

مجلة البحوث الإعلامية

مجلة علمية محكمة تصدر عن جامعة الأزهر/كلية الإعلام



■ رئيس مجلس الإدارة: أ.د / سلامة داود - رئيس جامعة الأزهر.

■ رئيس التحرير: أ.د / رضا عبدالواجد أمين - أستاذ الصحافة والنشر وعميد كلية الإعلام.

■ مساعدا ورئيس التحرير:

● أ.د / محمود عبدالعاطي - الأستاذ بقسم الإذاعة والتلفزيون بالكلية

● أ.د / فهد العسكر - أستاذ الإعلام بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية (المملكة العربية السعودية)

● أ.د / عبد الله الكندي - أستاذ الصحافة بجامعة السلطان قابوس (سلطنة عمان)

● أ.د / جلال الدين الشيخ زيادة - أستاذ الإعلام بالجامعة الإسلامية بأم درمان (جمهورية السودان)

■ مدير التحرير: أ.د / عرفه عامر - الأستاذ بقسم الإذاعة والتلفزيون بالكلية

أ.م.د / إبراهيم بسيوني - الأستاذ المساعد بقسم الصحافة والنشر بالكلية.

■ سكرتير التحرير: د / مصطفى عبد الحى - مدرس بقسم الصحافة والنشر بالكلية.

د / أحمد عبده - مدرس بقسم العلاقات العامة والإعلان بالكلية.

د / محمد كامل - مدرس بقسم الصحافة والنشر بالكلية.

د / جمال أبو جبل - مدرس بقسم الصحافة والنشر بالكلية.

■ التدقيق اللغوي: أ / عمر غنيم - مدرس مساعد بقسم الصحافة والنشر بالكلية.

- القاهرة- مدينة نصر - جامعة الأزهر - كلية الإعلام - ت: ٠٢٥١٠٨٢٥٦

- الموقع الإلكتروني للمجلة: <http://jsb.journals.ekb.eg>

- البريد الإلكتروني: mediajournal2020@azhar.edu.eg

المراسلات:

● العدد الخامس والسبعون - الجزء الثاني - محرم ١٤٤٧ هـ - يوليو ٢٠٢٥ م

● رقم الإيداع بدار الكتب المصرية: ٦٥٥٥

● الترقيم الدولي للنسخة الإلكترونية: ٢٦٨٢ - ٢٩٢ X

● الترقيم الدولي للنسخة الورقية: ٩٢٩٧ - ١١١٠

الهيئة الاستشارية للمجلة

١. أ.د/ على عجوة (مصر)

أستاذ العلاقات العامة وعميد كلية الإعلام الأسبق
بجامعة القاهرة.

٢. أ.د/ محمد معوض. (مصر)

أستاذ الإذاعة والتلفزيون بجامعة عين شمس.

٣. أ.د/ حسين أمين (مصر)

أستاذ الصحافة والإعلام بالجامعة الأمريكية بالقاهرة.

٤. أ.د/ جمال النجار (مصر)

أستاذ الصحافة بجامعة الأزهر.

٥. أ.د/ مي عبدالله (لبنان)

أستاذ الإعلام بالجامعة اللبنانية، بيروت.

٦. أ.د/ وديع العززي (اليمن)

أستاذ الإذاعة والتلفزيون بجامعة أم القرى، مكة
المكرمة.

٧. أ.د/ العربي بوعمامة (الجزائر)

أستاذ الإعلام بجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم،
الجزائر.

٨. أ.د/ سامي الشريف (مصر)

أستاذ الإذاعة والتلفزيون وعميد كلية الإعلام، الجامعة
الحديثة للتكنولوجيا والمعلومات.

٩. أ.د/ خالد صلاح الدين (مصر)

أستاذ الإذاعة والتلفزيون بكلية الإعلام - جامعة القاهرة.

١٠. أ.د/ رزق سعد (مصر)

أستاذ العلاقات العامة - جامعة مصر الدولية.

قواعد النشر

تقوم المجلة بنشر البحوث والدراسات
ومراجعات الكتب والتقارير والترجمات
وفقاً للقواعد الآتية:

○ يعتمد النشر على رأي اثنين من المحكمين
المتخصصين في تحديد صلاحية المادة
للنشر.

○ ألا يكون البحث قد سبق نشره في أي مجلة
علمية محكمة أو مؤتمراً علمياً.

○ لا يقل البحث عن خمسة آلاف كلمة ولا
يزيد عن عشرة آلاف كلمة... وفي حالة
الزيادة يتحمل الباحث فروق تكلفة النشر.

○ يجب ألا يزيد عنوان البحث (الرئيسي
والفرعي) عن ٢٠ كلمة.

○ يرسل مع كل بحث ملخص باللغة العربية
وأخر باللغة الانجليزية لا يزيد عن ٢٥٠
كلمة.

○ يزود الباحث المجلة بثلاث نسخ من البحث
مطبوعة بالكمبيوتر.. ونسخة على CD،
على أن يكتب اسم الباحث وعنوان بحثه
على غلاف مستقل ويشار إلى المراجع
والهوامش في المتن بأرقام وترد قائمتها في
نهاية البحث لا في أسفل الصفحة.

○ لا ترد الأبحاث المنشورة إلى أصحابها
وتحتفظ المجلة بكافة حقوق النشر، ويلزم
الحصول على موافقة كتابية قبل إعادة نشر
مادة نشرت فيها.

○ تنشر الأبحاث بأسبقية قبولها للنشر.

○ ترد الأبحاث التي لا تقبل النشر لأصحابها.

محتويات العدد

- اتجاهات الأكاديميين نحو استخدام الحوسبة السحابية في الإعلام التربوي وعلاقته بالأداء المهني لدى الأخصائيين
أ.د/ إبراهيم محمد أبو المجد فرج
١٠٣٣
-
- العلاقة بين تعرض الجمهور المصري لصفحات الاستشارات النفسية عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتعزيز الدعم الاجتماعي
أ.م.د/ هويدا الدر
١١٣١
-
- التشريعات السيبرانية للجرائم الافتراضية في بيئة الإعلام الرقمي: مقترح مسودة قانون للأمن السيبراني في المؤسسات الإعلامية
أ.م.د/ شريهان محمود أبو الحسن كشك
١٢١٩
-
- توظيف ممارسي العلاقات العامة لأدوات الذكاء الاصطناعي في إدارة المنصات الرقمية بالوزارات الحكومية في المملكة العربية السعودية
د/ إسراء عبد العزيز الزايد
١٣٠٣
-
- مستقبل الصحافة العلمية العربية في ضوء الاتجاه نحو التحول الرقمي وتنامي الأزمات الصحية والبيئية - خلال الفترة من ٢٠٢٥ -
د/ مصطفى عبد الحي عبد العليم
٢٠٣٥
١٣٤٣
-
- استراتيجيات وزارة الداخلية المصرية في تناول الوقائع المتداولة على منصات التواصل الاجتماعي وتفاعل المستخدمين معها-دراسة تحليلية لصفحتها الرسمية على الفيس بوك
د/ محمود إسماعيل عبد الرؤف الضبع
١٤٠١

- أساليب الأنسنة المستخدمة في إعلانات التبرعات عبر اليوتيوب
واتجاهات الجمهور نحوها_ دراسة تطبيقية
١٤٧٩ د/ سالي أحمد رمضان الشامي
-
- الخطابُ الرئاسيُّ المصريُّ والتَّصديُّ للأخبارِ الزَّائفة: دراسةٌ تحليليَّةٌ في
البنية اللُّغويَّة والمضمونِ
١٥٧٧ د/ هدير محمود عبد الله أحمد
-
- اتجاهاتُ الصحفيين نحو توظيف تقنيات الذكاء الاصطناعي في
التحقُّق من الأخبار الرقمية (دراسة ميدانية)
١٦٤٩ د/ نهى أحمد محمود محمد الديب
-
- بناء كاريزما القادة في الحضور الإعلامي، دراسة سيميائية لصورة
الرئيس الروسي فلاديمير بوتين
١٧٠٥ محمد خاتم السلمي
-

م	القطاع	اسم المجلة	اسم الجهة / الجامعة	ISSN-P	ISSN-O	السنة	نقاط المجلة
1	الدراسات الإعلامية	المجلة العربية لبحوث الإعلام و الإتصال	جامعة الأهرام الكندية، كلية الإعلام	2536- 9393	2735- 4008	2023	7
2	الدراسات الإعلامية	المجلة العلمية لبحوث الإذاعة والتلفزيون	جامعة القاهرة، كلية الإعلام	2356- 914X	2682- 4663	2023	7
3	الدراسات الإعلامية	المجلة العلمية لبحوث الإعلام و تكنولوجيا الإتصال	جامعة جنوب الوادي، كلية الإعلام	2536- 9237	2735- 4326	2023	7
4	الدراسات الإعلامية	المجلة العلمية لبحوث الصحافة	جامعة القاهرة، كلية الإعلام	2356- 9158	2682- 4620	2023	7
5	الدراسات الإعلامية	المجلة العلمية لبحوث العلاقات العامة والإعلان	جامعة القاهرة، كلية الإعلام	2356- 9131	2682- 4671	2023	7
6	الدراسات الإعلامية	المجلة المصرية لبحوث الإعلام	جامعة القاهرة، كلية الإعلام	1110- 5836	2682- 4647	2023	7
7	الدراسات الإعلامية	المجلة المصرية لبحوث الرأي العام	جامعة القاهرة، كلية الإعلام، مركز بحوث الرأي العام	1110- 5844	2682- 4655	2023	7
8	الدراسات الإعلامية	مجلة البحوث الإعلامية	جامعة الأزهر	1110- 9297	2682- 292X	2023	7
9	الدراسات الإعلامية	مجلة البحوث و الدراسات الإعلامية	المعهد الدولي العالي للإعلام بالشروق	2357- 0407	2735- 4016	2023	7
10	الدراسات الإعلامية	مجلة إتحاد الجامعات العربية لبحوث الإعلام و تكنولوجيا الإتصال	جامعة القاهرة، جمعية كليات الإعلام العربية	2356- 9891	2682- 4639	2023	7
11	الدراسات الإعلامية	مجلة بحوث العلاقات العامة الشرق الأوسط	Egyptian Public Relations Association	2314- 8721	2314- 873X	2023	7
12	الدراسات الإعلامية	المجلة المصرية لبحوث الاتصال الجماهيري	جامعة بني سويف، كلية الإعلام	2735- 3796	2735- 377X	2023	7
13	الدراسات الإعلامية	المجلة الدولية لبحوث الإعلام والاتصالات	جمعية تكنولوجيا البحث العلمي والفنون	2812- 4812	2812- 4820	2023	7

العلاقة بين تعرض الجمهور المصري لصفحات الاستشارات النفسية عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتعزيز الدعم الاجتماعي

- **The Relationship Between Egyptian Public
Exposure to Psychological Counseling Pages on
Social Media and Receiving Social Support**

● أ.م.د/ هويدا الدر

أستاذ مساعد بقسم الإذاعة والتلفزيون

وكيل كلية الإعلام للدراسات العليا- جامعة المنوفية

Email: hewydadr2@gmail.com

ملخص الدراسة

تتناول الدراسة العلاقة بين التعرض لصفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الدعم الاجتماعي المدرك لدى الجمهور المصري. وتبعية أهمية الدراسة من الانتشار المتزايد لهذه الصفحات، واعتماد المستخدمين عليها في تلبية احتياجاتهم النفسية. هدفت الدراسة إلى قياس معدل التعرض، وتحليل دوافعه، وخصائص المحتوى، ومدى ارتباطها بالدعم الاجتماعي من الأسرة والأصدقاء والمجتمع. استخدمت الدراسة نظرية الدعم الاجتماعي المدرك كإطار نظري، واعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي، وتم جمع البيانات باستخدام استبانة إلكترونية طبقت على عينة قوامها (400) مفردة.

أظهرت النتائج أن التعرض المنتظم لصفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي يرتبط إيجابياً بإدراك دعم اجتماعي أعلى، خاصة في بعدي الأسرة والمجتمع. كما تبين أن الإناث والشباب هم الأكثر استخداماً وتفاعلاً مع هذه الصفحات؛ مما يعكس وعياً متزايداً بأهمية الدعم النفسي الرقمي، ويسهم المحتوى المتخصص في تعزيز الشعور بالطمأنينة النفسية. وتوصي الدراسة بأهمية تنظيم المحتوى المقدم عبر هذه الصفحات، وضمان إشراف مختصين نفسيين عليها لتعزيز أثرها الإيجابي وضمان مصداقيتها وجودتها العلمية.

الكلمات المفتاحية: دعم اجتماعي، استشارات نفسية، شكل المحتوى، خصائص المحتوى، دوافع التعرض.

Abstract

The study explores the relationship between exposure to psychological counseling pages on social media and the perceived level of social support among Egyptian users. Its significance stems from the growing popularity of these pages and users' reliance on them to meet psychological needs. The study aimed to measure exposure frequency, analyze user motivations, examine content characteristics, and assess their correlation with perceived support from family, friends, and the wider community. Grounded in the Perceived Social Support Theory, the study employed a descriptive-analytical approach and gathered data via an online survey of 400 participants.

Findings revealed a positive correlation between regular exposure to these pages and higher levels of perceived social support, particularly from family and the community. Women and youth were found to be the most frequent and engaged users, reflecting a rising awareness of the value of digital psychological support. Specialized content was shown to enhance feelings of psychological reassurance. The study recommends regulating content and ensuring professional psychological oversight to maximize its positive impact and safeguard credibility and scientific quality.

Key Words: Social support, psychological counseling, Content format, Content characteristics, Motivations for exposure

في ظل التحولات المتسارعة التي يشهدها العالم الرقمي، أضحت الفضاء الإلكتروني أحد الفضاءات الأساسية التي يلجأ إليها الأفراد لتلبية احتياجاتهم النفسية والاجتماعية، متجاوزين الأطر التقليدية للدعم النفسي الذي كان يقتصر في السابق على الأطر المؤسسية أو التفاعلات الاجتماعية المباشرة. وقد أدت مواقع التواصل الاجتماعي دوراً جوهرياً في إعادة تشكيل أنماط التواصل البشري، ليس فقط على مستوى العلاقات الاجتماعية، وإنما أيضاً على مستوى التفاعلات النفسية والوجدانية، حيث باتت هذه المنصات تمثل ملاذاً للعديد من المستخدمين للبحث، وطلب الاستشارة، والحصول على المساعدة، لا سيما في البيئات التي قد تعاني من ضعف البنية التحتية لخدمات الصحة النفسية، أو من الوصم الاجتماعي المرتبط بطلب المساعدة النفسية المباشرة.

ويُعد المجتمع المصري مثلاً نموذجياً لتلك السياقات، حيث تشهد منصات التواصل الاجتماعي- وعلى رأسها "فيسبوك"- تفاعلاً واسعاً من قبل المستخدمين مع صفحات تُعنى بتقديم محتوى استشاري نفسي، سواء من قبل مختصين، أو ممارسين، أو حتى أفراد عاديين يدعون امتلاك الخبرة في هذا المجال. وتتنوع هذه الصفحات من حيث طبيعة محتواها (نصي، مرئي، مباشر أو مؤجل)، وأسلوب تقديمها (معلوماتي، تفاعلي، علاجي ذاتي، تحفيزي)، فضلاً عن اختلافها في مدى التزامها بالضوابط المهنية والأخلاقية. في هذا الإطار، يبرز تساؤل بحثي محوري حول ما إذا كان التفاعل مع هذه الصفحات يُمكن أن يشكل مصدراً فعالاً للدعم الاجتماعي المدرك، الذي يُعد من المحددات الجوهرية للرفاه النفسي لدى الأفراد.

وتوفر نظرية الدعم الاجتماعي المدرك (Perceived Social Support Theory) إطاراً نظرياً ملائماً لفهم الكيفية التي يدرك بها الأفراد المساعدة المُقدمة لهم

من الآخرين، بغض النظر عن وجود الدعم الفعلي. فالتركيز في هذه النظرية لا ينصب على عدد العلاقات الاجتماعية أو كثافتها، وإنما على نوعية الدعم الذي يعتقد الفرد أنه يحصل عليه من مصادر مختلفة: الأسرة، الأصدقاء، المجتمع. وفي سياق استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، تطرح هذه النظرية مقاربة تحليلية لفهم ما إذا كانت صفحات الاستشارات النفسية تمثل في وعي المستخدمين مصدراً حقيقياً للدعم، وإلى أي مدى تسهم خصائص هذه الصفحات في تعزيز هذا الإحساس.

ومن اللافت أن تزايد استخدام الأفراد لصفحات الاستشارات النفسية لا يرتبط فقط بتراجع وصمة المرض النفسي، وإنما يرتبط أيضاً بوعي متزايد لدى الجمهور بأهمية الصحة النفسية، وبالتحولات في أنماط استهلاك المحتوى الرقمي، الذي بات يجمع بين الطابع المعرفي والوظيفي من جهة، والبعد العاطفي والداعم من جهة أخرى، ولعل ذلك ما دفع الدولة المصرية إلى إطلاق عدة مبادرات في مجال الصحة النفسية، كان أبرزها مبادرة رئيس الجمهورية لدعم الصحة النفسية ضمن حملة "100 مليون صحة"، تحت عنوان "صحتك سعادة"، والتي سعت إلى تقديم خدمات دعم نفسي موجهة لمختلف الفئات، عبر برامج توعوية واستشارات متاحة إلكترونياً أو هاتفياً، بما يؤكد الاعتراف الرسمي بالحاجة إلى توسيع دوائر الدعم المتاحة للمواطنين، سواء عبر القنوات التقليدية أو الرقمية.

مع التزايد الملحوظ في استخدام صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، تبرز الحاجة الملحة إلى دراسات ميدانية تسبر العلاقة بين هذا الاستخدام وشعور الجمهور بالحصول على الدعم الاجتماعي، سواء من حيث كميته أو نوعيته. فالاستخدام غير الواعي أو غير المنضبط لهذه الصفحات قد يؤدي إلى نتائج عكسية، مثل الاعتماد الزائد على محتوى قد يفتقر إلى المهنية أو إغفال الحاجة إلى الدعم النفسي المتخصص، بما ينتج ما يُعرف بـ"وهم الدعم" دون تحسن حقيقي في الحالة النفسية أو الاجتماعية للمستخدم. ومن هذا المنطلق، لا تتظر الدراسة الحالية إلى هذه الصفحات بوصفها بديلاً عن التدخلات العلاجية المتخصصة، بل كمساحات داعمة تتطلب قدراً من التنظيم والموثوقية، من خلال إشراف مختصين نفسيين مؤهلين،

إلى جانب دعم رسمي من الجهات الأكاديمية والدينية والحكومية لإطلاق منصات موثوقة تلبي الاحتياجات الفعلية للجمهور. وفي ظل التداخل المتزايد بين الإعلام الرقمي والدعم الاجتماعي، لم تُعد هذه العلاقة مجرد إطار نظري، بل أصبحت واقعاً مؤثراً في حياة الأفراد، ما يستدعي من الباحثين في ميادين الإعلام والصحة النفسية والاجتماع دراسة هذه العلاقة بوعي علمي عميق يستوعب تحولات البيئة الرقمية، وهو ما تسعى هذه الدراسة إلى الإسهام فيه بشكلٍ جادٍ ومنهجي.

مشكلة الدراسة:

رغم الجهود الكبيرة التي تبذلها الدولة المصرية في مجال الصحة النفسية، والتي تجلّت في إطلاق حملة "100 مليون صحة"، وما تضمنته من مبادرات متخصصة أبرزها مبادرة "صحتك سعادة"، التي تهدف إلى تعزيز الوعي النفسي وتقديم خدمات الدعم النفسي المجتمعي لكافة الفئات العمرية، إلا أن ثمة ملاحظة متكررة تتمثل في تزايد اعتماد المستخدمين، ولا سيما الشباب، على صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، بوصفها مصدراً بديلاً أو مكماً للدعم النفسي. وتطرح هذه الظاهرة إشكاليةً علميةً مهمةً تتعلق بفهم هذا النمط الجديد من السلوك الاتصالي الرقمي، وتحليل أبعاده وآثاره النفسية والاجتماعية في ظل التحولات التقنية والمجتمعية المتسارعة.

وتتمحور مشكلة الدراسة حول السلوك المتنامي في التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر مواقع التواصل الاجتماعي، ودوافع هذا التعرض، ومعدل تكراره، ومدى إدراك المستخدمين لخصائص هذه الصفحات من حيث الشكل والمحتوى، فضلاً عن تحليل مستوى الدعم الاجتماعي الذي يحصل عليه المستخدمون في حياتهم الواقعية من الأسرة والمجتمع والأصدقاء، مقارنة بما يجدونه أو يبحثون عنه في تلك الصفحات الرقمية. وتتطلب الدراسة من تساؤل رئيس حول ما إذا كانت هذه الصفحات قادرة على سد فجوة الدعم الاجتماعي التي قد يعاني منها بعض المستخدمين، وما إذا كان لجوؤهم إليها يعكس وعياً رشيداً باستخدامها كمصدر مساند للدعم، أم أنه يعد بديلاً غير مدروس للدعم المهني المتخصص.

وتسعى الدراسة إلى تفسير هذه السلوكيات الرقمية من خلال إطار نظرية "الدعم الاجتماعي المدرك"، التي تفترض أن إدراك الأفراد لتوفر الدعم، وليس فقط تلقيه الفعلي، يؤدي دوراً محورياً في تعزيز التوازن النفسي والتكيف الاجتماعي. ومن هنا، فإن فهم تفضيلات المستخدمين للتعرض لهذه الصفحات، وتحليل طبيعة المحتوى الذي يتفاعلون معه، ورصد خصائص الدعم الذي يتوقعونه من خلالها، يمثل مدخلاً أساسياً لفهم مدى تكامل أو تعارض هذا النوع من الدعم مع ما يتوفر في بيئاتهم الاجتماعية التقليدية من دعم أسري ومجتمعي.

ومن هذا المنطلق، فإن الدراسة تركز على قياس عدة متغيرات مترابطة: معدل التعرض لصفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، دوافع هذا التعرض، خصائص الشكل والمحتوى الذي تقدمه الصفحات، ومستوى الدعم الاجتماعي المدرك من المحيط القريب للمبحوثين؛ مما يسمح بتقديم رؤية تحليلية معمقة لسلوكيات المستخدمين وتصوراتهم، في ضوء التغيرات النفسية والاجتماعية التي فرضها العصر الرقمي.

أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة من الحاجة المتزايدة لفهم الدور الذي تؤديه صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي في تقديم الدعم الاجتماعي للمستخدمين، ويمكن تقسيمها إلى نوعين من الأهمية، هما:

أولاً: الأهمية النظرية:

1. تسهم الدراسة في إثراء الأدبيات المتعلقة بالدعم الاجتماعي المدرك في البيئة الرقمية، عبر تطبيق إطار نظري حديث على ظاهرة متنامية تتعلق باستخدام صفحات الاستشارات النفسية.

2. تقدم الدراسة معالجةً علميةً تعتمد على أدوات القياس الكمي (الاستبانة) لدمج مفاهيم الإعلام الرقمي، والدعم النفسي، والعلاقات الاجتماعية؛ بما يسهم في فهم أعمق لطبيعة العلاقة بين هذه المتغيرات في سياق التفاعل مع صفحات الاستشارات النفسية، ويفتح آفاقاً أمام دراسات مستقبلية متعددة التخصصات.

3. تُعد الدراسة واحدة من الدراسات التي تربط بشكل مباشر بين خصائص شكل ومحتوى صفحات الاستشارات النفسية، ودوافع التعرض لها، ومستوى الدعم الاجتماعي المدرك، ما يمنحها قيمة علمية مضافة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

1. توفر نتائج الدراسة مؤشرات عملية حول مدى فعالية صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي في تقديم دعم نفسي حقيقي للمستخدمين.

2. تساعد نتائج الدراسة صنّاع السياسات الصحية والنفسية في تصميم حملات توعوية أكثر دقة، تستجيب لحاجات المستخدمين النفسية والاجتماعية.

3. تُقدّم الدراسة توصيات يمكن أن تُفيد القائمين على إدارة هذه الصفحات، خاصة ما يتعلق بضرورة إشراف متخصصين نفسيين، وتحسين الشكل والمحتوى بما يتناسب مع احتياجات الجمهور.

4. تبرز الدراسة أهمية تعزيز الدور التكاملي للجهات الأكاديمية والدينية والحكومية في تقديم دعم نفسي رقمي موثوق وآمن، خاصة لفئات المجتمع التي لا تصل بسهولة إلى خدمات الدعم التقليدي.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة إلى تحقيق مجموعة من الأهداف البحثية التي تُعنى بفهم طبيعة العلاقة بين تعرض المستخدمين لصفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الدعم الاجتماعي المدرك لديهم، ويندرج تحت هذا التساؤل مجموعة من الأهداف الفرعية، على النحو التالي:

1. قياس معدل تعرض المستخدمين المصريين لصفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، وتحليل أنماط هذا التعرض.

2. الكشف عن أبرز الدوافع النفسية والاجتماعية التي تدفع المستخدمين للتفاعل مع هذه الصفحات والإفادة من محتواها.

3. تحديد مستوى الدعم الاجتماعي المدرك من قبل المستخدمين من مصادرهم المختلفة (الأسرة، الأصدقاء، المجتمع)، في ضوء التفاعل مع هذه الصفحات.

4. تقديم توصيات علمية لتطوير صفحات الدعم النفسي على وسائل التواصل الاجتماعي، بما يضمن فعاليتها وتأثيرها الإيجابي في تعزيز الصحة النفسية العامة.

الدراسات السابقة:

دراسة تغريد الزهراني، "دور الإعلام الرقمي في رفع الوعي بالصحة النفسية في المجتمع السعودي- دراسة ميدانية- يناير (٢٠٢٤) (١):

هدفت الدراسة إلى رصد دور الإعلام الرقمي في رفع الوعي بالصحة النفسية في المجتمع السعودي؛ حيث تقيّم جودة التطبيقات والمنصات المتاحة على وسائل التواصل الاجتماعي التي تتوافق مع الرؤية للمملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ في خدمة الاستشارات الصحية النفسية والإدمان بسرية تامة، وكيفية تفاعل الجمهور مع هذه المنصات، وتأثيرها على وعي الأفراد بصحتهم النفسية؛ وذلك بالاعتماد على المنهج الوصفي، وتطبيق أداة الاستبانة على عينة قدرها (٢٠٠ مفردة) من المستمعين للإعلام الرقمي. وتوصلت الدراسة إلى أن وسائل التواصل الاجتماعي تُعدّ من أهم الوسائل الرئيسة للحصول على المعلومات الصحية النفسية لدى المجتمع السعودي، وأن (٤٢٪) من المشاركين هم من يعلمون خدمات الاستشارات النفسية مع التواصل الاجتماعي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين اهتمام المجتمع السعودي بقضايا الصحة النفسية وزيادة الوعي لدى المجتمع السعودي حول الصحة النفسية.

دراسة S. Bykova & Anna A. Osintseva عن أبحاث المنصات الإلكترونية الخاصة بالخدمات النفسية (٢٠٢٣) (٢):

هدفت الدراسة إلى فحص المنصات الروسية الرئيسة عبر الإنترنت للمنصات النفسية؛ بهدف تحليل مبادئ تشغيلها، وسياسات التفاعل بين الطبيب النفسي والعلماء، وتحديد أهم مزاياها وعيوبها، وقد توصلت الدراسة إلى انتشار هذا النمط من الاستشارات الإلكترونية بالمقارنة مع الاستشارة التقليدية؛ نظراً لسهولة تلقّي المساعدة وتوفير الوقت والموارد المالية من خلال إمكانية التفاعل مع الطبيب النفسي، والذي يعدّ أمراً مريحاً للأشخاص الذين يواجهون معوقات في الاتصال الشخصي؛ إلا أن هناك بعض العيوب لهذه الاستشارات، من أهمها، زيادة احتمالية تلقّي مساعدة رديئة الجودة،

صعوبة إقامة الاتصال بسبب المسافات، وانتهاك المبادئ الأخلاقية لعمل الطبيب النفسي الذي يستخدم أنواعاً من خدمات المعلومات والاتصالات والتكنولوجيا والتطبيقات لتقديم الدعم والمساعدة النفسية للعملاء؛ كما أن هناك العديد من المنظمات عبر الإنترنت التي تسمح للمتخصصين بالظهور كمحترفين وهم ليسوا كذلك في العالم الواقعي.

دراسة كاتيلين لونجست وجين ساني كايح (٢٠٢٢) عن وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي والصحة العقلية للشباب أثناء جائحة كوفيد ١٩^(٣):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين استخدام الشباب لوسائل التواصل الاجتماعي في الولايات المتحدة الأمريكية والدعم الاجتماعي الذي يحصلون عليه من البيئة الإلكترونية والتأثير على الصحة العقلية لديهم، وقد تم إجراء الدراسة على عينة قدرها (٥٠٩) مفردات من الشباب الذين تراوحت أعمارهم ما بين ١٨ - ٢٥ عاماً باستخدام الاستبانة الإلكترونية.

وتوصلت النتائج إلى وجود ارتباط بين دافع استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل إيجابي بأعراض الاكتئاب، كما أسهم المستوى الأعلى من الدعم المعلوماتي من خلال الإنترنت إلى زيادة أعراض الاكتئاب لديهم، في حين أظهر الشباب مستوى أدنى من أعراض الاكتئاب عندما حصلوا على مستوى أعلى من الدعم العاطفي غير المتصل بالإنترنت، ومستوى أقل من الدعم المعلوماتي عبر الإنترنت؛ مما يؤكد على أهمية الدعم العاطفي غير المتصل بالإنترنت.

دراسة مارينا إبراهيم نخلة، دور الإعلام الجديد في الدمج الاجتماعي للأشخاص ذوي الهمم- دراسة كيفية (٢٠٢٢)^(٤):

هدفت الدراسة إلى تحليل وتفسير ورصد دور المنصات الحديثة (وسائل التواصل الاجتماعي) إذاعات الإنترنت في دعم الأشخاص ذوي الهمم اجتماعياً لتقبل ذاتهم للتكيف الاجتماعي؛ ليتمكنوا من أداء أدوارهم الاجتماعية في المجتمع المصري، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج المسحي الكيفي؛ من خلال إعداد دليل المقابلة المتعمقة كأداة لجمع البيانات، وتمثلت عينة الدراسة في (١٤ فرداً) من ذوي الهمم الذين يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي ويستمعون إلى إذاعات الإنترنت، وتوصلت الدراسة إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تتميز بعدة مميزات تساعد ذوي الهمم في التكيف الاجتماعي

وتقبل ذاتهم، وتمثلت في إمكانية التعرف على الأخبار، وإمكانية التواصل بالصوت والصورة والرسائل النصية، بالإضافة إلى وجود الأفكار المبتكرة وطرح القضايا الخاصة بهم؛ مما ساعدهم على التكيف الاجتماعي.

دراسة J. C. Kroail Jeveld Sasvan Orden et al (2022)⁽⁵⁾: عن "الآثار الأولية

لتدخل الصحة العقلية الرقمية لعلاج الاكتئاب والقلق والصحة الإلكترونية السريرية": هدفت الدراسة إلى التعرف على فعالية التدخل الرقمي للصحة النفسية في حالات القلق والاكتئاب، ومقارنة المرضى الخاضعين للتدخل الرقمي والعلاج عن طريق التطبيقات الرقمية بالعلاج التقليدي، والكشف عن الفرص للإفادة من وسائل التواصل الاجتماعي؛ للكشف عن الاضطرابات العقلية، وتوصلت الدراسة إلى أن العلاج باستخدام التطبيقات الرقمية يمتلك نفس فعاليته وأكثر كفاءة بالنسبة للمريض النفسي، ويطرح العديد من الخيارات لقياس احتياج المرضى، ويبشر من تحسين حياة الأفراد الذين يعانون من اضطرابات عقلية.

دراسة صلاح البيات، أمانة اللصاصحة (٢٠٢٢) عن أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على جودة الصحة النفسية لدى عينة من أفراد المجتمع الأردني في ضوء جائحة Covid 19⁽⁶⁾:

هدفت الدراسة إلى قياس أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي مع جودة الصحة النفسية لدى عينة من أفراد المجتمع الأردني في ضوء جائحة Covid 19 والتعرف على القدرة التنبؤية باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، واعتمد الباحثان على المنهج الوصفي لفحص عينة من أفراد المجتمع الأردني، وتكونت عينة الدراسة (٢٣٢) منهم (١٢٣ من الإناث) و (١٥٥ من الذكور) من أفراد المجتمع الأردني المستخدمين لمواقع التواصل الاجتماعي، واستند الباحثان إلى مقياسين؛ أحدهما مقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، والثاني مقياس جودة الصحة النفسية. وتوصلت الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بجودة الصحة النفسية من خلال استخدام مواقع التواصل الاجتماعي؛ حيث يوجد تأثير إيجابي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي مع ارتفاع مستوى جودة الصحة النفسية لدى عينة الدراسة.

دراسة Jin-Ae Kang, Kaitlyn Longest (٢٠٢٢) عن وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي والصحة العقلية للشباب حول أزمة كوفيد ١٩^(٧):

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الدعم الاجتماعي الذي يتم الحصول عليه من النية الإلكترونية على الصحة العقلية بين الشباب في الولايات المتحدة الأمريكية من خلال تأثير كوفيد ١٩، وتم إجراء الدراسة السرية على عينة من الشباب في الفئة العمرية (١٨-٢٥ عاماً) (٥٠٩ مبحوثين).

وتوصلت الدراسة إلى ارتباط دافع اكتساب المعلومات لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل إيجابي بأعراض الاكتئاب المرتفعة، وأسهم مستوى الدعم المعلوماتي عبر الإنترنت في زيادة الأعراض، كما أخطر الشباب أن أدنى مستوى من أعراض الاكتئاب عندما حصلوا على مستوى أعلى من الدعم العاطفي المميز متصل بالإنترنت ومستوى أقل من القيم المعلوماتي عبر الإنترنت؛ مما يؤكد أهمية الدعم العاطفي غير المتصل بالإنترنت الذي لا يمكن أن يحل محله الدعم الإلكتروني.

دراسة ولاء منصور الشريف (٢٠٢٢) عن تأثير بعض شبكات التواصل الاجتماعي على الشعور بالأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة أم القرى (٢٠٢٢)^(٨):

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير بعض شبكات التواصل الاجتماعي على الشعور بالأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة أم القرى؛ حيث قامت الباحثة باستخدام مقياس شبكات التواصل الاجتماعي ومقياس الأمن النفسي، وتم التطبيق على عينة عشوائية من طلبة جامعة أم القرى بلغ عددهم (١٥٠) خلال عام ١٩٩٣. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في الأمن النفسي، بينما لمتغير الجنس ولصالح الإناث الذين كانوا أكثر أمنًا نفسيًا عن الذكور، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والأمن النفسي في ظل جائحة كورونا وإطلاق الحملات التوعوية- وطرق السلامة عبر منصات التواصل الاجتماعي.

دراسة فاطمة، عمران، عن "النموذج البنائي بين إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية والقلق من فيروس كورونا والدعم الاجتماعي المدرك بين طلاب كلية التربية بأسيوط ٢٠٢٢"^(٩):

سعت الدراسة إلى التحقق من مدى مطابقة النموذج الحالي للعلاقات بين إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية والقلق من فيروس كورونا، والدعم الاجتماعي المدرك لدى طلاب كلية التربية بأسسيوط، وإمكانية التنبؤ بكل من الشعور بالوحدة النفسية والقلق من فيروس كورونا والدعم الاجتماعي المدرك بإدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلاب كلية التربية (عينة قدرها ١٠٤ طلاب)، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة النفسية مقياس إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، مقياس القلق من فيروس كورونا. ومقياس الدعم الاجتماعي المدرك متعدد الأبعاد، وتوصلت نتائج تحليل الانحدار عن إمكانية الشعور بالوحدة النفسية والقلق من فيروس كورونا، ثم الدعم الاجتماعي المدرك للتنبؤ بإدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

دراسة فاطمة السروجي، وائل إسماعيل عبد الباري (٢٠٢١) عن إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى الشباب: دراسة ميدانية⁽¹⁰⁾:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين إدمان الإنترنت والتوافق الاجتماعي لدى الشباب؛ وذلك من خلال إجراء دراسة ميدانية على عينة عمدية (٣٠٠ مفردة) من فئة الشباب من عمر ١٨ إلى ٣٥ عاماً باستخدام أداة الاستبانة، والمجموعات النقاشية، وتوصلت الدراسة إلى ارتفاع عدد من حصلوا على خدمات عالية في مقياس إدمان الإنترنت (مدمني الإنترنت)، كما توجد علاقة ارتباط سلبية دالة عند مستوى (٥.٥٠١) من الدرجة الكلية لمقياس الإدمان ودرجة بُعد التوافق الاجتماعي، واجتمع أفراد العينة على أن الإنترنت بكل تطبيقاته من الأشياء المهمة في حياة الشباب، وبدونه يشعر المبحوث بالوحدة والانعزال عن العالم، كما توصلت الباحثة إلى وجود اتفاق بين نتيجة المجموعات النقاشية والدلالات الإحصائية فهناك ارتباط عكسي؛ فكلما زاد الإدمان الرقمي قلَّ التوافق الاجتماعي لدى الشباب.

دراسة كاميليا عبد السلام، دور شبكات التواصل في تحقيق تكيف عينة من أفراد الجمهور المصري مع الحجر الصحي خلال أزمة كوفيد ١٩: دراسة للاستخدامات ٢٠٢١⁽¹¹⁾:

هدفت الدراسة إلى رصد وتحليل دور شبكات التواصل في تحقيق تكيف أفراد الجمهور المصري مع الحجر الصحي خلال أزمة كوفيد ١٩ من خلال البحث في

الاستخدامات والتأثيرات خلال فترة الحظر، واستخدمت الدراسة منهج المسح وأداة الاستبانة بالتطبيق على ٤٠٠ مبحوث.

وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مدى استخدام المبحوثين لمواقع التواصل الاجتماعي لمعرفة أخبار كورونا، ورأيهم في تأثير الفيس بوك على علاقاتهم الأسرية خلال فترة الحظر، كما توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين استخدام عينة الدراسة لمواقع التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات والتأثيرات المعرفية والوجدانية والسلوكية الناتجة عن هذا الاستخدام.

دراسة مارينا، نحلة (٢٠٢٠) عن دور مواقع التواصل الاجتماعي في دعم وتكوين سلوك الأفراد: دراسة تحليلية نقدية مقارنة للدراسات العربية والأجنبية⁽¹²⁾:

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور وسائل التواصل الاجتماعي في إشباع الاحتياجات النفسية للأفراد؛ من خلال التعرف على الأبعاد النفسية التي اهتمت بها البحوث والدراسات في تحليلها ودراساتها لتأثير مواقع التواصل الاجتماعي على شخصية الفرد، وقد اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي من خلال تحليل عينة من الدراسات التي تناولت البحوث والدراسات العلمية العربية والأجنبية التي تمحورت حول هذا الموضوع (٥٠ بحثاً ومؤلفاً عربياً وأجنبياً). وتوصلت الباحثة إلى أن (٤٨٪) من عينة الدراسة من البحوث والدراسات قامت باستيفاء عناصر المشكلة وصياغة الأهداف بشكل مفصل وواضح، في حين أن هناك شرحاً واضحاً لطبيعة المشكلة البحثية وكيفية الاستدلال عليها بنسبة (٣٦٪) من عينة الدراسة، وأوصت الدراسة بأهمية مناقشة نتائج الدراسات المستقبلية وتفسيرها في السياق المجتمعي والحياة الذي قد يؤدي إلى اختلاف النتائج، بالإضافة إلى أهمية ربط النتائج الخاصة بالجوانب المنهجية بعضها البعض.

دراسة عبير محمود (٢٠٢١) عن تأثير الفيس بوك في نشر الوعي الصحي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة جيهان سارنيل⁽¹³⁾:

هدف البحث إلى الكشف عن مدى تأثير الفيس بوك في نشر الوعي الصحي ومصادر الحصول عليه لدى طلبة الجامعة، وتحديد الدور الذي يؤديه في بلورة ونشر التوعية الصحية، حيث تم استخدام المنهج الوصفي بالاعتماد على استمارة الاستبانة المؤلفة من ١٨ سؤالاً في جمع بيانات العينة (١٠٠ مفردة من الطلاب والطالبات).

وأُسفرت نتائج الدراسة على أن الفيس بوك يعد من أهم مصادر الحصول على المعلومات الطبية والصحية لدى الباحثين من بين عدة مصادر متنوعة؛ حيث يسهم في تزويد الباحثين بالمعلومات الصحية بنسبة ٢٥٪، وأن (٣٦٪) من الباحثين يثقون في صحة المعلومات التي يتلقونها من خلال الفيسبوك، وأوصت الدراسة بأهمية تخصيص الجهات الصحية المسؤولة لصفحة رسمية صحية تابعة لوزارة الصحة تختص بنشر المعلومات الصحية العامة والخاصة، وأهمية مراجعة هذه المعلومات قبل تداولها، ومراقبة الصفحات الطبية عبر الفيسبوك للتحقق من مصداقية المعلومات وملاحقة المخالفين.

دراسة عبد الله العمري، سارة الحميدي (٢٠٢١) "دور الإعلام الرقمي في نشر الوعي الصحي النفسي لدى الشباب السعودي" (١٤):

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الإعلام الرقمي في نشر الوعي الصحي النفسي لدى الشباب السعودي، والعوامل المؤثرة في استخدامها لهذا النوع من الإعلام. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليل، وتم توزيع الاستبانة على عينة قوامها (٤٠٠ شاب وشابة) من مستخدمي الإعلام الرقمي في المملكة. وتوصلت الدراسة إلى أن الإعلام الرقمي يؤدي دوراً مهماً في نشر الوعي الصحي والنفسي لدى الشباب السعودي، وأن أهم العوامل المؤثرة في استخدامهم له في الحاجة إلى المعلومات، المشورة، الصحة النفسية، الرغبة في التواصل والتفاعل مع الآخرين، والإفادة من التجارب والقصص الناجحة في التغلب على المشكلات النفسية، وأشارت الدراسة إلى أن أبرز التحديات التي تواجه الشباب السعودي في استخدام الإعلام الرقمي لنشر الوعي الصحي في: كثرة المصادر والمحتويات غير الموثوقة والمضللة، عدم وجود ضوابط ومعايير للرقابة مع هذا النوع من الإعلام. انعدام الخصوصية والسرية لبعض المستخدمين.

دراسة محمد العنزي، نورة العنزي (2019) عن: دور الإعلام الرقمي في تعزيز الصحة النفسية للمرأة السعودية (١٥):

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الإعلام الرقمي في تعزيز الصحة النفسية للمرأة السعودية والمتغيرات المرتبطة به، والمعوقات التي تحول دون القيام بهذا الدور.

وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق أداة استبانة على عينة قوامها (٥٠٠) امرأة سعودية من مستخدمات الإعلام الرقمي. وتوصلت الدراسة

إلى أن الإعلام الرقمي يؤدي دوراً متوسطاً في تعزيز الصحة السعودية، وأن أهم المتغيرات المرتبطة به هي العمر، المستوى التعليمي، الحالة الاجتماعية، المهنة، الدخل الشهري، وأشارت الدراسة إلى أن أبرز المعوقات التي تحول دون تحقيق دور الإعلام الرقمي في تعزيز الصحة النفسية للمرأة السعودية هي عدم وجود محتوى إعلامي رقمي متخصص في الصحة النفسية للمرأة. وعدم وجود معايير وضوابط للتأكد من مصداقية وجودة المعلومات حول الصحة النفسية للمرأة، وعدم وجود خدمات استشارية ودعم نفسي مجاني ومهني عبر الإعلام الرقمي.

دراسة Nisha, Dogra ميشى أولى، نيشا بوجرا Michelle O' Reilly (٢٠١٩) عن "إمكانيات وسائل التواصل الاجتماعي في تعزيز الصحة النفسية لدى المراهقين⁽¹⁶⁾:"

هدفت الدراسة إلى الكشف عن التصورات التي يمكن من خلالها الاستفادة من وسائل التواصل الاجتماعي لأغراض تعزيز الصحة العقلية بين المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين ١١-١٨ عاماً باستخدام مجموعات التركيز على عدد من المراهقين (٥٤ مراهقاً)، وعدد من المهتمين التربويين (١٦)، وممارسي الصحة (٨ مفردات)، وتوصلت الدراسة إلى الدور المهم لوسائل التواصل الاجتماعي في تعزيز الصحة العقلية الإيجابية، ارتفاع معدلات استخدام المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي للحصول على معلومات حول الصحة العقلية.

دراسة إيمان صابر صادق شاهين، (٢٠١٩) مواقع التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي المقدم لمرضى سرطان الثدي بمصر: دراسة تحليلية مقارنة⁽¹⁷⁾:"

هدفت الدراسة إلى رصد الصفحات، أو المجموعات، أو الحسابات المهتمة بتقديم الدعم لمرضى سرطان الثدي، بالتحديد على موقعي تويتر وفيس بوك، وتحليل محتواها من حيث أنواع الدعم، وأهدافه، ومصادره، والأساليب الاتصالية المستخدمة في تحقيقه، ومدى تنوعه بين النصوص والصور والرسومات والفيديوهات، واعتمدت الباحثة على المنهج الأمبريقي باستخدام تحليل المضمون لقيم قدرها (١٦٨) محتوى منشوراً بالصفحة الرسمية لسرطان الثدي و(١٢٥ منشوراً) بصفحة المؤسسة المصرية لمكافحة سرطان الثدي خلال عام ٢٠١٨، كما اعتمدت الباحثة على إجراء المقابلات مع أصناف مواقع التواصل الاجتماعي بمؤسسة بهية لسرطان الثدي، وتوصلت الدراسة إلى تنوع أنواع

الدعم المُقدم لمرضى سرطان الثدي عبر صفحتي الدراسة بين الدعم المعلوماتي والتقديرى والعاطفي والمادي، وجاء الدعم المعلوماتي بنسبة (٧٠.٤٪)، وبالتالي تتفق أهداف القائم بالاتصال مع أهداف المتابعين الراغبين في التثقيف الصحي وزيادة الخبرة ومعرفة تجارب الآخرين، وتقليل التوتر والقلق، وإدراك أبعاد المرضى عن الصفحات الصحية عبر موقع الفيس بوك، كما جاءت التوعية والإعلام في مقدمة أهداف الصفحتين بنسبة (٤٨٪)، كما تنوعت أساليب الإقناع؛ وإن كان أبرزها الاستمالات العقلانية.

دراسة أبو بكر حبيب الصالحى، (٢٠١٩) استخدام الشباب الجامعى لمواقع التواصل الاجتماعى وعلاقته بالدعم الاجتماعى المُدرَك لديهم: دراسة في إطار نظرية الحضور الاجتماعى^(١٨)؛

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين استخدام الشباب الجامعى لمواقع التواصل الاجتماعى والدعم الاجتماعى المُدرَك لديهم، وتنتمي الدراسة إلى الدراسات الوصفية، وفي إطارها استخدم الباحث منهج المسح بالعينة، وطُبقت الدراسة على عينة عشوائية قوامها (٤٠٠ مفردة) من الشباب الجامعى بالجامعات الحكومية بالقاهرة والزقازيق، وتوصلت الدراسة إلى أن زيادة درجة استخدام الشباب الجامعى لمواقع التواصل الاجتماعى بزيادة درجة مصداقية تلك المواقع، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المبحوثين على مقياس الدعم الاجتماعى المُدرَك تبعاً لاختلاف مستوى استخدام مواقع التواصل الاجتماعى، وذلك على مقياس مستوى الدعم العاطفى تأخذ أبعاد مقياس الدعم الاجتماعى المُدرَك، كما أثبت التحليل الاجتماعى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات المبحوثين على مقياس الدعم الاجتماعى المُدرَك وفقاً لاختلاف درجة الحضور الاجتماعى لديهم عبر مواقع التواصل الاجتماعى، كما تزداد درجة الوعي بالتفاعلات الافتراضية عبر مواقع التواصل الاجتماعى بزيادة درجة استخدام المبحوثين لهذه المواقع.

دراسة A. Yoshida, Y. Wagita; K. Yamazaki et al ٢٠١٤ بعنوان "أيهما تشعر بالراحة أكثر: الطبيب الحقيقى أم الطبيب الافتراضى؟" .. دراسة مقارنة^(١٩)؛

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير المقابلات الإلكترونية على سلوك المتحدث لدى المرضى الذين تتم مقابلتهم في سياق مماثل للتفاعلات الحقيقية بين الطبيب والمريض، وهي دراسة تجريبية تهدف إلى التعرف على تأثير المستشفى الافتراضي Hyper hospitals القائمة على تكنولوجيا الواقع الافتراضي الحديثة؛ من خلال الاستشارات البصرية عبر الإنترنت المدعومة بالحاسب الآلي. وتم إجراء الدراسة من خلال تقديم أربعة أنواع من المقابلات عن بُعد للمواضيع التطوعية، وتم تحليل الاستجابات اللفظية وغير اللفظية من وجهات نظر أخلاقية بشرية. وتوصلت الدراسة إلى زيادة زمن الاستجابة ومدة نطق الأشخاص الذين يتم مقابلتهم عن طريق وسائل الإعلام الإلكترونية في الإجابة عن الأسئلة في المقابلات المباشرة، إلا أن التوتر النفسي كان معززاً بشكل عام على الرغم من زيادة الإطناب والثرثرة في تلك المقابلات. دراسة راشيل نيلسون (٢٠١٥) عن الأمهات الجدد ووسائل التواصل الاجتماعي: تأثير استهلاك وإنتاج وسائل التواصل الاجتماعي على الدعم الاجتماعي⁽²⁰⁾؛

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير كل من الإنتاج النشط والاستهلاك السلبي لوسائل التواصل الاجتماعي والضغط الوالدية على تصورات الدعم الاجتماعي لدى الأمهات الجدد، وقد تم إجراء الدراسة على عينة غير احتمالية عمدية من الأمهات الجدد قدرها (٢٧٤ سيدة) من الولايات المتحدة الأمريكية، وقد تم تقديم المتغيرات المستقلة الثلاثة (إنتاج وسائل التواصل الاجتماعي، الاستهلاك، ردود الأفعال).

وأشارت النتائج إلى أن الأمهات اللاتي تستخدمن وسائل التواصل الاجتماعي لإنتاج المحتوى يتلقين كمية متزايدة من الدعم الاجتماعي والتحفيز؛ بسبب ردود الأفعال؛ مما يؤدي إلى الدعم الاجتماعي لديهن، كما توصلت الدراسة إلى أن الاستهلاك السلبي لمحتوى وسائل التواصل الاجتماعي يزيد أو يقلل من تصورات الدعم الاجتماعي.

التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال العرض السابق للدراسات تنوع الدراسات السابقة التي تناولت محاور الدراسة من حيث الموضوعات، والمناهج البحثية، والأدوات المستخدمة، ومجالات التطبيق، والنتائج، على النحو التالي:

١- بالنسبة للموضوعات: فقد ركزت بعض الدراسات السابقة على التأثير العام للإعلام الرقمي الصحي النفسي بوجه عام، وشبكات التواصل الاجتماعي على الصحة العقلية وبعض الأمراض النفسية كالقلق، والاكتئاب، ومظاهر الدمج الاجتماعي، وندرت الدراسات التي تناولت علاقة حسابات محددة ومتخصصة عبر مواقع التواصل الاجتماعي في مجال الاستشارات النفسية والدعم الاجتماعي.

٢- بالنسبة للمناهج والأدوات والأساليب البحثية المستخدمة: فقد تنوعت المناهج التي تم استخدامها في الدراسات السابقة العربية والأجنبية، وتناول أغلبها المنهج الوصفي باستخدام المسح بالعينة، من خلال دراسات ميدانية، أو المسح باستخدام أسلوب تحليل المضمون لبعض الصفحات والمواقع المتخصصة، كما استخدمت بعض الدراسات الأسلوب المقارن، والمنهج التجريبي.

٣- كما أمكن للباحثة استخلاص العديد من المؤشرات والنتائج التي تم الاعتماد عليها في صياغة وتحديد المشكلة البحثية وأهميتها، وتحديد وصياغة أهداف الدراسة وتساؤلاتها، وإعداد الجزء النظري، واختيار المنهج المناسب، وبناء الأدوات البحثية الملائمة، وتحديد عينة الدراسة بما يحقق أهداف الدراسة ويجيب عن تساؤلاتها، وكذلك استكمال النقاط التي لم يتم تناولها من خلال هذه الدراسات، ومقارنة وتحليل نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات السابقة للوصول إلى دلالات ومؤشرات وتوصيات قابلة للتطبيق العملي.

الإطار النظري للدراسة:

(نظرية الدعم الاجتماعي المدرك Perceived Social Support Theory)

تعد نظرية الدعم الاجتماعي المدرك Perceived Social Support Theory من النظريات الجوهرية التي استندت إليها علوم النفس والاجتماع لفهم كيف يؤثر إدراك الفرد للدعم الذي يتلقاه من بيئته الاجتماعية على صحته النفسية، وسلوكه، وتكيفه مع التحديات الحياتية. طور المفهوم وأطره عدد من الباحثين البارزين أبرزهم Sheldon Cohen وThomas Ashby Wills في بحثهم المرجعي سنة 1985، والذي عُرف باسم "فرضية التوسيط أو الحماية Buffering Hypothesis"،⁽²¹⁾ والتي بينت كيف يمكن للدعم الاجتماعي أن يحمي الأفراد من التأثيرات السلبية

للضغوط الحياتية. كذلك أسهم Barry Lakey و Gregory Zimet في تعميق الفهم لهذا المفهوم من خلال تطوير أدوات لقياسه، أبرزها مقياس الدعم الاجتماعي المدرك متعدد الأبعاد (MSPSS) ⁽²²⁾.

تركز هذه النظرية على العامل الإدراكي، أي أن ما يؤثر في الفرد ليس مقدار الدعم الفعلي الذي يتلقاه فقط، بل إدراكه الشخصي مدى توفر هذا الدعم من مصادر متعددة مثل الأسرة، الأصدقاء، والشركاء أو الأشخاص المهمين في حياته. هذا التوجه يفتح المجال أمام فهم كيف أن الدعم النفسي والاجتماعي لا يعتمد فقط على الأفعال الظاهرة، بل على التقديرات الذاتية للأفراد؛ مما يعطي النظرية طابعاً إنسانياً وتجريبياً عميقاً ⁽²³⁾.

الجدور المفاهيمية للنظرية:

ترتكز نظرية الدعم الاجتماعي المدرك (Perceived Social Support Theory) على مفهوم الدعم الاجتماعي، وهو أحد المفاهيم المركزية في علم النفس الاجتماعي وعلم النفس الصحي، والذي بدأ يتبلور بشكل علمي في ستينات وسبعينات القرن العشرين مع تزايد الاهتمام بالعوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة في الصحة والرفاه النفسي. وقد عُرِفَ الدعم الاجتماعي بأنه: "الإدراك بأن الفرد يتلقى اهتماماً وعنايةً ومساعدةً من الآخرين، وأنه جزء من شبكة اجتماعية تقدم له العون في الأوقات الصعبة" ⁽²⁴⁾.

مع تطور الأبحاث، ظهر تمييز مفاهيمي مهم بين الدعم الاجتماعي الفعلي (Received Social Support)، الذي يقصد به المساعدة الحقيقية التي يتلقاها الفرد، والدعم الاجتماعي المدرك (Perceived Social Support)، الذي يقصد به شعور الفرد وتقديره الذاتي بأن هذا الدعم متاح له عند الحاجة. وقد أظهرت الدراسات أن الدعم المدرك أكثر تأثيراً في الصحة النفسية والسلوكية من الدعم الفعلي؛ لأن إدراك توفر المساندة يوفر شعوراً بالأمان والانتماء، حتى دون الحاجة إلى استخدام الدعم فعلياً ⁽²⁵⁾.

الأسس النظرية:

استندت نظرية الدعم الاجتماعي المدرك لأطر نظرية سابقة أسهمت في فهم كيفية إدراك الأفراد للدعم الاجتماعي، وتأثير ذلك على صحتهم النفسية والعاطفية. في هذا السياق، يمكن الإشارة إلى الأسس النظرية التالية التي دعمت نمو وتطور هذه النظرية:

1. نظرية الضغط والتكيف Stress and Coping Theory⁽²⁶⁾: يُعد النموذج

المعريف- التقييمي الذي قدمه Lazarus و Folkman نقطة انطلاق لفهم كيف يقيم الفرد المواقف الضاغطة، ويقرر بناءً على ذلك كيف يتكيف معها. يبرز الدعم الاجتماعي هنا كعنصر من عناصر "الموارد النفسية" التي يمكن للفرد استخدامها في مواجهة التحديات. وفي إطار نظرية الدعم الاجتماعي المدرك، يُنظر إلى هذا الدعم كأحد الموارد التي تُقيم ذاتياً: هل أشعر أنني لست وحدي؟ هل هناك من يهتم بي؟ مثل هذه التقييمات تحدد مدى فعالية الفرد في التعامل مع الضغط.

2. فرضية التوسيط/ الحماية Buffering Hypothesis⁽²⁷⁾: طرحها

Cohen و Wills (1985)، وتنص على أن الدعم الاجتماعي لا يؤثر على الصحة النفسية مباشرة، بل من خلال دوره الوافي ضد آثار الضغوط النفسية. فعندما يواجه الفرد موقفاً ضاغطاً، فإن إدراكه لوجود دعم اجتماعي موثوق به يقلل من شعوره بالخطر أو الوحدة، ما يساعده على تفسير الموقف بشكل أقل تهديداً، وبالتالي يدعم التكيف الصحي معه.

3. نظرية التحديد الذاتي Self-Determination Theory⁽²⁸⁾: تتبع هذه

النظرية من أعمال Ryan و Deci، وهي تؤكد على أهمية تحقيق ثلاث حاجات نفسية أساسية: الاستقلالية، الكفاءة، والانتماء. ويأتي الدعم الاجتماعي المدرك كمحفز لتحقيق الحاجة إلى الانتماء؛ ما يساهم في رفع مستوى الدافعية الداخلية وتحقيق رفاه نفسي أعلى.

فروض النظرية:

تركّز النظرية على كيفية تأثير الإدراك الفردي لوجود الدعم الاجتماعي على الصحة النفسية والعاطفية. بينما تركّز النظرية بشكل رئيس على العلاقة بين الدعم الاجتماعي المدرك والتكيف النفسي، يمكن تصنيف الفرضيات الرئيسة لهذه النظرية ضمن مجموعة من الافتراضات المركزية التي تسهم في فهم دور الدعم الاجتماعي المدرك في حياة الأفراد. فيما يلي الفروض الرئيسة المرتبطة بهذه النظرية⁽²⁹⁾⁽³⁰⁾⁽³¹⁾:

1. إدراك الدعم أهم من الدعم الفعلي:

أحد الفروض الأساسية في نظرية الدعم الاجتماعي المدرك هو أن "إدراك الفرد بوجود الدعم له تأثير أكبر على صحته النفسية من الدعم الفعلي الذي يتلقاه". بمعنى آخر، ليس من الضروري أن يحصل الفرد على دعم فعلي مستمر ليشعر بتحسّن، بل يكفي أن يدرك أن هناك أشخاصاً مستعدين لدعمه في الأوقات الصعبة. يشير هذا الفرض إلى أن الإدراك هو العامل المحوري الذي يؤثر في كيفية استجابة الأفراد للضغوط النفسية.

2. الدعم المدرك يسهم في التكيف النفسي:

يفترض هذا الفرض أن "الإدراك بوجود شبكة دعم اجتماعي قوية تساعد الأفراد على التعامل بشكل أفضل مع التحديات والضغوط النفسية". وفقاً لهذا الفرض، كلما زاد إدراك الأفراد لوجود دعم اجتماعي، زادت قدرتهم على التكيف مع الظروف الصعبة والتعامل مع المواقف المؤلمة؛ مما يسهم في تعزيز الصحة النفسية.

3. الدعم المدرك يعزز من المرونة النفسية:

يؤكد هذا الفرض على أن "الدعم الاجتماعي المدرك يعزز من المرونة النفسية لدى الأفراد". الأشخاص الذين يشعرون بوجود شبكة من الدعم الاجتماعي غالباً ما يكون لديهم القدرة على العودة إلى الحالة الطبيعية بعد مواجهة الأزمات أو الضغوط، مقارنة بالأشخاص الذين لا يشعرون بتوافر هذا الدعم. هذا يدعم الفكرة أن الدعم المدرك يعمل كحاجز ضد التأثيرات السلبية للأحداث الصادمة.

4. الدعم المدرك يقلل من التأثيرات السلبية للضغوط:

يفترض الفرض هنا "أن وجود الدعم الاجتماعي المدرك يقلل من تأثير الضغوط النفسية على الأفراد". ففي الحالات التي يواجه فيها الشخص ضغوطاً كبيرة، فإن وجود إدراك بوجود دعم اجتماعي متاح له يساعده في تقليل الأضرار النفسية الناتجة عن هذه الضغوط. هذا الفرض يتماشى مع نظرية التوسيط/ الحماية (Buffering Hypothesis) التي تفترض أن الدعم الاجتماعي يعمل كعازل يقلل من تأثير التوتر.

5. التنوع في مصادر الدعم الاجتماعي المدرك:

يفترض هذا الفرض أن "الدعم الاجتماعي المدرك ليس موحدًا، بل يعتمد على تنوع مصادر الدعم، مثل العائلة، الأصدقاء، والشريك الحميم". يمكن أن يختلف تأثير الدعم بناءً على نوع المصدر المدرك؛ على سبيل المثال، قد يكون الدعم الأسري ذا تأثير مختلف عن الدعم من الأصدقاء أو الدعم من الشريك الحميم. وتعتبر المصادر المتعددة للدعم بمثابة شبكة دعم أكثر تكاملاً وشمولاً تؤثر بشكل إيجابي على الصحة النفسية للأفراد.

6. الدعم المدرك يساهم في تحسين تقدير الذات:

إدراك الفرد بوجود شبكة من الدعم الاجتماعي يمكن أن يحسن من تقدير الذات ويعزز من الإحساس بالكفاءة الذاتية. هذا الفرض يعتمد على فكرة أن الدعم الاجتماعي المدرك يعزز الثقة بالنفس والشعور بالانتماء إلى مجموعة معينة؛ مما يساهم في بناء صورة ذاتية إيجابية. وبالتالي، الأشخاص الذين يدركون وجود دعم اجتماعي عادةً ما يتمتعون بمستويات أعلى من الثقة بالنفس.

7. النوع الاجتماعي يؤثر في الدعم المدرك:

أحد الفروض الأخرى في النظرية هو أن "النوع الاجتماعي (الجنس) قد يؤثر في كيفية إدراك الدعم الاجتماعي". على سبيل المثال، قد يكون للنساء أدوات أفضل للتفاعل الاجتماعي وأكثر ميلاً إلى بناء شبكات دعم عاطفي مقارنة بالرجال، الذين قد يعتمدون بشكل أكبر على دعم الأدوات العملية. وبالتالي، قد تكون هناك اختلافات في مستوى الدعم الاجتماعي المدرك بين الجنسين؛ مما قد يساهم في التكيف بشكل مختلف مع الضغوطات.

8. الدعم المدرك يساعد في تقليل العزلة الاجتماعية:

يفترض هذا الفرض أن "الدعم الاجتماعي المدرك يُعدُّ وسيلةً فعَّالةً لتقليل مشاعر العزلة الاجتماعية". عندما يدرك الأفراد وجود شبكة دعمٍ متاحةٍ لهم، فإن ذلك يُخففُ من شعورهم بالعزلة، ويوفر لهم شعوراً بالاتصال والروابط الاجتماعية؛ مما يؤدي إلى تحسين رفاهيتهم النفسية.

9. الدعم المدرك يسهم في تحسين نوعية الحياة:

أحد الفروض الأخرى هو أن "الدعم الاجتماعي المدرك يسهم في تحسين نوعية الحياة بشكل عام". يُعتقد أن الأفراد الذين يدركون أنهم يمتلكون شبكة دعمٍ قويةٍ يتمتعون بمستوى أعلى من الرفاهية العامة، حيث يكون لديهم شعور بالراحة والأمان عند مواجهة تحديات الحياة اليومية. وهذا يؤدي إلى انخفاض معدلات القلق والاكتئاب.

إجمالاً تُعتبر فروض نظرية الدعم الاجتماعي المدرك حجر الزاوية لفهم تأثير الإدراك الفردي في الدعم الاجتماعي على الصحة النفسية. حيث تشير هذه الفرضيات إلى أن الدعم المدرك له تأثير كبير في تقليل الضغوط النفسية، تعزيز التكيف، وزيادة المرونة النفسية. كما أنه يساعد الأفراد في تحسين جودة حياتهم، وتقوية روابطهم الاجتماعية؛ مما يعزز من رفاههم النفسي والاجتماعي.

طلب الدعم الاجتماعي في الفضاء الرقمي:

لقد حول تطور التكنولوجيا الرقمية وظهور منصات التواصل الاجتماعي الطريقة التي يسعى بها الأفراد للحصول على الدعم الاجتماعي وتقديمه. في الماضي، كان الدعم الاجتماعي يتم الحصول عليه من خلال التفاعلات الشخصية مع الأسرة والأصدقاء وأفراد المجتمع. ومع ذلك، في عصر الرقمنة، أصبح بإمكان الأفراد الآن طلب الدعم من مجموعة واسعة من المصادر عبر منصات الإنترنت المختلفة، بما في ذلك شبكات التواصل الاجتماعي، والمجتمعات الإلكترونية، والتطبيقات الرقمية للصحة النفسية. هذه التحولات تثير تساؤلات حول كيفية تسهيل البيئة الرقمية لطلب الدعم، وما الآثار المترتبة على رفاهية المستخدمين؟⁽³²⁾. تستعرض الباحثة هنا مفهوم طلب الدعم الاجتماعي في الفضاء الرقمي، مع التركيز على العوامل التي تؤثر على هذه الطلبات، وأنواع الدعم المطلوب، والآثار المترتبة على الصحة النفسية والرفاهية العامة.

1. مفهوم طلب الدعم الاجتماعي في الفضاء الرقمي:

يشير الدعم الاجتماعي إلى الموارد التي يمكن للأفراد الوصول إليها لمساعدتهم في التعامل مع التحديات الحياتية، والضغط، والصعوبات الأخرى. تقليدياً، كانت هذه الأنواع من الدعم تُصنف إلى دعم عاطفي، ومعلوماتي، وعملي⁽³³⁾. في الفضاء الرقمي، لم تظل هذه الفئات ذات صلة فحسب، بل توسعت أيضاً في نطاقها بسبب طبيعة التواصل الرقمي. من خلال نقرة زر، يمكن للأفراد الآن طلب الدعم من شبكاتهم، سواء كانت من أفراد الأسرة، أو الأصدقاء، أو حتى الغرباء الذين يشاركونهم نفس التجارب.

يمكن التعبير عن طلبات الدعم الاجتماعي في الفضاء الرقمي بطرق متعددة، مثل الرسائل المباشرة، أو تحديثات الحالة، أو المشاركات، أو المشاركة في المنتديات الإلكترونية. وفقاً لـ (Valkenburg, Peter (2013)، فقد جعلت منصات الإنترنت من السهل على الأفراد التعبير عن ضعفهم وطلب المساعدة دون خوف من الرفض أو الوصمة المرتبطة بالتفاعل المباشر. وقد غير هذا الأمر الطريقة التي يطلب بها الأفراد الدعم، خاصة لأولئك الذين قد يشعرون بالعزلة أو يترددون في طلب المساعدة شخصياً⁽³⁴⁾.

2. العوامل التي تؤثر في طلب الدعم الاجتماعي عبر المنصات الرقمية:

تؤثر العديد من العوامل في سبب وكيفية طلب الأفراد للدعم عبر الفضاء الرقمي. تشمل هذه العوامل: عوامل شخصية، وعوامل اجتماعية، وعوامل تكنولوجية. العوامل الشخصية⁽³⁵⁾: أحد العوامل الشخصية المهمة المؤثرة في طلب الدعم هي الاختلافات الفردية في الدعم الاجتماعي المدرك. تشير الدراسات التي أجراها (Henson et al. (2019 إلى أن الأفراد الذين لديهم مستويات عالية من القلق الاجتماعي أو الذين يتسمون بالانطواء هم أكثر عرضة لطلب الدعم عبر الإنترنت مقارنة بالطرق التقليدية. إخفاء الهوية الذي توفره المنصات الرقمية يمكن أن يقلل من المخاوف المتعلقة بالضعف أو الحكم عليهم؛ مما يسهل على هؤلاء الأفراد التعبير عن احتياجاتهم.

العوامل الاجتماعية⁽³⁶⁾: تؤدي المعايير الاجتماعية للمنصات الرقمية دوراً كبيراً في تشكيل طلبات الدعم. على سبيل المثال، تشجع منصات مثل تويتر وفيسبوك على

مشاركة التجارب علناً، بينما تروج الرسائل الخاصة أو المنتديات مثل Reddit أو WhatsApp للتفاعل الخاص والمباشر. كما أن الديناميكيات الجماعية ضمن المجتمعات الإلكترونية يمكن أن تؤثر على احتمال قيام الأفراد بطلب الدعم، حيث غالباً ما يشارك أعضاء المجموعات تجارب مشابهة ويقدمون الدعم المتبادل.

العوامل التكنولوجية⁽³⁷⁾: يؤثر تصميم ووظائف المنصات الرقمية بشكل كبير في كيفية طلب الدعم. فسهولة الوصول إلى الميزات مثل تحديثات الحالة، والتعليقات، والرسائل الفورية تعزز من إمكانية الطلب المباشر والسريع للمساعدة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن للخوارزميات التي تقترح المحتوى أو تربط المستخدمين بالمجموعات ذات الصلة أن تسهل الوصول إلى شبكات الدعم؛ مما يعزز من احتمال طلب الأفراد للمساعدة عند الحاجة⁽³⁸⁾.

3. أنواع الدعم الاجتماعي المطلوب في الفضاء الرقمي:

يختلف نوع الدعم الاجتماعي المطلوب في الفضاء الرقمي بشكل كبير، اعتماداً على وضع الفرد والمنصة التي يتم استخدامها. وفيما يلي بعض الأنواع الشائعة للدعم الاجتماعي في الفضاء الرقمي:

الدعم العاطفي⁽³⁹⁾: يعد من أكثر أنواع الدعم طلباً، حيث يتعلق بالبحث عن الفهم والتعاطف والراحة. يلجأ العديد من الأشخاص إلى الفضاءات الرقمية عندما يواجهون ضغوطاً عاطفية، مثل الشعور بالوحدة أو الحزن أو القلق. تسلط دراسة Perry et al. (2019) الضوء على أن الأفراد غالباً ما يطلبون الدعم العاطفي على شكل تأكيدات وطمأننة، وهو ما يمكن أن يُقدم بسهولة من خلال الإعجابات والتعليقات أو الرسائل من الآخرين.

الدعم المعلوماتي⁽⁴⁰⁾: يلجأ المستخدمون أيضاً إلى المنصات الرقمية لطلب المشورة أو المعلومات المتعلقة بمشاكل محددة يواجهونها. قد يشمل ذلك استفسارات صحية، أو نصائح مهنية، أو إرشادات بشأن التنمية الشخصية. غالباً ما تُستخدم المجتمعات الإلكترونية- خاصة تلك التي تركز على حالات صحية أو تحديات حياتية معينة- كمصادر للدعم المعلوماتي. يشير Nambisan (2015) إلى أن الأفراد قد

يطلبون الدعم المعلوماتي من أقرانهم أو محترفين في الفضاءات الرقمية، بناءً على سياق احتياجاتهم.

الدعم العملي⁽⁴¹⁾: يشمل توفير المساعدة الملموسة، مثل الدعم المالي أو الموارد أو الخدمات. تُعدّ منصات التمويل الجماعي مثل GoFundMe أو حملات وسائل التواصل الاجتماعي طرقاً شائعة لطلب ودعم الدعم العملي. بالإضافة إلى المساهمات المالية، يمكن أن يشمل الدعم العملي أيضاً الموارد المشتركة، مثل التوصيات بالخدمات، أو المساعدة العملية في أوقات الأزمات.

4. تأثير طلب الدعم الاجتماعي على الصحة النفسية:

لطلب الدعم الاجتماعي في الفضاء الرقمي آثار كبيرة على الصحة النفسية والرفاهية. أظهرت العديد من الدراسات أن الشبكات الرقمية للدعم الاجتماعي يمكن أن تؤدي دوراً مهماً في تقليل تأثيرات التوتر، وتقليل الشعور بالعزلة، وتعزيز الرفاهية العامة.

التوتر والتكيف: تشير فرضية التخفيف إلى أن الدعم الاجتماعي يمكن أن يخفف من تأثيرات التوتر على الصحة النفسية. في الفضاء الرقمي، يميل الأفراد الذين يطلبون الدعم الاجتماعي إلى تجربة آليات تكيفية أفضل، حيث يتلقون التشجيع والنصيحة والتعاطف من شبكاتهم الإلكترونية⁽⁴²⁾. كان هذا الأمر واضحاً بشكل خاص خلال الفترات العصيبة، مثل جائحة كوفيد-19، حيث طلب العديد من الأفراد الدعم عبر الإنترنت للتعامل مع العزلة الاجتماعية والمخاوف الصحية⁽⁴³⁾.

تقليل الشعور بالوحدة: بالنسبة للأفراد الذين قد يشعرون بالعزلة الاجتماعية أو يفتقرون إلى شبكات دعم شخصية، يمكن أن يساعد طلب الدعم عبر الإنترنت في تقليل مشاعر الوحدة. وجدت دراسة (Primack et al. 2017) أن الدعم الاجتماعي الرقمي يقلل بشكل كبير من الشعور بالوحدة، خاصة بين الفئات الضعيفة مثل كبار السن، أو الأفراد الذين يعانون من أمراض مزمنة⁽⁴⁴⁾.

النتائج النفسية الإيجابية: يمكن أن يؤدي طلب الدعم أيضاً إلى نتائج نفسية إيجابية، مثل زيادة الثقة بالنفس والشعور بالانتماء. غالباً ما يبلغ الأفراد الذين يشاركون

في شبكات الدعم عبر الإنترنت عن شعورهم بالقوة والمصداقية والانتماء⁽⁴⁵⁾. وهذا ينطبق بشكل خاص على الأشخاص الذين هم جزء من مجتمعات إلكترونية تقدم التقدير الاجتماعي والعاطفي لتجاربهم الشخصية، مثل المنتديات الصحية، أو مجموعات المساعدة الذاتية.

5. التحديات المرتبطة بطلب الدعم الاجتماعي في الفضاء الرقمي:

على الرغم من مزاياها، هناك بعض التحديات المرتبطة بطلب الدعم في الفضاء الرقمي. يتمثل أحد التحديات في جودة الدعم⁽⁴⁶⁾. بينما توفر المنصات الرقمية العديد من الفرص للحصول على الدعم، قد تختلف جودة التفاعلات حسب المنصة والشبكة والفئة المطلوبة. على سبيل المثال، قد يكون الدعم الذي يتم الحصول عليه عبر وسائل التواصل الاجتماعي أكثر سطحيًا أو أقل إشباعًا عاطفيًا، مقارنةً بالدعم الذي يتم تلقيه من التفاعلات الشخصية⁽⁴⁷⁾.

تحد آخر هو إمكانية التعليقات السلبية أو انتشار المعلومات المضللة. قد يواجه الأفراد الذين يطلبون الدعم عبر الإنترنت انتقادات أو نصائح ضارة؛ مما قد يزيد من معاناتهم العاطفية⁽⁴⁸⁾. بالإضافة إلى ذلك، قد يواجه البعض صعوبة في التمييز بين المعلومات المفيدة والضارة على المنصات التي تفتقر إلى الرقابة المناسبة.

إجمالاً يمكن القول إن طلب الدعم الاجتماعي في الفضاء الرقمي يعد ظاهرة معقدة ومتعددة الأبعاد تؤثر فيها عوامل شخصية، واجتماعية، وتكنولوجية. وبينما توفر المنصات الرقمية فرصاً كبيرة للحصول على الدعم، فإن التأثيرات على الصحة النفسية والرفاهية يمكن أن تكون إيجابية أو سلبية حسب السياق وطبيعة التفاعلات. يمكن أن يسهم فهم العوامل التي تؤثر في طلب الدعم الاجتماعي وتقديمه في الفضاء الرقمي في تحسين هذه العمليات وتعزيز رفاهية الأفراد الذين يسعون للحصول على الدعم في العصر الرقمي.

إجمالاً تبرز نظرية الدعم الاجتماعي المدرك كإطار شامل لفهم العلاقة بين البيئة الاجتماعية وصحة الفرد النفسية والجسدية. إذ يظهر التحليل أن العامل الإدراكي- وليس فقط الفعلي- يؤدي دوراً محورياً في تفسير تأثير الدعم. وبالإضافة من

هذه النظرية، يمكن تحسين السياسات والخدمات النفسية والاجتماعية، وتوجيه التدخلات نحو تعزيز الإدراك الإيجابي لدى الأفراد بوجود شبكة دعم حقيقية ومستمرة (49).

تعريف مفاهيم الدراسة:

صفحات الاستشارات النفسية: منصات رقمية تقدم محتوى نفسياً واستشارات نفسية أولية للمستخدمين، وغالباً ما تتواجد على وسائل التواصل الاجتماعي أو مواقع إلكترونية متخصصة، وتهدف إلى مساعدة الأفراد على التعامل مع الضغوط النفسية والمشكلات الشخصية من خلال تقديم معلومات نفسية، أو استجابات موجهة، أو تيسير الوصول إلى الدعم النفسي. ويشير هذا المفهوم إلى نمط من الدعم الاجتماعي المدرك الذي يتلقاه الأفراد في بيئات افتراضية، ويعزز من شعورهم بالأمان والانتماء. وتعد هذه الصفحات امتداداً لما يسمى بـ"الاستشارة النفسية الأولية" التي يمكن أن تُقدم خارج إطار العيادات، حيث توفر تفاعلاً أولياً لا يُغني عن التدخل العلاجي المتخصص، بل قد يكون بوابة للوصول إليه (50).

الدعم الاجتماعي: يشير إلى إدراك الفرد بأنه محاط بشبكة من العلاقات الاجتماعية التي توفر له الرعاية، والحب، والاحترام، والمساعدة عند الحاجة. ويعد هذا الدعم من أبرز العوامل النفسية التي تُخفف من آثار الضغوط الحياتية، وتسهم في تعزيز الصحة النفسية والبدنية. ويأخذ الدعم الاجتماعي أشكالاً متعددة، منها: الدعم العاطفي (مثل التعاطف والتشجيع)، والدعم المعلوماتي (مثل تقديم النصيحة أو المعلومة المفيدة)، والدعم الأداتي، أو العيني (مثل تقديم المساعدة المادية أو الخدمية)، والدعم التقييمي (مثل التغذية الراجعة الإيجابية التي تُعزز تقدير الذات) (51).

الإطار المنهجي للدراسة:

نوع الدراسة ومنهجها:

تعد هذه الدراسة من الدراسات الوصفية التحليلية، حيث تهدف إلى استقصاء ظاهرة معينة تتمثل في لجوء المستخدمين إلى صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي؛ بوصفها وسيلة من وسائل الحصول على الدعم الاجتماعي المدرك، وتحليل طبيعة هذا اللجوء وعلاقته باحتياجات الأفراد النفسية والاجتماعية. وقد

استخدمت الدراسة المنهجَ المسحيَّ كأداة رئيسة للوصول إلى البيانات الكمية حول اتجاهات المستخدمين، وهو منهج شائع في البحوث الإعلامية والسلوكية التي تهدف إلى وصف الظواهر وجمع المعلومات من عدد كبير من المشاركين بغرض التعميم والتحليل الإحصائي. ويُعد المنهج المسحي مناسباً لدراسة المتغيرات المرتبطة بتفاعل الأفراد مع المحتوى الرقمي، لا سيما في البيئات الاجتماعية الإلكترونية التي تتسم بالتغير السريع والتداخل بين الأدوار النفسية والاجتماعية.

وقد تم اختيار هذا المنهج لقدرته على تحقيق أهداف الدراسة المتمثلة في فهم تصورات الأفراد لصفحات الاستشارات النفسية، ورصد مستوى الدعم الاجتماعي الذي يدركونه من خلالها، وهو ما يتماشى مع ما أشار إليه Wimmer & Dominick (2014) ⁽⁵²⁾ في كتابهما بأن الدراسات المسحية تُستخدم على نطاقٍ واسعٍ في البحوث الإعلامية لفحص الاتجاهات، والتوجهات السلوكية، وخصائص الجمهور، والعلاقات بين المتغيرات. كما يؤكد Babbie (2021) ⁽⁵³⁾ أن المنهجَ المسحيَّ يُعد أداةً فعالةً لجمع بيانات كمية يمكن استخدامها في التحليل الوصفي والاستنتاجي على حدٍّ سواء، خصوصاً عندما يتعلق الأمر بقياس المواقف والتصورات في البيئات الرقمية.

مجتمع الدراسة وعينتها:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الأفراد الذين يتابعون أو يتفاعلون مع صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، وخاصة المنصات التي تقدّم محتوى باللغة العربية، حيث يُعد هذا الجمهور هو الأكثر ارتباطاً بموضوع الدراسة من حيث التماس المباشر مع محتوى الدعم النفسي والاجتماعي. ونظراً لصعوبة تحديد عدد هذا المجتمع بدقة؛ بسبب طبيعته غير المحددة ومفتوحة الحدود على الإنترنت، فقد اعتمدت الدراسة على أسلوب المعاينة غير الاحتمالية بطريقة العينة المتاحة؛ إذ تمّ اختيار الأفراد الذين تتوافر فيهم خصائص معينة تتماشى مع أهداف البحث، وعلى رأسها متابعة أو استخدام صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، وإبداء رغبة في المشاركة الطوعية في الدراسة.

بلغ حجم العينة التي تم تحليلها (400) مفردة، وهو حجم كاف لتحقيق درجة مناسبة من الصدق والثبات في النتائج وفق ما أشار إليه عدد من المتخصصين في المناهج الكمية، مثل (Creswell 2014)⁽⁵⁴⁾ الذي أشار إلى أن العينة التي تتراوح بين 200 و400 فرد تُعد مناسبة في البحوث الوصفية الكمية التي تسعى لفهم الاتجاهات العامة ضمن مجتمع كبير يصعب حصره. وقد تم جمع البيانات من المشاركين إلكترونياً من خلال استبانة عبر الإنترنت، بما ينسجم مع طبيعة المجتمع المدروس، الذي يعتمد على الفضاء الرقمي كمنصة للتفاعل والحصول على الدعم النفسي والاجتماعي. وتم جمع البيانات منهم خلال شهر أبريل من عام 2025 عن طريق الاستبانة الإلكترونية. خصائص عينة الدراسة:

جدول (1)
خصائص عينة الدراسة (ن=400)

خصائص عينة الدراسة			
النوع		ك	%
		97	24,3%
		303	75,7%
السن		185	46,2%
		203	50,7%
		3	0,8%
		6	1,5%
		3	0,8%
المستوى التعليمي		390	97,5%
		10	2,5%
المستوى الاقتصادي الاجتماعي		123	30,8%
		154	38,4%
		123	30,8%

تُظهر بيانات الجدول (1) خصائص عينة الدراسة التي تضم 400 فرد، حيث تقدّم توزيعاً مفصلاً للعينة حسب النوع، السن، المستوى التعليمي، والمستوى الاقتصادي الاجتماعي.

فيما يتعلق بالنوع، تكشف البيانات أن نسبة الإناث في العينة تبلغ 75.7٪، وهي نسبة مرتفعة مقارنةً بالذكور الذين يشكلون 24.3٪. هذا يوضح أن العينة تميل إلى كونها غالبية نسائية؛ ما قد يشير إلى اهتمام أكبر أو تفاعل أوسع من النساء مع موضوع الدراسة، أو المنهج المستخدم لجمع البيانات.

أما بالنسبة للسن، فإن أكثر من نصف العينة (50.7٪) تتراوح أعمارهم بين 20 و30 سنة، في حين أن 46.2٪ من العينة هم أقل من 20 سنة. هذا يشير إلى أن العينة تمثل بشكل رئيسي الشباب؛ مما قد يعكس اهتماماً أو مشاركة أكثر لهذه الفئة العمرية في الدراسة. النسب المئوية للأعمار الأكبر مثل من 30 إلى 50 سنة تعتبر ضئيلة جداً، حيث تتراوح بين 0.8٪ إلى 1.5٪. هذا يمكن أن يدل على أن الدراسة تستهدف بشكل أكبر الفئات الشابة، بينما تمثل الفئات الأكبر سناً شريحة صغيرة جداً من العينة.

فيما يخص المستوى التعليمي، تظهر البيانات أن الغالبية العظمى (97.5٪) من العينة حاصلون على تعليم جامعي، بينما يشكل الحاصلون على دراسات عليا 2.5٪ فقط. هذه النتيجة تشير إلى أن العينة تمثل بشكل أساسي أفراداً ذوي مستوى تعليمي جامعي، ما قد يكون له تأثير على نوعية البيانات المتحصل عليها، أو على الطريقة التي يتفاعل بها الأفراد مع موضوع الدراسة.

أما بالنسبة للمستوى الاقتصادي الاجتماعي، فإن النسبة الأكبر (38.4٪) من العينة تنتمي إلى الطبقة المتوسطة، تليها فئات المستوى الاقتصادي المنخفض والمرتفع بنسبة متساوية تقريباً (30.8٪ لكل منهما). هذا يوضح تنوعاً نسبياً في العينة من حيث الوضع الاقتصادي، ولكن تبقى الطبقة المتوسطة هي الأكثر تمثيلاً.

هذا التوزيع للخصائص الديموجرافية للمبحوثين تعني أن العينة تتسم بتركيبة سكانية شابة وأغلبها من النساء، مع تمثيل كبير للأفراد ذوي التعليم الجامعي، كما تعكس واقعاً ديموجرافياً واجتماعياً معيناً.

أداة الدراسة:

اعتمدت الدراسة على أداة الاستبانة الإلكترونية لجمع البيانات من عينة المستخدمين، باعتبارها من أكثر أدوات البحث استخداماً في الدراسات الاجتماعية والنفسية التي

تسعى إلى قياس الاتجاهات والميول والتجارب الشخصية. وتم توظيف الاستبانة الإلكترونية لقدرتها على الوصول إلى شرائح واسعة من المشاركين في أماكن جغرافية متعددة من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، فضلاً عن توفيرها لبيئة تواصل غير مباشرة قد تعزز شعور المبحوثين بالخصوصية والراحة عند الإجابة، لا سيما في موضوعات ذات طابع شخصي كطلب الدعم النفسي والاجتماعي. ووفقاً لما أشار إليه Creswell (2014) ⁽⁵⁵⁾، فإن الاستبانات الإلكترونية تُعدُّ أداةً فعّالةً في البحوث الكمية التي تتطلب قياساً دقيقاً للمتغيرات، وتُستخدم على نحو متزايد في ظل التطورات التكنولوجية الحديثة التي عززت من موثوقية وسرعة جمع البيانات الرقمية.

وقد تم تصميم الاستبانة وفق معايير منهجية دقيقة، مع مراعاة وضوح الأسئلة، وتسلسلها المنطقي، واستخدام مقياس ليكرت لتحديد درجة الاتفاق أو الرفض على العبارات الواردة فيه. كما روعي في تصميم الأداة ملاءمتها لطبيعة العينة وموضوع الدراسة، وتحقيق من صدقها وثباتها باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة، بما يتوافق مع ما أوصى به Bryman (2016) ⁽⁵⁶⁾ بشأن ضرورة اختبار أدوات القياس في الدراسات الكمية لضمان جودة النتائج ومصداقيتها.

تساؤلات الدراسة:

سعت الدراسة للإجابة عن التساؤلات الخمسة التالية:

1. ما مدى التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي بشكل عام (يشمل كثافة التعرض، وعدد أيام التعرض أسبوعياً، وعدد ساعات التعرض يومياً)؟
2. ما دوافع وأسباب التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي؟
3. ما معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي؟
4. ما خصائص مضمون المحتوى النفسي المقدم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي وسماته الشكلية؟

5. ما مقدار الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة

صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي؟

فروض الدراسة

هدفت الدراسة إلى اختبار الفروض الستة التالية:

الفرض الأول: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مدى التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

الفرض الثاني: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين دوافع التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

الفرض الثالث: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

الفرض الرابع: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين خصائص مضمون المحتوى النفسي المقدم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

الفرض الخامس: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين شكل المحتوى النفسي من خلال صفحات التواصل الاجتماعي والمصداقية والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

الفرض السادس: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، والسن، والمستوى التعليمي، والمستوى الاقتصادي) في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

مقاييس الدراسة وخصائصها السيكومترية:

جدول (2)

مقاييس الدراسة وخصائصها السيكومترية

المتغيرات	أسئلة القياس	بدائل الإجابة وتوزيع الدرجات	تصنيف المبحوثين	ثبات ألفا كرونباخ	معامل الصدق الذاتي
مدى التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي	3 أسئلة	دائماً، ثلاثة أيام فأكثر، ثلاث ساعات فأكثر (3 درجات) أحياناً، من يومين إلى ثلاثة أيام، من ساعة إلى ساعتين (درجتين) نادراً، يوم واحد، أقل من ساعة (درجة)	(3-9) منخفض (3-4) متوسط (5-7) مرتفع (8-9)	0.841	0.917
دوافع التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي	10 عبارات	دائماً (3 درجات) أحياناً (درجتين) نادراً (درجة)	(10-30) منخفض (10-16) متوسط (17-23) مرتفع (24-30)	0.749	0.865
خصائص المحتوى النفسي المقدم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي	8 عبارات	دائماً (3 درجات) أحياناً (درجتين) نادراً (درجة)	(8-24) منخفض (8-13) متوسط (14-18) مرتفع (19-24)	0.895	0.946
شكل المحتوى النفسي من خلال صفحات التواصل الاجتماعي والمصادقية	8 عبارات	دائماً (3 درجات) أحياناً (درجتين) نادراً (درجة)	(8-24) منخفض (8-13) متوسط (14-18) مرتفع (19-24)	0.872	0.933
الدعم المجتمعي	4 عبارات	دائماً (3 درجات) أحياناً (درجتين) نادراً (درجة)	(4-12) منخفض (4-6) متوسط (7-9)	0.888	0.942

المتغيرات	أسئلة القياس	بدائل الإجابة وتوزيع الدرجات	تصنيف المبحوثين	ثبات ألفا كرونباخ	معامل الصدق الذاتي
			مرتفع (10-12)		
الدعم الأسري	6) (عبارات)	دائماً (3 درجات) أحياناً (درجتين) نادراً (درجة)	(18-6) منخفض (9-6) متوسط (14-10) مرتفع (18-15)	0.790	0.888
دعم الأصدقاء	4) (عبارات)	دائماً (3 درجات) أحياناً (درجتين) نادراً (درجة)	(12-4) منخفض (6-4) متوسط (9-7) مرتفع (12-10)	0.753	0.867

صدق المقاييس وثباتها

للتأكد من صدق أدوات الدراسة (الاستبانة) وثباتها، تم اعتماد أسلوب الصدق التحكيمي، حيث تم عرض الاستبانة في صورتها الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجالات الإعلام وعلم النفس؛ وذلك لضمان ملائمة الفقرات وصياغتها لقياس الأبعاد المستهدفة بالدقة اللازمة، وتحديد مدى انتماء كل عبارة إلى البعد الذي تقيسه، إلى جانب التأكد من سلامة اللغة ووضوح العبارات وخلوها من الغموض أو التكرار. واستُفيد من ملاحظات المحكمين في تعديل صياغة بعض الفقرات، وحذف أو دمج بعض البنود لضمان تحقيق الصدق البنائي للمقاييس.

أما بالنسبة للثبات، فقد تم حسابه لاحقاً باستخدام معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) لكل بُعد من أبعاد الاستبانة؛ وذلك بعد التطبيق الاستطلاعي؛ للتأكد من اتساق الفقرات داخلياً، وإمكانية الاعتماد على الأداة في التطبيق النهائي، وأتت القيمة الكمية لجميع متغيرات الدراسة أعلى من 0.7، ما يعني ارتفاع درجة ثباتها.

المعالجة الإحصائية للبيانات:

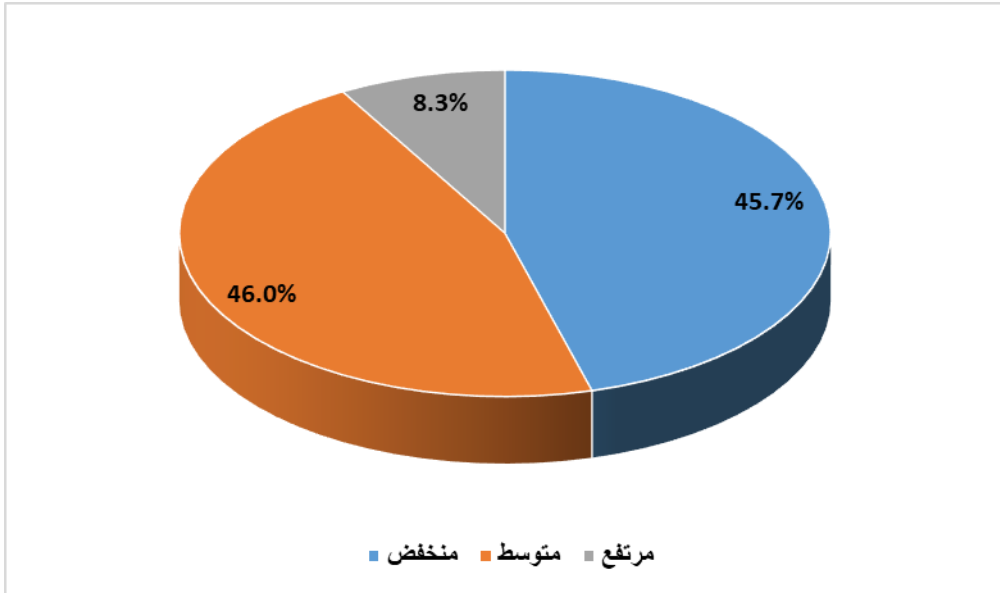
بعد الانتهاء من جمع البيانات اللازمة للدراسة، تم إدخالها- بعد ترميزها- إلى الحاسب الآلي، ثم جرت معالجتها وتحليلها واستخراج النتائج الإحصائية باستخدام برنامج "الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية" والمعروف باسم SPSS اختصاراً لـ:

Statistical Package for the Social Sciences (Version 23)، وذلك باللجوء

إلى المعاملات والاختبارات والمعالجات الإحصائية التالية:

- 1- التكرارات البسيطة والنسب المئوية.
 - 2- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
 - 3- حساب الوزن النسبي للبيانات المقاسة على مقياس ليكرت؛ وذلك عن طريق حساب المتوسط الحسابي لها، ثم ضرب النتائج $100 \times$ ، ثم قسمة النتائج على الحد الأقصى لدرجات المقياس.
 - 4- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لدراسة شدة واتجاه العلاقة الارتباطية بين متغيرين من مستوى المسافة أو النسبة (Interval Or Ratio). وقد اعتبرت العلاقة ضعيفة إذا كانت قيمة المعامل أقل من 0.4، ومتوسطة ما بين 0.4-0.7، وقوية إذا بلغت 0.7 فأكثر.
 - 5- اختبار (ت) للمجموعات المستقلة (Independent-Samples T-Test) لدراسة الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطين حسابيين لمجموعتين مستقلتين من الحالات المدروسة في أحد المتغيرات من نوع المسافة أو النسبة (Interval Or Ratio).
 - 6- تحليل التباين ذو البعد الواحد (One way Analysis of Variance) المعروف اختصاراً باسم ANOVA لدراسة الدلالة الإحصائية للفروق بين المتوسطات الحسابية لأكثر من مجموعتين من الحالات المدروسة في أحد المتغيرات من نوع المسافة أو النسبة (Interval Or Ratio).
 - 7- الاختبارات البعدية (Post Hoc Tests) بطريقة أقل فرق معنوي (LSD: Least Significance Difference) لمعرفة مصدر التباين وإجراء المقارنات الثنائية بين المجموعات التي يثبت ANOVA وجود فروق دالة إحصائية بينها.
- وقد تمَّ قبول نتائج الاختبارات الإحصائية عند درجة ثقة 95% فأكثر، أي عند مستوى معنوية 0.05 فأقل.

نتائج الدراسة:
أولاً: النتائج العامة للدراسة الميدانية:



شكل (1): كثافة التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي

تعرض بيانات الشكل (1) السابق أن كثافة التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي تتوزع بشكل يكاد يكون متساوياً بين مستويي "منخفض" و"متوسط"، حيث سجّلت نسبة من لديهم كثافة تعرض منخفضة 45.7%، بينما بلغت نسبة ذوي الكثافة المتوسطة 46%؛ مما يشير إلى أن غالبية العينة تقع ضمن نطاقات التعرض المحدود أو المعتدل دون الوصول إلى مستويات مرتفعة. أما الفئة التي أظهرت كثافة تعرض مرتفعة فلم تتجاوز نسبتها 8.3%، وهو ما يؤكد أن الاعتماد المكثف والدائم على هذه الصفحات يظل ظاهرة محدودة للغاية داخل العينة المدروسة. ويمكن تفسير هذه النتائج بأن الأفراد يتعاملون مع محتوى الاستشارات النفسية كوسيلة دعم ثانوية أو مكملة، وليس كمصدر رئيسي مستمر للمساندة النفسية؛ مما قد يرتبط بعوامل مثل قلة الثقة بالمحتوى الرقمي، أو تفضيل الاستشارات التقليدية المباشرة، أو محدودية الحاجة إلى استشارات نفسية مكثفة لدى غالبية الأفراد.

تقترب هذه النتيجة مع ما انتهت إليه دراسة تغريد الزهراني⁽⁵⁷⁾ التي توصلت الدراسة إلى أن وسائل التواصل الاجتماعي تُعدّ من أهم الوسائل الرئيسة للحصول على المعلومات الصحية النفسية لدى المجتمع السعودي، وأن (٤٢٪) من المشاركين هم من يعلمون خدمات الاستشارات النفسية مع التواصل الاجتماعي.

1. مدى التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي بشكل عام.

جدول (3)

مدى التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي بشكل عام

مدى التعرض	ك	%
أحياناً	180	45٪
نادراً	159	39.7٪
دائماً	61	15.3٪
الإجمالي	400	100٪

تكشف بيانات الجدول (3) أن التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي بشكل عام يتركز بشكل أكبر في فئة "أحياناً"، حيث بلغت نسبتهم 45٪ من إجمالي العينة؛ مما يشير إلى أن معظم الأفراد يتعاملون مع هذه الصفحات بشكل غير منتظم يعتمد على الحاجة أو توفر الفرصة. في المقابل، يظهر أن نسبة من يتعرضون لهذه الصفحات "نادراً" تمثل 39.7٪، وهي نسبة مرتفعة نسبياً وتعكس قدراً من العزوف، أو قلة الاهتمام المنتظم بمحتوى هذه الصفحات، وربما يشير ذلك إلى تفضيل فئات واسعة لمصادر دعم نفسي أخرى، أو عدم شعورهم بالحاجة إلى متابعة هذه الصفحات بشكل دوري. أما نسبة من يتعرضون لها "دائماً" فقد بلغت 15.3٪ فقط، وهو ما يدل على أن الاعتماد الكثيف على صفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي محدود نسبياً داخل العينة المدروسة؛ مما قد يعكس وجود بعض التحفظات تجاه تلقي الاستشارات النفسية عبر هذه الوسائل، أو عدم الثقة الكاملة في فاعليتها مقارنة بالاستشارات التقليدية.

2. عدد أيام التعرض خلال الأسبوع.

جدول (4)

عدد أيام التعرض خلال الأسبوع

عدد أيام التعرض	ك	%
يوم واحد	215	53.8%
من يومين إلى ثلاثة أيام	130	32.5%
ثلاثة أيام فأكثر	55	13.7%
الإجمالي	400	100%

تعرض بيانات الجدول (4) أن أكثر من نصف العينة، بنسبة 53.8%، يتعرضون لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي بمعدل يوم واحد فقط في الأسبوع، وهو ما يعكس طابعاً انتقائياً وعرضياً في التفاعل مع هذا النوع من المحتوى، بما قد يشير إلى أن الحاجة إلى هذه الصفحات لا تُشكل جزءاً منتظماً من روتينهم الأسبوعي. كما تُظهر النتائج أن 32.5% يتعرضون لها بمعدل يتراوح بين يومين إلى ثلاثة أيام أسبوعياً؛ مما يدل على وجود شريحة أقل حجماً، لكنها أكثر انتظاماً في التفاعل مع محتوى الاستشارات النفسية، وهو ما قد يرتبط بزيادة وعيهم بأهمية الدعم النفسي أو حاجتهم إليه بدرجة أكبر. أما نسبة من يتعرضون لهذه الصفحات ثلاث مرات فأكثر في الأسبوع فلم تتجاوز 13.7%؛ مما يؤكد على أن الاعتماد المكثف والمتكرر على محتوى الاستشارات النفسية يظل محدوداً ضمن هذه العينة، وربما يعكس هذا النمط استمرار هيمنة بعض المحاذير الثقافية والاجتماعية المرتبطة باللجوء إلى الاستشارة النفسية، حتى في صورتها الرقمية.

3. عدد ساعات التعرض خلال اليوم.

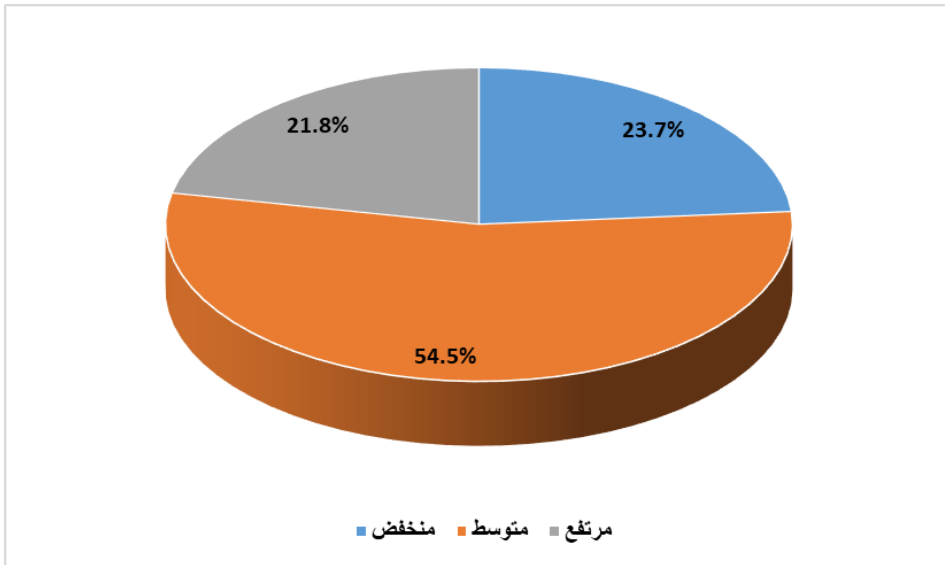
جدول (5)

عدد ساعات التعرض خلال اليوم

عدد ساعات التعرض	ك	%
أقل من ساعة	242	60.5%
من ساعة إلى ساعتين	107	26.8%
ثلاث ساعات فأكثر	51	12.7%
الإجمالي	400	100%

تُظهر بيانات الجدول (5) أن غالبية أفراد العينة، بنسبة 60.5٪، يتعرضون لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي لمدة تقل عن ساعة واحدة يوميًا؛ مما يعكس طابعاً سريعاً وعابراً في استهلاك هذا النوع من المحتوى، وقد يدل ذلك على أن معظم الأفراد يلجؤون إلى الاطلاع السريع دون التعمق أو التفاعل المطول مع النصائح والاستشارات المقدمة. وفي المقابل، بلغت نسبة من يتعرضون لهذه الصفحات لمدة تتراوح بين ساعة وساعتين يومياً نحو 26.8٪، وهي نسبة ليست ضئيلة وتشير إلى وجود فئة من المستخدمين الذين يخصصون وقتاً أطول نسبياً، ربما نتيجة اهتمام أكبر أو بحثاً عن محتوى أكثر تفصيلاً وإفادة. أما نسبة من يتعرضون لها لمدة ثلاث ساعات فأكثر فلم تتجاوز 12.7٪، وهو ما يعكس محدودية الاعتماد المكثف على هذه الصفحات خلال اليوم، وقد يعزز هذا الاستنتاج فكرة أن متابعة محتوى الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي لا تزال بالنسبة لمعظم الأفراد نشاطاً ثانوياً ضمن أنشطتهم اليومية الرقمية.

4. دوافع وأسباب التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي.



شكل (2): دوافع وأسباب التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي

تُظهر بيانات الشكل (2) أن الدوافع والأسباب التي تحفز التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي تتوزع بشكل غير متساوٍ بين مستويات الكثافة الثلاثة، حيث سجّلت الدوافع ذات المستوى المتوسط النسبة الأكبر بواقع 54.5%؛ مما يدل على أن غالبية الأفراد لديهم حوافز معتدلة تدفعهم لمتابعة هذا النوع من الصفحات، بما قد يشير إلى اهتمام ملحوظ، لكن غير ضاغط أو مستمر، أو إلى أن الحاجة إلى الاستشارات النفسية تظل مرتبطة بظروف أو مواقف معينة أكثر من كونها حاجة دائمة. كما بلغت نسبة أصحاب الدوافع المرتفعة 21.8%، وهي نسبة لا يُستهان بها، وتعكس وجود فئة من المستخدمين الذين يشعرون بحاجة قوية ومستدامة للتفاعل مع محتوى الاستشارات النفسية، ربما نتيجة معاناتهم من ضغوط نفسية مستمرة أو بحثهم الدائم عن دعم نفسي. وفي المقابل، بلغت نسبة أصحاب الدوافع المنخفضة 23.7%؛ مما يدل على وجود شريحة ترى أن الحاجة إلى متابعة هذه الصفحات محدودة أو غير مُلحة، وقد يعود ذلك إلى شعورهم بالاستقرار النفسي، أو عدم اقتناعهم بجدوى الاستشارات النفسية المُقدّمة عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

جدول (6)

دوافع وأسباب التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي (ن=400)

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادرا	أحيانا	دائما	المدى	
					ك	العبارات
72.4%	2.17	68	195	137	ك	الحصول على معلومات وخبرات من تجارب الآخرين النفسية
		17%	48.7%	34.3%	%	
71.4%	2.14	75	193	132	ك	أتعلم منها التكيف وأساليب التعامل مع الآخرين
		18.8%	48.2%	33%	%	
69.3%	2.08	84	201	115	ك	التعرف على ذاتي وسمات شخصيتي
		21%	50.2%	28.8%	%	
67.8%	2.04	96	194	110	ك	تقدم لي حلولاً لبعض المشكلات النفسية والاجتماعية
		24%	48.5%	27.5%	%	
66.1%	1.98	104	199	97	ك	الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية
		26%	49.7%	24.3%	%	
64.8%	1.95	109	204	87	ك	تمنحي مقومات الدعم الاجتماعي داخل أسرتي ونحو المجتمع
		27.3%	51%	21.7%	%	

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادرًا	أحيانًا	دائمًا	المدى	
					ك	العبارة
64.4%	1.93	126	175	99	ك	تساعدني على الشعور بالأمن النفسي
		31.5%	43.7%	24.8%	%	
63.6%	1.91	130	177	93	ك	أتابعها بهدف تضيئة الوقت والتسلية والترفيه
		32.5%	44.2%	23.3%	%	
61.6%	1.85	146	169	85	ك	الهروب من المشكلات
		36.5%	42.2%	21.3%	%	
60.8%	1.83	149	172	79	ك	أشعر بالألفة والصدقة مع القائمين على هذه الصفحات
		37.2%	43%	19.8%	%	

فيما يخص موقف المبحوثين من العبارات التي تقيس دوافع وأسباب التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي التي تم عرضها في جدول (6)، حيث جاءت في الترتيب الأول عبارة "الحصول على معلومات وخبرات من تجارب الآخرين النفسية" بمتوسط حسابي 2.17 ووزن نسبي 72.4%، وهو ما يعني أن غالبية الأفراد يرون أن الحصول على معلومات والإفادة من تجارب الآخرين النفسية هو الدافع الأكثر أهمية في متابعتهم لصفحات الاستشارات النفسية. هذا يشير إلى رغبة المتابعين في التعلم من تجارب الآخرين في مواجهة تحدياتهم النفسية، ما يعكس أهمية التأثير الجماعي وتبادل الخبرات في هذا السياق.

تليها عبارة "التعلم منها التكيف وأساليب التعامل مع الآخرين" بمتوسط حسابي 2.14 ووزن نسبي 71.4%؛ مما يعني أن نسبة كبيرة من المبحوثين يرون أن صفحات الاستشارات النفسية تقدم لهم فائدة عملية فيما يتعلق بتعلم كيفية التكيف مع الضغوط الحياتية والتعامل بشكل أفضل مع الآخرين. هذا يعكس اهتمام الأفراد بتطبيق استراتيجيات نفسية في حياتهم اليومية لتحسين مهاراتهم الاجتماعية.

ثم تأتي عبارة "التعرف على ذاتي وسمات شخصيتي" بمتوسط حسابي 2.08 ووزن نسبي 69.3%، ما يشير إلى أن العديد من المتابعين يرون في هذه الصفحات وسيلة لفهم أنفسهم بشكل أعمق، واكتساب معرفة أفضل عن سماتهم الشخصية. يعكس هذا التوجه

رغبة في تحقيق التنمية الذاتية والوعي الشخصي من خلال الاستشارات النفسية المعروضة.

وبالنسبة لبقية العبارات، فقد أظهرت البيانات أن دوافع مثل "تقديم حلول لبعض المشكلات النفسية والاجتماعية" و"الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية" سجلت متوسطات حسابية منخفضة نسبياً (2.04 و1.98 على التوالي) مع أوزان نسبية تبلغ 67.8% و66.1%؛ مما يشير إلى أن هذه الدوافع تُعدُّ أقلَّ أهمية لدى المبحوثين مقارنة بالدوافع الأخرى التي تتعلَّق بالتعلُّم والنمو الشخصي.

بناءً على هذه النتيجة يمكن القول إن المبحوثين يتجهون بشكل رئيسٍ نحو صفحات الاستشارات النفسية للحصول على دعم معرفي ونفسي يتصل بتجارب الآخرين وتحقيق تحسينات حياتية واجتماعية، في حين أن الدوافع المتعلقة بالراحة النفسية أو التسلية تظل ذات وزنٍ أقل. وبالتالي، فإن هذه الصفحات يجب أن تركز على تقديم محتوى يعزز من التفاعل الاجتماعي والنمو الشخصي للأفراد بشكلٍ فعال.

5. معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي.

جدول (7)

معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي (ن=400)

معدل المتابعة		دائماً	أحياناً	نادراً	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
ك	المواقع					
ك	تيك توك	157	142	101	2.14	71.3%
%		39.2%	35.5%	25.3%		
ك	إنستجرام	133	154	113	2.05	68.3%
%		33.2%	38.5%	28.3%		
ك	فيسبوك	105	174	121	1.96	65.3%
%		26.2%	43.5%	30.3%		
ك	لينكد	31	77	292	1.35	44.9%
%		7.8%	19.2%	73%		
ك	اكس X	24	76	300	1.31	43.7%
%		6%	19%	75%		

تعرض بيانات الجدول (7) معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي، كما يفضلها المبحوثون البالغ عددهم 400 فرد.

وتكشف النتائج عن اختلاف واضح في معدلات المتابعة بين المنصات المختلفة، بما يعكس تبايناً في مدى جاذبية هذه المنصات كمصدر لتلقي المحتوى النفسي أو التفاعل معه. تصدر تطبيق "تيك توك" قائمة المنصات من حيث معدل المتابعة، حيث سجل متوسطاً حسابياً بلغ (2.14) ووزناً نسبياً (71.3%)؛ ما يدل على أن شريحة واسعة من الباحثين تتابع بانتظام صفحات الاستشارات النفسية على هذه المنصة، التي يبدو أنها نجحت في جذب المتابعين بفضل اعتمادها على الفيديوهات القصيرة المؤثرة وسهولة الوصول للمحتوى. وتُظهر النسبة المرتفعة لفئة "دائماً" (39.2%) أن عدداً كبيراً من الباحثين لا يكتفي بالمتابعة العرضية، بل يعتبر "تيك توك" منصة مفضلة للحصول على محتوى نفسي بشكل دائم.

يلي ذلك تطبيق "إنستجرام" الذي سجل متوسطاً حسابياً (2.05) ووزناً نسبياً (68.3%)، وهو ما يشير إلى معدل متابعة جيد نسبياً، خاصة مع بروز فئة "أحياناً" بنسبة (38.5%). ويمكن تفسير هذا التوجه بأن المحتوى النفسي على "إنستجرام" غالباً ما يُقدم بشكل بصري جذاب (صور، فيديوهات قصيرة، قصص)، ما يجعله مقبولاً لدى فئات واسعة، ولكن ليس بالقدر ذاته من الاستمرارية كما في "تيك توك".

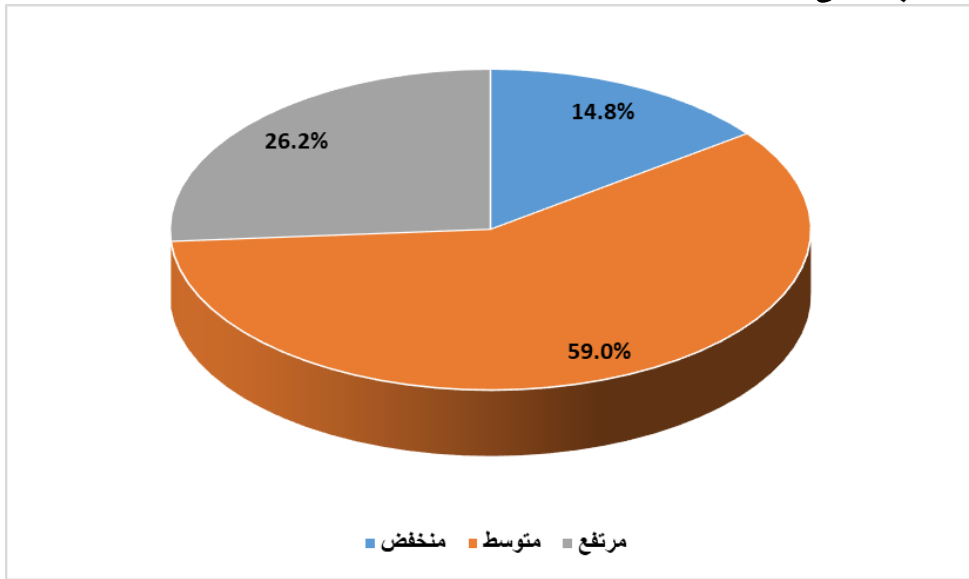
أما "فيسبوك"، فقد جاء في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (1.96) ووزن نسبي (65.3%)، وتوضح البيانات أن المتابعة تميل إلى التقطع، حيث سجلت أعلى نسبة في فئة "أحياناً" (43.5%). ورغم الانتشار الواسع لفيسبوك، إلا أن طبيعته الأكثر تقليدية قد تكون أقل ملائمة للجيل الأصغر الذي يفضل المنصات السريعة والمباشرة مثل تيك توك وإنستجرام.

في المقابل، سجل كلٌّ من "لينكد إن" و"إكس" (X تويتر سابقاً) أدنى معدلات للمتابعة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لـ"لينكد إن" (1.35) بوزن نسبي (44.9%)، و"إكس" (1.31) بوزن نسبي (43.7%). وتعكس هذه النتائج عزوفاً واضحاً من الباحثين عن متابعة المحتوى النفسي عبر هاتين المنصتين، وهو أمر متوقع في ضوء طبيعة "لينكد إن" المهنية التي لا تتوافق بالضرورة مع محتوى الدعم النفسي، وكذلك الطابع الإخباري والنقاشي لمنصة "إكس" الذي لا يتيح بيئة مناسبة للمحتوى العاطفي

والداعم نفسياً. كما تبرز نسبة فئة "نادراً" في المنصتين (73% لـ لينكد إن، و75% لـ إكس)، ما يعزز هذا التفسير.

في المجمل، توضح البيانات أن المبحوثين يفضلون المنصات التي تقدم محتوى بصرياً سريعاً وسهلاً التفاعل، مثل تيك توك وإنستجرام، في حين لا تحظى المنصات الأكثر رسمية أو نصية كـ لينكد إن وإكس بنفس القبول لمتابعة محتوى الاستشارات النفسية، وهو ما يمكن ربطه بسلوكيات الجمهور الرقمي الذي يبحث عن محتوى نفسي تفاعلي، مختصر، وذو طابع شخصي ومرئي.

6. خصائص المحتوى النفسي المقدم خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي.



شكل (3): خصائص المحتوى النفسي المقدم خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي تظهر بيانات الشكل (3) أن خصائص المحتوى النفسي المقدم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي تميل في معظمها إلى المستوى المتوسط، حيث بلغت نسبته 59%، ما يدل على أن غالبية المتابعين يرون أن جودة وطبيعة هذا المحتوى مقبولة إلى حد كبير، ولكنها لا تصل إلى مستوى التميز أو القوة العالية. كما سجلت النسبة المرتفعة 26.2%؛ مما يعكس أن أكثر من ربع المستخدمين يرون أن المحتوى يتمتع بمستوى عالٍ من الجودة والملاءمة، وهو مؤشر إيجابي على قدرة بعض الصفحات

على تقديم محتوى نفسي موثوق ومؤثر. في المقابل، جاءت النسبة المنخفضة عند 14.8٪، وهي نسبة محدودة، لكنها تعبر عن وجود شريحة تشعر أن المحتوى المقدم يفتقر إلى الجودة أو العمق الكافي، ما قد يشير إلى الحاجة لمزيد من التدقيق والاحترافية في بعض الصفحات النفسية لتلبية توقعات جميع المتابعين.

جدول (8)

خصائص مضمون المحتوى النفسي المقدم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي (ن=400)

الخصائص	المدى	دائماً	أحياناً	نادراً	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
تخاطب الصفحات النفسية الجمهور على اختلاف الفئات العمرية والاجتماعية	ك	140	201	59	2.20	73.4٪
	٪	35٪	50.2٪	14.8٪		
تقدم الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي موضوعات ذات صلة بالواقع الاجتماعي المعيش	ك	135	206	59	2.19	73٪
	٪	33.7٪	51.5٪	14.8٪		
تهتم الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي بتقديم حلول وأساليب علاجية عملية	ك	113	222	65	2.12	70.7٪
	٪	28.2٪	55.5٪	16.3٪		
تهتم الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي بعرض المشكلة عرضاً متكاملاً	ك	100	217	83	2.04	68.1٪
	٪	25٪	54.2٪	20.8٪		
تهتم الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي بالمتابعة والتفاعل والرد على الاستفسارات	ك	95	223	82	2.03	67.7٪
	٪	23.8٪	55.7٪	20.5٪		
تراعي الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي العادات والتقاليد المجتمعية	ك	93	225	82	2.03	67.6٪
	٪	23.3٪	56.2٪	20.5٪		
تهتم الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي بتوثيق استشهادات علمية ودلائل قرآنية	ك	94	219	87	2.02	67.3٪
	٪	23.5٪	54.7٪	21.8٪		
الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي للدعاية والترويج	ك	91	221	88	2.01	66.9٪
	٪	22.8٪	55.2٪	22٪		

تكشف بيانات الجدول (8) عن خصائص مضمون المحتوى النفسي المقدم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي، حيث أظهرت النتائج أن الصفحات تتسم بخصائص متوسطة إلى مرتفعة بالنسبة لجودة المحتوى الذي تقدمه. في البداية، تبرز عبارة "تخاطب الصفحات النفسية الجمهور على اختلاف الفئات العمرية والاجتماعية" في الترتيب الأول بمتوسط حسابي 2.20 ووزن نسبي 73.4%. هذا يشير إلى أن الغالبية العظمى من المتابعين يعتقدون أن الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي تتوجه إلى فئات مختلفة من المجتمع؛ مما يعكس قدرة هذه الصفحات على جذب شريحة واسعة ومتنوعة من الجمهور بمختلف أعمارهم وأوضاعهم الاجتماعية.

تليها عبارة "تقدم الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي موضوعات ذات صلة بالواقع الاجتماعي المعيش" بمتوسط حسابي 2.19 ووزن نسبي 73%. تعكس هذه النتيجة أن غالبية المتابعين يرون أن الصفحات تقدم محتوى يتناسب مع التحديات والواقع الاجتماعي الذي يعيشه الجمهور، ما يرفع من درجة فعالية هذه الصفحات في معالجة قضايا حياتية واقعية.

أما العبارة "تهتم الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي بتقديم حلول وأساليب علاجية عملية"، فقد حصلت على متوسط حسابي 2.12 ووزن نسبي 70.7%؛ وتشير هذه النتيجة إلى أن معظم المبحوثين يرون أن هذه الصفحات تركز على تقديم حلول عملية يمكن تطبيقها في حياتهم اليومية لمواجهة مشكلاتهم النفسية والاجتماعية، وهو ما يعكس درجة كبيرة من الفائدة العملية التي توفرها تلك الصفحات لمتابعيها.

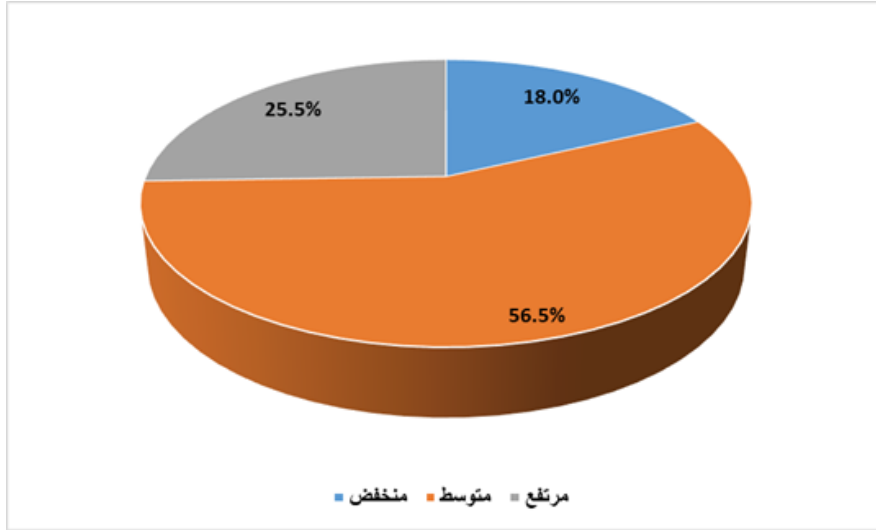
في المقابل، جاءت عبارة "تهتم الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي بعرض المشكلة عرضاً متكاملاً" بمتوسط حسابي 2.04 ووزن نسبي 68.1%. هذا يدل على أن الصفحات النفسية تهتم بعرض المشكلات النفسية بشكل شامل يسهم في إيضاح الصورة الكاملة للمتابعين حول الموضوعات المطروحة. أما بالنسبة لعبارة "تهتم الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي بالمتابعة والتفاعل والرد على الاستفسارات"، فقد حصلت على متوسط حسابي 2.03 ووزن نسبي 67.7%؛ مما يشير

إلى أن التفاعل المستمر من قبل القائمين على هذه الصفحات مع المتابعين يعتبر من الخصائص التي يدعمها المستخدمون إلى حدٍّ ما، لكن ليست بالمستوى الذي يرفعها إلى أعلى درجات التفاعل.

بالنسبة لبقية العبارات، فقد أظهرت البيانات أن الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي تراعي العادات والتقاليد المجتمعية (متوسط حسابي 2.03 ووزن نسبي 67.6%)، وتوثق استشهادات علمية ودلائل قرآنية (متوسط حسابي 2.02 ووزن نسبي 67.3%)، حيث تعكس هذه النتائج اهتمام الصفحات بالنزاهة العلمية والدينية في المحتوى المقدم. أخيراً، جاءت عبارة "الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي للدعاية والترويج" بمتوسط حسابي 2.01 ووزن نسبي 66.9%، ما يعكس أن هناك نسبة ملحوظة من المتابعين يرون أن هذه الصفحات قد تكون هادفة أيضاً إلى الدعاية والترويج، وهو ما يمكن أن يؤثر على مصداقية بعض المحتويات.

بناءً على هذه النتيجة يمكن القول إن الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي تقدم محتوى ذا طابعٍ شاملٍ يتفاعل مع مختلف الشرائح الاجتماعية، حيث تسعى لتقديم حلول عملية ومعلومات متوافقة مع الواقع الاجتماعي، في حين أن الدوافع التجارية قد تكون موجودة، ولكنها لا تمثل أولوية للمستخدمين، كما هو واضح من النتائج.

7. شكل المحتوى النفسى من خلال صفحات التواصل الاجتماعى والمصداقية.



شكل (4): شكل المحتوى النفسى من خلال صفحات التواصل الاجتماعى والمصداقية
تكشف بيانات الشكل (4) أن تقييم شكل المحتوى النفسى من خلال صفحات التواصل الاجتماعى ومصداقيته يميل إلى المستوى المتوسط بنسبة 56.5%، وهو ما يشير إلى أن غالبية المستخدمين يعتبرون أن مصداقية وشكل هذا المحتوى مقبولة، ولكنها ليست مثالية؛ مما يعكس وجود مساحة لتحسين طريقة تقديم المعلومات النفسية وزيادة موثوقيتها. كما أن النسبة المرتفعة بلغت 25.5%، مما يدل على أن نحو ربع العينة ينظرون إلى المحتوى باعتباره ذا مصداقية وشكل جيد، وهو مؤشر إيجابي يشير إلى أن هناك جهات أو صفحات استطاعت بناء ثقة معتبرة مع جمهورها. في حين بلغت نسبة التقييم المنخفض 18%، مما يعكس وجود فئة ليست بالقليلة تشكك في مصداقية أو شكل هذا المحتوى، وهو ما يبرز الحاجة إلى تبني معايير مهنية أكثر وضوحاً في تقديم الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعى لتعزيز الثقة والمصداقية لدى جميع المستخدمين.

جدول (9)

شكل المحتوى النفسي من خلال صفحات التواصل الاجتماعي والمصادقية (ن=400)

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادرا	أحيانا	دائما	المدى	
					الشكل	المدى
72.8%	2.18	66	195	139	ك	أفضل أسلوب السرد القصصي من خلال تجارب خاصة والذي يتم من خلاله تقديم المحتوى النفسي من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي
		16.5%	48.7%	34.8%	%	
71.9%	2.16	62	213	125	ك	أفضل أسلوب الحديث المباشر الفردي الذي يتم من خلاله تقديم المحتوى النفسي من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي
		15.5%	53.2%	31.3%	%	
70.8%	2.12	69	213	118	ك	يجذبني أسلوب الحوار الذي يتم من خلاله تقديم المحتوى النفسي من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي
		17.3%	53.2%	29.5%	%	
68.3%	2.05	89	202	109	ك	تجذبني الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي التي تضمن محتواها موسيقى ومؤثرات صوتية جذابة
		22.3%	50.5%	27.2%	%	
68.1%	2.04	98	187	115	ك	يعجبني عرض الفيديوهات من خلال المحتوى عن الصور الثابتة
		24.5%	46.7%	28.8%	%	
67.4%	2.02	94	203	103	ك	أميل إلى المصادقية نحو المحتوى المقدم من خلال الطبيب النفسي المتخصص ذوي الشهرة أكثر من الأشخاص ذوي التخصصات الأخرى
		23.5%	50.7%	25.8%	%	
61.3%	1.84	135	194	71	ك	أفضل متابعة صفحات الصفحات النفسية التابعة لجهات حكومية عن الصفحات الخاصة
		33.7%	48.5%	17.8%	%	
61.1%	1.83	127	213	60	ك	أميل لتصديق بالصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي التي يقدمها الإناث عن الذكور من الأطباء
		31.8%	53.2%	15%	%	

تكشف بيانات الجدول (9) عن شكل المحتوى النفسي الذي يُقدّم من خلال صفحات التواصل الاجتماعي ومدى مصداقيته وفقاً لتفضيلات المبحوثين. بدايةً، تبرز عبارة "أفضل أسلوب السرد القصصي من خلال تجارب خاصة والذي يتم من خلاله تقديم المحتوى النفسي من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي" في الترتيب الأول، حيث سجلت متوسطاً حسابياً 2.18 ووزناً نسبياً 72.8٪. هذا يشير إلى أن المبحوثين يفضلون أسلوب السرد القصصي الذي يتم من خلال تجارب شخصية، حيث يُعتبر هذا الأسلوب الأكثر جذباً للمتابعين، وهو يعكس الاهتمام بالحكايات الواقعية التي تتيح للمتابعين التفاعل بشكل شخصي مع المحتوى المُقدّم.

تليها عبارة "أفضل أسلوب الحديث المباشر الفردي الذي يتم من خلاله تقديم المحتوى النفسي من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي" بمتوسط حسابي 2.16 ووزن نسبي 71.9٪. هذه النتيجة تدل على تفضيل المبحوثين لأسلوب الحديث المباشر، الذي يتم فيه التواصل الفردي مع المتابعين بشكل أكثر تخصيصاً، وهو ما يعكس رغبتهم في الحصول على مشورة شخصية تتناسب مع احتياجاتهم النفسية الفردية.

أما عبارة "يجذبني أسلوب الحوار الذي يتم من خلاله تقديم المحتوى النفسي من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي"، فقد حصلت على متوسط حسابي 2.12 ووزن نسبي 70.8٪. تظهر هذه النتيجة تفضيلاً مرتفعاً لدى المبحوثين لأسلوب الحوار، وهو ما يعكس رغبة المتابعين في التفاعل مع الموضوعات المطروحة ومناقشتها بشكل جماعي مع الآخرين.

في المقابل، جاءت عبارة "تجذبني الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي التي تتضمن محتواها موسيقى ومؤثرات صوتية جذابة" بمتوسط حسابي 2.05 ووزن نسبي 68.3٪. على الرغم من أن هذه النتيجة تدل على أن هناك اهتماماً باستخدام الموسيقى والمؤثرات الصوتية في المحتوى النفسي، إلا أن هذه الخصائص ليست بنفس قوة تفضيل الأساليب الأخرى مثل السرد القصصي أو الحوار.

أما عبارة "يعجبني عرض الفيديوها من خلال المحتوى عن الصور الثابتة"، فقد سجّلت متوسطاً حسابياً 2.04 ووزناً نسبياً 68.1%. تشير هذه النتيجة إلى أن الفيديوها تعتبر أكثر جذباً من الصور الثابتة في تقديم المحتوى النفسي، ما يبرز أهمية استخدام وسائل مرئية وحركية لإيصال الرسائل النفسية بفعالية أكبر.

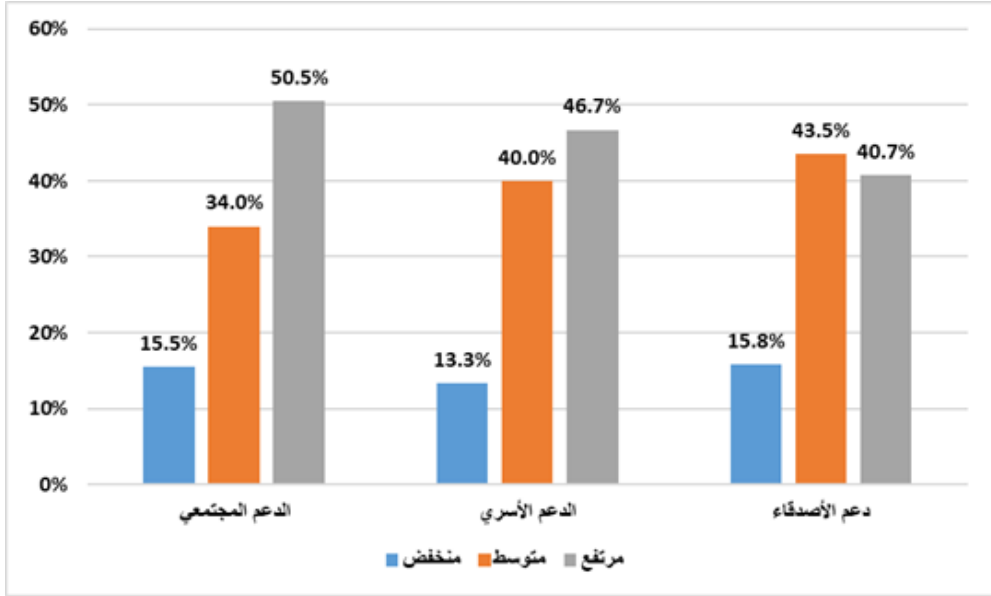
ثم تأتي عبارة "أميل إلى المصادقية نحو المحتوى المقدم من خلال الطبيب النفسي المتخصص ذي الشهرة أكثر من الأشخاص ذوي التخصصات الأخرى"، حيث حصلت على متوسط حسابي 2.02 ووزن نسبي 67.4%. هذه النتيجة تؤكد تفضيل الباحثين للمحتوى المقدم من قبل المختصين المرموقين، ما يعكس الثقة الكبيرة التي يوليها المتابعون للأطباء النفسيين المشهورين مقارنةً بالأشخاص ذوي الخبرات المحدودة.

أما بالنسبة لعبارة "أفضل متابعة صفحات الصفحات النفسية التابعة لجهات حكومية عن الصفحات الخاصة"، فقد سجّلت متوسطاً حسابياً 1.84 ووزناً نسبياً 61.3%. هذه النتيجة تشير إلى أن الباحثين يفضلون الصفحات التي تتبع المؤسسات الحكومية على الصفحات الخاصة، وهو ما قد يعكس الثقة الأكبر في المعلومات المقدمة من جهات رسمية مقارنة بالصفحات الخاصة.

أخيراً، جاءت عبارة "أميل لتصديق الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي التي يقدمها الإناث عن الذكور من الأطباء" بمتوسط حسابي 1.83 ووزن نسبي 61.1%. على الرغم من أن هذه النتيجة تشير إلى تفضيل قليل لدى الباحثين للمحتوى الذي تقدمه النساء مقارنة بالرجال في مجال الطب النفسي، إلا أن الفارق ليس كبيراً بما يكفي ليكون له تأثير قوي على تفضيلات المتابعين بشكل عام.

بناءً على هذه البيانات، يمكن الاستنتاج أن الباحثين يفضلون الأساليب الشخصية والمباشرة مثل السرد القصصي والحوار، مع تفضيل واضح للمحتوى الذي يقدمه مختصون معروفون، سواء كانوا أفراداً أو مؤسسات حكومية. هذه التفضيلات تعكس رغبة المتابعين في الحصول على محتوى ذي مصداقية عالية وقيم عملية تتناسب مع احتياجاتهم النفسية بشكل شخصي ومباشر.

8. الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري-الأصدقاء).



شكل (5): الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري-الأصدقاء)

تُظهر بيانات الشكل (5) أن خصائص الدعم الاجتماعي المُقدّم عبر صفحات التواصل الاجتماعي تميل إلى مستويات متفاوتة، حيث تم تقسيم الدعم إلى ثلاثة أنواع: الدعم المجتمعي، الدعم الأسري، ودعم الأصدقاء.

تُظهر البيانات أن الدعم المجتمعي يسجل أعلى نسبة في فئة "مرتفع" بنسبة 50.5%؛ ما يدل على أن غالبية الأفراد يشعرون بتوافر دعم مجتمعي قوي عبر منصات التواصل الاجتماعي. هذا يشير إلى أن منصات مثل فيسبوك وتويتر توفر بيئة اجتماعية داعمة، حيث يتفاعل الأفراد مع مجموعات أو قضايا مجتمعية تساعدهم في التغلب على التحديات المختلفة. في المقابل، كانت النسبة في فئة "منخفض" 15.5%؛ مما يعكس أن شريحة قليلة من الأفراد لا يتلقون دعماً كافياً من هذا النوع عبر هذه المنصات.

أما بالنسبة للدعم الأسري، فقد أظهرت البيانات أن فئة "مرتفع" سجلت 46.7%، ما يشير إلى أن أكثر من نصف الأفراد يشعرون بتوافر دعم أسري قوي من خلال منصات التواصل الاجتماعي. هذا يعكس دور هذه المنصات في تعزيز الروابط الأسرية، حيث يتم تبادل الدعم والتفاعل العاطفي بين أفراد الأسرة بشكل فعالٍ في

المقابل، كانت النسبة في فئة "منخفض" 13.3٪، وهو ما يعبر عن شريحة ضئيلة من الأفراد الذين لا يحصلون على الدعم الكافي من أسرهم عبر هذه المنصات؛ مما قد يشير إلى الفروق بين الأسر في مستوى استخدام التكنولوجيا والتفاعل عبر الإنترنت. أما بالنسبة لدعم الأصدقاء، فقد كانت النسبة الأعلى في فئة "متوسط" بنسبة 43.5٪، تليها فئة "مرتفع" بنسبة 40.7٪. هذا يعكس أن دعم الأصدقاء عبر منصات التواصل الاجتماعي يتسم بالمستوى المعتدل إلى العالي، حيث يتفاعل الأصدقاء مع بعضهم البعض ويوفرون الدعم الاجتماعي والعاطفي من خلال هذه الشبكات. رغم ذلك، كانت النسبة في فئة "منخفض" 15.8٪؛ مما يعبر عن شريحة معينة من الأفراد الذين لا يشعرون بتوافر الدعم الكافي من أصدقائهم عبر هذه المنصات.

بناءً على هذه النتيجة يتضح أن منصات التواصل الاجتماعي تؤدي دوراً مهماً في تقديم الدعم الاجتماعي في مجالات متعددة، حيث يسود دعم المجتمع والأسرة بشكل ملحوظ. ومع ذلك، هناك حاجة لتحسين التفاعل بين الأصدقاء عبر الإنترنت، من أجل تعزيز تأثير هذه المنصات في توفير الدعم العاطفي والاجتماعي.

تقترب هذه النتيجة إلى حد كبير مع ما انتهت إليه دراسة Kaitlyn Longest، Jin-Ae Kang (2022) ⁽⁵⁸⁾ التي طبقت على فئة من الشباب تتراوح أعمارهم بين 18 و25 عاماً، حيث أكدت وجود علاقة ارتباطية معنوية بين دوافع استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي، والدعم الاجتماعي المدرك الناتج عن تلك الاستخدامات، وهو ما يعكس قدرة المنصات الرقمية على تلبية الاحتياجات الاجتماعية والنفسية للمستخدمين بشكل متباين وفقاً لنوع الدعم المطلوب.

جدول (10)
الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) (ن=400)

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادرا	أحيانا	دائما	المدى		العبارات
					ك	%	
78.5%	2.36	63	132	205	ك		الدعم المجتمعي
		15.8%	33%	51.2%	%		
78.4%	2.35	60	139	201	ك		
		15%	34.8%	50.2%	%		
77.7%	2.33	66	136	198	ك		
		16.5%	34%	49.5%	%		
75.2%	2.26	71	156	173	ك		
		17.8%	39%	43.2%	%		
80.2%	2.41	49	140	211	ك		الدعم الأسري
		12.3%	35%	52.7%	%		
78.6%	2.36	56	145	199	ك		
		14%	36.3%	49.7%	%		
77.7%	2.33	60	148	192	ك		
		15%	37%	48%	%		
76.2%	2.29	64	158	178	ك		
		16%	39.5%	44.5%	%		
76%	2.28	63	162	175	ك		
		15.8%	40.5%	43.7%	%		
71.5%	2.15	88	166	146	ك		
		22%	41.5%	36.5%	%		

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادرًا	أحيانًا	دائمًا	المدى		العبارات
					ك	٪	
77.5٪	2.33	60	150	190	ك		دعم الأصدقاء
		15٪	37.5٪	47.5٪	٪		
77.2٪	2.32	60	153	187	ك		
		15٪	38.3٪	46.7٪	٪		
75٪	2.25	72	156	172	ك		
		18٪	39٪	43٪	٪		
65.2٪	1.96	119	180	101	ك		
		29.7٪	45٪	25.3٪	٪		

تكشف بيانات الجدول (10) عن مستوى الدعم الاجتماعي الذي يحظى به الأفراد من المجتمع، والأسرة، والأصدقاء. بدايةً مع الدعم المجتمعي، تبرز عبارة "يوجد لدي شخص خاص أستطيع أن أشاركه أحزاني وأفراحي" في مقدمة العبارات ضمن هذه الفئة، حيث سجلت متوسطًا حسابيًا (2.36) ووزنًا نسبيًا (78.5٪)؛ مما يعكس توافر علاقات اجتماعية شخصية قوية لدى نسبة كبيرة من المبحوثين، وهي علاقات تتيح تبادل المشاعر والتجارب مما يخفف من الضغوط النفسية. تليها عبارة "يوجد دائمًا شخص ذو مكانة خاصة حولي عندما أحتاجه" بمتوسط حسابي (2.35) ووزن نسبي (78.4٪)، في إشارة إلى شعور مرتفع بالثقة في توفر دعم اجتماعي وقت الحاجة. أما عبارة "يوجد شخص ما يعد مصدرًا للراحة النفسية بالنسبة لي" فقد سجلت متوسطًا (2.33) ووزنًا نسبيًا (77.7٪)؛ مما يدل على أن أغلب المبحوثين يملكون علاقات داعمة تسهم في تحقيق الاستقرار النفسي. في المقابل، جاءت عبارة "يوجد شخص يعتني بمشاعري" بمتوسط حسابي أقل بلغ (2.26) ووزن نسبي (75.2٪)؛ مما يشير إلى أن العناية المباشرة بالمشاعر من قبل الآخرين قد تكون أقل حضورًا مقارنة ببقية مظاهر الدعم المجتمعي.

بالانتقال إلى الدعم الأسري، يتصدر المشهد عبارة "أسرتي تقدّم لي المساعدة عند الحاجة" التي حقّقت أعلى متوسط حسابي في الجدول (2.41) ووزن نسبي (80.2٪)، مؤكدة على أن الأسرة تؤدي دوراً محورياً في توفير الدعم العملي للمبحوثين. تليها عبارة "دائماً ما ألتقى التشجيع من أفراد أسرتي عند القدوم لعمل ما" بمتوسط حسابي (2.36) ووزن نسبي (78.6٪)؛ مما يعكس بيئة أسرية مشجعة ومحفزة للأفراد على خوض تجارب جديدة. كذلك، سجلت عبارة "أستطيع الاعتماد على أفراد أسرتي عندما أتعرض لمواقف خاطئة" متوسطاً (2.33) ووزناً نسبياً (77.7٪)؛ مما يشير إلى توفر الإسناد الأسري في أوقات الأزمات أو التعرض للمشكلات. أما عبارة "أستمد المساندة العاطفية من أسرتي" فجاءت بمتوسط (2.29) ووزن نسبي (76.2٪)، وهو ما يكشف عن قدرة الأسرة على توفير دعم نفسي وعاطفي مقبول إلى حد جيد. وحققت عبارة "يقوم أفراد أسرتي في مساعدتي على اتخاذ القرارات" متوسطاً حسابياً (2.28) ووزناً نسبياً (76٪)؛ مما يؤكد استمرار الدور الإرشادي للأسرة. وعلى الرغم من ذلك، فإن عبارة "أستطيع التحدث عن مشاكلتي مع أفراد أسرتي" جاءت بأدنى متوسط حسابي (2.15) ووزن نسبي (71.5٪) ضمن مجموعة الدعم الأسري؛ ما يشير إلى وجود بعض القيود أو التحفظات في البوح بالمشاكل الخاصة داخل إطار الأسرة.

أما فيما يتعلق بدعم الأصدقاء، فقد جاءت عبارة "لديّ أصدقاء أستطيع مشاركتهم في أفراحي وأحزاني" في المقدمة بمتوسط حسابي (2.33) ووزن نسبي (77.5٪)؛ مما يدل على توافر شبكة علاقات صديقة قادرة على تلبية الحاجات الاجتماعية والعاطفية للمبحوثين. تليها عبارة "أجد التشجيع والثناء من أصدقائي عند القيام بخطوة مهمة في حياتي" بمتوسط حسابي (2.32) ووزن نسبي (77.2٪)؛ مما يكشف عن دور الأصدقاء في تقديم الدعم التحفيزي الذي يدفع المبحوثين إلى تحقيق طموحاتهم. كما سجلت عبارة "أستطيع التحدث بثقة مع أصدقائي عند مواجهة مشكلاتي" متوسطاً حسابياً (2.25) ووزناً نسبياً (75٪)، ما يعكس مستوى متوسطاً من الثقة في الأصدقاء لمشاركة الهموم والمشكلات. ومع ذلك، أظهرت عبارة "أعتمد على أصدقائي في اتخاذ القرارات الهامة" أدنى متوسط حسابي (1.96) ووزناً نسبياً

(2.65%) ضمن مجموعة دعم الأصدقاء؛ مما يشير إلى تحفظ واضح من قبل المبحوثين في الاستناد إلى آرائهم عند اتخاذ قرارات حياتية مهمة، وهو ما قد يعود إلى رغبتهم في الاحتفاظ بالقرارات المصيرية ضمن إطار الأسرة أو بمفردهم.

بصورة إجمالية، توضح بيانات الجدول أن الدعم الأسري يحتل المرتبة الأولى من حيث القوة والاعتماد عليه، يليه الدعم المجتمعي بدرجة متقاربة، في حين جاء دعم الأصدقاء بدرجة أقل خاصة في الأمور المتعلقة بالقرارات المهمة؛ مما يعكس أن العلاقات الاجتماعية مهما بلغت قوتها، إلا أن الثقة الأكبر تظل محفوظة ضمن نطاق الأسرة.

ثانياً: نتائج اختبار الفروض البحثية:

الفرض الأول: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مدى التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول (11)

معنوية العلاقة الارتباطية بين مدى التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي

متغيرات الاقتران	معامل بيرسون	مستوى المعنوية
الدعم المجتمعي	0.044	0.380
الدعم الأسري	0.016	0.743
دعم الأصدقاء	0.035	0.485

تكشف بيانات الجدول السابق عن العلاقة الارتباطية بين مدى التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي وأشكال الدعم الاجتماعي المختلفة، مثل الدعم المجتمعي، الدعم الأسري، ودعم الأصدقاء. وفقاً للنواتج الكمية التي تم الحصول عليها باستخدام معامل بيرسون، نلاحظ أن القيم المرتبطة بالدعم المجتمعي (0.044)، والدعم الأسري (0.016)، ودعم الأصدقاء (0.035) جميعها تعكس علاقات غير معنوية. كما أن مستوى المعنوية في جميع الحالات يتجاوز الحد التقليدي البالغ 0.05، وهو ما يشير إلى أن هذه العلاقات لا تظهر أي دلالة إحصائية.

عند تحليل هذه النتائج بشكلٍ أعمق، يمكننا استنتاج أن التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي لا يرتبط ارتباطاً ذا دلالة إحصائية بأي شكلٍ من أشكال الدعم الاجتماعي المتمثل في الدعم المجتمعي، الأسري، أو دعم الأصدقاء. بمعنى آخر، لا يوجد دليلٌ قويٌّ يشير إلى أن وجود هذه الصفحات له تأثير مباشر أو معنوي على مستوى الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه الأفراد في هذه الأبعاد.

وبناءً على هذه النتيجة، يمكننا القول بأن الفرض القائل بوجود علاقة ارتباطية معنوية بين التعرض لصفحات الاستشارات النفسية والدعم الاجتماعي المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي قد تم رفضه.

وتقترب هذه النتيجة مع ما انتهت إليه دراسة كاميليا عبد السلام (2021) (59) من وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مدى استخدام المبحوثين لمواقع التواصل الاجتماعي لمعرفة أخبار كورونا ورأيهم في تأثير الفيس بوك على علاقاتهم الأسرية خلال فترة الحظر.

الفرض الثاني: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين دوافع التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول (12)

معنوية العلاقة الارتباطية بين دوافع التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي

متغيرات الاقتران	معامل بيرسون	مستوى المعنوية
الدعم المجتمعي	0.290**	0.000
الدعم الأسري	0.232**	0.000
دعم الأصدقاء	0.271**	0.000
** دال عند مستوى معنوية 0.01		

تكشف بيانات الجدول السابق عن العلاقة الارتباطية بين دوافع التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي وأشكال الدعم الاجتماعي المختلفة، وهي الدعم المجتمعي، الدعم الأسري، ودعم الأصدقاء. تظهر القيم

الخاصة بمعامل بيرسون في الجدول وجود علاقات إيجابية معتدلة بين دوافع التعرض لصفحات الاستشارات النفسية والدعم الاجتماعي في هذه الأبعاد. حيث جاءت القيم على النحو التالي: الدعم المجتمعي (0.290)، الدعم الأسري (0.232)، ودعم الأصدقاء (0.271)، وجميعها دالة عند مستوى معنوية 0.000.

من خلال تحليل هذه النتائج، نجد أن هناك ارتباطاً إيجابياً معنوياً بين دوافع التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي وأشكال الدعم الاجتماعي الثلاثة. وهذا يعني أن الأفراد الذين لديهم دوافع أقوى للتعرض لهذه الصفحات يميلون إلى تلقي دعم اجتماعي أكبر، سواء من المجتمع أو الأسرة أو الأصدقاء. كما أن جميع العلاقات تم إثبات معنويتها عند مستوى 0.01؛ مما يعزز من قوة هذا الارتباط ويؤكد على أنه ليس مجرد صدفة.

استناداً إلى هذه النتيجة، يمكن القول إن دوافع التعرض لصفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي لها علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية مع أنواع الدعم الاجتماعي المختلفة. وبالتالي، يمكن القول بأن الفرض الذي ينص على وجود علاقة ارتباطية معنوية بين دوافع التعرض لصفحات الاستشارات النفسية والدعم الاجتماعي قد تم قبوله.

تتفق هذه النتيجة مع ما خلصت إليه دراسة كاتيلين لونغست وجين ساني كاج (٢٠٢٢) ⁽⁶⁰⁾ التي طُبِّقت على شباب بين 18 و25 سنة من معنوية العلاقة الارتباطية بين دوافعهم لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستويات الدعم الاجتماعي الذي يحصلون عليه عبر هذه المنصات؛ مما يشير إلى أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لا يقتصر على الترفيه أو التواصل، بل يمتد ليشكل مصدراً فعالاً للدعم النفسي والاجتماعي لدى هذه الفئة السنية.

الفرض الثالث: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول (13)

معنوية العلاقة الارتباطية بين معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي

متغيرات الاقتران	الدعم المجتمعي	الدعم الأسري	دعم الأصدقاء
فيسبوك	معامل بيرسون	0.195**	0.143**
	مستوى المعنوية	0.000	0.004
اكس X	معامل بيرسون	0.010	0.070
	مستوى المعنوية	0.847	0.165
تيك توك	معامل بيرسون	0.195**	0.173**
	مستوى المعنوية	0.000	0.003
إنستجرام	معامل بيرسون	0.225**	0.206**
	مستوى المعنوية	0.000	0.000
لينكد	معامل بيرسون	-0.034	0.052
	مستوى المعنوية	0.494	0.298
** دال عند مستوى معنوية 0.01			

تعرض بيانات الجدول السابق القيم الكمية لمعنوية العلاقة الارتباطية بين معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي المختلفة وأشكال الدعم الاجتماعي المتنوعة، مثل الدعم المجتمعي، الأسري، ودعم الأصدقاء. يظهر الجدول أن هناك علاقات معنوية إيجابية بين معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية عبر منصات معينة مثل فيسبوك، تيك توك، وإنستجرام والدعم الاجتماعي، في حين أن هناك غياباً للعلاقة المعنوية في بعض المنصات الأخرى مثل إكس (X) ولينكد إن. بالنسبة لفيسبوك، تظهر جميع القيم الخاصة بالمعاملات الارتباطية (معامل بيرسون) دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01، حيث كانت العلاقات مع الدعم المجتمعي (0.206)، الدعم الأسري (0.195)، ودعم الأصدقاء (0.143) إيجابية

ودالة. هذا يشير إلى أن زيادة معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية عبر فيسبوك يرتبط بزيادة في مستوى الدعم الاجتماعي في هذه الأبعاد.

أما بالنسبة لتيك توك، فتتراوح قيم معاملات بيرسون بين (0.195) للدعم المجتمعي و(0.173) لدعم الأصدقاء، مع دلالة معنوية واضحة في جميع الأبعاد (مستوى معنوية 0.01). هذا يشير إلى أن متابعة صفحات الاستشارات النفسية عبر تيك توك أيضاً ترتبط بشكل إيجابي مع الدعم الاجتماعي، خاصة في الدعم المجتمعي ودعم الأصدقاء.

وفيما يخص إنستجرام، فالعلاقات بين معدل المتابعة والدعم الاجتماعي كانت إيجابية أيضاً ودالة إحصائياً في جميع الأبعاد (الدعم المجتمعي: 0.225، الدعم الأسري: 0.200، دعم الأصدقاء: 0.206)؛ مما يدل على أن متابعة صفحات الاستشارات النفسية على هذه المنصة ترتبط بزيادة الدعم الاجتماعي بشكل عام. أما في منصات إكس (X) ولينكد إن، تظهر النتائج غياباً تاماً للعلاقات المعنوية. حيث كانت قيم معاملات بيرسون غير دالة في كل من دعم المجتمع، الأسري، ودعم الأصدقاء؛ مما يعني أن معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية على هذه المنصات لا يرتبط بشكل معنوي مع الدعم الاجتماعي.

من هذه النتيجة يمكن القول إن اختبار صحة الفرض الثالث القائل بمعنوية العلاقة الارتباطية بين معدل متابعة صفحات الاستشارات النفسية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي - الأسري - الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي قد انتهى إلى ثبوت صحته بشكل جزئي.

وكانت دراسة عبير محمود (٢٠٢١) ⁽⁶¹⁾ قد توصلت إلى إن التعرض لموقع فيسبوك باعتباره أهم مصادر الحصول على المعلومات الطبية والصحية لدى المبحوثين يرتبط بدلالة إحصائية بارتفاع مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة جيهان سارنبيل.

الفرض الرابع: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين خصائص مضمون المحتوى النفسي المقدم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول (14)

معنوية العلاقة الارتباطية بين خصائص مضمون المحتوى النفسي المقدم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي

متغيرات الاقتران	معامل بيرسون	مستوى المعنوية
الدعم المجتمعي	0.375**	0.000
الدعم الأسري	0.365**	0.000
دعم الأصدقاء	0.321**	0.000
** دال عند مستوى معنوية 0.01		

تكشف بيانات الجدول السابق عن العلاقة الارتباطية بين خصائص مضمون المحتوى النفسي المقدم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي ومستويات الدعم الاجتماعي المختلفة، وتشير النتائج بوضوح إلى وجود علاقات ارتباطية إيجابية وذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 في جميع الأبعاد الثلاثة للدعم الاجتماعي. فقد بلغ معامل الارتباط مع الدعم المجتمعي (0.375)، ومع الدعم الأسري (0.365)، ومع دعم الأصدقاء (0.321)، وهي نسب تعكس علاقة ارتباطية معتدلة ومتقاربة القوة.

تشير هذه النتائج إلى أن تميز خصائص المحتوى النفسي، مثل المصداقية، والوضوح، والتنوع، ومراعاة السياق الثقافي والاجتماعي، يسهم في تعزيز الإحساس بالدعم الاجتماعي لدى الأفراد، سواء على مستوى المجتمع، أو داخل الأسرة، أو في إطار العلاقات مع الأصدقاء. فكلما ازداد تقييم المتابعين لجودة هذا المحتوى، زاد شعورهم بأنهم يحظون بمساندة اجتماعية من مختلف الجهات المحيطة بهم. ويحتمل أن هذا يعود إلى أن المحتوى النفسي الجيد يزودهم باستراتيجيات ومهارات للتواصل الفعال، وفهم الذات والآخرين، وإدارة المشكلات النفسية والاجتماعية، مما ينعكس بدوره على جودة علاقاتهم الاجتماعية.

من هذه النتيجة يمكن القول إن اختبار صحة الفرض الرابع القائل بمعنوية العلاقة الارتباطية بين خصائص مضمون المحتوى النفسي المُقدّم من خلال الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي قد انتهى إلى ثبوت صحته بشكل كلي.

وتتسق هذه النتيجة مع ما انتهت إليه دراسة محمد العنزي، نوره العنزي (2019) ⁽⁶²⁾ من أن المحتوى النفسي الرقمي يؤدي دوراً مهماً في تحقيق الصحة النفسية للمرأة السعودية، حيث تمثل وسائل التواصل الاجتماعي مصدراً فاعلاً للدعم النفسي والاجتماعي، خاصة لدى الفئات العمرية الشابة.

الفرض الخامس: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين شكل المحتوى النفسي من خلال صفحات التواصل الاجتماعي والمصداقية والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول (15)

معنوية العلاقة الارتباطية بين شكل المحتوى النفسي من خلال صفحات التواصل الاجتماعي والمصداقية والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي

متغيرات الاقتران	معامل بيرسون	مستوى المعنوية
الدعم المجتمعي	0.395**	0.000
الدعم الأسري	0.404**	0.000
دعم الأصدقاء	0.346**	0.000
** دال عند مستوى معنوية 0.01		

تعرض بيانات الجدول السابق العلاقة الارتباطية بين شكل المحتوى النفسي المُقدّم عبر صفحات التواصل الاجتماعي من جهة، وكل من المصداقية والدعم الاجتماعي في أبعاده الثلاثة (المجتمعي، الأسري، ودعم الأصدقاء) من جهة أخرى. وتشير النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية قوية عند مستوى معنوية 0.01 في جميع الأبعاد. فقد بلغ معامل الارتباط بين شكل المحتوى والدعم المجتمعي

(0.395)، وبين شكل المحتوى والدعم الأسري (0.404)، أما العلاقة مع دعم الأصدقاء فبلغت (0.346)، وهي جميعها نسب تُعد متوسطة إلى قوية. تدل هذه النتائج على أن شكل المحتوى النفسي- ويُقصد به هنا العناصر البصرية والإخراجية مثل التصميم، الألوان، الطرح بأسلوب إنفوجرافيك أو فيديو قصير أو منشور مكتوب بطريقة منظمة وجاذبة- له تأثير واضح في تعزيز إدراك الأفراد لمصداقية المحتوى، وبالتالي انعكاس هذا الإدراك على شعورهم بالحصول على دعم اجتماعي. إذ كلما كان شكل المحتوى أكثر تنظيماً ووضوحاً وجاذبية، ازداد تصور الأفراد لمصداقيته، وشعروا بأنهم يتلقون دعماً من المجتمع المحيط، سواء من الأسرة أو الأصدقاء.

من هذه النتيجة يمكن القول إن اختبار صحة الفرض الخامس القائل بمعنوية العلاقة الارتباطية بين شكل المحتوى النفسي من خلال صفحات التواصل الاجتماعي والمصداقية والدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي قد انتهى إلى ثبوت صحته بشكلٍ كلي.

وتتفق الدراسة في هذه النتيجة مع ما انتهت إليه دراسة عبد الله العمري، وسارة الحميدي (2021)⁽⁶³⁾ التي بحثت دور الإعلام الرقمي في نشر الوعي الصحي النفسي لدى الشباب السعودي، حيث تتقاطع مع ما أظهرته نتائج هذه الدراسة من أهمية الشكل المهني والمنظم للمحتوى في تعزيز مصداقيته وفاعليته النفسية والاجتماعية.

الفرض السادس: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب خصائصهم الديموجرافية (النوع، والسِّن، والمستوى التعليمي، والمستوى الاقتصادي) في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول (16)

معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب النوع في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي (ن=400)

أنواع الدعم الاجتماعي	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى المعنوية
الدعم المجتمعي	ذكر	97	8.56	2.500	-	398	0.001
	أنثى	303	9.53	2.534	3.296		
الدعم الأسري	ذكر	97	13.00	3.559	-	398	0.014
	أنثى	303	14.06	3.712	2.471		
دعم الأصدقاء	ذكر	97	8.48	2.283	-	398	0.090
	أنثى	303	8.96	2.457	1.700		

لاختبار معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب النوع في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، وبالنظر إلى أن المتغير التابع ثنائي المجموعة، استخدمت الباحثة اختبار "ت" لتحقيق هذا الغرض. وتكشف النواتج الكمية المبينة في الجدول (16) عن النتائج التالية:

- معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب النوع في الدعم المجتمعي المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة ت -3.296، وهي قيمة دالة إحصائية عند درجة حرية 398 ومستوى معنوية 0.001. وقد كانت هذه الفروق لصالح مجموعة الإناث بمتوسط حسابي 9.53 مقارنة بمجموعة الذكور بمتوسط حسابي 8.56. ما يعني أن الإناث يتلقين دعماً مجتمعياً من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي أكبر مما يتلقاه الذكور، وهذا بدلالة إحصائية. يشير ذلك إلى أن الإناث يشعرون بأنهن يتلقين دعماً مجتمعياً أكبر نتيجة متابعتهن لصفحات الاستشارات النفسية، وهو ما قد يعزى

إلى طبيعة التفاعل المجتمعي في هذه الصفحات الذي ربما يكون أكثر اتساقاً مع حاجات الإناث الاجتماعية والنفسية، أو إلى درجة الانخراط العاطفي الأعلى لدى الإناث في مثل هذه المجتمعات الرقمية.

- معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب النوع في الدعم الأسري المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة $t = -2.471$ ، وهي قيمة دالة إحصائياً عند درجة حرية 398 ومستوى معنوية 0.014. وقد كانت هذه الفروق لصالح مجموعة الإناث بمتوسط حسابي 14 مقارنة بمجموعة الذكور بمتوسط حسابي 13. هذا يشير إلى أن الإناث يدركن دعماً أسرياً أكبر كنتيجة لمتابعة محتوى الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي. ويُفسر هذا التفوق المحتمل في إدراك الدعم الأسري لدى الإناث بكونهن أكثر ميلاً للتفاعل مع الرسائل النفسية الموجهة للأسرة، أو إلى اختلافات نمطية في أنماط التلقي والتفسير الاجتماعي بين الجنسين.
- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب النوع في دعم الأصدقاء المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة $t = -1.700$ ، وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05). ويدل ذلك على تقارب إدراك الذكور والإناث لمستوى الدعم المُقدم من الأصدقاء في سياق متابعتهم لصفحات الاستشارات النفسية، مما قد يشير إلى أن هذا النوع من الدعم لا يتأثر بشكل كبير بنوع الجنس مقارنة بأنواع الدعم الأخرى، أو إلى أن آليات تكوين الصداقات وتلقي الدعم من الأصدقاء تتشابه في العالم الرقمي بين الذكور والإناث.

جدول (17)

معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب المستوى التعليمي في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي (ن=400)

أنواع الدعم الاجتماعي	المستوى التعليمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى المعنوية
الدعم المجتمعي	جامعي	390	9.29	2.573	-	398	0.893
	دراسات عليا	10	9.40	1.897	0.134		
الدعم الأسري	جامعي	390	13.82	3.714	0.435	398	0.664
	دراسات عليا	10	13.30	3.164			
دعم الأصدقاء	جامعي	390	8.83	2.427	-	398	0.320
	دراسات عليا	10	9.60	2.171	0.995		

لاختبار معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب المستوى التعليمي في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، وبالنظر إلى أن المتغير التابع ثنائي المجموعة، استخدمت الباحثة اختبار "ت" لتحقيق هذا الغرض. وتكشف النتائج الكمية المبينة في الجدول (17) عن النتائج التالية:

- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب المستوى التعليمي في الدعم المجتمعي المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة ت-0.134، وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05). ويعكس هذا الاستنتاج أن المستوى التعليمي لا يبدو عاملاً فارقاً في إدراك الأفراد للدعم المجتمعي في هذا السياق. وربما يفهم من ذلك أن المحتوى المنشور على صفحات الاستشارات النفسية- باعتباره موجهاً لجمهور واسع- لا يميز بين فئات تعليمية، أو أن المتابعين يتلقونه بطريقة متقاربة، بغض النظر عن تحصيلهم الأكاديمي.

- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب المستوى التعليمي في الدعم الأسري المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة ت 0.435، وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05). وقد يعود ذلك إلى أن الدعم الأسري يستمد غالباً من

طبيعة العلاقات الشخصية في البيئة المنزلية والاجتماعية المباشرة، وهي علاقات لا تتأثر بالضرورة بتحصيل الفرد العلمي، وإنما بتفاعلات أكثر حميمية تتجاوز التمايزات التعليمية.

- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب المستوى التعليمي في دعم الأصدقاء المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة ت-0.995، وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05). وربما يفهم من ذلك أن الصداقات في الفضاء الرقمي تميل لأن تكون أفقية أكثر منها هرمية، أي أنها تقوم على القواسم المشتركة والاهتمامات النفسية أو الاجتماعية، لا على الفروق التعليمية.

جدول (18)

معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب السن في الدعم الاجتماعي (المجتمعي-الأسري-الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي (ن=400)

أنواع الدعم الاجتماعي	السن	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ف	درجتي الحرية	مستوى المعنوية
الدعم المجتمعي	أقل من 20 سنة	185	9.18	2.631	0.571	4 395	0.684
	20 لأقل من 30 سنة	203	9.34	2.509			
	30 لأقل من 40 سنة	3	10.33	2.082			
	لأقل من 50 سنة	6	10.50	2.510			
	50 سنة فأكثر	3	9.00	2.000			
الدعم الأسري	أقل من 20 سنة	185	13.78	3.753	0.420	4 395	0.794
	20 لأقل من 30 سنة	203	13.75	3.693			
	30 لأقل من 40 سنة	3	15.00	3.606			
	لأقل من 50 سنة	6	15.50	3.209			
	50 سنة فأكثر	3	14.33	2.517			
دعم الأصدقاء	أقل من 20 سنة	185	8.82	2.340	1.120	4 395	0.306
	20 لأقل من 30 سنة	203	8.84	2.479			
	30 لأقل من 40 سنة	3	10.67	1.528			
	لأقل من 50 سنة	6	10.00	2.530			
	50 سنة فأكثر	3	7.00	3.606			

لاختبار معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب السن في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، وبالنظر إلى أن المتغير التابع أكثر من مجموعتين، استخدمت الباحثة اختبار "ف" لتحقيق هذا الغرض. وتكشف النواتج الكمية المبينة في الجدول (18) عن النتائج التالية:

- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب السن في الدعم المجتمعي المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة ف 0.571، وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05). ويشير هذا إلى أن مختلف الأعمار تتلقى أو تدرك نفس المستوى تقريباً من الدعم المجتمعي، ما قد يعزى إلى أن المحتوى النفسي المجتمعي المنشور عبر هذه الصفحات يتسم بالشمولية ولا يستهدف فئة عمرية بعينها.

- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب السن في الدعم الأسري المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة ف 0.420، وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05). وربما يدل ذلك على أن شعور الأفراد بأن أسرهم تدعمهم نفسياً- كما يعزز عبر المحتوى الرقمي- لا يتأثر بالعمر، وإنما بتجاربهم الشخصية وعلاقاتهم الأسرية الواقعية، دون اعتبار للعمر كمؤشر فارق.

- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب السن في دعم الأصدقاء المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة ف 1.120 وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05). ويفهم من ذلك أن طبيعة الصداقة والدعم الرقمي المرتبط بها قد باتت نمطاً مشتركاً بين الأعمار، خاصة في ظل تزايد الاعتماد على الوسائط الرقمية للتواصل والدعم العاطفي بين الأصدقاء في مختلف المراحل العمرية.

جدول (19)

معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب المستوى الاقتصادي في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي (ن=400)

أنواع الدعم الاجتماعي	المستوى الاقتصادي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ف	درجتي الحرية	مستوى المعنوية
الدعم المجتمعي	منخفض	123	9.36	2.596	0.065	2 397	0.937
	متوسط	154	9.25	2.500			
	مرتفع	123	9.28	2.607			
الدعم الأسري	منخفض	123	13.83	3.754	0.687	2 397	0.504
	متوسط	154	13.56	3.651			
	مرتفع	123	14.08	3.712			
دعم الأصدقاء	منخفض	123	8.67	2.514	0.707	2 397	0.494
	متوسط	154	8.83	2.340			
	مرتفع	123	9.04	2.434			

لاختبار معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب المستوى الاقتصادي في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، وبالنظر إلى أن المتغير التابع أكثر من مجموعتين، استخدمت الباحثة اختبار "ف" لتحقيق هذا الغرض. وتكشف النتائج الكمية المبينة في الجدول (19) عن النتائج التالية:

- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب السن في الدعم المجتمعي المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة ف 0.937، وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05).
- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب السن في الدعم الأسري المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة ف 0.687، وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05).

- عدم معنوية الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب السن في دعم الأصدقاء المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث بلغت قيمة F 0.707، وهي قيمة غير دالة إحصائياً (مستوى المعنوية أكبر من 0.05).

من مجمل هذه النتائج التي كشفتها الجداول من (16) إلى (19) والتعليق عليها يمكن القول إن اختبار صحة الفرض السادس القائل بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب خصائصهم الديموجرافية (النوع، والسن، والمستوى التعليمي، والمستوى الاقتصادي) في الدعم الاجتماعي (المجتمعي- الأسري- الأصدقاء) المتحقق من متابعة صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي قد انتهى إلى ثبوت صحته بشكل جزئي.

مناقشة نتائج الدراسة:

تتعلق نتائج الدراسة بالتفاعل مع الصفحات المتخصصة في الاستشارات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي، وقد أظهرت النتائج نمطاً متنوعاً في مستوى التفاعل والتعرض لهذه الصفحات. تمثل هذه النتائج فرصة لفهم أعمق لكيفية تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الأفراد في سياق الدعم الاجتماعي المدرك. وهنا، يمكننا تحليل هذه النتائج بناءً على النظرية الإطار النظري الذي يعتمد على مفهوم الدعم الاجتماعي المدرك، والذي يفترض أن الأفراد يضعون قيمة كبيرة على وجود شبكة من الدعم النفسي؛ سواء كانت مادية أو معنوية، ويعتمدون على إدراكهم بوجود هذا الدعم كعامل مساعد في إدارة ضغوط الحياة.

أظهرت نتائج الدراسة أن معظم الأفراد يتعرضون لصفحات الاستشارات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي بدرجة متوسطة أو منخفضة، ما يشير إلى أن هؤلاء الأفراد يدركون وجود هذه الصفحات كخيار متاح لهم في حال الحاجة، لكنهم لا يتفاعلون معها بشكل مستمر أو مفرط. في إطار نظرية الدعم الاجتماعي المدرك، يشير هذا إلى أن الدعم الاجتماعي لا يتمثل فقط في التفاعل الفعلي المباشر مع الأفراد أو الصفحات، بل يمكن أن يكمن في إدراك الأفراد لوجود هذا الدعم في بيئتهم. بمعنى آخر،

حتى وإن كان التفاعل مع هذه الصفحات محدوداً، فإن مجرد العلم بوجودها يمكن أن يكون مصدراً للأمان النفسي والراحة، حيث يطمئن الفرد إلى أنه يمكنه اللجوء إليها في حال تعرضه لمواقف ضاغطة أو صعبة. هذا الإدراك يمكن أن يؤدي دوراً محورياً في تقليل مستويات القلق والتوتر، حيث يزيل الشعور بالعزلة الاجتماعية ويعزز الثقة بالنفس. الجانب الآخر المهم الذي أظهرته الدراسة هو دوافع الأفراد للتفاعل مع هذه الصفحات. وجدت الدراسة أن الأفراد يفضلون بشكل عام التفاعل مع الصفحات التي توفر لهم دعماً عاطفياً وتفهماً لمشاكلهم النفسية. هذا يتماشى مع نظرية الدعم الاجتماعي المدرك، حيث إن الأفراد يبحثون عن الشعور بالقبول والتفهم من قبل الآخرين، وليس بالضرورة عن حلول ملموسة أو عملية للمشاكل النفسية التي يواجهونها. فعلى الرغم من أن وسائل التواصل الاجتماعي تُقدم مجموعة من الحلول والاستراتيجيات للتعامل مع المشاعر السلبية أو المشاكل النفسية، إلا أن الغالبية من الأفراد يظهرون تفضيلاً كبيراً للأحاسيس الإيجابية التي توفرها الصفحات، مثل الشعور بالاهتمام، التقدير، والقبول. هذا يمكن أن يفسر لماذا يتفاعل الأفراد مع هذه الصفحات بشكل متقطع أو انتقائي؛ حيث إنهم لا يسعون بالضرورة إلى حل المشكلة بحد ذاتها، بل يبحثون عن الدعم العاطفي الذي يساعدهم في التغلب على الضغوط النفسية أو الشعور بالعزلة.

وفي سياق نتائج الدراسة، يمكن أيضاً تفسير قلة التفاعل مع هذه الصفحات بالنسبة لبعض الأفراد بأنها مرتبطة بآليات التفكير لديهم بشأن الدعم الاجتماعي. وفقاً لنظرية الدعم الاجتماعي المدرك، قد يفضل البعض الحصول على الدعم من مصادر أكثر تقليدية، أو من أشخاص مقربين في حياتهم الشخصية بدلاً من الاعتماد على مصادر رقمية. هذا لا يعني أن الدعم الاجتماعي الرقمي غير فعال أو غير مهم، بل يشير إلى أن بعض الأفراد يفضلون الدعم الاجتماعي الملموس أو الوجيه، حيث يمكنهم بناء علاقة أعمق وأكثر استدامة مع من يقدم لهم هذا الدعم. من ناحية أخرى، يمكن تفسير ارتفاع مستويات التفاعل لدى بعض الأفراد على أنه يتعلق بمدى تأثرهم بالتواجد الرقمي لهذه الصفحات كخيارات سريعة وبسيطة للحصول على الدعم النفسي، أو في

حالات معينة عندما تكون الظروف الاجتماعية والمكانية تحول دون التفاعل مع مصادر الدعم التقليدية.

إلى جانب ذلك، تشير الدراسة إلى أن الشعور بالضغط النفسي أو الضيق العاطفي يؤدي دوراً كبيراً في زيادة التفاعل مع هذه الصفحات. وفقاً لنظرية الدعم الاجتماعي المدرك، فإن الأشخاص الذين يواجهون ضغوطاً نفسية يزداد لديهم استعدادهم للبحث عن مصادر دعم جديدة، ومنها وسائل التواصل الاجتماعي. عندما يشعر الأفراد بأنهم في موقف صعب أو في حالة من الضياع العاطفي، فإنهم قد يلجؤون إلى وسائل التواصل الاجتماعي كأداة للاستراحة النفسية أو للبحث عن المشورة. وبالتالي، لا يرتبط التفاعل مع هذه الصفحات بالضرورة بالعلاقات الشخصية التقليدية، بل يمكن أن يكون نتيجة لحالة نفسية معينة تدفع الفرد إلى البحث عن الحلول التي توفرها هذه الصفحات. وبهذا المعنى، يمكن اعتبار هذه الصفحات كأدوات فعالة لتقديم الدعم النفسي في الأوقات الحرجة، لكن قد لا تكون هي الخيار الأول للأفراد في حياتهم اليومية.

من جانب آخر، يوضح التحليل أن النتائج تشير إلى التفاوت بين الأفراد في استخدام هذه الصفحات. قد يعكس هذا التفاوت اختلافات في الإدراك الشخصي لقيمة الدعم النفسي الرقمي، أو يعبر عن تباين في أساليب التأقلم الاجتماعي والنفسي بين الأفراد. وفقاً لنظرية الدعم الاجتماعي المدرك، يختلف الأفراد في درجة استعدادهم لتلقي الدعم بناءً على تجاربهم السابقة، والبيئة الاجتماعية المحيطة بهم، والثقافة التي نشؤوا فيها. فالأفراد الذين نشأوا في بيئات تشجع على الانفتاح الاجتماعي والتفاعل مع الآخرين قد يكونون أكثر ميلاً للتفاعل مع الصفحات الرقمية للحصول على الدعم. أما الأفراد الذين يفضلون الحفاظ على خصوصيتهم أو الذين يشعرون بعدم الارتياح للتفاعل مع غرباء على الإنترنت، فقد يميلون إلى تقليل تفاعلهم مع هذه الصفحات رغم إدراكهم لوجودها.

من المهم أيضاً أن نأخذ في الاعتبار أن التفاعل المحدود مع هذه الصفحات لا يعني بالضرورة عدم إفادة الأفراد من وجود هذه الصفحات. فوفقاً لنظرية الدعم

الاجتماعي المدرك، يكفي للأفراد أن يدركوا أن هذه الصفحات موجودة كخيار في حال احتاجوا إليها؛ مما يخلق نوعاً من الراحة النفسية والاطمئنان لديهم. قد يتفاوت مدى التفاعل الفعلي، لكن الإدراك بوجود الدعم الاجتماعي على وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن يكون له تأثير وقائي ضد التوتر والضغط النفسية. ولذلك، من المهم أن ننظر إلى التفاعل مع هذه الصفحات باعتباره مؤشراً غير مباشر على وجود شبكة دعم اجتماعي يمكن الاعتماد عليها في المواقف الصعبة.

ومجمل القول تؤكد نتائج الدراسة على أن نظرية الدعم الاجتماعي المدرك تقدم إطاراً قوياً لفهم كيفية تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الأفراد في سياق الدعم النفسي. لا يقتصر الدعم على التفاعل المباشر والمستمر مع الصفحات النفسية، بل يتضمن أيضاً الإدراك بوجود هذه الصفحات كخيار متاح يوفر الطمأنينة والأمان النفسي. كما أن التفاعل مع هذه الصفحات يعتمد بشكل كبير على السياق الاجتماعي والنفسي للفرد؛ مما يعكس تفاوتاً في مستوى الحاجة إلى الدعم بين الأفراد واختلافاً في طرق تأقلمهم مع ضغوط الحياة.

الخاتمة:

في الختام، تكشف الدراسة عن الدور المتنامي لوسائل التواصل الاجتماعي في توفير الدعم الاجتماعي المدرك للأفراد، حيث يظهر أن هذه الوسائل أصبحت بمثابة مصدر أساسي للدعم العاطفي والنفسي في المجتمع المعاصر. وبالرغم من أن التفاعل مع الصفحات النفسية على هذه الوسائل ليس مستمراً أو نشطاً بالنسبة لجميع الأفراد، فإن وجود هذه الصفحات في البيئة الرقمية يسهم بشكل كبير في تعزيز شعور الأفراد بالاطمئنان والأمان النفسي. هذا الشعور ليس فقط نتيجة لحلول أو نصائح عملية تقدمها هذه الصفحات، ولكن أيضاً من خلال الإدراك أن هناك دعماً نفسياً متاحاً في أي وقت يحتاجه الشخص، وهو ما يتوافق مع مفاهيم الدعم الاجتماعي المدرك الذي يعزز من قدرة الأفراد على التكيف مع الضغوط النفسية والاجتماعية.

لقد أظهرت النتائج أن التفاعل مع الصفحات النفسية على وسائل التواصل الاجتماعي يتأثر بالعديد من العوامل الشخصية والبيئية، مثل الظروف النفسية للفرد

واحتياجاته العاطفية. وقد يكون من بين هذه العوامل الأكثر تأثيراً، إدراك الأفراد للسلامة والخصوصية التي توفرها هذه الصفحات؛ مما يجعلهم أكثر استعداداً للبحث عن الدعم عند الحاجة. بينما تظل فكرة الحصول على مشورة نفسية من مصدر رقمي غريب نوعاً ما لدى البعض، إلا أن النمو المستمر لهذه المنصات يشير إلى قبول متزايد من قبل المجتمع لهذه الوسيلة الجديدة في تقديم الدعم. وهذا يتناسب مع الاتجاهات الحديثة في علم النفس الاجتماعي التي تشير إلى أن الدعم الاجتماعي المدرك لا يعتمد فقط على الأفعال الفعلية للدعم، بل أيضاً على الشعور بالإمكانية والوصول إلى مصادر الدعم عندما يكون الشخص في حاجة إليها.

ومن الجدير بالذكر أن هذه الدراسة تسلط الضوء على التفاوتات الفردية في تفاعل الأفراد مع الدعم الاجتماعي المدرك عبر منصات وسائل التواصل الاجتماعي. فالاستجابة لمثل هذا النوع من الدعم ليست موحدة، وإنما تعتمد بشكل كبير على مجموعة من العوامل الداخلية والخارجية التي تؤثر على الأفراد بطرق متعددة. ففي الوقت الذي يعتبر البعض أن هذه المنصات الرقمية توفر لهم دعماً فعالاً، قد يشعر آخرون بأنها غير كافية أو حتى سطحية؛ مما يشير إلى أهمية تكامل الدعم الرقمي مع مصادر دعم أخرى، مثل الدعم الاجتماعي التقليدي أو الدعم الأسري، لتحقيق أفضل النتائج النفسية والاجتماعية.

إن هذا التنوع في ردود الأفعال تجاه وسائل التواصل الاجتماعي يشير إلى ضرورة فهم أعمق للسياقات الاجتماعية والثقافية التي تنشأ فيها هذه التفاعلات. وبالتالي، يمكن أن تسهم هذه الدراسة في توجيه السياسات الصحية والنفسية لتطوير برامج دعم اجتماعي موجهة عبر الإنترنت، مع مراعاة احتياجات وتفضيلات الأفراد المختلفة. علاوة على ذلك، يمكن أن يكون لهذه النتائج أهمية خاصة في ظل التحديات النفسية التي تزايدت في السنوات الأخيرة، بما في ذلك مشاعر العزلة الاجتماعية والضغط النفسي الناتجة عن الأزمات المختلفة.

من خلال هذا البحث، يتضح أن الدعم الاجتماعي المدرك ليس مجرد وجود صفحات استشارية على منصات التواصل الاجتماعي، بل يتعلق بالقدرة على الوصول إلى

هذه الصفحات بسهولة، والتفاعل معها وفقاً لاحتياجات الأفراد في لحظات معينة. ولهذا السبب، يجب أن تتم دراسة هذه الظاهرة بشكل موسع؛ للتمكن من تحسين فعالية هذه المنصات كمصادر للدعم النفسي والاجتماعي، وتحقيق أقصى إفادة منها في مجال الصحة النفسية.

وفي النهاية، يمكن القول إن هذه الدراسة تفتح أفقاً جديدة في فهم العلاقة بين وسائل التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي المدرك. وبينما توضح النتائج أن هذه المنصات توفر مستوى من الدعم النفسي، إلا أنها تشير أيضاً إلى الحاجة إلى تطوير آليات وبرامج تجعل من هذه الصفحات أكثر تفاعلاً وفعالية في تقديم الدعم النفسي للأفراد.

التوصيات:

بالاستناد إلى نتائج الدراسة وإلى ما تفرضه المسؤولية العلمية والمجتمعية تجاه ظاهرة لجوء المستخدمين إلى صفحات الاستشارات النفسية على مواقع التواصل الاجتماعي طلباً للدعم الاجتماعي، يمكن اقتراح التوصيات التالية:

1. التأكيد على أهمية الاستخدام الواعي لصفحات الدعم النفسي: ينبغي تنمية وعي المستخدمين بأن صفحات الدعم النفسي على وسائل التواصل الاجتماعي تمثل وسيلة داعمة، لا بد أن يُحسن استخدامها، وألا تُعتمد بوصفها بديلاً عن الاستشارة النفسية المهنية عند الضرورة، بل أن تكون جزءاً من منظومة متكاملة للدعم النفسي والاجتماعي.
2. تحذير المستخدمين من الاعتماد الكامل على المحتوى غير المتخصص: من الضروري التوعية بمخاطر الاعتماد على صفحات يديرها أشخاص غير مؤهلين نفسياً أو أكاديمياً؛ لما لذلك من أثر سلبي على الصحة النفسية للمستخدمين، خاصة من الفئات الضعيفة أو الأكثر هشاشة.
3. التشديد على ضرورة إشراف متخصصين على الصفحات النفسية: يجب أن يكون تقديم الاستشارات النفسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي حكراً على

- مختصين مرخصين في علم النفس أو الإرشاد النفسي، وأن يتم إعلان مؤهلات المشرفين على هذه الصفحات بشفافية تامة للمستخدمين.
4. تشجيع المؤسسات الأكاديمية على إطلاق مبادرات للدعم النفسي الرقمي: يُوصى بأن تتولّى الجامعات وكليات الطب والعلوم النفسية إنشاء وإدارة صفحات تواصل اجتماعي تقدم محتوى نفسياً موثقاً ومبنياً على أسس علمية، يتولّى إعداده أساتذة وممارسون مؤهلون.
5. دعم مبادرات المؤسسات الدينية في تقديم الدعم النفسي والاجتماعي: نظراً لما تتمتع به المؤسسات الدينية من قبول وثقة اجتماعية، يُوصى بأن تتخبط في إنشاء منصات للدعم الاجتماعي تعزز قيم الأمل والصبر والتكافل، مع الاستعانة باختصاصيين نفسيين لضمان توازن الخطاب الديني والعلمي.
6. ضرورة تدخل الجهات الحكومية في تنظيم هذا المجال: على وزارات الصحة والتعليم والاتصالات وغيرها من الجهات المختصة أن تضع أطراً تنظيمية وتشريعية تضمن جودة ما يُقدم من محتوى نفسي عبر الإنترنت، بما في ذلك شروط الترخيص للصفحات المتخصصة ومعايير الممارسة.
7. إطلاق حملات توعية وطنية بآليات طلب الدعم النفسي: يُوصى بإعداد برامج إعلامية وتوعوية تشرح للمستخدمين الفرق بين الدعم الاجتماعي الرقمي والاستشارة النفسية المتخصصة، وسبل الوصول إلى كل منهما، وكيفية التمييز بين المحتوى الموثوق وغيره.
8. إتاحة دعم متعدد الوسائط يتناسب مع الاحتياجات المختلفة: ينبغي أن تتنوع أشكال تقديم الدعم النفسي (نصوص - فيديوهات - بث مباشر - غرف حوار) لتلائم الفروق الفردية في استقبال المحتوى النفسي، وأن يكون متاحاً بعدة لغات ووفقاً لاختلافات الفئات العمرية والاجتماعية.
9. تخصيص موارد للتدريب المهني على تقديم الدعم الرقمي: يُوصى بإدراج مقررات أو برامج تدريبية ضمن كليات الطب النفسي وعلم النفس والإعلام

لتأهيل المهنيين على تقديم الاستشارات النفسية الرقمية بطريقة تضمن الكفاءة والخصوصية والمسؤولية.

10. ربط صفحات الدعم النفسي الرقمي بمنظومة الصحة النفسية العامة: ينبغي أن تكون هذه الصفحات مرتبطة ببنية مؤسسية متكاملة بحيث تكون نقطة أولى للتشخيص أو التوجيه، ومن ثم الإحالة إلى مراكز متخصصة عند الحاجة؛ بما يحقق أقصى إفادة ممكنة ضمن إطار من المسؤولية المهنية والاجتماعية.

أسماء السادة محكمي الاستبانة:

شارك في عملية التحكيم كلٌّ من:

- الأستاذة الدكتورة/ أميرة النمر، أستاذ الإذاعة والتلفزيون بكلية الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- الأستاذ الدكتور/ أشرف جلال، أستاذ الإذاعة والتلفزيون بكلية الإعلام، جامعة القاهرة.
- الأستاذ الدكتور/ ياسر السيد، أستاذ علم النفس بالمركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية.

المراجع:

- (1) الزهراني. تغريد أحمد (2022). دور الإعلام الرقمي في رفع الوعي بالصحة النفسية في المجتمع السعودي: دراسة ميدانية. مجلة الفنون والآداب وعلوم الإنسانيات والاجتماع (مجلد 99 – يناير) ص ص389-417.
- (2) Osintseva, Anna A. & Bykova. Evenios. (2023). Research & Electronic Platforms for psychological services published in: 24th International Conference of Young Professionals in Electron Devices and Materials (EDM). June. 2023.
- (3) Kattlyn, Longest & Jin Ae Kang (2022). Social media, Social Support and Mental Health of Young adults during Covid-19. In Health Communication. (Vol. 7).
- (4) نخلة. مارينا إبراهيم (2022). دور الإعلام الجديد في الدمج الاجتماعي للأشخاص ذوي الهمم – دراسة كيفية، بحث مقدم للمؤتمر العلمي الثاني. معهد الجزيرة العام للإعلام وفنون الاتصال.
- (5) Van. Orden, M. L. Kraaijeveld. J.C. Spijker, A. T. Siliven. A.V. Bonten. T.N. Chavannes. N.H. & Van Dijke – A. (2022). Evaluating the First results of a need. Driven digital mental health. Intervention for depression and anxiety an exploratory Study. Clinical health. (Vol. 5) p.p. 44-51.
- (6) العبيات. محمد عبد الله. اللصاصمة. أمنة زايد. (2022). أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على جودة الصحة النفسية لدى أفراد المجتمع الأردني في صور جائحة COVID-19 – مجلة كلية التربية – جامعة طنطا. العدد الأول. ص ص259-300.
- (7) Longest Koutlyn - & Kang. Jin. Ae. (2022). Social media Social Suport and Mental health of young adults during Covid-19. In: Sec Health Communication, Vol. 7. Arthicle 282135 Forontiers in Communication.
- (8) الشريف. ولاء منصور. (2022). تأثير بعض شبكات التواصل الاجتماعي على الشعور بالأمن النفسي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى. مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 6، العدد 56، ديسمبر، ص ص129-148.
- (9) عمران. فاطمة محمد علي. (2022). النموذج البنائي بين إيمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية والقلق من فيروس كورونا والدعم الاجتماعي المدرك بين طلاب كلية التربية بأسبوط. (المجلة التربوية – كلية التربية – جامعة سوهاج. ج93، يناير)، ص ص919-1008.
- (10) السروجي. فاطمة نبيل؛ عبد الباري. وائل إسماعيل (2021). إيمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى الشباب: دراسة ميدانية، مجلة بحوث، ع1. ج1. ص ص175-228.
- (11) عبد السلام. كاميليا محمد. (2020). دور شبكات التواصل الاجتماعي في تحقيق تكيف أفراد الجمهور المصري مع الحجر الصحي خلال أزمة كوفيد 19: دراسة الاستخدامات والإشباع. المجلة العلمية لبحوث العلاقات العامة والإعلان، العدد العشرون. يوليو / ديسمبر.
- (12) نخلة. مارينا إبراهيم. (2020). دور مواقع التواصل الاجتماعي في دعم وتكوين سلوك الأفراد – المجلة العربية لبحوث الاتصال، لعدد 30. ص ص466-495.
- (13) جيار. عبير محمود. (2021). تأثير الفيس بوك في نشر الوعي الصحي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة جيزان – أربيل. مجلة جامعة جيهان أربيل للعلوم الإنسانية والاجتماعية. مج5. ع2. ص ص69-79.
- (14) العمري. عبد الله؛ الحميدة، سارة. (2021). دور الإعلام الرقمي في نشر الوعي الصحي النفسي لدى الشباب السعودي. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة الأمير سطام بن عبد العزيز. العدد 6. المجلد 2.
- (15) العنزي. محمد؛ العنزي. نورة (2019). دور الإعلام الرقمي في تعزيز الصحة النفسية للمرأة السعودية. مجلة العلوم الإنسانية. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. العدد 28. المجلد 2.

- (16) Reilly O'. M. Dogra et al. (2019). Potential of social media in promoting mental health in adolescents. *Health Promotion international*. (Vol. 34, No. 5) pp 981-991.
- (17) شاهين، إيمان صابر. (2019). مواقع التواصل الاجتماعي والدعم الاجتماعي المقدم لمرضى سرطان الثدي بمصر: دراسة تحليل مقارنة. *المجلة العربية لبحوث الإعلام والاتصال*. (العدد 25، يونيو، ص 152-193).
- (18) الصالحي. أبو بكر حبيب (2019). استخدام الشباب الجماعي لمواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالدعم الاجتماعي المدرك لديهم: دراسة في إطار نظرية الحضور الاجتماعي. *المجلة المصرية لبحوث الإعلام*. 66، ص 201-265.
- (19) Yashido. A. et al. Which do you feel Conformable Interview by a real doctor or by a virtual doctor? A Comparative study of responses to inquiries with various psychological. Intensities for the development of 1993. 2nd IEEE International Workshop on Robot and human Communication.
- (20) Nielson, Rochel. New mothers and social media: The effects of social Media Consumption and Production on Social support and parental stress. Part of the communication commons. <https://scholarsarchive.byu.edu/letd>.
- (21) Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- (22) Lakey, B., & Cohen, S. (2000). Perceived social support and the stress-buffering hypothesis. In S. Cohen, L. G. Underwood, & B. H. Gottlieb (Eds.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* (pp. 29–52). Oxford University Press.
- (23) Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological Review*, 118(3), 482–495. <https://doi.org/10.1037/a0023477>
- (24) Wang, Y., Zhu, Y., Li, Y., & Zhang, Y. (2024). Perceived stress as a mediator in the relationship between perceived social support and mental health: Evidence from a cross-sectional study in China. *Frontiers in Psychology*, 15, 1330720. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- (25) Shi, Y., Zhai, L., & Wang, L. (2024). The neural basis of perceived social support and psychological well-being: Evidence from gray matter volume of the left middle temporal gyrus. *Frontiers in Psychology*, 15, 10800560. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.10800560>
- (26) Tee, G. H., Tan, S. B., & Tan, M. L. (2024). Social support and mental health: The mediating role of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, 15, 1330720. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- (27) Praharso, N. F., Tear, M. J., & Cruwys, T. (2016). Stressful life transitions and wellbeing: A comparison of the stress buffering hypothesis and the social identity model of identity change. *Psychiatry Research*, 247, 265–275. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.11.039>

- (28) Self-Determination Theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. (2017). In *Guilford Press eBooks*. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- (29) Gao, J., Liu, Q., Wang, W., & Zhao, H. (2024). The mediating role of self-compassion in the relationship between perceived social support and mental well-being. *Frontiers in Psychology*, 15, 1474177. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1474177>
- (30) Liu, Y., Lin, S., & Zhang, X. (2024). Bidirectional relationship between perceived social support and social behaviors in children: A longitudinal study. *Current Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06448-w>
- (31) Shujja, S., Malik, N. I., & Khan, N. (2021). Impact of perceived social support, resilience, and subjective well-being on psychological distress among university students: Does gender make a difference? *Pakistan Journal of Psychological Research*, 36(1), 1–20. <https://doi.org/10.33824/PJPR.2021.36.1.1> (also available at: <https://www.researchgate.net/publication/351417960>)
- (32) Chou, H. T. G., & Edge, N. (2012). "They are happier and having better lives than I am": The impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 117-121. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0324>
- (33) Frison, E., & Eggermont, S. (2015). *The impact of daily stress and Facebook use on adolescents' feelings of loneliness*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(8), 510-517. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0155>
- (34) Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2013). Social consequences of the internet for adolescents: A decade of research. *Current Directions in Psychological Science*, 22(2), 91-96. <https://doi.org/10.1177/0963721413477479>
- (35) Henson, K., Berman, M., & Walker, L. (2019). Social support and the use of online communities for mental health issues. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 38(4), 271-288. <https://doi.org/10.1521/jscp.2019.38.4.271>
- (36) Smith, R. A., Silverman, A. M., & Sanchez, L. (2017). Social media as a tool for enhancing social support for patients with chronic illnesses. *Journal of Health Communication*, 22(10), 868-875. <https://doi.org/10.1080/10810730.2017.1369779>
- (37) Seidman, G. (2013). Self-presentation and belonging on Facebook: How personality influences social media use and motivations. *Personality and Individual Differences*, 54(3), 402-407. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.10.009>
- (38) Frison, E., & Eggermont, S. (2015). Op .Cit.
- (39) Perry, B. L., Pescosolido, B. A., & Borgatti, S. P. (2019). Social network analysis in health research: A systematic review. *Sociological Methods & Research*, 48(4), 535-566. <https://doi.org/10.1177/0049124118772627>

- (40) Nambisan, P. (2015). Digital health innovation: Factors influencing successful online health community participation. *Health Communication*, 30(4), 400-409. <https://doi.org/10.1080/10410236.2014.941003>
- (41) Bickmore, T. W., Gruber, A., & Picard, R. W. (2000). Establishing and maintaining long-term human-computer relationships. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction (TOCHI)*, 12(2), 293-327. <https://doi.org/10.1145/354100.354110>
- (42) Seidman, G. (2013). Op .Cit.
- (43) Krause, K. D., Ridout, B., & West, P. A. (2020). Social support and mental health in the digital age. *Current Directions in Psychological Science*, 29(2), 113-121. <https://doi.org/10.1177/0963721420913007>
- (44) Primack, B. A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., Lin, L., Rosen, D., Radovic, A., & Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the U.S. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2017.01.010>
- (45) Frison, E., & Eggermont, S. (2015). The impact of daily stress on adolescents' depressive feelings: The role of social support from friends. *Journal of Social Media and Mental Health*, 9(3), 75-88
- (46) Shukla, S., Tripathy, S., & Mukherjee, A. (2024). Multi-modal detection of social support in YouTube comments. arXiv preprint arXiv:2411.02580. <https://arxiv.org/abs/2411.02580>
- (47) Chou, W. S., et al. (2020). Social support in the digital age: The effects of online support networks on mental health. *Psychology and Technology*, 18(1), 12-24
- (48) Barak, A., Boniel-Nissim, M., & Suler, J. (2008). Fostering empowerment in online support groups. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 1867-1883. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.06.004>
- (49) Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological Review*, 118(3), 482-495. <https://doi.org/10.1037/a0023477>
- (50) Glasgow, R. E., Bull, S. S., Piette, J. D., & Steiner, J. F. (2004). Interactive behavior change technology: A partial solution to the competing demands of primary care. *American Journal of Preventive Medicine*, 27(2), 80-87
- (51) Tee, G. H., Tan, S. B., & Tan, M. L. (2024). Op .Cit.
- (52) Wimmer, R. D., & Dominick, J. R. (2014). Mass Media Research: An Introduction (10th ed.). Cengage Learning
- (53) Babbie, E. R. (2021). The Practice of Social Research (15th ed.). Cengage Learning
- (54) Creswell, J. W. (2014). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approach. Sage publications.
- (55) Creswell, J. W. (2014). ibid
- (56) Bryman, A. (2016). Social research methods (5th ed.). Oxford University Press.
- (57) الزهراني. تغريد أحمد. (2022). مرجع سابق.

(58) Longest Koutlyn - & Kang. Jin. Ae. (2022). opcit.

(59) عبد السلام. كاميليا محمد. (2020). مرجع سابق.

(60) Kattlyn, Longest & Jin Ae Kang (2022). opcit.

(61) جيار. عبير محمود. (2021). مرجع سابق.

(62) العنزي. محمد؛ العنزي، نورة. (2019). مرجع سابق.

(63) العمري. عبد الله؛ الحميدة، سارة. (2021). مرجع سابق.

References

- Al-Zahrani, Taghreed. (2022). dawr al'ielam alraqamii fi rafe alwaey bialsihat alnafsiat fi almujtamae alsaeudii: dirasat maydaniatan. majalat alfunun waladab waeulum al'iinsaniaat walaijtimae, 99(3). 389-417.
- Osintseva, Anna A. & Bykova. Evenios. (2023). Research & Electronic Platforms for psychological services published in: 24th International Conference of Young Professionals in Electron Devices and Materials (EDM). June. 2023.
- Kattlyn, Longest & Jin Ae Kang (2022). Social media, Social Support and Mental Health of Young adults during Covid-19. In Health Communication. (Vol. 7).
- Van. Orden, M. L. Kraaijeveld. J.C. Spijker, A. T. Siliven. A.V. Bonten. T.N. Chavannes. N.H. & Van Drjke – A. (2022). Evaluating the First results of a need. Driven digital mental health. Intervention for depression and anxiety an exploratory Study. Clinical health. (Vol. 5) p.p. 44-51.
- Al-Abayat, Muhammad. (2022). 'athar aistikhdam mawaqie altawasul aliajtimaeii ealaa jawdat alsihat alnafsiat ladaa 'afraad almujtamae al'urduniyi fi suar jayihat COVID-19- majalat kuliyyat altarbiati- jamieat Tanta. 1(2). 259-300.
- Longest Koutlyn - & Kang. Jin. Ae. (2022). Social media Social Suport and Mental health of young adults during Covid-19. In: Sec Health Communication, Vol. 7. Arthicle 282135 Forontiers in Communication.
- Al-Sharif, Walaa. (2022). tathir baed shabakat altawasul aliajtimaeii ealaa alshueur bial'amn alnafsi ladaa eayinat min tulaab jamieat 'Om Alquraa. majalat aleulum altarbawiat walnafsiati, 56(2). 129-148.
- Imran, Fatima. (2022). alnamudhaj albinayiyu bayn 'iidman aistikhdam wasayil altawasul alaijtimaeii walshueur bialwahdat alnafsiat walqalaq min fayrus kuruna waldaem alaijtimaeii almudrik bayn tulaab kuliyyat altarbiat bi' Assyut. (almajalat altarbawiat- kuliyyat altarbiati- jamieat Suhaj.), 93(2). 919-1008.
- Al-Sarouji, Fatima. (2021). 'iidman al'iintirnit waealaqatuh bialtawafuq aliajtimaeii ladaa alshababi: dirasat maydaniatun, majalat bihuthi, 1(4). 175-228.
- Abdel Salam, Camelia. (2020). dawr shabakat altawasul alaijtimaeii fi tahqiq tukayuf 'afraad aljumphur almisrii mae alhajar alsihiyi khilal 'azmat kufid 19: dirasat alaistikhdamat wal'iishbaeati. almajalat aleilmiat libuhuth alealaqat aleamat wal'ielani, 20(3).
- Nakhal, Marina. (2020). dawr mawaqie altawasul aliajtimaeii fi daem watakwin suluk al'afradi- almajalat alearabiat libuhuth alaitisali 30(1). 466-495.
- Jiyar, Abeer. (2021). tathir alfis buk fi nashr alwaey alsihiyi ladaa talbat aljamieati: dirasat maydaniat ealaa eayinat min talabat jamieat Jizan- 'Irbil. majalat jamieat jihan 'arbil lileulum al'iinsaniat walaijtimaeiati. 2(2).
- Al-Omari, Abdullah. (2021). dawr al'ielam alraqamii fi nashr alwaey alsihiyi alnafsi ladaa alshabab alsaeudii. majalat aleulum al'iinsaniat walaijtimaeiat bijamieat al'amir Stam bin Abd Aleaziz. 6(3).
- Al-Anzi, Muhammad. (2019). dawr al'ielam alraqamii fi taeziz alsihat alnafsiat lilmar'at alsaeudiati. majalat aleulum al'iinsaniati. jamieat al'iimam muhamad bin sueud al'iislamiati. 28(3).

- Reilly O'. M. Dogra et al. (2019). Potential of social media in promoting mental health in adolescents. *Health Promotion international*. (Vol. 34, No. 5) pp 981-991.
- Shaheen, Iman. (2019). mawaqie altawasul alaijtimaeii waldaem alaijtimaeii almuqadam limardaa saratan althady bimasra: dirasat tahlil muqaranati. *almajalat alearabiat libuhuth al'ielam walaitisal*. 25(5).
- Al-Salihi, Abu Bakr. (2019). astikhdam alshabab aljamaeii limawaqie altawasul alaijtimaeii waecalqatih bialdaem alaijtimaeii almudrik ladayhim: dirasat fi 'itar nazariat alhudur alaijtimaeii. *almajalat almisriat libuhuth al'ielami*. 66(2). 201-265.
- Yashido. A. et al. Which do you feel Conformable Interview by a real doctor or by a virtual doctor? A Comparative study of responses to inquiries with various psychological. *Intensities for the development of 1993*. 2nd IEEE International Workshop on Robot and human Communication.
- Nielson, Rochel. New mothers and social media: The effects of social Media Consumption and Production on Social support and parental stress. Part of the communication commons. <https://scholarsarchive.byu.edu/etd>.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Lakey, B., & Cohen, S. (2000). Perceived social support and the stress-buffering hypothesis. In S. Cohen, L. G. Underwood, & B. H. Gottlieb (Eds.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* (pp. 29–52). Oxford University Press.
- Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological Review*, 118(3), 482–495. <https://doi.org/10.1037/a0023477>
- Wang, Y., Zhu, Y., Li, Y., & Zhang, Y. (2024). Perceived stress as a mediator in the relationship between perceived social support and mental health: Evidence from a cross-sectional study in China. *Frontiers in Psychology*, 15, 1330720. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Shi, Y., Zhai, L., & Wang, L. (2024). The neural basis of perceived social support and psychological well-being: Evidence from gray matter volume of the left middle temporal gyrus. *Frontiers in Psychology*, 15, 10800560. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.10800560>
- Tee, G. H., Tan, S. B., & Tan, M. L. (2024). Social support and mental health: The mediating role of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, 15, 1330720. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Prahars, N. F., Tear, M. J., & Cruwys, T. (2016). Stressful life transitions and wellbeing: A comparison of the stress buffering hypothesis and the social identity model of identity change. *Psychiatry Research*, 247, 265–275. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.11.039>
- Self-Determination Theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. (2017). In *Guilford Press eBooks*. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>

- Gao, J., Liu, Q., Wang, W., & Zhao, H. (2024). The mediating role of self-compassion in the relationship between perceived social support and mental well-being. *Frontiers in Psychology*, 15, 1474177. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1474177>
- Liu, Y., Lin, S., & Zhang, X. (2024). Bidirectional relationship between perceived social support and social behaviors in children: A longitudinal study. *Current Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06448-w>
- Shujja, S., Malik, N. I., & Khan, N. (2021). Impact of perceived social support, resilience, and subjective well-being on psychological distress among university students: Does gender make a difference? *Pakistan Journal of Psychological Research*, 36(1), 1–20. <https://doi.org/10.33824/PJPR.2021.36.1.1> (also available at: <https://www.researchgate.net/publication/351417960>)
- Chou, H. T. G., & Edge, N. (2012). "They are happier and having better lives than I am": The impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 117-121. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0324>
- Frison, E., & Eggermont, S. (2015). *The impact of daily stress and Facebook use on adolescents' feelings of loneliness*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(8), 510-517. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0155>
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2013). Social consequences of the internet for adolescents: A decade of research. *Current Directions in Psychological Science*, 22(2), 91-96. <https://doi.org/10.1177/0963721413477479>
- Henson, K., Berman, M., & Walker, L. (2019). Social support and the use of online communities for mental health issues. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 38(4), 271-288. <https://doi.org/10.1521/jscp.2019.38.4.271>
- Smith, R. A., Silverman, A. M., & Sanchez, L. (2017). Social media as a tool for enhancing social support for patients with chronic illnesses. *Journal of Health Communication*, 22(10), 868-875. <https://doi.org/10.1080/10810730.2017.1369779>
- Seidman, G. (2013). Self-presentation and belonging on Facebook: How personality influences social media use and motivations. *Personality and Individual Differences*, 54(3), 402-407. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.10.009>
- Perry, B. L., Pescosolido, B. A., & Borgatti, S. P. (2019). Social network analysis in health research: A systematic review. *Sociological Methods & Research*, 48(4), 535-566. <https://doi.org/10.1177/0049124118772627>
- Nambisan, P. (2015). Digital health innovation: Factors influencing successful online health community participation. *Health Communication*, 30(4), 400-409. <https://doi.org/10.1080/10410236.2014.941003>
- Bickmore, T. W., Gruber, A., & Picard, R. W. (2000). Establishing and maintaining long-term human-computer relationships. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction (TOCHI)*, 12(2), 293-327. <https://doi.org/10.1145/354100.354110>
- Seidman, G. (2013). Op.Cit.

- Krause, K. D., Ridout, B., & West, P. A. (2020). Social support and mental health in the digital age. *Current Directions in Psychological Science*, 29(2), 113-121. <https://doi.org/10.1177/0963721420913007>
- Primack, B. A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., Lin, L., Rosen, D., Radovic, A., & Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the U.S. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2017.01.010>
- Frison, E., & Eggermont, S. (2015). The impact of daily stress on adolescents' depressive feelings: The role of social support from friends. *Journal of Social Media and Mental Health*, 9(3), 75-88
- Shukla, S., Tripathy, S., & Mukherjee, A. (2024). Multi-modal detection of social support in YouTube comments. arXiv preprint arXiv:2411.02580. <https://arxiv.org/abs/2411.02580>
- Chou, W. S., et al. (2020). Social support in the digital age: The effects of online support networks on mental health. *Psychology and Technology*, 18(1), 12-24
- Barak, A., Boniel-Nissim, M., & Suler, J. (2008). Fostering empowerment in online support groups. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 1867-1883. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.06.004>
- Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological Review*, 118(3), 482-495. <https://doi.org/10.1037/a0023477>
- Glasgow, R. E., Bull, S. S., Piette, J. D., & Steiner, J. F. (2004). Interactive behavior change technology: A partial solution to the competing demands of primary care. *American Journal of Preventive Medicine*, 27(2), 80-87
- Wimmer, R. D., & Dominick, J. R. (2014). *Mass Media Research: An Introduction* (10th ed.). Cengage Learning
- Babbie, E. R. (2021). *The Practice of Social Research* (15th ed.). Cengage Learning
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approach*. Sage publications.
- Bryman, A. (2016). *Social research methods* (5th ed.). Oxford University Press.

Journal of Mass Communication Research «J M C R»

A scientific journal issued by Al-Azhar University, Faculty of Mass Communication



Chairman: Prof. Salama Daoud President of Al-Azhar University

Editor-in-chief: Prof. Reda Abdelwaged Amin

Dean of Faculty of Mass Communication, Al-Azhar University

Assistants Editor in Chief:

Prof. Mahmoud Abdelaty

- Professor of Radio, Television, Faculty of Mass Communication, Al-Azhar University

Prof. Fahd Al-Askar

- Media professor at Imam Mohammad Ibn Saud Islamic University
(Kingdom of Saudi Arabia)

Prof. Abdullah Al-Kindi

- Professor of Journalism at Sultan Qaboos University (Sultanate of Oman)

Prof. Jalaluddin Sheikh Ziyada

- Media professor at Islamic University of Omdurman (Sudan)

Managing Editor: Prof. Arafa Amer

- Professor of Radio, Television, Faculty of Mass Communication, Al-Azhar University

Editorial Secretaries:

Dr. Ibrahim Bassyouni: Assistant professor at Faculty of Mass Communication,
Al-Azhar University

Dr. Mustafa Abdel-Hay: Lecturer at Faculty of Mass Communication, Al-Azhar University

Dr. Ahmed Abdo: Lecturer at Faculty of Mass Communication, Al-Azhar University

Dr. Mohammed Kamel: Lecturer at Faculty of Mass Communication, Al-Azhar University

Arabic Language Editors : Dr. Gamal Abogabal, Omar Ghonem, Faculty of Mass Communication, Al-Azhar University

- Al-Azhar University- Faculty of Mass Communication.
- Telephone Number: 0225108256
- Our website: <http://jsb.journals.ekb.eg>
- E-mail: mediajournal2020@azhar.edu.eg

Correspondences

- Issue 75 July 2025 - part 2
- Deposit - registration number at Darelkotob almasrya /6555
- International Standard Book Number "Electronic Edition" 2682- 292X
- International Standard Book Number «Paper Edition»9297- 1110

Rules of Publishing

● Our Journal Publishes Researches, Studies, Book Reviews, Reports, and Translations according to these rules:

- Publication is subject to approval by two specialized referees.
- The Journal accepts only original work; it shouldn't be previously published before in a refereed scientific journal or a scientific conference.
- The length of submitted papers shouldn't be less than 5000 words and shouldn't exceed 10000 words. In the case of excess the researcher should pay the cost of publishing.
- Research Title whether main or major, shouldn't exceed 20 words.
- Submitted papers should be accompanied by two abstracts in Arabic and English. Abstract shouldn't exceed 250 words.
- Authors should provide our journal with 3 copies of their papers together with the computer diskette. The Name of the author and the title of his paper should be written on a separate page. Footnotes and references should be numbered and included in the end of the text.
- Manuscripts which are accepted for publication are not returned to authors. It is a condition of publication in the journal the authors assign copyrights to the journal. It is prohibited to republish any material included in the journal without prior written permission from the editor.
- Papers are published according to the priority of their acceptance.
- Manuscripts which are not accepted for publication are returned to authors.