاته بدرجة مبالغ فيها، وتحقير أو التهوين المخالف لها.

التفكير الثنائى: وهو تفكير قطبي متطرف

التمركز حول الذات : ويعنى التحيز حيث يعتبر وجهات نظره وتوقعاته واحتياجاته وحقوقه ومشاعره ورغباته ذات أهمية كبرى لديه ويجب أن تكون كذلك لدى الأخرين، غير مكترث بآراء واحتياجات وظروف الأخرين أو الاضرار التى يمكن أن تقع عليهم.

حدود الدراسة: اقتصرت الدراسة على المحددات الآتية:

١. المحدد المكاني : اقتصرت الدراسة على فئة الشباب من١٧-٢٥

٢. المحدد البشري :اقتصرت الدراسة على الطلبة الذكور والإناث في جامعة الاسكندرية

3. . المحدد الزمني :تم تطبيق أدوات الدراسة إلكترونيا فى الفترة ١١/١- ١١/٢٠ /٢٠٢٣م

الدراسات السابقة:

فيما يلي عرض الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة مرتبة تبعا للأحدث

دراسة الشيماء محمود سالمان(٢٠٢٣) هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين رأس المال النفسي وصورة الذات الافتراضية عبر مواقع التواصل الاجتماعى "فيسبوك" نموذجًا لدى طلاب المنيا، تكونت العينة من (٢٨٨) طالب وطالبة من جامعة المنيا، وتوصلت نتائجها لوجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين رأس المال النفسي وأبعاده(التفاؤل والكفاءة، والامل، والمرونة وبين صورة الذات الافتراضية وابعادها(الذات الفعالة، والذات المنفتحة، والذات المحافظة).

الجبير(٢٠٢٢) إسهام شبكات التواصل الاجتماعى فى بناء رأس المال الاجتماعى بالرياض، طبقت الدراسة على عينة قوامها (٣٢٠) وتوصلت نتائجها أن درجة إسهام شبكات التواصل الاجتماعى فى تكوين رأس المال الاجتماعى الترابطى جاءت بدرجة ضعيفة، وساهم بدرجة متوسطة فى تكوين رأس المال الاجتماعى التواصلى، وبينت الدراسة أن مستوى ثقة أفراد

المجتمع السعودى فى العلاقات عبر شبكات التواصل الاجتماعى كان بدرجة متوسطة، وأن هناك علاقة طردية بين الثقة فبى العلاقات وتكوين رأس المال الترابطى والتواصلى.

دراسة مروة محمد تهامى(٢٠٢٢) الاغتراب الاجتماعى لدى الشباب الجامعى – دراسة ميدانية لرأس المال الاجتماعى الافتراضى، طبقت على عينة قوامها (٣٣٠) من الشباب الجامعى، وأثبتت نتائجها وجود علاقة تبادلية إيجابية بين الاغتراب ورأس المال الاجتماعى الافتراضى، وأن مواقع التواصل الاجتماعى ساهمت فى زيداة مظاهر الاغتراب وتعميقها، كما أثبتت نتائجها أن حالة الاشباع المحققة من خلال العلاقات الافتراضية هى حالة إشباع وهمية للحاجات الانسانية، مما يبرر ملازمة الأفراد لهواتفهم.

دراسة الشحرى (٢٠٢١) دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل رأس المال الاجتماعي للشباب الجامعي المصري، توصلت نتائجها إلى أن التطبيق الأكثر استخدامًا فى التواصل الاجتماعى هو(الفيس بوك) وفضل الشباب الجامعي المضمون الخفيف على المضمون الجاد، وأكدت النسبة الأكبر من المبحوثين أن مواقع التواصل الاجتماعي دعمت شبكة علاقاتهم الواقعية مما يؤكد العلاقة الوثيقة بين المجال العام الافتراضي والمجال العام الواقعي، وأثبتت الاختبارات الإحصائية أنه كلما زاد استخدام الشباب الجامعي لمواقع التواصل الاجتماعي كلما أدى ذلك إلى تشكيل رأس مال اجتماعي لطلاب الجامعات.

دراسة وجدان فيصل العوفى(٢٠١٩) هدفت إلى التعرف استخدامات طالبات الجامعات السعودية لتويتر وعلاقته برأس المال الاجتماعي، وتوصلت إلى طبقت الدراسة على (٤٠٠) طالبة من الجامعات السعودية وأشارت نتائجها إلى وجود علاقة طردية بسيطة ذات دلالة إحصائية بين كثافة استخدامات طالبات الجامعات السعودية لتويتر، ورأس المال الاجتماعي الترابطي والتواصلي، كما توجد علاقة طردية متوسطة ذات دلالة إحصائية بين كثافة استخدام الطالبات لموقع تويتر، مع الثقة في العلاقات الاجتماعية، ومهارات التواصل الاجتماعي على رأس المال الاجتماعي، كما أثبتت وجود علاقة طردية بسيطة ذات دلالة إحصائية بين كثافة استخدامات طالبات الجامعات السعودية لموقع تويتر، ورأس المال الاجتماعي مع تقدير الذات.

وكشفت دراسة (سمر عز الدين (٢٠١٨) عن وجود علاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي الانعزال الاجتماعي. وأوصْت الدراسة بضرورة توجية الدعوة إلى أولياء الأمور بضرورة مراقبة أبنائهم بمخاطر الإنترنت عموماً، وشبكات التواصل الاجتماعي على وجه الخصوص.

دراسة عبدالناصر موسى إسماعيل القرالة(٢٠١٨) مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتشوه المعرفي، طبقت الدراسة على عينة من الطلبة بلغت (٦٧٥) طالب وطالبة، وتوصلت الدارسة إلى نتائج أهمها أن مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة مؤتة مرتفع، وأن مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة مؤتة منخفض، وأن هناك علاقة سلبية بين مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة مؤتة، وأن التشوهات المعرفية لا تختلف بين الذكور والإناث، بينما تبين وجود مستوى وعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي بين الذكور والإناث وذلك لصالح الإناث بمعنى أن الإناث لديهن مستوى وعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي أعلى من الذكور، وأن الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتشوهات المعرفية تختلف تبعا للكلية حيث إن طلبة الكليات الإنسانية كانوا أفضل في مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، كما كان طلبة الكليات الإنسانية أقل في التشوهات المعرفية.

دراسة شرين كدوانى(٢٠١٨) دور الفيس بوك فى تشكيل رأس المال الاجتماعى، هدفت الدراسة للتعرف على خصائص بنية شبكة العلاقات الاجتماعية على صفحات الفيس بوك، وكذلك التعرف على المعايير التى تحكم سلوك الأفراد عندما ينخرطون فى علاقات اجتماعية، اعتمدت على منهج المسح الشامل وتحليل الصفحات، وطبقت على(١٠٠) من المشاركين، وتوصلت إلى أن دافع التواصل عبر الفيسبوك هو التسلية والفراغ، والفضول، وبناء علاقات كما توصلت إلى وجود معيقات لبناء تلك العلاقات وهى الثقة، وعدم احترام رأى الأخر، والكذب، والتعليقات الساخرة.

دراسة جوكGok,2016 آثار مواقع الشبكات الاجتماعية على الطلبة الدارسين وعاداتهم.

هدفت هذه الدراسة إلى فحص الآثار الإيجابية والسلبية لمواقع الشبكات الاجتماعية على الطلبة الذين يدرسون، وعاداتهم ، وتم تطبيقها على ٢٢٠طالباً، وكشفت النتائج أن التكنولوجيا الرقمية ومواقع التواصل الاجتماعي لها تأثر سلبي على دراسة الطلاب والعادات، حيث أظهرت النتائج أن حوالي 50%من الطلاب والطالبات يقضون ساعة ونصف على الهاتف الذكي في اليوم الواحد .

2.دراسة رحمانRahman,2016 تأثير مواقع الشبكات الاجتماعية على العلاقات الشخصية للشباب. سعت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثر مواقع الشبكات الاجتماعية على العلاقات الشخصية للشباب من بنغلاديش، وأنماط استخدامهم لهذه الشبكات، والغرض من استخدامهم، وشبكاتهم المفضلة، ودرجة الثقة من الأصدقاء عر الإنترنت، كما شملت العينة ( )٢٥٠طالباً من المرحلة الجامعية والدراسات العليا وتوصلت الدراسة لعدد من النتائج، أهمها : إن استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية له تأثر على العلاقات الشخصية للشباب، ولا سيما مع أعضاء العائلة والأصدقاء والمعلمين، كما أثبتت أن نسبة التواصل بين الشباب وأفراد أسرهم، وبين الشباب وأصدقائهم قد ازدادت، أما فيما يتعلق بدرجة الثقة في الصداقات عر الإنترنت فقد بينت الدراسة أن درجة الثقة تجاه الناس الذين يجتمعون على الإنترنت منخفضة جداً.

دراسة خالد شاكر جاويش(٢٠١٧) أثر مواقع الشبكات الاجتماعية على العلاقات بين الأفراد(دراسة تطبيقية على الجمهور المصرى، طبقت على عينة قوامها(١٧٧) وخلصت نتائجها إلى أن الأفراد يكونوا على استعداد بالتضحية بعلاقاتهم إذا ما وجدوا أن "الآخر" مختلف معهم فى قضايا يونها مهمة من وجهة نظرهم، وبهذا يصبح رأس المال الاجتماعى مهدد مالم تتشابهة الأراء السياسية للأفراد، فالعلاقات مرهونة بتطابق الأفكار، كما توصلت الدراسة إلى أن مواقع التواصل تساهم بشل ما فى حالة الاستقطاب من خلال ما اتاحته من فرص للتعبير والنقاش تجاه القضايا العامة.

التعليق على الدراسات السابقة:

١- تتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة فى تصاعد الاهتمام بدراسة التأثيرات المنعكسة على الشباب جراء الافراط بإستخدام مواقع التواصل الاجتماعى؛ حيث

أصبحت تلعب دورًا خطيرًا وحيويًا فى كافة مجالات الحياة.

٢- تختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بإعتبارها تقيس التأثيرات المترتبة على استخدام الشباب لمواقع التواصل الاجتماعى وانعكاس ذلك تكوين رأس المال النفسي والاجتماعى وما يمكن أن تحدثه تلك المواقع من تشوهات معرفية يصعب تصويبها مما يشكل وعى واتجاهات هؤلاء الشباب.

الاطار النظرى:

١- مواقع التواصل الاجتماعى:

تعرف وسائل التواصل الاجتماعى بأنها تبادل الخبرات والأفكار والمعلومات بين طرفين عبر شبكة الانترنت، من خلال تطبيقات تسمح بذلك مثل فيسبوك وتويتر...الخ مما يعطى مجالا للأفراد للتعبير عن آرائهم واتجاهاتهم بحرية (رأفت محمد، مها توفيق،٢٠١٤،٢٩٤).

ويعرف بخيت محمد السيد(٢٠٢٢) مواقع التواصل الاجتماعى بأنها مجموعة من تطبيقات الانترنت تسمح للأفراد بمشاركة المعلومات – كما تتيح للشباب اكتساب الخبرات والمعلومات في مختلف المجالات – كذلك تمكن الشباب من التعبير بحرية عن المشاعر والآراء السياسية وتكوين صداقات جديدة، وشغل أوقات الفراغ. – ولها تأثيرات ايجابية وآخرى سلبية علي أفراد المجتمع بصفة عامة والشباب بصفة خاصة.

وعلى هذا فإن وسائل التواصل الاجتماعى" منظومة من الشبكات الالكترونية العنكبوتية يكون للفرد فيها حساب خاص به، ومن ثم يتم ربطه من خلال نظام اجتماعى إلكترونى مع أصدقاء آخرين من نفس الميول والهوايات أو جهات الاتصال الخاصة به.

وتقوم الفكرة الرئيسة للمواقع أو الشبكات الاجتماعية على جمع بيانات الأفراد المشتركين في الموقع وتبادلها ونشرها، حيث تعمل المواقع على تسهيل التواصل الاجتماعي بين الأفراد في الاتصال فيما بينهم، وتمكنهم من تبادل المعلومات، والصور، والفيديو والآراء، وغيرها من الإمكانات، التي تساعد في توطيد العلاقات الاجتماعية بينهم (فضل الله،٢٠١٠).

اضرار الافراط فى استخدام مواقع التواصل :

ظهر الحديث مؤخرًا عن اضطراب لم يكن معروفًا من قبل، اختلف الباحثون فالبعض

أسماه ادمانًا للإنترنت، والبعض اسماه استخدامًا مفرطًأ والذى يؤدى إلى اضطرابات انفعالية واجتماعية وانحرافات مضادة للمجتمع، كما بينت دراسات أنه يؤدى إلى عدم القدرة على تحقيق التوافق الشخصى والاجتماعى، ويحقق حالة من العزلة تجعلهم يلجئون لتعويضها عبر مواقع التواصل لتحقيق التفاعل الاجتماعى الواقعى_ وهو ما يؤثر على تكوين رأس المال الاجتماعى. (هيثم مؤيد، ٢٠١٦)

وهذه العزلة المرتبطة بالانترنت ووسائل التواصل الاجتماعى أدت بشكل متزايد إلى وجود أشخاص منحازين إلى ما يعتقدونه ومنعزلين عن رؤى الآخرين، فعندما يكّون الأفراد شبكات العلاقات وفقًا لدرجة تشابه أفكارهم، فإنهم يعرضون أفكارهم للتوقف عن التطور والتحدى وعن التطور العقلى والعاطفى، وهو ما يؤدى إلى الضرر بالمجتمع ككل نتيجة ثقافته النرجسية.(Kent&Saffer,2014)

لقد أثرت المجتمعات الافتراضية بالسلب على المجتمع الواقعى، حيث أنخفض مستوى العلاقات وقلت متانتها، سواء فى محيط الأسرة أو الاصدقاء أو الزملاء، فأدت إلى ميلاد مجتمع يحمل عوامل القطيعة مع التقاليد الثقافية، فنرى الشباب الأن يتذمرون من زيارة الأقارب، وافتقد الوسط العائلى الكثير من المعانى الاجتماعية، واستبدلت الزيارات والمشاركات فى المناسبات بمنشورات على الصفحات الشخصية، وعليه فظهور الانترنت أحدث تحولات كبيرة فى العلاقات الاجتماعية، وأخذت شكلا أخر عما كانت عليه(أفنان طلعت،٢٠١٥).

وأكدت الطبيبة النفسية نانسي دوفان فى دراستها المقدمة للمؤتمر الدولى لرابطة الزهايمر (٢٠١٥) أن الشعور بالوحدة تمتد خطورته بأنه يؤدى إلى التراجع المعرفى المتسارع وأكثر من ذلك أن الأفراد المنعزلون أكثر عرضة للوفاة مقارنة بالذين ينخرطون بصداقات حقيقية ويقومون بتفاعلات اجتماعية أكثر قوة وذلك وفقًا لنتائج ٧٠ دراسة عرضت بالمؤتمر، إن الاتصال الانسانى الحقيقى لا الرسائل الالكترونية ولا محادثات الدردشة عبر مواقع التواصل الاجتماعى، ولا الرسائل الصوتية، هى التى تمنحنا الفرصة الحقيقية لتقديم أنفسنا والتعلم من الأخرين كيف يمكننا أن نكون أشخاص أفضل.

وفى دراسة أسعد الحسين(٢٠١٦) ودراسة الشيماء سالمان(٢٠٢٣) نتائج أثبتت أن سوء استخدام هذه التطبيقات على تحدى آليات الضبط الاسرى والاجتماعى، وتراجع معدلات التفاعل اليومى الواقعى، كما أدى إدمان هذه التطبيقات

الالكترونية لمعاناة ٥٠% من الشباب للإنعزال والخمول وافتقاد العلاقات المباشرة، وسهولة انتهاك الخصوصية، وهدر الوقت، والمشكلات الاجتماعية كالخرس الزواجى، وفقدان المهارات الاجتماعية فى الواقع، والشعور بالاغتراب، إضافة للمفاسد الاخلاقية، ويشير عبده حافظ (٢٠١١) إلى أن هذه التطبيقات أحدثت تأثيرًا فى النسق القيمي الأخلاقى لدى ٨٦.٣٣% من الشباب السعودى، وذلك على الرغم من فوائدها الايجابية بإمكانية البوح والتعبير عن الذات ففى دراسة Vansoon(2010) أشارت إلى أن أغلب السياسيين والمعارضين وجدوا فيها متنفس لآرائهم المخالفة، وأشارت دراسة (أيمن عبدالمغنى، ٢٠١٩) إلى أن كثرة تصفح مواقع التواصل الاجتماعى يؤدى إلى الشعور بالاحباط والوحدة على عكس ما يُفترض أن يحدث من خلق صداقات وتقوية العلاقات والروابط، وكذلك أدت إلى ضعف المشاركة والتفاعل بين الأصدقاء الذي أدى إلى العزلة، وأشار إلى أن هذه المواقع تعمل على تزييف الحقائق والتاريخ، فتحدث نوعًا من البلبلة الفكرية وزعزعة الانتماء الوطني للشباب.

ووجد باحثون (Wu, C-M., Chen, T-J. 2018) أن المشاركين بالدراسة وكان عددهم ١٧٨٧ فرد تراوحت أعمارهم بين ١٩-٣٢ عامًا تم قياس عزلتهم الاجتماعية بإستخدام أداة تقييم وجد أن المشاركين الذين يستخدمون مواقع التواصل أكثر من ساعتين يوميًا عرضة للإصابة بالعزلة أكثر مرتين أكثر من الذين قضوا نصف ساعة يومية، كما تزايدت لديهم مشاعر الحسد والحقد نتيجة الاعتقاد الزائف بأن الأخرين يعيشون حياة أكثر سعادة ونجاحًا.

وتبينت دراسة (Qingqing Wu et, al.2019) أن تأثير وسائل التواصل الاجتماعى على أفراد المجتمع تأثيرًا مرضى؛ بسبب تناثر البيانات والاخبار والمعلومات مجهولة المصدر، والتى تجلب العديد من المشاكل النفسية، والمخاطر الامنية وتساعد فى توجيه الرأى العام، مما يؤثر على الأمن المجتمعى والأمن القومى.

وتوصلت دراسة (سمر عزالدين، عن وجود علاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعى، والعزلة الاجتماعية، وأوصت الأباء بمراقبة ابنائهم خشية من الدخول بمشكلات نفسية واجتماعية عديدة.

اسباب الانغماس فى الفضاء الافتراضى:

يتفق تهامى (٢٠٢٢)مع نزيه(٢٠٢١)فى أن أهم أسباب الانغماس فى تصفح المواقع

الالكترونية ومنصات التواصل الاجتماعى تكون ضمن الاسباب الاتية:

١- الدوافع الاجتماعية والمشاكل الاسرية: فعندما يفتقد الفرد التواصل الجيد فى محيطه الاسرى الذى يعد مصدر أمنه وأمانه ينشأ لديه نوع من الاضطراب الاجتماعى الذى يجعله يبحث عن البديل لتعويض الحرمان الذى يحاول أن يعوضه عبر منصات التواصل الاجتماعى.

٢- الفراغ: وينتج من عدم إدارة الوقت واستغلاله بشكل جيد وفعال، فيضيع وقته هباء بين رسائل ومحادثات وتعليقات...الخ

٣- البطالة: والتى تعد أحد الاسباب لنقمة الشخص على واقعه ومجتمعه لأنه لم يوفر له فرصة العمل المناسبة، فتكون منصات التواصل هى الخيار الانسب لقضاء الوقت .

٤- الفضول: العالم الافتراضى عالم ممتلئ بالأفكار والتقنيات المتجددة التى تستهوى الفرد بالتعرف عليها وتجريبها، ففكرته تقوم على الجذب وهو ما يشعل رغبة المغامرة والتجريب خاصة لدى فئة الشباب.

٥- التعارف: تقوم فكرة العالم الافتراضى على تجميع المستخدمين وإقامة روابط فيما بينهم بحسب الميول والاتجاهات سواء فى نفس المجتمع أو مع مجتمعات أخرى.

٦- العامل النفسي : ويعد من أخطر العوامل وأهمها حيث يمكن أن يوجد تناقض بين الذات الواقعية للفرد والذات المثالية؛ حين يكره الفرد ذاته الحقيقة بسبب ضعفها أو فشلها، أو بسبب كثرة الانتقادات الموجهة إليه من المحيطين له فيسعى أن يخلع عن نفسه ثوب الفشل والضعف، يريد الفرد أن تتحقق رغباته وأمنياته وقد يصطدم بالواقع والظروف الاجتماعية فيقع فى صراع شديد بين الذات الحقيقية والذات المثالية، وعندما يشتد الصراع داخل الفرد فإنه يخلع على نفسه ذات مثالية تكون بديلة لذاته الحقيقية يعبرعنها ويثبتها ويحاول أن ينتزع من الآخرين تأكيدًا لها من ما ينشره عبر منصات التواصل الاجتماعية، ويؤدى هذا إلى إضطراب الشخصية، لوجود هوة عميقة بين ذاته الحقيقية وصورته المثالية.

رأس المال النفسي Psychological Capital :

ظهر هذا المفهوم لأول مرة عام ١٩٩٧م، وتعود أصوله إلى أدبيات الاقتصاد، عندما أشار الكاتب الاقتصادي "جولد سميث" ؛ إلي دور الخواص الشخصية للعاملين في زيادة معدلات إنتاجهم، وفي عام 2002تم تأصيل المفهوم في كتاب السعادة الحقيقية "لمارتن سيلجمان"، وبدأ الاهتمام بدراسته في الولايات المتحدة منذ عام (٢٠١٤)، ويُقصد برأس المال النفسي تلك الحالة النفسية الإيجابية التي تتأسس لدي الأفراد داخل بيئة العمل من واقع أربعة أبعاد رئيسية تتعلق بالكفاءة الذاتية، والأمل، والطموح، والمرونة، وهي حالة قابلة للتطوير والقياس ولها تأثيرات مباشرة علي مستوي الأداء الوظيفي. (إسلام عثمان،٢٠١٩)

ويرتكز مفهوم رأس المال النفسي (Psychological Capital) علي تطوير الذات الفعلية للوصول إلي الذات المرغوبة ويشير بوجه عام إلي الإجابة علي أربعة أسئلة رئيسية تتمثل في: من أنت؟ وماذا يمكن أن تصبح؟ وما طبيعة علاقاتك؟ وما حجم المعرفة المتوفرة لديك لإنجاز أعمالك؟

أبعاد رأس المال النفسي:

١ - الطموح : وهو بناء ثنائي الأبعاد، يتمثل البعد الأول في القدرة علي تجاوز الأحداث والمواقف السلبية في سبيل تحقيق الهدف، واعتبارها أحداثاً عارضة، ذات تأثيرات وقتية لا تدوم، أما البعد الثاني فيتعلق بعدم تعميم الجوانب السلبية، والتركيز الدائم علي الهدف، والنظر إلي المستقبل، وعدم الالتفات إلي أي مثبطات تحول دون تحقيقه(Dawkins, 2014,14).

٢- الكفاءة الذاتية : وتشير إلى الاعتقاد الإيجابي في امتلاك الإمكانات اللازمة لتحقيق الأهداف، وامتلاك القدرة علي ذلك وهي ثقة الفرد فى قدراته وقناعته بإمكاناته، وامتلاكه للدافع والمعرفة والمهارة اللازمة لإنجاز أعماله وبوجه عام تشير الكفاءة الذاتية إلي امتلاك الثقة اللازمة لتحقيق النجاح في مواجهة التحديات (Wu Chen, 2018, 76)

٣- المرونة : وتتمثل فى القدرة على الارتداد مرة أخرى إلي مراحل سابقة من انجاز العمل لتحقيق النجاح كما تتعلق بالقدرة علي إيجاد حلول للمشكلات وبدائل مختلفة، وتقبلها، والتكيف مع مختلف الظروف وقبول الأوضاع الراهنة أو المستقبلية، والتأقلم معها، فضلا عن التعافي السريع ومواصلة التقدم، وتتعاظم أهمية هذا المفهوم عند تعرض الشخص لأزمة ما. (Richardson, 2002 .319)

رأس المال الاجتماعى Social Capital:

البشر مخلوقات اجتماعية تزدهر وتتطور من خلال التفاعل الاجتماعى فيما بينها، فالحياة منظومة من الصلات والروابط والعلاقات المشتركة بين الإنسان ومجتمعه، لذا فإن مهارة التواصل تعد من أهم المهارات التي يتعلمها الفرد في حياته، ويتوقف عليها جزء كبير من فاعليته وتأثيره ونجاحه، فالإنسان كائن اجتماعي يعيش فى جماعة ويأنس بتكوين العلاقات وبناء الصداقات. ومن حاجات الإنسان الضرورية حاجته للانتماء. والفطرة السليمة ترفض الانطواء والانعزال وترفض أيضا الانقطاع عن الآخرين والفرد مهما كان انطوائيا فإنه يستحيل عليه الانكفاء على الذات والاستغناء عن الآخرين نهائياً، والغرض من عملية الاتصال هو أن يعد الانسان نفسه ويبنى ذاته ويتبادل المعارف والخبرات ويحصل على احتياجاته أخذاً وعطاءاً مع الآخرين؛ فالتواصل الاجتماعى لازمة حياتية للانسان يحتاجها طوال حياته. (D'allura, 2002)

ويعد العالم الفرنسى (بير بروديو Pierre Bourdieu) من أوائل من تحدثوا عن إرساء ثقافة المشاركة والاستثمار فى الاشخاص من حولنا، مما يخلق مجتمعًا متماسكًا أمنًا مشيرًا إلى تعزيز ما يسمى (برأس المال الاجتماعى) تلاه العالم الامريكى (جيمس كوليمان Games Coleman)فى عام ١٩٨٨م واستخدم البنك الدولى المصطلح عام ١٩٩٧م ليشير به إلى درجة اتصالنا بالأخرين.

يرى (Small,2009)ان الناس يتعاملون بشكل أفضل عندما يتصلون بالأخرين، فتتيجة للتواصل تكمن العديد من المنافع، هذه المنافع تشمل الالتزامات وتمثل المشاعر التى يشعر بها الأفراد تجاه بعضهم البعض كالشعور بالتضامن وتبادل المعلومات والمنافع الذين هم على استعداد لمشاركتها والخدمات التى هم على استعداد لأدائها، وبالتالى فالاشخاص الذين لديهم علاقات وثيقة فى محيطهم يملكون ملاذًا من مخزون "رأس المال" ينتفعون به عند الحاجة، فهو رصيد قابل للتراكم والتداول والاستخدام.

وتشير معظم الدراسات التى بحثت بهذا الموضوع إلى أن أبرز ما يفتقر إليه كثير من البشر حاضرا هو(رأس المال الاجتماعى)فقد

وصفت العزلة الاجتماعية بأنها داء العصر التى صارت وباء متناميا بعد ما أظهرت وسائل التواصل الاجتماعى تواصل افتراضى وعلاقات هشة مزيفة إذ يؤدى إلى الانفصال الاجتماعى والذى يؤدى إلى اضطراب النوم وخلل بجهاز المناعة وارتفاع هرمونات التوتر،

ويصف البعض هذا العصر بأنه (عصر الالهاء) أو(عصر التشتيت) فيومنا متناثر بين رسائل نصية وبريد الكترونى وانستجرام وتغريدات وتصفح للفيس واطلاع على أحدث الأخبار وسماع للفيديوهات والموسيقى.....الخ فنشأت مشكلة وجودية تتمثل فى تآكل القدرة البشرية على الانتباه نتيجة السيل الجارف والتدفقات الرقمية الهائلة من المعلومات واصفًا ذلك نيكولاس كار فى كتابه (الظل) بأن "الانترنت تستحوذ على انتباهنا لتبعثره".

أهمية رأس المال الاجتماعى:

يرجع شاكر جاويش (٢٠١٧) أهمية رأس المال الاجتماعى لثلاث أسباب هى:

١- أن رأس المال الاجتماعى يسمح للأفراد بحل مشاكلهم الجمعية بطريقة أسهل.

٢- أن رأس المال الاجتماعى يزيد وعينا بالطرق المتعددة التى تتعلق من خلالها مصائر الأفراد ببعض، وعندما يفقد الأفراد تواصلهم بالاخرين فلن يستطيعوا معرفة صحة أو خطأ وجهات نظرهم، وسوف يتأثر الناس على الارجح بأسوء دوافعهم.

٣- رأس المال الاجتماعى يساعد المجتمعات على أن تتقدم وتتطور بسلاسة.

٤- هناك علاقة قوية بين امتلاك راس المال الاجتماعى والصحة الأفضل، فالروابط المتينة تنم عن الحياة السعيدة.

أبعاد رأس المال الاجتماعى:

يمكن التمييز بين ثلاثة أبعاد أو مجالات له وهى:

-المجالات السلوكية: مشاركة الأفراد الانشطة السياسية والاجتماعية.

-المجالات الشخصية : ويشير إلى الثقة فيما بين الأفراد، التى تسمى بالثقة الاجتماعية أو الثقة المعممة فى الأخرين.

-المجالات الداخلية: وترتبط برضا الأفراد عن الحياة وشعورهم بطيب العيش وجودة الحياة نتيجة دائرة الأمان التى تحوطهم. (Valenzuela. park. kee. 2009. p877)

هذا ولا يتكون رأس المال الاجتماعى مصادفة أو تلقائى، وانما هو نتيجة انخراط الشخص فى الانشطة الاجتماعية والتفاعلات الثقافية والسياسية....الخ، وتشير نظرية رأس المال الاجتماعى إلى أنه كلما زادت المشاركات التطوعية فى الجمعيات نما رأس المال الاجتماعى، كذلك يزداد رصيد رأس المال الاجتماعى بزيادة الدعم والمساندة بين أفراد المنظمة.

كذلك كلما إزداد مستوى ودرجة الثقة فى الشبكات الاجتماعية، زاد التفاعل والتواصل بين أفراد تلك الشبكة، وأيضا بزيادة الموارد الاجتماعية عالية الجودة التى يحصل عليه من شبكة علاقاته كان رأس المال الأجتماعى أكثر، إذن فكلما زاد عدد من تعرفهم وتثق بهم ويكون بينكم الدعم والمساندة أخذًا وعطاء تصبح من الاثرياء اجتماعيًا أو من أصحاب رأس المال الاجتماعى المرتفع. (Rostlla. 2011. P327 ،filed. 2008. p10)

مكونات رأس المال الاجتماعى:

رأس المال الترابطى(الواقعى): ويشير إلى العلاقات والروابط الوثيقة التى تكون بين أفراد العائلة الواحدة وهذه العلاقات تعتمد على درجة عالية من الثقة فيما بين الأفراد، ومن خلال تلك العلاقات الترابطية يمكن تحقيق الكثير من المكاسب المجتمعية؛ حيث تكون مفيدة فى تجاوز الصعاب ومواجهة مشاكل الحياة. (عبد الجليل، ٢٠١٣، ٣١)

رأس المال التواصلى(الافتراضى): ويكونها الأشخاص خارج نطاق دوائرهم الاجتماعية وتكون أقل جودة وثقة ولا يعتمد عليها بشكل كبير إذ تكون الروابط ضغيفة، ويعمل على التنسيق بين المجموعات وتبادل المعلومات والموارد(Hudson. Theocharis. 2015 Sajuria)

إن العلاقات التى يتم تكوينها من خلال شبكة الانترنت تسهم فى تكوين مردودات قد تكون إيجابية أو سلبية على الواقع الاجتماعى، فبنـاء الثقـة في مواقـع الشـبكات الاجتماعيـة تحتـاج

إلى مزيـد مـن الوقـت، ومزيـد مـن التفاعـلات، لأنـه احتمـال أن يكـون هنـاك خـداع مـن المسـتخدمين، خاصـة فيمـا يتعلـق بالمعلومـات الخاصـة بهـم، فكلمـا زادت درجـة الثقـة ، كلمـا زاد التفاعـل والتعـاون بـين المسـتخدمين عبـر الشـبكة ، وبالتـالي يمكـن الاسـتفادة

من الموارد الكامنة في العلاقات الاجتماعية المؤسسة لرأس المال الاجتماعي، حيث تعد الثقة عنصرًا هامًا من عناصر تشكيله، خاصة في مثل هذه المواقع الاجتماعية .

ويقدم (Woolcock,2001) تصنيفًا آخر لأنواع رأس المال الاجتماعى كما يلى:

- رأس المال الاجتماعى الوثيق Bonding الذى يشير إلى الروابط بين الناس فى مواقف مشابهة مثل الأسرة والاصدقاء والمقربون،
- رأس المال الاجتماعى الذى يقيم جسورًا : Bridging الذى يشمل روابط أبعد مثل الصداقات العابرة وزمالة العمل.

قياس رأس المال الاجتماعى:

يشير (كدوانى، ٢٠١٨) إلى أنه يمكن قياس رأس المال الاجتماعى من خلال عدة مؤشرات منها:

الانضمام للشبكات الاجتماعية، والثقة، والتضامن والتعاون، والالتزام بالمعايير، والعمل الجماعى، وتتركز أهم مؤشرات قياس رأس المال الاجتماعى فى :

١- شبكة من العلاقات الاجتماعية تهدف لتحقيق النفع العام.

٢- منظومة القيم التى تتميز بها كالثقة والرغبة فى التعاون، والسلوك التعاونى.

التشوه المعرفي Cognitive Distortions:-

يعيش الشباب الأن مرحلة فارقة تتسم بالكثير من التغيرات نتيجة التقدم التكنولوجى غير المسبوق وما يموج به العلم من تغيرات متلاحقة، مما أدى إلى معاناتهم من صراعات وخلل فى إدراكهم للواقع، وتشوه أفكارهم واعتناقهم لكثير من الأفكار الشاذة، ذلك أن سلوك الانسان هو محصلة تفاعله مع بيئته، وهذا السلوك هو نتاج كثير من العوامل والمتغيرات.

ويشير المعرفيون بأن الاستجابات الوجدانية والسلوكية والاضطرابات النفسية تعتمد الى حد بعيد على معتقدات فكرية خاطئة يبنيها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به،حيث افترض المعرفيون أمثال بيك(Beck)أن الاضطرابات النفسية تنتج وفقا للنموذج المعرفي ويرتكز حول ثلاثة آليات أساسية هي الثالوث المعرفي، والتشوهات المعرفية، والمخططات (Schemataالسقا، ٢٠٠٩)

وتتضمن المعرفة العقلية كل ما يدور بذهن الفرد من أفكار متراكمة حول نفسه ومن حوله،

ووفقًا للنظريات الاجتماعية المعرفية، فالفرد يتصرف بناءً على تفسيره للأحداث الاجتماعية، وسلوكيات الأخرين التى يراها معادية له مما يتسبب فى تغيير مشاعره عندما يرى السلوك المختلف عن توقعاته لتصبح أفكاره غير منطقية، مما يدفع الفرد لتبنى افتراضات مشوهة تنتهى به إلى استنتاجات خاطئة، وهذا ما يطلق عليه "التشوهات المعرفية" فهى غير موضوعية وغير دقيقة لإضفاء معنى غير حقيقى على المواقف والخبرات التى يمر بها الفرد. (Barriga, Gibbs, Potter & Liau, 2001,p.1)

والتشوهات المعرفية كما عرفها عنب (٢٠٠٥) بأنه صيغ معرفية ثابتة يعتقدها الفرد عن ذاته والعالم والمستقبل، تؤثر على كل من سلوكه وتكيفه مع ذاته ومع الآخرين. ويشيرعبد المجيد ومحمود(٢٠٠٥) إلى أن التشوهات المعرفية عبارة عن مجموعة من المعارف المضطربة أو الصيغ التى تسهم فى تشويه الفرد وتحريفه لما يدور حوله من أحداث.

وتعرفها (أميمة مصطفى2006،٢٩) بأنه عبارة عن "منظومة من الأفكار الخاطئة التى تؤثر سلبًا على قدرة الفرد فى مواجهة الحياة أو التكيف النفسى والاجتماعى مع البيئة المحيطة."

وتعرفها (ريما الهويش، ٢٠١٠، ١٣) "بأنه تيار من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية والتي تتميز بعدم موضوعيتها والمبنية على توقعات وتعميمات ذاتية وعلى مزيج من الظن والتنبؤ والمبالغة والتهويل،ومنها: الاستنتاج التعسفي ،التجريد الانتقائي، التعميم الزائد ، التفكير الثنائي ، وضع اللافتات، قراءة الأفكار، التهويل والتصغير".

ويعرف (Covin, Dozois, Ogniewicz & Seeds,2011) التشوهات المعرفية بأنها مجموعة من الآخطاء المعرفية التى يمارسها الفرد فى مجالين من مجالات حياته أحدهما يرتبط بطبيعة علاقاته الاجتماعية، والأخر يرتبط بإنجازاته الشخصية كنجاحه أو فشله فى مجال العمل.

ويذكر (Covino,2013, 19) بأن التشوهات المعرفية هى المغالطات التى تشمل كل شئ أو لا شئ، والقفز إلى الاستنتاجات والتهويل أو التهوين، وتضخيم الأمور والاحداث وإضفاء الطابع الشخصى.

وعرفها(Li& Wang2013,p.1470) بأنها تصورات غير دقيقة للفرد حول ذاته وبيئته، قد تسهم فى إصابته بالاكتئاب.

ويشير كل من O¨ zdel, Taymur, Guriz, Tulaci, Kuru& Turkcapar(2014) أن التشوه المعرفى هو أفكار ومعتقدات معرفية ثابتة يعتقدها الفرد عن ذاته والآخرين وتؤثر على سلوكه وتكيفه مع نفسه ومع الآخرين، وتتمثل التشوهات المعرفية فى التمركز حول الذات والتضخيم، أو التقليل من حجم المشكلات، وإلقاء اللوم على الآخرين، وافتراض الأسوء، والتعميم الزائد.

فيما أشار(Fazakas-DeHoog, Rnic& Dozois,2017.179) بأن التشوهات المعرفية تمثل عمليات تفكير نشطة لا تكيفية تتنبأ بمعالجة الفرد للمعلومات بصورة خاطئة.

وتعرفه كل من عائشة عطية وسالى عطا(٢٠١٩) بأنه مجموعة من الأفكار الخاطئة والمعارف المحرفة، تشمل افتراض الاسوء، وتفسيرات شخصية للمواقف والاحداث، وإلقاء اللوم على الاخرين وتفكير كارثى، وتؤدى تلك الأفكار الى استنتاجات خاطئة فى إدراك الفرد للمواقف وفهمه وتفسيره للأحداث؛ مما يؤثر سلبًا على قدرته فى مواجهة ضغوط الحياة، كما يؤثر على التوافق النفسي والاجتماعى مع البيئة المحيطة سواء أكاديمية أو إجتماعية.

ويرى أصحاب النظرية المعرفية أن طريقة تفكير المرء ومعالجته لما يرد إليه من معلومات وما يعايشه من وقائع وأحداث كلها عوامل هامة تؤثر فى إحداث الاضطرابات الوجدانية والاضطرايات المزاجية، والعاطفية، وتحدث كثير من المشكلات التوافقية والتكيفية، وتشوه الذات. (نشوة الصير وأسماء عرفان، ٢٠٢٢).

إن تلك التشوهات المعرفية التى تحدثها مواقع التواصل الاجتماعى بما تبثه من أفكار تجعل الشباب يعتبرون أنفسهم المحور الأساسى فى أى موضوع ويبحثون عن الاهتمام ويطالبون به المحطين طوال الوقت مما يعكس التمركز حول الذات والتضخيم، وإلقاء اللوم على الأخرين فى مشاكلهم، أو التهوين من المشكلات وعدم مواجهتها أو تقديم حلول لها، كما أنهم يدّعون أن لهم طريقتهم التى يفكرون ويعيشون ويلتزمون بها سواء فى المأكل والملبس مدافعين عن وجهات نظرهم بكل قوة، إن كثرة الوقت الذى يقضونه على تلك المواقع ساهم فى عدم وجود هوايات لهم أو علاقات اجتماعية حقيقية كما أنها جعلتهم يعتمدون على معلومات سطحية وثقافة قشرية مشوهة، وكل ما سبق يتعارض ما يفترض أن يتميز به شباب اليوم الذى يعد لأن يبنى الغد.

والتشوهات المعرفية تعيق الإنسان في إدراكه ومن ثم الحكم الصحيح والقرار الملائم ، فنجد الفرد يحمل أحكاماً سلبية مسبقة عن الموقف

ودوافع سلبية ذاتية دفينة ومعلومات لا يحكمها المنطق (ابتسام السلطان، ٢٠٠٩، ١٨)

واضاف Clemmer (2009) بأن التشوهات المعرفية تعبرعن التفكير فى أحداث الحياة في إطار سلبي وتؤدي إلى مشاعر سلبية مثل: الحزن، والغضب، والخجل، واليأس، والقلق.

وبهذا يتضح لنا أن التشوه المعرفى يعبر عنه صاحبه فى صورة أسلوب غير منطقى فى الاستدلال وهو ما يؤدى إلى التحيز دون الاستناد إلى أدلة حقيقة، فهو إتجاه غير دقيق أو عقلانى فى تفضيل الأشياء والأشخاص، ومبالغة فى تفسير الأحداث، وتضخيم فى الأمور، وتعميم زائد فى الأحكام، إضافة إلى مشاعر اليأس والاحباط ولوم الذات والآخرين، وأخطاء فى معالجة المعلومات، مما يؤثر فى قدرته على مواجهة ضغوط الحياة ويعيق توافقه النفسى والاجتماعى.

أبعاد التشوه المعرفي:

يشتمل التشوه المعرفى على مجالين أساسيين أشار Torres(2002) هما:-

١- التشوه الذاتى: ويتضمن توقعات الفرد الذاتية حول أفعاله وسلوكياته وردود أفعاله وأحكامه المتسرعة غير المستندة إلى أدلة وبراهين والمبالغة فى كل ما يقوم به المحيطين به، وعدم الموضوعية فى حكمه على تصرفاتهم فلا تروق له إلا إذا تفقت مع وجهة نظره وما يؤمن به.

٢- التشوه المعادى للمجتمع: ويتضمن تعميم الفرد لأفكاره على ما يواجهه من أحداث ومواقف بإعتبار أن فكرته هى الصحيحة ولديه تمامية ويقين مطلق بأنه قادر على مواجهة مشاكله بما يمتلكه من تلك الأفكار المشوهة، كما لديه تبرير لكل ما يمر به، معتبرًا أن كل ما يمر به من صعوبات ومشاكل مصدرها الأخرين.

وأشار كل من , Nas., Brugman & Koops, (2008) ; Morrison, Potter, Carper, Kinner., Jensen, Bruce,.. & Heimberg. (2015)

إلى تقسيم أخر للتشوهات المعرفية وهى:

١-التفكير الثنائى Dichotomous Thinking ويطلق عليه أيضا التفكير(القطبى أو المتطرف) Polarized thinking وأصحاب هذا التفكير لا يعترفون بالوسطية، ويعد أحد أساليب التفكير التى قد تتسبب فى الاضطراب النفسي والعقلي، والذى يقسم الناس إلى أشرار وأخيار ويميل إى إدراك الأشياء والاحداث إلى سلبية وايجابية دون أن يدركوا

جوهر الشيء وماهيته وأن ما يبدو سيئا قد ينطوى على ما هو جيد ويصف الباحثين هذه الخاصية بالنفور من الغموض أو التصلب والجمود ولها تأثير سيء فى العلاقات الاجتماعية وكذلك فى الحكم على الاشياء.

١- التفسيرات الشخصية Personalization

ويشير هذا البعد إلى شخصنة الأمور- البعد عن الموضوعية حيث يزعم الفرد أنه هو من يحرك الأحداث أو أنه مسئول عن حدوثها، أو أنه المقصود بها، ويشير Barriga Landau, Stinson, Liau & Gibbs,2000 إلى معنى آخر هى تحمل الفرد مسئولية الأحداث السلبية فى حياته وتفسيرها على أنها تحمل معانى شخصية.

٢- التفكير الكارثى Catastrophizing:

ويشير هذا البعد أن الفرد يميل للمبالغة فى إدراك الأشياء، والاحداث وتوقع نهايات مأساوية لها وإضفاء دلالات مبالغ فيها كتصور الخطر والدمار في فى إشارة إلى التضخيم أو المبالغة Magnification والثابت أن هذا التفكير يميز الاشخاص المصابين بالقلق بصفة عامة والذى يعد بداية للاضطرابات والأمراض النفسية (Grohol ,2011).

٣- التجريد الانتقائى(الاستنتاج الاعتباطي): حيث يرسم الشخص نهاية حدث ما بناءاً على إحساسه الداخلي متجاهل أي دلائل لإمكانية حدوث عكس ذلك

٤- التمركز حول الذات Self–centered (egocentric bias)

يشير هذا البعد إلى التحيز الذاتى والذى يعتبره Nas, Brugman & Koops (2008, 182) من أهم التشوهات المعرفية؛ ذلك لأن الفرد فى هذه الحالة يعتبر وجهات نظره وتوقعاته واحتياجاته وحقوقه ومشاعره ورغباته ذات أهمية كبرى لديه ويجب أن تكون كذلك لدى الأخرين، غير مكترث بآراء واحتياجات وظروف الأخرين أو الاضرار التى يمكن أن تقع عليهم،

٥- توقع السوء Assuming the worst

وتعنى كما أشار (Barriga et al,2001) توقع الفرد النوايا العدائية من الأخرين دون مبرر لذلك يكون لديه أسوء التفسيرات للأحداث ولمقاصد الأخرين فى المواقف

الاجتماعية، ويرى أن التحسن مستحيل فى سلوك الأخرين.

٦- إلقاء اللوم على الأخرين Blaming others :

وهنا يرجع الفرد المشكلات والصعوبات التى تواجهه إلى مصادر خارجية بعيدة عنه مثل تصرفات الأخرين، أو الأحداث والاشياء المحيطة أو المجتمع والزمن ...الخ فى غياب تام لتحمل مسئولية أفعاله أو سوء اختياراته. (De Oliveira, I. R., Seixas,et, al.2015)

وبهذا نجد أن التشوه المعرفى يحمل فى ثناياه مشاعر عدائية من الفرد للمجتمع بصفة عامة، وعدم تحمل المسئولية فى محاولة لتبرئه نفسه وحمايتها من ان يكون سببًا فى أى خطأ، ويلقى بالمسئولية على من حوله، حتى وإن كان جزء من الموقف.

ويمكن وضع فروض البحث بناء على الإطار النظري والدراسات السابقة والتي تنص على:-

١. يوجد ارتباط دال إحصائيا بين ارتياد مواقع التواصل الاجتماعى و تكوين رأس المال النفسى.
٢. يوجد ارتباط دال إحصائيًا بين ارتياد مواقع التواصل الاجتماعى وتكوين رأس المال الاجتماعى .
٣. يوجد ارتباط دال إحصائيًا بين ارتياد مواقع التواصل الاجتماعى والتشوه المعرفى .
٤. لا توجد فروق بين الذكور والإناث في متغيرات البحث (استخدام مواقع التواصل الاجتماعى، تكوين رأس المال النفسي، تكوين رأس المال الاجتماعى، التشوه المعرفي)

إجـــراءات البحث:

يتناول هذا الفصل عرضًا لمنهج البحث، ومجتمعه وعينته، ثم يلي ذلك عرضًا للخصائص السيكومترية للمقاييس المستخدمة والاجراءات الخاصة بجمع البيانات وتصحيحها، والأساليب الاحصائية المستخدمة لمعالجة البيانات والتي تم اتباعها في البحث.

منهج االبحث:

تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي وتحديدا الاسلوب الارتباطى التنبؤى، وذلك لأنه أكثر ملائمة لأهداف االبحث الحالي، ويوضح مدي ارتباط متغيرين أو أكثر ببعضهما البعض، أو اكتشاف العلاقات السببية بين المتغيرات موضع البحث.

مجتمع البحث وعينته:

يمثل مجتمع البحث طلاب التعليم المتوسط والجامعي، أما العينة فقد تم اختيارها من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية.

وتكونت عينة تحديد الخصائص السيكومترية للأدوات المستخدمة في البحث من طلاب مرحلة التعليم المتوسط والمرحلة الجامعية، وقد بلغ عددهم (٢٤) طالباً وطالبة، منهم (١١) من الذكور، و(١٣) من الإناث، وكان متوسط أعمارهم (١٥- ٢٢) سنة بإنحراف معياري قدره (٠,٩٥٦) ويبين جدول (١) توزيع أفراد تلك العينة حسب الفرق الدراسية، وتكونت عينة البحث الاساسية من ٢٣٠ مشارك (١١٠) ذكور و(١٢٠) إناث، (١١٣) بالمرحلة الثانوية، و(١١٧) بالمرحلة الجامعية.

جدول (١) توزيع أفراد عينة البحث حسب متغيراتها

المتغير	مستويات المتغير	العدد	النسبة
الجنس	ذكر	١١٠	٤٧,٨
	أنثى	١٢٠	٥٢,١٧
المرحلة الدراسية	ثانوي	١١٣	٤٩,١٣
	جامعي	١١٧	٥٠,٨٦
المجموع		٢٣٠	%١٠٠

أدوات البحث:

بناءً على الاطلاع على المراجع والأبحاث العلمية المرتبطة بمجال البحث، تم استخدام الأدوات التالية:

١. مقياس رأس المال النفسي" إعداد الباحثة".

٢. مقاييس رأس المال الاجتماعي" إعداد الباحثة".

٣. مقياس التشوه المعرفي "إعداد الباحثة".

الخصائص السيكومترية للمقياس:

فيما يلي وصف للإجراءات البحثية التى تم اتباعها لإعداد أدوات الدراسة وحساب الخصائص السيكومترية، وتم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عدد (٢٤) طالباً وطالبة ، وهي عينة التقنين المستخدمة لإيجاد معاملات الصدق والثبات، وتم تطبيق الدراسة الاستطلاعية في بداية الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢٣م - ٢٠٢٤م.

معاملات الصدق والثبات للاستبيان:

تم التحقق من صدق وثبات الاستبيان بالطرق العلمية التالية:

❖ صدق المقاييس:

١. صدق المضمون (صدق الخبراء أو المحكمين) .

تم عرض المقاييس في صورتها المبدئية على عدد ١١ من الخبراء المتخصصين بالمجال، للوصول بها الى صورتها النهائية ونم الأخذ بملاحظاتهم وإجراء التعديلات المقترحة، وأصبحت جاهزة للتطبيق على العينة الاستطلاعية، وأوصي الخبراء بأن يتم تصحيح الاستبيان وقفاً لميزان تقدير ثلاثي.

٢. صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحثين بحساب قيمة معاملات الارتباط بين درجة كل عباره والدرجة الكلية لكل مقياس، ويتضح ذلك كما في جدول (٢).

جدول (٢) متوسطات معاملات ارتباط عبارات المقاييس

م	المقياس	معامل الارتباط
١	رأس المال النفسي	٠.٦١٦*
٢	رأس المال الاجتماعي	٠.٦٤٢*
٣	التشوه المعرفي	٠.٦٧٨*

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٠.٣٦١).

يتضح من جدول (٢) أن قيمة المتوسط الحسابي معاملات الارتباط بين درجة عبارات مقياس رأس المال النفسي والدرجة الكلية للمقياس ذات دلاله إحصائياً بلغت (٠.٦١٦) وأن قيمة

المتوسط الحسابي لمعاملات الارتباط بين درجة عبارات مقياس رأس المال الاجتماعي والدرجة الكلية للمقياس ذات دلاله إحصائياً حيث بلغت (٠.٦٤٢). وأن قيمة المتوسط الحسابي لمعاملات الارتباط بين درجة عبارات مقياس التشوه المعرفي والدرجة الكلية للمقياس ذات دلاله إحصائياً حيث بلغت (٠.٦٧٨).مما يدل على صدق جميع عبارات المقاييس.

❖ ثبات الاستبيان:

تم حساب ثبات الاستبيان بطريقة إعادة تطبيق الاختبار Test Retest، وذلك بفاصل زمني (١٠) أيام، لإيجاد قيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني، ويتضح ذلك كما في جداول (٣).

جدول (٣) معامل الإرتباط بين التطبيق الأول والثاني لمحاور استمارة الإستبيان

م	البعد	معامل الارتباط
١	رأس المال النفسي	*٠.٨٦٣
٢	رأس المال الاجتماعي	*٠.٧٩٧
٣	التشوه المعرفي	*٠.٨١٢

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٠.٣٦١).

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.٧٩٧، ٠.٨٦٣) مما يدل على ثبات جميع مقاييس الدراسة.

جدول (٤) معامل الثبات بطريقة ألفا كرو نباخ

م	المقياس	معامل الارتباط
١	رأس المال النفسي	*٠.٧٥٢
٢	رأس المال الاجتماعى	*٠.٨٨٤
٣	التشوه المعرفي	*٠.٨٧٢

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٠.٣٦١).

يتضح من جدول (٤) أن قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ الدال على الثبات لمقاييس الدراسة ذات دلالة إحصائياً حيث تراوحت ما بين (٠.٧٥٢، ٠.٨٨٤) مما يدل على أن جميع المقاييس ذات ثبات مقبول.

❖ التطبيق الأساسي:

بعد التأكد من من صدق وثبات المقاييس على العينة الاستطلاعية، تم تطبيقها في صورتها النهائية على عينة البحث الأساسية وعددهم (٢٣٠) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية في بداية الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢٣م - ٢٠٢٤م.

❖ تصحيح المقاييس:

تتبع هذا الاستبيانات في الاستجابة علي مفرداتها تدريج ليكرت الثلاثي، حيث تقدر الاستجابة من ثلاثة نقاط، تعطي تقديرات من ثلاثة نقاط لكل مفردة (٣-١) .

❖ الأساليب الاحصائية المستخدمة:

استخدمت الباحثة لتحليل البيانات واستخراج النتائج الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسطات والانحرافات المعيارية.
- معامل الارتباط لبيرسون.
- اختبار "ت" للعينات المستقلة Independent Samples T-test لدلالة الفروق بين المتوسطات.
- تحليل الانحدار المتعدد.

الخاتمة والتوصيات

يتبين من موضوع البحث وإطاره النظري ومن نتائج الدراسات السابقة أن مواقع التواصل الاجتماعي أصبحت تتيح العديد من الاستخدامات المتنوعة لمختلف قطاعات وفئات المجتمع، وتمتد هذه الاستخدامات لتشمل مختلف مناحي الحياة؛ كُسبل لتحقيق إشباعات وتلبية

رغبات من يسلكونها، وبتحقيق الاشباعات وتلبية الرغبات تقع التأثيرات، وتتنوع وتختلف فيما بينها لتكون إيجابية أو سلبية، وقد تمتد هذه التأثيرات لتشمل رأس المال النفسى والاجتماعى والتشوه المعرفي كغيرهم من المفاهيم المتصلة بمستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، من حيث بنائهم وتكوينهم؛ ومن ثم تمثل استخدامات هذه المواقع– في ظل انتشارها وتنوع تأثيراتها – أداة إما لتطوير راس المال النفسي والاجتماعي وتنميتهما، أو لتشويههما وهدمهما،فالأمر مرهون بطبيعة هذه الاستخدامات والدوافع الكامنة ورائها، وعلاقتها بذات من يستخدم تلك المواقع وخلصت الدراسة إلى التوصيات الأتية:

١- عمل دورات متخصصة لخفض التشوهات المعرفية
٢- العمل على عقد لقاءات لدى الطلبة الذكور لتحسين مستوى وعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي
٣- مساعدة وتقدير الابناء والثناء على شخصياتهم وتشجيعهم على تقدير ذواتهم الحقيقية، وأن يكونوا منفتحين مع الحفاظ على الثوابت.
٤- إعداد برامج ارشادية لتنمية السلوك الاجتماعى الايجابى والمسئولية الاجتماعية
٥- عمل برامج توعوية لشباب الجامعة عن كيفية الاستفادة من تطبيقات مواقع التواصل الاجتماعى، ومخاطر التكنولوجيا وكيفية الاستفادة منها كذلك كيفية الحماية منها.
٦- على المؤسسات التعليمية الاطلاع بمهمتها بعمل دورات وورش عمل تستهدف تحقيق الاستخدام الأمثل لمواقع التواصل الاجتماعى، وتوعية وتدريب النشء حول قواعد التعامل السوي مع التكنولوجيا وكيفية المشاركة بشكل أخلاقي مع البيئة الرقمية مع ضمان المحافظة على الجانب القيمي والسلوكى فى تعاملاتهم الرقمية.
٧- توفير مناخ تعليمى فعال الذى يساعد على تنمية المكونات الأساسية لرأس المال النفسي والاجتماعي

البحوث المقترحة

١- عمل دراسات حول تأثيرات المعاملة الوالدية فى حدوث التشوهات المعرفية.
٢- صورة الذات الافتراضية عبر وسائل التواصل الاجتماعى كمنبأ بالاضطرابات النفسية لدى طلاب الجامعة.

المراجع

السقا، ٢٠٠٩ العلاج المعرفي السلوكي للاكتئاب، محاضرة في مشفي البشر للأمراض النفسية العصبية تاريخ ٢٠٠٩/٤/٢٥م.

كدوانى، شرين محمد(٢٠١٨). دور الفيس بوك في تشكيل رأس المال الاجتماعي: دراسة تطبيقية. المجلة العربية لبحوث الاعلام والاتصال. ع (23).180-199.

إسلام أحمد عثمان(٢٠١٩). استخدامات تطوير الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بتشكيل رأس المال النفسي. المجلة المصرية لبحوث الرأي العام, *18*(4), 405-481.

أفنان طلعت عرفة(٢٠١٥) استخدام الشباب للشبكات الاجتماعية وتأثيرها علاقتهم في تبادل الخبرات المجتمعية، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية الاعلام، جامعة القاهرة.

الشحري, س., & سامح. (٢٠٢١). دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل رأس المال الاجتماعي للشباب الجامعي المصري. *Journal of Environmental Studies and Researches*, *11*(3), 644-667.

الجبير، محمد بن فهد(٢٠٢٢). إسهام شبكات التواصل الاجتماعي في بناء رأس المال الاجتماعي. المجلة المصرية لبحوث الأعلام, *2022*(81), 269-296.

جوده مؤيد, هيثم. (٢٠١٦). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمنظومة القيم الاجتماعية والأخلاقية لدى الشباب الجامعي المصري والسعودي. المجلة العلمية لبحوث الصحافة, *2016*(6), 233-355.

مروة محمد تهامي(٢٠٢٢). الاغتراب الاجتماعي لدى الشباب الجامعي دراسة ميدانية لرأس المال الاجتماعي الافتراضي. مجلة كلية الآداب جامعة الفيوم (الإنسانيات)العدد ١ (*14*, 3167-3215.

جاويش، خالد شاكر. (٢٠١٧). أثر مواقع الشبكات الاجتماعية على العلاقات بين الأفراد. المجلة المصرية لبحوث الأعلام, *2017*(58), 103-134.

فيصل حامد العوفي, & وجدان. (٢٠١٩). استخدامات طالبات الجامعات السعودية لتوتير وعلاقته برأس المال الاجتماعي: دراسة مسحية على عينة من طالبات جامعة الملك سعود وجامعة الملك عبدالعزيز. المجلة العربية

.537-488 ,(26)*2019* ,لبحوث الاعلام والاتصال

عبدالناصر موسى إسماعيل القرالة (٢٠١٨) مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتشوه المعرفي.*Dirasat: Educational Sciences, 45*.(٤)

بخيت محمد السيد(٢٠٢٢). استخدام الأنشطة التنموية بمراكز الشباب في تنمية الوعي بمخاطر وسائل التواصل الاجتماعي. مجلة كلية التربية (أسيوط) ,*38*(5), 103-149.

سمر عزالدين جلال (٢٠١٨) تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية لدى الشباب: دراسة ميدانية، المجلة العربية لبحوث الإعلام والاتصال، ع ,٢٣ديسمبر.

أيمن عبدالمغني (٢٠١٩) أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عمي النسق القيمي للشباب المصري، دراسة ميدانية عمي عينة من طلبة الجامعات المصرية، رسالة دكتوراه، معيد الدراسات والبحوث البيئية, جامعة عين شمس.

رأفت محمد العوضي، مها توفيق شبيطة (٢٠١٤) تأثير استخدام تكنولوجيا الوسائط الاجتماعية والمواقع الشخصية الالكترونية علي الحوار الأسري من وجهة نظر الآباء، المؤتمر الدولي السنوي الرابع لكمية الشريعة(وسائل التواصل الاجتماعي وآثرها علي المجتمع. نظرة شرعية اجتماعية قانونية)، جامعة النجاح الوطنية. فلسطين.

الشيماء محمود سالمان(٢٠٢٣) رأس المال النفسي وعلاقته بصورة الذات "الافتراضية" عبر مواقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك نموذجًا" لدى طلاب الجامعة "دراسة سيكومترية-كلينيكية"، مجلة كلية التربية، جامعة بنى سويف، عدد ابريل الجزء الثاني ص ص ١٤٧- ٢١٠.

عائشة على رف الله عطية، سالي نبيل عطا(٢٠١٩) التدريب على الادراك الاجتماعي واثره في تحسين بعض المهارات الاجتماعية وخفض التشوه المعرفي لدى الطلاب المعلمين أحادي الرؤية، مجلة كلية التربية، جامعة بنى سويف،ع (اكتوبر) الجزء الأول، ص١٥٩-٢٥٨.

عبده محمد حافظ(٢٠١١). تواصل الشباب الجامعي من خلال الشبكات الاجتماعية "ظاهرة اجتماعية أم ضرورة تقنية" المؤتمر العلمي " وسائل الاعلام ادوات تعبير وتغيير "كلية الإعلام، جامعة البتراء، عمان.

مستوى الشعور بالاعتراف والتشويه المعرفي لدى المعلمين المتقاعدين (2005).عنب، ج العاملين وغير العاملين وحاجاتهم الإرشادية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة

نزيهة مصباح السعداوي (٢٠٢٠). استعراض الذات في مواقع التواصل الاجتماعي والتمثيلات السوسيوثقافية لبناء الهوية الافتراضية. مجلة سوسيولوجيون، ١(١)، ٧١-٨٨.

أسعد ناصر سعيد الحسين(٢٠١٦). أثر وسائل التواصل الاجتماعي على سلوكيات وقيم الشباب من منظور التربية الاسلامية. مجلة كلية التربية، جامعة الازهر، ١٦٩(٣)، ٣٢٥-٣٥٩.

أثر الفيس بوك على المجتمع. الخرطوم: مدونة شمس للنهضة، تم الدخول 2010). (فضل الله(المتوفر عبر الموقع الالكترونى: 15-3-2013)، (إليه بتاريخ .http://www.qassimy.com/vb/showthread.php?t=402756

Barriga, A. Q., Landau, J. R., Stinson, B. L., Liau, A. K., & Gibbs, J. C. (2000). Cognitive distortion and problem behaviors in adolescents. *Criminal justice and behavior*, *27*(1), 36-56

Özdel, K., Taymur, İ., Guriz, S. O., Tulaci, R. G., Kuru, E., & Turkcapar, M. H. (2014). Measuring cognitive errors using the Cognitive Distortions Scale (CDS): Psychometric properties in clinical and non-clinical samples.PloS one,9(8), e105956.

Barriga, A. Q., Gibbs, J. C., Potter, G. B., & Liau, A. (2001). *How I Think (HIT) questionnaire manual.* Champaign: IL: Research Press.

Covin, R., Dozois, D. J., Ogniewicz, A., & Seeds, P. M. (2011). Measuring cognitive errors: Initial development of the Cognitive Distortions Scale (CDS). *International Journal of Cognitive Therapy*, *4*(3), 297-322.

Covino, F. E. (2013). *Cognitive distortions and gender as predictors of emotional intelligence*. Northcentral University.

Li, H., & Wang, S. (2013). The role of cognitive distortion in online game addiction among Chinese adolescents. *Children and youth services review*, *35*(9), 1468-1475.

Fazakas-DeHoog, L. L., Rnic, K., & Dozois, D. J. (2017). A cognitive distortions and deficits model ofsuicide ideation. *Europe's journal of psychology*, *13*(2), 178.

Torres, C. (2002). Early maladaptive schemas and cognitive distortions in psychopathy and narcissism.

Kate Clemmer (2009) : Cognitive Distortions: Define. Discover & Disprove. (14- 7-2009) The Center for Eating Disorders Blog.

De Oliveira, I. R., Seixas, C., Osório, F. L., Crippa, J. A. S., De Abreu, J. N., Menezes, I. G., ... & Wenzel, A. (2015). Evaluation of the psychometric properties of the Cognitive Distortions Questionnaire (CD-Quest) in a sample of undergraduate students. Innovations in clinical neuroscience, 12(7-8), 20.

Nas, C. N., Brugman, D., & Koops, W. (2008). Measuring self-serving cognitive distortions with the "How I Think" Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, *24*(3), 181-189.

Grohol, J. (2009). 15 common cognitive distortions. *PsychCentral. Archived from the original on*, 07-07.

Morrison, A. S., Potter, C. M., Carper, M. M., Kinner, D. G., Jensen, D., Bruce, L., ... & Heimberg, R. G. (2015). The Cognitive Distortions Questionnaire (CD-Quest): psychometric properties and exploratory factor analysis. *International Journal of Cognitive Therapy*, *8*(4), 287-305.

Vansoon, M. (2010). *Facebook and the invasion of technological communities*. New York, hall press.

Filed,J. (2008).Social Capital. New York. Routledge Taylor & Francis Group.

Sajuria, J., Hudson, J., Theocharis, Y.(2015). Tweeting Alone? An Analysis Of Bridging And Bonding Social Capital In Online Networks. American Politics Research.Vol.43 (4). Pp. 1 31

Small, M.(2009). Unanticipated Gains: Origins Of Network Inequality In Everyday Life.USA. Oxford University Press.

Valenzuela ,S., Park, N., Kee, K (2009). Is There Social Capital In A Social Net work Site?: Facebook Use And College Students 'Life Satisfaction, Trust, And Partic ipation. Journal Of Computer Mediated Communication.Vol.14 (4). Pp875 901

Rahman, M. (2016).Influence Of Social Networking Sites on the Interpersonal Re lationships of Youth: A Study Bangladesh Youth. Global Media Journal: Pakistan Edition. Vol. 9 (1). Pp1 16.

-Gok, T. (2016). The Effects Of Social Networking Sites On Students' Studying

And Habits. International Journal Of Research In Education And Science, Vol 2 (1), Pp 85 93.

-Wu, C-M., Chen, T-J. (2018). Collective Psychological Capital: Linking Shared Leadership, Organizational Commitment, and Creativity, *International Journal of Hospitality Management*, 74, 75–84, Retrieved From https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2018.02.003

-Dawkins, S. L. (2014) *New Directions in Psychological Capital Research: A Critical Analysis and Theoretical and Empirical Extensions to Individual- and Team Level Measurement*, Doctor of Philosophy, The Tasmanian School of Business & EconomicsUniversity of Tasmania, Retrieved From http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.729.8496&rep =rep1& type=pdf

-Richardson, G. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307-321, Retrieved From https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/ jclp.10020