البحث الثامن :

استخدام شبكات التواصل الاجتماعيِّ وعلاقته بالمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِّينَ

إعداد :

أ. أميرة موهف دعاج العتيبي
معيدة بقسم علم النفس بكلية العلوم والدراسات الإنسانية
جامعة شقراء بالمملكة العربية السعودية
د. وفاء محمود نصار عبدالرازق
أستاذ علم النفس المشارك بكلية التربية
جامعة المللك سعود بالمملكة العربية السعودية

استخدام شبكات التواصل الاجتماعيِّ وعلاقته بالمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِينَ

أ. أميرة موهف دعاج العتيبي
معيدة بقسم علم النفس بكلية العلوم والدراسات الإنسانية جامعة شقراء
د. وفاء محمود نصار عبدالرازق
أستاذ علم النفس المشارك بكلية التربية جامعة الملك سعود

• **المستخلص**:
هدفت الدراسة إلى التَّعرُّف على علاقة استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ بالمهارات الاجتماعيَّة لدى المسنينَ، والتعرف على أكثر شبكات التواصل الاجتماعي استخداماً لدى المسنين، وتسعى كذلك الدراسة للكشف عن العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِّينَ، وتهدف كذلك للتَّعرُّف على إمكانية التنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ. واعتمدت الدراسة الحالية استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٤) مسن من الذكور والإناث من مُستخدمي شبكات التواصل الاجتماعيّ في مدينة الرياض؛ وتم تطبيق مقياس استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ ومقياس المهارات الاجتماعيَّة. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن أكثر شبكات التواصل الاجتماعيّ استخداماً من قِبل المسنينَ تتمثَّل في: الواتس آب بنسبة (٩١.١٪)، يليه تويتر بنسبة (٤٩.٠٪)، وبالمرتبة الثالثة يأتي سناب شات بنسبة (٤١.٦٪)، يليه يوتيوب بنسبة (٢٦.٢٪)، في حين يأتي سكايب بوصفه أقل التطبيقات استخداماً بنسبة (١.٥٪). كما أظهرت النتائج أن هناك علاقة طردية (إيجابية) ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥)، بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعيَّة وأبعاده الفرعية المتمثّلة في: (التعاون - التفاعل الاجتماعيّ – التخاطب (التواصل) – حلّ المشكلات – التفاعل الإيجابي مع النقد) لدى المسنينَ. كما أظهرت النتائج أن هناك إمكانية للتنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ بنسبة تأثير بلغت (٢٥.٠٪).

الكلمات المفتاحية: علاقة، شبكات التواصل الاجتماعي، المهارات الاجتماعية، المسنين.

Using Social Networks and its Relation to Social Skills among the Elderlies

Amirah Mohaf Daaj Al-Otaibi & D. Wafa Mahmoud Nassar Abdel Razek

Abstract:
This study aimed in general at identifying the relationship of using social networks with social skills in the elderly, The study also seeks to uncover the relationship between the use of social networks and the social skills of the elderly. It also aims to recognize the predictability of older people's social skills through their use of social networks. To achieve the objectives of the study, the researcher used the relational descriptive approach. The study sample was (404) elderlies users of social networks from Riyadh, who were chosen by the intentional sample method. In order to achieve the objectives of the study, the researcher applied the Social Network Utilization Measure and

the Social Skills Measure.The study resulted in: The social media networks that are most used by the elderly are: WhatsApp (91.1%), followed by Twitter (49.0%), and Snapchat comes in third place (41.6%), followed by YouTube by (26.2%), while Skype is the least used applications by (1.5%), and the results also showed that there is a positive statistically significant relationship at the level of (0.05) between the use of social networks and the total degree of social skills scale and its sub-component dimensions represented in (cooperation - social interaction - communication - problem solving - positive interaction with criticism) among the elderly. The results also showed that the relationship between the use of social networks and social skills among the elderly varies according to the gender variable, in favor of males with a correlation coefficient (0.560) versus (0.412) for females, while this relationship does not differ according to the variable (age - level Educational - the number of hours of daily use), and the results also showed that there is a possibility to predict the social skills of the elderly through their use of social networks with an impact rate of (25.0%).

Key words: relationship, social media networks, social skills, the elderly.

- **مقدمة الدراسة**:

تعد المهارات الاجتماعيَّة أحد مفاهيم علم نفس النمو المهمة، التي حظيت باهتمام بالغ من قِبل علماء النفس، وذلك لكونها من العناصر المهمة التي تُحدّد طبيعة التفاعلات اليومية للفرد من المحيطين به في السياقات المختلفة، وتُعدّ في حالة اتصافها بالكفاءة من ركائز التوافق النفسي على المستويين الشخصي والاجتماعي؛ فهي تُمكّن الفرد من إقامة علاقات وثيقة مع المحيطين به والحفاظ عليهم (أحمد، ٢٠١٩).

والملاحظ عند المسنين أنهم يعانون من عجز وقصور واضح في المهارات الاجتماعيَّة؛ إذ تتقلّص علاقاتهم الاجتماعيَّة وتقتصر على الأصدقاء القدامى الذين يعيشون قريبين منهم؛ لأنه من الصعب على المسن أن يسعى إلى زيارة الأصدقاء الذين يقطنون بعيدًا عنه؛ نظرًا لضعفه وعدم قدرته على الوصول إليهم، أما الأبناء والبنات فقد تزوّجوا وتركوا الأسرة. وفي مجال العمل، فإن انقطاعه عن العمل قد قطع صلته بزملائه، وأصبح يعاني من الفراغ؛ حيث لا يدري كيف يقضي وقت فراغه (إبراهيم، ٢٠١٣).

ويُلاحظ في الآونة الأخيرة أن استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ أصبح جزءًا لا يتجزّأ من حياة الكثيرين من المسنين، وصار يُمثّل لهم بديلًا عن إقامة العلاقات الاجتماعيَّة الحقيقية، فهي تُقدّم فرصًا جديدة للكثيرين منهم، خصوصًا الذين يعيشون بمفردهم، وبعيدًا عن عائلاتهم للبقاء على اتصال فيما بينهم، وتبادل الصور، وتكوين أصدقاء جدد، وإعادة الاتصال مع الأصدقاء القدامى (إبراهيم، ٢٠١٣).

وتُبيّن المؤشرات أن المملكة العربية السعودية تأتي في المركز السابع ضمن أكثر دول العالم استخداماً لشبكات التواصل الاجتماعيّ؛ إذ يستخدم أكثر من (٧٥٪) من سكان المملكة هذه الشبكات، بما يُقدّر بـ(٢٥) مليون شخص تقريبًا، كما أن الإحصاءات الأخيرة تُشير إلى أن السعودية هي الدولة الأولى عالميًّا في معدلات ارتفاع استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ سنويًّا بنسبة (٣٢٪)، في مقابل أن المعدل العالمي (١٣٪) فقط (وكالة الأنباء السعودية واس، ٢٠١٨).

وترى الباحثتان أن استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ أصبح ضرورة ولا غنى عنها في تعاملاتنا اليومية في المجتمعات الحالية؛ لأن الاستخدام الواعي لها بإمكانه تدعيم المهارات الاجتماعيَّة وتفعيلها وتوسيعها، والحفاظ عليها لاسيما عند المسنين.

وبناءً على هذا، فإن الباحثتان من خلال دراستهما الحالية سوف يلقيا الضوء على استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ وعلاقته بالمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِّينَ.

- **مشكلة الدراسة**:

يواجه المسنّ في مرحلة الشيخوخة العديد من التحديات والتغيّرات: الصحية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية والمهنية؛ وقد أظهرت دراسة العاسمي (٢٠٠٩) أن المُسنّ يشعر بالأسى الناتج عن عدم الرضا بالعلاقات الاجتماعيَّة، كما أوضحت أن الافتقار إلى الآخرين هو نقطة البداية للإصابة ببعض الاضطرابات. ويرجع لودر، غوسينس، شولت و إنجيلز (Lodder, Goossens, Scholt & Engels, 2016) أن الشعور بالوحدة النفسية يؤدي إلى نقص المهارات الاجتماعيَّة لدى الأفراد.

فالمهارات الاجتماعيَّة تمثّل إحدى ركائز التوافق النفسي على المستويين الشخصي والمجتمعي، من منطلق أن إقامة علاقات ودية من بين المؤشرات المهمة للكفاءة في العلاقات الشخصية (يوسف،٢٠١٢)، فالفرد يحيا في كَنَف شبكة من العلاقات الاجتماعيَّة؛ وبالتالي فإن نمو هذه المهارات أمر حتمي؛ بغية تكوين علاقات شخصية ناجحة ودائمة معهم (طه، ٢٠١٩).

وترى الباحثتان أنه مع انتقال المجتمعات من البساطة إلى التعقيد؛ فتغيّر الكثير من عادات الأسر السعودية المتعارف عليها، ففي الماضي القريب كان المسنّ يعيش وسط أسرته، ويحظى بكثير من الرعاية والاهتمام؛ أما الآن فإن انشغال الجميع – وعلى وجه الخصوص في المدن – أدّى إلى إهمال المسنين. وقد أظهرت دراسة القضاة والصبحيين وزيادة (٢٠١٥)، أن الشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعيَّة، وعدم وجود المسنّ داخل أسرته، والآثار الاجتماعيَّة بعد التقاعد؛ كلها مشكلات اجتماعية تؤثر في تكيّف المسنّ وتوافقه الاجتماعيّ. كما أكّدت دراسة براز، بريت

و بريت (Braz, Prette & Prette, 2011) أن المُسنِّينَ بشكل عام لديهم عجز كبير في ذخيرة مهاراتهم الاجتماعيَّة، التي قد تضعف علاقاتهم داخل سياق الأسرة وخارجها.

ويمكن لشبكات التواصل الاجتماعيّ أن تساعد المُسنِّينَ على التفاعل مع أسرهم وأصدقائهم، وأن تبقيهم على إطلاع دائم على القضايا والأحداث اليومية، كما يمكن أن تُساعدهم على مكافحة الوحدة والعزلة الاجتماعيَّة (De Souza et al., 2019)

وتعدّ شبكات التواصل الاجتماعيّ أحدث منتجات تكنولوجيا الاتصالات وأكثرها شعبية على صفحات الويب، وامتدّ استخدامها ليشمل مختلف الأنشطة الاجتماعيَّة عبر تبادل المعلومات السياسية والثقافية والاقتصادية.. وغيرها، كما أنها أصبحت اليوم من المؤسسات المهمة التي تقوم بدور مهم في تربية النشء وإكسابهم عادات وسلوكيات صحيحة، وأداة مهمة من أدوات التغيير الاجتماعيّ التي تؤثر في سلوكهم وقيمهم وأنماط شخصياتهم (العريشي والدوسري، ٢٠١٥).

ويمكن أن تكون العلاقات الاجتماعيَّة الافتراضية عبر شبكات التواصل الاجتماعيّ فرصة لتنشيط العلاقات الاجتماعيَّة الواقعية، حيث تُستخدم شبكات التواصل الاجتماعيّ لتوسيع شبكة العلاقات الاجتماعيَّة للأفراد، والقضاء على العزلة، وذلك بالبقاء في تواصل دائم مع أفراد العائلة والأصدقاء، كما تساعد على التواصل الاجتماعيّ الطبيعي خارجه؛ لأنه يُقلّل من مستوى الخجل والانطواء لدى مستخدميها (علي، ٢٠١٩).

ومن خلال مسح الباحثتين للأدبيات؛ تبيّن لهما أن الوطن العربي لم يُعطِ اهتمامًا كافيًا للأبحاث والدراسات التي تبحث في المهارات الاجتماعيَّة لدى المسنين، بعكس وجود الكثير من الدراسات التي تناولت المهارات الاجتماعيَّة لدى الفئات العمرية الأخرى. كما أن الباحثتين لم تعثرا على أي دراسة تناولت استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ وعلاقته بالمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِّينَ. وفي هذا البحث تسعى الباحثتان للتعرف على استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى المسنين في مدينة الرياض، ومن هنا يمكن تحديد مشكلة الدراسة بالتساؤل الرئيس التالي: "ما طبيعة العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بالمهارات الاجتماعية لدى المسنين بمدينة الرياض؟"

ويتفرع من هذا التساؤل الرئيس التساؤلات الفرعية التالية:

- ما شبكات التواصل الاجتماعي الأكثر استخداما لدى المسنين بمدينة الرياض؟

- هل توجد علاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِّينَ؟
- هل يمكن التنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ؟

• **أهداف الدراسة**:

تسعى الدراسة الحالية إلى التَّعرُّف على شبكات التواصل الاجتماعيّ الأكثر استخدامًا لدى المسنِّينَ بمدينة الرياض؛ والكشف عن العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِّينَ؛ والتَّعرُّف على إمكانية التنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ.

• **أهمية الدراسة**:

• أ) **الأهمية النظرية**:

- تزويد المكتبة العربية بالأطر النظرية المُتعلِّقة بمُتغيّرات الدراسة؛ حيث إن الدراسة تهتم باستخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ وعلاقته بالمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِّينَ.
- إلقاء الضوء على التأثير الإيجابي لشبكات التواصل الاجتماعيّ في المهارات الاجتماعيَّة لدى المسنِّينَ.
- إلقاء الضوء على مرحلة عمرية مهمة (المُسنِّينَ)، التي لم تحظ إلا بكم محدود من الدراسات مقارنة بالمراحل العمرية الأخرى.
- تعدُّ الدراسة الحالية من الدراسات القلائل التي تناولت علاقة استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ بالمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِّينَ، في حدود علم الباحثتين.

• ب) **الأهمية التطبيقية**:

- تعدد المستفيدين من نتائج هذه الدراسة، سواء كانوا المُسنِّينَ أنفسهم، أو ممن يتولّون رعايتهم من أفراد أسرتهم.
- يمكن أن تُسهم نتائج هذه الدراسة في إعداد البرامج الإرشادية التي يمكن أن تفيد المسنِّينَ فيما يتعلق بمهاراتهم الاجتماعيَّة.
- توظيف الجوانب الإيجابية لفائدة المسنِّينَ من استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ، والتصدي للعوامل السلبية الناجمة عنها.
- استثارة الباحثين لإجراء دراسات على فئة المسنِّينَ باستخدام مُتغيّرات بحثية أخرى.

• **مصطلحات الدراسة**:

تشتمل الدراسة على المصطلحات الأساسية التالية:

١- **شبكات التواصل الاجتماعيّ** Social Networks:

وتُعرِّف الباحثتان شبكات التواصل الاجتماعيّ إجرائيًّا بأنها: مجموع الدرجات التي يحصل عليها المُسنُّونَ على مقياس استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ لدى المُسنِّينَ حيث يعد مقياس أحادي البعد والذي يقيس استخدام المسنين لشبكات التواصل الاجتماعي والتي تم تحديدها في (تويتر، فيس بوك، يوتيوب، واتس آب، سناب شات، تيليجرام، سكايبي، لينكد إن).

٢- **المهارات الاجتماعيَّة** Social Skills:

وتُعرِّفها الباحثتان إجرائيًّا بأنها: مجموع الدرجات التي يحصل عليها المُسنُّونَ على مقياس المهارات الاجتماعيَّة المستخدم في الدراسة، والمتكون من خمسة أبعاد وهي:(التعاون، والتفاعل الاجتماعيّ، والتخاطب "التواصل"، وحل المشكلات، والتفاعل الإيجابي مع النقد).

٣- **المُسنِّونَ** Elderlies:

وتُعرِّف الباحثتان المسن إجرائيًّا بأنه: الشخص الذي يتراوح عمره بين (٦٠ – ٧٩) عامًا، ممن يستخدم شبكات التواصل الاجتماعيّ، ومن المقيمين في مدينة الرياض.

- **الإطار النظري للبحث**:
- **أولًا: استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ**
- **مفهوم شبكات التواصل الاجتماعيّ**:

قدّمت تعاريف عديدة لمواقع شبكات التواصل الاجتماعيّ، منها تعريف بويد وأيلسون (Boyd& Ellison, 2007: p. 213) بأنها: خدمات قائمة على الويب، تسمح للأفراد بإنشاء ملفات شخصية عامة أو شبه عامة ضمن نظام محدد، كما يمكنهم من وضع قائمة لمن يرغبون في مشاركتهم الاتصال ورؤية قوائمهم أيضًا.

أما ساري (٢٠١٤: ١٠٣ – ١٠٤) فيعرّفها بأنها: "مواقع إلكترونية تُقدّم خدمات اجتماعية لمشتركيها لأغراض التواصل الإنساني والاجتماعي، تؤسّسها شركات كبرى لجميع المستخدمين والأصدقاء، وتُبر مجها لخدمة تكوين صداقات، أو البحث عن هوايات واهتمامات مشتركة وصور وأفلام وأنشطة لدى أشخاص آخرين يتبادلونها فيما بينهم" .

وبناء على ما سبق؛ يمكن تعريف شبكات التواصل الاجتماعيّ بأنها: مواقع إلكترونية تسمح بالتواصل والتفاعل بين الأفراد والجماعات مثل تويتر، فيس بوك، يوتيوب، واتس آب، سناب شات، تيليجرام، سكايبي، لينكد إن.

- **أهم مواقع شبكات التواصل الاجتماعيّ**:

توجد مجموعة كبيرة من شبكات التواصل الاجتماعيّ التي تحظى بشعبية عالمية كبيرة دون غيرها من الشبكات ومنها:

• **الفيس بوك** (Facebook):

أنشئ في فبراير عام (٢٠٠٤)، بواسطة طالب في جامعة هارفارد يُدعى مارك زوكربرغ (Mark Zuckerberg)، وكان الموقع في البداية متاحًا فقط لطلاب جامعة هارفارد، ثم فُتح لطلبة الجامعات الأخرى، وبعدها لطلبة الثانوية ولعدد محدود من الشركات، ثم أخيرًا فُتح لأي شخص يرغب في فتح حساب به. ويتيح الفيس بوك للأفراد العاديين مشاركة الآخرين بمعلومات حول أنفسهم واهتماماتهم ومشاعرهم، وصورهم الشخصية، ولقطات الفيديو الخاصة بهم (كنعان، ٢٠١٤). وقد نُشرت إحصائية في موقع (statista.com)، أظهرت أعداد مستخدمي الفيس بوك يوميًا في جميع أنحاء العالم من عام (٢٠١١) وحتى الربع الثاني من عام (٢٠٢٠)، ويتضح الزيادة المطردة في أعداد المستخدمين النشيطين يوميًا لتطبيق الفيس بوك، حيث بلغ عددهم في نهاية الربع الثاني من عام (٢٠٢٠) (١.٧٩) مليار مستخدم نشط يوميًا، يُشكلون (٦٦٪) من عدد المستخدمين النشيطين شهريًا.

• **تويتر**(Twitter):

ظهر موقع تويتر في أوائل عام (٢٠٠٦) كمشروع بحثي قامت به شركة (Obvious) الأمريكية، وذلك على نطاق ضيّق وغير متاح للجميع، وبعد ذلك أُطلق رسميًا في أكتوبر من العام نفسه. وتعني كلمة تويتر(Twitter) بالإنجليزية (تغريد)، وهو ما يظهر في شكل الطائر الأزرق الموجود بوصفه شعارًا للموقع، وتقوم فكرته على ما يُسمّى بتقنية (Micro blogging) أو التدوين المصغّر من خلال تكوين شبكة اجتماعية من الأصدقاء، أو الأقارب، أو المعارف على الموقع (http://twitter.com) (ريان، ٢٠١٢). ويسمح للمُغرّدين بإرسال رسائل نصية قصيرة، يجوز للمرء أن يسميها نصًا موجزًا مكثّفًا لتفاصيل كثيرة، ويمكن للزوّار قراءتها وكتابة الردود عليها (البلقاسي، ٢٠١٦).

• **اليوتيوب** (YouTube):

أُطلق الموقع رسميًا في نوفمبر (٢٠٠٥) بواسطة ثلاثة موظفين من شركة باي بالPal (Pay)، وتقوم فكرته على تأسيس موقع لتبادل لقطات الفيديو، على أن يكون الموقع سهل الاستخدام وسهل التحميل، كما لا يقتصر على إرفاق الملفات المرئية فقط؛ بل يمكن وبسهولة إنشاء قنوات خاصة تبثّ من خلالها مئات الملفات بشكل يومي (العزعزي، ٢٠١٥). ويتيح اليوتيوب محتوياته للجميع، كما بإمكان أي شخص إضافة مقاطع فيديو للموقع بعد التسجيل فيه، ويمكن لمستخدميه تقييم الفيديوهات التي يشاهدونها، والتعليق عليها، أو إضافتها للمفضّلة ضمن صفحتهم الشخصية أو إرسالها للأصدقاء. وبالإمكان أيضًا إرسال الفيديوهات إلى المدوّنات الشخصية، أو المنتديات، ومشاركتها في أشهر الشبكات الاجتماعيَّة كالفيس بوك، وماي سبيس، وتويتر... وغيرها (قادري، ٢٠١٦).

- **الواتس آب** (WhatsApp):

تأسس الواتس آب عام (٢٠٠٩) من قِبل الأمريكي بريان أكتون (Brian Acton) والأوكراني جان كوم (Jan Koum)، ويعدّ تطبيقَ تراسل فوري محتكر متعدّد المنصات للهواتف الذكية، وهو تطبيق متاح لأجهزة الهواتف، ويتزامن مع جهات الاتصال في الهاتف، ويتيح لمستخدميه إرسال الرسائل، والصور، والرسائل الصوتية، والفيديو، والوسائط، والمستندات والموقع، وإجراء مكالمات الصوت والفيديو. وبإمكان أي مستخدم إجراء محادثات، أو مكالمات صوت، أو فيديو مع أي شخص آخر، كما بالإمكان إنشاء مجموعات والمشاركة فيها .(Olowo et al., 2020)

- **سناب شات** (Snapchat):

يعدّ تطبيق سناب شات تطبيقَ تراسل لتقاسم اللحظات وتشاركها، أُطلق عام (٢٠١١) على يد الأمريكي إيفان شبيغل (Evan Spiegel) وزميله بوبي ميرفي (Bobby Murphy)، ويحتوي التطبيق على تسجيلات يومية ما بين فكاهية، ونقاشات حوارية جادة، ومواقف الحياة اليومية، إلى جانب الأزياء والطبخ والتصاميم والديكور وخلافه، وبالإمكان حفظ الصور ومقاطع الفيديوهات المرسلة عبر هذا التطبيق (البريك، ٢٠١٧). ويُعدّ سناب شات من أشهر تطبيقات المراسلة الحديثة، ويسمح هذا التطبيق للمستخدمين بإرسال الصور ومقاطع الفيديو، وإضافة النصوص والرسومات، ويضع للمستخدمين مدة زمنية قصيرة لعرض لقطاتهم، ومن بعد ذلك تختفي من الجهاز المستلم ومن الخوادم الخاصة بسناب شات أيضًا (Charteris, Gregory & Masters 2014).

- **الإنستغرام** (Instagram):

تأسس هذا الموقع عام ٢٠١٠ من قِبل شركة فيسبوك (Facebook)، وهو أحد شبكات التواصل الاجتماعيّ المخصّصة لالتقاط الصور والفيديو، ومن ثم تعديلها ومشاركتها بعد أن يُنشئ الشخص حسابًا على الموقع، كما أن كل من لديه حساب على التطبيق سيتمكّن من رؤية المنشورات والتفاعل معها، وبإمكان مستخدميه إجراء المحادثات النصية أو الصوتية مع أي مستخدم آخر (إبراهيم، ٢٠٢٠).

- **سكايب** (Skype):

هو برنامج تجاري اُبتكر من قِبل كل من المستثمرين السويدي نيكلاس زينشتروم (Niklas Zennström)، والدنماركي يانوس فريس (Janus Friis)، ويُمكّن هذا البرنامج مستخدميه من إجراء المكالمات الهاتفية عبر الإنترنت بشكل مجاني، لكن مع تكلفة بسيطة في حال الاتصال بخطوط الهاتف الثابتة أو الجوالة، كما يمكن لمستخدميه الاتصال عن طريق الصوت والصورة والكتابة، حيث يوفّر خدمة مشاهدة من تتحدث معهم في بثّ حي ومباشر مع درجة جودة ووضوح عاليتين، ويُستخدم سكايب في نقل الأخبار وإجراء المقابلات التلفزيونية مع مراسلي وكالات الأنباء، ومع المحللين السياسيين والعسكريين (شقرة، ٢٠١٤).

وترى الباحثتان أن هذه الشبكات الاجتماعيَّة بما تحويه من مواقع عديدة وخدمات متنوعة؛ كان لها دور في تغيير مجرى الحياة البشرية في كافة الجوانب، كما أنها ساهمت في تغيير طريقة تفاعل الأفراد وتواصلهم إلى الحدِّ الذي يمكن معه القول: إن ما أحدثه هذا النوع من الاتصال من تغييرات جوهرية مجتمعية؛ كان بمثابة نقطة تحوُّل في تاريخ الاتصال المجتمعي.

- **التأثيرات النفسية والاجتماعية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ**:
- **أولًا: التأثيرات النفسية لشبكات التواصل الاجتماعيّ**:

باتت شبكات التواصل الاجتماعيّ تؤدي دورًا كبيرًا في روتين الحياة اليومية، بحيث إن لها تأثيرات مباشرة وكبيرة، ليس فقط على سلوكيات مستخدميها؛ بل أيضًا على صحتهم النفسية. ومن التأثيرات النفسية لشبكات التواصل الاجتماعيّ ما يلي:

- الإدمان: تتميّز صفحات شبكات التواصل الاجتماعيّ بقدرتها على إغراء مستخدميها وجذبهم، إلى أن ينتهي بهم الأمر إلى الإدمان الذي يؤدي إلى العزلة عن المجتمع؛ مما يؤثّر سلبًا في الفرد والمجتمع، من خلال هدر الطاقات وإضاعة الوقت، لاسيما في ظل الفراغ والبطالة والإحباط وفقدان الأمل بالمستقبل (قرناني، ٢٠١٩). ويعدُّ إدمان استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ حالة من حالات الاستخدام المرضي وغير التوافقي؛ يؤدي بالمستخدم إلى حدوث بعض المشكلات، مثل: الاكتئاب، والتوتر، والقلق، والانطواء، والعزوف عن المجتمع (زهو، ٢٠١٧).
- الشعور بالوحدة النفسية: يؤدي التغير الحاصل في طريقة التواصل لدى مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعيّ إلى حدوث مشكلات نفسية تضرّ بالفرد والمجتمع، كالشعور بالوحدة النفسية؛ نتيجة وجود خلل في علاقات الفرد الاجتماعيَّة؛ ولذلك فالانغماس في تكوين العلاقات الافتراضية على حساب العلاقات الاجتماعيَّة الحقيقية، قد يؤدي إلى ضعف الروابط الاجتماعيَّة، ويوجد فجوة نفسية وتباعد عاطفي بينه وبين الآخرين، وفقدان التقبّل والحبّ من جانبهم؛ ويترتّب عن ذلك حرمانه من الانخراط مع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه، وعرقلة اندماجه في الأنشطة الاجتماعيَّة المختلفة التي تتيح له التواصل والتفاعل مع الآخرين (حدادي، ٢٠١٥).

- **ثانيًا: التأثيرات الاجتماعيَّة لشبكات التواصل الاجتماعيّ**:

ومن التأثير السلبي لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ في العلاقات الاجتماعيَّة ما يلي:

- ضعف العلاقات الأسرية: تؤدي شبكات التواصل الاجتماعيّ إلى غياب التفاعل والتواصل الأسري؛ لأن عملية التفاعل عبر الإنترنت تتم عبر أسلاك ووصلات

وليس بطريقة طبيعية، كما أن استعمال شبكات التواصل الاجتماعيّ يقوم على طابع الفردية، فبدلا من أن يقوم الشخص بأنشطته الاتصالية مع أفراد أسرته؛ أصبح يقوم بها بمفرده على شبكة التواصل الاجتماعيّ. وقد أكد علماء النفس والاجتماع وجود علاقة طردية بين زيادة استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والتفكك الاجتماعيّ للأسرة؛ نتيجة لاستبدال الوقت الذي كان يقضيه الفرد مع الأسرة بالوقت الذي يقضيه على شبكة الإنترنت (عبدالكريم، ٢٠٠٥).

- إضعاف مهارات التواصل: يعدُّ ضعف مهارات التواصل من أهم المخاطر التي يمكن أن تنجم عن استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ، فقضاء المستخدمين الوقت الطويل في تصفّح هذه المواقع؛ يؤدي إلى عزلهم اجتماعيًّا، وغياب مشاركاتهم في الفعاليات التي يقوم بها المجتمع؛ وبالتالي إضعاف مهارات التواصل لديهم، تلك المهارات التي تساعدهم على مجالات الاتصال الإنساني، وتُنمّي لديهم الإحساس بالمسؤولية تجاه الغير، وتُقوّي لديهم سرعة البديهة، وتُمكّنهم من التعامل مع مختلف المواقف، خاصة إذا كان استخدام تلك الشبكات يتم في التعليق على الصور، أو التنقّل من ملف لآخر دون فائدة متوقعة؛ فتكون مجرد هدر للوقت على حساب تعلّم أساليب التواصل الفعال (حدادي، ٢٠١٥).
- انتشار الجريمة: تدفع شبكات التواصل الاجتماعيّ الفرد في كثير من الأحيان إلى السلوك الإجرامي، من خلال ما تحويه من مواقع كثيرة تُحرّض على ارتكاب الجريمة وتشرح كيفية ارتكابها، ومن الجرائم التي زادت حِدّتها بفعل شبكات التواصل الاجتماعيّ: جرائم السرقة، وغسيل الأموال، والابتزاز كجرائم اعتيادية، كما أن هناك نوعية جديدة من الجرائم/ مثل: التجسس، والتشهير، وجرائم القرصنة، وسرقة المواقع بوصفها جرائم إلكترونية. وتكمن مشكلة النوعية الأخيرة في عدم القدرة على ملاحقة هؤلاء المجرمين في ظل تقنيات التشفير وخلط الرسائل التي باتت متقدّمة للغاية حاليًا (زهو،٢٠١٧).

- **ثانيًا: المهارات الاجتماعيَّة**
- **مفهوم المهارات الاجتماعيَّة:**

تُعرّفها آمال عبدالفتاح (٢٠١٠: ١٨٢) بأنها: "السلوكيات اللازمة للأفراد للتعامل بثقة واقتدار مع أنفسهم ومع الآخرين ومع المجتمع؛ وذلك لاتخاذ القرارات المناسبة والصحيحة، وتحمُّل المسؤوليات الشخصية والاجتماعية، وفهم النفس والغير، وتكوين علاقات إيجابية مع الآخرين تتفادى حدوث الأزمات، والقدرة على التفكير البنّاء" .

كما تُعرّفها شارون وسينثيا (Sharon & Cynthia, 2010) بأنها: السلوكيات التي تعزّز التفاعل الإيجابي مع الآخرين والبيئة، وتشمل هذه السلوكيات: إظهار

التعاطف، والمشاركة في الأنشطة الاجتماعيَّة، والتواصل مع الآخرين، والتفاوض، وحل المشكلات.

ويُعرّفها عكاشة وعبدالمجيد (٢٠١٢: ٤٥) بأنها: "مجموعة من السلوكيات التي تعني اكتساب الفرد لمهارات تحمُّل المسؤولية، وتوكيد الذات، وضبط الانفعالات في مواقف التفاعل مع الآخرين، وبما يتناسب مع طبيعة الموقف، واكتساب الفرد لمهارات التعاون والتعاطف والتواصل اللفظي وغير اللفظي" .

وقد عرفت الباحثتان المهارات الاجتماعيَّة بأنها: سلوك مكتسب مقبول اجتماعيًّا، يساعد الفرد من التفاعل مع الآخرين تفاعلًا إيجابيًّا، مثل: التعاون – التفاعل الاجتماعيّ – التخاطب (التواصل) – حلّ المشكلات – التفاعل الإيجابي مع النقد.

- **المهارات الاجتماعيَّة عند المُسنِّينَ**:

أظهرت بعض الدراسات أن المُسنِّينَ بشكل عام لديهم عجز كبير في ذخيرة المهارات الاجتماعيَّة، التي قد تُضعف علاقاتهم داخل سياق الأسرة وخارجها، وتجعلهم أكثر عُرضة للنزاعات الشخصية؛ بسبب مخزونهم الأدنى من المهارات الاجتماعيَّة (Scheufler et al. , 2017). حيث يبدون نفورًا وعدم اهتمام، وعدم قدرة على التوافق مع الغير، وعدم الانسجام الاجتماعيّ مع الرفاق، بالإضافة إلى عزوفهم عن تقديم المساعدة أو المشاركة الإيجابية في الحياة الاجتماعيَّة، ويخفقون في تكوين صداقات مع الغير والتعاون معهم والتفاعل الإيجابي مع المحيطين (Hash, Morrow & Weirich, 2018).

والمسنون في الأسرة غالبًا ما يتم تجاهل آرائهم، ويتم أحيانًا تحميلهم بطلبات غير مناسبة، ولا تُسمع شكواهم؛ ولذلك فإن توازن المهارات الاجتماعيَّة يمكن أن تساعد المسنين في التغلب على هذه العقبات (Scheufler et al., 2017).

أما حالات العجز والضعف في المهارات الاجتماعيَّة، فعادة ما ترتبط بالصعوبات والصراعات في العلاقات الشخصية وتكوّن العديد من الاضطرابات النفسية، مثل: الخجل، والعزلة الاجتماعيَّة، والانتحار والاكتئاب (Del Prette, 2005). وقد توصَّلت دراسة شيوفلر وآخرين (Scheufler et al., 2017) إلى أن المسنين من ذوي المستوى التعليمي والاجتماعي والاقتصادي المرتفع لديهم مهارات اجتماعية أفضل لبدء وإنهاء المحادثات مع الآخرين، كما أنهم أكثر قدرة على التعبير عن مشاعرهم. كما ذكرت الدراسة نفسها أن المسنين الذين يعيشون مع ذويهم أكثر كفاءة اجتماعيًّا، بعكس المسنين الذين يعيشون في دور رعاية المُسنِّينَ؛ لأنها تفتقر إلى الدعم الاجتماعيّ.

ومن هنا، فإن المهارات الاجتماعيَّة من شأنها أن تساعد المُسنّ كي يتحرك نحو الآخرين كعادته، فيقيم معهم العلاقات المختلفة من خلال تفاعلاته معهم، وعدم انسحابه من المواقف والتفاعلات الاجتماعيَّة المختلفة والمتنوعة؛ وهو الأمر الذي يؤدي به إلى أن يحيا حياة سوية، وأن يُحقق قدرًا معقولًا من الصحة النفسية؛

يساعده على أن يتكيّف مع بيئته، وأن يُحقّق التوافق الشخصي والاجتماعي؛ فالشخص يمكن أن يعاني من الحرمان الاجتماعي عندما يفقد القدرة على حرية الاتصال الاجتماعيّ طبقا لحاجته ورغباته (غانم، ٢٠١٦).

• **ثالثًا: المُسنّونَ:**

١- مفهوم المسنون:

يُعرّفه أبو المعاطي (٢٠١١: ٣٧) بأنه: "من تخطّى سن الستين، ويعاني من التدهور التدريجي في قدرته على التكيّف مع التغيرات التي يواجهها وتفرضها عليه ظروف الحياة. كما عُرّف بأنه: "هو الشخص الذي يبلغ من العمر سنًّا معينًا (٦٠ -٦٥) عامًا فأكثر، أو هو الشخص الذي يبدو عليه آثار وملامح وسمات وخصائص المسنّ، سواء كانت مظاهر جسمية، أو نفسية، أو عقلية، أو اجتماعية" (فهمي، ٢٠١٢ : ٣٢).

ويرى الاجتماعيون أن المُسنّ "هو من يتعرّض لمجموعة من التغيرات البيولوجية، والتغيّر في المراكز والأدوار والمكانة المهنية والصحية والاجتماعية، التي من شأنها التأثير في إدراك الآخرين له، وما يؤدي إليه ذلك من طرق مختلفة للتفاعل معه؛ مما يؤثّر في تصور المسنّ لذاته وعمره وسلوكه" (سالم، يوسف وسيد، ٢٠١٥ : ٢٧).

٢- مشكلات المسنين:

وفيما يلي عرض لأهم المشكلات التي تواجه المسنين:

أ) المشكلات الجسمية:

ترتبط المشكلات الجسمية للمُسنينَ بالضعف الصحي العام، والضعف الجسمي، وضعف الحواس كالسمع والبصر، وضعف القوة العضلية، وانحناء الظهر، وجفاف الجلد وترهّله، والإمساك، وتصلب الشرايين، واحتمالية الإصابة بالأمراض أكثر من ذي قبل. كما قد يظهر لدى المسنّ توهّم المرض، وزيادة الاهتمام بالصحة؛ فقد يُبالغ في القلق بخصوص الكحة البسيطة، وعسر الهضم أو الصداع، وقد ينظر إليها على أنه أصيب بأمراض خطيرة (سليمان،٢٠٠٨). وترجع تلك المشكلات إلى النقص المستمر في قدرة جهاز المناعة على مقاومة الأمراض، وزيادة التفاعلات الكيميائية الهدامة عن التفاعلات الكيميائية البنّاءة في كل عضو من أعضاء الجسم؛ مما يُنتج العديد من المشكلات الجسمية (بركات،٢٠١١).

ب) المشكلات العقلية:

يصحب مرحلة الشيخوخة انحدار وتدهور في القدرات العقلية بشكل عام؛ إذ تؤدي إلى حدوث تغيّرات في مُعدّل السرعة والدقة في الذاكرة، وفي عمليات التعلم والتفكير والتذكّر والاسترجاع، كما تتضاءل القدرة على الإدراك والتَّعرُّف، وتنحدر مرونة الذكاء العام (محمود وإبراهيم،٢٠١٤). كما يجد المسنّ صعوبة في عمليات حلّ المشكلات والاستدلال وتكوين المفهوم، ويضعف لديه الانتباه، وتنقصه

القدرة على تنظيم عملية الاختزال، وتنخفض قدرته على تعلّم مهارات جديدة (الغريب، ٢٠٠٥). ويرجع انحدار القدرات العقلية في الشيخوخة إلى تدهور الجهاز العصبي؛ مما يؤدي إلى ضمور في خلايا المخ، كما أن هناك اعتقادًا سائدًا بأن المسنين المكتئبين غالبًا ما يشتكون من مشكلات في الذاكرة والانتباه والتركيز، وسعة الذاكرة المتوفّرة لأداء المهام (محمود وإبراهيم،٢٠١٤).

ج) المشكلات النفسية:

تعدُّ الحالة النفسية عند المُسنِّينَ محصّلة لعوامل عديدة ترتبط بمراحل حياتهم منذ طفولتهم وحتى شيخوختهم، مثل: صحتهم البدنية، والنفسية، وعلاقاتهم الاجتماعيَّة، وما تعرّضوا إليه في حياتهم من نجاحات وإخفاقات، وعوامل أخرى تتعلّق بكيفية استقبال المسنّ لهذه المرحلة، ونظرة الأسرة والمجتمع للمُسنينَ أنفسهم، وتكون حالة المسنّ النفسية بقدر الإيجابية أو السلبية في علاقته بأسرته ومجتمعه (الفقي، ٢٠١٦). ونتيجة لتلك العوامل؛ فإنه يعتري المسنّ بعض التغيرات النفسية، ومنها: تمركزه حول ذاته، حيث يفكّر المسنّ في نفسه على نحو أناني أكثر مما يفكر في الآخرين، كما يصبح أقل قدرة على إدراك الآخر. وينشغل كذلك بصحته الجسمية حتى ولو كان سليم البدن، كما يكون كثير الحديث عن نفسه، خاصة حول ماضيه وذكرياته (صادق وأبو حطب، ٢٠١٢).

د) المشكلات الاجتماعيَّة:

يُعاني المسنُّونَ تدريجيًّا مع التقدُّم في السِّنّ من تحديد نطاق عالمهم الاجتماعيّ؛ فتقل علاقاتهم الاجتماعيَّة بسبب فقدان زملاء العمل، وموت الأقارب والأصدقاء ورفيق (أو رفيقة) العمر، وضعف الصحة والأحوال المالية، والاتجاهات الاجتماعيَّة غير الملائمة نحوهم. ومن العلاقات الاجتماعيَّة التي تتأثر في هذه المرحلة؛ العلاقات الشخصية الاجتماعية (بالزوج أو الزوجة، والإخوة والأخوات، وصداقات الطفولة والشباب)، وشلل الأصدقاء، والجماعات المنظّمة (كالأندية). وفي حال تعرّضت هذه العلاقات للانهيار؛ فمن الصعب تعويضها خلال هذه المرحلة (صادق وأبو حطب،٢٠١٢). ويرجع السبب في نقص درجة التفاعل الاجتماعيّ بين المسنين وأفراد المجتمع إلى انسحاب المجتمع عن الفرد أكثر من انسحاب الفرد من المجتمع؛ مما يجعل معظم المسنون يعمدون إلى التخلص من الكثير من أعمالهم ومسؤولياتهم السابقة. وهدم الانسحاب الطبيعي يشجعه المجتمع، بتنظيم الإحالة إلى التقاعد، والتوقفات الاجتماعيَّة (قناوي، ١٩٨٧)؛ مما يجعل المسنّ يعاني من الوحدة وآثارها النفسية، حيث إن معظم المسنِّينَ يعانون من الصلابة الاجتماعيَّة؛ لصعوبة تكيّفهم وتبنيهم لأنماط جديدة في السلوك والتفكير (جلبط، ٢٠٠٩).

• منهج الدراسة وإجراءاتها

• منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يسعى إلى وصف الظاهرة موضوع البحث؛ أملا في الوصول إلى تعميمات مفيدة يزيد بها رصيد المعرفة.

• **أفراد الدراسة**:

تكوَّن أفراد الدراسة من (٤٠٤) مسن من الجنسين، بلغ عدد الذكور (٢١٨) بينما بلغ عدد الإناث (١٨٦)، تراوحت أعمارهم بين (٦٠ - ٧٩) عامًا، وجميعهم اختيروا بطريقة العينة العمدية (القصدية) ممن يستخدمون شبكات التواصل الاجتماعيّ، في مدينة الرياض.

• **أدوات الدراسة**:

أ) **مقياس استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ للمُسنينَ**:

بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية وفي ضوء معطيات الدراسة وتساؤلاتها وأهدافها؛ بُني المقياس، وتكوّن في صورته النهائيّة من قسمين، القسم الأول: يهدف إلى جمع معلومات نوعية (كيفية) تتعلّق بالبيانات الأولية الخاصة بأفراد عينة الدراسة، والقسم الثاني: يهدف لجمع معلومات كمية (رقمية) تتعلّق باستخدام المسنِّينَ لشبكات التواصل الاجتماعيّ، وهذا القسم أحادي البعد يحتوي على (١٦) عبارة.

ب) **مقياس المهارات الاجتماعيَّة لدى كبار السِّنّ من تطوير**: (**الحكمي**، ٢٠١٨):

يتكوّن هذا المقياس من (٤٦) عبارة، بعضها إيجابية وبعضها سلبية، وصُمِّم المقياس وفق طريقة " ليكرت Likert"، بحيث يجيب المفحوص عن كل عبارة طبقا للمعيار التالي (دائمًا - أحيانًا - أبدًا)، ويحتوي المقياس على خمسة أبعاد، وهي: (التعاون، والتفاعل الاجتماعيّ، والتخاطب "التواصل"، وحل المشكلات، والتفاعل الإيجابي مع النقد).

• نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها:

• **عرض نتائج الفرضية الأولى**:

التي تنصّ على: تتعدّد شبكات التواصل الاجتماعيّ التي يستخدمها المُسنُّونَ. وللتحقق من صحة الفرضية الأولى من فرضيات الدراسة؛ استخدمت التكرارات والنسب المئوية لاستجابات أفراد عينة الدراسة، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (١): توزيع أفراد عينة الدراسة وفقًا لأكثر شبكات التواصل الاجتماعيّ التي تُستخدم من وجهة نظرهم.

شبكات التواصل الاجتماعيّ التي تُستخدم	التكرارات	النسبة المئوية
واتس آب	٣٦٨	٩١.١
تويتر	١٩٨	٤٩.٠
سناب شات	١٦٨	٤١.٦
يوتيوب	١٠٦	٢٦.٢
فيسبوك	٣٦	٨.٩
تليجرام	١١	٢.٧
لينكد إن	١٠	٢.٥
سكايبي	٦	١.٥
أخرى (انستقرام)	١٠	٢.٥
الإجمالي	٤٠٤	١٠٠.٠

يبيّن الجدول رقم (١) توزيع أفراد عينة الدراسة وفقًا لأكثر شبكات التواصل الاجتماعيّ التي تُستخدم؛ حيث إن (٣٦٨) من أفراد عينة الدراسة، يُمثّلون ما نسبته (٩١.١٪) من إجمالي أفراد عينة الدراسة يستخدمون الواتس آب، بينما (١٩٨) منهم يمثّلون ما نسبته (٤٩.٠٪) من يستخدمون تويتر، وأن (١٦٨) منهم يمثّلون ما نسبته (٤١.٦٪) يستخدمون سناب شات، و(١٠٦) منهم يمثّلون ما نسبته (٢٦.٢٪) من إجمالي أفراد عينة الدراسة يستخدمون يوتيوب، و(٣٦) منهم يمثلون ما نسبته (٨.٩٪) يستخدمون فيسبوك، و(١١) منهم يمثّلون ما نسبته (٢.٧٪) يستخدمون تليجرام، وأن (١٠) منهم يمثّلون ما نسبته (٢.٥٪) يستخدمون (لينكد إن – تطبيقات أخرى (انستقرام))، وأن (٦) منهم يمثّلون ما نسبته (١.٥٪) يستخدمون سكايب.

وترى الباحثتان أن السبب في النسبة الكبيرة لاستخدام شبكات (واتس آب - تويتر - سناب شات) ربما يعود إلى أن تلك التطبيقات هي الأكثر شيوعًا لدى العامة من المسنين، كما أن من شأنها أن تُسهم في تعزيز تواصلهم بالأولاد والمعارف والأصدقاء القدامى؛ إذ إن الواتس آب يساعدهم على إرسال الرسائل والصور ومقاطع الفيديو والمستندات، كما بإمكانهم التواصل باستخدام الرسائل الصوتية. وقد يكون السبب في ارتفاع نسبة استخدام الواتس آب لدى المسنين، أنه لا يتطلب امتلاك المسنّ لمهارة عالية في القراءة والكتابة، كما أن تطبيق تويتر يُسهم في تغطية مختلف الأحداث التي تحدث للأفراد من حولهم، كما أن تطبيق سناب شات يساعد المسنّ على متابعة يوميات الآخرين، والتواصل معهم باستخدام الصور ومقاطع الفيديو والرسائل الصوتية، كما يُمكنهم من تشكيل مجموعات وتبادل الحديث فيما بين أعضاء المجموعة؛ وبالتالي فإن تلك الشبكات تُحقّق عملية الترابط للمُسنينَ مع الأفراد من حولهم، إضافة إلى الاطلاع على كافة الأحداث والموضوعات، ليس فقط بالعالم العربي؛ بل في مختلف أنحاء العالم.

ويتضح هنا استخدام المُسنِّينَ لأكثر من شبكة تواصل اجتماعي؛ وبناء على هذه النتيجة تقبل الفرضية التي تنصّ على: تتعدد شبكات التواصل الاجتماعيّ التي يستخدمها المسنُّونَ.

- **عرض نتائج الفرضية الثانية**:

التي تنصّ على: لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة وأبعادها لدى المسنِّينَ. وللتّعرّف على العلاقة بين إستخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة وأبعادها لدى المسنِّينَ، استخدم مُعَامِل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation)، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول (٢):

يتضح من الجدول (٢) أن هناك علاقة طردية (إيجابية) متوسطة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ، والدرجة الكلية للمهارات الاجتماعيَّة وأبعادها الفرعية المتمثّلة في: (التعاون - التفاعل الاجتماعيّ – التخاطب (التواصل) – حلّ المشكلات – التفاعل الإيجابي مع

النقد) لدى المُسنِّينَ؛ حيث بلغت قيمة مُعَامِل الارتباط للأبعاد ما بين: (٠.٤٩ - ٠.٤٨ - ٠.٥٠ - ٠.٣٨ - ٠.٢١)، والدرجة الكلية (٠.٥٠)، وتُشير النتيجة السابقة إلى أن استخدام المسنِّينَ لشبكات التواصل الاجتماعيّ يُسهم في تعزيز المهارات الاجتماعيَّة لديهم.

جدول (٢): مُعَامِل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للعلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة وأبعادها لدى المُسنِّينَ.

م	المهارات الاجتماعيّة	مُعَامِل الارتباط	مستوى الدلالة
١	التعاون	٠.٤٩**	٠.٠٠١
٢	التفاعل الاجتماعيّ	٠.٤٨**	٠.٠٠١
٣	التخاطب (التواصل)	٠.٥٠**	٠.٠٠١
٤	حل المشكلات	٠.٣٨**	٠.٠٠١
٥	التفاعل الإيجابي مع النقد	٠.٢١**	٠.٠٠١
	الدرجة الكلية للمهارات الاجتماعيّة	٠.٥٠**	٠.٠٠١

** دال عند مستوى (٠.٠١).

وتُفسّر الباحثتان العلاقة الطردية (الإيجابية) بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة، بأن سهولة استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ وانتشارها؛ أسهم في غزوها لكافة مجالات الحياة الاجتماعيَّة، بوصفها وسيلة للاتصال وتبادل الأفكار والمعلومات؛ مما يُسهم في تقوية الروابط بين الأفراد، ومن ثمّ فإن عليها طلبًا متزايدًا من شرائح المجتمع المختلفة؛ نظرًا لما تُحققه من تفاعل اجتماعي يُشير إلى العمليات الإدراكية والوجدانية والانفعالية السلوكية التي تتم بين الأطراف المتصلة، بحيث تتبادل هذه الأطراف رسائل كثيرة فيما بينها في موقف اجتماعي معين، ويكون سلوك كل طرف منها مُنبّهًا لسلوك الطرف الآخر.

وبناء على هذه النتيجة؛ ترفض الباحثتان الفرضية التي تنصُّ على أنه: لا توجد علاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة لدى المسنِّينَ، وتُقبل الفرضية البديلة التي تنصّ على أنه: توجد علاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة لدى المُسنِّينَ.

- **عرض نتائج الفرضية الثالثة:**

والتي تنصّ على: لا يمكن التنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ. وللتّعرُّف على إذا ما كانت هناك إمكانية للتنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ، استخدم تحليل الانحدار البسيط (Sample Regression)، كما يتضح من الجدول(٣).

يتضح من الجدول (٣) أن نموذج تحليل الانحدار البسيط للعلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ - بوصفها متغيراً مُستقلاً - والمهارات الاجتماعيَّة – بوصفها متغيراً تابعًا - يتمتّع بمستوى دلالة مرتفع، وذلك وفق ما تُشير إليه قيمة اختبار "F" (١٣٤.١٦٥)، ومستوى دلالتها (٠.٠٠١)، وهي أقل من مستوى الدلالة (α= ٠.٠٥)؛ مما يعني أن النموذج صالح للتنبؤ بقيم المتغيّر التابع،

ويمكن صياغة معادلة التنبؤ على النحو التالي: المهارات الاجتماعيَّة = ٧٩.٥٧ + ٠.٦٨٢ × استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ.

جدول (٣): تحليل الانحدار البسيط (Sample Regression) لمدى إمكانية التنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ، من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ.

المُتغيّر المستقبل (استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ)	المُتغيّر التابع (المهارات الاجتماعيَّة)				
	قيمة B	الخطأ المعياري	قيم بيتا	قيم ت	مستوى الدلالة
الثابت	٧٩.٥٧	٢.٥٨٣		٣٠.٨٠٥	٠.٠٠١
الدرجة الكلية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ	٠.٦٨٢	٠.٠٧٤	٠.٥٠٠	١١.٥٨٣	٠.٠٠١
قيمة ف = ١٣٤.١٦٥ مستوى دلالتها = ٠.٠٠١ مُعَامِل التحديد =٠.٢٥					

ويُشير مُعَامِل التحديد (R2) (٠.٢٥) إلى أن استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ - بوصفها متغيرًا مستقلا - مسؤول عن تفسير ما يُقارب من (٢٥.٠٪) من التباين في مستوى المهارات الاجتماعيَّة لدى المسنِّينَ، وتعود باقي النسبة لعوامل أخرى. وبإمعان النظر في القيم الإحصائية في الجدول يتضح أن هناك إمكانية للتنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ، حيث بلغت قيمة (ت) (١١.٥٨٣)، بمستوى دلالة (٠.٠٠١)؛ وتُشير النتيجة السابقة إلى أن استخدام المسنِّينَ لشبكات التواصل الاجتماعيّ يُعزّز مستوى المهارات الاجتماعيَّة لديهم.

ويمكن تفسير تلك النتيجة في ضوء النظرية السلوكية، التي أظهرت دور عملية التعلم في اكتساب السلوك الجديد، وترى أن سلوك الإنسان مجموعة من العادات التي يتعلّمها الفرد ويكتسبها في أثناء مراحل نموه المختلفة، كما يمكن تفسيرها عن طريق التعلم الاجتماعيّ، حيث يرى باندورا (Bandura) أن بيئة الفرد الداخلية والخارجية تعمل في صورة مترابطة يعتمد بعضها على بعض، ويحدث التعلم نتيجة للتفاعلات المتبادلة بين كل من البيئتين الداخلية والخارجية، وهو ما أطلق عليه باندورا عملية التحديد المتبادل. ولا يندفع الأفراد نتيجة القوى الداخلية (الدوافع أو الحاجات)، ولا نتيجة القوى الخارجية (مثيرات البيئة)، وإنما نتيجة تفاعل متبادل بين المحدّدات الشخصية والبيئة. وربما يعود السبب في ذلك إلى أن عملية التواصل مع الآخرين التي تتم بشكل غير مباشر عن طريق شبكات التواصل الاجتماعيّ؛ يلزمها عنصر أساسي وهو عنصر التفاعل، فلا يستطيع الأفراد التواصل مع الآخرين بدون امتلاكهم الرغبة في التفاعل والتواصل؛ وينعكس هذا كله على المهارات الاجتماعيَّة، فالمهارات الاجتماعيَّة تُعدُّ من العناصر المهمة في التفاعل بين الإنسان وبيئته؛ حيث إن الاستجابات تحدث ردًّا على تغير مهم يحدث في البيئة، فتؤثر المهارات الاجتماعيَّة في سلوك الأفراد داخل الجماعة المحيطة بالفرد، وفي فهمه للآخرين وفهمه للبيئة المحيطة، ومشاركته في الأنشطة المختلفة، وتطور سلوكه الاجتماعيّ، الذي يُمكنه من التحكم في انفعالاته والتعبير المناسب عنها؛ مما قد يؤثر بشكل واضح في شخصيته.

وبناءً على هذه النتيجة؛ تُرفض الفرضية التي تنصّ على: لا يمكن التنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ. وتقبل الفرضية البديلة والتي تنص على أنه يمكن التنبؤ بالمهارات الاجتماعيَّة للمُسنينَ من خلال استخدامهم لشبكات التواصل الاجتماعيّ.

- **توصيات الدراسة**:

في ضوء النتائج التي تُوصّل إليها؛ توصي الدراسة بما يلي:

- تعريف المسنِّينَ بشبكات التواصل الاجتماعيّ والتركيز على الجانب الإيجابي لها، حيث إن شبكات التواصل الاجتماعي الأكثر استخدامًا بين أفراد المجتمع، هي: (واتس آب - تويتر - يوتيوب...)؛ لتعزيز استخدام تلك الوسائل، بما ينمي مستوى المهارات الاجتماعيَّة لديهم.
- توعية المسنِّينَ بكيفية الاستفادة من شبكات التواصل الاجتماعيّ في تعزيز المهارات الإجتماعيَّة لديهم من خلال وسائل الإعلام ومؤسسات المجتمع المدني.
- تدريب المسنِّينَ على مهارات الاستخدام الأمثل لمواقع التواصل الاجتماعيّ والمدوّنات والشبكات الإلكترونية؛ حيث أظهرت النتائج اختلاف العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ والمهارات الاجتماعيَّة لدى المسنِّينَ؛ لصالح الذكور.
- التوعية المستمرة للأبناء والمرافقين بالطرق المناسبة لتعزيز المهارات الاجتماعيَّة لدى المسنِّينَ، وطرق الاستخدام السليم لوسائل التواصل الاجتماعيّ في تعزيز تلك المهارات.

- **المراجع**:

- إبراهيم، صفاء عباس عبد العزيز (٢٠٢٠). تفعيل وسائل التواصل الاجتماعيّ في الوسط الجامعي: كلية المجتمع جامعة طيبة فرع العلا نموذجًا. *مجلة أكاديمية شمال أوربا المحكمة للدراسات والبحوث*، الدنمارك،٢ (٧)، ٧٧ – ١٠٧.
- إبراهيم، عطيات أحمد (٢٠١٣). *ممارسة خدمة الجماعة وتنمية المهارات الحياتية للمسنات الأرامل*. في المؤتمر العلمي الدولي السادس والعشرون للخدمة الاجتماعيَّة، الخدمة الاجتماعيَّة وتطوير العشوائيات. كلية الخدمة الاجتماعيَّة بجامعة حلوان، مصر، ٨، ٣٠٢٩- ٣٠٨٧.
- أحمد، بدرية كمال (٢٠١٩). الفروق بين الذكور والإناث في المهارات الاجتماعية: دراسة مقارنة. *مجلة كلية التربية*، جامعة بنها، مصر، ٣٠ (١١٧)، ٦٠٣- ٦١٦.
- بركات، فاطمة سعيد أحمد (٢٠١١). *علم نفس المُسنِّينَ*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- جلبط، لينة أحمد (٢٠٠٩). المُسنُّونَ والتكيف الاجتماعيّ. *مجلة الوعي الإسلامي*، وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية، الكويت، ٤٦(٥٢٨)، ٦٢-٦٣.
- حدادي، وليدة (٢٠١٥). الشبكات الاجتماعيَّة من التواصل إلى خطر العزلة الاجتماعيَّة. *مجلة دراسات*، جامعة عمار ثليجي بالأغواط، الجزائر، ٧(٢١)، ٣١-٥١.
- زهو، عفاف محمد توفيق (٢٠١٧). الإفراط في استخدام شبكات التواصل الاجتماعيّ وعلاقتها بالمشكلات الاجتماعيَّة: دراسة ميدانية على أمهات طلبة المرحلة المتوسطة في منطقة الباحة. *مجلة كلية التربية، جامعة بنها، كلية التربية، مصر*، ٢٨(١٠٩)، ١- ٦٥.

- القضاة، محمد و الصبحيين، علي و زيادة، خالد (٢٠١٥). مشكلات كبار السِّنّ في مدينة الرياض من وجهة نظرهم في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة العلوم الاجتماعيَّة*، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، الكويت، ٤٣(٤)، ٢٠٢- ٢٤٩.
- ساري، حلمي خضر(٢٠١٤). *التواصل الاجتماعيّ الأبعاد والمبادئ والمهارات*. عمان: دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع.
- سالم، سماح سالم ويوسف، سمر صبحي وسيد، أمل جابر (٢٠١٥). *ممارسة الخدمة الاجتماعيَّة مع المُسنِّينَ*. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- سليمان، سناء محمد (٢٠٠٨). *مرحلة الشيخوخة وحياة المُسنِّينَ بين الآمال والآلام*. القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع.
- شقرة، علي خليل (٢٠١٤). *الإعلام الجديد (شبكات التواصل الاجتماعيّ)*. عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- صادق، آمال وأبو حطب، فؤاد (٢٠١٢). *نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المُسنِّينَ*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- طه، أشرف البيومي عبدالعظيم (٢٠١٩). فاعلية برنامج بيئي لتنمية المهارات الاجتماعيَّة والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمني المخدرات المتعافين. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، جامعة عين شمس، كلية التربية، مصر، ٤٣(٤٤)، ١٥-٦٥ .
- العاسمي، رياض (٢٠٠٩). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالاكتئاب والعزلة والمساندة الاجتماعيَّة: دراسة تشخيصية على عينة من طلبة جامعة دمشق. *مجلة اتحاد الجامعات العربية*، جامعه دمشق، كليه التربية، ٧(٢)، ٢٠٨-٢٥١.
- عبدالفتاح، آمال جمعة (٢٠١٠). *التعلم التعاوني والمهارات الاجتماعيَّة*. الإمارات: دار الكتاب الجامعي.
- عبدالكريم، إبراهيم سعيد (٢٠٠٥). الإنترنت وآثاره الاجتماعيَّة على المراهقين: دراسة ميدانية على عينة من المترددين على مقاهي الإنترنت ممن تقع أعمارهم بين ١٢- ١٨ سنة. *دراسات الطفولة*، جامعة عين شمس، كلية الدراسات العليا للطفولة، مصر، ٨(٢٨)، ١٩- ٥٣.
- عبده، جيهان سعد (٢٠١٧). علاقة كبار السِّنّ بمواقع التواصل الاجتماعيّ في إطار نظرية الاستخدامات والإشباعات. *المجلة المصرية لبحوث الرأي العام*، جامعة القاهرة، كلية الإعلام، مركز بحوث الرأي العام، ١٦(٢)، ٤٧٧- ٥١٦.
- أبو عبطة، جوهرة والفايز، منى والسعود، لبنى (٢٠١٥). امتلاك طالبات الجامعة مستخدمات وغير مستخدمات شبكة التواصل الاجتماعيّ المهارات الاجتماعيَّة في ضوء بعض المتغيرات: دراسة مقارنة. *مجلة المنارة للبحوث والدراسات*، جامعة آل البيت، عمادة البحث العلمي، الأردن، ٢١(٤)، ٤١٧- ٤٤٦.
- العريشي، جبريل حسن والدوسري، سلمى عبدالرحمن (٢٠١٥). *الشبكات الاجتماعيَّة والقيم: رؤية تحليلية*. عمان: الدار المنهجية للنشر والتوزيع.
- عكاشة، محمود فتحي وعبدالمجيد، أماني فرحات (٢٠١٢). تنمية المهارات الاجتماعيَّة للأطفال الموهوبين ذوي المشكلات السلوكية المدرسية. *المجلة العربية لتطوير التفوق*، جامعة العلوم والتكنولوجيا، صنعاء، (٤)، ١١٦- ١٧٤.
- علي، مصطفى علي خلف (٢٠١٩). إدمان شبكة التواصل الاجتماعيّ "الفيس بوك" في ضوء نظرية "Caplan" وعلاقته بكل من المهارات الاجتماعيَّة والتكيف والتماسك الأسري لدى عينة من

طلبة الثانوية العامة والدبلومات الفنية وكلية التربية والدبلوم التربوي. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مصر، ٢٩(١٠٣)، ٣٧٧- ٤٢٠.

- غانم، ابتسام (٢٠١٦). بعض المشاكل الاجتماعيَّة للمتقاعدين المُسنِّينَ داخل الأسرة. *مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية*، مركز جيل البحث العلمي، لبنان، (٢٢)،١١-٢٠.
- الفقي، مصطفى محمد أحمد (٢٠١٦). *الاتجاهات الحديثة في الخدمة الاجتماعيَّة للعمل مع المُسنِّينَ*. الدمام: مكتبة المتنبي.
- فهمي، محمد سيد (٢٠١٢). *الرعاية الاجتماعيَّة والنفسية للمُسنينَ*. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- قادري، حليمة (٢٠١٦). *التواصل الاجتماعيّ*. عمان: الدار المنهجية للنشر والتوزيع.
- قرناني، ياسين (٢٠١٩). *مواقع التواصل الاجتماعيّ وقيم الشباب*. عمان: دار الأيام للنشر والتوزيع.
- محمود، أكرم محمد صبحي وإبراهيم، مروان عبدالمجيد (٢٠١٤). *الرعاية الشاملة للمُسنينَ*. عمان: دار دجلة للنشر والتوزيع.
- أبو المعاطي، ماهر (٢٠١١). *الخدمة الاجتماعيَّة في مجال رعاية المُسنِّينَ مع نماذج من رعايتهم في الدول العربية*. الرياض: دار الزهراء للنشر والتوزيع.
- يوسف، سليمان عبدالواحد (٢٠١٢). *فن المهارات الحياتية: مدخل إلى تنمية السلوكيات الاجتماعيَّة الإيجابية*. القاهرة: السحاب للنشر والتوزيع.
- Boyd, D., & Ellison, N. (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), pp 210–230.
- Braz, A. , Prette, Z. , & Prette, A. (2011). Assertive social skills training for the elderly. *Behavioral psychology-psicologia canductual*, 19 (2), 373- 387.
- Charteris, J., Gregory, S., & Masters, Y. (2014). Snapchat 'selfies': The case of disappearing data. In B. Hegarty, J. McDonald, & S.-K. Loke (Eds.), Rhetoric and Reality: *Critical perspectives on educational technology*,389-393.
- De Souza, S., Thiago, A., Moreira , D., Natália, R., Glívia, A., Santana, S., dos Santos, C. & Flávio, R., (2019). Characterization Of Sociability On Online Social Networks In Brazilian Elderly' Perspective: Acase Study On Facebook. *Proceedings of the IADIS International Conference on WWW/Internet*, 11-18.
- Del Prette, Z. (2005). *Psicologia das habilidades sociais: Terapia, educação e trabalho*. Petrópolis: Vozes.
- Hash, K., Morrow, D., & Weirich, M. (2018). The social implications of growing old in small towns and rural communities. In Kaye, L. W., & Singer C. M. (Eds.) *Social Isolation of Older Adults: Strategies to Bolster Health and Well-Being*, 228.

- He, T., Huang, C., Li, M., Zhou, Y., & Li, S. (2020). Social Paricipation of the elderly in China: The roles of conventional media, digital access and social media engagement. *Telematics and informatics*, 48(1), 101347.
- Lodder, G., Goossens, L., Scholt, R. & Engels, C. (2016). Adolescent loneliness & Social Skills: Agreement & Disagreement between self, Meta & Peer evaluations. *Journal of youth adolescence*, 45, 2406-2416.
- Olowo, B., Fashiku, C., Adebakin, A., & Ajadi, O. (2020) .Social Media: A Modern Tool to Enhance Communication Skills of the Secondary School Principals in Ekiti State. *International Journal of Education and Development using Information and Communication Technology (IJEDICT)*, 16 (2), 97-108.
- Pachis, J., & Zonneveld, K. (2019). Comparison of Prompting Procedures to Teach Internet Skills to Older Adults. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 52 (1), 173-187.
- Scheufler, L., Braz, A., Pacheco, J., Oliveira, C., Gonzatti, V., Lima Argimon, I., Prette, Z. & Irigaray, T. (2017). Are Social Skills Related to Sociodemographic Variables and Depressive Symptoms? Across-sectional study with Elderly Sample. *Ageing International*, 42(4), 413-428.
- Sharon, A. & Cynthia, G. (2010). Social Skills: Laying the Foundation For Success. *Dimensions of early childhood*, 38(2), 3-12.
- Zaine, I. , Frohlich, D., Rodrigues, K., Cunha, B., Orlando, A., Scalco, L. & Pimentel, M. (2019). Promoting Social Connection and Deepening Relations Among Older Adults: Design and Qualitative Evaluation of Media Parcels. *Journal of medical Internet research*, 21 (10), PP 220-234.

❋❋❋❋❋❋❋