وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت

*** أ/ سعد محمد سند المطيري**

مقدمة البحث: The Research Introduction

في ظل التطور الهائل في مجال المعلومات وتكنولوجيا الاتصال استطاعت التكنولوجيا إسقاط الحواجز والحدود بين الدول واحتلت الثورة المعلوماتية والتقنية الصدارة ومثلت نقلة نوعية في مجال التطور البشري وخاصة فى المجال الرياضى ، ومن انتاجات هذه الثورة الانترنت التي أصبحت عالماً لا مجال للالتفات عنه ، وأصبحنا أمام واقع يفرض نفسه على الجميع، وعلينا أن نعترف أن هناك وسائل متاحة تسهم فى توفر المعلومات عن الرياضة ومكوناتها وكيفية أداء تدريباتها بسهولة ويسر.

وظهرت في الاونة الاخيرة الكثير من وسائل التواصل الحديثة نتيجة الثورة التكنولوجية، والتي بدورها تقرب المسافات بين الافراد ومنها ، **شبكة الانترنت** Online وتطبيقاتها، مثل **السناب شات** ، **الفيس بوك**، و**تويتر**، و**اليوتيوب** ، و**مواقع الدرشة** و**الانترنت** وهى عبارة عن شبكة عالمية ضخمة تربط بين الملايين من أجهزة الحاسب الآلي الموجودة في مناطق مختلفة حول العالم. (مصطفى رضا عبد الوهاب وآخرون : 17-18)

وقد بدأت وسائل التواصل الاجتماعي في الظهور في منتصف التسعينيات حيث أنشئ موقع classmates.com ، عام 1995 للربط بين زملاء الدراسة ، وموقع SixDegrees.com عام 1997الذي ركز على الروابط المباشرة بين الأشخاص، وظهرت تلك المواقع الملفات الشخصية للمستخدمين وخدمة ارسال الرسائل الخاصة لمجموعة من الاصدقاء. (خالد، 2008 :5)

وأظهرت دراسة (**منصور، 2012**) إرتفاع عدد مستخدمي شبكات التواصل الإجتماعي الرئيسية علي شبكة الإنترنت (فيس بوك ، تويتر ، لينكد إن) ليسجل مؤخراً ما مجموعه ، 70.3 مليون مستخدم عربي ، وبحسب الدراسة ، أن أكثر من نصف أصحاب المرحلة السنية من عمر (12-17) لهم صفحات إلكترونية ، ومقاطع فيديو ، ومدونات إلكترونية ، ومواقع علي شبكات

* **رئيس قسم التربية البدنية بمدرسة مزعل هزاع الصلال الإبتدائية بنين، دولة الكويت.**

التواصل الإجتماعي ، خاصة بهم ، ويصل عدد الساعات التي يقضيها فئة عمر (12–17) أمام الأجهزة الإلكترونية ومواقع التواصل إلي ثماني ساعات في اليوم . (منصور 2012)

أهم وسائل التواصل الاجتماعي:

من الشبكات الاجتماعية الموجودة على الشبكة، ولا يدل هذا الاختيار على الأفضلية بقدر ما يشير إلى سعة الانتشار، والتداول، وخاصة على المستوى العربي، ومن بين تلك الشبكات ما يلي:

1. الفيس بوك:(Face book)

يعتبر موقع " الفيس بوك " واحدا من أهم مواقع التشبيك الاجتماعي، وهو لا يمثل منتدى اجتماعيا فقط، وإنما أصبح قاعدة تكنولوجية سهلة بإمكان أي شخص أن يفعل بواسطتها ما يشاء (صادق،21:2008)

ويتكون الموقع من مجموعة من الشبكات تتألف من أعضاء، وتصنف المجموعات على أساس الأقليم ومكان العمل والجامعة والمدرسة، وبإمكان المشترك الجديد أن يختار أحد تلك التصنيفات، ثم يبدأ بالتصفح واختيار مجموعة للاشتراك فيها . (الدليمي،2011 : 1)

2. تويتر:(Twitter)

هو موقع شبكات اجتماعية يقدم خدمة تدوين مصغّر، والتي تسمح لمستخدميه بإرسال تحديثات Tweets عن حالتهم بحد أقصى 140 حرف للرسالة الواحدة . (منصور 2012 :88)

3. جوجل أو جوجل بلس(Google, Google+)

هي شبكة اجتماعية، تم إنشاؤها بواسطة شركة (جوجل)،(جوجل بلس) .

4. المدونات:(Weblogs)

ظهرت المدونات في عام (1997) على يد (John Barger) إلا أنّ انتشارها على نطاق واسع لم يبدأ إلا بعد عام (1999) ، وهو موقع شخصي على شبكة الإنترنت، يدون فيه آرأه ومواقفه حول مسائل متنوعة . (عبد الرازق والساموك،2012 : 30)

5. سناب شات Snapchat :

"هو تطبيق تواصل اجتماعي لتسجيل وبث ومشاركة الرسائل المصورة وضعها إيفان شبيغل وبوبي ميرفي، ثم طلبة جامعة ستانفورد. عن طريق التطبيق، يمكن للمستخدمين التقاط

الصور، وتسجيل الفيديوهات، وإضافة نص ورسومات، وإرسالها إلى قائمة التحكم من المتلقين. ومن المعروف أن هذه الصور ومقاطع الفيديو المرسلة على أنها "لقطات ."

مشكلة البحث: Research problem

يتناول نموذج روز نجرين مجموعة العوامل التي تتشكل منها نظرية الاستخدامات والإشباعات الاجتماعية والبيولوجية والنفسية الموجودة لدي الإنسان حيث تتفاعل هذه الحاجات مع الإطار المجتمعي وخصائص الفرد ، وهنا يلجأ الفرد إلى الوسيلة الإعلامية التي يري في مضمونها حلا لمشكلاته واشباعاً لحاجاته . (جرار 2012 : 125)

وان مواقع التواصل الاجتماعي في ظل النظرية تقوم بدور الملبي لحاجات الجمهور النفسية والاجتماعية على أساس إن الحاجات تيسر استخدام الإعلام والحاجات تجعل الجمهور يفسر محتوي الإعلام بطريقة مختلفة .(الدليمي 2011 : 13)

وتتوفر بوسائل التواصل الإجتماعي كثير من الصفحات التى تحتوى على الوصف التفصيلي للمعلومات الرياضية وممارسة الرياضية وكيفية أداء التدريبات الرياضية ، فضلاً عن المحتوى التوضيحى لكيفية أداء التمارين الرياضية وتكراراتها ومدة إستمراريتها، والمعلومات حول الممارسات والعادات الصحية السليمة بطريقة سهلة تُمكن المستخدم من الإستفادة منها.

لذا إرتأى الباحث ضرورة التعرف على وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت .

هدف البحث: Research Objective

يهدف البحث إلى التعرف علي :

- وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت .

تساؤلات البحث: Research Question

- ما وسائل التواصل الإجتماعى ؟
- ما تأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت؟

مصطلحات البحث: Research Terms

التواصل اصطلاحاً:

للتواصل عدة تعريفات نختار منها "استمرار العلاقة المتينة بين طرفي العلاقة المشاركين فيها". (عصام سليمان موسي : 23)

ومنها "علاقة بين فردين على الأقل كل منهما يمثل ذات نشيطة". (محمود حسن إسماعيل:30)

ولذا يعتبر التواصل " بناء علاقة بين طرفين مما يحقق المنفعة المتبادلة بينهم".

اذن فوسائل التواصل الحديثة هي : تبادل المعلومات و الرسائل اللغوية وغير اللغوية سواء أكان هذا التبادل قصديا أم غير قصدي، بين الأفراد والجماعات .وبالتالي لا يقتصر التواصل على ما هو ذهني معرفي، بل يتعداه إلى ما هو وجداني و ما هو آلي، فهو بذلك تبادل للأفكار و الأحاسيس والرسائل التي قد تفهم و قد لا تفهم بنفس الطريقة من طرف كل الأفراد المتواجدين في و ضعية تواصلية.

وسائل التواصل الاجتماعي:

منظومة من الشبكات الإلكترونية، التي تسمح للمشترك فيها بإنشاء مواقع خاصة بهم، ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي الكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها، أو مع أصدقاء الجامعة أو الثانوية . (راضي , 2003 ,ص 23)

الدراسات المرتبطة:

أولاً: الدراسات المرتبطة العربية:

1- دراسة **شكري عبد الحميد حماد (2014م)** بعنوان" الوسائل التواصل الإجتماعي وأثرها علي المجتمع ، نظرة شرعية إجتماعية قانونية" ، الهدف من الدراسة : التعرف على الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة ومستوى طموحهم الرياضي ، توصلت الدراسة إلي توضيح المطلب الأول الضوابط العامة المتعلقة بوسائل التواصل الحديثة بين الجنسين ، والمطلب الثاني الضوابط الشرعية الخاصة بوسائل التواصل الحديثة مقسمة إلى عدة اعتبارات.

2- دراسة **أسامة غازي المدني (2014م)** بعنوان" دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل الرأي العام لدى طلبة الجامعات السعودية ، جامعة أم القرى نموذجاً" ، توصلت الدراسة إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المبحوثين على مقياس دور شبكات التواصل الاجتماعي فى تشكيل الرأي العام لدى الطاب تبعاً لاختلاف مستويات استخدام شبكات التواصل الاجتماعي المختلفة .

3- دراسة **رشا أديب محمد عوض (2014م)** بعنوان" آثار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التحصيل الدرارسي للأبناء في محافظة طولكرم من وجهة نظر ربات البيوت " ، توصلت الدراسة إلي إن لمواقع التواصل الاجتماعي تأثيراً سلبيا على التحصيل الدراسي للأبناء في محافظة طولكرم، وبخاصة في حالات ازدياد عدد ساعات الاستخدام ، إن لمواقع التواصل الاجتماعي تأثيراً ايجابيا على التحصيل الدراسي للأبناء في محافظة طولكرم، في حالة الاستخدام الإيجابي لهذه المواقع في خدمة العملية التعليمية، وتحت بصر أولياء الامور وتوجيههم.

4- دراسة **أحمد يونس محمد حمودة (2013م)** بعنوان" دور شبكات التواصل الاجتماعي في تنمية مشاركة الشباب الفلسطيني في القضايا المجتمعية" ، توصلت الدراسة إلي جميع المبحوثين يستخدمون الشبكات الاجتماعية إذ جاءت نسبة من يستخدمونها بشكل دائم بنسبة 69.1 % ، وبلغت الذين يستخدمونها أحياناً بنسبة 3.9 % ، كما أن المبحوثين يتابعون لقضايا المجتمعية على شبكات التواصل الاجتماعي بنسبة كبيرة بلغت 99.3 % ، إذ جاءت نسبة من أجابوا بنعم 82.3 % ، وأحياناً بنسبة 17.1% ، في حين أن 0.7 % أجابوا بعدم المتابعة .

5- دراسة **وسام طايل البشابشة (2013م)** بعنوان "دوافع استخدام طلبة الجامعات الأردنية لمواقع التواصل الاجتماعي واشباعاتها ، (فيس بوك وتويتر) ، دراسة على طلبة الجامعة الأردنية وجامعة البترا أنموذجاً " ، وأسفرت النتائج عن أنه كان دافع استخدام الطلبة لمواقع التواصل الاجتماعي بغرض التواصل مع الأقارب والأهل هو الأكبر بنسبة (89.174%) ، و تلاه دافع الترفية والتسلية بنسبة (87.038%) ومن بعد ذلك دافع الاستخدام لأغراض دراسية بنسبة وصلت إلى (79.80%) و ومن ثم دافع البحث عن أصدقاء الطفولة بنسبة بلغت (78.59%) .

6- دراسة **مريم نريمان نومار (2012م)** بعنوان "استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية وتأثيره في العلاقات الاجتماعية دراسة عينة من مستخدمي موقع الفايسبوك في الجزائر" وكانت أهم النتائج ، هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين استخدام الذكور والإناث، وتبين أيضا أن المبحوثين الأكبر سناً يتعاملون بنوع من الوعي عند استخدامهم لموقع" الفايسبوك"، كما أسفرت الدراسة أن استخدام هذا الموقع يؤثر في الاتصال الشخصي وجها لوجه، وفي تفاعل المستخدمين مع أسرهم وأقاربهم وأصدقائهم كما يؤدي إلي الانسحاب الملحوظ للفرد من التفاعل الاجتماعي.

ثانياً: الدراسات المرتبطة الأجنبية:

7- دراسة **Iordache, D. D. Lamanauskas, V. (2013)** هدفت الدراسة إلى استكشاف استخدام مواقع شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل المفاهيم السياسية والرأي العام لشباب الجامعات في رومانيا، وتم التوصل إلى النتائج التالية، أظهرت التحليلات أن أكثر شبكات التواصل الاجتماعي التي يحرص طاب الجامعات الرومانية على استخدامها هي الفيس بوك ثم اليوتيوب ، ظهرت علاقة ارتباط موجبة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والمشاركة السياسية وتوجيه الرأي العام الطلبةي نحو القضايا في رومانيا.

إجراءات البحث: Procedures of The Research

منهج البحث: The Research Methodology

اعتمدت هذه الدراسة في سبيل الوصول إلى أهدافها والإجابة على أسئلتها المنهج الوصفي الارتباطي ولم يقف المنهج الوصفي عند جمع المعلومات لوصف الظاهرة وإنما كما يشير يتعدى ذلك إلى توضيح العلاقة ومقدارها واستنتاج الأسباب الكامنة وراء سلوك معين من معطيات سابقة . والبحث المسحي الارتباطي هو الذي يسعى لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات المختلفة، حيث إن الباحث حاول معرفة وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت ، حيث طبق الباحث في دراسته االمنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته لطبيعة الدراسة .

مجتمع وعينة البحث: Research community & Sample

إشتمل مجتمع البحث على الشباب خريجى الجامعة بدولة الكويت ، وتم اختيار (347)

شاب وشابة فى المرحلة العمرية من 21–27 سنة ويمثلوا العينة الأساسية.

جدول (1)

توصيف مجتمع وعينة البحث

المجتمع	ع	النسبة المئوية
مجتمع الأصل	436	%100
مجتمع البحث	357	%48.1
العينة الأساسية	347	%45.8
العينة الاستطلاعية	10	%2.29

يوضح جدول رقم (1) توصيف مجتمع وعينة البحث

وسائل جمع البيانات:

- **استمارة الاستبيان إعداد الباحث:**

لتحقيق أهداف هذا البحث قام الباحث بإعداد أداة البحث ، وهى (إستبيان وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت) ، حيث تمت مراجعة الأدب المرتبط والدراسات المرتبطة المتعلقة بالموضوع، وبناء على ذلك تم بناء الإستبيان.

- **تحديد محاور استمارة الأستبيان:**

قام الباحث بالإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات المرتبطة فى مجال علم النفس الرياضي واستطلاع رأى الخبراء حيث قام الباحث بتحديد محورين وتم وضعهم في استمارة استطلاع رأى الخبراء حول هذه المحاور (مرفق 2) لتحديد محاور وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت ، والذى حدد له مقياس ثلاثى متدرج لتحديد درجة موافقة أفراد عينة هذا البحث على القيم المتوفرة، حيث كانت درجة تقدير الإستجابة (نعم، محايد، لا).

قام الباحث بعرض هذه المحاور على عدد (5) من السادة الخبراء المتخصصين في علم النفس الرياضي (مرفق 1) .

ويوضح جدول رقم (2) المتوسطات والإنحرافات المعيارية لدرجات آراء الخبراء حول محاور استبيان وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت.

جدول (2)

المتوسطات والإنحرافات المعيارية لدرجات آراء الخبراء حول محاور استبيان وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت

م	المحور	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعيارى	الترتيب
1	**وسائل التواصل الإجتماعى**	5.60	1,32	1
2	**تأثير وسائل التواصل الإجتماعى على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت**	5.57	1,32	2

يوضح جدول رقم (2) المتوسطات والإنحرافات المعيارية لدرجات آراء الخبراء حول محاور استبيان وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت.

جدول (3)

النسبة المئوية لآراء الخبراء فى كل عبارة من عبارات الإستبيان

(ن = 10)

رقم العبارة	المحور الاول		المحور الثاني		
	عدد الموافقين	النسبة المئوية	رقم العبارة	عدد الموافقين	النسبة المئوية
1	10	%100	5	8	%80
2	9	%90	6	8	%80
3	8	%80	7	9	%90
4	9	%90	8	10	%100
			9	10	%100
			10	9	%90
			11	8	%80
			12	8	%80
			13	9	%90
			14	9	%90
			15	8	%80
			16	9	%90
			17	8	%80
			19	10	%100

يوضح جدول رقم (3) نسبة آراء الخبراء في كل عبارة من عبارات استبيان (وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت) حيث يتضح نسبة آراء الخبراء الموافقين على وجود العبارة التي تتناسب والمحور .

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية خلال الفترة من يوم الخميس الموافق 2019/9/5م إلي يوم الخميس الموافق 2019/9/20م حيث أجري الباحث التطبيق لإيجاد الأتساق وقام بأجراء التطبيق الثانى لإيجاد الثبات بعد اعتبار تطبيق الأتساق الداخلى تطبيق أول للثبات بفاصل زمني قدره (15) يوماً بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى على عينة مكونه من (10) شاب وشابة وذلك لإيجاد المعاملات العلمية للإستبيان من صدق وثبات.

صدق الاتساق الداخلى:

يُقصد بصدق الإتساق الداخلى قوة الإرتباط بين درجات كل فقرة من فقرات الإستبيان والدرجة الكلية للمحور الى تنتمى إليه وكذلك إرتباط كل محور من محاور الإستبيان بالدرجة الكلية للإستبيان.

جدول (4)

معامل إرتباط عبارات كل محور والدرجة الكلية للمحور ن = 10

المحور الأول		المحور الثانى	
رقم العبارة	معامل الإرتباط	رقم العبارة	معامل الإرتباط
1	*0.689	5	*0.692
2	*0.401	6	*0.790
3	*0.566	7	*0.567
4	*0.472	8	*0.723
		9	*0.818
		10	*0.471
		11	*0.603
		12	*0.573
		13	*0.538
		14	*0.719
		15	*0.673
		16	*0.825
		17	*0.753
		19	*0.625

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.361.

يوضح جدول رقم (4) صدق الاتساق الداخلي لعبارات الاستبيان حيث يتضح وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجة كل عبارة ومجموع المحور المنتمية إليه العبارة كما يتضح أن قيم معاملات الارتباط تفوق حد الدلالة الإحصائية عند مستوى (0.05) وهذا يكون مؤشر لصدق بناء الاتساق الداخلي للاستبيان.

الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية لأخذ آراء عينة البحث في عبارات الإستبيان، ثم معالجتها إحصائياً في الفترة من السبت 2019/9/22م حتي الخميس 2019/10/7م.

المعالجة الإحصائية المستخدمة فى البحث:

لتحقيق أهداف البحث تم إستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة بإستخدام الحزمة الإحصائية SPSS.

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً :عرض نتائج تساؤل البحث الأول وتفسيرها ومناقشتها: وينص هذا التساؤل على مايلى :-

- ما وسائل التواصل الإجتماعى ؟ وللإجابة عن هذا التساؤل قام الباحث بتحليل إستجابات عينة البحث علي أسئلة الإستبيان.

1. ما وسائل التواصل الإجتماعي التي تقبل علي إستخدامها؟

جدول (5)

وسائل التواصل الإجتماعي التي تقبل علي إستخدامها

وسيلة	عينة البحث	
	ك	%
الفيس بوك:(Face book)	130	37,4
تويتر:(Twitter)	43	12,3
جوجل أو جوجل بلس	15	4,3
المدونات:(Weblogs)	12	3.4
سناب شات Snapchat	147	42.3
الإجمالي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن أكثر وسائل التواصل الإجتماعي إستخداماً جاءت بالترتيب التالي: سناب شات (Snapchat) بنسبة 42.4% الفيس بوك (Face book) بنسبة 65%، ثم موقع تويتر (Twitter) بنسبة 21.5% ، موقع جوجل أو جوجل بلس بنسبة 7.5% ، موقع المدونات (Weblogs) بنسبة 6 % من الإستخدام.

2. هل تستخدم وسائل التواصل الإجتماعي ؟

جدول(6)

مدي إستخدام وسائل التواصل الإجتماعي

مدي الإستخدام	عينة البحث	
	ك	%
نعم	320	92,2
لا	27	7.7
الإجمالـي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن نسبة إستخدام وسائل التواصل الإجتماعي من إجمإلى مفردات عينة الدراسة بلغت 92.2% ، وبلغت نسبة من لا يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي من إجمإلى مفردات عينة الدراسة 7.7%.

3. هل تستخدم وسائل التواصل الإجتماعي لمساعدتك علي ممارسة الرياضة؟

جدول(7)

مدي إستخدام وسائل التواصل الإجتماعي للمساعدة علي ممارسة الرياضة

مدي الإستخدام	عينة البحث	
	ك	%
نعم	306	88.18
لا	41	11.82
الإجمالـي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي للمساعدة علي ممارسة الرياضة من إجمإلى مفردات عينة الدراسة بلغت 88.18% ، بينما بلغت

نسبة من لا يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي للمساعدة علي ممارسة الرياضة مطلقاً من إجمإلى مفردات عينة الدراسة بلغت 11.82%.

4. ما معدل استخدامك لها ؟

جدول(8)

معدل إستخدام عينة البحث لوسائل التواصل الإجتماعي

معدل الإستخدام	عينة البحث	
	ك	%
مـرة واحـدة يومياً	327	94.3
مـرتان في الأسبوع	13	3.7
ثلاث مرات في الأسبوع	7	2
الإجمالـي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي مرة واحدة يومياً بلغت 94.3% من إجمإلى مفردات من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي من إجمإلى عينة الدراسة ، وجاءت نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي بمعدل مرتان في الأسبوع 3.7% من إجمإلى عينة الدراسة ، بينما جاءت نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي ثلاث مرات في الأسبوع 2% من إجمإلى عينة الدراسة .

5. في أي الأوقات تستخدم وسائل التواصل الإجتماعي ؟ (يمكنك اختيار أكثر من بديل):

جدول(9)

أوقات إستخدام وسائل التواصل الإجتماعي

وقت الإستخدام	عينة البحث	
	ك	%
بداية اليوم	257	74.06
نهاية اليوم	54	15.56
في منتصف اليوم	23	6.65
في وقت الفراغ	13	3.74
الإجمالـي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي في بداية اليوم الدراسي بلغت 74.06% من إجمالى مفردات من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي من إجمالى عينة الدراسة ، وجاءت نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي بمعدل نهاية اليوم 15.56% من إجمالى عينة الدراسة ، بينما جاءت نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي في منتصف اليوم 6.65 ، بينما جاءت نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي في وقت الفراغ 3.74% من إجمالى عينة الدراسة .

6. ما الفترة الزمنية التي تستغرقها في إستخدامك وسائل التواصل الإجتماعي ؟

جدول(10)

أوقات إستخدام وسائل التواصل الإجتماعي

وقت الإستخدام	عينة البحث	
	ك	%
أقل من ساعة	38	10.9
ساعة	23	6.62
ساعتين	36	10.03
ثلاث ساعات	245	70.60
أكثر من ثلاث ساعات	5	1.40
الإجمالي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن نسبة وقت من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي لأقل من ساعة يومياً بلغت 10.9% من إجمالى عينة الدراسة ، وجاءت نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي مدة ساعة يوميا 6.62% من إجمالى عينة الدراسة ، بينما جاءت نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي لمدة ساعتين يوميا 10.03% من إجمالى عينة الدراسة ، وبلغت نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي لمدة ثلاث ساعات 70.60% من إجمالى عينة الدراسة، وبلغت نسبة من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي لمدة أكثر من ثلاث ساعات 1.40% من إجمالى عينة الدراسة.

7. ما مجالات استخدامك لوسائل التواصل الإجتماعي؟

جدول(11)

مجالات استخدامك لوسائل التواصل الإجتماعي

معدل الإستخدام	عينة البحث	
	ك	%
مواقع تعليمية	239	68.87
مواقع ترفيهية	53	15.20
مواقع ثقافية	55	15.85
الإجمالـي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن نسبة من يستخدم المواقع التعليمية بلغت 68.87% من إجمإلى من يستخدم وسائل التواصل الإجتماعي من عينة الدراسة ، وجاءت نسبة من يستخدم المواقع الترفيهية 15.20 % من إجمإلى عينة الدراسة ، بينما جاءت نسبة من يستخدم المواقع الثقافية ثلاث 15.58% من إجمإلى عينة الدراسة .

8. ما أسباب استخدامك لوسائل التواصل الإجتماعي ؟

جدول(12)

أسباب إستخدامك لوسائل التواصل الإجتماعي

معدل الإستخدام	عينة البحث	
	ك	%
تساعد في الحصول على المعلومات الرياضية التي أحتاجها	45	12.96
توفر لي كثيراً من الوقت والجهد للبحث عن التدريبات الرياضية	15	4.32
تفيدني في معرفة طرق التدريبات الرياضية	22	6.34
تساعدني في إكتساب عادات صحية وسلوكيات رياضية سليمة	223	64.26
تزودني بخبرات حديثة في الأداء الرياضي	11	3.17
استخدامها غير مكلف وفي متناول الجميع	10	2.88
تحقق مزيداً من الإثارة والتشويق لديَ عند الإستخدام	13	3.74
تطور من المستوى البدني لديَ	8	2.30
الإجمالـي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن أسباب إستخدام عينة البحث لوسائل التواصل الإجتماعي كان أكثرها "تساعدني في إكتساب عادات صحية وسلوكيات رياضية سليمة" ، بنسبة (64.26%) ، و "تساعد في الحصول على المعلومات الرياضية التي أحتاجها" ، بنسبة (12.96%) ، يليها "تفيدني في معرفة طرق التدريبات الرياضية" ، بنسبة (6.43%) ، ثم "توفر لي كثيراً من الوقت والجهد للبحث عن التدريبات الرياضية" ، بنسبة (4.32%) ، و "تحقق مزيداً من الإثارة والتشويق لديَ عند الإستخدام" ، بنسبة (3.74%) ، و "تزودني بخبرات حديثة في الأداء الرياضي" ، بنسبة (3.17%) ، ثم "إستخدامها غير مكلف وفي متناول الجميع" ، بنسبة (2.88%) ، وأخيراً "تطور من المستوي البدني لديَ" ، بنسبة (2.30%) .

9. يؤدي استخدامك لمواقع التواصل الإجتماعي إلى تحقيق الإشباعات التالية:

جدول(13)

إشباعات استخدام مواقع التواصل الإجتماعي

إشباعات الإستخدام	عينة البحث	
	ك	%
شغل وقت الفراغ والتخلص من الملل	13	3.74
تحسين مستوى الأداء البدني	8	2.30
تكوين الخبرات اللازمة لممارسة التدريب البدنية المفيدة	207	59.65
التعلُّم والتدريب على كثير من التدريبات البدنية	40	11.52
التعرف علي عادات صحية سليمة	39	11.23
جمع المعلومات عن الممارسات الرياضية الصحية	10	2.88
الحصول على معلومات غذائية سليمة	9	2.59
الشعور بالسعادة	11	3.17
الإجمالـي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي يؤدي الي تحقيق الإشباعات التالية : " تكوين الخبرات اللازمة لممارسة التدريب البدنية المفيدة" ، بنسبة (59.65%) ، يليها " التعلُّم والتدريب على كثير من التدريبات البدنية" بنسبة (11.52%) ، ويليها " التعرف علي عادات صحية سليمة" (11.23.5%) ، ثم " شغل وقت الفراغ والتخلص من الملل" بنسبة (3.74%) ، ثم " الشعور بالسعادة" بنسبة (3.17%) ، يليها " جمع المعلومات عن

الممارسات الرياضية الصحية" بنسبة (2.88%) ، ثم " تحسين مستوى المعارف الرياضية" بنسبة (2.88%) ، ثم "الحصول على معلومات غذائية سليمة" بنسبة (2.59%) ، وأخيراً " تحسين مستوى الأداء البدني" بنسبة (2.30%) .

10. ما الموضوعات التي تقبل على تصفحها بوسائل التواصل الإجتماعي؟

جدول(14)

الموضوعات التي تقبل على تصفحها بوسائل التواصل الإجتماعي

الموضوع	عينة البحث	
	ك	%
1- الموضوعات الإخبارية.	12	3.45
2- الأغاني .	35	10.08
3- الموضوعات المتصلة بتوضيح السلوكيات الصحية	43	12.39
4- الموضوعات الترفيهية	17	4.89
5- الموضوعات الرياضية	222	63.97
6- الموضوعات العلمية	17	4.89
الإجمالي	347	100

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن أكثر الموضوعات التي تقبل علي تصفحها عينة البحث بوسائل التواصل الإجتماعي جاءت بالترتيب التالي: الموضوعات الرياضية بنسبة 63.97%، ثم الموضوعات المتصلة بتوضيح السلوكيات الصحية بنسبة 12.39% ، ثم الأغاني بنسبة 10.08 % ، ثم الموضوعات الترفيهية، و الموضوعات العلمية بنسبة 4.89 %، ثم جاءت في المرتبة الأخيرة الموضوعات الإخبارية بنسبة 3.45% .

الإجابة على تساؤل البحث الثاني: وسائل التواصل الإجتماعى وتأثيرها على المجتمع لممارسة الرياضة كأسلوب حياة صحى بدولة الكويت :

- **يؤدي إستخدامك لوسائل التواصل الإجتماعي إلي التأثير علي السلوكيات االتالية:**

م	السلوكيات	عينة البحث	
		ك	%
1	إكتساب سلوكيات تتعلق بحب ممارسة الرياضة كإسلوب حياة	187	95
2	إكتساب سلوكيات تتعلق بتقدير أهمية ممارسة الرياضة	123	61.5
3	إكتساب سلوكيات تتعلق بعادات صحية سليمة	156	78

4	إكتساب سلوكيات تتعلق بالإقتداء بنماذج رياضية ناجحة	111	55.5
5	إكتساب سلوكيات تتعلق اللياقة البدنية	173	86.5
6	إكتساب سلوكيات تتعلق مشاركة الزملاء الممارسين للرياضة	143	71.5
7	إكتساب سلوكيات تتعلق بالتغذية السليمة	179	89.5
8	إكتساب سلوكيات تتعلق بحسن إستغلال وقت الفراغ	183	91.5
9	إكتساب سلوكيات تتعلق بحب الأداء البدني بصفة يومية	162	81
10	إكتساب سلوكيات تتعلق بالمحافظة علي الصحة العامة	171	85.5
11	إكتساب سلوكيات تتعلق بالحفاظ علي صورة الجسم السليمة	190	93.5
12	إكتساب سلوكيات تتعلق بحب المشاركة في المناسبات الرياضية مع الآخرين.	113	56.5
13	إكتساب سلوكيات تتعلق بالعادات الرياضية السليمة	90	45
14	إكتساب سلوكيات تتعلق بالمحافظة علي وزن الجسم	139	69.5

تشير النتائج التفصيلية للجدول السابق أن أكثر السلوكيات التي يمكن أن تسهم وسائل التواصل الإجتماعي في إكتسابها هي علي التوالي: "إكتساب سلوكيات تتعلق بحب الممارسة كإسلوب حياة" ، وقد جاءت بنسبة 95% ، ثم "إكتساب سلوكيات تتعلق بتقدير أهمية ممارسة الرياضة" بنسبة 93.5%، وأقلها "إكتساب سلوكيات تتعلق بالعادات الرياضية السليمة" ، وبنسبة 45%.

النتائج :

توصل الباحث من خلال تحليل آراء عينة البحث من الطلبة والطالبات حول وسائل التواصل الإجتماعي وتأثيرها علي المجتمع لممارسة الرياضة كإسلوب حياة :

- أن أكثر وسائل التواصل الإجتماعي إستخداماً جاءت بالترتيب التالي: السناب **شات(snapchat)**، **الفيس بوك (Face book)** ، ثم **موقع تويتر(Twitter)** ، ثم موقع **جوجل أو جوجل بلس** ، وأخيراً موقع **المدونات (Weblogs)** .
- أن أكثر السلوكيات التي يمكن أن تسهم وسائل التواصل الإجتماعي في إكتسابها هي علي التوالي: "إكتساب سلوكيات تتعلق بحب الممارسة كإسلوب حياة" ، ثم "إكتساب سلوكيات تتعلق بتقدير أهمية ممارسة الرياضة" ، وأقلها "إكتساب سلوكيات تتعلق بالعادات الرياضية السليمة".

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث يوصى مايلي:

- ضرورة إستفادة المجتمع الكويتى وخاصة الشباب من وسائل التواصل الإجتماعى.
- ضرورة إستخدام وسائل التواصل الإجتماعى التي تسهم في إكتساب سلوكيات رياضية مفيدة ومتعددة.

المراجـــــع

أولاً: المراجع العربية:

1. **أحمد يونس محمد حمودة (20134م)** : دور شبكات التواصل الاجتماعي في تنمية مشاركة الشباب الفلسطيني في القضايا المجتمعية ، رسالة ماجستير ، قسم البحوث والدراسات الإعلامية ، كلية الإعلام ، جامعة القاهرة ، مصر.
2. **أسامة غازي المدني (2014م)** : دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل الرأي العام لدى طلبة الجامعات السعودية ، جامعة أم القرى نموذجاً ، قسم الإعلام كلية العلوم الإجتماعية ، جامعة أم القري ، السعودية.
3. **انتصار عبد الرازق، صفد الساموك (2012م)** : الإعلام الجديد تطور الْداء والوسيلة والوظيفة.
4. **الدليمي، عبد الرزاق محمد (2011م)** : الإعلام الجديد والصحافة الإلكترونية، دار وائل للنشر، الأردن.
5. **راضي زاهر (2003م)** : استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في العالم العربي، مجلة التربية، عدد 15 ، جامعة عمان الأهلية، عمان .
6. **رشا أديب محمد عوض (2014م)** : آثار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التحصيل الدرارسي للأبناء في محافظة طولكرم من وجهة نظر ربات البيوت ، بحث للحصول علي درجة البكالوريوس ، كلية التنمية الإجتماعية

والأسرية ، تخصص خدمة إجتماعية ، جامعة القدس المفتوحة ، فلسطين .

7. **شكري عبد الحميد حماد (2014م)** : الوسائل التواصل الإجتماعي وأثرها علي المجتمع ، نظرة شرعية إجتماعية قانونية ، المؤتمر العلمي الدولي السني الرابع لكلية الشريعة ، جامعة النجاح الوطنية فلسطين .

8. **عباس مصطفى صادق (2008م)** : الإعام الجديد المفاهيم والوسائل والتطبيقات، مكتبة الشروق، القاهرة.

9. **عبد الرازق الدليمي (2011م)** : والإعلام الجديد والصحافة الإلكترونية ، دار وائل للنشر، عمان ، الأردن.

10. **عبد الله منصور (2012م)** : تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على جمهور المتلقين، دراسة مقارنة للمواقع الاجتماعية والمواقع الإلكترونية" العربية أنموذجاً"، رسالة ماجستير في الإعلام والاتصال مجلس كلية الآداب والتربية، الأكاديمية العربية في الدانمارك.

11. **عصام سليمان موسى (1994م)** : المدخل في الاتصال الجماهيري، منشورات الوطن، الخليل.

12. **ليلى أحمد جرار (2012م)** : الفيسبوك والشباب العربي ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، الكويت الإمارات العربية المتحدة ، جمهورية مصر العربية ، المملكة الأردنية الهاشمية.

13. **محمود حسن إسماعيل (2003م)** : مبادىء علم الاتصال ونظريات التأثير ، الدار العالمية.

14. **مريم نريمان نومار (2012م)** : استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية وتأثيره في العلاقات الاجتماعية دراسة عينة من مستخدمي موقع الفايسبوك في الجزائر ، رسالة ماجستير ، في علنوم الإعلام والإتصال تخصص الإعلام وتكنولوجيا الإتصال الحديثة ، جامعة النجاح

لخضر ، باتنة ، الجزائر.

15. **مصطفى رضا عبد الوهاب وآخرون (د.س)** : الانترنت طريق المعلومات السريع، دط ، مطابع المكتب المصري الحديث.

16. **هبة محمد خالد (2008م)** : مواقع الشبكات الاجتماعية، ما هي؟ منتديات اليسار للمكتبات وتقنية المعلومات.

ثانياً: المراجع الإنجليزية:

17. **Iordache, D. D. Lamanauskas, V. (2013)** : "Exploring the Usage of Social Networking Websites: Perceptions and Public Opinions of Romanian University Students". Informatica Economică; 17 (4).