

دور المساندة الاجتماعية والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت في تعديل العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن

منار محمد عكاشة*

manarokasha2022@gmail.com

ملخص

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن دور المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت في تعديل العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن. تكونت العينة من (١٠٣) فرداً من كبار السن (٥٢ من المسنين، و ٥١ من المسنات)، ممن تراوحت أعمارهم بين (٦٠ - ٧٦) سنة، بمتوسط عمري وانحراف معياري (٤,٤٤±٦٦,٢٣) سنة للمسنين، و (٣,٨٦±٦٤,٩٠) سنة للمسنات. وتم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت (إعداد نيك وآخرين (Nick, et al (2018)، ترجمة الباحثة)، ومقياس الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت (إعداد الباحثة)، ومقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة النفسية (ترجمة مبروك، ٢٠٠١)، ومقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (إعداد الباحثة). تبين من النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت وكل من الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كل من المسنين والمسنات، أما الشعور بالوحدة النفسية فقد ارتبط ارتباطاً موجباً باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين، في حين ارتبط ارتباطاً سالباً بالمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت لدى المسنات. كما تبين أن أكثر المتغيرات المنبئة بمتغير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين هي الإفصاح عن الآراء والاتجاهات، والرفقة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، بينما كانت أكثر المتغيرات المنبئة بمتغير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنات هي المساندة الوجدانية، والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية. كما توصلت النتائج إلى أن المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت عدلت من العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين فقط، في حين أن الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت لم يعدل من العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كل من المسنين والمسنات.

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت - الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت - الشعور بالوحدة النفسية - مواقع التواصل الاجتماعي - كبار السن.

* مدرس علم النفس الإكلينيكي - كلية الآداب - جامعة القاهرة.

مقدمة

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن دور المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت^١ والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت^٢ في تعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية^٣ واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي^٤ لدى كبار السن^٥.

لقد تم إرساء أسس التطور التاريخي لمواقع التواصل الاجتماعي في عام ١٩٩١ مع فتح شبكة الويب العالمية للجمهور، ومع المنتديات الموجهة نحو الاهتمامات التي بدأت في الظهور في أواخر التسعينيات، بدأ الفرد الآن في مشاركة آرائه بنشاط مع الأفراد الآخرين. بدأ في عام ١٩٩٧ بموقع سيكديجريس SixDegrees، الذي يوفر فرصة إنشاء ملفات تعريف، وقائمة الأصدقاء، ومراجعتها. كذلك، يعتمد موقع ليفجورنال LiveJournal، الذي تم إطلاقه في عام ١٩٩٩، على المدونات التي يمكن تجديدها باستمرار، وبفضل هذه الشبكة، بدأ المستخدمون في أن يكونوا فعالين في متابعة بعضهم بعضاً، وإنشاء مجموعة والتفاعل مع الآخرين. كما تم إطلاق ويكيبيديا في عام ٢٠٠١. وبعد عام ٢٠٠٣، نتيجة للاهتمام المتزايد بمواقع التواصل الاجتماعي، تم تضمين عدد كبير من التطبيقات مثل ماييسيس Myspace، ولينكدن LinkedIn، وفوتوبوكت Photobucket في الشبكة. وكان من بين التطبيقات البارزة في مواقع التواصل الاجتماعي موقع فليكر وفيسبوك Facebook & Flickr في عام ٢٠٠٤، وكل من ياهو ويوتيوب 360 Youtube & Yahoo! في عام ٢٠٠٥، وتويتر Twitter في عام ٢٠٠٦، وإنستجرام Instagram في عام ٢٠١٠ (Durucu et al., 2022, 285).

ويستخدم تطبيقات الويب ما يزيد عن (٧٠٠,٠٠٠,٠٠٠) مليون مشارك على سناب شات، و (٥٠٠,٠٠٠,٠٠٠) مشارك على تويتر، و (١,١٣) مليار شخص مستخدمون ناشطون يوميًا بالفيسبوك، أي يدخلون إلى الموقع كل يوم باختلاف

(1) Online Social Support.

(2) Online Self-Disclosure.

(3) Psychological Loneliness.

(4) Social Networking Sites Use.

(5) Elderly.

أعمارهم؛ ففي الولايات المتحدة بين عامي ٢٠٠٥ و ٢٠١٥، ارتفع معدل استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من (٥٥ ٪ إلى ٧٦ ٪) لدى المراهقين، ومن (١٢ ٪ إلى ٩٠ ٪) لدى الأفراد الذين تراوحت أعمارهم بين (١٨-٢٩) عامًا، ومن (٨ ٪ إلى ٧٧ ٪) لدى الأفراد الذين تراوحت أعمارهم بين (٣٠ - ٤٩) عامًا، ومن (٥ ٪ إلى ٥١ ٪) لدى الأفراد الذين تراوحت أعمارهم بين (٥٠ و ٦٤) عامًا ، ومن (٢ ٪ إلى ٣٥ ٪) لدى الأفراد الذين تزيد أعمارهم عن ٦٥ عامًا (محمود وعبد الحميد، ٢٠٢٢).

وعلى الرغم من زيادة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بنحو ٤٠ ٪ في جميع الفئات العمرية منذ عام ٢٠١٥، إلا أن هناك فارقًا في العمر، ففي حين استخدم ٩٢ ٪ إلى ٩٩ ٪ من الأفراد الذين يستخدمون الإنترنت في الفئة العمرية من (١٦-٥٤) عامًا مواقع التواصل الاجتماعي في عام ٢٠٢٢، فإن الأرقام المعادلة للفئتين العمريتين (٥٥-٦٤ و ٦٥+) هي ٨٦ ٪ و ٧٠ ٪ على التوالي. وقد تبين أن أحد العوامل المحفزة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي من قبل الراشدين الذين تزيد أعمارهم عن ٦٥ عامًا هو البقاء على اتصال مع العائلة والأصدقاء (Kohl et al.,2024).

وفي عام ٢٠١٩، استخدم حوالي ثلثي الأمريكيين الذين تبلغ أعمارهم ٦٥ عامًا فأكثر الإنترنت، واستخدم ٤٠ ٪ من هذه الفئة العمرية أيضًا وسائل التواصل الاجتماعي. وتشير وسائل التواصل الاجتماعي إلى التكنولوجيا التي تسمح بالتفاعلات بين الأشخاص من خلال مواقع الشبكات الاجتماعية، بما في ذلك خيارات مثل فيسبوك وسكايب وويشات وواتس آب، والتي توفر تقنية سهلة الوصول للإنترنت وقابلة للتطوير. وتوفر كذلك منصة للمستخدمين لإنشاء ملف تعريف شخصي، ومشاركة المعلومات مع أعضاء شبكتهم الاجتماعية، والتواصل مع بعضهم بعضًا من خلال الفيديو والصوت ورسائل البريد الإلكتروني والرسائل الفورية. ومن خلال هذه المنصات الإلكترونية، يتواصل الناس مع بعضهم بعضًا في كثير من الأحيان عبر مسافات كبيرة، وبالتالي، فإنهم قادرون على الحفاظ على القرب الوجداني مع العائلة والأصدقاء، بغض النظر عن موقعهم والقيود الجسدية (Zhang et al,2021).

ومع تطور التكنولوجيا تزايدت أعداد منصات التواصل الاجتماعي؛ إذ يتزايد عدد الأعضاء في هذه المنصات، والذين يقضون أوقاتهم فيها بفضل ميزات مثل سهولة تحديثها وتعدد استخداماتها وانفتاحها على المشاركة. ومع تراجع عصر استخدام الهواتف المحمولة والأجهزة اللوحية وأجهزة الحاسوب، يتزايد استخدام شبكات التواصل الاجتماعي مثل فيسبوك ويوتيوب وإنستجرام، والوقت الذي يقضونه في استخدامها. ورغم أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يُنظر إليه على أنه مفيد لبعض الأفراد ومناسب للتواصل الاجتماعي، إلا أنه يحل بشكل متزايد محل التواصل وجهاً لوجه بين الناس. وقد تبين من إحدى الدراسات التي أجريت عام ٢٠٠٤ عن وسائل التواصل الاجتماعي، أن الوصول إلى ٥٠ مليون مستخدم كان ٣٨ عامًا للإذاعة، و١٣ عامًا للتلفزيون، و٥ سنوات للإنترنت. ووفقًا لتقرير العالم الرقمي لعام ٢٠١٩، فإن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في العالم زاد بنسبة ٩% مقارنة بالعام السابق. وأكد بعض الباحثين أن هذه الزيادة تروى في مواقع التواصل الاجتماعي أداة للتخلص من الشعور بالوحدة اليوم، لكن هذا التفضيل له تأثير سلبي؛ حيث أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يزيد من الفردية والأنانية والشعور بالوحدة (Durucu et al., 2022, 284).

(285)

وقد زاد استخدام الإنترنت بشكل كبير في السنوات الأخيرة خاصة في الصين، فقد تبين من خلال أحد التقارير الصادرة عن مركز معلومات شبكة الإنترنت في الصين أنه بحلول يونيو ٢٠٢١، تجاوز عدد مستخدمي الإنترنت في الصين مليار شخص، وبلغ عدد الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم ٦٠ عامًا أو أكثر حوالي ١٢٣ مليونًا، وهو ما يمثل ١٢,٢٪ من إجمالي عدد مستخدمي الإنترنت وزيادة بنسبة ١,٩٪ عن ١٠,٣٪ في يونيو ٢٠٢٠. وبشكل أكثر تحديدًا، بدأ عدد متزايد من كبار السن في استخدام الإنترنت والأجهزة الذكية وخدمات الشبكات الاجتماعية في الصين، وكان هذا الاستخدام مصحوبًا بالقلق من الاستخدام المفرط للإنترنت بين كبار السن؛ فقد أشار أحد التقارير في الصين عام ٢٠٢٠ إلى أن أكثر من ١٠٠,٠٠٠ شخص متصلون بالإنترنت طوال اليوم تقريبًا، وأن ٠,١٩٪ من كبار السن يقضون أكثر من ١٠

ساعات يوميًا على الإنترنت على بعض التطبيقات، ويقوم كل مستخدم مسن بتسجيل الدخول إلى التطبيقات بمعدل خمس مرات يوميًا. ليس هذا فحسب، بل تبين من أحد الاستطلاعات في الصين أن ما يقرب من نصف المستجيبين الأكبر سنًا سيعانون من حالات نفسية سلبية مثل القلق أو عدم الارتياح عندما لا يمكن توصيل الهواتف الذكية بالشبكة، وهي نموذجية للاستجابات الانسحابية لإدمان الإنترنت. وكما نرى، فإن استخدام الهواتف الذكية الإشكالي أو إدمان الإنترنت لا يقتصر فقط على الشباب، ولكن يمتد إلى كبار السن المتقاعدين عن العمل كذلك، والذين لا يعملون قد يعانون أيضًا من الاعتماد على الإنترنت أو الهاتف الذكي (Jia et al., 2022).

كما تحتل تاوان المرتبة الثالثة في استخدام الإنترنت بين الدول الآسيوية، بعد اليابان وكوريا الجنوبية. وتشير التقديرات إلى أن هناك ما يقرب من (١٨,٦٦) مليون مستخدم للإنترنت في البلاد، مع معدل انتشار لاستخدام إنترنت إجمالي يبلغ (٧٩,٢٪). أضف إلى ذلك، أن الأفراد الذين تراوحت أعمارهم بين (٥٥ و ٦٤) عامًا، كان أكثر من (٦٠٪) منهم من مستخدمي الإنترنت (Wang et al., 2024).

ومن خلال دراسة العتيبي وعبد الرزاق (٢٠٢٣) التي أجريت على (٤٠٤) مسنًا (٢١٨ من الذكور، و ١٨٦ من الإناث) من مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي بمدينة الرياض، تراوحت أعمارهم بين (٦٠ - ٧٩) عامًا. وجدت النتائج أن أكثر شبكات التواصل الاجتماعي استخدامًا من قبلهم تتمثل في: الواتس آب بنسبة (٩١,١٪)، يليه تويتر (٤٩٪)، يليه سناب شات (٤١,٦٪)، يليه يوتيوب (٢٦,٢٪).

وقد حلت عدة دراسات سابقة الاستخدام الإدماني لمواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن، فتبين أن احتمال إدمان مواقع التواصل الاجتماعي أعلى لدى كبار السن ذوي المستويات المنخفضة من التعليم والدخل، والذين يعيشون في القرى. أضف إلى ذلك، فإن النساء لديهن مستويات مرتفعة من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي مقارنة بالرجال. ولكن المساندة الاجتماعية من الأسرة ومن شخص مهم كان له تأثيرات كبيرة

على الاستخدام الإدماني لمواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (Jia et al., 2022).

مشكلة الدراسة:

لقد أصبح الشعور بالوحدة النفسية منتشرًا بشكل متزايد على المستوى العالمي، وخاصة في العصر الرقمي، ومع تطور تكنولوجيا المعلومات وتأثير الشعور بالوحدة النفسية والعزلة، بدأ كبار السن في الانزلاق إلى عالم الإنترنت، وخاصة وسائل التواصل الاجتماعي. فوفقًا لتعداد الولايات المتحدة، سيصبح الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن ٦٥ عامًا قريبًا أكبر فئة من مستخدمي الإنترنت؛ أملون أن تتمكن وسائل التواصل الاجتماعي من تقليل الشعور بالوحدة لديهم (Xu et al., 2020). وقد أشارت الدراسات إلى أن كبار السن أكثر عرضة لمشكلات العزلة الاجتماعية، مثل انخفاض التواصل مع الزملاء بعد التقاعد، مما يؤدي إلى شعورهم بالوحدة، ولذلك، يمكن للإنترنت تسهيل التواصل والتفاعل مع الآخرين لديهم. وقد تم الإشارة إلى أن كبار السن يستخدمون فيسبوك لأسباب مختلفة، بما في ذلك التواصل مع الأشخاص الذين لا يتواصلون معهم عادةً، ومشاركة الصور، والبقاء على اتصال مع الأصدقاء والعائلة (Wang et al., 2024).

وعلى مدى العقدين الماضيين، أصبح استخدام الإنترنت أداة مهمة في النشاط الاجتماعي وموارد وقت الفراغ للراشدين، واهتمت عدة برامج اجتماعية بتشجيع كبار السن على تعلم مهارات الحاسوب واستخدام الإنترنت في حياتهم اليومية لتقليل الشعور بالوحدة وتعزيز نوعية الحياة. ومع ذلك، تشير نتائج الدراسات التي بحثت في العلاقة بين استخدام الإنترنت ونوعية الحياة لدى كبار السن إلى وجود نتائج متضاربة. فمن ناحية، وجد بعض الباحثين أن استخدام الإنترنت يرتبط بشكل كبير بانخفاض الوقت الذي يقضيه الشخص مع الأصدقاء، وانخفاض الشبكات الاجتماعية المحلية، مما زاد من الشعور بالوحدة وقلل من جوانب مختلفة من نوعية الحياة. كما أظهرت دراسة أخرى أن استخدام الإنترنت يحل محل الاتصالات وجهًا لوجه بروابط أضعف عبر الإنترنت ويستبدل الأنشطة الاجتماعية الشخصية بوقت الإنترنت، مما قد يؤدي إلى

نقص الاتصالات الشخصية. ومن ناحية أخرى، أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن الراشدين وكبار السن يمكنهم الاستفادة من استخدام الإنترنت في مجموعة متنوعة من الجوانب مثل الصداقات الشخصية الجديدة، والتأثيرات الإيجابية على كمية الاتصالات مع العائلة والأصدقاء، والحفاظ على المشاركة الاجتماعية ونوعيتها، كما يمكن أن يعزز استخدام الإنترنت التفاعل الاجتماعي الرقمي، ويوفر مختلف أشكال الترفيه، ويفيد في تقليل الشعور بالوحدة النفسية لدى الراشدين، وفي تعزيز الرضا عن الحياة ونوعية الحياة (Khalaila & Vitman-Schorr, 2018).

ويعتبر كبار السن هم الأكثر عرضة للشعور بالوحدة النفسية مقارنة بغيرهم، ويرجع ذلك إلى عدة عوامل، منها: فقد الزوج أو أفراد الأسرة الآخرين، ونقص الأصدقاء المقربين، والدعم الاجتماعي المحدود، بالإضافة إلى الانفصال الجغرافي عن الروابط الاجتماعية الوثيقة، والانتقال إلى مؤسسات الرعاية، وتدهور الصحة (Zhang et al., 2021). كما كشفت الدراسات السابقة عن تأثير المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية في تقليل الشعور بالوحدة النفسية في وقت لاحق من الحياة لدى كبار السن. على سبيل المثال، يشير كويل ودوجان Coyle & Dugan إلى أن تضيق الشبكات الاجتماعية يسهم في زيادة العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة. ويُنظر إلى العزلة الاجتماعية دائماً على أنها عامل خطر، في حين يمكن أن تؤدي المساندة الاجتماعية دوراً وقائياً في حياة كبار السن؛ حيث أن فقدان المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية بسبب سياسة الوقاية من الأوبئة ومكافحتها يعزز مشاعر العزلة الاجتماعية والتهميش لديهم. وهذا يعني أن الأشخاص الذين يتمتعون بمستويات أعلى من المساندة من خلال الشبكات الاجتماعية قد تكون لديهم موارد مادية ووجدانية إضافية للتعامل مع الشعور بالوحدة (Jia et al., 2022).

أصبح تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على الشعور بالوحدة لدى كبار السن محور اهتمام العلماء، ووجدت الدراسات اللاحقة أن الشعور بالوحدة يأتي دائماً كشعور سلبي لا إرادي مرتبط بنقص الشبكات الاجتماعية، ويعتمد الأشخاص الوحيدون على وسائل الإعلام للتعويض. ومع ذلك، فإن الدراسات حول العلاقة بين مواقع التواصل

الاجتماعي والشعور بالوحدة غير متسقة في الوقت الحاضر؛ حيث يعتقد بعض العلماء أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يقوم بدور إيجابي في تخفيف الشعور بالوحدة النفسية، على سبيل المثال، اعتقد كراوت وآخرون أن الأشخاص الوحيديين أكثر استعداداً للجوء إلى وسائل التواصل الاجتماعي من أجل تعويض نقص المهارات الاجتماعية في التواصل وجهاً لوجه. كما يعتقد بيتمان ورايش أن المستخدمين يمكنهم تعزيز الألفة في العلاقات وبالتالي تخفيف الشعور بالوحدة باستخدام سناپشات وإنستجرام Instagram و Snapchat. وعلى الجانب الآخر، توصل بعض الدراسات الأخرى إلى نتائج عكسية، مما يشير إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن يعمق الشعور بالوحدة. حيث يعتقد رايت وآخرون أن الإدمان على الفيسبوك يمكن أن يؤدي إلى الاكتئاب ويؤثر بشكل خطير على الصحة البدنية والعقلية. وأنه كلما زاد الوقت الذي يقضيه الفرد على الشبكات الاجتماعية، قل رضاه وأصبح أكثر توتراً. كما تحقق وانج وآخرون من الارتباط الموجب بين استخدام فيسبوك والشعور بالوحدة الشديدة. بالإضافة إلى ذلك، يعتقد بعض العلماء أنه لا توجد صلة مباشرة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة، فلم يجد كاثرين وآخرون أية علاقة بين استخدام الهواتف الذكية والشعور بالوحدة النفسية من خلال التتبع المستمر لاستخدام المستخدمين للهواتف الذكية. كما وجد آرترس من خلال المقابلات أنه على الرغم من أن كبار السن لديهم موقف إيجابي تجاه استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، إلا أنهم لا يعتقدون أن مواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن تخفف من الشعور بالوحدة، وأن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ليس له علاقة بالوحدة (Cotton et al.,2013; Xu et al.,2020; Zhang et al.,2021).

كما أظهرت الدراسات السابقة نتائج متباينة فيما يتعلق بالعلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة لدى الراشدين وكبار السن، حيث يقلل كبار السن من شعورهم بالوحدة من خلال التفاعلات على وسائل التواصل الاجتماعي وذلك مقارنة بالراشدين (Wang et al.,2024).

وقد كشف عديد من الدراسات السابقة عن أن انخفاض المساندة الاجتماعية يؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية. ويمكن أيضاً تحقيق المساندة الاجتماعية من خلال مواقع التواصل الاجتماعي لأن أحد الدوافع المهمة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي هو اكتساب المساندة الاجتماعية والحفاظ عليها. وتشير الأدلة على المستويين النظري والتجريبي إلى وجود علاقة إيجابية بين الاستخدام النشط لوسائل التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية. فمن الناحية النظرية، يُعتبر التواصل الشخصي النشط خطة للحفاظ على العلاقة، وهو مفيد لاكتساب رأس المال الاجتماعي والمساندة الاجتماعية، وباعتبارها منصة مهمة للتواصل بين الأشخاص، توفر مواقع التواصل الاجتماعي للأشخاص مساحة مثالية للإفصاح عن الذات وسلوكيات التفاعل الاجتماعي، مما يساعد المستخدمين النشطين على الحصول على المزيد من المساندة الاجتماعية. ومن الناحية التجريبية، دعم البحث أيضاً الدور الإيجابي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي النشطة في الحصول على المساندة الاجتماعية، وتأثير المساندة الاجتماعية المدرك في الشعور بالوحدة (Lin et al., 2022).

كما توفر شبكة الإنترنت فرصاً للأفراد للإفصاح عن أنفسهم، وقد استغل عديد من الأفراد هذا الإعداد الجديد للإفصاح عن معلومات حول الذات في شكل صفحات ويب شخصية، ومدونات، ومواقع شبكات اجتماعية (Kim&Dindia,2011,158).

إن الإفصاح عن الذات هو الكشف عن المعلومات الشخصية للآخرين. ووفقاً لنظرية الاختراق الاجتماعي، فإن الإفصاح عن الذات ونقل المعلومات الشخصية من المرجح أن يزداد عندما يتحول التفاعل بين الأشخاص إلى علاقة أكثر حميمية. بالإضافة إلى ذلك، يرتبط الإفصاح عن الذات سلباً بالشعور بالوحدة، فأولئك الذين يشعرون بالوحدة هم أقل عرضة للإفصاح عن الذات، وقد يواجهون صعوبة في تطوير العلاقات الاجتماعية. وقد كشفت نتائج إحدى الدراسات أن النساء يكشفن عن الذات أكثر من الرجال. كما تبين وجود ارتباطات بين مقدار الإفصاح عن الذات والميل إلى الاكتئاب وانخفاض النشاط الاجتماعي لدى الرجال، وبين مقدار الإفصاح عن الذات والأعراض الجسدية والقلق لدى النساء (Yokoyama et al., 2024).

وبناءً على هذه الاستنتاجات غير المتسقة، اعتقد بعض العلماء أن الاختلافات في الإفصاح الفردي عن الذات قد تنظم العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة. على سبيل المثال، وجد كو وكو أن الإفصاح عن الذات يمكن أن ينظم العلاقة بين استخدام المدونات والرفاهية الذاتية. كما وجد تشين ولي أن الكشف عن الذات يمكن أن ينظم العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي المحمولة والرفاهية النفسية. وتوصلت دراسات أخرى حول التأثيرات المعتدلة للإفصاح عن الذات على مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة إلى استنتاجات مماثلة. إلى جانب ذلك، يتأثر الشعور بالوحدة لدى كبار السن أيضاً بالنوع والعمر والحالة التعليمية والحالة الاجتماعية (Xu, et al.,2020).

وقد تكون النتائج غير الحاسمة مرتبطة بطريقة استخدام كبار السن لهذه التقنيات عبر الإنترنت. فعندما تُستخدم مواقع التواصل الاجتماعي بشكل أساسي أو حصري لأغراض الترفيه وجمع المعلومات، يميل استخدامها إلى الارتباط بمستويات أعلى من الشعور بالوحدة. وعندما تستخدم لأغراض اجتماعية، مثل التواصل الموجه (التواصل مع شخص معين بدلاً من التواصل المباشر أو التصفح السلبي)، قد يزيد من مشاعر الرضا عن العلاقات الاجتماعية ويقلل من الشعور بالوحدة (Zhang et al.,2021).

أسئلة الدراسة:

في ضوء ما سبق، يتمثل السؤال الرئيس للبحث الحالي في:

هل يوجد دوراً معدلاً لكل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت في العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن من الجنسين ؟

وينبثق عن هذا السؤال عدة أسئلة فرعية، هي:

١- هل توجد علاقة ارتباطية بين كل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات) ؟

٢- هل يمكن للتفاعل بين المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية التنبؤ باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات) ؟

٣- هل يمكن للمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت تعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات) ؟

٤- هل يمكن للإفصاح عن الذات عبر الإنترنت تعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات) ؟

مبررات الدراسة

١- زيادة أعداد كبار السن في مختلف الدول كما يتضح من التقرير الصادر عن منظمة الصحة العالمية في عام ٢٠٢٠، حيث تجاوز عدد الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم ٦٠ عاماً فأكثر عدد الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ٥ سنوات، بحلول عام ٢٠٣٠، سيكون واحد من كل ستة أشخاص في العالم في سن الستين أو أكثر، وبحلول عام ٢٠٥٠، سيتضاعف عدد سكان العالم الذين تبلغ أعمارهم ٦٠ عاماً فأكثر (٢,١ مليار نسمة) (World Health Organization, october 2022).

ويفوق عدد المسنات عدد المسنين على الصعيد العالمي، حيث شكلت شكلت النساء (٥٥,٧%) من الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم ٦٥ عاماً أو أكثر في عام ٢٠٢٢، ومن المتوقع أن تنخفض نسبتهن قليلاً إلى (٥٤,٥%) بحلول عام ٢٠٥٠ (Department of Economic and Social Affairs Population Division, 2022).

كما أن التقرير الصادر عن الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء بمصر عن التوزيع النسبي للسكان طبقاً لفئات السن عام ٢٠٢٤ يشير إلى أن كبار السن الذين يبلغون ٦٠ - ٦٤ عام نسبتهم (٢,٨%) (الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، يوليو ٢٠٢٤).

- ٢- للشعور بالوحدة النفسية عدة تأثيرات سلبية في توافق الأفراد، فقد وُجد أنه يرتبط سلبًا بالرضا عن الحياة وتقدير الذات، وقد يؤدي إلى مشكلات نفسية وسلوكية خطيرة مثل الاكتئاب والانتحار. وبالتالي، كانت العوامل المؤثرة في الشعور بالوحدة النفسية موضوعًا بحثيًا بالغ الأهمية (Lin et al., 2022).
- ٣- زيادة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وتزايد الوقت الذي يكرسه المستخدمون يؤدي إلى ضرورة فهم تأثيرات استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية على مستخدميها من كبار السن.
- ٤- يعد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن قضية جديدة في عديد من البلدان. ومع ذلك، تركز الأبحاث القائمة حول الاستخدام المفرط لهذه المواقع لدى المراهقين والشباب، وهناك دراسات قليلة لاستكشاف موضوع استخدام كبار السن لهذه المواقع، لذلك، تهدف هذه الدراسة إلى المساهمة في سد هذه الفجوة.
- ٥- تعارض النتائج فيما يتصل بالعلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والوحدة النفسية لدى كبار السن، وكذلك الدور الذي يقوم به كل من المساندة الاجتماعية والإفصاح عن الذات عبر هذه الوسائل.
- ٦- افتقار المجال إلى فهم متماسك لكيفية تأثير العوامل في الشعور بالوحدة النفسية واستخدام وسائل التواصل لدى كبار السن. وبالتالي، من الضروري الكشف عن الآليات المعدلة التي يمكن أن تحفز ذلك لدى كبار السن، ومن بين هذه الآليات المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت، والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت.
- ٧- إعداد مقاييس للمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت، والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت، واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي خاصة بتلك الفئة في المجتمع المصري.

مفاهيم الدراسة والأطر النظرية المفسرة

سيتم عرض مفاهيم الدراسة، وهي: المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت، والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت، والشعور بالوحدة النفسية، واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، والنماذج النظرية المفسرة لها، وذلك على النحو التالي:

أولاً: المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت

يبحث هذا المفهوم من مفهوم المساندة الاجتماعية التي اهتم بدرستها عديد من الباحثين لدى عدة فئات في المجتمع، والتي تضمنت أفراداً أسوياء ومرضى بمختلف المراحل العمرية.

فالمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت ظاهرة جديدة نسبياً، وهي شكل من أشكال الاتصال الحاسوبي الذي يسهله التقدم في تقنيات المعلومات والاتصالات، وظهور التطبيقات المستندة إلى الإنترنت، التي يشار إليها بمصطلح تطبيقات الويب (محمود وعبد الحميد، ٢٠٢٢).

تُعرّف المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت على أنها "مدى تقييم الشخص لتوافر المساندة الاجتماعية التي يتلقاها من جهات الاتصال عبر الإنترنت وكفايتها". وتُعرف المساندة عبر الإنترنت أيضاً على أنها "مساعدة متاحة للفرد عبر الإنترنت في موقف حرج يتطلب التغلب عليه استخدام موارد خارجية من مجموعات افتراضية تجمع الأشخاص الذين يتعاملون في الماضي أو الحاضر مع صعوبات ذات طابع مماثل" (محمود وعبد الحميد، ٢٠٢٢).

كذلك تُعرّف المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت على أنها تفاعل بين الأفراد على الشبكات الاجتماعية، والذي يشار إليه من خلال تقديم المساعدة للأفراد الآخرين في شكل دعم من خلال الكلمات والأفعال الموجودة عبر الإنترنت (محمود وعبد الحميد، ٢٠٢٢). وذلك ما يعكسه المعنى المتبنى للبحث الحالي.

وتتعلق الشبكة الاجتماعية بعدد وتكرار العلاقات التي يُنشئها الفرد ويحافظ عليها (الجوانب الهيكلية الموضوعية للعلاقات الاجتماعية)، والتي تتكون من أفراد الأسرة والأصدقاء المقربين والجيران والأفراد الآخرين في دائرتهم الاجتماعية. وقد أظهرت

الدراسات السابقة أن المساندة الاجتماعية ترتبط سلباً بالشبكة الاجتماعية، وأن أولئك الذين لديهم مساندة اجتماعية مرتفعة لديهم شبكات اجتماعية أصغر. من ناحية أخرى، فإن فكرة أن الشبكة الاجتماعية الإيجابية مفيدة للصحة البدنية والنفسية للفرد تم دعمها على نطاق واسع من خلال الأبحاث النظرية والتجريبية. كما يتأثر الشعور بالوحدة بالشبكة الاجتماعية، حيث تعمل الأخيرة كمؤشر سلبي للوحدة. ففي دراسة أمستردام الطولية للشيخوخة، تابع بعض الباحثين المشاركين الذين تزيد أعمارهم عن ٧٥ عاماً لمدة ١١ عاماً، ووجدوا أن انخفاض حجم الشبكة الاجتماعية يؤدي إلى مستويات أعلى من الشعور بالوحدة بمرور الوقت. فإذا كان الشخص معزولاً عن العائلة أو الأصدقاء، ينخفض إدراكه لنوعية الحياة ويكون أكثر عرضة للشعور بالوحدة عندما لا يتم تلبية الاحتياجات الوظيفية والوجدانية بشكل كافٍ. وعلى العكس من ذلك، أظهرت العلاقات الاجتماعية الإيجابية والشبكات الأوسع قدرةً على التكيف الاجتماعي، مما أدى إلى تكوين مزيد من الموارد الاجتماعية والمساندة، مما سمح لكبار السن بالحفاظ على موقف إيجابي وشعور بالانتماء. وبشكل عام، من المرجح أن يصاحب ضعف الشبكة الاجتماعية الشعور بالوحدة. وبالتالي، واستناداً إلى النموذج الشخصي للشعور بالوحدة والأدلة السابقة، تم افتراض أن الشعور بالوحدة قد يُفاقم شعور كبار السن بعدم الرضا عن شبكة العائلة والأصدقاء من خلال تقليل حجم هذه الروابط (Sun et al., 2024).

وقد ركز معظم الدراسات على السمات السلبية وذلك مقارنة بالسمات الإيجابية لمواقع التواصل الاجتماعي، مثل مساهماتها في المساندة الاجتماعية، وذلك على الرغم من أن نظريات المساندة الاجتماعية، ونظريات رأس المال الاجتماعي لا تميز بين الظواهر الاجتماعية عبر الإنترنت والظواهر الاجتماعية الشخصية الواقعية (Nick et al., 2018).

توجد أربعة أنواع فرعية سائدة للمساندة، هي: (١) المساندة الوجدانية^١: التي تعكس التعبير عن القبول، أو الحميمية، أو الرعاية، أو الإعجاب، أو الاحترام، أو التفهم.

(1) Emotional Support.

(٢) الرفقة الاجتماعية^١: التي تتقل دعمها الشعور بالانتماء، إما بشكل مباشر من خلال التعبير عن الانتماء للمجموعة، أو بشكل غير مباشر من خلال قضاء الوقت معاً في أنشطة ترفيهية. (٣) المساندة المعلوماتية^٢: التي تشمل المساعدة في تحديد المشكلات وفهمها والتعامل معها، وقد تأخذ شكل تقديم المشورة، أو مشاركة معلومات أو وجهات نظر جديدة، أو توفير مرجع لموارد جديدة. (٤) المساندة الأدائية^٣: وتشمل توفير المساعدات المالية والموارد المادية والخدمات اللازمة، ويتضمن ذلك تقديم المساعدة في إنجاز المهام الضرورية، أو تقديم شيء مفيد، أو أداء مهمة، أو تحمل مسؤولية (Nick et al., 2018).

وهذه الأنواع هي محور اهتمام الدراسة الحالية. فمثلما يتبادل الأفراد المساندة الاجتماعية مع أعضاء مجموعاتهم الاجتماعية في العالم الواقعي، يشارك أعضاء المجموعات الاجتماعية أيضاً في تقديم و/أو تلقي مختلف أشكال المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت، فهم يساعدون في حل المشكلات التقنية للآخرين من خلال الدروس الخصوصية عبر الإنترنت خطوة بخطوة (المساندة الأدائية)؛ كما يتبادلون الأفكار أو يقدمون النصائح والاقتراحات لبعضهم بعضاً (المساندة المعلوماتية). ويواسون أصدقاءهم من خلال البريد الصوتي أو الرسائل النصية، ويتبادلون كلمات الإعجاب (المساندة الوجدانية)، ويشتركون في أنشطة محبذة لديهم (الرفقة الاجتماعية) (Chung et al., 2014).

وللمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت عديد من الفوائد، منها: أولاً، تأتي المساندة عبر الإنترنت من مجموعة متنوعة من المصادر، مثل العائلات والأصدقاء المقربين وزملاء الدراسة السابقين وزملاء العمل أو المشرفين والمعارف والغرباء (مثل المعجبين). ثانياً، يمكن تلقي المساندة من شخص قريب أو بعيد في أي دولة. ثالثاً، يمكن تقديم المساندة عبر الإنترنت في أي وقت. رابعاً، يمكن لكل من مقدم المساندة والمتلقي تجنب

(1) Social Companionship.

(2) Information Support.

(3) Instrumental Support.

الإحراج الذي ينشأ أحياناً في التفاعلات الاجتماعية وجهاً لوجه (Chung et al., 2014).

وينقسم الأفراد إلى نوعين، منهم من يطلب المساعدة عبر الإنترنت بشكل مباشر، ومنهم من يطلبها بشكل غير مباشر. وعلى الرغم من أن طلبات المساعدة غير المباشرة أكثر شيوعاً من طلبات المساعدة المباشرة، إلا أن المستجيبين يقدمون نوع المساعدة ذاته (مساعدة وجدانية أو معلوماتية) لمن يطلبون في كلتا الحالتين. ويشير هذا إلى أن كلا الطرفين يُظهران نمطين للتواصل، أولهما: يستخدم فيه الأفراد السرد للتعبير عن مشاعرهم دون السعي للحصول على نوع معين من المساعدة، وثانيهما، يقدم فيه المستجيبون أنواعاً مماثلة من المساعدة بغض النظر عما إذا كان الطلب قد تم تقديمه أم لا (Yip, 2024, 60).

النظريات المفسرة للمساعدة الاجتماعية عبر الإنترنت

ومن أهم تلك النظريات، نظرية المساعدة عبر الإنترنت، والتي نعرض لها فيما يلي:

▪ نظرية المساعدة عبر الإنترنت^١ لـ لاكورسيير LaCoursiere عام ٢٠٠١

صُممت هذه النظرية لفهم الصورة الأوسع للمساعدة الاجتماعية، بما في ذلك استخدام الإنترنت. ووفقاً لهذه النظرية، فإن أي ضغوط يتعرض لها الفرد تؤدي إلى رغبته في سلوكيات طلب المساعدة، والتي تشمل استخدام المساعدة الاجتماعية عبر الإنترنت، والذي يتألف من ثلاثة عوامل: الجوانب الهيكلية للشبكة الاجتماعية، والمساعدة الوظيفية المتاحة أو المُستلّمة بالفعل، وطبيعة المساعدة. وتفترض هذه النظرية أن المساعدة الاجتماعية عبر الإنترنت لها نتائج كمية وكيفية. تشمل النتائج الكمية السلوكيات والأفكار والمشاعر والأفعال المتضمنة في تكوين شبكة اجتماعية، أما النتائج النوعية فتربط بالوعي والتفاعلات مع المشاركين، كما تساهم في تكوين الشبكة الاجتماعية (Through: Dietrich, 2010).

وأكدت هذه النظرية أن الربط بين العملية الواعية أو اللا واعية لربط الوعي الناشيء بالأفكار أو المعلومات المكتسبة سابقاً يؤدي إلى رؤى حول الذات والآخرين. وتشبه

(1) Online Social Support Theory.

عملية الربط بتطوير قاعدة بيانات يتم فيها تخزين المعلومات وربطها وفهمها واسترجاعها، والنتيجة النهائية هي أن الأفراد يشكلون معناهم الشخصي لتجربة المساندة عبر الإنترنت. وقامت لأكورسيير بتصنيف نظريتها للمساندة عبر الإنترنت إلى أربعة أقسام أولاً: بدء الأحداث التي تدفع الشخص لطلب المساندة عبر الإنترنت. ثانياً: تؤثر العوامل الوسيطة (مثل العمر والنوع واستخدام الإنترنت) على أولئك الذين بدأوا الأحداث. ويتناول القسم الثالث من نظريتها ثلاثة مكونات للمساندة الإلكترونية، هي: (أ) مكون الإدراك أو الحالة الوجدانية للأفراد الباحثين عن المساندة، و(ب) المكون المعرفي، أو المعالجة الفكرية للفرد، و(ج) مكون المعاملات والذي يمثل تقييماً لجميع المعلومات الواردة من خلال تبادل المساندة عبر الإنترنت. أما المكون الرابع والأخير فيتعلق بنتائج المساندة عبر الإنترنت بثلاث عمليات تحدد هذه النتائج: (أ) دعم الوساطة، (ب) معالجة المعلومات، و(ج) وظائف التقييم (من خلال: محمود وعبد الحميد، ٢٠٢٢).

وتتبنى الدراسة الحالية هذه النظرية لاهتمامها بالمساندة عبر الإنترنت، وذلك مقارنة بباقي النماذج المتاحة في التراث.

ثانياً: الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت

تمت دراسة الإفصاح عن الذات لأول مرة في تخصصات علم النفس والاتصالات في سياقات غير متصلة بالإنترنت مثل المحادثة مع أفراد من مستويات متفاوتة من الألفة، والتفاعلات داخل مجموعة من طلاب التمريض، والمعالجين الذين يبنون علاقة ودية مع المرضى. وقد قدمت دراسة مبكرة حول الإفصاح عن الذات أداة - تستند إلى ست فئات من المعلومات الشخصية، بما في ذلك المواقف والآراء والمال والجسد - لتحديد صدق الإفصاح وكميته للشخص المستهدف؛ وتم تقسيم البيانات لتسليط الضوء على الاختلافات في الإفصاح بناءً على النوع والعرق والحالة الاجتماعية وموقف الشخص تجاه الشخص المستهدف (Nabity-Grover, 2020, 6).

ويشير التعريف التقليدي للإفصاح الذاتي إلى التعبيرات "اللفظية" المتعمدة للذات فقط، ولا يشمل الإشارات غير اللفظية. ومع ذلك، قد لا يكون هذا التعريف للإفصاح

الذاتي مناسباً للتواصل عبر الإنترنت. فقد يشمل الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت التواصل غير اللفظي، بما في ذلك الصور المنشورة للذات، والتي قد تكون آلية واعية تستخدم للإفصاح عن الذات. أيضاً، عندما يدرج الأشخاص روابطهم المفضلة على مواقع الويب الخاصة بهم، فإن ذلك يعتبر إفصاح عن الذات (Kim&Dindia,2011).

وقد ورد في التراث أن الإفصاح عن الذات هو التعبير عن معلومات شخصية للآخرين مثل الهوايات والصور. ويمكن النظر إلى أي معلومات شخصية، وتحديث الحالة، وكتابة المنشورات باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على أنها إفصاح عن الذات. وتعزز مواقع التواصل الاجتماعي الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت، حيث يقوم الزائر المجهول أيضاً بتحليل الصور والمنشورات والحالة، وتطوير رأي حول سلوك الفرد بطرق مختلفة. ويشير الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت إلى تقديم المعلومات الذاتية على مواقع التواصل الاجتماعي مثل نشر الرسائل والصور ونشر القصص الواقعية. ومقارنة بالتفاعل وجهًا لوجه، فإن تفاعل مواقع التواصل الاجتماعي مجهول وغير مرئي مما يتسبب في إفصاح الجميع عن معلومات مهمة على مواقع التواصل الاجتماعي (Kanwal et al.,2019).

ويُعد الإفصاح عن الذات أكثر انتشاراً في التواصل عبر الإنترنت منه في التواصل وجهًا لوجه، حيث يشير أحد الباحثين إلى أن سياق التواصل عبر الإنترنت يُسرّع من الإفصاح عن الذات، مما يوفر الراحة والدعم المتبادل. ويمكن للأفراد استرجاع المعلومات حول المستخدمين الآخرين، مثل رسائلهم وملفاتهم الشخصية، للحفاظ على الألفة. وقد أظهرت الدراسات أن المعلومات التي يكشف عنها الأشخاص طوعيةً على الإنترنت غالباً لا تتم مشاركتها في التفاعلات وجهًا لوجه، ففي حين يتم تبادل المعلومات السطحية في المرحلة الأولى من التواصل وجهًا لوجه، وتتطور تدريجياً إلى تفاصيل أكثر حميمية بمرور الوقت، يميل التواصل عبر الإنترنت إلى تضمين قدر أكبر من المعلومات الشخصية. كما أن الرسائل عبر الإنترنت يمكن أن تزيد من مستوى الإفصاح الذاتي مقارنةً بالتواصل وجهًا لوجه. كما يُعد إخفاء الهوية عاملاً

رئيسياً يسهم في النسبة الكبيرة للإفصاح الذاتي في التفاعلات عبر الإنترنت (Yip,2024,67).

كما تم تعريف الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت على أنه مشاركة الخبرات والمعلومات الشخصية عبر الإنترنت (Akers,2018,4).

ويعرف الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت أيضاً على أنه قدرة الفرد علي التعبير عما يدور بداخله، وعن أوضاعه ومعلوماته الشخصية وما يحدث له من مواقف حياتية مختلفة سواء أكانت إيجابية أم سلبية، والإفصاح عنها عبر مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة (الفيس بوك، الواتس آب، التليجرام، تويتر) مما يزيد من ثقته بنفسه.

ويتكون الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت من خمسة مكونات، هي:

- الإفصاح عن المعلومات الشخصية: وتشير إلى كمية المعلومات الشخصية ونوعيتها التي يبوح بها الفرد عن نفسه عبر مختلف مواقع التواصل الاجتماعي.
- الإفصاح عن الحالات الشعورية والمزاجية: ويقصد بها تعبير الفرد عن مشاعره وانفعالاته الشخصية للآخرين عبر مختلف مواقع التواصل الاجتماعي.
- الإفصاح عن العلاقات الأسرية: ويشير إلي ميل الفرد إلى الإفصاح عن بعض المعلومات الخاصة بعلاقاته مع أسرته وأقرانه والإفصاح عنها عبر مختلف مواقع التواصل الاجتماعي.
- الإفصاح عن الآراء والاتجاهات: ويقصد بها قيام الفرد بالبوح بشكل عمدي عبر مختلف مواقع التواصل الاجتماعي عن آرائه واتجاهاته نحو بعض القضايا سواء كانت قضايا عامة في المجتمع أم قضايا خاصة.
- الإفصاح عن الأنشطة والطموحات: ويقصد بها العملية التي يقوم بها الفرد بالإفصاح عن بعض المعلومات المتعلقة بطموحاته وأهدافه وأحلامه وميوله ورغباته وذلك عبر مختلف مواقع التواصل الاجتماعي (حليم ، ٢٠٢١).

وبناءً على التعريفات السابقة، يمكن للبحث الحالي تعريف الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت على أنه مشاركة كبار السن لمشاعرهم الإيجابية والسلبية، وآرائهم واتجاهاتهم نحو أنفسهم ونحو الأمور السياسية، والدينية، والاجتماعية، والفنية وغيرها، وما يطرأ

على حالتهم الصحية، وعلاقاتهم الاجتماعية بالمحيطين بهم، وذلك من خلال الإنترنت.

ويعكس هذا التعريف اهتمام البحث الحالي بأربعة مكونات للإفصاح عن الذات عبر الإنترنت لدى كبار السن، هي:

- الإفصاح عن الحالة المزاجية: يعكس تعبير كبار السن عن مشاعرهم اليومية مثل الفرح أو الحزن عبر الإنترنت.

- الإفصاح عن الآراء والاتجاهات: ويعبر عن مشاركة كبار السن عبر الإنترنت لآرائهم واتجاهاتهم نحو أنفسهم، وغيرها من الأمور والأحداث الجارية (السياسية، أو الدينية، أو الاجتماعية، أو الفنية، وغيرها)، وكذلك المنتجات والخدمات التي يستخدمونها.

- الإفصاح عن الحالة الصحية: يقصد به قيام كبار السن بالإفصاح عبر الإنترنت عن الأمراض الخاصة بتلك المرحلة العمرية التي يعانون منها، وتجاربهم مع العلاجات التي يستخدمونها، وإجراء الفحوصات (التحاليل أو الإشاعات) التي تُطلب منهم، وكذلك حالة السمع والبصر وقدرتهم على الحركة.

- الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية: أي بوح كبار السن عبر الإنترنت عن طبيعة علاقاتهم بالمحيطين بهم وما طرأ عليها من تغيرات، والمناسبات الاجتماعية التي يشاركون فيها.

وقد كشفت الأبحاث التي أجريت حول الإفصاح عن الذات عبر موقع فيسبوك أن الإفصاح الذاتي المعزز كان العامل الرئيسي في تحسين الرفاهية الاجتماعية. وفي دراسة سابقة حول مشاركة المعلومات عبر الإنترنت وبناء العلاقات، وجد الباحثون أن مشاركة المعلومات على مواقع التواصل الاجتماعي كان لها تأثير إيجابي عام في تطوير العلاقات عبر الإنترنت (Akers et al., 2018, 3).

كما وجد الباحثون أن الإفصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي متمثلاً في استخدام سينا ويبو - وهو تطبيق وسائط اجتماعية صيني - أن الفرد الذي يعاني

من قلق شديد يفصح عن معلومات أقل مقارنة بالآخرين. وتشير الجهود النظرية إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تجتذب الفرد بمعلومات شخصية، حيث أن الطبيعة البشرية تجعل الناس يهتمون بالحصول على معلومات عن الآخرين، وفي نفس الوقت، فإن هذا النوع من السلوك يقودهم أيضاً نحو مواقع التواصل الاجتماعي ويعبرون عن معلوماتهم الشخصية من خلالها (Kanwal) et al, 2019).

العواقب الإيجابية والسلبية للإفصاح الذاتي عبر الإنترنت

يرتبط الإفصاح عن الذات بتنمية رأس المال الاجتماعي، وبناء العلاقات الشخصية، كما تشير الأدبيات إلى أن الإفصاح عن الذات يساعد الأفراد في التغلب على مشاعر الوحدة (Sharif et al., 2021).

ويُعد الإفصاح عن الذات سمة مميزة لمواقع التواصل الاجتماعي، حيث تشجع المحادثات عبر مواقع التواصل الاجتماعي على الإفصاح الذاتي بشكل أكبر، ويمكن للمستخدمين الانخراط في الإفصاح الذاتي من خلال إنشاء الملف الشخصي وتحديثات الحالة وإدارة الصور ونشر الرسائل والرد على الرسائل التي يرسلها أصدقاؤهم. ومن المحتمل أن يكون للمساندة الناتجة عن الإفصاح الذاتي تأثير مفيد على المستخدمين، ويمكن توضيح ذلك من خلال افتراض أنه كلما زاد عدد مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي الذين يكشفون عن أنفسهم، زاد احتمال تلقيهم مساندة من هؤلاء المستخدمين (Hossain et al., 2023).

وبالإضافة إلى ذلك، ناقش عديد من الدراسات الآثار الإيجابية والسلبية للإفصاح عن الذات. فقد أشار أحد الباحثين إلى عدة آثار إيجابية للإفصاح عن الذات، منها تجربة الشعور بالفهم الوجداني، والشهرة، وتخفيف الضغوط الفسيولوجية والنفسية. ومن ناحية أخرى، أشار باحث آخر إلى عدد من النتائج السلبية المحتملة للإفصاح عن الذات، مثل الرفض، وإرهاق المتلقي، وتكوين انطباعات غير مرغوب فيها، والندم، والشعور بالخجل (Yip, 2024, 65).

ويمكن للإفصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي التواصل والمشاركة في الجوانب الترفيهية والمهنية والمجتمعية. وفي هذا الإطار أشار الباحثون إلى ضرورة

التوازن بين الإفصاح عن الذات وبناء الروابط الاجتماعية مع تجنب العواقب الاجتماعية السلبية، وعلى الرغم من اكتساب الأفراد كثير من المتابعين والأصدقاء عبر الإنترنت، فإنهم عبروا عن نوعية وقيمة أكبر في صداقاتهم الحقيقية (Akers,2018,3-4). وكان المشاركون أكثر انجذابًا إلى الأفراد الذين يفصحون عن الذات الإيجابية وليس السلبية، ويرى الباحثون أن الكشف عن المعلومات السلبية للأفراد الغرباء ينتهك المعايير الاجتماعية للملاءمة ولا يؤدي إلى الانجذاب (Kim&Dindia, 2011,158). وقد وجدت الدراسات التجريبية القائمة على الرسائل الفورية أن الوحدة لا ترتبط بعمق الإفصاح، بل ترتبط عكسيًا بالقيمة والدقة وكمية الإفصاح عن الذات بين شركاء المحادثة (Velasco- (Martin,2013,24).

ووضع بعض الباحثين أبعادًا أخرى للإفصاح عن الذات عبر الإنترنت، منها: العمق أو الحميمية، وصدق الإفصاح عن الذات، والنية الواعية المتعمدة للإفصاح، والقيمة، وكذلك الصدق. وأوضحوا أنه عندما ينخرط الفرد في الإفصاح الذاتي، يحاول تقديم الصفات التي تجعله شخصًا جذابًا، خاصة في المراحل المبكرة من بناء العلاقة (Kim&Dindia,2011,157; Nabity-Grover,2020). إن الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت ليس دائمًا مفتوحًا وصادقًا، ولكنه قد يتضمن قرارًا واعيًا ومتعمدًا للإفصاح عن الجوانب الإيجابية وليس السلبية للذات من أجل أن يُنظر إليه على أنه جذاب ومجزٍ، على سبيل المثال، يمكن للأفراد الكذب في الأمور المتعلقة بأعمارهم وحالاتهم الاجتماعية وأوزانهم وأطوالهم، وذلك يعني أن الكذب عبر الإنترنت أسهل بسبب عدم وجود دليل على ذلك (Kim&Dindia,2011,158).

أيضًا، ترتبط مخاوف الخصوصية سلبًا بالإفصاح عن الذات، ومع ذلك، يختلف هذا التأثير وفقًا لاختلاف السياق؛ فقد وجد من نتائج إحدى الدراسات أن مخاوف الخصوصية لها تأثير أقل على الرغبة في الإفصاح عن المعلومات الشخصية لدى مستخدمي فيسبوك الهولنديين. في حين وجدت نتائج دراسة أخرى أن كل من حجم وحميمية وصدق الإفصاح عن الذات على مواقع التواصل الاجتماعي قد ارتبط سلبًا

بمخاوف الخصوصية، كما وجد أن ثقة المستخدمين بالوسيلة، وخاصةً فيسبوك، تؤثر على سلوكهم في الإفصاح عن الذات (Sharif et al.,2021). كما اكتشف أحد الباحثين أن الأفراد ينظمون محتوى عملية الإفصاح عن الذات ومدتها، فقد يختلف جوهر الإفصاح عن الذات وأسلوبه بين الأفراد الذين يسعون إلى التفاعلات الشخصية، وأولئك الذين يسعون إلى المعرفة أو المتعة (Hossain et al.,2023).

النظريات المفسرة للإفصاح عن الذات عبر الإنترنت

فسرت عدة نظريات مفهوم الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت، ومن هذه النظريات:

١ - نظرية الاختراق الاجتماعي^١

وضع ألتمان وتايلور (١٩٧٣) تلك النظرية. وتم طرحها في إطار تقييم المكافآت والتكاليف الشخصية المكتسبة من التفاعلات المتبادلة للآخرين. واقترحت هذه النظرية أن الأفراد يمرون بعدة مراحل للإفصاح عن المعلومات عن أنفسهم، وأن الطبقة الخارجية من الاختراق الاجتماعي تمثلها العلاقات الأقل حميمية، أما المركز فيمثلته العلاقات الشخصية الأكثر حميمية (Akers,2018,4).

كما افترضت هذه النظرية أن الإفصاح عن الذات مفهوم أساسي في تطوير العلاقات مع الآخرين والحفاظ عليها، وأن الفرد يفصح عن أفكاره وخبراته ومخاوفه عبر مواقع التواصل الاجتماعي (Kanwal et al.,2019).

كما أن المشاركين في التواصل سوف يفصحون عن أنفسهم في البداية بشكل سطحي، وسوف يزداد مستوى العمق في الإفصاح عن الذات بمرور الوقت مع تطور العلاقة. ويتم تحديد مستوى الإفصاح للتبادل في كل تفاعل من خلال تحليل المكافأة أو التكلفة التي يقوم بها كل مشارك، وتوقع العواقب والتنبؤ بها. إن تعميق العلاقة هو المكافأة التي يتلقاها الناس مقابل إفصاحهم. في الوقت نفسه، يُعتبر إفصاح الطرف الآخر عن ذاته عادةً مكافأة في حد ذاته، ورمزاً للثقة. وتم ربط الإفصاح عن الذات بالإعجاب، فالأفراد يفصحون عن المزيد للأفراد الذين يحبونهم، والأشخاص الذين

⁽¹⁾ Social Penetration Theory.

يفصحون عن المزيد يكونون أكثر استحساناً بشكل عام، ويمكن تحليل ذلك باعتباره عملية تبادل اجتماعي (Velasco-Martin,2013,11; Yip,2024,66).

٢- نظرية إدارة خصوصية الاتصالات^١

اقترح بوترينيو Potronio عام ٢٠٠٢ هذه النظرية، وقدم من خلالها إطاراً قوياً لوصف كيفية تنظيم الأشخاص للإفصاح عن معلوماتهم الخاصة من خلال إنشاء حدود شخصية وجماعية. تبدأ إدارة خصوصية الاتصالات باقتراح أن الأشخاص يمتلكون معلوماتهم الشخصية، وبالتالي يحق لهم تحديد الأشخاص الذين يمكنهم مشاركة المعلومات معهم؛ وبمجرد مشاركة المعلومات، يكون هناك توقع (متفاوض عليه بطريقة ما) فيما يتعلق بأولئك الآخرين الذين يمتلكون هذه المعلومات، بأنهم سيتعاملون مع خصوصيتها بطريقة مناسبة. وعندما يتم انتهاك هذه التوقعات، يحدث اضطراب في الحدود. وقد تم تطوير إدارة خصوصية الاتصالات من خلال عديد من الأبحاث التي أجريت في مجالات مختلفة، وتم استخدامها في الأبحاث التي تركز على مواقع التواصل الاجتماعي لتطوير مقياس لخصوصية المدونات (Through: Velasco-Martin,2013,10).

وتتبنى الدراسة الراهنة التكامل بين هاتين النظريتين، حيث أن كليهما تفسر مفهوم الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت من جانب معين.

ثالثاً: الشعور بالوحدة النفسية

يمثل الشعور بالوحدة النفسية أحد المشكلات المعبرة عن الأسى الناتج عن عدم الرضا بالعلاقات الاجتماعية غير المشبعة، وقلة العلاقات الاجتماعية، وتُعد تلك المشكلة من المشكلات الشائعة لدى كبار السن، ويرى بعض الباحثين أن الشعور بالوحدة النفسية يُعد عرضاً مشتركاً في معظم الاضطرابات النفسية؛ فقد ارتبط هذا المفهوم سلبياً مع كل من مقاييس تقييم الذات، في حين ارتبط إيجابياً بكل من مقاييس الاكتئاب، والانتحار، والاستهداف للمشكلات الصحية، وانخفاض المهارات الاجتماعية (مبروك، ٢٠٠١، ٣٧).

⁽¹⁾ Communication Privacy Management Theory.

وتعتبر الوحدة تجربة ذاتية لمشاعر سلبية تجاه مستويات وخصائص التفاعل الاجتماعي غير المرضية، وإدراك محدودية المساندة الاجتماعية. بناءً على نظرية "الحاجة إلى الانتماء"، يميل الأفراد للبحث عن علاقات شخصية مستقرة وإيجابية، مما يُؤد شعورًا بالانتماء، إذا لم تُلبَّ هذه الاحتياجات الاجتماعية، فقد لا ينشط نظام المكافأة في الدماغ البشري، مما قد يؤدي إلى الشعور بالوحدة (Zhang et al, 2021).

ويتفق بعض الباحثين على وجود خاصيتين، هما:

- ١- أن الوحدة تعتبر خبرة غير سارة مثلها مثل الخبرات الانفعالية كالقلق والاكتئاب.
- ٢- أن مفهوم الشعور بالوحدة يختلف عن العزلة الاجتماعية، وهي تمثل إدراكًا اجتماعيًا للفرد عن وجود نواقص في علاقاته الاجتماعية، وهذه النواقص قد تكون كمية مثل قلة الأصدقاء، أو قد تكون نوعية مثل نقص الألفة والانسجام مع الآخر (الحسين، ٢٠٠٨).

كما يُعرّف الشعور بالوحدة النفسية بأنه تجربة سلبية تثير النفور وعدم الرضا وعدم القدرة على إشباع حاجة المرء إلى الألفة في العلاقات (Wang et al., 2024). ووفقًا لبونزيتي Ponzetti، فإن الشعور بالوحدة هو حالة نفسية ذاتية غير سارة تحدث نتيجة للاختلاف بين العلاقة الاجتماعية القائمة للفرد والعلاقة الاجتماعية المرغوبة. ووفقًا لكاشيويو وآخرون Cacioppo et al، يتم تعريف الشعور بالوحدة على أنه سلسلة معقدة من التجارب العاطفية، تتكون من المشاعر السلبية والإدراكات التي يعاني منها الشخص بسبب افتقاره إلى العلاقات الاجتماعية والشخصية. وعادة ما يكون الشعور بالوحدة هو الانفراد الجسدي في المجتمع، ويمكن ملاحظته في أوقات معينة لدى الأفراد بغض النظر عن العمر والنوع والحالة الاجتماعية، لذلك فإن السبب الرئيسي للشعور بالوحدة هو الافتقار إلى العلاقات الاجتماعية وانخفاض مستوى الرضا عن هذه العلاقات (Durucu et al., 2022, 286).

وقد قام بعض الباحثين بدراسة الوحدة بثلاث طرق، الطريقة الأولى هي الوحدة الموضوعية، حيث يكون الشخص معزولًا عن العلاقات الاجتماعية التي يحتاج إليها.

والطريقة الثانية هي الوحدة الذاتية التي يعيشها الفرد، على الرغم من أنه ليس بمفرده، لأنه غير قادر على التقاط السلوك الحميمي والوثيق الذي يتوقعه من بيئته. والطريقة الأخيرة هي الوحدة الواعية، حيث يختار الشخص الوحدة برغبته (Durucu et al., 2022, 286; Ingram & Kelly, 2022, 116).

وقد ميز العلماء بين نوعين من الوحدة؛ النوع الأول يسمى الوحدة الوجدانية التي تتمثل في افتقاد التعلق الحميمي بشخص آخر، فالأشخاص الذين يمرون ببعض الخبرات مثل الحرمان من شريك الحياة نتيجة الوفاة أو الطلاق يمرون بهذا النوع من الوحدة. أما النوع الثاني فيتمثل في الوحدة الاجتماعية التي تنتج من خلال افتقاد علاقات الشبكة الاجتماعية نتيجة لانتقال المسن إلى الإقامة في إحدى دور الرعاية، أو الانتقال للعيش في منطقة جديدة (مبروك، ٢٠٠١، ٣٨؛ مبروك، ٢٠٠٢). وقد أشار بعض الباحثين إلى الوحدة الوجدانية ويميزوا بين عدة جوانب لها، وهي: انعدام التواصل مع الآخرين، ومشاعر العزلة، والفراغ، والهجر، وربطوا بينها وبين الخوف من الموت (Tilburg, 2021).

يزيد من الشعور بالوحدة النفسية لدى المسنين زواج الأبناء وانشغالهم عنه، ووفاة شريك الحياة، وتقدم العمر، والضعف الجسمي، وانخفاض مستوى النشاط، مما يقلل دائرة التواصل الاجتماعي، وقد تقتصر علاقاته على أبنائه وأحفاده، وقد يعيش بمفرده في وحدة قاسية (Crewdson, 2016). بالإضافة إلى فقدانهم للعمل وتقاعدهم عنه (جودة، ٢٠٠٦)، ونقص المهارات الاجتماعية لديهم (السيد، ٢٠١٩).

كما اقترحت الأبحاث السابقة تفسيرات مختلفة لأسباب الشعور بالوحدة النفسية، حيث افترضت أن السبب الأول هو الافتقار إلى الرفقة من الصداقات. ففي مرحلة الطفولة، يعد تكوين الصداقات ونوعية تلك الصداقات أمراً بالغ الأهمية لمنع الشعور بالوحدة، حيث يمكن أن يؤدي الافتقار إلى الرفقة من الأصدقاء خلال هذه الفترة إلى زيادة الشعور بالوحدة، كما يعد الافتقار إلى الصداقة، أو الصداقات ذات النوعية المنخفضة، أو الرفض والتهم من قبل مجموعات الأقران عوامل تسهم في الشعور بالوحدة أثناء المراهقة. ومع تقدم الأفراد في السن، يمكن أن يسهم غياب الشعور

بالانتماء إلى مجموعة اجتماعية أيضاً في زيادة الشعور بالوحدة النفسية. وقد حددت الأبحاث التي أجريت عن العلاقة بين كبار السن والشعور بالوحدة عدة عوامل مساهمة في زيادة الشعور بالوحدة مثل تدهور الصحة البدنية والنفسية، وفقد الشريك، وزيادة الانفصال الاجتماعي. وقد وجد بعض الباحثين أن كبار السن الذين يعانون من الوحدة لفترات طويلة يمارسون نشاطاً بدنياً أقل، ويعانون من مشاكل صحية مزمنة أكثر، وهم أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب. كما أن الشعور بالوحدة لا يؤثر فقط على الصحة البدنية والنفسية، ولكنه يرتبط أيضاً بالتغيرات في ترتيبات نمط الحياة وأنماط الشبكات الاجتماعية الشخصية (Wang et al., 2024).

الوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية

تعتبر الوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية مفهومين وثيقا الصلة، وإن كانا متميزين. فالوحدة النفسية هي التجربة الذاتية للمشاعر السلبية تجاه مستويات التواصل الاجتماعي، وهي حالة لا إرادية. ولا تتبع الوحدة فقط من مستويات موضوعية للتواصل، بل تنتج عن الاختلافات بين مستويات الرغبة في العلاقات الاجتماعية وتوافرها. أما العزلة الاجتماعية فهي التجربة الموضوعية لغياب التواصل مع الآخرين، وخاصة غياب التواصل بالأشخاص الذين يقدمون المساندة الاجتماعية المرغوب فيها. لذلك، فإن العزلة الاجتماعية هي غياب العلاقات الاجتماعية ذات المغزى. وعلى الرغم من أن العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية مفهومين وثيقا الصلة، إلا أن الفرد المعزول اجتماعياً قد لا يعاني من مشاعر الوحدة على الرغم من افتقاره إلى التواصل الاجتماعي، في حين أن الفرد غير المعزول اجتماعياً والذي يتمتع بالتواصل الاجتماعي الوفير قد يعاني من مشاعر الوحدة إذا لم ينظر إلى هذا التواصل على أنه يحقق ما يريده من العلاقة (Cotton et al., 2013).

النظريات المفسرة للوحدة النفسية

تعددت النظريات المفسرة للوحدة النفسية، وفيما يلي عرض تلك النظريات:

١ - نظرية التعلم الاجتماعي

يرى "باندورا" أن الوحدة النفسية تنشأ من خلال التعلم بالملاحظة، كما يرى أن الوحدة النفسية هي نتيجة افتقار الفرد إلى المهارات الاجتماعية، وفشله في تعلم الطرق الملائمة للتعامل مع الأفراد (زغير، ٢٠١٧).

٢ - نظرية المجال

افترض "كيرت ليفين" أن الشعور بالوحدة النفسية عبارة عن حالة من عدم الاتزان الانفعالي تؤدي إلى عجز الفرد عن الوصول إلى محتويات كثير من المناطق في مجاله الحيوي، وكثير ما تغطي المناطق المقفلة على المناطق الأخرى وتؤثر في سلوكه، بحيث يبدو غير متوافق مع عالم الواقع الاجتماعي الذي يعيش فيه (جودت، ٢٠١٤؛ السيد، ٢٠١٩).

٣ - نظرية التفاوت أو التباين المعرفي^١

تفترض نظرية التناقض المعرفي أن الشعور بالوحدة ينشأ عندما تكون حاجتنا إلى الاندماج الاجتماعي مرتفعة، وبيئتنا الاجتماعية غير قادرة على إشباع تلك الحاجة. وقد انبثقت وجهات نظر إضافية للوحدة من هذه النظرية، ومنها "منظور تقليل الشعور بالوحدة"، حيث يسعى الأفراد إلى الروابط الاجتماعية عندما تكون بيئتهم غير كافية لتوفير الشعور بالانتماء، و "منظور إدامة الشعور بالوحدة"، حيث قد يؤدي الشعور بالوحدة إلى إزالة الحساسية تجاه التجارب المجزية اجتماعيًا. وقد يكون استمرار الشعور بالوحدة راجعًا إلى مجموعة من السمات المعرفية التي تميز الأفراد الوحيدين (Ingram & Kelly, 2022, 117).

٤ - نظرية العزو^٢

تشير نظرية العزو إلى أن الأفراد يعتقدون أن وحدتهم ترجع إلى بعض أوجه الضعف الخاصة بهم (الداخلية)، وأن هذا النقص غير قابل للتغيير (مستقر). وبالتزامن مع أسلوب العزو الداخلي والمستقر، وُجد أن الأفراد الوحيدين لديهم يقظة

(1) Cognitive Discrepancy Theory.

(2) Attribution Theory

مفرطة للتهديد الاجتماعي والتوقعات السلبية للعلاقات والتحييزات غير المفيدة للإشارات الاجتماعية. وترتبط التوقعات الاجتماعية ارتباطاً وثيقاً بمفهوم المخططات، حيث تعمل المخططات غير التوافقية والإدراكات الاجتماعية غير المفيدة بشكل متناقض في الحفاظ على الشعور بالوحدة بمرور الوقت، حيث يكون الأفراد الوحيدون يقظين تجاه علامات التهديد في عالمهم الاجتماعي (مثل: علامات تقييم الآخرين لهم بشكل سلبي). وقد تعني هذه التحييزات المتأصلة أن هؤلاء الأفراد يجدون أدلة في بيئتهم تؤكد معتقداتهم حول أنفسهم والآخرين. ومن المرجح أن يؤدي تأكيد مثل هذه المعتقدات إلى دفع هؤلاء الأفراد إلى التصرف بطرق مضادة لتكوين العلاقات الاجتماعية، مثل الانسحاب من الآخرين وتجنب الاتصال الاجتماعي وتخريب العلاقات الاجتماعية. وقد تؤدي هذه السلوكيات بدورها إلى استنباط استجابات من الآخرين تحافظ على شعور الفرد بالعزلة (Ingram&Kelly, 2022,118).

٥- نظرية الهوية الاجتماعية^١:

تصف نظرية الهوية الاجتماعية كيف تشكل المجموعات الاجتماعية الهوية وتؤثر في السلوك بطرق مفيدة وغير مفيدة، وتفترض أن هوية الفرد تتأثر بصفاته الفردية وأيضاً بالمجموعات الاجتماعية التي ينتمون إليها. يسهل تصنيف الأفراد في مجموعات بناءً على السمات المشتركة والتعرف على تلك المجموعات الاجتماعية، ثم يعزز الانتماء المستمر إلى مثل هذه المجموعات الشعور بالهوية الذي يصبح جزءاً من مفهوم الفرد عن ذاته. ويمكن أن تؤدي التغييرات التي تطرأ على الشبكة الاجتماعية للفرد أيضاً إلى حدوث تحولات في الهوية من حيث عضوية الفرد في المجموعة، وبالتالي قيمه ومعايير وسلوكياته. كما يُعتقد أن الشعور بالوحدة ينشأ عن فقدان المجموعات الاجتماعية، ويشير هذا إلى أن الأفراد الذين يعانون من الشدائد أو يمرون بفترة انتقالية أو فقدان الهوية الاجتماعية (من خلال الانتقال أو الانفصال أو المرض أو التقاعد أو غيرهم) هم الأكثر عرضة للشعور بالوحدة. ويعتبر الانتماء للمجموعات الاجتماعية بمثابة حماية ضد الشعور بالوحدة، لأنه يوفر فرصاً لتنمية علاقات وثيقة

⁽¹⁾ Social Identity Theory.

مع الآخرين من خلال المعنى المشترك، ومن ثمّ تحسين الشعور بقيمة الذات، وانخفاض الشعور بالوحدة (Ingram&Kelly,2022,119-120).

وتتبنى الدراسة الراهنة المنظور التكاملي لتلك النظريات، فكل منها يفسر مفهوم الوحدة النفسية من منظور مختلف، منها ما هو متعلم، ومنها ما هو معرفي، ومنها ما هو اجتماعي.

رابعاً: مواقع التواصل الاجتماعي

لقد أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي عناصر أساسية في مجموعة أدوات الاتصال الخاصة بالأفراد. وعلى الرغم من أن مواقع التواصل الاجتماعي ترتبط غالباً بالاستخدام بين المراهقين، إلا أن عدد مستخدميها يتزايد باطراد نحو شرائح المستخدمين الأكبر سناً. ويمكن تفسير ذلك من خلال الاستخدام المتزايد كوسيلة للحفاظ على العلاقات الاجتماعية والبقاء على تواصل عبر الأجيال داخل العائلات (Velasco-Martin,2013,13).

وتُعرف مواقع التواصل الاجتماعي بأنها مجموعة من التقنيات الرقمية التي تسهل على الأفراد والمجموعات التواصل ومشاركة المعلومات التي يولدها مستخدمون آخرون ومناقشتها. ونظراً للبيئة المرنة والمنصة المفتوحة والاستخدام السهل لمواقع التواصل الاجتماعي، يصبح الأفراد مستخدمين معتادين لشبكات التواصل الاجتماعي ويرغبون في البقاء متصلين بالإنترنت (Kanwal et al.,2019).

كما يعرف بويد Boyd البيئات القائمة على الويب بأنها مواقع التواصل الاجتماعي، التي تزيد من التواصل بين الأفراد ذوي الاهتمامات المشتركة، وإنشاء قائمة بالأصدقاء في الملف الشخصي للفرد. ووفقاً لبالشى وكوجاك Balci&Kocak، فإن مواقع التواصل الاجتماعي يتزايد عدد مستخدميها، حيث يتبادل الأفراد الرسائل مع بعضهم بعضاً، ويشاركون مقاطع الفيديو والصور الخاصة بهم، ويصنعون محتوهم الخاص. هذه القنوات هي منصات شبكات اجتماعية يتواصل فيها المستخدمون مع مستخدمين آخرين، ويطورون علاقاتهم ويحافظون عليها، وتمنحهم الفرصة لمقابلة

أشخاص يعرفونهم بالفعل أو مقابلة أشخاص جدد، وتجمع بين أولئك الذين تتشابه أفكارهم، وتسمح بتكوين علاقات وجدانية (Durucu et al.,2022,284).

كما وُصفت مواقع التواصل الاجتماعي بأنها "المواقع والخدمات التي ظهرت خلال أوائل العقد الأول من القرن الحادي والعشرين، بما في ذلك مواقع الشبكات الاجتماعية، ومواقع مشاركة الفيديو، ومنصات التدوين، والأدوات ذات الصلة التي تسمح للمشاركين بإنشاء محتوهم ومشاركته". تسهل هذه المواقع والخدمات نقل التفاعلات الاجتماعية، مما يتيح للأفراد التواصل والتعاون، وتبادل المعلومات. إن العنصر الأساسي في تعريف مواقع التواصل الاجتماعي هو اجتماعيتها من حيث أنها تتضمن المشاركة والتواصل من خلال الرسائل والردشات العامة، وتجذب تلك الإمكانيات كبار السن لاستخدام منصات التواصل الاجتماعي (Guzman et al.,2023).

وتتكون مواقع التواصل الاجتماعي من مجتمعات افتراضية، حيث يمكن للفرد إنشاء ملفات تعريف عامة، والتواصل مع الأصدقاء في الحياة الواقعية، والتفاعل مع مستخدمين آخرين بناءً على الاهتمام المشترك. وباعتبارها مصدر قلق متزايد بشأن الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي، فإن العلماء مهتمون بأسباب هذا السلوك وعواقبه (Kanwal et al.,2019).

وتتميز مواقع التواصل الاجتماعي بخصائص مختلفة عن وسائل الإعلام التقليدية، على الرغم من كونها وسيلة إعلامية باسمها. والفارق الأهم الذي يخلق أصالتها هو أن أي شخص يمكنه إنشاء محتوى مواقع التواصل الاجتماعي والتعليق عليها والمساهمة فيها، والتعبير عن آرائهم اللحظية، ومناقشة أفكار جديدة، ومشاركة الصور ومقاطع الفيديو المختلفة وإيجاد وظائف (Durucu et al.,2022,285).

حددت الدراسات السابقة حول مواقع التواصل الاجتماعي الآثار الإيجابية والسلبية لاستخدامها (Akers,2018,3)، حيث توفر مواقع التواصل الاجتماعي بُعدًا جديدًا نسبيًا لتواصل الأشخاص مع بعضهم البعض والحفاظ على العلاقات الاجتماعية. وقد كشفت الدراسات أن استخدام منصات التواصل الاجتماعي مرتبط بتنشيط نظام المكافأة في الدماغ. تُظهر عديد من الدراسات أيضًا أن التواصل عبر الإنترنت يساعد كبار

السن على البقاء على اتصال مع الأصدقاء والعائلة الذين قد يقدمون المساندة الوجدانية، ويقللون في النهاية من الشعور بالوحدة. ومع ذلك، يحذر بعض الباحثين من الإفراط في استخدام الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي بسبب ميل الأشخاص إلى الاختباء في الفضاء الإلكتروني، مما يقلل من الاتصالات مع الآخرين، مما قد يؤدي إلى المزيد من الشعور بالوحدة. حتى الآن، لا تزال الأدلة التجريبية المتعلقة بمخاطر وفوائد استخدام الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي غير قاطعة، وخاصة بالنسبة لكبار السن (Zhang et al.,2021).

وفيما يتعلق بالدور الذي يمكن أن يقوم به استخدام التكنولوجيا في الحفاظ على الشبكات الاجتماعية أو إنشائها، لاحظ زيويكا ودانوفسكي Zywicki&Danowski كيف يميل الأشخاص الذين لديهم شبكات اجتماعية متطورة بشكل أفضل خارج الإنترنت إلى توسيع شبكة علاقاتهم من خلال التفاعلات عبر الإنترنت، كنوع من تعزيز الأول. والواقع أن بعض الدراسات تشير إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تُستخدم بشكل متكرر للبقاء على اتصال مع الأشخاص الذين يشكلون جزءاً من رأس المال الاجتماعي غير المتصل بالإنترنت أو الحقيقي للشخص. وتُظهر نتائج هذه الدراسات، على سبيل المثال، أن مستخدمي فيسبوك مهتمون أيضاً بالتواصل مع الأشخاص الذين يعرفونهم بالفعل في العالم الحقيقي بدلاً من الاتصالات عبر الإنترنت حصرياً. وأكد بويد وإيليسون Boyd&Ellison أنه قبل انتشار مواقع التواصل الاجتماعي، كان هناك انفصال كبير بين المجتمعات غير المتصلة بالإنترنت وتلك المتصلة به. وعلى الرغم من أن هذه النتائج تأتي من دراسات أجريت مع المراهقين والشباب، فإننا نستطيع أن نفترض أن الأمر نفسه أكثر وضوحاً بالنسبة لكبار السن، الذين لديهم بالفعل رأس مال اجتماعي منظم، ولكنهم لا يشعرون بنفس الحاجة إلى توسيع شبكاتهم الاجتماعية الحالية لأن لديهم المزيد من الفرص للبقاء على اتصال معهم (Benvenuti,2020).

لقد أحدث ظهور مواقع التواصل الاجتماعي تحولاً جذرياً في وسائل التواصل بين الأفراد، فالتواصل عبر الحاسوب يلغي إشارات الحضور الاجتماعي لهم، مما يقلل من

مخاوف التواصل على مواقع التواصل الاجتماعي، ويُمكن للأفراد إدارة إفصاحهم عن أنفسهم بطريقة إيجابية، والإفصاح بشكل انتقائي عن أفكارهم وآرائهم ومشاعرهم عبر الإنترنت. كما تسمح خصائص مواقع التواصل الاجتماعي، مثل إعدادات الاتصال بالإنترنت أو عدم الاتصال، وأنواع العلاقات، وإمكانية رؤية الصفحات الشخصية، للمستخدمين بحظر المشاهدين غير المرغوب فيهم (Chen, 2017).

النظريات المفسرة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي:

تعتبر نظرية استخدام الإنترنت التعويضي من أهم النظريات المفسرة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي في إطار هذه الدراسة، ونعرض لها فيما يلي:

• نظرية استخدام الإنترنت التعويضي¹:

تشير هذه النظرية إلى أن استخدام الإنترنت هو خطة للتوافق مع مشكلات الحياة الواقعية. وبشكل أكثر تحديداً، يمكن لكبار السن الذين لديهم مستويات منخفضة من المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية تعويض ذلك من خلال تلقيها للمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت. ومع ذلك، عند مراجعة الأدبيات، وُجد أن الفرد الذي يحقق باستمرار شبكات التواصل الاجتماعي عبر الهاتف الذكي من المرجح أن يغمس في حياة افتراضية وينسى العالم المادي من حوله. وقد وجدت الدراسات أن كبار السن المعرضين لخطر نقص المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية هم أكثر عرضة للجوء إلى الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي. ووجد Meshi & Ellithorpe بأن الاستخدام الإشكالي لمواقع التواصل الاجتماعي كان مرتبطاً بشكل كبير بانخفاض المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية وزيادة المساندة الاجتماعية على مواقع التواصل الاجتماعي. في المقابل، يوفر المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية مصدرًا قويًا في منع وحل المشكلات الاجتماعية أو النفسية وفي التعامل مع المواقف الصعبة، حيث يمكن لكبار السن الذين لديهم مستويات عالية من المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية تلقي مساعدة ملموسة ومساندة وجدانية من العالم الحقيقي، والذي من المرجح أن يمارس وظيفة فعالة في الأحداث السلبية. أي أن

⁽¹⁾ Compensatory Internet Use Theory.

المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية قد يكون مفيداً على المستوى الوظيفي لمن تزيد أعمارهم عن ٥٥ عاماً (Jia et al., 2022).

وتتبنى الدراسة الحالية تلك النظرية، لاهتمامها بالعلاقة بين المساندة واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

الدراسات السابقة

يمكن تصنيف الدراسات السابقة إلى فئتين، هما:

الفئة الأولى: الدراسات التي تناولت كل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والافصاح عن الذات عبر الإنترنت لدى كبار السن.

الفئة الثانية: الدراسات التي تناولت العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن.

وفيما يلي عرض تفصيلي لهاتين الفئتين:

الفئة الأولى: الدراسات التي تناولت كل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والافصاح عن الذات عبر الإنترنت لدى كبار السن:

هدفت دراسة هيو وآخرين (2015) Heo et al لتطوير نموذج بحثي متكامل من أجل تحديد طبيعة العلاقات بين استخدام الإنترنت والشعور بالوحدة والمساندة الاجتماعية. تم استخدام البيانات من دراسة الصحة والتقاعد الأمريكية. تكونت العينة من (٥٢٠٣) من كبار السن (الذين تراوحت أعمارهم بين ٦٥ عاماً فأكثر). أشارت النتائج إلى أن المستويات الأعلى من استخدام الإنترنت كانت تنبئ بمستويات أعلى من المساندة الاجتماعية وانخفاض الشعور بالوحدة لدى كبار السن.

كما حللت دراسة بنفينوتي وآخرين (2020) Benvenuti et al دور استخدام الإنترنت في نوعية حياة كبار السن الإيطاليين (من حيث تقدير الذات والرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت وخارجه). شاركت في الدراسة عينة مكونة من (٢٧١) مسنّاً (١٣٣ ذكراً، و١٣٨ أنثى)، ممن تراوحت أعمارهم بين (٦٠ و ٩٤) عاماً، كان (٢٣٦) منهم من مستخدمي الإنترنت، بينما كان الآخرون (٣٥) من غير مستخدمي الإنترنت. أظهرت النتائج أن الوقت الذي يقضيه كبار السن على الإنترنت

له تأثير سلبي على تصورهم للمساندة الاجتماعية غير المتصلة بالإنترنت (المساندة الوجدانية، والمعلوماتية)، وتأثير إيجابي على تصورهم للمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت (خاصة فيما يتعلق بالتفاعلات الاجتماعية الإيجابية عبر الإنترنت).

هدفت دراسة اكسو وزملائه (Xu et al, 2020) إلى الكشف عن دور مواقع التواصل الاجتماعي في الشعور بالوحدة لدى كبار السن. تم تطبيق اختبار عن استخدام ويشات الصيني (إعدادات LaRose et al, 2003)، ومقياس الشعور بالوحدة (إعدادات Russell, 1996)، ومقياس الإفصاح عن الذات (إعدادات Miller et al, 1983). المتغيرات الضابطة الأساسية الأربعة هي النوع، والعمر، والمستوى التعليمي، والحالة الاجتماعية. تكونت العينة من (٥٢,٦٠٪ من الذكور؛ و ٤٧,٤٠٪ من الإناث)، ممن تراوحت أعمارهم بين (٦٠ - ٨٠) عامًا، وكان المستوى التعليمي كالتالي: خريجي المدارس الابتدائية (٢٥,٣٢٪)، وخريجي المدارس الإعدادية (٢١,١٠٪)، وخريجي المدارس الثانوية أو التعليم المهني العالي (٢٩,٨٧٪)، حيث يمثلون حوالي ٧٦,٢٩٪، في حين أن نسبة الفئات الأخرى هي ٢٣,٧١٪ فقط. أما حالتهم الاجتماعية فكانت كالتالي: متزوج (٧٥,٦٥٪)، ومطلق (١٤,٩٤٪)، وأرمل (٥,١٩٪)، ومنفصل (٤,٢٢٪). أظهرت النتائج أن استخدام ويشات يمكن أن يقلل من الشعور بالوحدة لدى كبار السن، وأن الإفصاح عن الذات له تأثير معتدل إيجابي على العلاقة بين الاستخدام المنتظم لـ ويشات ووحدة كبار السن.

أما جيا وآخرون (Jia et al., 2022)، فقد هدفت دراستهم إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية وإدمان الإنترنت لدى كبار السن أثناء جائحة كوفيد-١٩. واستخدم اختبار عن إدمان الإنترنت (إعدادات ماك وآخرين Mak et al, 2014)، والمساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية (من خلال ست بنود فقط من مقياس المساندة الاجتماعية متعدد المكونات)، والشعور بالوحدة (إعدادات ديماتييو .

(DiMatteo 1987) تكونت العينة من (٣٠٣) من كبار السن في الصين، وأشارت النتائج إلى أن المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية ترتبط ارتباطًا سلبيًا بإدمان

الإنترنت لدى كبار السن، كما كشفت النتائج عن أن المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية يمكن أن تخفف من إدمان الإنترنت من خلال تقليل الشعور بالوحدة.

وقام يوكوياما وزملاؤه Yokoyama et al., (2024) بدراسة عن مدى صحة اختبار الإفصاح عن الذات، والكشف عن العلاقة بين محتوى الإفصاحات الذاتية للأصدقاء والمعارف والضعف لدى كبار السن المقيمين في اليابان. تكونت العينة من (٢٣٧) فردًا ممن بلغت أعمارهم ٦٥ عامًا أو أكثر. تم إرسال مقياس الإفصاح عن الذات (من إعداد الباحثين) بالبريد عام ٢٠٢١. تبين من النتائج أن الضعف كان مرتبطًا بانخفاض الإفصاح الذاتي عن الأحداث الإيجابية، والعلاقات مع الأسرة والأقارب، وتجارب العمل والأنشطة الاجتماعية، والوضع المالي.

الفئة الثانية: الدراسات التي تناولت العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدى كبار السن:

هدفت دراسة تشوبيك (Chopik 2016) إلى الكشف عن فوائد استخدام التكنولوجيا لدى (٥٩١) من كبار السن، ممن بلغ متوسط أعمارهم (٦٨,١٨ ± ١٠,٧٥) عامًا، وكان (٥٥,٥٪) منهم من الإناث. تم تقييم استخدام التكنولوجيا الاجتماعية من خلال خمسة سلوكيات تعتمد على التكنولوجيا (استخدام البريد الإلكتروني، ومواقع الشبكات الاجتماعية ومكالمات الفيديو، والهاتف عبر الإنترنت والدرشة، والرسائل الفورية عبر الإنترنت، واستخدام الهاتف الذكي). كما تم تقييم المواقف تجاه قابلية الاستخدام وفوائد استخدام التكنولوجيا. كان لدى كبار السن عمومًا مواقف إيجابية تجاه التكنولوجيا، كما ارتبط الاستخدام الأعلى للتكنولوجيا الاجتماعية بصحة أفضل للذات، وأمراض مزمنة أقل، ورفاهية ذاتية أعلى، وأعراض اكتئاب أقل. وبالإضافة إلى ذلك، تم التوسط في كل من الروابط بين استخدام التكنولوجيا الاجتماعية والصحة البدنية والنفسية من خلال انخفاض الشعور بالوحدة.

وكان الهدف الرئيس من دراسة آرتس (Aarts 2018) هو الكشف عن العلاقة بين اتجاهات كبار السن نحو وسائل التواصل الاجتماعي والوحدة النفسية لدى كبار السن. تم إجراء بحث نوعي باستخدام مقابلات شبه منظمة لعينة مكونة من (٢٢) من كبار

السن (١٧ سنة، و ٥ مسنين) المقيمين في هولندا الذين تزيد أعمارهم عن ٦٠ عامًا (متوسط العمر ٧١,٦ عامًا)، ممن يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي (مثل: فيسبوك، فيستاييم، واتس آب) فقط. ويتضمن دليل المقابلة ما يلي: (١) الاتجاهات نحو مواقع التواصل الاجتماعي، و(٢) المشاعر المرتبطة بوسائل التواصل الاجتماعي. أوضحت النتائج أن جميع المشاركين يربطون وسائل التواصل الاجتماعي بالمشاعر الإيجابية مثل الاستمتاع. ومع ذلك، لا يرى المشاركون مواقع التواصل الاجتماعي كضرورة؛ ويحرص غالبية المشاركين على ذكر أن مواقع التواصل الاجتماعي لا يمكن أن تحل محل الاتصال في الحياة الواقعية. ويُنظر إلى التواصل الجسدي مثل العناق أو الاحتضان على أنه ضروري من قبل جميع المشاركين عند الانخراط في الاتصال الاجتماعي، ومع ذلك، ذكر عديد من المشاركين أن الاتصال عبر مواقع التواصل الاجتماعي مفضل على عدم التواصل الاجتماعي. فعندما ينخفض التواصل في الحياة الواقعية بسبب المسافة الجغرافية، تعمل مواقع التواصل الاجتماعي كمصدر للبقاء على تواصل اجتماعي، وخاصة بالنسبة للأشخاص الذين لا يستطيعون الخروج من المنزل.

كما استكشف خلايلة وفيتمان-شور (Khalaila & Vitman-Schorr (2018) التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لاستخدام الإنترنت على نوعية الحياة، والكشف عما إذا كانت العرقية والوقت الذي يقضيه كبار السن مع الأسرة يخففان من تأثير الوساطة لاستخدام الإنترنت على نوعية الحياة طوال فترة الشعور بالوحدة النفسية. أُجريت هذه الدراسة الوصفية الارتباطية عام ٢٠١٦ من خلال مقابلات منظمة مع عينة عشوائية من (٥٠٢) مستجيبًا، ممن بلغت أعمارهم (٥٠) عامًا فأكثر، ويعيشون في شمال إسرائيل. تم استنباط استخدام الإنترنت من خلال سؤال المشاركين عما إذا كانوا يتصلون بالإنترنت من خلال أي جهاز (مثل الحاسوب أو الجهاز اللوحي أو الهاتف الذكي)، كما تم استخدام كل من مقياس نوعية الحياة من إعداد هايد وزملاؤه، ومقياس الوحدة المعدل لجامعة كاليفورنيا. أوضحت النتائج أن استخدام الإنترنت يرتبط ارتباطًا موجبًا بنوعية الحياة، كما توسط الشعور بالوحدة هذه العلاقة، وخفف من حدتها الوقت الذي يقضيه كبار السن مع أفراد أسرهم.

وقام يو وآخرون (Yu et al., 2020) بدراسة عن استخدام الإنترنت والشعور بالوحدة لدى كبار السن. تم قياس الشعور بالوحدة باستخدام مقياس الوحدة لجامعة كاليفورنيا في لوس أنجلوس، وتم تحديد التواصل الاجتماعي على أنه تكرار التواصل مع العائلة والأصدقاء. تكونت العينة من (٥٢٤٠) من كبار السن الذين بلغت أعمارهم (٦٥) عامًا فأكثر. أشارت النتائج إلى أن استخدام الإنترنت قد يكون أداة فعالة للحد من الشعور بالوحدة لدى كبار السن من خلال الحفاظ على الاتصال الاجتماعي.

وكان الهدف من دراسة ستوكويل وزملائه (Stockwell et al., 2020) الكشف عن العلاقة بين استخدام الإنترنت أو البريد الإلكتروني وكل من العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة لدى عينة من (٤٤٩٢) من كبار السن الإنجليز الذين بلغت أعمارهم ٥٠ عامًا أو أكثر، بمتوسط عمر (٦٤,٣) عامًا، وانحراف معياري (١٣,٣) عامًا؛ وكان (٥١,٧٪) منهم من الذكور. وكان غالبية كبار السن يستخدمون الإنترنت أو البريد الإلكتروني يوميًا (٦٩,٣٪)، وعدد أقل من المشاركين يستخدمون الإنترنت أو البريد الإلكتروني مرة واحدة في الأسبوع (٨,٥٪)، ومرة واحدة في الشهر (٢,٦٪)، ومرة كل ثلاثة أشهر (٠,٧٪)، وأبداً (١٧,٤٪). تبين من النتائج عدم وجود علاقة بين استخدام الإنترنت أو البريد الإلكتروني والشعور بالوحدة.

أما دراسة تشانج وآخرون (Zhang et al., 2021)، فقد اهتمت بدراسة العلاقة بين التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي والروابط الاجتماعية الوثيقة والشعور بالوحدة لدى كبار السن المقيمين في المجتمع. كما بحثت الدراسة في الأدوار الوسيطة للمساعدة الاجتماعية والتواصل الاجتماعي. استُخدمت أربع موجات من البيانات من دراسة الصحة والتقاعد (٢٠١٢/٢٠١٠ و ٢٠١٦/٢٠١٤) للإجابة عن أسئلة البحث (عدد المشاركين = ٧٥٢٤). كما تمت دراسة ما إذا كان هذا الارتباط ناتجاً عن المساعدة الاجتماعية من الروابط الاجتماعية الوثيقة (أفراد الأسرة، والأصدقاء)، ومدى تكرار التواصل مع أعضاء الشبكة الاجتماعية (الهاتف، والتواصل الشخصي، وكتابة الرسائل/البريد الإلكتروني). وأظهرت النتائج أن التواصل المتكرر عبر مواقع التواصل الاجتماعي ارتبط بانخفاض مستويات الشعور بالوحدة، مع مراعاة مستويات الوحدة.

كما ارتبط التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي بارتفاع مستويات المساندة الاجتماعية المُدرَكة والتواصل الاجتماعي، والتي ارتبطت بانخفاض مستويات الشعور بالوحدة لدى كبار السن. وتشير هذه النتائج إلى أن التواصل عبر وسائل التواصل الاجتماعي قد يعتبر تدخلاً للحد من الشعور بالوحدة لدى كبار السن من خلال زيادة مستويات المساندة الاجتماعية.

وقام محمود (٢٠٢٤) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من كبار السن بمدينة بنغازي المصابون بالأمراض النفسية الجسمية، والتعرف على الفروق في الوحدة النفسية وفقاً لكل من (النوع، والعمر، والمهنة، والمستوى التعليمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المرض) في الشعور بالوحدة النفسية. وتكونت العينة من (١٠٠) فرد مصاب بالأمراض النفسية الجسمية (الضغط-السكر). وتم استخدام مقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداد راسيل Russell, 1996، وتعريب وتقنين مجدي محمد الدسوقي. وأشارت النتائج إلى أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية منخفض لدى عينة الدراسة، وأنه لا توجد فروق تعود للنوع، والعمر، ونوع المرض، والحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي، والمهنة.

وكان من أهداف دراسة وانج وزملائه (Wang et al., 2024) الكشف عن العلاقة بين استخدام الأفراد لمواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة. تكونت العينة من المشاركين في شمال تاوان، حيث كان (١١٣) من طلاب الجامعات، ممن تراوحت أعمارهم بين (١٨ - ٢٥) عاماً، بمتوسط عمر (١٩,٤٠) عاماً، و(١٢١) من كبار السن، ممن تراوحت أعمارهم بين (٥٠ - ٨٢) عاماً، بمتوسط عمر (٦٠,٨١) عاماً. وأشارت النتائج إلى ارتباط زيادة وقت استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بانخفاض الشعور بالوحدة لدى كبار السن.

تعقيب على الدراسات السابقة:

مما سبق عرضه من دراسات سابقة، تبين ما يلي:

- ١- تضمنت العينات أفراداً من بلاد مختلفة، منها مصر، وأمريكا، وإيطاليا، واليابان والصين، وهولندا، وانجلترا، وشمال اسرائيل، وغزة، وبني غازي، وتايوان.
- ٢- اتساع مدى المستوى التعليمي لأفراد العينات.
- ٣- تناولت بعض الدراسات الذكور والإناث، وبعضها الآخر لم يحدد النوع والعدد.
- ٤- تناولت معظم هذه الدراسات استخدام الإنترنت بشكل عام دون تحديد مواقع بعينها، في حين حددت الدراسات الأخرى تطبيق ويشات الصيني كممثل لمواقع التواصل الاجتماعي، وأشارت نتائج إحدى الدراسات إلى الدور المعدل للإفصاح عن الذات في العلاقة بين الاستخدام المنتظم لـ ويشات ووحدة كبار السن، في حين لم يتضح من نتائج الدراسة الأخرى العلاقة.
- ٥- تناول بعض الدراسات استخدام التكنولوجيا بشكل عام منها دراسة تشوبيك (٢٠١٦)، وتبين ارتباط استخدامها بانخفاض الشعور بالوحدة النفسية.
- ٦- حدد بعض الدراسات الأخرى مواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك والواتس مثل دراسة آرئس (٢٠١٨)، وتبين فائدة استخدامهما لدى كبار السن.
- ٧- تعارض النتائج فيما يتعلق بنتائج الفروق في الوحدة النفسية كما اتضح من نتائج دراسة جودة (٢٠٠٦) التي أوضحت أن المسنات أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من المسنين، ونتائج دراستي كل من السيد (٢٠١٩) ومحمود (٢٠٢٤) اللتين لم تجدا فروقاً بينهما.
- ٨- لم توضح بعض الدراسات طبيعة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام الإنترنت كما في دراسة خلايلة وفيتمان-شور (٢٠١٨). بينما أشارت نتائج دراسة يو وآخرين (٢٠٢٠) إلى أن استخدام الإنترنت يحد من الشعور بالوحدة النفسية، في حين تبين من خلال نتائج دراسة ستوكويل وزملائه (٢٠٢٠) عدم وجود علاقة بينهما.

٩- تناولت دراستان فقط العلاقة بين التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة لدى كبار السن، وهما: دراسة تشانج وآخرين (٢٠٢١) التي أسفرت نتائجها عن أن التواصل المتكرر عبر مواقع التواصل الاجتماعي ارتبط بكل من انخفاض مستويات الشعور بالوحدة وارتفاع مستويات المساندة الاجتماعية المدركة، وأن التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي قد يعتبر تدخلاً للحد من الشعور بالوحدة لدى كبار السن من خلال زيادة مستويات المساندة الاجتماعية. ودراسة ونج وزملائه (٢٠٢٤) التي أشارت نتائجها إلى ارتباط زيادة وقت استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بانخفاض الشعور بالوحدة لدى كبار السن. كما أشارت نتائجها إلى أنه كلما زاد استخدام الإنترنت زادت المساندة.

فروض الدراسة:

في ضوء ما سبق، يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

يتمثل الفرض الرئيس للدراسة في:

يوجد دوراً معدلاً لكل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت في العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن من الجنسين.

وينبثق عن هذا الفرض عدة فروض فرعية، هي:

١- توجد علاقة ارتباطية بين كل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت

والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع

التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات).

٢- يمكن للتفاعل بين المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات

عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية التنبؤ باستخدام مواقع التواصل

الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات).

٣- يمكن للمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت تعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات).

٤- يمكن للإفصاح عن الذات عبر الإنترنت تعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات).

منهج الدراسة

يتمثل منهج البحث الحالي في المنهج الوصفي الارتباطي؛ حيث سيتم تناول المتغيرات في الدراسة الراهنة بالوصف والتصنيف.

عينة الدراسة

تكونت العينة من (١٠٣) فردًا من كبار السن (٥٢ من المسنين، و ٥١ من المسنات) ^١، ممن تراوحت أعمارهم بين (٦٠ - ٧٦) سنة، بمتوسط عمر (٤,٤٤±٦٦,٢٣) سنة للمسنين، ومتوسط عمر (٣,٨٦±٦٤,٩٠) سنة للمسنات، وتبين عدم وجود فروق بين المسنين والمسنات في العمر من خلال اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي مجموعتين مستقلتين، حيث كانت قيمة (ت = ١,٦١). وينتمون إلى مستويات تعليمية ما بين الثانوي إلى فوق الجامعي.

وقد روعي توافر عدة شروط في اختيار أفراد العينة، هي:

- أن تكون أعمارهم (٦٠) عامًا فأكثر.
- أن يقرأ ويكتب على الأقل.
- ألا يعاني أحدهم من أمراض نفسية أو عصبية عدا الأمراض المصاحبة لطبيعة المرحلة، مثل الضغط أو السكري.
- أن يكون من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي.

^١ تتوجه الباحثة بخالص الشكر والامتنان إلى أفراد العينة، وذلك لموافقتهم على الإشتراك في البحث، وكذلك الأفراد الذين قاموا بمساعدتها في الوصول لبعض أقاربهم من أفراد العينة.

وتوضح الجداول الآتية خصال أفراد العينة من حيث العمر، والمستوى التعليمي، والحالة الاجتماعية، والحالة المهنية الحالية، ومصادر الدخل، والإصابة بالأمراض المرتبطة بتلك المرحلة، وطبيعة المعيشة، وعدد الأبناء، ووجود الأحفاد، ومواقع التواصل الاجتماعي المستخدمة، والمدة المستغرقة في استخدامها، وقد وضعت الباحثة هذه الأسئلة لمعرفة خصال أفراد العينة وللاستفادة بها في مناقشة الفروض.

جدول (١) الخصال الديمجرافية لأفراد العينة

المتغيرات	المجموعات	المسنون (ن = ٥٢)		المسنات (ن = ٥١)	
		النسب	التكرارات	النسب	التكرارات
المستوى التعليمي	متوسط	(%٢١,٢)	١١	(%٣١,٤)	١٦
	جامعي	(%٢٦,٩)	١٤	(%٤٣,١)	٢٢
	فوق جامعي	(%٥١,٩)	٢٧	(%٢٥,٥)	١٣
الحالة الاجتماعية	متزوج	(%٨٦,٥)	٤٥	(%٥٤,٩)	٢٨
	مطلق	(%٣,٨)	٢	(%٧,٨)	٤
	أرمل	(%٩,٦)	٥	(%٣٧,٣)	١٩
الحالة المهنية الحالية	نعم	(%٦١,٥)	٣٢	(%١٧,٦)	٩
	لا	(%٣٨,٥)	٢٠	(%٨٢,٤)	٤٢
مصادر الدخل	المعاش فقط	(%٣٠,٨)	١٦	(%٦٤,٧)	٣٣
	المعاش + مصادر أخرى	(%٦٩,٢)	٣٦	(%٣٥,٣)	١٨
الإصابة بالأمراض	نعم	(%٥٩,٦)	٣١	(%٦٢,٧)	٣٢
	لا	(%٤٠,٤)	٢١	(%٣٧,٣)	١٩
طبيعة المعيشة	بيت العائلة	(%٢٣,١)	١٢	(%٤١,٢)	٢١
	بيت منفصل	(%٧٦,٩)	٤٠	(%٥٨,٨)	٣٠
عدد الأبناء	١	(%٥,٨)	٣	(%٧,٨)	٤
	٢	(%٣٠,٨)	١٦	(%٣١,٤)	١٦
	٣	(%٣٨,٥)	٢٠	(%٣٣,٣)	١٧
	أكثر من ٣	(%٢٤,٩)	١٣	(%٢٧,٤)	١٤
وجود أحفاد	نعم	(%٦٥,٤)	٣٤	(%٧٨,٤)	٤٠
	لا	(%٣٤,٦)	١٨	(%٢١,٦)	١١

يتضح من الجدول السابق أن النسبة الأعلى من المسنين كانوا من ذوي التعليم فوق الجامعي، في حين كانت النسبة الأعلى من المسنات من ذوات التعليم الجامعي. كما يتبين أن منهم المتزوج والأرمل والمطلق، حيث كانت النسبة الأعلى من المسنين والمسنات متزوجين. كما أن معظم المسنين يتوفر لديهم مهنة حالية، ولديهم مصادر دخل إضافية للمعاش وذلك مقارنة بالمسنات، بينما يتساو في الإصابة بالأمراض ومعظمها أمراض تتعلق بطبيعة المرحلة مثل الضغط والسكري. بالإضافة إلى أن معظم المسنين يعيشون في بيت منفصل مقارنة بالمسنات، بينما لا يوجد فروق بين المسنين والمسنات في عدد الأبناء أو وجود الأحفاد.

جدول (٢) مواقع التواصل الاجتماعي المستخدمة من قبل أفراد العينة والمدة المستغرقة في استخدامها

المتغيرات	المجموعات	المسنون (ن = ٥٢)	المسنات (ن = ٥١)
مواقع التواصل الاجتماعي المستخدمة	واتس آب	٢٦ (٥٠%)	٢٢ (٤٣,١%)
	فيسبوك	٩ (١٧,٣%)	١٨ (٣٥,٣%)
	واتس + فيسبوك	١٥ (٢٨,٨%)	٧ (١٣,٧%)
	واتس + فيسبوك + تيك توك	١ (١,٩%)	١ (٢%)
	تليجرام	١ (١,٩%)	١ (٢%)
	انستجرام	—	٢ (٣,٩%)
	أقل من ساعة	١٨ (٣٤,٦%)	١٠ (١٩,٦%)
المدة المستغرقة في استخدام المواقع	ساعة إلى ٣ ساعات	٢٨ (٥٣,٨%)	٣٤ (٦٦,٧%)
	٣ ساعات إلى ٥ ساعات	٢ (٣,٨%)	٣ (٥,٩%)
	أكثر من ذلك	٤ (٧,٧%)	٤ (٧,٨%)

يتضح من الجدول السابق أن مواقع التواصل الاجتماعي الأكثر استخدامًا لدى كل من المسنين والمسنات هي واتس آب، يليها استخدام كل من واتس آب وفيسبوك لدى المسنين، وفيسبوك فقط لدى المسنات. أما عن المدة المستغرقة، فكان معظم المسنين والمسنات يستخدمون المواقع بمدة تتراوح من ساعة إلى ثلاث ساعات.

أدوات الدراسة

تضمنت الأدوات ما يلي:

أولاً: استمارة البيانات الأساسية: التي تضمنت أسئلة خاصة بالنوع، والعمر، والمستوى التعليمي، والحالة الاجتماعية، وعدد الأبناء، ووجود الأحفاد، ومصادر الدخل، والحالة المهنية الحالية، والإصابة بالأمراض الجسمية المرتبطة بتلك المرحلة، ومواقع التواصل الاجتماعي المستخدمة، والمدة المستغرقة في استخدامها.

ثانياً: مقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة النفسية (ترجمة مبروك، ٢٠٠١):

تكون هذا المقياس من (٢٠) بنداً، وهو يتمتع بمعامل ثبات بإعادة الاختبار (٠,٨٣)، أما عن صدقه فقد وجد أنه يشتمل على ثلاثة عوامل، هي: الشعور بالوحدة النفسية، وافتراد الطرف المتفهم، والآثار النفسية الاجتماعية المترتبة على الشعور بالوحدة النفسية، وقد تم تطبيقه مع عينة من المسنين المصريين، وبدائل الإجابة عليه كانت أربعة بدائل، قامت الباحثة بتعديلها إلى خمس بدائل مثل باقي مقاييس البحث.

ثالثاً: مقياس المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت **The Online Social Support Scale** (إعداد نيك وآخرين Nick et al., 2018، ترجمة الباحثة)

تم الاطلاع على التراث الخاص بالمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت، وتبين وجود هذا المقياس، ويشتمل على أربعة مقاييس فرعية، هي: المساندة الوجدانية، والرفقة الاجتماعية، والمساندة المعلوماتية، والمساندة الأدائية. تم تعريبه وتحكيمة من أساتذة التخصص. وكان يتكون من (٤٠) بنداً بواقع (١٠) بنود لكل مكون من المكونات الأربعة، وأصبحت النسخة النهائية بعد التحكيم مكونة من (٣٢) بنداً، لكل مكون (٨) بنود، حيث تم حذف ثمان بنود بناءً على رأي المحكمين نظراً لتكرارها مع بعض البنود، بالإضافة إلى تعديل صياغة (٩) بنود. وتشمل خمس بدائل للإجابة عليه، هي: أبداً، نادراً، أحياناً، غالباً، دائماً.

رابعاً: مقياس الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت (إعداد الباحثة).

تكون هذا المقياس من (٢٦) بنداً مقسمة على أربعة مكونات، هي: الإفصاح عن الحالة المزاجية (٧) بنود، والإفصاح عن الآراء والاتجاهات (٦) بنود، والإفصاح عن

الحالة الصحية (٧) بنود، والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية (٦) بنود. وأصبح بعد التحكيم (٣٢) بنداً، لكل بعد (٨) بنود، حيث تم اقتراح بنود إضافية من قبل المحكمين، منها بنود عن الإفصاح عن حالة السمع، والحركة، وعدم اهتمام الأبناء. **خامساً: مقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (إعداد: الباحثة).**

بالرجوع إلى التراث المتاح، لم تجد الباحثة مقياساً مُعدَّاً خصيصاً للمسنين يلائم البيئة المصرية، لذلك قامت بإعداد مقياس معتمدة في ذلك على بعض المكونات الموجودة في مقاييس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي التي أُعدت للمراحل الارتقائية من الطفولة حتى الرشد. وحاولت الباحثة تسمية كل مكون منها بناء على اقتراحات المحكمين. تكون المقياس من (٣٤) بنداً، وبعد أن أوصى المحكمون بحذف بعض البنود لتداخلها مع بنود أخرى، ونقل ثلاثة بنود من المكون الثالث إلى المكون الثاني، واقتراح بنود بديلة، أصبح مكون من (٣٢) بنداً، موزعة على أربعة مكونات بالتساوي: مكون الاستخدام والتردد، ومكون دوافع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ومكون الآثار النفسية والاجتماعية، ومكون التحكم في الاستخدام. **الخصائص السيكومترية لمقاييس الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة الإستطلاعية من (٥٠) فرداً من كبار السن (٢٥ مسناً، و٢٥ مسنة)، ممن تراوحت أعمارهم بين (٦٠-٧٤) سنة، بمتوسط عمر $(٦٦,٧٢ \pm ٤,٨٣)$ سنة للمسنين، و $(٦٤,٨٤ \pm ٣,٣٧)$ للمسنات، ممن انطبقت عليهم شروط العينة الأساسية ذاتها. أما بالنسبة لمستوى تعليمهم، وحالتهم الاجتماعية، ومواقع التواصل الاجتماعي المستخدمة، والمدة المستغرقة في استخدامها، فيوضحها الجدولين التاليين:

جدول (٣) خصال أفراد العينة الاستطلاعية من حيث المستوى التعليمي والحالة الاجتماعية

العينة	المستوى التعليمي			الحالة الاجتماعية		
	متوسط	جامعي	فوق جامعي	متزوج	مطلق	أرمل
المسنون (ن = ٢٥)	٥ (٢٠%)	٦ (٢٤%)	١٤ (٥٦%)	٢٠ (٨٠%)	١ (٤%)	٤ (١٦%)
المسنات (ن = ٢٥)	٩ (٣٦%)	١٠ (٤٠%)	٦ (٢٤%)	١٣ (٥٢%)	٢ (٨%)	١٠ (٤٠%)

يتضح من الجدول السابق أن النسبة الأعلى من المسنين كانوا من ذوي المستوى التعليمي فوق الجامعي، بينما المسنات كانت النسبة الأعلى منهن ذوات تعليم جامعي، كما يتضح أن النسبة الأعلى من المسنين والمسنات متزوجين.

جدول (٤) مواقع التواصل الاجتماعي المستخدمة من قبل أفراد العينة والمدة المستغرقة في استخدامها

المتغيرات	المجموعات	المسنون (ن = ٢٥)	المسنات (ن = ٢٥)
مواقع التواصل الاجتماعي المستخدمة	واتس آب	١٤ (٥٦%)	١٤ (٥٦%)
	فيسبوك	١ (٤%)	٦ (٢٤%)
	واتس + فيسبوك	٩ (٣٦%)	٣ (١٢%)
	واتس + فيسبوك + تيك توك	١ (٤%)	١ (٤%)
	تليجرام	—	١ (٤%)
المدة المستغرقة في استخدام المواقع	أقل من ساعة	٩ (٣٦%)	٥ (٢٠%)
	ساعة إلى ٣ ساعات	١٤ (٥٦%)	٢٠ (٨٠%)
	٣ ساعات إلى ٥ ساعات	٢ (٨%)	—

يتضح من الجدول السابق أن مواقع التواصل الاجتماعي الأكثر استخداماً لدى كل من المسنين والمسنات هي واتس آب، يليها استخدام كل من واتس آب وفيسبوك لدى المسنين، وفيسبوك فقط لدى المسنات. أما عن المدة المستغرقة، فكان معظم المسنين والمسنات يستخدمون المواقع بمدة تتراوح من ساعة إلى ثلاث ساعات.

أولاً: الصديق

تم تقدير معاملات الصديق بطريقتين، هما: صديق المحكمين، وصديق المفهوم من خلال ارتباط المكونات الفرعية بالدرجة الكلية، وذلك على النحو التالي:

أ- صدق المحكمين

تم تحكيم مقياس المساندة الاجتماعية عبر الانترنت، ومقياس الإفصاح الذاتي عبر الانترنت، ومقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قبل محكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس - جامعة القاهرة^١، وذلك على النحو التالي:
عدد المحكمين المتفقين على البند - نصف عدد المحكمين

$$\text{نسبة الاتفاق} = \frac{\text{نصف عدد المحكمين}}{100} \times 100$$

نصف عدد المحكمين

ويعطي الجدول التالي ملخصاً لنسب اتفاق المحكمين على المقاييس

جدول (٥) ملخص نسب اتفاق المحكمين

الاستخبارات	العدد الكلي للبنود	عدد البنود المتفق عليها بنسبة ١٠٠ %
مقياس المساندة الاجتماعية عبر الانترنت	٤٠	٣٢
مقياس الإفصاح عن الذات عبر الانترنت	٢٦	٢٦
مقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٣٤	٣٠

يتضح من الجدول السابق ارتفاع عدد البنود المتفق عليها مما يدل على كفاءة المقاييس، كما أوصى المحكمون بحذف بعض بنود المكونات، وإضافة غيرها.

ب- صدق المفهوم

حُسب صدق المفهوم لمقاييس الدراسة من خلال ارتباط المكونات الفرعية بالدرجة الكلية، وفيما يلي معاملات الارتباط بينهم:

^١ تتوجه الباحثة بخالص الشكر والتقدير لكل من أ.د. عزة عبد الكريم، أ.د. عبير أنور، وأ.د. الطاهرة المغربي، ود.آمال دسوقي، ود. كاميليا سعد، وذلك لقيامهم بتحكيم كل من مقياس المساندة الاجتماعية عبر الانترنت، ومقياس الإفصاح الذاتي عبر الانترنت، ومقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول (٦) ارتباط المكونات الفرعية بالدرجة الكلية لدى المسنين والمسنات

المسنات ن = (٢٥)	المسنون ن = (٢٥)	المجموعات المقاييس
		المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت
٠,٨٥	٠,٩٢	المساندة الوجدانية
٠,٨٧	٠,٨٨	الرفقة الاجتماعية
٠,٨٩	٠,٩٣	المساندة المعلوماتية
٠,٨٤	٠,٨٧	المساندة الأدائية
		الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت
٠,٨٠	٠,٩٢	الإفصاح عن الحالة المزاجية
٠,٨٨	٠,٩٣	الإفصاح عن الآراء والاتجاهات
٠,٨٢	٠,٨٥	الإفصاح عن الحالة الصحية
٠,٨٥	٠,٩٦	الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية
		استخدام مواقع التواصل الاجتماعي
٠,٨٨	٠,٨٨	الاستخدام والتردد
٠,٧٥	٠,٨٨	دوافع الاستخدام
٠,٨١	٠,٦٧	الآثار النفسية والاجتماعية
٠,٧٧	٠,٥٧	التحكم في الاستخدام

يتضح من الجدول السابق تمتع مقاييس الدراسة بصدق المفهوم، كما تعكسه الارتباطات بين المكونات الفرعية والدرجة الكلية للمقاييس لدى مجموعتي المسنين والمسنات، ومن ثم يمكننا الاعتماد عليها في جمع بيانات الدراسة الأساسية.

ثانيًا: الثبات

تم حساب ثبات المقاييس بطريقتين، هما: ألفا كرونباخ، والقسمة النصفية، وتم تصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان بروان لتساوي بنود مكونات المقياس، كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (٧) معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرونباخ، والقسمة النصفية

لمقاييس الدراسة لدى كل من المسنين والمسنات

المسنات ن = (٢٥)		المسنون ن = (٢٥)		المجموعات المقاييس
القسمة النصفية	ألفا كرونباخ	القسمة النصفية	ألفا كرونباخ	
٠,٩٢	٠,٩٤	٠,٧٧	٠,٨٥	الشعور بالوحدة النفسية
٠,٩٦	٠,٩٥	٠,٩٨	٠,٩٧	المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت
٠,٩٤	٠,٩٠	٠,٩٦	٠,٩٥	المساندة الوجدانية
٠,٩٥	٠,٩١	٠,٩٣	٠,٩٢	الرفقة الاجتماعية
٠,٨٢	٠,٨٧	٠,٩٧	٠,٩٥	المساندة المعلوماتية
٠,٨٢	٠,٨٧	٠,٩٣	٠,٩٠	المساندة الأدائية
٠,٩٦	٠,٩٥	٠,٩٧	٠,٩٦	الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت
٠,٨٤	٠,٨٧	٠,٨٩	٠,٨٥	الإفصاح عن الحالة المزاجية
٠,٩٣	٠,٨٨	٠,٩٢	٠,٩٢	الإفصاح عن الآراء والاتجاهات
٠,٩٨	٠,٩٦	٠,٩٢	٠,٨٩	الإفصاح عن الحالة الصحية
٠,٨٩	٠,٨٧	٠,٩٧	٠,٩٢	الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية
٠,٩٦	٠,٩٣	٠,٩٦	٠,٩٢	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي
٠,٧٥	٠,٧٥	٠,٨٨	٠,٨٨	الاستخدام والتردد
٠,٩٤	٠,٨٥	٠,٨٦	٠,٨٩	دوافع الاستخدام
٠,٧٧	٠,٨٠	٠,٧١	٠,٥٩	الآثار النفسية والاجتماعية
٠,٩٨	٠,٩٢	٠,٨٧	٠,٨٤	التحكم في الاستخدام

يشير الجدول السابق إلى تمتع مقاييس الدراسة بمعاملات ثبات معظمها مرتفعة وذلك لدى كل المسنين والمسنات، أما مكون الآثار النفسية والاجتماعية، فقد جاءت معاملات ثباته منخفضة أو مقبولة بطريقة ألفا لدى المسنين.

التحليلات الاحصائية

باستخدام برامج الحزمة الاحصائية في العلوم الاجتماعية (SPSS)، تم استخدام الأساليب الإحصائية الملائمة للإجابة عن تساؤلات الدراسة واختبار فروضها، وهي:

أ- الإحصاءات الوصفية " المتوسطات والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء".

ب- اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي مجموعتين مستقلتين.

ج- معامل الارتباط الخطي المستقيم ل بيرسون.

د- معاملات الانحدار المتعدد التدريجي لمعرفة دور المتغيرات المنبئة.

هـ- معاملات الارتباط الجزئي وتحليل الانحدار لمعرفة دور المتغيرات المعدلة.

نتائج الدراسة

نعرض فيما يلي الإحصاءات الوصفية من متوسطات وانحرافات معيارية، ومعاملات التواء مقاييس البحث لدى كل من المسنين والمسنات، وذلك على النحو التالي:

جدول (٨) متوسط الدرجات على المقاييس وانحرافات المعيارية، ومعاملات الالتواء لدى

المسنين والمسنات (ن=١٠٣)

المسنيات (ن=٥١)			المسنون (ن=٥٢)			المجموعات
الالتواء	ع	م	الالتواء	ع	م	المقاييس
٠,٧٥	١٦,١١	٤٦,٨٦	٠,٣٩	١٢,١٢	٤١,٦٧	الشعور بالوحدة النفسية
٠,٣٩ -	٢٤,٠٧	٨٤,٠٩	٠,٢٠ -	٢٧,٣٩	٨٤,٣١	المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت
٠,٧٧ -	٧,٣٦	٢٤,٣٩	٠,٤٣ -	٩,١٧	٢٤,٦٧	المساندة الوجدانية
٠,٣٧ -	٦,٩٩	٢١,٠٨	٠,٢٤ -	٨,١٢	٢٢,٧٣	الرفقة الاجتماعية
٠,٣٧ -	٦,٨٠	٢١,٦٢	٠,٠٠٩	٧,٥٦	٢٠,٥٦	المساندة المعلوماتية
٠,٤٩	٦,٥٣	١٧,٠٠	٠,٢٦	٦,١٤	١٦,٣٤	المساندة الأدائية
٠,٩٣	٢٥,١٠	٥٩,٤٣	٠,٦٥	٢٥,٥٦	٦٣,٠٩	الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت
٠,٧٩	٦,٢٥	١٤,٥١	٠,٦٨	٧,٠٩	١٦,٠٦	الإفصاح عن الحالة المزاجية
٠,٥٠	٦,٩٠	١٦,٤٣	٠,٢١	٧,٥٨	١٨,٤٦	الإفصاح عن الآراء والاتجاهات
١,٩١	٧,٢٨	١٢,٨٢	١,٣١	٥,٧٩	١٢,٢٩	الإفصاح عن الحالة الصحية
٠,٨٨	٧,٣٣	١٥,٦٦	٠,٦٨	٧,٦٤	١٦,٢٩	الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية
٠,٤٨	٢٢,٠٧	٦٤,٦٥	٠,٩٣	٢٥,٥٦	٦٣,٥٤	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي
٠,٥٣	٦,٨٨	١٧,٥١	٠,٥٩	٨,٠٩	١٧,٧٩	الاستخدام والتردد
٠,٢٩	٨,٢٣	٢٠,٨٨	٠,٣٣	٨,٠٠	١٨,٧٩	دوافع الاستخدام
١,١٧	٤,٦٨	١٢,٠٠	١,٣٦	٥,٩١	١٣,١١	الآثار النفسية والاجتماعية
٠,٨٤	٦,٥٩	١٤,٢٥	١,١٣	٦,٧٦	١٣,٨٥	التحكم في الاستخدام

يتضح من الجدول السابق عدم وجود التواء لدى كبار السن من المسنين والمسنات في جميع مقاييس البحث وأبعادها الفرعية.

نتيجة الفرض الأول: والذي ينص على "توجد علاقة بين كل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات)".

وتم اختباره من خلال معاملات ارتباط بيرسون، وذلك على النحو التالي:

جدول (٩) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات لدى المسنين والمسنات (ن=١٠٣)

المتغيرات	المساندة عبر الإنترنت	الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت	الشعور بالوحدة النفسية	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي
المسنون (ن = ٥٢)				
المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت	١	٠,٦٠**	٠,٠٣	٠,٥٦**
الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت	٠,٦٠**	١	٠,٢٥	٠,٦٨**
الشعور بالوحدة النفسية	٠,٠٣	٠,٢٥	١	٠,٣٢*
استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٥٦**	٠,٦٨**	٠,٣٢*	١
المسنات (ن = ٥١)				
المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت	١	٠,٥٥**	٠,٣٥ -	٠,٥٤**
الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت	٠,٥٥**	١	٠,٠٤ -	٠,٤٨**
الشعور بالوحدة النفسية	٠,٣٥ -	٠,٠٤ -	١	٠,٠٠٩ -
استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٥٤**	٠,٤٨**	٠,٠٠٩ -	١

(**) دال فيما وراء ٠,٠١ (*) دال فيما وراء ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كل من المسنين والمسنات.
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين.
- وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى المسنات.

- عدم وجود علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وكل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت لدى المسنين.
 - عدم وجود علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وكل من الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين.
- نتيجة الفرض الثاني: والذي ينص على** "يمكن للتفاعل بين المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية التنبؤ باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات)".
- تم تطبيق الأسلوب الاحصائي الخاص باختبار هذا الفرض، وهو أسلوب تحليل الانحدار المتعدد التدريجي، وذلك على النحو التالي:

جدول (١٠) نتائج تحليل الانحدار التدريجي لمكونات متغيرات المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات)

المسنون (ن = ٥٢)						
المتغيرات	معامل الارتباط المتعدد (ر)	معامل التحديد أو مربع معامل الارتباط المتعدد (ر ^٢)	القيمة الثابتة	معامل الانحدار المعياري بيتا	قيمة ف	قيمة ت
الافصاح عن الآراء والاتجاهات	٠,٧٥	٠,٥٦	١,٤٧	٠,٤٤	*٢٠,٢٧	**٣,٥٩
الرفقة الاجتماعية			١,٠٥	٠,٣٣		***٢,٨٢
الشعور بالوحدة النفسية			٠,٤٦	٠,٢٢		*****٢,١٦
المسنات (ن = ٥١)						
المساندة الوجدانية	٠,٦٩	٠,٤٧	١,٦٦	٠,٥٥	*١٤,٠٦	*٤,٦٠
الافصاح عن العلاقات الاجتماعية			١,٠٢	٠,٣٤		***٣,٠٥
الشعور بالوحدة النفسية			٠,١٦	٠,٢٤		*****٢,١٣

(*) دال فيما وراء ٠,٠٠٠ (**) دال فيما وراء ٠,٠٠١ (***) دال فيما وراء ٠,٠٠٤ (****) دال فيما وراء ٠,٠٠٧ (*****) دال فيما وراء ٠,٠٤

يتضح من الجدول السابق ما يلي: أن أكثر المتغيرات المنبئة بمتغير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين هي الإفصاح عن الآراء والاتجاهات، والرفقة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، حيث فسرت هذه المتغيرات حوالي (٥٦%) من التباين الذي يحدث في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لديهم، وتعني هذه النتيجة أن الإفصاح عن الآراء والاتجاهات من أكثر المتغيرات المفسرة لشعورهم بالوحدة النفسية، يليه الرفقة الاجتماعية، يليه الشعور بالوحدة النفسية. بينما تبين أن أكثر المتغيرات المنبئة بمتغير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين هي على التوالي: المساندة الوجدانية، والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية، حيث فسرت هذه المتغيرات حوالي (٤٧%) من التباين الذي يحدث في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لديهم.

نتيجة الفرض الثالث: والذي ينص على "يمكن للمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت تعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات)".

يمكن استخدام طريقتين لاختبار هذا الفرض، هما: طريقة معامل الارتباط الجزئي، وطريقة تحليل الانحدار في اختبار هذا الفرض، وفيما يلي عرض تلك الطريقتين:

▪ الطريقة الأولى: معامل الارتباط الجزئي

تتم هذه الطريقة من خلال حساب الارتباط بين المتغير التنبئي (الشعور بالوحدة النفسية) والمتغير المحكي (استخدام مواقع التواصل الاجتماعي)، ثم حساب الارتباط بينهما مرة أخرى بعد عزل تأثير المتغير المعدل (المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت)، وذلك على النحو التالي:

جدول (١١) اختبار تأثير المتغير المعدل (المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت)

بطريقة معامل الارتباط الجزئي لدى كبار السن (المسنين - المسنات)

المتغيرات	المسنون - المسنات	معاملات الارتباط		دلالة الارتباط الجزئي
		البسيط	الجزئي	
الشعور بالوحدة النفسية / استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	المسنون	٠,٣٢	٠,٣٦	٠,٠٠٨
	المسنات	-٠,٠٠٩	٠,٢٣	٠,١٠ (غ.د)

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي ارتفعت بعد عزل تأثير المتغير المعدل (المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت) لدى المسنين، ويعني ذلك أنه كلما زاد مستوى المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت زادت العلاقة الموجبة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وكلما انخفض مستوى المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت انخفضت العلاقة. أما لدى المسنات، فتبين أن تأثير المتغير المعدل (المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت) غير دال رغم أن عزله غير من شدة العلاقة واتجاهها بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

■ الطريقة الثانية: تحليل الانحدار

تتم هذه الطريقة من خلال ثلاث خطوات، هي: الخطوة الأولى: حساب معامل انحدار المتغير المعدل (المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت) على المتغير التنبئي (الشعور بالوحدة النفسية)، والخطوة الثانية: حساب معامل انحدار المتغير المعدل (المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت) على المتغير المحكي (استخدام مواقع التواصل الاجتماعي)، والخطوة الثالثة: حساب الارتباط بين نتائج الخطوتين السابقتين، وذلك على النحو التالي:

جدول (١٢) اختبار تأثير المتغير المعدل (المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت) بطريقة

تحليل الانحدار لدى كبار السن (المسنين - المسنات)

المسنون							
المتغيرات		معامل الارتباط	مربع معامل الارتباط	القيمة الثابتة	معامل الانحدار المعياري بيتا	قيمة ف	قيمة ت
المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت	الشعور بالوحدة النفسية	٠,٠٣	٠,٠٠١	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,١٩
	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٠٦	٠,٣١	٠,٥٢	٠,٥٦	٢٢,٥٩*	٤,٧٥*
المسنات							
المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت	الشعور بالوحدة النفسية	٠,٣٥	٠,١٢	٠,٢٤	٠,٣٥	٦,٩٣*	٢,٦٣**
	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٥٤	٠,٣٠	٠,٥٠	٠,٥٤	٢٠,٧٠*	٤,٥٥*

(*) دال فيما وراء ٠,٠٠٠ (**) دال فيما وراء ٠,٠٠١

أما في الخطوة الثالثة، فقد تم حساب الارتباط بين ناتجي الخطوتين الأولى والثانية، فكان هذه الخطوة هو (0.36^{**}) لدى المسنين، و (0.23) لدى المسنات، وهي نفس النتائج الذي تم التوصل إليها من خلال طريقة معامل الارتباط الجزئي، ويشير ذلك إلى قيام المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت بتعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين، بينما لم تعدل العلاقة بين المتغيرين لدى المسنات.

نتيجة الفرض الرابع: والذي ينص على "يمكن للإفصاح عن الذات عبر الإنترنت تعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات)".

وفيما يلي التحقق من هذا الفرض بطريقتي معامل الارتباط الجزئي وتحليل الانحدار.

▪ الطريقة الأولى: معامل الارتباط الجزئي

جدول (١٣) اختبار تأثير المتغير المعدل (الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت) بطريقة معامل الارتباط الجزئي لدى كبار السن (المسنين - المسنات)

المتغيرات	المسنون - المسنات	معاملات الارتباط		دلالة الارتباط الجزئي
		البسيط	الجزئي	
الشعور بالوحدة النفسية / استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	المسنون	٠,٣٢	٠,٢١	٠,١٤ (د.ع)
	المسنات	-٠,٠٠٩	٠,٠١	٠,٩٤ (د.ع)

يتضح من الجدول السابق أن تأثير المتغير المعدل (الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت) غير دال لدى كل من المسنين والمسنات، أي أنه لم يعدل العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لديهم. رغم أن شدة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي تغيرت بعد عزله لدى المسنين. كما أن شدة العلاقة ووجهتها بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنات قد تغيرا بعد عزله.

▪ الطريقة الثانية: تحليل الانحدار

تم إجراء هذه الطريقة على النحو التالي:

جدول (١٤) اختبار تأثير المتغير المعدل (الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت) بطريقة تحليل الانحدار لدى كبار السن (المسنين - المسنات)

المسنون							
المتغيرات	معامل الارتباط	مربع معامل الارتباط	القيمة الثابتة	معامل الانحدار المعياري بيتا	قيمة ف	قيمة ت	
الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت	الشعور بالوحدة النفسية	٠,٢٥	٠,٦٠	٠,١٢	٠,٢٥	٣,٢٨	١,٨١
	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٦٨	٠,٤٦	٠,٦٨	٠,٦٨	*٤٢,٦٤	*٦,٥٣
المسنات							
الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت	الشعور بالوحدة النفسية	٠,٠٤	٠,٠٠١	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,٠٧	٠,٢٧
	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	٠,٤٨	٠,٢٣	٠,٤٢	٠,٤٨	*١٤,٥٢	*٣,٨١

(*) دال فيما وراء ٠,٠٠٠

وفي الخطوة الثالثة من تحليل الانحدار، تم حساب الارتباط بين ناتجي الخطوتين الأولى والثانية، فكان الناتج هو (٠,٢١) لدى المسنين، و(٠,٠١) لدى المسنات، وهي نفس النتائج الذي تم التوصل إليها من طريقة معامل الارتباط الجزئي، ويشير ذلك إلى أن الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت لم يعدل العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كل من المسنين والمسنات.

مناقشة النتائج

مناقشة نتيجة الفرض الأول، والذي مفاده أنه توجد علاقة بين كل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات).

تبين من نتائج هذا الفرض وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من المساندة الاجتماعية عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كل من المسنين والمسنات، أما الشعور بالوحدة النفسية فقد ارتبط

ارتباطاً موجباً باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين، في حين ارتبط ارتباطاً سالباً بالمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت لدى المسنات. وبمقارنة تلك النتيجة بالإنتاج البحثي المتاح، نجد أنها تتسق مع نتائج دراسة هيو وآخرين (2015) Heo et al التي أشارت إلى أن المستويات الأعلى من استخدام الإنترنت كانت تتبى بمستويات أعلى من المساندة الاجتماعية وانخفاض الشعور بالوحدة لدى كبار السن. واتسقت كذلك مع نتائج دراسة بنفينوتي وآخرين Benvenuti et al (2020) التي أظهرت أن الوقت الذي يقضيه كبار السن على الإنترنت له تأثير سلبي على تصورهم للمساندة الاجتماعية غير المتصلة بالإنترنت (المساندة الوجدانية، والمعلوماتية)، وتأثير إيجابي على تصورهم للمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت (خاصة فيما يتعلق بالتفاعلات الاجتماعية الإيجابية عبر الإنترنت). ودراسة ستوكويل وزملائه (2020) Stockwell et al التي تبين من خلال نتائجها عدم وجود علاقة بين استخدام الإنترنت أو البريد الإلكتروني والشعور بالوحدة، وهنا تتفق في نتيجة الفرض الحالي الخاصة بالمسنات. أما دراسة تشانج وآخرين Zhang et al (2021) فقد اتفقت نتائج هذا الفرض مع جزء من نتائجها وتعارضت مع جزء آخر، حيث تبين من خلالها ارتباط التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي بارتفاع مستويات المساندة الاجتماعية المدركة والتواصل الاجتماعي، ارتباط تلك المساندة بانخفاض مستويات الشعور بالوحدة لدى كبار السن، وهو ما أظهرته نتيجة الفرض الحالي، في حين أظهرت نتائجها الأخرى أن التواصل المتكرر عبر مواقع التواصل الاجتماعي ارتبط بانخفاض مستويات الشعور بالوحدة. وعلى الجانب الآخر، نجد أن نتيجة هذا الفرض تعارضت مع نتائج عدة دراسات منها دراسة وانج وزملائه Wang et al (2024) التي أشارت نتائجها إلى ارتباط زيادة وقت استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بانخفاض الشعور بالوحدة لدى كبار السن، كما تعارضت مع نتيجة دراسة اكسو وزملائه (2020) Xu et al التي أظهرت أن استخدام ویشات يمكن أن يقلل من الشعور بالوحدة لدى كبار السن الصينيين.

ويمكن تفسير نتائج هذا الفرض في ضوء النظريات المفسرة، منها نظرية إدارة خصوصية الاتصالات التي قدمت وصفاً لطرق تنظيم الأشخاص للإفصاح عن معلوماتهم الخاصة من خلال إنشاء حدود شخصية وجماعية (Through:Velasco-10,2013,Martin). وكذلك نظرية استخدام الإنترنت التعويضي التي تشير إلى أنه يمكن لكبار السن الذين لديهم مستويات منخفضة من المساندة الاجتماعية في الحياة الواقعية تعويض ذلك من خلال تلقيها للمساندة الاجتماعية عبر الإنترنت (Jia et al., 2022).

وجدير بالذكر أن الأشخاص الذين يتمتعون بمستويات أعلى من المساندة من خلال الشبكات الاجتماعية قد تكون لديهم موارد مادية ووجدانية إضافية للتعامل مع الشعور بالوحدة (Jia et al., 2022). كما أن بعض الدراسات تشير إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تُستخدم بشكل متكرر للبقاء على اتصال مع الأشخاص الذين يشكلون جزءاً من رأس المال الاجتماعي غير المتصل بالإنترنت أو الحقيقي للشخص (Benvenuti, 2020). كما كشف عديد من الدراسات السابقة أن انخفاض المساندة الاجتماعية يؤدي إلى الشعور بالوحدة. ويمكن أيضاً تحقيق المساندة الاجتماعية من خلال مواقع التواصل الاجتماعي لأن أحد الدوافع المهمة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي هو اكتساب المساندة الاجتماعية والحفاظ عليها. كذلك تشير الأدلة على المستويين النظري والتجريبي إلى وجود علاقة إيجابية بين الاستخدام النشط لوسائل التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية. فمن الناحية النظرية، يُعتبر التواصل الشخصي النشط خطة للحفاظ على العلاقة، وهو مفيد لاكتساب رأس المال الاجتماعي والمساندة الاجتماعية، وباعتبارها منصة مهمة للتواصل بين الأشخاص، توفر مواقع التواصل الاجتماعي للأشخاص مساحة مثالية للإفصاح عن الذات وسلوكيات التفاعل الاجتماعي، مما يساعد المستخدمين النشطين على الحصول على المزيد من المساندة الاجتماعية. ومن الناحية التجريبية، دعم البحث أيضاً الدور الإيجابي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي النشطة في الحصول على المساندة الاجتماعية، وتأثير المساندة الاجتماعية المدرك في الشعور بالوحدة (Lin et al, 2022). ويمكن للأفراد إدارة

إفصاحهم عن أنفسهم بطريقة إيجابية، والإفصاح بشكل انتقائي عن أفكارهم وآرائهم ومشاعرهم عبر الإنترنت. كما تسمح خصائص مواقع التواصل الاجتماعي، مثل إعدادات الاتصال بالإنترنت أو عدم الاتصال، وأنواع العلاقات، وإمكانية رؤية الصفحات الشخصية، للمستخدمين بحظر المشاهدين غير المرغوب فيهم (Kim&Dindia, 2011,158&Chen,2017). ووفقاً لنظرية الاختراق الاجتماعي، فإن الإفصاح عن الذات ونقل المعلومات الشخصية من المرجح أن يزداد عندما يتحول التفاعل بين الأشخاص إلى علاقة أكثر حميمية (Yokoyama et al.,2024).

ولقد وجد الباحثون أن مشاركة المعلومات على مواقع التواصل الاجتماعي كان لها تأثير إيجابي عام في تطوير العلاقات عبر الإنترنت (Akers et al.,2018,3). ومن المحتمل أن يكون للمساندة الناتجة عن الإفصاح الذاتي تأثير مفيد على المستخدمين، ويمكن توضيح ذلك من خلال افتراض أنه كلما زاد عدد مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي الذين يكشفون عن أنفسهم، زاد احتمال تلقيهم مساندة من هؤلاء المستخدمين (Hossain et al.,2023). وتشير الجهود النظرية إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تجتذب الفرد بمعلومات شخصية، حيث إن الطبيعة البشرية تجعل الناس يهتمون بالحصول على معلومات عن الآخرين، وفي الوقت نفسه، فإن هذا النوع من السلوك يقودهم أيضاً نحو مواقع التواصل الاجتماعي ويعبرون عن معلوماتهم الشخصية من خلالها (Kanwal et al.,2019). كما أن المشاركين في التواصل سوف يفصحون عن أنفسهم في البداية بشكل سطحي، وسوف يزداد مستوى العمق في الإفصاح عن الذات بمرور الوقت مع تطور العلاقة.

ويتم تحديد مستوى الإفصاح للتبادل في كل تفاعل من خلال تحليل المكافأة أو التكلفة التي يقوم بها كل مشارك، وتوقع العواقب والتنبؤ بها. إن تعميق العلاقة هو المكافأة التي يتلقاها الناس مقابل إفصاحهم. في الوقت نفسه، يُعتبر إفصاح الطرف الآخر عن ذاته عادةً مكافأة في حد ذاته، ورمزاً للثقة. وتم ربط الإفصاح عن الذات بالإعجاب، فالأفراد يفصحون عن المزيد للأفراد الذين يحبونهم، والأشخاص الذين

يفصحون عن مزيد من المعلومات يكونون أكثر استحسانًا بشكل عام، ويمكن تحليل ذلك باعتباره عملية تبادل اجتماعي (Martin,2013,11; Yip,2024,66; Velasco- وعن النتيجة الخاصة بوجود علاقة سالبة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة عبر الإنترنت لدى المسنات، فيمكن فهمها بالرجوع إلى دراسة أمستردام الطولية للشيخوخة، حيث تابع بعض الباحثين المشاركين الذين تزيد أعمارهم عن ٧٥ عامًا لمدة ١١ عامًا، ووجدوا أن انخفاض حجم الشبكة الاجتماعية يؤدي إلى مستويات أعلى من الشعور بالوحدة بمرور الوقت. وبشكل عام، من المرجح أن يصاحب ضعف الشبكة الاجتماعية الشعور بالوحدة. وبالتالي، واستنادًا إلى النموذج الشخصي للشعور بالوحدة، تم افتراض أن الشعور بالوحدة قد يُفاقم شعور كبار السن بعدم الرضا عن شبكة العائلة والأصدقاء من خلال تقليل حجم هذه الروابط (Sun et al., (2024). كما أن التعريفات المقدمة توضح أن الشعور بالوحدة النفسية يرتبط بالمساندة، ومن هذه التعريفات أن الوحدة تجربة ذاتية لمشاعر سلبية تجاه مستويات وخصائص التفاعل الاجتماعي غير المرضية، وإدراك محدودية المساندة الاجتماعية (Zhang et al.,2021) وتعريفه بأنه تجربة سلبية تثير النفور وعدم الرضا وعدم القدرة على إشباع حاجة المرء إلى الألفة في العلاقات (Wang et al.,2024). كما يتبين من خلال الأبحاث السابقة المفسرة لأسباب الشعور بالوحدة النفسية أن العامل الأول هو الافتقار إلى الرفقة من الصداقات، فمع تقدم الأفراد في السن، يمكن أن يسهم غياب الشعور بالانتماء إلى مجموعة اجتماعية أيضًا في زيادة الشعور بالوحدة (Wang et al.,2024). أما عن النتيجة الخاصة بوجود علاقة موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين، فيمكن تفسيره في ضوء الهدف من استخدام المواقع، حيث إن استخدام المواقع قد يقلل الشعور بالوحدة النفسية إذا كان لغرض اجتماعي، ويزودها إذا كان لغرض الترفيه والحصول على معلومات. وأما عن عدم وجود علاقة بينهما لدى المسنات، فيمكن تفسيره في ضوء أبعاد مقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي حيث أنها لا ترتبط بمدة الاستخدام ولكن بطريقته (إذا ما كان

يستخدمه أثناء تناول الطعام أو غيره)، وكذلك بالآثار النفسية المترتبة عليه، والتحكم في استخدامه.

وعن النتيجة الخاصة بعدم وجود علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والإفصاح الذاتي عبر الإنترنت لدى كل من المسنين والمسنات، يمكن تفسيرها في ضوء أنهم يعتبرون أن بعض مستخدمي الإنترنت قد يكونون غير حقيقيين، وربما يكذبون في بعض الأمور ومنها أعمارهم وحالاتهم الاجتماعية وأوزانهم وأطوالهم (Kim&Dindia,2011,158). ولديهم أيضاً مخاوف الخصوصية، فقد وجد من نتائج إحدى الدراسات أن حجم وحميمية وصدق الإفصاح عن الذات على مواقع التواصل الاجتماعي قد ارتبط سلباً بمخاوف الخصوصية، كما وجد أن ثقة المستخدمين بالوسيلة، وخاصةً فيسبوك، تؤثر على سلوكهم في الإفصاح عن الذات (Sharif et al.,2021). كما اكتشف أحد الباحثين أن الناس ينظمون محتوى ومدة عملية الإفصاح عن الذات، فقد يختلف جوهر وأسلوب الإفصاح الذاتي بين الأفراد الذين يسعون إلى التفاعلات الشخصية، وأولئك الذين يسعون إلى المعرفة أو المتعة (Hossain et al.,2023).

مناقشة نتيجة الفرض الثاني، والذي مفاده أنه يمكن للتفاعل بين المساندة عبر الإنترنت والإفصاح عن الذات عبر الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية التنبؤ باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات).

تبين من خلال النتائج أن أكثر المتغيرات المنبئة بمتغير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين هو الإفصاح عن الآراء والاتجاهات، والرفقة الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية. بينما تبين أن أكثر المتغيرات المنبئة بمتغير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنات هي المساندة الوجدانية، والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية، والشعور بالوحدة النفسية.

وعند مقارنة تلك النتيجة بنتائج الدراسات السابقة، نجد أن تلك النتيجة اتفقت مع نتيجة دراسة تشوبيك (Chopik (2016، حيث تبين أن التوسط في كل من الروابط بين استخدام التكنولوجيا الاجتماعية والصحة البدنية والنفسية من خلال انخفاض

الشعور بالوحدة. ونتائج دراسة آرثس (2018) Aarts، حيث ذكر عديد من المشاركين أن الاتصال عبر مواقع التواصل الاجتماعي مفضل على عدم التواصل الاجتماعي، فعندما ينخفض التواصل في الحياة الواقعية بسبب المسافة الجغرافية، تعمل مواقع التواصل الاجتماعي كمصدر للبقاء على التواصل الاجتماعي، وخاصة بالنسبة للأشخاص الذين لا يستطيعون الخروج من المنزل.

وبالنظر إلى تلك النتيجة نجد أن الإفصاح عن الآراء والاتجاهات هو أول المتغيرات التي تنبأت باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وربما يرجع ذلك إلى طبيعة الذكور الذين يهتمون بالتعبير عن آرائهم حول موضوعات المجتمع سواء أكانت سياسية أو اجتماعية أو دينية أو ثقافية، وتعبيرهم هذا يجعل من يتابعهم من الأصدقاء حريص على استخدام المواقع لمعرفة المزيد عما يدور من حولهم في المجتمع وآراء الأفراد حوله، خاصة أن هذه الآراء عادة ما يتم الإفصاح عنها بشكل عام دون المساس بجوانب حياتهم الشخصية والتي منها حالتهم الصحية والمزاجية. في حين نجد أن الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية هو ثاني المتغيرات المنبئة باستخدام المواقع لدى المسنات، وربما يرجع ذلك لاهتمامهم بعلاقات المحيطين بهم أكثر من أية أمور أخرى كالآراء أو الاتجاهات أو الأمور الصحية، فهن ينشغلن أكثر بمن يطمئن عليهن من المحيطين بهن وخاصة الأبناء والأحفاد، وعند الأخذ في الاعتبار طبيعة معيشتهم نجد أن معظمهن يعشن في بيت العائلة، فرمما تلك المعيشة جعلتها تتوقع مساندة المحيطين بها، وعندما حدث عكس ذلك، أبدین استياءهن تجاه ذلك من خلال مواقع التواصل الاجتماعي.

ورمما تُفسر هذه النتائج أيضًا من خلال أنواع المساندة عبر الإنترنت، حيث أن الرفقة الاجتماعية التي تنقل دعمها الشعور بالانتماء، إما بشكل مباشر من خلال التعبير عن الانتماء للمجموعة، أو بشكل غير مباشر من خلال قضاء الوقت معًا في أنشطة ترفيهية، تحفز كبار السن وخاصة المسنين على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وذلك لأن المسنين يمكنهم الانضمام إلى عدة مجموعات تمارس ألعابًا أو أنشطة وتتخبط فيها مما يشجعهم على التردد على هذه المواقع، وذلك دون خوف أو

قلق، فالذكور لديهم حب المخاطرة مقارنة بالإناث. أما لدى المسنات، فنجد أن المساندة الوجدانية التي تعكس التعبير عن القبول، أو الحميمية، أو الرعاية، أو الإعجاب، أو الاحترام، أو التقهم، هي ما يشجعهن على التردد على هذه المواقع، فيمكنهم بسهولة مواساة أصدقائهم من خلال البريد الصوتي أو الرسائل النصية، ويتبادلون كلمات الإعجاب، كما أن الطبيعة الوجدانية للإناث ربما هي من جعلت المساندة الوجدانية هي أول المتغيرات المنبئة باستخدام المواقع لديهن.

أما عن الشعور بالوحدة النفسية، فقد تنبأت باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كل من المسنين والمسنات، وإذا نظرنا إلى هذه النتيجة نجد أنها قد تبدو منطقية حيث إن شعور كبار السن بالوحدة يجعلهم يلجأون إلى استخدام هذه المواقع، آمليين أن يجدوا فيها السند والونس. كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية فك الارتباط التي قدمت تفسير لعملية الانسحاب الاجتماعي التي يقوم بها المسن، والتي ترجع إلى تغيرات نفسية داخلية، وكذلك نظرية النشاط التي افترضت أن كبار السن يحاولون إيجاد نشاطات بديلة لنشاطاتهم المفقودة (مبروك، ٢٠٠١، ٥٠-٥٢).

مناقشة نتيجة الفرض الثالث، والقائل بأن يمكن للمساندة عبر الإنترنت تعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات).

تبين من النتائج أن المساندة عبر الإنترنت عدلت من العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المسنين، في حين أنها لم تعدل تلك العلاقة لدى المسنات.

وبالرجوع إلى الإنتاج البحثي السابق، تبين أن هذه النتيجة قد اتفقت بشكل ضمني مع نتائج دراسة تشانج وآخرين (Zhang et al (2021 التي أشارت إلى أن التواصل عبر وسائل التواصل الاجتماعي قد يعتبر تدخلاً للحد من الشعور بالوحدة لدى كبار السن من خلال زيادة مستويات المساندة الاجتماعية. كما اتفقت مع نتائج دراسة يو وآخرين (Yu et al (2020 التي أشارت إلى أن استخدام الإنترنت قد يكون أداة فعالة للحد من الشعور بالوحدة لدى كبار السن من خلال الحفاظ على الاتصال الاجتماعي.

وتجدر الإشارة إلى أن للمساندة عبر الإنترنت عديد من الفوائد، منها: أولاً، تأتي المساندة عبر الإنترنت من مجموعة متنوعة من المصادر، مثل العائلات والأصدقاء المقربين وزملاء الدراسة السابقين وزملاء العمل أو المشرفين والمعارف والغرباء (مثل المعجبين). ثانياً، يمكن تلقي المساندة من شخص قريب أو بعيد في أي دولة. ثالثاً، يمكن تقديم المساندة عبر الإنترنت في أي وقت. رابعاً، يمكن لكل من مقدم المساندة والمتلقي تجنب الإحراج الذي ينشأ أحياناً في التفاعلات الاجتماعية وجهاً لوجه (Chung et al., 2014).

وتشير الأدلة على المستويين النظري والتجريبي إلى وجود علاقة موجبة بين الاستخدام النشط لمواقع التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية. فمن الناحية النظرية، يُعتبر التواصل الشخصي النشط خطة للحفاظ على العلاقة، وهو مفيد لاكتساب رأس المال الاجتماعي والمساندة الاجتماعية، وباعتبارها منصة مهمة للتواصل بين الأشخاص، توفر مواقع التواصل الاجتماعي للأشخاص مساحة مثالية للإفصاح عن الذات وسلوكيات التفاعل الاجتماعي، مما يساعد المستخدمين النشطين على الحصول على مزيد من المساندة الاجتماعية. ومن الناحية التجريبية، دعم البحث أيضاً الدور الإيجابي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي النشطة في الحصول على المساندة الاجتماعية، وتأثير المساندة الاجتماعية المدرك في الشعور بالوحدة النفسية (Lin) (et al, 2022).

مناقشة نتيجة الفرض الرابع، والذي ينص على أنه يمكن للإفصاح عن الذات عبر الإنترنت تعديل العلاقة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كبار السن (المسنين - المسنات).

تبين أن الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت لم يعدل العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى كل من المسنين والمسنات.

بمراجعة الدراسات السابقة، نجد أنها تعارضت مع نتيجة دراسة كسو وزملائه Xu et al (2020) التي أظهرت أن الإفصاح عن الذات له تأثير معتدل إيجابي على العلاقة بين الاستخدام المنتظم لويشات ووحدة كبار السن الصينيين.

يمكن تفسير تلك النتيجة في ضوء اختلاف البلد والثقافة المرتبطة بها، كما أن البحث الحالي يهتم بجميع المواقع المتاحة لكبار السن وليس موقعًا بعينه. وربما يرجع عدم وجود تأثير لمتغير الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت إلى ارتباطه بعدد من الأمور، منها كذب الأفراد في الأمور المتعلقة ببياناتهم الأساسية مثل أعمارهم وحالاتهم الاجتماعية وأوزانهم وأطوالهم (Kim&Dindia,2011,158). ومخاوف الخصوصية لديهم، وثقة المستخدمين بالوسيلة، وخاصةً فيسبوك (Sharif et al.,2021). كما اكتشف أحد الباحثين أن الناس ينظمون محتوى عملية الإفصاح عن الذات ومدتها، فقد يختلف جوهر وأسلوب الإفصاح الذاتي بين الأفراد الذين يسعون إلى التفاعلات الشخصية، وأولئك الذين يسعون إلى المعرفة أو المتعة (Hossain et al.,2023). فجميع تلك العوامل تؤثر في شعورهم بالوحدة النفسية واستخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي.

مناقشة عامة

أسفرت نتائج البحث الحالي عن وجود علاقة تبادلية بين ثلاثة متغيرات هي المساندة عبر الإنترنت والإفصاح الذاتي عبر الإنترنت واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وذلك لدى كل من المسنين والمسنات، وهذا يعني أنه كلما زادت المساندة عبر الإنترنت زاد الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت وزاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والعكس صحيح، وكلما زاد استخدام المواقع زادت المساندة عبر الإنترنت وزاد الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت والعكس صحيح، وكلما زاد الإفصاح الذاتي عبر الإنترنت زادت المساندة عبر الإنترنت زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والعكس صحيح. وهذا يبدو منطقياً خاصة في ظل مدة الاستخدام التي ينحصر معظمها في ساعة إلى ٣ ساعات أي لا تصل للإدمان، وهذا ما أكدته الدراسات السابقة من أن الاستخدام الإدماني هو الذي يؤدي للمشكلات، أما الاستخدام الطبيعي يتبعه مساندة وإفصاح ذاتي.

ويمكن تفسير نتائج البحث الحالي في ضوء الظروف المحيطة بالبحث وعينته، فربما ترجع تلك النتائج إلى عدد العينة الصغير، فمن المعروف أنه كلما زاد العدد

كانت النتائج أكثر وضوحًا. كما أن كبار السن في مصر ربما يختلفون عن كبار السن في أي دولة أخرى.

كما أنه ربما يكون للمستوى التعليمي والحالة الاجتماعية لدى المسنين تأثير في النتائج، حيث كان معظم المسنين حاصلين على تعليم فوق الجامعي مقارنة بالمسنات اللاتي كان معظمهن ذوات تعليم جامعي، كما كان معظم المسنين متزوجين أي غير فاقدين لشركاء حياتهم. بالإضافة إلى توفر مهنة حالية بعد المعاش لدى المسنين مقارنة بالمسنات.

كما يمكن أن ترجع هذه النتائج إلى الهدف الذي يستخدم المسنين والمسنات من أجله مواقع التواصل الاجتماعي، فعندما يكون الاستخدام لأغراض الترفيه وجمع المعلومات، يميل استخدامها إلى الارتباط بمستويات أعلى من الشعور بالوحدة. وعندما تُستخدم لأغراض اجتماعية، مثل التواصل مع شخص معين، قد يزيد من مشاعر الرضا عن العلاقات الاجتماعية ويقلل من الشعور بالوحدة (Zhang et al, 2021).

كذلك يختلف محتوى الإفصاح عن الذات عبر الإنترنت وفقًا لهدف كبار السن منه، ووفقًا لكون الأشخاص الذين يتواصل معهم من المقربين إليه أم مجرد علاقات سطحية.

بالإضافة إلى ما سبق، تبين دور المساندة عبر الإنترنت في حياة كبار السن، وخاصة مساندة الرفقة الاجتماعية التي يهتم بها المسنون ولها دور في حياتهم، وربما يرجع ذلك إلى طبيعة معيشتهم في بيت منفصل. والمساندة الوجدانية التي تهتم بها المسنات والتي ربما ترجع إلى طبيعة الإناث الوجدانية.

المراجع

- الحسين، سليمان (٢٠٠٨). التدين والشعور بالوحدة النفسية. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، ٣، ٢٢٤-٢٦٣.
- الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء (يوليو ٢٠٢٤). *لمحة إحصائية مصر ٢٠٢٤ (السكان)*. جمهورية مصر العربية.
- السيد، صفاء (٢٠١٩). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من القلق والوحدة النفسية لدى المسنين من النوعين. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢٩ (١٠٢)، ٢٣١ - ٢٨٨.
- العتيبي، أميرة، وعبدالرازق، وفاء (٢٠٢٣). استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى المسنين. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ٢، ١٤٥ - ٢٩٣.
- جودة، آمال (٢٠٠٦). أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من المسنين. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للبحوث الإنسانية والاجتماعية*، ٧، ٦٥ - ١٠٨.
- جودت، عبدالسلام (٢٠١٤). الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة. *مجلة العلوم الإنسانية*، ٢٢، ١٩٧-٢١٣.
- زغير، أكرم (٢٠١٧). مشكلة الشعور بالعزلة الاجتماعية لدى المسنين: دراسة ميدانية في إرشاد المسنين. *مجلة بحوث عربية في مجالات التربية النوعية*، ٦، ٢٣٣-٢٦٥.
- صالح، تهاني (٢٠١٥). برنامج إرشاد جمعي مستند إلى العلاج الأسري البنائي في خفض الشعور بالوحدة النفسية وتحسين الرضا عن الحياة لدى عينة من كبار السن الأردنيين. *رسالة ماجستير (منشورة)*، كلية الدراسات العليا، الجامعة الهاشمية.
- عبيد، إيمان (٢٠١٠). مقياس الشعور بالوحدة النفسية. *مجلة الإرشاد النفسي*، ٢٤، ٢٠٥-٢٢٠.

- مبروك، عزة (٢٠٠١). استخدام المساندة النفسية الاجتماعية لتحسين التوافق النفسي والاجتماعي والصحي لدى المسنين . رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب ، جامعة القاهرة.
- مبروك، عزة (٢٠٠٢). تقييم الذات وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين. مجلة دراسات عربية، ١ (٢)، ١٨٥ – ٢٠٩.
- محمود، خديجة (٢٠٢٤). الشعور بالوحدة النفسية وفقاً لبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من كبار السن بمدينة بنغازي: دراسة ميدانية على عينة من مدينة بنغازي . مجلة كلية الآداب، ٥٢، ١٨٨-٢٠٣.
- محمود، هبة، عبد الحميد، هدى (٢٠٢٢). المناعة النفسية متغير منبئ بإدراك المساندة الاجتماعية والمساندة عبر الإنترنت و قلق الموت لدى مرضى السرطان. مجلة كلية الآداب – جامعة حلوان، ٥٥ (١)، ١-٧١.

References

- Aarts, S. (2018). Social media and loneliness among community-dwelling older adults. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 33, 553–558.
- Akers, C. (2018). The relationship between frequency of online self-disclosure, time spent on social media and interpersonal relationship satisfaction. *Published Doctoral dissertation*, Capella University.
- Benvenuti, M., Giovagnoli, S., Mazzoni, E., Cipresso, P., Pedrolì, E., & Riva, G. (2020). The relevance of online social relationships among the elderly: How using the web could enhance quality of life? *Frontiers in Psychology*, 11, 551862.
- Chen, H. (2017). Antecedents of positive self-disclosure online: An empirical study of US college students' Facebook usage. *Psychology Research and Behavior Management*, 10, 147–153.
- Chopik, W. J. (2016). The benefits of social technology use among older adults are mediated by reduced loneliness. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19 (9), 551–556.

- Chung, T.-Y., Yang, C.-Y., & Chen, M.-C. (2014). Online social support perceived by Facebook users and its effects on stress coping. *Journal of Corporate Governance, Insurance, and Risk Management*, 1 (2), 193–209.
- Cotton, S. R., Anderson, W. A., & McCullough, B. M. (2013). Impact of internet use on loneliness and contact with others among older adults: Cross-sectional analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 15 (2), e39.
- Crowdson, J. (2016). The effect of loneliness in the elderly population: A review. *Healthy Aging & Clinical Care in the Elderly*, 8, 1–9.
- Department of Economic and Social Affairs Population Division. (2022). *World Population Prospects 2022: Summary of Results*. United Nations: New York.
- Dietrich, C. (2010). Online social support: An effective means of mediating stress. *Inquiries Journal*, 2 (2), 1–5.
- Durucu, M., Tuncer, O., & Bayraktar, C. (2022). The Effect of Social Media Usage on Loneliness. In Calisir, F. (Ed.), *Industrial Engineering in the Internet-of-Things World* (pp. 283–299). Springer Nature Switzerland.
- Guzman, A. A., Brecht, M.-L., Doering, L. V., Macey, P. M., & Montes, J. C. (2023). Social media use and depression in older adults: A systematic review. *Research in Gerontological Nursing*, 16 (2), 97–104.
- Heo, J., et al. (2015). Internet use and well-being in older adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18 (5), 268–272.
- Hossain, M. M., Islam, K. M. Z., Masud, A. A., Hossain, M. A., & Jahan, N. (2023). Antecedents and consequences of self-disclosure in subjective well-being: A Facebook case with a social support mediator. *AGE Open*, 1–18.
- Ingram, I. & Kelly, P. (2022). Isolation, Loneliness and Mental Health. In Menzies, R., Menzies, R. & Dingle, G (Eds.), *Existential Concerns and Cognitive – Behavioral Procedures: An Integrative Approach to mental health* (pp. 115–133) . Springer Nature Switzerland.

- Jia, Y., Liu, T., & Yang, Y. (2022). The relationship between real-life social support and internet addiction among the elderly in China. *Frontiers in Public Health*, 10, 981307.
- Kanwal, S., Pitafi, A. H., Akhtar, S., & Irfan, M. (2019). Online self-disclosure through social networking sites addiction: A case study of Pakistani university students. *Interdisciplinary Description of Complex Systems*, 17 (1-B), 187–208.
- Khalaila, R., & Vitman-Schorr, A. (2018). Internet use, social networks, loneliness, and quality of life among adults aged 50 and older: Mediating and moderating effects. *Quality of Life Research*, 27, 479–489.
- Kiksen, X., Wu, X., & Chi, I. (2020). Internet use, social isolation, and loneliness among older adults. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76 (3), 482–493.
- Kim, J. & Dindia, K. (2011). Online Self-Disclosure: A Review of Research. In K.B. Wright & L.M. Webb (Eds.), *Computer-mediated communication in personal relationships* (pp. 156-180). New York: Peter Lang Publishing.
- Kohl, G., Koh, W. Q., Scior, K., & Charlesworth, G. (2024). Self-disclosure and social media use among younger and older people with dementia: An internet-mediated mixed-methods study. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 40 (22), 7364-7374.
- Lin, S., Liu, D., Niu, G. & Longobardi, C. (2022). Active Social Network Sites Use and Loneliness: the Mediating Role of Social Support and Self-Esteem. *Current Psychology*, 41, 1279–1286.
- Nabity-Grover, T. M. (2020). Sharing is caring: Essays on online self-disclosure. *Published Doctoral dissertation*, University of Alabama.
- Nick, E. A., Cole, D. A., Cho, S.-J., Smith, D. K., Carter, T. G., & Zelkowitz, R. (2018). The Online Social Support Scale: Measure development and validation. *Psychological Assessment*, 30 (9), 1127–1143.

- Sharif, A., Soroya, S. H., Ahmad, S., & Mahmood, K. (2021). Antecedents of self-disclosure on social networking sites (SNSs): A study of Facebook users. *Sustainability*, 13 (3), 1220.
- Stockwell, S., Stubbs, B., Jackson, S. & Fisher, A. (2020). Internet use, social isolation and loneliness in older adults. *Ageing and Society*, 41 (12), 1-24.
- Sun, S., Wang, Y., Wang, L., Lu, J., Li, H., Zhu, J., Qian, S., Zhu, L., & Xu, H. (2024). Social anxiety and loneliness among older adults: A moderated mediation model. *BMC Public Health*, 24, 483.
- Tilburg, T. (2021). Social, Emotional, and Existential Loneliness: A Test of the Multidimensional Concept. *The Gerontologist*, 61 (7), e335 –e344.
- Velasco-Martin, J. (2013). Exploring self-disclosure in online social networks. *Published Doctoral dissertation*, University of North Carolina at Chapel Hill.
- Wang, Y., Chen, Y., & Liu, C. (2024). The relationship between social media usage and loneliness among younger and older adults: The moderating effect of shyness. 12, Article 343.
- World Health Organization (october 2022). *Ageing and health*. <https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Xu, X., Zhao, Y. C., & Zhu, Q. (2020). The effect of social media use on older adults' loneliness: The moderating role of self-disclosure. In Gao,q&Zhou,J (Eds.), *Human Aspects of IT for the Aged Population. Technology and Society* (pp. 131–145). Springer Nature Switzerland.
- Yip, J. W. C. (2024). *Discourse of online social support: A study of online self-help groups for anxiety and depression*. Springer Nature Singapore.
- Yokoyama, K., Ihira, H., Matsuzaki-Kihara, Y., Mizumoto, A., Tashiro, H., Shimada, K. & Ikeda, N. (2024). Development of the self-assessment self-disclosure questionnaire to examine the association between self-disclosure and frailty among community-dwelling older adults in Japan. *Geriatrics*, 9 (3), 67.

- Yu, K., Wu, S., & Chi, I. (2020). Internet use and loneliness of older adults over time: The mediating effect of social contact. *Journals of Gerontology: Social Sciences*, 1–10.
- Zhang, K., Kim, K., Silverstein, N. M., Song, Q., & Burr, J. A. (2021). Social media communication and loneliness among older adults: The mediating roles of social support and social contact. *The Gerontologist*, 61 (6), 888–896.

The Role of Online Social Support and Self-Disclosure in Moderating the Relationship between Psychological Loneliness and Social Networking Sites Use among Elderly
Abstract

The current research aimed to explore role of online Social support and self-disclosure in moderating the relationship between psychological loneliness and social networking sites use among elderly. sample consisted of (103) elderly individuals (52 men, 51 women), whose age ranged from (60 - 76) years, with mean age of $(66,23 \pm 4,44)$ years for elderly men and $(64,90 \pm 3,86)$ years for elderly women. The online social support scale (prepared by Nick, et al., 2018, translated by researcher), the online self-disclosure scale (prepared by researcher), psychological loneliness scale (translated by Mabrouk, 2001), and the social networking sites use scale (prepared by researcher) were used. The results showed a positive correlation between online social support, online self-disclosure, and social networking sites use among both elderly men and women. Psychological loneliness was positively correlated with social networking sites use among elderly men, while it was negatively correlated with online social support among elderly women. It was also found that the most predictive variables of social networking sites use among elderly men were disclosure of opinions and attitudes, social companionship, and psychological loneliness, while the most predictive variables of social networking sites use among elderly women were emotional support, disclosure of social relationships, and psychological loneliness. The results also showed that online social support moderated the relationship between psychological loneliness and social networking sites use among elderly men, while online self-disclosure did not moderate the relationship between psychological loneliness and social networking sites use in both older men and women.

Key Words: Online Social Support - Online Self-Disclosure - Psychological Loneliness - Social Networking Sites Use - Elderly.