العـــــدد (٣٠)، الجـــــزء الثـانـي، ينـايــر ٢٠٢٥، ص ص ١ - ٤٧

تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على طلاب المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات بمدينة الرياض

إعـداد

جـواهـر سليـمـان عبـد العزيـز السيـاري

محـاضـر بالسنه الأولـى المشتـركـــة

التخصص علم نفس عيادي - جامعة الملك سعود

تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على طلاب المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات بمدينة الرياض

جواهر السياري(*)

ملخـــــــص

هدفت الدراسة إلى استكشاف مستوى تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية بأبعادها لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، وكذلك التعرف على اختلاف تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية لدى عينة الدراسة باختلاف متغيرات: نوع الجنس (ذكور – إناث)، والدعم الوالدي، ومدة التعرض لوسائل الاعلام الرقمية. وتكونت عينة الدراسة من (١٩٥) طالبًا وطالبةً من طلاب المرحلة الثانوية العامة بمدينة الرياض، مقسمين إلى (٨٠) طالبًا و(١١٥) طالبةً. واستخدمت الدراسة استبانة تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية لدى طلاب المرحلة الثانوية (إعداد الباحثة)، وتضمنت الاستبانة (٥٠) عبارة، وتضم خمسة أبعاد رئيسة هي: التأثيرات النفسية، والتأثيرات الاجتماعية، والتأثيرات السلوكية، والتأثيرات المعرفية، والتأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية. وباستخدام المنهج الوصفي التحليلي، أبانت نتائج الدراسة عن وجود مستوى متوسط لتأثيرات وسائل الإعلام الرقمية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير نوع الجنس (ذكور، إناث) لصالح الإناث، وأيضًا تاثير دال لمتغير الدعم الوالدي، لصالح الطلاب الذين فقدوا أحد الوالدين أو عانوا من انفصال مقارنة بأقرانهم الذين يعيشون مع والدين مستقرين، ومتغير مدة التعرض لوسائل العلام الرقمية، وذلك لصالح الفترة الأطول من التعرض (أكثر من ٤ ساعات)، وفي ضوء ذلك، خرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات أهمها: ضرورة تخطيط وتطبيق البرامج الإرشادية مع المراهقين ذوي التعرض المفرط لوسائل الإعلام الرقمية، وإجراء المزيد من البحوث حول التأثيرات السلبية والإيجابية لاستخدام الإعلام الرقمي بين المراهقين.

(*) محاضر بالسنه الاولى المشتركة التخصص علم نفس عيادي جامعة الملك سعود.

The effects of digital media on secondary school students and their relationship to some variables in Riyadh

Jawaher Al-Siyari

Abstract

The study aimed to explore the level of digital media effects in its dimensions on secondary school students in Riyadh, as well as to identify the differences in the effects of digital media on the study sample according to the variables: gender (males - females), parental support, and duration of exposure to digital media. The study sample consisted of (195) male and female students from secondary school in Riyadh, divided into (80) male students and (115) female students. The study used a questionnaire on the effects of digital media on secondary school students (prepared by the researcher), and the questionnaire included (50) statements, and included five main dimensions: psychological effects, social effects, behavioral effects, cognitive effects, and effects related to self-identity. Using the descriptive analytical approach, the results of the study showed an average level of digital media effects among high school students in Riyadh, and the presence of statistically significant differences in the effects of digital media among the study sample attributed to the gender variable (males, females) in favor of females, as well as a significant effect of the parental support variable, in favor of students who lost a parent or suffered from separation compared to their peers who live with stable parents, and the variable of exposure to digital media, in favor of the longest period of exposure (more than 4 hours). In light of this, the study came out with a set of recommendations, the most important of which are: the necessity of planning and implementing guidance programs with adolescents who are over-exposed to digital media, and conducting more research on the negative and positive effects of digital media use among adolescents.

Keywords: Digital media, Adolescence, Secondary stage students.

مقـــدمـــــة:

المراهقة هي فترة انتقالية حاســـمة وتكوينية؛ ففيها ينتقل الأفراد من الطفولة إلى مرحلة البلوغ، وتتبدى فيها الكثير من التغيرات البيولوجية والتنموية والنفســـية؛ ولذا فمن الأهمية بمكان ضمان دعم المراهقين بشكل كامل لتعزيز الصحة البدنية والعقلية؛ لتهيئة المسرح لمرحلة البلوغ الصـــحي الســـويّ، وخلال هذه الفترة من الحياة، يصـــبح المراهقون أكثر اســـتقلالية في اتخاذ الخيارات المتعلقة بسلوكات نمط حياتهم، وتنطوي مرحلة المراهقة المبكرة على تغيرات في مرحلة البلوغ يتمخض عنها تغييرات بيولوجية وإدراكية وجســـمية واجتماعية وعاطفية كبيرة؛ مما يجعل هذه الفترة فترة حرجة لتطور مشاكل الصحة النفسية، علاوة على ذلك، تعد فترة المراهقة المتأخرة التي ينتقل خلالها المراهقون إلى مرحلة البلوغ أيضًا فترة معرضة بشدة لمشاكل الصحة النفسية التي يمكن أن يكون لها آثار عميقة في مرحلة البلوغ .(Mougharbel et al.,2024)

وفي العقد الماضي، انتشر الإنترنت بقوة كوسيلة اتصال في أي فئة عمرية، وزاد عدد مستخدمي الإنترنت في جميع أنحاء العالم زيادة عالمية. علاوة على ذلك، أصبح امتلاك تقنيات الشـــاشـــة مثل الهاتف الذكي أو الجهاز اللوحي أكثر ســـهولة في الوقت الحاضـــر. وتم إدراج إندونيسـيا ضـمن أفضـل ثلاث دول من حيث مبيعات الهواتف الذكية الأكثر أهمية في منطقة آسـيا والمحيط الهادئ. وباسـتقراء الأعداد الكبيرة من المبيعات الضـخمة، يمكن القول بأن هذا أعطى لمحة عامة عن أن الوســـائط الرقمية كانت جزءًا لا يتجزأ من الحياة الاجتماعية، علاوة على ذلك، منذ أن أصـــبح الإنترنت أكثر ســـهولة في الوصـــول إليه. تم الإبلاغ عن الشـــباب (الذين تتراوح أعمارهم بين ١٨ و ٢٤ عامًا) باعتبارهم الســـكان الأكثر مشـــاركة في وســـائل التواصـــل الاجتماعي، مما يوفر دليلاً دامغًا على أن مجموعة المراهقين المتأخرين والشـــباب المبكر هم أكبر مستهلكي الوسائط الرقمية (Kesumaningsari et al.2024).

وفي غضون بضعة عقود، أصبح الاتصال فوريًا وعالميًّا. ويميز كاي kay (٢٠١٨) تأثير العصـــر الرقمي في فترتين: (١) الويب ١.٠ (Web 1.0)، بداية توافر الإنترنت والوصـــول إليه (أواخر الثمانينيات–٢٠٠٣) و(٢) الويب ٢.٠ (Web 2.0)، وصـول وسـائل التواصـل الاجتماعي كاســـتخدام ســـائد للإنترنت (منذ عام ٢٠٠٤ فصـــاعدًا). ولقد غيرت جائحة كوفيد ١٩– The

COVID-19 كيفية تواصـــلنا وتفاعلنا. فمع التباعد الاجتماعي وأوامر البقاء في المنزل، تحول الناس بشكل أكبر نحو المنصات عبر الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي للبقاء على اتصال بالأصدقاء والعائلة والزملاء الذين قد يتواصلون معهم عادةً شخصيًّا. وشهدت منصات التواصل الاجتماعي زيادة بنسبة ٦١٪ في الاستخدام منذ بدء جائحة كوفيد-١٩ (McCall, 2021).

وبشكل عام، أصبحت وسائل الإعلام تؤدي دورًا أساسيًّا في كيفية اكتساب الجيل الشـــاب للمعلومات، والتواصـــل مع الأصـــدقاء والعائلة، والاســـتمتاع بالترفيه (Sun & Subrahanyam, 2017).

وتتعدد تأثيرات الرسـائل الإعلامية على جوانب حياة الأفراد والمجتمعات، وخاصـة في تشكيل الآراء، والاتجاهات النفسية، والاجتماعية، والسلوكية. موع تزايد استخدام وسائل الإعلام الرقمية، مثل الهواتف الذكية وتطبيقات التواصل الاجتماعي، برزت مشكلة التنمر الإلكتروني، الذي يتضمن إرسال محتوى مسيء ومهين عبر الوسائط الرقمية بهدف الإيذاء، وأشارت دراسة زقزوق (٢٠٢٢) إلى أن هذه الظاهرة تؤثر بشكل ملحوظ على الحالة النفسية للمراهقين، حيث تسهم في زيادة مستويات القلق والألم النفسي نتيجة التعرض المستمر للمحتوى المؤذي.

وتُعد وسائل الإعلام الرقمية جزءًا أساسيًّا من حياة المراهقين في العصر الحالي، حيث تســاهم في تشــكيل مفاهيمهم وســلوكاتهم عبر تفاعلهم اليومي مع المحتوى المتاح على هذه الوسائط. وتؤثر وسائل الإعلام الرقمية بشكل عميق على المراهقين من خلال تقديم مجموعة متنوعة من الرسائل والمحتويات التي يمكن أن تكون لها آثار نفسية وسلوكية كبيرة. وفي هذا السياق، أشارت دراسة جاد (٢٠٢٠) إلى أهمية هذه النظريات في تفسير التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية على المراهقين ومن بين النظريات التي تفسر هذه التأثيرات:

- نظرية الرصاصة التي تفترض أن الرسائل الإعلامية تؤثر بشكل مباشر وسريع، مما يعني أن المحتوى الرقمي يمكن أن يحدث تأثيرًا قويًّا وفوريًّا على المراهقين.
- نظرية التأثير التراكمي التي تشـير إلى أن التأثيرات تتجمع بمرور الوقت، وبالتالي فإن التعرض المستمر للمحتوى الرقمي قد يؤدي إلى تغييرات تدريجية في سلوك المراهقين.

- نظريـة التعلم الاجتمـاعي التي تقترح أن الأفراد يتعلمون من خلال ملاحظـة سـلوك الآخرين، ما يعني أن المراهقين قد يقلدون سلوكات عرضت على وسائل الإعلام الرقمية.
- نظرية التطعيم أو التلقيح التي تفيد بأن التعرض المتكرر للمحتوى الإعلامي قد يؤدي إلى تبلد عاطفي، مما يجعل المراهقين أقل تأثرًا بالمحتوى السلبي.
- نظرية التأثير على مرحلتين التي تشير إلى أن تأثير وسائل الإعلام يمر عبر قادة الرأي قبل أن يصـل إلى الجمهور، وبالتالي يمكن أن يتأثر المراهقون بالمحتوى الرقمي بعد تفسيره من قبل هؤلاء القادة.
- نظرية تحديد الأولويات التي تفترض أن وسـائل الإعلام تحدد اهتمامات الجمهور من خلال التركيز على بعض القضـايا وإهمال أخرى، ما يسـاهم في توجه انتباه المراهقين نحو مواضيع معينة.
- نظرية حارس البوابة التي تفيد بأن القائمين على وسـائل الإعلام يقررون ما يُنشـر وما يُحجب، مما يعني أن المراهقين يتعرضون فقط للمحتوى الذي يختاره هؤلاء القائمون.
- نظرية الإشـباع التي تقترح أن الأفراد يختارون المحتوى الذي يلبي حاجاتهم ورغباتهم النفسية، مما يؤثر على حالتهم النفسية وتوقعاتهم.

ومما سـبق يتضـح كيف تسـلط النظريات الإعلامية الضـوء على مختلف جوانب هذا التأثير، حيث تشـير نظرية الرصـاصـة إلى أن المحتوى الرقمي يمكن أن يحدث تأثيرًا مباشـرًا وسريعًا على المراهقين، بينما نظرية التأثير التراكمي تبرز كيف يتراكم هذا التأثير بمرور الوقت، مما يؤدي إلى تغييرات تدريجية في سـلوكهم وإدراكهم. ومن ناحية أخرى، تقدم نظرية التعلم الاجتماعي رؤية حول كيفية تقليد المراهقين للسلوكات المعروضـة على هذه الوسـائط، في حين توضـح نظرية التطعيم كيف يمكن أن يؤدي التعرض المتكرر للمحتوى إلى تبلد عاطفي، مما يقلل من استجابتهم للمحتويات السلبية، وتشير نظرية التأثير على مرحلتين إلى أن تأثير وسائل الإعلام يمر عبر قادة الرأي، مما يعني أن المراهقين يتأثرون بالمحتوى الرقمي بعد تفسـيره من قبل شخصيات مؤثرة. وفيما يتعلق بـ نظرية تحديد الأولويات، تساهم وسائل الإعلام في توجيه انتباه المراهقين نحو مواضيع معينة بناءً على التركيز الإعلامي. كما تسلط نظرية حارس البوابة

الضوء على الدور الحاسم للقائمين على وسائل الإعلام في تحديد المحتوى الذي يتعرض له المراهقون. وأخيرًا، توضح نظرية الإشباع كيف يختار المراهقون المحتوى الذي يلبي حاجاتهم النفسية، مما يؤثر على حالتهم النفسية وتوقعاتهم. ومن خلال هذه النظريات، يمكننا فهم تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على المراهقين بشكل أكثر شمولية وعمقًا.

آثار استخدام وسائل التواصل الاجتماعي:

مع تزايد استخدام الإنترنت في عصرنا الحديث، أصبحت ظاهرة المجتمع الافتراضي جزءًا لا يتجزأ من حياة الأفراد، حيث يتم التواصل وتبادل الأفكار والمعارف عبر شاشات الكمبيوتر، وتساهم شبكات التواصل الاجتماعي في تسهيل هذا التواصل وتعزيز تبادل المعلومات والرأي بين الأفراد. ومع ذلك، فإن هذه الشبكات ليست خالية من الآثار السلبية، التي قد تكون لها تأثيرات عميقة على المجتمع والأفراد.

أشارت دراسة **أحمد (٢٠٢٣)** إلى أن الآثار السلبية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي تتحدد في النقاط الآتية:

- **بث الأفكار الهدامة والدعوات المنحرفة:** تسهم الشبكات الاجتماعية في نشر أفكار مدمرة ودعوات هدامة، مما يؤدي إلى خلل أمني وفكري، خاصةً بين الشباب الذين يمكن أن ينخدعوا بمحتويات تهدف إلى الهدم والتخريب.
- **عرض المواد الإباحية والخادشة للحياء:** كشفت دراسات عديدة عن ارتباط تجارة المواد الإباحية بالجريمة المنظمة، حيث تعد من أكبر مصادر دخل الجريمة بعد المخدرات والقمار. وتوفر الشبكات الاجتماعية منصة سهلة للوصول إلى هذه المواد، مما يزيد من انتشارها.
- **التشهير والفضيحة والمضايقة:** تتيح الشبكات الاجتماعية سهولة التدوين والتخفي، مما يسهم في انتشار ظواهر مثل التشهير والابتزاز المالي والأخلاقي. ويمكن أن يحدث الابتزاز بأشكال متعددة، بما في ذلك نشر صور أو مقاطع فيديو خاصة، أو التلاعب بالمعلومات الشخصية.
- **انتهاك الحقوق الخاصة والعامة:** يعزز استخدام الشبكات الاجتماعية من سهولة التلاعب بالبيانات الشخصية والاعتداء على الخصوصية، مما يشكل انتهاكًا للحقوق الفردية والعامة.

- **الإدمان على الشبكات الاجتماعية:** يؤدي الاستخدام المفرط لهذه الشبكات إلى الإدمان، مما يسبب مشاكل نفسية مثل القلق وعدم الاتزان. وقد يؤدي أيضًا إلى تبني عادات غير ملائمة وتغيير مفاهيم اجتماعية وثقافية.
- **الانعزال عن العالم الواقعي:** مع تزايد الاعتماد على الشبكات الاجتماعية، تقل الحاجة للتفاعل المباشر مع الآخرين، مما يسبب فقدان مهارات التواصل الاجتماعي.
- **هدر الوقت:** يقضي الأفراد وقتًا كبيرًا على الشبكات الاجتماعية دون فائدة ملموسة، مما يؤدي إلى التقصير في أداء المهام اليومية والواجبات الأسرية.

مشكلة الدراسة:

المراهقون هم الفئة العمرية الأعلى استخدامًا لوسائل التواصل الاجتماعي (سميث وآخرون، ٢٠١٨). وتوفر منصات التواصل الاجتماعي مساحة للمراهقين للتواصل مع الآخرين واستكشاف هويتهم والسعي إلى الدعم الاجتماعي الذي قد لا يتمكنون من الوصول إليه في مجتمعهم الجغرافي، وتخدم كل منصة وظيفة مختلفة وتلبي احتياجًا اجتماعيًا مختلفًا، (McCall, 2021). لذلك، إن مجال البحث في التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام على جيل الشباب يكتسب أهمية متزايدة، وقد أصبح أكثر ارتباكًا بسبب الاهتمام بالآثار غير المقصودة بدلاً من الجانب الإيجابي(Reinecke and Oliver, 2017).

وتري الباحثة، أن تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على المراهقين لا تُعد بالضرورة مشكلة بحد ذاتها، وإنما تعتمد على كيفية استخدامها وتفاعل المراهقين معها. ومع ذلك، تنوعت التأثيرات ما بين تأثيرات إيجابية وسلبية، وهذا ما أكدت علية نتائج بعض الدراسات: فقد توصلت دراسة(Kesumaningsari et al.,(2024 إلى وجود علاقة ارتباطية بين مؤشرات فرط الاستخدام لوسائل الإعلام الرقمية والتأثيرات النفسية على المراهقين، وظهور نوعين من التأثيرات (الإيجابية والسلبية) لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية بين المراهقين، حيث بينت التحليلات أن التأثيرات السلبية تتمثل في أعراض القلق والتوتر والاكتئاب ومشاعر الوحدة، بينما تمثلت التأثيرات الإيجابية في الاستقلالية والشعور بالكفاءة المُدركة والهروب من الضغوط اليومية.

وأيضًـــا أكدت نتائج دراســـة Twenge, (2021) أن التحليلات أبانت أن نســـبة ٩٤,٦٪ من المراهقين المشاركين بالدراسة يتعرضون بصورة مكثفة لوسائل الإعلام الرقمية، وتم التوصل إلى وجود العديد من التأثيرات النفسية السلبية للاستخدام المكثف لوسائل الإعلام الرقمية للمراهقين تمثلت في زيادة أعراض القلق، والاكتئاب، وضعف مستويات الشعور بالأمن النفسي بنسبة تجاوزت ٩١,٨٪، وأظهرت التحليلات اتفاق نتائج الدراســـة مع العديد من النظريات من بينها نظرية التغير النفسي التراكمي التي تبين أن تأثير وسائل الإعلام الرقمية لا يظهر مباشرة. وفقًا لذلك، من الأهمية بمكان فحص كيفية تأثير الســلوكيات أثناء فترة المراهقة على نتائج الصــحة النفســـية، من أجل معالجتها قبل أن تتغلغل في أعماق الشـــخصـــية وتصـــبح متجذرة (Mougharbel, et al.,2024).

ومن خلال خبرة الباحثة، وإدراكها لأهمية وسائل الاعلام الرقمية، وأنها أصبحت جزءًا من متطلبات الحياة العصرية، ومن جانب آخر، أهمية المرحلة الثانوية " مرحلة المراهقة " وتزايد استخدام طلاب المرحلة لوسائل الإعلام الرقمية، حاولت رصد الظاهرة من خلال القيام بدراسة ميدانية، وبالتالي يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل الآتي: ما تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على طلاب المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات بمدينة الرياض؟

ويتفرع من هذا التساؤل، الأسئلة الآتية:

- ما مستوى تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية للطلاب في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض؟
- "هل تختلف تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض باختلاف متغير نوع الجنس (ذكور، إناث)؟"
- هل يختلف تأثير وســـائل الإعلام الرقمية لدى طلاب المرحلة الثانوية باختلاف متغير الدعم الوالدي (الوالدان موجودان ومستقران – وفاة الوالدين أو أحدهما أو انفصالهما)؟"
- هل يختلف تأثير وســـائل الإعلام الرقمية لدى طلاب المرحلة الثانوية باختلاف متغير مدة التعرض لوســائل الإعلام الرقمية (فترة بســيطة: ٣ ســاعات، وفترة متوســطة: ٤ ساعات، وفترة طويلة: أكثر من ٤ ساعات)؟"

أهـــداف الـــدراســـــة:

تهدف الدراسة إلى التعرف على ما يأتي:

١- مستوى تأثير وسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

٢- تأثيرات وســـائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض في ضـــوء متغير: نوع الجنس (ذكور، وإناث)، والدعم الوالدي، ومدة التعرض لوســـائل الإعلام الرقمية.

أهميـــة الـــدراســـــة:

الأهميـــة النظـــريـــة:

١- التأصـيل النظريّ لمتغير تأثيرات وسـائل الإعلام الرقمية بأبعادها، مما قد يعد إضـافة للمكتبة العربية السيكولوجية.

٢- ندرة الدراسـات العربية التي تناولت تأثيرات وسـائل الإعلام الرقمية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض؛ مما قد يعطي للدراسة أهمية نظرية.

٣- أهمية العينة التي تتناولها الدراســـة الحالية، وهي عينة من طلاب المرحلة الثانوية، أو بالأحرى من المراهقين، وتحتاج إلى مزيد من الاهتمام بالبحث والدراسة.

الأهميـــة التطبيقيـــة:

تُعد دراســة وســائل الإعلام الرقمية لطلاب المرحلة الثانوية / المراهقين أمرًا مهمًّا لعدة أسـباب، منها: تأثيرات وسـائل الإعلام الرقمية على الصـحة والسـلوك، والتواصـل والعلاقات الاجتماعية، والصـحة النفسـية والعاطفية، والتوجهات والاعتقادات، وإن فهم كيفية تأثير وسـائل الإعلام الرقمية على توجهات واعتقادات المراهقين يساعد في تشكيل بيئة تثقيفية صحية وتعزيز التفكير النقدي لديهم.

سـوف تتوصـل الدراسـة الي نتائج، قد تمكن الأسـر وذوي العلاقة بتعزيز الوعي بأهمية اسـتخدام وسـائل الإعلام الرقمية بشـكل متوازن وسـليم، وتشـجيع المراهقين على الحصـول على توجيه ودعم في استخدامها بطريقة صحية ومفيدة.

مصطلحات الدراسة:

وسائل الإعلام الرقمية:

يعرف الإعلام الرقمي Digital media بأنه "أشكال الاتصالات الإلكترونية (مثل مواقع الويب للوسائط الرقمية والتدوين المصغر) والتي من خلالها ينشئ المستخدمون مجتمعات عبر الإنترنت لمشاركة المعلومات والأفكار والرسائل الشخصية والمحتويات الأخرى (مثل مقاطع الفيديو)" (Alismaiel, 2023,4).

وإجرائيًا: تعرف وسائل الإعلام الرقمية أنها الوسائل التي تستخدم التكنولوجيا الرقمية لنقل المعلومات والتواصل مع الجمهور. وتتنوع وسائل الإعلام الرقمية من حيث الشكل والمضمون، وهي تعتمد بشكل أساسي على استخدام الإنترنت والتقنيات الرقمية في عملية نشر وتوزيع المحتوى.

المراهقة:

المراهقة هي الانتقال الفسيولوجي والنفسي من الطفولة إلى مرحلة البلوغ، والتي تبدأ بتغيرات هرمونية غير مرئية تشير إلى بداية البلوغ (Lewis, 2022, 519).

وإجرائيًا: تعرف المراهقة بأنها المرحلة العمرية التي تلي الطفولة وتسبق البلوغ، وتمتد عادة من سن ١٣ إلى ١٩ عامًا تقريبًا، أي طلاب المرحلة الثانوية، وهي فترة حاسمة، ويواجه الطلاب فيها تحديات نفسية، واجتماعية، وجسمية، ويكتسبون مهارات اجتماعية وعاطفية تؤثر على شخصيتهم وتوجهاتهم المستقبلية.

طلاب المرحلة الثانوية:

هم مجموعة من طلاب المرحلة الثانوية بمدارس التعليم الثانوي بمدينة الرياض، والذين تتراوح أعمارهم من (١٣ – ١٩) عامًا، ويتصفون بمجموعة من الخصائص الجسمية، والمعرفية، والانفعالية، والسلوكية، والاجتماعية التي تميزهم (كمراهقين) عن غيرهم.

حـــدود الـــــدراســـــة:

- **الحدود الموضـوعية:** اقتصـرت الدراسـة على وسـائل الإعلام الرقمية لطلاب المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات.
- **الحدود المكانية:** طبقت هذه الدراسة على الطلبة في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.
- **الحدود البشـرية:** طبقت هذه الدراسـة على عينة من الطلبة في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.
- **الحدود الزمانية:** طبقت هذه الدراســة خلال الفصــل الدراســي الثاني لعام ٢٠٢٣م، ١٤٤٤هـ.

الـــدراســـات الســـابقـــة:

هدفت دراســة **Mougharbel et al., (2024)** إلى التعرف على التأثيرات النفســية المصــاحبة لاســتخدام وســائل الإعلام الرقمية بين المراهقين ودور النوع والســن والدعم الأبوي كعوامل وســيطة لهذا التأثير، وتكونت عينة الدراســة من عينة ضــمت (٦٨٢٢) طالبًا وطالبة بمراحل التعليم المتوســط والثانوي، وتكونت أدوات جمع البيانات من اســتمارة المعلومات الديموغرافية واسـتطلاع الرأي الموجه للمراهقين. وتوصـلت الدراسـة إلى النتائج الآتية: أظهرت التحليلات الكمية أن نســبة ٤٨٪ من أفراد العينة يســتخدمون وســائل الإعلام الرقمي لمدة ٣ ســاعات فأكثر يوميًا، وأن ٤٣.٧٪ يعانون من مســتويات ما بين متوســطة إلى شــديدة من الأعراض والمشكلات النفسية، وأن هذه المستويات ترتفع بين الإناث (بنسبة ٥٤٪) بالمقارنة مع الذكور (٣١٪). وتم التوصـل إلى ارتباط اسـتخدام المراهقين لوسـائل الإعلام الرقمية بالعديد من التأثيرات النفسـية على رأسـها التوتر والقلق والاكتئاب، وانخفاض صـورة الجسـم وتقدير الذات. وأظهرت التحليلات أن أقوى العوامل الوســيطة في التأثيرات النفســية للإعلام الرقمي على المراهقين هي نسـبة التعرض، ثم النوع، ثم السـن، ثم غياب الدعم الأبوي. وأوصـت الدراسـة بإجراء المزيد من الدراســات والبحوث المطولة لفحص دور النوع والســن والدعم الأبوي في التأثيرات النفســية للإعلام الرقمي على المراهقين بالإضــافة إلى البرامج الإرشــادية للحد من التأثيرات النفسية للإعلام الرقمي على المراهقين.

وحاولت دراسة **Kesumaningsari et al., (2024)** استقصاء العلاقة بين استخدام المراهقين لوسائل الإعلام الرقمية وتأثيراتها النفسية عليهم. وتكونت عينة الدراسة من (١٧٤) من المراهقين في أندونيسيا ممن تتراوح أعمارهم من ١٦-١٧ عامًا (من بينهم ٨٧ أنثى بنسبة بلغت ٥٩.٢٪)، وتكونت أدوات جمع البيانات من استمارة المعلومات الديموغرافية واستبيان استخدام الإعلاقم الرقمي – نسخة إلكترونية، واستبيان الاستخدام المفرط للإعلام الرقمي واستبيان التأثيرات النفسية للإعلام الرقمي. وتوصلت الدراسة إلى النتائج والتوصيات الآتية: ظهور علاقة ارتباطية بين مؤشرات فرط الاستخدام لوسائل الإعلام الرقمية والتأثيرات النفسية على المراهقين، وظهور نوعين من التأثيرات (الإيجابية والسلبية) لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية بين المراهقين، حيث بينت التحليلات أن التأثيرات السلبية تتمثل في أعراض القلق والتوتر والاكتئاب ومشاعر الوحدة، بينما تمثلت التأثيرات الإيجابية في الاستقلالية والشعور بالكفاءة المُدركة والهروب من الضغوط اليومية. وأوصت الدراسة بضرورة تخطيط وتطبيق البرامج الإرشادية مع المراهقين ذوي التعرض المفرط لوسائل الإعلام الرقمية وإجراء المزيد من البحوث حول التأثيرات السلبية والإيجابية لاستخدام الإعلام الرقمي بين المراهقين.

وهدفت دراسة **Thorisdottir et al., (2024)** إلى فحص التأثيرات النفسية المرتبطة باستخدام المراهقين لوسائل الإعلام الرقمية في أيسلاندا، وشارك في الدراسة عينة مجتمعية قوامها (١٠٥٦٣) من المراهقين في أيسلاندا ممن تتراوح أعمارهم من ١٤-١٦ عامًا، من بينهم نسبة ٥٠.٣٪ إناث وملتحقين بالمراحل الثامنة والتاسعة والعاشرة بالتعليم الإلزامي، وتكونت أدوات جمع البيانات من الاستبيان الإلكتروني للأعراض النفسية المرتبطة باستخدام وسائل الإعلام الرقمية، بالإضافة إلى استمارة المعلومات الديموغرافية. وتضمنت نتائج وتوصيات الدراسة ما يأتي: تم التوصل من خلال التحليل العاملي إلى أن عوامل مدة الاستخدام ونوع وسيلة الإعلام الرقمية ساهمت في التأثيرات النفسية السلبية لاستخدام المراهقين لوسائل الإعلام الرقمية، وأظهرت تحليلات الارتداد الخطي وجود علاقة ارتباطية بين مدة التعرض لوسائل الإعلام الرقمية وظهور أعراض القلق والإكتئاب وتوتر الحالة المزاجية وضعف صورة الجسم، وظهور فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات التأثر النفسي بالتعرض لوسائل الإعلام الرقمية

تعزى لمتغير النوع، حيث أظهرت الإناث أعلى مستويات التأثر النفسي بالإعلام الرقمي بالمقارنة مع الذكور. وأوصت الدراسة بإجراء المزيد من البحوث حول عوامل الخطورة والعوامل الوقائية من التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية على المراهقين.

وهدفت دراسة **أحمد (٢٠٢٣)** إلى الكشف عن مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي على الشباب، من خلال تحديد أنواع وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها الشباب، ودوافع استخدامهم، والآثار الإيجابية والسلبية لاستخدامهم لهذه الوسائل. واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي ومنهج المسح الاجتماعي بأسلوب العينة، حيث جمعت البيانات من عينة طبقية عمدية حجمها ٢١٤ شابًا، وتوصلت النتائج إلى أن أبرز مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي تشمل انتشار ظاهرة التنمر الإلكتروني، ونشر الشائعات والأخبار الكاذبة، وزيادة جرائم الابتزاز الإلكتروني، وأوصت الدراسة بتقديم آليات مقترحة للتوعية المجتمعية والأمنية للحد من المخاطر الناجمة عن سوء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

وحاولت دراسة **حسن وآخرين (٢٠٢٣)** الكشف عن تأثير إعلانات النوافذ المنبثقة على الاتجاهات الشرائية للمراهقين المصريين، واستخدم الباحثون منهج المسح الميداني وأداة الاستبانة على عينة عمدية مكونة من ٤٧٢ مراهقًا مصريًا، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين تعرض المراهقين لإعلانات النوافذ المنبثقة واتجاهاتهم الشرائية، وبين اعتمادهم على المعلومات المستمدة من هذه الإعلانات واتجاهاتهم الشرائية. وخلصت الدراسة إلى أن تصميم الإعلان وإخراجه كان من أكثر العوامل جذبًا لانتباه المراهقين، وأوصت الدراسة بضرورة تحسين تصميم الإعلانات وزيادة تفاعل المراهقين معها لتحقيق أثر أكبر على توجهاتهم الشرائية.

وركزت دراسة **Khan & Burton (2022)** على فحص استخدام وسائل الإعلام الرقمية بين المراهقين وتأثيراتها النفسية عليهم. وشارك في الدراسة عينة مجتمعية تكونت من (٢٩٤٦) من المراهقين (متوسط أعمارهم ١٦.٩ عامًا، بنسبة إناث بلغت ٤٩٪) في أستراليا، وتكونت أدوات جمع البيانات من استبانة جوانب القوة والصعوبات (SDQ) واستطلاع رأي إلكتروني. وأسفرت الدراسة عن النتائج والتوصيات الآتية: أظهر (٢٠٪) من المراهقين بالعينة مستويات مرتفعة من التوتر، و(١٤٪) مستويات مرتفعة من القلق، و(١٣٪) مستويات من

الكدر النفسي والتي تعزى جميعًا إلى استخدام وسائل الإعلام الرقمية، وظهور فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات التأثيرات النفسية الناتجة عن استخدام وسائل الإعلام الرقمية بين الذكور والإناث لصالح الإناث. وأوصت الدراسة بإجراء المزيد من البحوث المطولة لتحديد العلاقة السببية بين استخدام وسائل الإعلام الرقمية ومواجهة الأعراض النفسية والتي يمكن الاستفادة منها في تحديد استراتيجيات التدخل الملائمة.

وهدفت دراسة **Gallagher (2022)** إلى فحص التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمي على المراهقين. وتكونت عينة الدراسة من (١٣٠) من المراهقين ممن تراوحت أعمارهم من ١٦ – ١٧ عامًا، ونسبة الإناث ٥٠٪)، وتم اختيارهم بطريقة عمدية من مدرستين للتعليم الثانوي على أساس التعرض المفرط والمتكرر لوسائل الإعلام الرقمي وتطويعهم للمشاركة بعد الحصول عل موافقة الآباء. وتم تطبيق الأدوات على أفراد العينة لجمع البيانات وتحليلها، وتكونت أدوات جمع البيانات من استبيان استخدام وسائل الإعلام الرقمي واستبيان التأثير النفسي للإعلام الرقمي. وتوصلت الدراسة إلى النتائج والتوصيات الآتية: ظهور علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستويات التعرض المفرط والمتكرر للمراهقين لوسائل الإعلام الرقمي والأعراض النفسية، وتمثلت المشكلات النفسية الشائعة ذات الصلة باستخدام وسائل الإعلام الرقمي في التوتر، ثم الاكتئاب، ثم القلق الاجتماعي، ثم مشاعر الوحدة واضطرابات الشخصية. وأوصت الدراسة بضرورة توعية الأسرة بالتأثيرات السلبية للإفراط في استخدام وسائل الإعلام الرقمية وضرورة تخطيط برامج التدخل والبرامج الإرشادية لدغم المراهقين وأسرهم.

وركزت دراسة **زقزوق (٢٠٢٢)** على رصد ظاهرة التنمر الإلكتروني ومعدلات انتشارها في المجتمع المصري عامة وطلاب الإعلام التربوي خاصة، بالإضافة إلى رصد أهم التأثيرات النفسية والاجتماعية والسلوكية التي يتعرض لها هؤلاء الطلاب. واتبعت الدراسة المنهج الوصفي ومنهج المسح، واستهدفت عينة مكونة من ٤٠٠ طالب وطالبة من أقسام الإعلام التربوي في كليات التربية النوعية بالجامعات الحكومية (القاهرة، وعين شمس، والمنصورة، وبنها، والمنوفية). وطبقت الدراسة من ١ فبراير ٢٠٢١ إلى ٣٠ أبريل ٢٠٢١. وأظهرت النتائج دعم الفرض الإدراكي لنظرية تأثير الشخص الثالث، حيث يتأثر الآخرون بدرجة أكبر وبسهولة أكثر مقارنة

بالذات. وأكدت الدراسة أن رسائل ومضامين وسائل الإعلام الجديد (التنمر الإلكتروني) لها تأثير أكبر على الآخرين. وأوصت الدراسة بتصميم برامج تأهيل نفسي واجتماعي وسلوكي لضحايا التنمر الإلكتروني من طلاب الإعلام التربوي، وترسيخ مفاهيم التربية الإعلامية الرقمية، والوعي المعلوماتي، والهوية الافتراضية لدى الطلاب وآبائهم.

وهدفت دراسة**McCall (2021)** إلى فحص التأثيرات النفسية لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية على المراهقين والتحقق من العوامل الديموغرافية المرتبطة بذلك التأثير مثل السن والنوع. وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٩) من المراهقين في الولايات المتحدة ممن تتراوح أعمارهم من ١٣-١٧ عامًا (من بينهم (٥٣٪ إناث)، وتكونت أدوات جمع البيانات من استمارة المعلومات الديموغرافية واستبيان التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية. وأسفرت الدراسة عن النتائج والتوصيات الآتية: تم التوصل إلى ارتباط التأثيرات النفسية السلبية لوسائل الإعلام الرقمية على المراهقين بكل من الوقت المنقضي في استخدام وسائل الإعلام الرقمية، وتنوع وسائل الإعلام الرقمية، وأظهرت التحليلات أن أبرز التأثيرات النفسية لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية على المراهقين تضمنت كلًّا من القلق (٢٨٪)، ثم أعراض الاكتئاب (٢١٪)، ثم مشاعر العزلة (١٥٪)، ثم التوتر (١١٪)، ووجود علاقة ارتباطية دالة بين متغير النوع والتأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية على المراهقين، حيث أظهرت المراهقات الإناث مستويات أعراض ومشكلات نفسية أعلى من الذكور. وأوصت الدراسة إلى إجراء المزيد من البحوث مع تضمين العديد من العوامل المؤثرة على التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية على المراهقين مثل: أساليب الأبوة والعلاقة بين الآباء والمراهقين، كما أوصت الدراسة المتخصصين في مجال الصحة النفسية والعقلية بتخطيط برامج التدخل للحد من التأثيرات النفسية لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية على المراهقين.

وهدفت دراسة**Twenge (2021)** إلى استقصاء التأثيرات النفسية لتعرض المراهقين لوسائل الإعلام الرقمية بما تحمله من عناصر معلومات وتعليم وترفيه، وأجريت الدراسة على عينة مجتمعية قوامها (٩٨٧١) من المراهقين في الهند، والذين تتراوح أعمارهم من ١٣-١٩ عامًا (من بينهم ٦٧٪ إناث) تم اختيارهم عمديًا على أساس التعرض لوسائل الإعلام الرقمية،

وتكونت أدوات جمع البيانات من استبانة التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية واستبيان استخدام وسائل الإعلام الرقمية. وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: أظهرت التحليلات أن نسبة ٩٤,٦٪ من المراهقين المشاركين بالدراسة يتعرضون بصورة مكثفة لوسائل الإعلام الرقمية، وتم التوصل إلى وجود العديد من التأثيرات النفسية السلبية للاستخدام المكثف لوسائل الإعلام الرقمية للمراهقين تمثلت في: زيادة أعراض القلق والاكتئاب، وضعف مستويات الشعور بالأمن النفسي بنسبة تجاوزت ٩١,٨٪، وأظهرت التحليلات اتفاق نتائج الدراسة مع العديد من النظريات من بينها نظرية التغير النفسي التراكمي التي تبين أن تأثير وسائل الإعلام الرقمية لا يظهر مباشرة. وأوصت الدراسة بإجراء المزيد من البحوث الكمية المطولة للتعرف على المشكلات النفسية المرتبطة بتعرض المراهقين لوسائل الإعلام الرقمية.

وحاولت دراسة **Cataldo et al., (2021)** التعرف على التأثيرات النفسية لاستخدام المراهقين لوسائل الإعلام الرقمي بصورة مكثفة، ووقع الاختيار على عينة عشوائية من مجتمع المراهقين في إمارة ويلز، حيث تم اختيار ٦ مدارس للتعليم الثانوي، وبلغ عدد المشاركين فعليًا في الدراسة (٥٥٠) من المراهقين من ذوي الاستخدام المكثف للإعلام الرقمي وفقاً لتقارير الآباء، وتم تطبيق الأدوات على أفراد العينة لجمع البيانات واستخلاص النتائج. وتكونت أدوات جمع البيانات من استبيان التأثيرات النفسية للإعلام الرقمي واستبيان استخدام وسائل الإعلام الرقمية. وتوصلت الدراسة إلى النتائج والتوصيات الآتية: وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين مدة تعرض المراهقين لوسائل الإعلام الرقمي والعديد من الأعراض النفسية عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$. وقد أظهرت التحليلات أن ذوي مستويات التعرض الأعلى أظهروا مستويات مرتفعة من أعراض الاكتئاب والكدر النفسي واضطراب الحالة المزاجية، وظهرت عوامل تؤثر على المشكلات النفسية التي يتعرض لها المراهقون في ويلز نتيجة لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية، وتضمنت مدة التعرض (٤١.٢٪)، وغياب الرقابة الأسرية بنسبة (٣٩.٢٪) ثم محاكاة الأقران بنسبة (٣٧.٨٪). وأوصت الدراسة بضرورة توعية الآباء والمراهقين حول التأثيرات النفسية المرتبطة بالتعرض المكثف لوسائل لإعلام الرقمي.

وتناولت دراسة **D'Mello & Monteiro (2021)** فهم التأثيرات النفسية لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية على المراهقين. وبلغ حجم عينة الدراسة الحالية (٥٠) من المفحوصين المراهقين ممن تتراوح أعمارهم من ١٥-١٧ عامًا في بنجلاديش (منهم ٥٠٪ إناث)، وتكونت أداة جمع البيانات الرئيسة من استبيان التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية بالإضافة إلى المقابلات. وتوصلت الدراسة إلى النتائج والتوصيات الآتية: تم التوصل إلى أن ٩٦٪ من أفراد العينة يعانون من أعراض التوتر والقلق، و٣٤٪ يعانون أيضًا من ضعف مفهوم الذات، و٢٠٪ منهم يعانون من تقلبات الحالة النفسية، والتي تعزى بصورة جزئية إلى التعرض المتكرر لوسائل الإعلام الرقمية كالإنترنت والصحافة الإلكترونية ووسائل التواصل الاجتماعي، وظهور علاقة ارتباطية بين نوع وعمر المشاركين وشدة التأثيرات النفسية المرتبطة باستخدام وسائل الإعلام الرقمية. وأوصت الدراسة بزيادة حملات التوعية من الأضرار الجانبية للإفراط في استخدام وسائل الإعلام الرقمية بين المراهقين وإرشاد المراهقين وأسرهم حول الاستخدام الآمن لوسائل الإعلام الرقمية.

وهدفت دراسة **Mougharbel & Goldfield (2020)** الى استكشاف التأثيرات النفسية لاستخدام المراهقات لوسائل الإعلام الرقمي، وتكونت عينة الدراسة (١٢٢) فتاة في سن المراهقة متوسط أعمارهن ما بين ١٥-١٦ عامًا، وتم اختيارهن عمديًّا على أساس التعرض المكثف لتكنولوجيا الإعلام الرقمي بصورة يومية لمدة ثلاث ساعات فأكثر، وتم تطبيق الاستبيان عليهم للتعرف على التأثير النفسي للتعرض المستمر لوسائل الإعلام الرقمية. وتكونت أدوات جمع البيانات من استمارة المعلومات الديموغرافية واستبيان التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية، وتوصلت الدراسة إلى النتائج والتوصيات الآتية: أظهرت المراهقات مستويات مرتفعة من المشكلات النفسية وبخاصةً في جوانب الأمن النفسي والشعور بالقلق والتوتر نتيجة لاستخدام وسائل الإعلام الرقمي بشكل مفرط، وتم التوصل إلى أن معدل التعرض للإعلام الرقمي يرتبط بصورة دالة بالمشكلات النفسية لدى المراهقات، حيث سجلت الفتيات الأكثر تعرضًا لوسائل الإعلام الرقمي أعلى مستويات المشكلات النفسية.

وحاولت دراسة **جاد (٢٠٢٠)** التعرف على التأثيرات النفسية والاجتماعية لوسائل الإعلام التقليدية والرقمية على الجمهور المصري، واتبع الباحث المنهج المسحي الاجتماعي

والمنهج المقارن، معتمدًا على اســـتبيان لجمع البيانات من عينة مكونة من ٣٠٠ فرد من محافظتي القاهرة والجيزة، وتتراوح أعمارهم من ١٥ ســـنة فما فوق، وطبقت الدراســـة من يناير ٢٠٢٠ إلى مارس ٢٠٢٠. وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية عند أي من مســـتويات الدلالة بين المبحوثين على مقياس دوافع تعرضـــهم لوســـائل الإعلام التقليدية تبعًا لمتغير النوع. وأوصـت الدراسـة بضـرورة توعية أولياء الأمور بخطورة وسـائل الإعلام التقليدية والحديثة، وخاصـة مواقع التواصـل الاجتماعي، وكيفية توجيه أطفالهم نحو الاستخدام الأمثل لها لتحقيق استفادة إيجابية.

وتناولت دراســة **جاد (٢٠٢٠)** تعدد تأثيرات وســائل الإعلام المختلفة على حياة الأفراد والمجتمعات، مشـــيرة إلى أن تأثيراتها تتجلى في الجوانب المعرفية والانفعالية والســـلوكية للفرد. وتنقسـم الآراء حول تأثيرات الإنترنت على العلاقات الاجتماعية والنفسـية بين مدرسـتين: الأولى متفائلة، ترى أن وسـائل الإعلام الرقمية تعزز التواصـل وتزيد العلاقات الاجتماعية، بينما الثانية متشائمة، حيث ترى أن هذه الوسائل تؤدي إلى العزلة وزيادة الضـغوط النفسية. ومع ذلك، ظهر مؤخرًا مدخل معتدل يعتبر أن وسـائل الإعلام، بما في ذلك الإنترنت، هي أدوات تيسـير للحياة، تعزز التواصـــل وتوفر أدوات ترفيهية، لكنها تحمل تأثيرات إيجابية وســـلبية على طبائع وثقافات الأفراد، مما يجعلهم جزءًا من ثقافة المجتمع الإلكتروني.

وهدفت دراسة **منصور (٢٠٢٠)** إلى التعرف على تعرض الشباب الجامعي للصـفحات الســـاخرة على مواقع التواصـــل الاجتماعي وعلاقته بظاهرة التنمر الإلكتروني. واتبعت الدراســـة منهج المســـح، واســـتخدمت الدراســـة اســـتبياني: تعرض الشـــباب للصـــفحات الســـاخرة، والتنمر الإلكتروني، حيث تم تطبيقه على عينة مكونة من ٤٠٠ طالب وطالبة من جامعة عين شـــمس، وجامعة الأزهر، والجامعة البريطانية. وأكدت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصـــــائية بين متوســـــطي درجات العينة وفقًا للاختلاف في وجهات النظر بين الذكور والإناث من ناحية المســـتوى الاجتماعي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية بالنســـبة للمحور الديني والمحور الســـياســـي، ووجود فروق ذات دلالة إحصـــائية بين متوســـطي درجات العينة للتأثيرات المعرفية والسلوكية وفقًا لاختلاف الفرد والمجتمع لكل من الذكور والإناث.

تعقيب على الدراسات السابقة:

في ضوء الدراسات السابقة، يتضح للباحثة أن الدراسة الحالية تختلف من حيث الأهداف والعينة والمنهج مع الدراسات السابقة، حيث لا توجد دراسات عربية وخاصة في البيئة السعودية تناولت متغيري الدراسة وعينة من مدينة الرياض، وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في الإطار النظري ومناقشة النتائج.

منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وهو من المناهج المناسبة لطبيعة وأهداف هذه الدراسة، حيث يقوم بتمثيل الواقع كما هو دون تغيير أو تأثير. ووفقًا لهذا المنهج، قامت الباحثة بتقييم التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية لدى طلاب المرحلة الثانوية من وجهة نظرهم الشخصية. ويتميز المنهج الوصفي بأنه يسمح بالوصول إلى حقائق ومعلومات عن الظاهرة المدروسة، والتعبير عنها بشكل كمي أو كيفي، ومن ثم تحليل البيانات واستخلاص النتائج والاستنتاجات بطريقة منطقية وعلمية

عينة الدراسة:

تم تشكيل عينة الدراسة باستخدام الطريقة العشوائية البسيطة من بين طلاب المرحلة الثانوية في مدينة الرياض، والتي تضم (٨٠) طالبًا و(١١٥) طالبة. وتم اختيار هذا الأسلوب لأنه يضمن تمثيلية العينة للمجتمع، وفقًا للوادي والزعبي (٢٠١١، ص١٥٨)، اللذَيْن يشيران إلى أن العينة يجب أن تكون ممثلة للمجتمع وتحقق مبدأ المساواة في الاختيار. بالإضافة إلى ذلك، يسهل هذا الأسلوب عملية جمع البيانات ويقلل من التحيز والخطأ في الدراسة. فيما يلي وصف لخصائص العينة.

جدول (١)

الوصف الإحصائي للمشاركين في الدراسة وفقا لمتغيرات الدراسة

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
المستجيب	طلاب	ث	٤١٪
	طالبات	١١٥	٥٩٪
حالة الوالدين	موجودين ومستقرين	١٣٥	٦٩٪
	وفاة الاب أو الام أو الانفصال	٦٠	٣١٪
مدة التعرض لوسائل الاعلام الرقمي	فترة بسيطة (٣ ساعات)	٤٥	٢٣٪
	فترة متوسطة (٤ ساعات)	٦٥	٣٣٪
	فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٨٥	٤٤٪

يوضح جدول (١) الوصف الإحصائي للمشاركين في الدراسة البالغ عددهم (١٩٥) شخصًا، حيث يتوزعون بين (٨٠) طالبًا بنسبة (٤١٪) و(١١٥) طالبة بنسبة (٥٩٪). وتشير هذه البيانات إلى وجود توازن نسبي في تمثيل الجنسين، مع ميل أكبر نحو الطالبات. بالنسبة لحالة الوالدين، كان (١٣٥) مشاركًا من العائلات المستقرة بنسبة (٦٩٪)، بينما (٦٠) مشاركًا يعانون من فقدان أحد الوالدين أو الانفصال بنسبة (٣١٪)، مما يعكس تأثيرات مختلفة على المشاركين. وفيما يتعلق بمدة التعرض لوسائل الإعلام الرقمي، فإن (٤٥) مشاركًا تعرضوا لفترة بسيطة (٣ ساعات) بنسبة (٢٣٪)، بينما (٦٥) مشاركًا لفترة متوسطة (٤ ساعات) بنسبة (٣٣٪)، و(٨٥) مشاركًا لفترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات) بنسبة (٤٤٪)، مما يشير إلى زيادة ملحوظة في مدة الاستخدام.

العينة الاستطلاعية:

تم حساب الخصائص السيكومترية لاستبيان تقييم التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية، وذلك بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (٣٥) من طلاب المرحلة الثانوية بمدارس الثانوية العامة في مدينة الرياض، خلال العام الدراسي ١٤٤٤-١٤٤٥هـ.

أداة الدراسة:

استخدمت الدراسة استبانة تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية (إعداد: الباحثه)

وصف الاستبانة وهدفها:

تهدف هذه الاستبانة إلى فهم تأثير وسائل الإعلام الرقمية على الجوانب المختلفة من حياة طلاب المرحلة الثانوية، بما في ذلك التأثيرات العاطفية، والاجتماعية، والسلوكية، والمعرفية، والتأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية. وتم تصميم الاستبانة من قبل الباحث لقياس وتقييم هذه التأثيرات بشكل شامل على المراهقين في المرحلة الثانوية. واستند تصميم الاستبانة إلى الإطار النظري والدراسات السابقة المتعلقة بتأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على طلاب المرحلة الثانوية. على سبيل المثال، تناولت دراسة Mougharbel et al. (2024) التأثيرات النفسية لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية مع التركيز على دور النوع والسن والدعم الأبوي كعوامل وسيطة، وأظهرت أن نسبة كبيرة من المراهقين تعاني من تأثيرات نفسية مثل التوتر والقلق

والاكتئاب. كما دعمت دراسة Kesumaningsari et al. (2024) هذه النتائج من خلال الكشف عن تأثيرات نفسية إيجابية وسلبية لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية، حيث أظهرت أن الاستخدام المفرط يمكن أن يؤدي إلى مشاعر سلبية مثل القلق والتوتر. في حين أظهرت دراسة Khan & Burton (2022) مستويات مرتفعة من التوتر والقلق بين المراهقين المستخدمين لوسائل الإعلام الرقمية، وأوصت بضرورة إجراء مزيد من البحوث لفهم العلاقة السببية بين الاستخدام الإعلامي والأعراض النفسية. من جهة أخرى، سلطت دراسة Thorisdottir et al., (2024) الضوء على العلاقة بين مدة استخدام وسائل الإعلام الرقمية وأعراض القلق والاكتئاب، مع الإشارة إلى أن الإناث أكثر تأثرًا من الذكور. وأخيرًا، قدمت دراسة McCall (2021) دليلاً على ارتباط الوقت المنقضي في استخدام وسائل الإعلام الرقمية بزيادة التأثيرات النفسية السلبية، مع الإشارة إلى أن المراهقات أكثر عرضة للتأثيرات النفسية مقارنة بالذكور.

وتشمل الاستبانة خمسة أبعاد رئيسية: البعد الأول: التأثيرات النفسية، ويشمل (١٠) عبارات تقيس التأثيرات النفسية مثل القلق والاكتئاب والسعادة، البعد الثاني: التأثيرات الاجتماعية، ويشمل (١٠) عبارات تقيم كيفية تأثير وسائل الإعلام الرقمية على العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي، البعد الثالث: التأثيرات السلوكية، ويشمل (١٠) عبارات تتناول تأثير وسائل الإعلام الرقمية على السلوكيت اليومية والعادات، البعد الرابع: التأثيرات المعرفية، ويشمل (١٠) عبارات تقيس تأثير وسائل الإعلام الرقمية على العمليات المعرفية مثل التركيز واتخاذ القرارات، البعد الخامس: التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية، ويشمل (١٠) عبارات تقيم تأثير وسائل الإعلام الرقمية على الهوية الشخصية وتقدير الذات. وتمثل المتغيرات المستقلة في هذه الدراسة آراء الطلاب في المرحلة الثانوية بشأن تأثير وسائل الإعلام الرقمية على حياتهم النفسية، والاجتماعية والسلوكية والمعرفية.

بعد تصميم الاستبانة، قام الباحث بإرسالها لعشرة محكمين مختصين في علم النفس التربوي ووسائل الإعلام. واستنادًا إلى نتائج التحكيم، تم تعديل صياغة بعض العبارات وفقًا لآراء المحكمين. وبهذا، تم الحصول على المقياس في شكله النهائي المكون من (٥٠) عبارة.

الخصائص السيكومترية للاستبانة:

أولا: صدق الاستبانة

الصدق الظاهري:

تم تقييم الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على (١٠) محكمين من أساتذة الجامعة المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية، ويهدف هذا التقييم إلى التحقق من صحة فقرات المقياس، ومدى تناسبها مع مجتمع الدراسة، وصياغتها اللغوية، وملاءمتها للموضوع. وتم إجراء التعديلات والحذف والإضافة للفقرات بناءً على توصيات الأساتذة. لحساب نسبة الاتفاق بين المحكمين على كل فقرة من فقرات الاستبانة، وتم الاعتماد علي معيار ألا تقل نسبة الاتفاق عن (٨٠٪) لتحديد الصدق الظاهري. وتراوحت نسبة الاتفاق بين (٨٠٪، ١٠٠٪)؛ مما يدل على صلاحية أداة الدراسة.

الاتساق الداخلي:

لقياس الاتساق الداخلي للاستبانة، استخدمت الباحثة معامل بيرسون لفحص قوة العلاقة بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه. وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

قيم مُعامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبانة الذي تنتمي له (ن=٣٥)

التأثيرات النفسية		التأثيرات الاجتماعية		التأثيرات السلوكية		التأثيرات المعرفية		التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠,٧٣٢**	١١	٠,٦٨٨**	٢١	٠,٧٥٤**	٣١	٠,٧١٥**	٤١	٠,٦٨٩**
٢	٠,٧٤٨**	١٢	٠,٧٤١**	٢٢	٠,٧٣٠**	٣٢	٠,٦٧١**	٤٢	٠,٧٨٧**
٣	٠,٧٧١**	١٣	٠,٧٥٢**	٢٣	٠,٧٤١**	٣٣	٠,٧٠٦**	٤٣	٠,٨٠٤**
٤	٠,٦٨٣**	١٤	٠,٧٣٨**	٢٤	٠,٧١٩**	٣٤	٠,٦٨٥**	٤٤	٠,٧٧٤**
٥	٠,٧٢٦**	١٥	٠,٧٦٥**	٢٥	٠,٧٥٤**	٣٥	٠,٧٣٧**	٤٥	٠,٧٨٢**
٦	٠,٧٩٤**	١٦	٠,٧٤٧**	٢٦	٠,٧٧٠**	٣٦	٠,٧٢١**	٤٦	٠,٧٩٠**
٧	٠,٧٦٢**	١٧	٠,٧٥٢**	٢٧	٠,٧٦٤**	٣٧	٠,٧٠٦**	٤٧	٠,٧٨٧**
٨	٠,٦٧١**	١٨	٠,٧٦٤**	٢٨	٠,٧٣٨**	٣٨	٠,٦٨٩**	٤٨	٠,٨٠٤**
٩	٠,٧١٢**	١٩	٠,٧٥٥**	٢٩	٠,٧٣٧**	٣٩	٠,٧٦١**	٤٩	٠,٧٦٧**
١٠	٠,٧٣٠**	٢٠	٠,٧٦١**	٣٠	٠,٧٤٦**	٤٠	٠,٦٩٨**	٥٠	٠,٧٧٩**

يتضح من جدول (٢) أن جميع العبارات تُظهر درجة عالية من الاتساق الداخلي، حيث تشير قيم معامل الارتباط إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية بين درجات العبارات والمجموع الكلي للبعد الذي تنتمي إليه. تراوحت قيم معامل الارتباط من (٠.٦٧١**) إلى (٠.٨٠٤**)، مما يعكس صدق مفردات الاستبانة وملاءمتها لقياس الأبعاد المختلفة بفعالية.

ثانيا: ثبات استبانة

تمَّ حساب معامل ثبات الاستبانة، باستخدام معامل ألفا – كرونباخ، والتي تقيس مدى ارتباط مجموعة من العناصر ببعضها البعض كمجموعة متسقة، وطريقة معامل أوميجا، والتي تقيس مدى ارتباط كل عنصر بالمجموعة الكلية والعوامل الفرعية، وبيان ذلك في جدول (٣).

جدول (٣)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ ومعامل أوميجا للاستبانه (ن= ٣٥)

المحاور	معامل أوميجا	معامل ألفا
التأثيرات النفسية	٠,٨٧٧	٠,٨٦٤
التأثيرات الاجتماعية	٠,٨٨٣	٠,٨٧٢
التأثيرات السلوكية	٠,٨٨٩	٠,٨٨
التأثيرات المعرفية	٠,٨٩١	٠,٨٨٧
التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية	٠,٨٩٣	٠,٨٩
الدرجة الكلية	٠,٨٩٢	٠,٨٨٧

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الثبات لأبعاد الاستبانة المتعلقة بقياس الاتساق الداخلي للأداة تُظهر قيمًا عالية، مما يشير إلى وجود اتساق داخلي جيد بين العبارات في كل بُعد. وتتراوح معاملات أوميجا بين (٠.٨٧٧) و (٠.٨٩٣)، بينما تراوحت معاملات ألفا-كرونباخ بين (٠.٨٦٤) و (٠.٨٩٠)، وهذه القيم تدل على ثبات عالٍ للاستبانة في قياس الأبعاد المختلفة. وأظهرت الاستبانة ككل معاملات ثبات مرتفعة، حيث بلغت معاملات أوميجا وألفا-كرونباخ (٠.٨٩٢) و (٠.٨٨٧) على التوالي، مما يشير إلى ثبات جيد للأداة البحثية عند استخدامها لقياس التأثيرات النفسية والاجتماعية والسلوكية والمعرفية والهوية الذاتية.

تصحيح الاستبانة:

وفقًا لمعايير التقييم المحددة، يتم تصنيف مستويات الموافقة على الفقرات بناءً على المتوسطات التي تم الحصول عليها كما يلي: الفقرات التي تتراوح متوسطاتها من (١) إلى أقل

من (١.٨) تُعد ذات مستوى موافقة ضعيف جدًّا، والفقرات التي تتراوح متوسطاتها من (١.٨) إلى أقل من (٢.٦) تُعد ذات مستوى موافقة ضعيف، بينما الفقرات التي تتراوح متوسطاتها من (٢.٦) إلى أقل من (٣.٤) تُعد ذات مستوى موافقة متوسط، في حين إن الفقرات التي تتراوح متوسطاتها من (٣.٤) إلى أقل من (٤.٢) تُعد ذات مستوى موافقة مرتفع. وأخيرًا، الفقرات التي تكون متوسطاتها (٤.٢) فأعلى تُعد ذات مستوى موافقة مرتفع جدًا.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي جمعت، تم استخدام مجموعة متنوعة من الأساليب الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية(SPSS) ، وذلك بعد أن تم ترميز البيانات وإدخالها إلى الحاسوب. والأساليب الإحصائية التي استخدمت في هذه الدراسة هي المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية، والرتب، ولاستكشاف الفروق بين متغيرات الدراسة تم استخدام اختبار (ت) للمجموعات المستقلة.

نتائج الدراسة:

عرض نتائج السؤال الاول:

للإجابة عن السؤال الأول الذي ينص على: " ما مستوى تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية للطلاب في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض؟"، قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية، والرتب لاستجابات الطلاب على محاور استبانة التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول (٤)

يعرض نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحاور تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض

المحاور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	المستوى	الترتيب
التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية	٤,٠٩٢	٠,١٦٢	٨١,٨٪	عالية	١
التأثيرات السلوكية	٣,٠٩٧	٠,١٤٤	٦١,٩٪	متوسطة	٢
التأثيرات الاجتماعية	٢,٩٩٩	٠,١٥٢	٦٠,٠٪	متوسطة	٣
التأثيرات النفسية	٢,٨٩٧	٠,١٥٤	٥٧,٩٪	متوسطة	٤
التأثيرات المعرفية	٢,٥٩٩	٠,١٥٨	٥٢,٠٪	منخفضة	٥
المتوسط الحسابي العام	٣,١٣٧	٠,٠٧١	٦٢,٧٪	متوسطة	

يظهر من جدول (٤) أن مستوى التأثيرات وسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية جاء بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي عام (٣.١٣٧)، ووزن نسبي (٦٢.٧٪). وجاءت في المرتبة الأولى التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية بمتوسط حسابي (٤.٠٩٢)، ووزن نسبي (٨١.٨٪)، مما يشير إلى أن هذا المحور هو الأكثر تأثيرًا على الطلاب، تليها التأثيرات السلوكية بمتوسط حسابي (٣.٠٩٧)، ووزن نسبي (٦١.٩٪)، ثم التأثيرات الاجتماعية بمتوسط حسابي (٢.٩٩٩) ووزن نسبي (٦٠.٠٪). أما التأثيرات النفسية فجاءت في المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي (٢.٨٩٧) ووزن نسبي (٥٧.٩٪)، وأخيرًا جاءت التأثيرات المعرفية بمتوسط حسابي (٢.٥٩٩) ووزن نسبي (٥٢.٠٪)، مما يشير إلى أن التأثيرات المعرفية لوسائل الإعلام الرقمية هي الأقل وضوحاً بين الطلاب. يعكس هذا الترتيب أن التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية هي الأكثر بروزاً، في حين إن التأثيرات المعرفية هي الأقل تأثيرًا

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية جاءت في مقدمة التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب، نظرًا للدور الكبير الذي تؤديه هذه الوسائل في تشكيل هويتهم وقيمهم واتجاهاتهم. كما تعكس المرتبة التالية للتأثيرات السلوكية والاجتماعية أهمية هذه الوسائل في التأثير على سلوك الطلاب وتفاعلاتهم الاجتماعية، حيث تُسهِّل وسائل الإعلام الرقمية التواصل وتوفر منصات لتوسيع الشبكات الاجتماعية. أما التأثيرات النفسية فجاءت في مرتبة أقل، مما يشير إلى أن الضغوط النفسية والقلق المرتبطين بالاستخدام المفرط لهذه الوسائل لهما تأثير ولكن بدرجة أقل. وأخيرًا، جاءت التأثيرات المعرفية في المرتبة الأخيرة، مما قد يعكس أن تأثيرات هذه الوسائل على القدرات العقلية والمعرفية للطلاب ليست بنفس وضوح وتأثير الجوانب الأخرى. بناءً على هذه النتائج، توصي الدراسة بتعزيز الوعي بالاستخدام الصحيح لوسائل الإعلام الرقمية لضمان تأثيرات إيجابية على مختلف جوانب حياة الطلاب.

وتؤكد نتائج الدراسة الحالية على تأثير وسائل الإعلام الرقمية المتعدد الأوجه على الطلاب في المرحلة الثانوية أي مرحلة المراهقة، حيث تتقاطع مع نتائج دراسات سابقة عديدة، فبالنسبة للهوية الذاتية، تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة Kesumaningsari et al. (2024) و Mougharbel et al. (2024)اللتين أشارتا إلى دور وسائل الإعلام الرقمية في تشكيل الهوية الذاتية وتأثيرها على صورة الجسم وتقدير الذات. أما فيما يتعلق بالسلوك، فتدعم دراسة Khan &

Burton (2022)نتائج الدراسة الحالية حول العلاقة بين استخدام وسائل الإعلام الرقمية وظهور مشاكل سلوكية. وبخصوص التأثيرات الاجتماعية، تتوافق نتائجنا مع دراسة McCall (2021) و Kesumaningsari et al., (2024) اللتين ربطتا بين استخدام هذه الوسائل والشعور بالعزلة الاجتماعية وتأثيرها على التفاعلات الاجتماعية. كما تتفق نتائج الدراسة الحالية حول التأثيرات النفسية مع دراسات Mougharbel et al., (2024) و Twenge (2021)اللتين أشارتا إلى وجود علاقة بين استخدام وسائل الإعلام الرقمية وزيادة أعراض القلق والاكتئاب، بينما تشير نتائج الدراسة الحالية إلى أن التأثيرات المعرفية قد تكون أقل وضوحًا، إلا أن دراسة Mougharbel et al., (2024)، على سبيل المثال، أشارت إلى أن التعرض المستمر للمعلومات عبر وسائل الإعلام الرقمية قد يؤثر على قدرة المراهقين على التركيز والانتباه، مما يعكس تأثيرات معرفية محتملة.

المحور الاول: التأثيرات النفسية

جدول (٥)
نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات المحور الاول التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	المستوى	الترتيب
١	أشعر بالقلق عندما أرى محتوى سلبي على وسائل الإعلام الرقمية.	١,٥٤٤	٠,٤٩٩	٣٠,٩٪	منخفضة جدا	٩
٢	أشعر بالحزن بعد قضاء وقت طويل على وسائل الإعلام الرقمية.	٢,٥٠٨	٠,٥٠١	٥٠,٢٪	منخفضة	٦
٣	تثير بعض المنشورات على وسائل الإعلام الرقمية مشاعر الاكتئاب لدي.	٣,٤٦٧	٠,٥٠٠	٦٩,٣٪	عالية	٣
٤	يمكن أن تجعلني الصور والمحتويات التي أراها على الإنترنت سعيداً.	٤,٥٠٨	٠,٥٠١	٩٠,٢٪	عالية جدا	١
٥	أجد نفسي أحيانا أشعر بالفرح عندما أرى تعليقات إيجابية على منشوراتي.	٣,٤٣٦	٠,٤٩٧	٦٨,٧٪	عالية	٤
٦	ألاحظ أن مزاجي يتغير بناءً على المحتوى الذي أتابعه على وسائل الإعلام الرقمية.	٢,٥٠٨	٠,٥٠١	٥٠,٢٪	منخفضة	٦
٧	يساهم تفاعل الأصدقاء عبر الإنترنت في تحسين حالتي العاطفية.	١,٥١٨	٠,٥٠١	٣٠,٤٪	منخفضة جدا	١٠
٨	أحيانا أشعر بالإحباط من الصور غير الواقعية على وسائل الإعلام الرقمية.	٢,٤٥١	٠,٤٩٩	٤٩,٠٪	منخفضة	٨
٩	أجد أن الأخبار السارة على الإنترنت تعزز من شعوري بالرضا.	٢,٥٦٩	٠,٤٩٦	٥١,٤٪	منخفضة	٥
١٠	يؤثر المحتوى الذي أراه على وسائل الإعلام الرقمية على حالتي النفسية بشكل عام.	٤,٤٦٧	٠,٥٠٠	٨٩,٣٪	عالية جدا	٢
	المتوسط الحسابي العام	٢,٨٩٧	٠,١٥٤	٥٧,٩٪	متوسطة	

يوضح الجدول (٥) أن التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية على الطلاب في المرحلة الثانوية جاءت بدرجة متوسطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام (٢.٨٩٧) وانحراف معياري قدره (٠.١٥٤) وبوزن نسبي (٥٧.٩٪). ويشير هذا إلى أن التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية على هؤلاء الطلاب تتراوح بين متوسطة إلى منخفضة في بعض الحالات، مما يتطلب النظر في تأثير هذه الوسائل على حالتهم النفسية بشكل أكثر تفصيلًا.

ويظهر الجدول أن أعلى المتوسطات تمثلت في الفقرة (٤) التي تنص على "يمكن أن تجعلني الصور والمحتويات التي أراها على الإنترنت سعيدًا" حيث بلغ (متوسط = ٤.٥٠٨، وانحراف معياري = ٠.٥٠١) وبوزن نسبي (٩٠.٢٪)، وجاءت بدرجة "عالية جدًا"، يليها الفقرة (١٠) التي تنص على "يؤثر المحتوى الذي أراه على وسائل الإعلام الرقمية على حالتي النفسية بشكل عام" حيث بلغ (متوسط = ٤.٤٦٧، وانحراف معياري = ٠.٥٠٠)، وبوزن نسبي (٨٩.٣٪)، وجاءت بدرجة "عالية جدًا". ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن المحتوى الإيجابي الذي يشاهده الطلاب على الإنترنت يساهم بشكل كبير في تعزيز حالتهم النفسية الإيجابية.

ويظهر الجدول أيضًا أن أقل المتوسطات تمثلت في الفقرة (٧) التي تنص على "يساهم تفاعل الأصدقاء عبر الإنترنت في تحسين حالتي العاطفية" حيث بلغ (متوسط = ١.٥١٨، وانحراف معياري = ٠.٥٠١)، وبوزن نسبي (٣٠.٤٪)، وجاءت بدرجة "منخفضة جدًّا"، يليها الفقرة (١) التي تنص على "أشعر بالقلق عندما أرى محتوى سلبي على وسائل الإعلام الرقمية" حيث بلغ (متوسط = ١.٥٤٤، وانحراف معياري = ٠.٤٩٩)، وبوزن نسبي (٣٠.٩٪) وجاءت بدرجة "منخفضة جدًا". يمكن تفسير هذه النتيجة بأن التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت والمحتوى السلبي قد لا يكون لهما تأثير كبير في تحسين الحالة العاطفية للطلاب.

وتؤكد نتائج الدراسة الحالية على الترابط القوي بين استخدام وسائل الإعلام الرقمية والصحة النفسية للمراهقين، وهو ما تدعمه العديد من الدراسات السابقة. وتتفق مع دراسة Mougharbel et al. (2024) التي ربطت بين استخدام وسائل الإعلام الرقمية وظهور مجموعة واسعة من المشاكل النفسية، مثل القلق والاكتئاب. علاوة على ذلك، تدعم دراسة McCall (2021) هذه النتائج بربطها بين استخدام وسائل الإعلام الرقمية والشعور بالعزلة الاجتماعية. وأخيرًا، تتماشى دراسة Twenge (2021) مع هذه النتائج، حيث أظهرت وجود علاقة قوية بين الاستخدام المفرط لوسائل الإعلام الرقمية وزيادة أعراض القلق والاكتئاب.

المحور الثاني: التأثيرات الاجتماعية

جـــــدول (٦)

نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات المحور الثاني التأثيرات الاجتماعية لوسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية

م	العبـــــــارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	المستوى	الترتيب
١١	أستخدم وسائل الإعلام الرقمية للتواصل مع أصدقائي بشكل متكرر.	٢,٥٠٣	٠,٥٠١	٥٠,١٪	منخفضة	٦
١٢	تؤثر منشورات وسائل الإعلام الرقمية على علاقاتي الشخصية مع الأصدقاء.	٤,٤٩٢	٠,٥٠١	٨٩,٨٪	عالية جدا	٢
١٣	أجد نفسي أشارك في مجموعات وفعاليات على الإنترنت بشكل أكبر.	٤,٤٨٢	٠,٥٠١	٨٩,٦٪	عالية جدا	٤
١٤	ألاحظ أن استخدام وسائل الإعلام الرقمية يزيد من تعاملي مع أفراد العائلة.	١,٥٠٣	٠,٥٠١	٣٠,١٪	منخفضة جدا	٨
١٥	أشارك بانتظام في المحادثات والأنشطة عبر وسائل الإعلام الرقمية.	١,٤٧٧	٠,٥٠١	٢٩,٥٪	منخفضة جدا	٩
١٦	تتغير علاقتي بالأقران بناءً على التفاعلات التي تحدث عبر الإنترنت.	٢,٥٩٠	٠,٤٩٣	٥١,٨٪	منخفضة	٥
١٧	أحيانًا أكتشف معلومات جديدة عن أصدقائي عبر وسائل الإعلام الرقمية.	٤,٥٣٣	٠,٥٠٠	٩٠,٧٪	عالية جدا	١
١٨	تساهم وسائل الإعلام الرقمية في تقوية علاقاتي الاجتماعية.	٢,٤٦٧	٠,٥٠٠	٤٩,٣٪	منخفضة	٧
١٩	أجد أن تفاعلي على الإنترنت يؤثر على تواصلي الشخصي مع الآخرين.	٤,٤٨٧	٠,٥٠١	٨٩,٧٪	عالية جدا	٣
٢٠	أشعر أن وسائل الإعلام الرقمية تزيد من انخراطي في الأنشطة الاجتماعية.	١,٤٦٢	٠,٥٠٠	٢٩,٢٪	منخفضة جدا	١٠
	المتوسط الحسابي العام	٢,٩٩٩	٠,١٥٢	٦٠,٠٪	متوسطة	

يوضح الجدول (٦) أن التأثيرات الاجتماعية لوسائل الإعلام الرقمية على الطلاب في المرحلة الثانوية جاءت بدرجة متوسطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام (٢.٩٩٩)، وانحراف معياري قدره (٠.١٥٢)، وبوزن نسبي (٦٠.٠٪). ويشير هذا إلى أن وسائل الإعلام الرقمية لها تأثير اجتماعي معتدل على الطلاب، حيث تؤدي دورًا متوازنًا في تعزيز العلاقات الاجتماعية وفي الوقت نفسه قد تكون سببًا لبعض التحديات الاجتماعية.

ويظهر الجدول أن أعلى المتوسطات تمثلت في الفقرة (١٧) التي تنص على "أحيانًا أكتشف معلومات جديدة عن أصدقائي عبر وسائل الإعلام الرقمية" حيث بلغ (متوسط = ٤.٥٣٣، وانحراف معياري = ٠.٥٠٠، وبوزن نسبي (٩٠.٧٪)، وجاءت بدرجة "عالية جدًّا"، يليها الفقرة (١٢) التي تنص على "تؤثر منشورات وسائل الإعلام الرقمية على علاقاتي الشخصية مع الأصدقاء" حيث بلغ (متوسط = ٤.٤٩٢، وانحراف معياري = ٠.٥٠١)، وبوزن نسبي (٨٩.٨٪) وجاءت بدرجة "عالية جدًا". ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن وسائل الإعلام الرقمية تساعد الطلاب على اكتشاف معلومات جديدة وتعزيز علاقاتهم، لكنها قد تؤثر بشكل كبير على تفاعلهم الشخصي مع الأصدقاء.

ويظهر الجدول أيضًا أن أقل المتوسطات تمثلت في الفقرة (٢٠) التي تنص على "أشعر أن وسائل الإعلام الرقمية تزيد من انخراطي في الأنشطة الاجتماعية" حيث بلغ (متوسط = ١.٤٦٢، وانحراف معياري = ٠.٥٠٠)، وبوزن نسبي (٢٩.٢٪)، وجاءت بدرجة "منخفضة جدًّا"، يليها الفقرة (١٥) التي تنص على "أشارك بانتظام في المحادثات والأنشطة عبر وسائل الإعلام الرقمية" حيث بلغ (متوسط = ١.٤٧٧، وانحراف معياري = ٠.٥٠١) وبوزن نسبي (٢٩.٥٪) وجاءت بدرجة "منخفضة جدًا". ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن وسائل الإعلام الرقمية قد لا تشجع بشكل كافٍ الطلاب على الانخراط في الأنشطة الاجتماعية الفعلية والمشاركة الفعالة في المحادثات، مما يتطلب مزيدًا من التوجيه لاستخدامها بشكل يحقق فائدة اجتماعية أكبر.

تؤكد نتائج الدراسة الحالية على التأثيرات المتعددة لوسائل الإعلام الرقمية على المراهقين، حيث تتوافق مع دراسات سابقة مثل دراسة Kesumaningsari et al. (2024) التي أشارت إلى وجود تأثيرات إيجابية وسلبية لاستخدام هذه الوسائل. كما تدعمها دراسة McCall

(2021)التي ربطت بين استخدام وسائل الإعلام الرقمية والشعور بالعزلة الاجتماعية، وتشير هذه الدراسات مجتمعة إلى أن وسائل الإعلام الرقمية تؤدي دورًا محوريًّا في حياة المراهقين، وأن استخدامها يؤثر بشكل كبير على تفاعلاتهم الاجتماعية والنفسية، مما يستدعي ضرورة التعامل مع هذه القضية بوعي وحذر.

المحور الثالث: التأثيرات السلوكية

جـــــدول (٧)

نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات المحور الثالث التأثيرات السلوكية لوسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية

م	العبـــــارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	المستوى	الترتيب
٢١	ألاحظ أن اســتخدام وســائل الإعلام الرقمية يؤثر على وقتي المخصص للأنشطة الأخرى.	٤,٥٢٣	٠,٥٠١	٩٠,٥٪	عالية جدا	١
٢٢	أجد نفســي أســتغرق وقتًا أطول في التفاعل على وســائل الإعلام الرقمية بدلاً من القيام بمهامي اليومية.	٤,٤٧٧	٠,٥٠١	٨٩,٥٪	عالية جدا	٣
٢٣	يؤثر المحتوى الرقمي على عاداتي الغذائية وساعات نومي.	٢,٥٣٣	٠,٥٠٠	٥٠,٧٪	منخفضة	٥
٢٤	أحيانًا أضــيع وقتي على الإنترنت بدلاً من ممارســة الرياضة.	٤,٥١٣	٠,٥٠١	٩٠,٣٪	عالية جدا	٢
٢٥	ألاحظ تغييرات في ســلوكي بناءً على ما أراه على وســائل الإعلام الرقمية.	٢,٥١٨	٠,٥٠١	٥٠,٤٪	منخفضة	٦
٢٦	تساهم وسائل الإعلام الرقمية في زيادة أو تقليل نشاطي اليومي.	١,٥٠٣	٠,٥٠١	٣٠,١٪	منخفضة جدا	٩
٢٧	أجد أن التفاعل على وســائل الإعلام الرقمية يؤثر على إنتاجيتي الدراسية.	٢,٤٩٧	٠,٥٠١	٤٩,٩٪	منخفضة	٧
٢٨	أحيانًا أفضّــل التفاعل عبر الإنترنت على التفاعل في الواقع.	٤,٤٥٦	٠,٤٩٩	٨٩,١٪	عالية جدا	٤
٢٩	يؤثر استخدام وسائل الإعلام الرقمية على كيفية قضاء وقت فراغي.	١,٤٦٢	٠,٥٠٠	٢٩,٢٪	منخفضة جدا	١٠
٣٠	ألاحظ أن سلوكياتي اليومية تتأثر بمحتوى الإنترنت الذي أتعرض له.	٢,٤٩٢	٠,٥٠١	٤٩,٨٪	منخفضة	٨
	المتوسط الحسابي العام	٣,٠٩٧	٠,١٤٤	٦١,٩٪	متوسطة	

يوضح الجدول (٧) أن التأثيرات السلوكية لوسائل الإعلام الرقمية على الطلاب في المرحلة الثانوية جاءت بدرجة متوسطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام (٣.٠٩٧)، وانحراف معياري قدره (٠.١٤٤)، وبوزن نسبي (٦١.٩٪). ويشير هذا إلى أن وسائل الإعلام الرقمية تؤثر بشكل معتدل على سلوكات الطلاب، مما يتطلب متابعة دقيقة لتأثير هذه الوسائل على أنماط حياتهم اليومية.

ويظهر الجدول أن أعلى المتوسطات تمثلت في الفقرة (٢١) التي تنص على "ألاحظ أن استخدام وسائل الإعلام الرقمية يؤثر على وقتي المخصص للأنشطة الأخرى" حيث بلغ (متوسط = ٤.٥٢٣، وانحراف معياري = ٠.٥٠١)، وبوزن نسبي (٩٠.٥٪)، وجاءت بدرجة "عالية جدًا"، يليها الفقرة (٢٤) التي تنص على "أحيانًا أضيع وقتي على الإنترنت بدلاً من ممارسة الرياضة" حيث بلغ (متوسط = ٤.٥١٣، وانحراف معياري = ٠.٥٠١)، وبوزن نسبي (٩٠.٣٪)، وجاءت بدرجة "عالية جدًا". ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن استخدام وسائل الإعلام الرقمية يستحوذ على وقت كبير من الطلاب، مما قد يؤثر على ممارستهم لأنشطة أخرى مثل الرياضة أو الدراسة.

ويظهر الجدول أيضًا أن أقل المتوسطات تمثلت في الفقرة (٢٩) التي تنص على "يؤثر استخدام وسائل الإعلام الرقمية على كيفية قضاء وقت فراغي" حيث بلغ (متوسط = ١.٤٦٢، وانحراف معياري = ٠.٥٠٠)، وبوزن نسبي (٢٩.٢٪)، وجاءت بدرجة "منخفضة جدًا"، يليها الفقرة (٢٦) التي تنص على "تساهم وسائل الإعلام الرقمية في زيادة أو تقليل نشاطي اليومي" حيث بلغ (متوسط = ١.٥٠٣، وانحراف معياري = ٠.٥٠١)، وبوزن نسبي (٣٠.١٪)، وجاءت بدرجة "منخفضة جدًا". ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن وسائل الإعلام الرقمية لا تساهم بشكل كبير في تعزيز النشاط اليومي للطلاب، بل قد تقلل من انخراطهم في أنشطة أخرى مفيدة.

تتفق هذه النتيجة مع دراسة Cataldo et al., (2021) التي أظهرت وجود علاقة ارتباط إيجابية بين مدة تعرض المراهقين لوسائل الإعلام الرقمية وأعراض الاكتئاب والكدر النفسي واضطراب الحالة المزاجية. كما تتماشى مع دراسة Kesumaningsari et al., (2024)التي أشارت إلى أن الاستخدام المفرط لوسائل الإعلام الرقمية يمكن أن يؤثر سلبًا على

سلوك المراهقين، مثل زيادة أعراض القلق والتوتر والاكتئاب ومشاعر الوحدة. وتدعم هذه النتيجة أيضًا دراسة Mougharbel et al., (2024) التي أظهرت أن الاستخدام المفرط لوسائل الإعلام الرقمية يمكن أن يؤثر سلبًا على سلوك المراهقين، مثل انخفاض صورة الجسم وتقدير الذات. وتتفق مع دراسة Twenge (2021) التي أظهرت أن نسبة كبيرة من المراهقين يتعرضون بصورة مكثفة لوسائل الإعلام الرقمية، مما قد يكون له تأثير سلبي على سلوكاتهم.

المحور الرابع: التأثيرات المعرفية

جدول (٨)

نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات المحور الرابع التأثيرات المعرفية لوسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	المستوى	الترتيب
٣١	أجد أن انتباهي يتشتت عندما أستخدم وسائل الإعلام الرقمية لفترات طويلة.	١,٤٨٧	٠,٥٠١	٢٩,٧٪	منخفضة جدا	٩
٣٢	تؤثر وسائل الإعلام الرقمية على قدرتي على التركيز على الدراسة.	٤,٥٤٤	٠,٤٩٩	٩٠,٩٪	عالية جدا	١
٣٣	ألاحظ أن تفكيري يتأثر بالمحتوى الذي أراه على الإنترنت.	٣,٤٨٢	٠,٥٠١	٦٩,٦٪	عالية	٣
٣٤	أجد صعوبة في اتخاذ القرارات عندما أكون مشغولًا باستخدام وسائل الإعلام الرقمية.	٢,٥٠٣	٠,٥٠١	٥٠,١٪	منخفضة	٤
٣٥	تساهم وسائل الإعلام الرقمية في تحسين أو تدهور قدرتي على التفكير النقدي.	١,٥٠٣	٠,٥٠١	٣٠,١٪	منخفضة جدا	٨
٣٦	ألاحظ أن استخدام وسائل الإعلام الرقمية يؤثر على إدراكي للمعلومات.	١,٥١٨	٠,٥٠١	٣٠,٤٪	منخفضة جدا	٧
٣٧	أجد أن التفاعل مع المحتوى الرقمي يؤثر على قدرتي على معالجة المعلومات.	٢,٥٠٣	٠,٥٠١	٥٠,١٪	منخفضة	٤
٣٨	تؤثر وسائل الإعلام الرقمية على كيفية تقييمي للأحداث واتخاذ قراراتي.	٤,٤٦٢	٠,٥٠٠	٨٩,٢٪	عالية جدا	٢
٣٩	أحيانًا أواجه صعوبة في تنظيم أفكاري بسبب الاستخدام المكثف لوسائل الإعلام الرقمية.	٢,٥٠٣	٠,٥٠١	٥٠,١٪	منخفضة	٤
٤٠	أجد أن التفاعل عبر الإنترنت يؤثر على قدرتي على التركيز في المهام الدراسية.	١,٤٨٧	٠,٥٠١	٢٩,٧٪	منخفضة جدا	٩
	المتوسط الحسابي العام	٢,٥٩٩	٠,١٥٨	٥٢,٠٪	منخفضة	

يوضـــح الجدول (٨) أن التأثيرات المعرفية لوســـائل الإعلام الرقمية على الطلاب في المرحلة الثانوية جاءت بدرجة منخفضة، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام (٢.٥٩٩)، وانحراف معياري قدره (٠.١٥٨)، وبوزن نسـبي (٥٢.٠٪). ويشـير هذا إلى أن وسـائل الإعلام الرقمية تؤثر بشكل محدود على القدرات المعرفية للطلاب، مما يتطلب تعزيز الوعي بالاستخدام الأمثل لهذه الوسائل لتقليل تأثيراتها السلبية على التفكير والتركيز.

ويظهر الجدول أن أعلى المتوسطات تمثلت في الفقرة (٣٢) التي تنص على "تؤثر وسائل الإعلام الرقمية على قدرتي على التركيز على الدراسـة" حيث بلغ (متوسـط = ٤.٥٤٤، وانحراف معياري = ٠.٤٩٩)، وبوزن نسبي (٩٠.٩٪)، وجاءت بدرجة "عالية جدًّا"، يليها الفقرة (٣٨) التي تنص على "تؤثر وســـائل الإعلام الرقمية على كيفية تقييمي للأحداث واتخاذ قراراتي" حيث بلغ (متوسط = ٤.٤٦٢، وانحراف معياري = ٠.٥٠٠) وبوزن نسبي (٨٩.٢٪)، وجاءت بدرجة "عالية جدًا". ويمكن تفسـير هذه النتيجة بأن اسـتخدام وسـائل الإعلام الرقمية يؤثر بشـكل كبير على التركيز والتفكير النقدي لدى الطلاب، خاصة عندما يتعلق الأمر بالدراسة واتخاذ القرارات.

ويظهر الجدول أيضًـــا أن أقل المتوســـطات تمثلت في الفقرتين (٣١) و(٤٠) اللتين تنصان على "أجد أن انتباهي يتشتت عندما أستخدم وسائل الإعلام الرقمية لفترات طويلة" و"أجد أن التفاعل عبر الإنترنت يؤثر على قدرتي على التركيز في المهام الدراسية"، حيث بلغ (متوسط = ١.٤٨٧، وانحراف معياري = ٠.٥٠١)، وبوزن نسـبي (٢٩.٧٪)، وجاءتا بدرجة "منخفضـة جدًا". ويمكن تفسـير هذه النتيجة بأن الاسـتخدام المكثف لوسـائل الإعلام الرقمية قد لا يكون له تأثير واضـــح على بعض الطلاب في جوانب معينة من التركيز والانتباه، مما يشـير إلى وجود تباين في تأثير هذه الوسائل بناءً على طبيعة استخدامها من قبل الأفراد.

وتتفق هذه النتيجة مع دراســـة Cataldo et al. (2021) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين مدة تعرض المراهقين لوســـائل الإعلام الرقمية وأعراض الاكتئاب والكدر النفسـي واضـطراب الحالة المزاجية. كما تتماشـى مع دراسـة Twenge (2021) التي أظهرت تأثيرات نفسـية سـلبية للاسـتخدام المكثف لوسـائل الإعلام الرقمية على المراهقين، بما في ذلك زيادة أعراض القلق والاكتئاب وضـعف مسـتويات الشـعور بالأمن النفسـي. وتدعم هذه النتيجة

أيضًا دراسة Gallagher (2022) التي أظهرت أن التعرض المفرط لوسائل الإعلام الرقمية يمكن أن يؤثر على جوانب نفسية معينة لدى المراهقين، مثل التوتر والاكتئاب والقلق الاجتماعي. وتشير هذه النتائج بوضوح إلى أن الاستخدام المفرط لوسائل الإعلام الرقمية يمكن أن يؤثر سلبًا على جوانب معينة من القدرات المعرفية لدى المراهقين.

المحور الخامس: التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية

جدول (٩)

نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات المحور الخامس التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية لوسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	المستوى	الترتيب
٤١	أحيانًا أجد نفسي أقل تقديرًا لذاتي بعد مقارنة نفسي بالآخرين على الإنترنت.	٤,٤٩٧	٠,٥٠١	٨٩,٩٪	عالية جدا	٥
٤٢	تؤثر صور وسائل الإعلام الرقمية على كيفية نظرتي لجسمي.	٤,٤٥١	٠,٤٩٩	٨٩,٠٪	عالية جدا	٧
٤٣	ألاحظ أن محتوى وسائل الإعلام الرقمية يؤثر على قيمي الشخصية.	٤,٥٠٨	٠,٥٠١	٩٠,٢٪	عالية جدا	٤
٤٤	أجد أن التفاعلات عبر الإنترنت تساهم في تشكيل هويتي الذاتية.	٢,٤٦٢	٠,٥٠٠	٤٩,٢٪	منخفضة	١٠
٤٥	أحيانًا أبحث عن التعليقات والتفاعلات على منشوراتي لتعزيز شعوري بتقدير الذات.	٢,٤٩٢	٠,٥٠١	٤٩,٨٪	منخفضة	٩
٤٦	تؤثر وسائل الإعلام الرقمية على كيفية رؤيتي لنفسي ولقدراتي.	٤,٥٥٤	٠,٤٩٨	٩١,١٪	عالية جدا	١
٤٧	ألاحظ أن تعرضي لمحتوى معين يؤثر على تصوراتي الشخصية.	٤,٤٣٦	٠,٤٩٧	٨٨,٧٪	عالية جدا	٨
٤٨	أجد أن تفاعلي على الإنترنت يؤثر على ثقافتي وقيمي.	٤,٤٦٢	٠,٥٠٠	٨٩,٢٪	عالية جدا	٦
٤٩	ألاحظ أن صور ومعلومات وسائل الإعلام الرقمية تساهم في تشكيل هويتي الذاتية.	٤,٥٣٣	٠,٥٠٠	٩٠,٧٪	عالية جدا	٢
٥٠	أجد أن التفاعل عبر الإنترنت له تأثير كبير على تقديري لذاتي.	٤,٥٢٨	٠,٥٠٠	٩٠,٦٪	عالية جدا	٣
	المتوسط الحسابي العام	٤,٠٩٢	٠,١٦٢	٨١,٨٪	عالية	

يوضح الجدول (٩) أن التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية لوسائل الإعلام الرقمية على الطلاب في المرحلة الثانوية جاءت بدرجة عالية، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام (٤.٠٩٢)، وانحراف معياري قدره (٠.١٦٢)، وبوزن نسبي (٨١.٨٪). ويشير هذا إلى أن وسائل الإعلام الرقمية تؤثر بشكل كبير على كيفية تصور الطلاب لهويتهم الذاتية، مما يستدعي الاهتمام بتوجيههم نحو الاستخدام الواعي والناقد لهذه الوسائل.

ويظهر الجدول أن أعلى المتوسطات تمثلت في الفقرة (٤٦) التي تنص على "تؤثر وسائل الإعلام الرقمية على كيفية رؤيتي لنفسي ولقدراتي" حيث بلغ (متوسط = ٤.٥٥٤، وانحراف معياري = ٠.٤٩٨)، وبوزن نسبي (٩١.١٪)، وجاءت بدرجة "عالية جدًا"، يليها الفقرة (٤٩) التي تنص على "ألاحظ أن صور ومعلومات وسائل الإعلام الرقمية تساهم في تشكيل هويتي الذاتية" حيث بلغ (متوسط = ٤.٥٣٣، انحراف معياري = ٠.٥٠٠) وبوزن نسبي (٩٠.٧٪) وجاءت بدرجة "عالية جدًا". يمكن تفسير هذه النتيجة بأن التعرض المستمر للمحتوى الرقمي يسهم بشكل كبير في تشكيل هويتهم الذاتية وتصوراتهم الشخصية.

ويظهر الجدول أيضًا أن أقل المتوسطات تمثلت في الفقرة (٤٤) التي تنص على "أجد أن التفاعلات عبر الإنترنت تساهم في تشكيل هويتي الذاتية" حيث بلغ (متوسط = ٢.٤٦٢، وانحراف معياري = ٠.٥٠٠)، وبوزن نسبي (٤٩.٢٪)، وجاءت بدرجة "منخفضة"، يليها الفقرة (٤٥) التي تنص على "أحيانًا أبحث عن التعليقات والتفاعلات على منشوراتي لتعزيز شعوري بتقدير الذات" حيث بلغ (متوسط = ٢.٤٩٢، وانحراف معياري = ٠.٥٠١)، وبوزن نسبي (٤٩.٨٪)، وجاءت بدرجة "منخفضة". ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت قد لا يكون له تأثير كبير في تعزيز هوية الذات لدى بعض الطلاب، مما يشير إلى أن هذه الفئة قد تكون أكثر اعتمادًا على العوامل الخارجية لتعزيز تقدير الذات،.وتتفق هذه النتيجة مع دراسة Mougharbel et al., (2024) التي أظهرت ارتباطًا بين استخدام وسائل الإعلام الرقمية والتأثيرات النفسية على المراهقين، بما في ذلك انخفاض صورة الجسم وتقدير الذات. كما تتماشى مع دراسة Kesumaningsari et al., (2024) التي أشارت إلى أن وسائل الإعلام الرقمية يمكن أن تسهم في تشكيل الهوية الذاتية وتصوراتهم الشخصية، ولكن

يمكن أن يكون لها أيضًا تأثير سلبي على تقدير الذات. وتشير هذه النتائج بوضوح إلى أن وسائل الإعلام الرقمية تؤدي دورًا مهمًا في تشكيل الهوية الذاتية للمراهقين، ويجب استخدامها بوعي لضمان تأثير إيجابي على تقدير الذات وصورة الجسم.

عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني الذي ينص على ""هل تختلف تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية للطلاب في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض باختلاف متغير نوع الجنس (ذكور، إناث)؟"تم التحقق من اعتدالية التوزيع باستخدام اختبار كولموغروف–سميرنوف (Kolmogorov–Smirnov)، واتضح أن أغلب الأبعاد غير دالة إحصائيًا، مما يدل على اعتدالية التوزيع الطبيعي، ولذلك تم استخدام الأساليب البارامترية، لمعرفة الفروق بين استجابات الذكور والإناث في التأثيرات السلوكية لوسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية التي تعزى إلى متغير النوع (ذكور، إناث)، وتم استخدام اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين، والجدول التالي يوضح النتيجة.

جـــدول (١٠)

نتائج اختبار (ت) لتأثيرات وسائل الإعلام الرقمية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية التي تعزى إلى متغير النوع (ذكور، إناث).

البعـــد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة (Sig.)
التأثيرات النفسية	طلاب	٨٠	٢,٧٧١	٠,١١٧	١٣,٠٤٨-	٠,٠٠٠
	طالبات	١١٥	٢,٩٨٥	٠,١٠٩		
التأثيرات الاجتماعية	طلاب	٨٠	٢,٨٦٣	٠,٠٨٦	١٥,٨٩٦-	٠,٠٠٠
	طالبات	١١٥	٣,٠٩٥	٠,١٠٩		
التأثيرات السلوكية	طلاب	٨٠	٢,٩٦٦	٠,٠٨٩	١٦,٣٠٨-	٠,٠٠٠
	طالبات	١١٥	٣,١٨٩	٠,٠٩٧		
التأثيرات المعرفية	طلاب	٨٠	٢,٤٥١	٠,٠٩٣	١٧,٤٣٥-	٠,٠٠٠
	طالبات	١١٥	٢,٧٠٢	٠,١٠٣		
التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية	طلاب	٨٠	٣,٩٤٠	٠,٠٨٩	١٧,٦٤١-	٠,٠٠٠
	طالبات	١١٥	٤,١٩٨	٠,١٠٨		
الدرجة الكلية	طلاب	٨٠	٢,٩٩٨	٠,٠٧١	١٩,٤٠٣-	٠,٠٠٠
	طالبات	١١٥	٣,٢٣٤	٠,٠٩١		

يتضح من جدول (١٠) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية تعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث) لصالح الإناث حيث كانت قيمة (ت) (-١٩.٤٠٣) مع مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التقييمات الكلية للذكور والإناث، حيث قامت الإناث بتقييم التأثيرات بشكل أعلى مقارنة بالذكور، في بُعد التأثيرات النفسية، وكانت قيمة (ت) (-١٣.٠٤٨) مع مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تقييمات الذكور والإناث، حيث قامت الإناث بتقييم التأثيرات النفسية بشكل أعلى مقارنة بالذكور، أما في بُعد التأثيرات الاجتماعية، فقد كانت قيمة (ت) (-١٥.٨٩٦) مع مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، مما يدل على أن الإناث يقيّمن التأثيرات الاجتماعية بشكل أعلى من الذكور، مما يشير إلى فروق ذات دلالة إحصائية في هذا البُعد أيضًا، وفيما يخص بُعد التأثيرات السلوكية، كانت قيمة (ت) (-١٦.٣٠٨) مع مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، مما يشير إلى أن الإناث يقيّمن التأثيرات السلوكية بشكل أعلى مقارنة بالذكور، مما يعكس فروقًا ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في هذا البُعد، وفي بُعد التأثيرات المعرفية، كانت قيمة (ت) (-١٧.٤٣٥) مع مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، مما يدل على أن الإناث يقيّمن التأثيرات المعرفية بشكل أعلى من الذكور، مما يشير إلى فروق ذات دلالة إحصائية في هذا البُعد أيضًا، أما في بُعد التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية، فقد كانت قيمة (ت) (-١٧.٦٤١) مع مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تقييمات الذكور والإناث، حيث قامت الإناث بتقييم التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية بشكل أعلى من الذكور، وتشير هذه النتائج إلى أن الإناث يرون تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على سلوكهم بشكل أكبر من الذكور عبر الأبعاد المختلفة، مما يستدعي اهتمامًا خاصًا في تحليل كيفية تأثير هذه الوسائل على الجنسين بشكل مختلف.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة إلى عدة عوامل محتملة، حيث قد تكون الإناث أكثر حساسية للتأثيرات النفسية والاجتماعية والسلوكية لوسائل الإعلام الرقمية مقارنة بالذكور، وهذا قد يعود إلى الاختلافات في كيفية معالجة كل جنس للمحتوى الرقمي وتأثيراته، فضلاً عن اختلافات في الاهتمامات والأنماط الاجتماعية التي قد تؤثر على تقييماتهن، كما قد تعزى هذه الفروقات إلى تأثيرات ثقافية واجتماعية مختلفة بين الجنسين، حيث قد تكون الإناث أكثر تأثرًا

بالمعايير الاجتماعية والتوقعات المتعلقة باســتخدام وســائل الإعلام الرقمية، مما قد يؤدي إلى تقييم أعلى لهذه التأثيرات. علاوة على ذلك، يمكن أن تكون هناك اختلافات في طرق التفاعل مع وســائل الإعلام الرقمية بين الذكور والإناث، مما يؤدي إلى فروق في تجاربهم وتأثيرات هذه الوسـائل على سـلوكهم، كما قد تؤثر تجارب الحياة الشـخصـية ومسـتويات التفاعل الاجتماعي والتعرض للوسائط الرقمية على كيفية إدراك وتأثير وسائل الإعلام الرقمية، مما يعكس تباينًا بين الجنسين في كيفية تقييم هذه التأثيرات.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة Khan and Burton (2022) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التأثيرات النفسية لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية بين الذكور والإناث، لصــالح الإناث. كما تتماشــى مع دراســة Thorisdottir and Zhang (2024) التي وجدت فروقًا ذات دلالة إحصائية في مستويات التأثر النفسي بالوسائل الرقمية حسب نوع الجنس، حيث أظهرت الإناث مســتويات أعلى من التأثر النفســي مقارنة بالذكور. وتدعم هذه النتيجة أيضًــا دراسة McCall and Johnson (2021) التي كشفت عن علاقة ارتباطية ذات دلالة بين نوع الجنس والتأثيرات النفســية لوســائل الإعلام الرقمية على المراهقين، حيث أظهرت المراهقات مسـتويات أعلى من الأعراض والمشـكلات النفسـية مقارنة بالذكور، علاوة على ذلك، تتفق هذه النتيجة مع دراسة(2021) D’Mello and Monteiro التي أظهرت علاقة ارتباطية بين نوع وعمر المشاركين وشدة التأثيرات النفسية المرتبطة باستخدام وسائل الإعلام الرقمية. بالإضافة إلى ذلك، تشير دراسة Twenge (2021) إلى أن ٩٤.٦٪ من المراهقين المشاركين في الدراسة يتعرضون بشكل مكثف لوسائل الإعلام الرقمية. وتُظهر هذه النتائج بوضوح أن المراهقات أكثر عرضة للتأثيرات النفسية والسلوكية المرتبطة بوسائل الإعلام الرقمية. ودراسة Mougharbel & Goldfield (٢٠٢٠) التي أظهرت المراهقات مســتويات مرتفعة من المشــكلات النفســية وبخاصــةً في جوانب الأمن النفســي والشــعور بالقلق والتوتر نتيجة لاســتخدام وســائل الإعلام الرقمي بشــكل مفرط، وتم التوصــل إلى أن معدل التعرض للإعلام الرقمي يرتبط بصــورة دالة بالمشكلات النفسية لدى المراهقات، حيث سجلت الفتيات الأكثر تعرضًا لوسائل الإعلام الرقمي أعلى مستويات المشكلات النفسية.

عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

للإجابة عن سؤال الدراسة الثالث الذي ينص على " هل يختلف تأثير وسائل الإعلام الرقمية على طلاب المرحلة الثانوية باختلاف متغير الدعم الوالدي (الوالدان موجودان ومستقران – وفاة الوالدين أو أحدهما أو انفصالهما)؟" تم التحقق من اعتدالية التوزيع باستخدام اختبار كولموغروف – سميرنوف(Kolmogorov-Smirnov)، واتضح أن أغلب الأبعاد غير دالة إحصائيًا، مما يدل على اعتدالية التوزيع الطبيعي، وبناءً على ذلك، تم استخدام الأساليب البارامترية لمعرفة الفروق بين استجابات طلاب المرحلة الثانوية في تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية بناءً على متغير الدعم الوالدي. ولتحليل الفروق بين الفئتين (الوالدان موجودان ومستقران – وفاة أحد الوالدين أو كلاهما أو انفصالهما)، وتم استخدام اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين.(Independent Samples t-test) والجدول التالي يوضح هذه النتيجة.

جـــدول (١١)

نتائج اختبار (ت) للتأثيرات السلوكية لوسائل الإعلام الرقمية على الطلاب بناءً على متغير الدعم الوالدي (الوالدين موجودين ومستقرين – وفاة أحد الوالدين أو كلاهما أو انفصالهما).

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة (Sig.)
التأثيرات النفسية	موجودين ومستقرين	١٣٥	٢,٨٢٥	٠,١١٢	١٣,٨١-	٠,٠٠٠
	وفاة/انفصال	٦٠				
التأثيرات الاجتماعية	موجودين ومستقرين	١٣٥	٢,٩٢٩	٠,١٠٨	١٣,٥٤-	٠,٠٠٠
	وفاة/انفصال	٦٠				
التأثيرات السلوكية	موجودين ومستقرين	١٣٥	٣,٠٣٧	٠,١١٤	١١,٢٨-	٠,٠٠٠
	وفاة/انفصال	٦٠				
التأثيرات المعرفية	موجودين ومستقرين	١٣٥	٢,٥٢٤	٠,١١٧	١٣,٩٩-	٠,٠٠٠
	وفاة/انفصال	٦٠				
التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية	موجودين ومستقرين	١٣٥	٤,٠١٤	٠,١١٦	١٤,٦٦-	٠,٠٠٠
	وفاة/انفصال	٦٠				
الدرجة الكلية	موجودين ومستقرين	١٣٥	٣,٠٦٦	٠,١٠١	١٥,٧٤-	٠,٠٠٠
	وفاة/انفصال	٦٠				

يتضح من جدول (١١) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على الطلاب بناءً على متغير الدعم الوالدي، حيث كانت الفروق لصالح الطلاب الذين فقدوا أحد الوالدين أو عانوا من انفصال مقارنة بأقرانهم الذين يعيشون مع والدين مستقرين. وقد أظهرت النتائج أن هؤلاء الطلاب يقيّمون التأثيرات النفسية والاجتماعية والسلوكية والمعرفية المتعلقة بالهوية

الذاتية لوسائل الإعلام الرقمية بشكل أعلى، حيث كانت قيم (ت) في جميع الأبعاد دالة إحصائيًا (٠.٠٠٠). وهذه الفروق تشير إلى أن غياب أحد الوالدين أو انفصالهما يزيد من تأثر الطلاب بوسائل الإعلام، مما يستدعي اهتمامًا خاصًا بدراسة تأثيرات الدعم الوالدي في هذا السياق.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بعدة عوامل محتملة، حيث قد يكون غياب أحد الوالدين أو انفصالهما يزيد من حساسية المراهقين تجاه التأثيرات النفسية والاجتماعية والسلوكية والمعرفية لوسائل الإعلام الرقمية، وقد يفتقد هؤلاء المراهقون الدعم العاطفي والاستقرار الأسري الذي يوفره وجود الوالدين معًا، مما يجعلهم أكثر عرضة للتأثر بمحتوى وسائل الإعلام، كما قد يؤدي غياب أحد الوالدين إلى زيادة الوقت الذي يقضيه المراهقون في استخدام وسائل الإعلام الرقمية كوسيلة للهروب أو البحث عن الدعم النفسي والاجتماعي. إضافةً إلى ذلك، قد تكون هذه الفئة من المراهقين أكثر عرضة للشعور بالوحدة أو الانفصال الاجتماعي، مما يعزز تأثير وسائل الإعلام على تكوين هويتهم الذاتية وتفاعلاتهم السلوكية. وتعزى هذه الفروقات أيضًا إلى اختلافات في طرق التكيف مع الظروف الأسرية الصعبة، حيث يلجأ المراهقون في هذه الحالة إلى وسائل الإعلام الرقمية كآلية للتكيف، ما يؤدي إلى تأثير أكبر على حياتهم مقارنة بالمراهقين الذين يعيشون في بيئة أسرية مستقرة.

وتتفق هذه النتائج مع الدراسة التي أجراها Mougharbel et al. (2024) والتي تناولت التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية ودور الدعم الأبوي كعامل وسيط، حيث أظهرت أن المراهقين الذين يفتقرون إلى الدعم الأبوي يعانون من مستويات أعلى من الأعراض النفسية مثل التوتر والقلق والاكتئاب، مما يعكس تأثير غياب الوالدين أو انفصالهم. بالإضافة إلى ذلك، تشير دراسة Kesumaningsari et al. (2024) إلى وجود علاقة ارتباطية بين فرط استخدام وسائل الإعلام الرقمية والتأثيرات النفسية، مما يعزز فهمنا لأهمية الدعم الوالدي في مواجهة هذه التأثيرات السلبية، حيث أظهرت أن المراهقين الذين يعانون من مشاكل أسرية يظهرون تأثيرات نفسية سلبية أكبر نتيجة لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية، مما يستدعي اتخاذ تدابير وقائية للتخفيف من هذه الأعراض.

عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

للإجابة عن سؤال الدراسة الذي ينص على " هل يختلف تأثير وسائل الإعلام الرقمية على طلاب المرحلة الثانوية باختلاف متغير مدة التعرض لوسائل الإعلام الرقمية (فترة بسيطة: ٣ ساعات، فترة متوسطة: ٤ ساعات، فترة طويلة: أكثر من ٤ ساعات)؟". تم التحقق من اعتدالية

التوزيع باستخدام اختبار كولموغروف–سميرنوف(Kolmogorov-Smirnov)، واتضح أن أغلب الأبعاد غير دالة إحصـائيًا، مما يدل على اعتدالية التوزيع الطبيعيّ، وبناءً على ذلك، تم اسـتخدام الأسـاليب البارامترية لتحليل الفروق بين اسـتجابات الطلاب فيما يتعلق بتأثيرات وسـائل الإعلام الرقمية بناءً على مدة التعرض لها. ولتحليل الفروق بين الفئات الثلاث (فترة بسـيطة: ٣ سـاعات، وفترة متوسطة: ٤ ساعات، وفترة طويلة: أكثر من ٤ ساعات)، وتم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي.(One-Way ANOVA) ، والجدول الآتي يوضح هذه النتائج:

جـــــدول (١٢)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لتأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على الطلاب بناءً على مدة التعرض لوسائل الإعلام الرقمية

البعـــد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية (df)	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة (.Sig)
التأثيرات النفسية	بين المجموعات	٢,٦٦١	٢	١,٣٣١	١٣١,١٦٤	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١,٩٤٨	١٩٢	٠,٠١		
	الإجمالي	٤,٦٠٩	١٩٤			
التأثيرات الاجتماعية	بين المجموعات	٣,٠٩٩	٢	١,٥٥	٢١٣,٩٨٠	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١,٣٩١	١٩٢	٠,٠٠٧		
	الإجمالي	٤,٤٩	١٩٤			
التأثيرات السلوكية	بين المجموعات	٢,٧٥٧	٢	١,٣٧٩	٢٠٨,١٤٤	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١,٢٧٢	١٩٢	٠,٠٠٧		
	الإجمالي	٤,٠٢٩	١٩٤			
التأثيرات المعرفية	بين المجموعات	٣,٥٠٩	٢	١,٧٥٤	٢٥٣,١١٧	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١,٣٣١	١٩٢	٠,٠٠٧		
	الإجمالي	٤,٨٤	١٩٤			
التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية	بين المجموعات	٣,٦٩٦	٢	١,٨٤٨	٢٥٣,٠٥٤	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١,٤٠٢	١٩٢	٠,٠٠٧		
	الإجمالي	٥,٠٩٨	١٩٤			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٣,١٣١	٢	١,٥٦٥	٣٦٣,٣٩٩	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	٠,٨٢٧	١٩٢	٠,٠٠٤		
	الإجمالي	٣,٩٥٨	١٩٤			

يتضح من جدول (١٢) أن هناك فروقًا ذات دلالة إحصائية في تأثيرات وسائل الإعلام الرقمية على الطلاب بناءً على مدة التعرض لها في جميع الأبعاد النفسية والاجتماعية والسلوكية والمعرفية المتعلقة بالهوية الذاتية، حيث كانت قيم (F) مرتفعة للغاية ومستوى الدلالة (.Sig) أقل من (٠.٠٥) في جميع الأبعاد، ولمعرفة اتجاه الفروق تم اسـتخدام اختبار شـفيه، وجدول (١٣) يوضح ذلك:

جـــــــدول (١٣)

نتائج اختبار شيفيه لمعرفة اتجاه الدلالة بين متوسطات المجموعات الفرعية في التأثيرات النفسية، والاجتماعية، والسلوكية، والمعرفية، المتعلقة بالهوية الذاتية التي تعزى لمتغير مدة التعرض لوسائل الإعلام الرقمي

الأبعاد	المجمـــوعات	الفروق بين المتوسطات	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة	لصالح
التأثيرات النفسية	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة متوسطة (٤ ساعات)	٠,١٤٦١٥	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة متوسطة
	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,٢٩٥٢٩	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
	فترة متوسطة (٤ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,١٤٩١٤	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
التأثيرات الاجتماعية	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة متوسطة (٤ ساعات)	٠,١٥٠٤٣	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة متوسطة
	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,٣١٧١٢	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
	فترة متوسطة (٤ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,١٦٦٧	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
التأثيرات السلوكية	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة متوسطة (٤ ساعات)	٠,١٣٦٢٤	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة متوسطة
	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,٢٩٧٧٨	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
	فترة متوسطة (٤ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,١٦١٥٤	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
التأثيرات المعرفية	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة متوسطة (٤ ساعات)	٠,١٥١٦٢	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة متوسطة
	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,٣٣٥٤٢	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
	فترة متوسطة (٤ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,١٨٣٨	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
التأثيرات المتعلقة بالهوية الذاتية	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة متوسطة (٤ ساعات)	٠,١٦٤١	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة متوسطة
	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,٣٤٦٢٧	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
	فترة متوسطة (٤ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,١٨٢١٧	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
الدرجة الكلية	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة متوسطة (٤ ساعات)	٠,١٤٩٧١	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة متوسطة
	فترة بسيطة (٣ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,٣١٨٣٨	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة
	فترة متوسطة (٤ ساعات) - فترة طويلة (أكثر من ٤ ساعات)	٠,١٦٨٦٧	٠,٠٠٠	دال عند (٠.٠٥)	فترة طويلة

يتضح من جدول (١٣) إلى وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين الفترات الزمنية المختلفة (فترة بسيطة، وفترة متوسطة، وفترة طويلة) في جميع الأبعاد المدروسة، وكانت الفروق لصالح الفترة الأطول من التعرض (أكثر من ٤ ساعات)، مما يشير إلى أن الطلاب الذين يتعرضون لفترات طويلة لوسائل الإعلام الرقمية يتأثرون بشكل أكبر مقارنة بمن يتعرضون لفترات بسيطة أو متوسطة، وهذه النتائج تؤكد أهمية الانتباه إلى مدة التعرض لوسائل الإعلام الرقمية وتأثيراتها المتعددة على طلاب المرحلة الثانوية.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة إلى أن زيادة مدة التعرض لوسائل الإعلام الرقمية قد تؤدي إلى تعميق تأثيرات هذه الوسائل على المراهقين، حيث تساهم الفترات الطويلة في تكوين أنماط سلوكية ومعرفية معينة، مما قد يؤدي إلى تعزيز التأثيرات النفسية والاجتماعية السلبية مثل القلق والعزلة. كما أن التعرض المستمر للمحتويات الرقمية يمكن أن يساهم في تشكيل هوية المراهقين وطريقة تفكيرهم، مما يزيد من تعرضهم للتأثيرات السلبية لهذه الوسائل، وبالتالي فإن المراقبة والحد من فترات استخدام وسائل الإعلام الرقمية قد تكون ضرورية لتقليل هذه التأثيرات السلبية وتحسين الصحة النفسية والاجتماعية للمراهقين.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة Mougharbel et al., (2024) التي أشارت إلى أن ٤٣.٧٪ من المشاركين في عينة الدراسة يعانون من مستويات متوسطة إلى شديدة من الأعراض النفسية بسبب استخدام وسائل الإعلام الرقمية لفترات طويلة. كما تتماشى مع دراسة Kesumaningsari et al., (2024)التي وجدت علاقة ارتباطية بين مؤشرات فرط الاستخدام والتأثيرات النفسية، حيث أوضحت أن الاستخدام المفرط يمكن أن يؤدي إلى أعراض القلق والاكتئاب، وتدعم هذه النتيجة أيضًا دراسة Khan & Burton (2022) التي أفادت بأن ٢٠٪ من المراهقين أظهروا مستويات مرتفعة من التوتر بسبب التعرض لوسائل الإعلام الرقمية، مما يعزز من فرضية أن الاستخدام المطول لها يرتبط بتأثيرات سلبية. علاوة على ذلك، تتفق هذه النتيجة مع دراسة Thorisdottir et al., (2024) التي دعت إلى مزيد من الأبحاث حول تأثيرات استخدام وسائل الإعلام الرقمية، مشددةً على أهمية مراعاة مدة التعرض ونوع وسائل الإعلام في تحديد التأثيرات النفسية. بالإضافة إلى ذلك، تشير دراسة Twenge (2021) إلى أن ٩٤.٦٪ من المراهقين المشاركين في الدراسة يتعرضون لفترات طويلة لوسائل الإعلام الرقمية، مما يعكس أن المراهقين هم الفئة الأكثر عرضة للتأثيرات النفسية الناجمة عن هذه

الاستخدامات. وتُظهر هذه النتائج بوضوح أن المراهقين الذين يستخدمون وسائل الإعلام الرقمية لفترات طويلة هم أكثر عرضة للتأثيرات النفسية والسلوكية السلبية.

توصيات تربوية

- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث المطولة لفحص دور النوع والسن والدعم الأبوي في التأثيرات النفسية للإعلام الرقمي على المراهقين، بالإضافة إلى البرامج الإرشادية للحد من التأثيرات النفسية للإعلام الرقمي على المراهقين.
- ضرورة تخطيط وتطبيق البرامج الإرشادية مع المراهقين ذوي التعرض المفرط لوسائل الإعلام الرقمية، وإجراء المزيد من البحوث حول التأثيرات السلبية والإيجابية لاستخدام الإعلام الرقمي بين المراهقين.
- إجراء المزيد من البحوث المطولة لتحديد العلاقة السببية بين استخدام وسائل الإعلام الرقمية ومواجهة الأعراض النفسية والتي يمكن الاستفادة منها في تحديد استراتيجيات التدخل الملائمة.
- إجراء المزيد من البحوث حول عوامل الخطورة والعوامل الوقائية من التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية على المراهقين.
- إجراء المزيد من البحوث مع تضمين العديد من العوامل المؤثرة على التأثيرات النفسية لوسائل الإعلام الرقمية على المراهقين مثل أساليب الأبوة والعلاقة بين الآباء والمراهقين، كما أوصت الدراسة المتخصصين في مجال الصحة النفسية والعقلية بتخطيط برامج التدخل للحد من التأثيرات النفسية لاستخدام وسائل الإعلام الرقمية على المراهقين.
- زيادة حملات التوعية من الأضرار الجانبية للإفراط في استخدام وسائل الإعلام الرقمية بين المراهقين وإرشاد المراهقين وأسرهم حول الاستخدام الآمن لوسائل الإعلام الرقمية.
- ضرورة توعية الأسرة بالتأثيرات السلبية للإفراط في استخدام وسائل الإعلام الرقمية وضرورة تخطيط برامج التدخل والبرامج الإرشادية لدعم المراهقين وأسرهم.
- ضرورة الاهتمام بالتوعية المجتمعية لأضرار الإفراط في التعرض لوسائل الإعلام الرقمية على الصحة النفسية والعقلية للمراهقين.
- إجراء المزيد من البحوث الكمية المطولة للتعرف على المشكلات النفسية المرتبطة بتعرض المراهقين لوسائل الإعلام الرقمية.
- ضرورة توعية الآباء والمراهقين حول التأثيرات النفسية المرتبطة بالتعرض المكثف لوسائل لإعلام الرقمي.

المـــراجـــــع

المـراجـع العـربيـــة:

حسن، ضياء يحى مسعد، إسماعيل، محمود حسن، والغزاوي، أمال حسن محمد. (٢٠٢٣). إعلانات النوافذ المنبثقة وعلاقتها بالاتجاهات الشرائية للمراهقين. مجلة دراسات الطفولة، مج٢٦، ملحق، ٢٨٥ – ٢٩٠.

جاد، سالي أحمد محمد حسن. (٢٠٢٠). التأثيرات النفسية والاجتماعية لوسائل الإعلام التقليدية والرقمية على الجمهور المصـري: دراسـة ميدانية مقارنة .المجلة العلمية لبحوث الإذاعة والتلفزيون، ع٢٠، ٦٧ – ١٥٥.

زقزوق، عبد الخالق إبراهيم عبد الخالق. (٢٠٢٢). التأثيرات النفســية والاجتماعية والســلوكية لظاهرة التنمر الإلكتروني بوسائل الإعلام الجديد على طلاب الإعلام التربوي في إطار نظرية الشـخص الثالث: دراسـة ميدانية. المجلة المصـرية لبحوث الرأي العام، مج٢١، ع٢، ٨٩ – ١٥٩.

الهلالي، الشـــريف. (٢٠٢٣). تحديات إدماج التربية الإعلامية في المنهاج التربوي المغربي. مجلة عطاء للدراسات والأبحاث، (٤)١١١-١٢٢.

أحمد، أسماء مصطفي عبد الرازق. (٢٠٢٣). مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي على الشباب وآليات مقترحة للحد منها منظور الممارســـة العامة للخدمة الاجتماعية .مجلة القاهرة للخدمة الأجتماعية، ع٣٨، ٤٤٠ -٤٩٤.

منصور، راللا أحمد محمد عبد الوهاب. (٢٠٢٠). تعرض الشباب الجامعي للصفحات الساخرة على مواقع التواصـل الاجتماعي وعلاقته بظاهرة التنمر الإلكتروني: دراسـة ميدانية في إطار نظرية تأثرية الشـخص الثالث .المجلة العربية لبحوث الإعلام والاتصـال، ع٢٨، ٣٠٤ -٣٧٦.

المـــراجـــع الأجنبيـــــة:

Alismaiel,O. (2023). Digital Media Used in Education: The Influence on Cyberbullying Behaviors among Youth Students. Res. Public Health , 1-19.

Cataldo, I., Lepri, B., Neoh, M. J. Y., & Esposito, G. (2021). Psychological effects of excessive use of digital media among adolescents. Frontiers in Psychiatry, 11, 508595.

D'Mello, L., & Monteiro, M. (2021). Digital Media–Psychological Effects on Adolescence. International Journal of Management, Technology, and Social Sciences, 20-25.

Gallagher, S. M. (2022). Digital media and their influence on teens' psychological aspects. (Master Thesis, Rowan University).

Kay, A. (2018). Erikson online: Identity and pseudospeciation in the internet age. Identity: An International Journal of Theory and Research, 18(4), 264- 273. https://doi.org/10.1080/15283488.2018.1523732

Kesumaningsari, N. P. A., Soen, C. C., Arisudana, M., Xiangjun, Z., & Zhenguo, J. (2024). Digital Media and Psychological Impacts among adolescents. In Proceedings of the 3rd International Conference on Psychology in Health, Educational, Social, and Organizational Settings (ICP-HESOS 2024) - Improving Mental Health and Harmony in Global Community, pages 554-563

Khan, A., & Burton, N. W. (2022). Perceived psychological impacts of using digital media among adolescents: An analysis. International journal of environmental research and public health, 18(16), 8877.

Lewis,M. (2022). Exploring adolescence as a key life history stage in bioarchaeology. Am J Biol Anthropol,179,519–534.

McCall, H. A. (2021). Digital Media Usage and Psychological Consequences on Adolescents: A study according to some Demographics (Master's thesis, Utah State University).

Mougharbel, F., & Goldfield, G. S. (2020). Psychological effects of adolescent girls usage of digital media in USA. Current obesity reports, 9, 493-511.

Mougharbel, F., Chaput, J. P., Sampasa - Kanyinga, H., Hamilton, H. A., Colman, I., Leatherdale, S. T., & Goldfield, G. S. (2024). Psychological impacts of digital media among adolescents: The moderating role of gender, age, and parental support. Frontiers in Public Health, 11, 1190390.

Reinecke, L. and Oliver, M.B., (2017). Media Use and Well-Being, Status Quo and Open Quetions. In Reinecke, L. and Oliver, M.B., ed. 2017. The Routledge Handbook of Media Use and Well-Being. New York: Taylor & Francis. Ch.1.

Sun, X. and Subrahanyam, K., (2017). Media Use and Youth Well-Being. In Reinecke, L. and Oliver, M.B., ed. 2017. The Routledge Handbook of Media Use and Well-Being. New York: Taylor & Francis. Ch. 28.

Thorisdottir, I. E., Sigurvinsdottir, R., Asgeirsdottir, B. B., Allegrante, J. P., & Sigfusdottir, I. D. (2024). Correlation between digital media use and among adolescents and its psychological impacts. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 22(8), 535-542.

Twenge, J. M. (2021). Psychological effects of digital media on teens: A societal study. Current Directions in Psychological Science, 28(4), 372-379.